

СТАНОВИЩЕ

относно дисертационен труд

на МИЛЕНА ДИМИТРОВА ТЪРНИЧКОВА

на тема: „ДИНАМИКА И РАЗВИТИЕ НА СПЕЦИАЛНАТА ФИЗИЧЕСКА
ПОДГОТОВКА В СПОРТНАТА АЕРОБИКА “

за придобиване на образователна и научна степен „доктор” на основание на
Заповед на Ректора на НСА „Васил Левски”, № ЗП-1726/14.12.2020 г.

Професионално направление: 7.6. Спорт

Докторска програма: „Теория и методология на спортната наука“

Научен ръководител: доц. Георги Сергиев, доктор

Изготвил становището: доц. Нели Танкушева, доктор

Данни за докторанта

Милена Димитрова Търничкова е родена през 1974 г. Завършва НСА „Васил Левски“ с две специалности в ОКС „Бакалавър” – Тренър по гимнастика и Учител по физическо възпитание. Обучението си в ОКС „Магистър” продължава в програма „Спорт за високи постижения“ – специалност Спортна аеробика. В края на средното си образование приключва състезателна си дейност по спортна гимнастика със званието - майстор на спорта. Като студентка в НСА завършва курс за инструктор по аеробика и от 1996 до 98 г. е национален състезател по спортна аеробика, участник в три Световни първенства. От 1998 г. до днес заема различни длъжности и отговорности в Съюза по аеробика. Национален съдия от 2001 г. до днес, а в периода 2006 -2016 г. е международен съдия по спортна аеробика. От 1999 г. до момента докторанта работи като преподавател по спортна аеробика в катедра „Гимнастика“ на НСА „Васил Левски“ гр. София и е ръководител на голям брой курсови и дипломни работи на студенти.

Всичко това ми дава основание да смятам, че докторанта успешно съчетава теорията и практиката на спорта, което си проличава в организиране и участие в спортни събития, както и участие в редица национални и международни научни конференции и конгреси. Притежава необходимата компютърна грамотност, владее писмено и говоримо английски.

Данни за докторантурата

Милена Димитрова Търничкова е била докторант на самостоятелна подготовка към катедра „Гимнастика” при НСА „Васил Левски“. Отчислена е с право на защита с ЗП-619/30.03.2018 г. Не са установени процедурни нарушения или пропуски по докторантурата.

Данни за дисертацията, автореферата и публикациите

Проблемът за влиянието на специалната физическа подготовка върху техническото майсторство винаги е актуален за всеки един спорт, но безспорно за все по-популярната и изключително атрактивна спортна аеробика е и дисертабилен. Подобна тема предоставя възможност на докторанта да проучва и анализира развитието на специалната физическа подготовка при състезателите в учебно-тренировъчния процес, на базата на което да излага и дискутира проблемите в техническото майсторство в спортната аеробика.

Дисертационният труд е в обем от 209 страници и е структуриран според изискванията за такъв вид научни разработки. Съдържа увод, литературен обзор, цел, задачи, методика и организация на изследването, резултати и анализи, изводи и препоръки, ползвана литература и приложения. Направен е обстоен теоретичен анализ. Библиографската справка обхваща 204 литературни източника, от които 181 на кирилица и 23 на латиница. Използвани са и 12 уеб сайтове. Дисертацията е онагледена с 20

таблици и 67 фигури, които демонстрират добри умения от автора при работата със съвременни технически средства.

Глава първа е разработена в 5 подраздела. В първи подраздел „Въведение“ докторанта умело ни насочва към разглеждания проблем, изяснявайки необходимостта и актуалността на научната разработка. В следващите четири подраздели последователно са разгледани проучванията на редица автори свързани с физическите качества в гимнастическите дисциплини и конкретно в спортната аеробика, сензитивен период и методиката им за развитие, планиране и контрол на значимите физически качества за спортната аеробика в годишния тренировъчен процес.

Работната хипотеза е формулирана логично и произлиза от проучванията и анализите в първата глава.

Глава втора има класическа структура. Целта на научната разработка е ясно формулирана, изведените пет задачи, насочват изследователската работа в посока, отговаряща коректно на темата на дисертационния труд. Етапите на работа са представени прецизно, продължителността на изследването е 11 години (2009/2020) и включва необходимия брой изследвани лица. Използваните методи са добре подбрани, което е предпоставка за изчерпателно разглеждане и изследване на поставения научен проблем и постигането на целта. Проведено е педагогическо наблюдение и системен анализ на състезателни дневници за тренировъчното натоварване в периода 2003-2013 г. Приложена е тестова батерия за контрол на физическата подготовка с подробно описани показатели и методични указания за изпълнението. Изготвени са експериментални методики за приоритетно развитие на специфични физически качества на състезатели по аеробика на възраст 12-14 и 15-17 години в общо и специално-

подготвителния етап на подготовката. Използван е съвременен математико-статистически инструментариум.

Глава трета е с най-голям обем от 80 страници. Логично и последователно са анализирани резултатите от събраните и обработените данни, снети в реални условия. Извършен е подробен анализ на дългосрочно изследване върху продължителността на тренировъчните занимания и времето отделено за физическа подготовка през различните етапи и периоди на подготовката на състезатели по спортна аеробика. Анализирано е нивото на развитие на двигателните качества на състезателите във възрастов аспект. Направен е анализ на ефективността на приложените методики за развитие на специалната физическа подготовка на състезателите по спортна аеробика. Онагледяването улеснява възприемането на информацията.

Изводите и препоръките в края на труда са добре формулирани и обективно произтичат от проведените проучвания. Приносните моменти са с особена значимост предвид практико-приложната им стойност.

Авторефератът резюмира съдържанието на дисертационния труд. В него са залегнали всички глави от дисертацията и по коректен начин представя основните изследователски резултати. Съдържа изводи и препоръки за спортно-педагогическата практика. Представени са 3 публикации, което отговаря на националните изисквания.

Заключение

Въз основа на изложеното и предвид актуалността на третираната проблематика с убеденост предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Милена Димитрова Търничкова образователната и научна степен “доктор” в професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

09.02.2021 г.

Дал становище

/Доц. Нели Танкушева, доктор/

OPINION

related to the doctor's thesis

of MILENA DIMITROVA TARNICHKOVA

on the theme: на тема: „DYNAMICS AND DEVELOPMENT OF SPECIAL
PHYSICAL TRAINING IN SPORTS AEROBICS “

for acquiring a “PhD” educational and qualification degree on the base of “Vassil Levski” NSA Rector's Order No. ZP-1726/December 14, 2020

Professional direction: 7.6. Sport

PhD program: „Theory and methodology of sports science “

Supervisor: Assistant professor Neli Giorgi Sergiev, PhD

Opinion written by: Assistant professor Neli Tankusheva, PhD

PhD student's data

Milena Dimitrova Tarnichkova was born in 1974 and graduated from “Vassil Levski” National Academy of Sport with two majors in her Bachelor's educational and qualification degree – Gymnastics coach and Physical education teacher. Her education continues with a Masters' educational and qualification degree in "Sports for excellence" - specialty Sports aerobics. At the end of her secondary education, she finished her competitive career in artistic gymnastics with the title - master of sports. As a student at the National Academy of Sport she completed a course for an aerobics instructor, became a member of the sports aerobics national team from 1996 to 1998, and participated in three World Championships. Since 1998 she has held various positions and responsibilities in the Aerobics Union. Since 2001 she has been a National judge, and from 2006 until 2016 she was actively an international judge in sports aerobics. Since 1999 the doctoral student has been working as a lecturer in sports aerobics at the Gymnastics Department of the National Sports Academy "Vasil Levski" in Sofia

and is the supervisor of a large number of coursework and diploma theses of students. All the cited facts above give me the reason to believe that the PhD student successfully combines the theory and practice of sport which is evident in the participation and organization of a number of national and international sports scientific conferences and congresses. She possesses the necessary computer knowledge and can speak and write fluently in English.

Doctor's theses data

Milena Dimitrova Tarnichkova was a PhD student in self-study to "Gymnastics Department at "Vasil Levski" NSA. She was taken off the list with a right to defend her thesis by order ZP-619/ March 30, 2018. No procedural infringements or omissions were established in the doctor's theses.

Doctor's theses, abstract and publications data

The problem of the impact of special physical training on the technical mastery is up to date for each kind of sport, but it is also a matter of scientific work for the increasingly popular and exceptionally attractive sports aerobics. A similar theme provides possibility for the PhD student to study and analyze the development of special physical training for athletes in the training process, as well as to state, and discuss the problems of the technical mastership in the sports aerobics.

The doctor's thesis consists of 209 pages and is structured according to the requirements for these types of scientific developments. It contains an introduction, literature review, purpose, tasks, methodology and organization of the study, results and analysis, conclusions and recommendations, bibliography, and annexes. A detailed theoretical analysis has been made. The bibliographic reference covers 204 literature sources, out of which 181 are in Cyrillic and 23 are in Latin. Twelve websites were also used. The doctor's thesis is illustrated by 20 tables and 67

figures, which demonstrate the excellent skills of the author when working with current technical means.

Chapter one is developed in 5 sub divisions. In the first subsection "Introduction" the doctoral student skillfully directs us to the problem, clarifying the need and relevance of scientific research. The next four subsections examine the studies of a number of authors related to physical qualities in gymnastics and specifically in sports aerobics, sensitive period and their methodology for development, planning and control of significant physical qualities for sports aerobics in the annual training process.

Working hypothesis is formulated logically and is originated from the studies and analysis in Chapter one.

Chapter two has a classic structure. The purpose of the scientific development is clearly formulated, and the five derived tasks direct the research work in a direction that correctly answers to the theme of the doctor's thesis. The working stages are presented precisely, and the duration of the study is eleven years (2009/2020) and includes the necessary number of persons under the study. The methods used are well selected. This is a prerequisite for detailed treatment and study of the scientific problem set up and achieving the purpose. From 2003 until 2013 pedagogical monitoring and systematic analysis of the competition diaries for the training load were conducted. A test battery for control of physical training with detailed indicators and methodical instructions for implementation were attached. Experimental methods have been prepared for priority development of specific physical qualities of aerobics athletes aged 12-14 and 15-17 years in the general and special-preparatory stage of training. Up-to-date mathematic-statistic instruments are made use of.

Chapter three is of the greatest volume, consisting of 80 pages. The results of the collected and processed data which were taken in real conditions are

logically and consecutively analyzed. A detailed analysis of a long-term study on the duration of training sessions and the time spent on physical training during the various stages and periods of training of athletes in sports aerobics was carried out. The level of development of the motor qualities of the athletes in terms of age is analyzed. An analysis of the effectiveness of the applied methods for the development of special physical training of athletes in sports aerobics was conducted. The perception of the information is simplified through the visualization.

The conclusions and recommendations at the end of the work are well formulated and are objectively originated from the effected studies. The contribution moments are of special importance given their practical value.

The abstract summarizes the contents of the doctor's thesis; all chapters are well presented, and the basic research results are presented correctly; covers conclusions and recommendations towards the sport-pedagogical practice. Three publications which answer the national requirements are presented.

Conclusion

Based on the information and facts presented above and in view of the importance of the treated problems, I propose by conviction to the honored members of the scientific jury to award Milena Dimitrova Tarnichkova with a "PhD" educational and scientific degree in professional direction 7.6. Sport, "Theory and methodology of the sports science" doctor's program.

February 09, 2021

Opinion written by:

/Ass. Professor Neli Tankusheva, PhD/

