

## **РЕЦЕНЗИЯ**

на

дисертационния труд на **ЯВОР ГЕОРГИЕВ АСПАРУХОВ** на тема:

**„РАЗВИВАНЕ НА СКОРОСТНО-СИЛОВИТЕ СПОСОБНОСТИ ПРИ  
МЛАДИ БАСКЕТБОЛИСТИ“** за придобиване на образователната и научна  
степен „Доктор“ по професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма -  
Теория и методология на спортната наука

*Научен ръководител: доц. Мариана Борукова, доктор*

### **Актуалност на проблема**

Проблемът за развиване и усъвършенстване на скоростно – силовите способности при подрастващи спортистите е винаги актуален проблем в науката за спортната тренировка. Както и сам акцентира докторантът, на баскетболните специалисти, прави впечатление, че след 14 годишна възраст, в европейски и световен мащаб, връстниците на българските състезатели значимо ги превъзхождат по всички страни на спортната подготовка. Това главно, обаче се отнася за физическата им подготвеност и нивото на специфичната баскетболна тренираност - скоростно-силовата издръжливост.

### **Практическа приложимост**

Разработването и прилагането на специализирани програми за развиване на скоростно-силовите способности при подрастващи баскетболисти е в интерес не само на бъдещото им спортно развитие, но с също така води и до усъвършенстване и обогатяване на спортната теория и практика в баскетбола.

За подобряване на скоростно-силовия потенциал на подрастващите баскетболисти особено важен е и въпросът свързан с дозировката на тренировъчните натоварвания и планирането на работа за бързина, фактори от съществено значение за представянето в баскетболната игра.

### **По структурата на дисертационния труд**

Дисертационният труд обхваща обем от 200 страници, включително библиографската справка и приложенията, които от своя страна включват анкетната карта и описанието на използваните упражнения. Композиран е балансирано в четири основни глави и съобразно изискванията за такъв вид научни разработки. Онагледен е богато с 40 цветни фигури и 25 таблици.

### **По съдържанието на докторския труд**

Общата ми крайна оценка на дисертационния труд определено е положителна и тя се основава на редицата приноси моменти в отделните глави, които ще посоча по-долу.

Какво прави впечатление:

Първо, актуалната и съвсем навременна избрана тематика на научното изследване, насочена към разработването и усъвършенстването на тренировъчни методики, в случая за развиване на скоростно-силови способности при млади спортисти баскетболисти.

Второ, добре развитият литературен обзор на страниците на първа глава на базата на 181 литературни и интернет източници и съвременното критично представяне на фактологични процесите, отнасящи се до:

а/ Развитие и съвременен облик на баскетбола при подрастващи, както и характеристика на двигателната дейност в баскетбола.

б/ Особености на периодизацията при подрастващи баскетболисти и същност и характеристика на скоростно-силовите способности.

в/ Развиване на скоростно-силовите способности при 15-16 годишни баскетболисти и влиянието им върху технико-тактически умения и навици.

г/ Логически изведена хипотеза на изследването, реално осъществима и потвърдена по-късно на страниците на трета глава.

Направеният литературен анализ може да бъде добра база за промяна на настоящата ситуация като е необходимо да се положат повече усилия в усъвършенстване на планирането, управлението и реализацията на учебно-тренировъчния процес при подрастващи баскетболисти.

Добро впечатление прави и подглава I.3, в която са представени интересни факти за периодизацията на спортната тренировка, на базата на литературни източници от последните години на автори като В.Б. Исурин, Цв. Желязков, Д. Дашева, Ц. Цанков, Кр. Църов и др.

Трето, коректно дефинирана цел и шест основни задачи на изследването в следните основни направления:

- a. Установяване състоянието на изследвания проблем (по литературни данни и документални източници).
- b. Проучване мнението на специалистите за годишното планиране и особеностите на работата за развиване на физическите качества при подрастващи баскетболисти.
- c. Събиране на информация за нивото на физическото развитие и специфичната работоспособност на 15-16 годишни подрастващи баскетболисти и разкриване на специфичните особености на тази възрастова група.
- d. Установяване на ефекта на специализираната методика върху скоростно-силовите способности на подрастващи баскетболисти.

- e. Разкриване на факторната структура и идентифициране на основните фактори на физическото развитие и специфичната работоспособност на 15-16 годишни баскетболисти в началото и в края на изследването.
- f. Извеждане на методически препоръки за усъвършенстване на физическата подготовка на 15-16 годишни баскетболисти.

Четвърто, използваната адекватна на задачите, методика на изследване. Дефинирани обект, предмет и контингент на изследването. Подробно описан, организиран и проведен спортно-педагогически експеримент, чрез тестиране с 20 стандартизирани и надеждни теста. Преведено анкетно проучване с 37 треньори по баскетбол. Удачно подбрани и приложени съвременни математико-статистически методи.

Изследвани са 65 подрастващи баскетболисти на възраст 15-16 г., подложени на тестиране в няколко етапа.

Изследването е проведено в периода 2018 -2020 година. Отчитам факта, че последната година – 2020 г. беше особена година на КОВИД-19 влияние и вероятно това не позволило на докторанта да разшири обема на извадката.

При анализа на резултатите на страниците на трета глава можем да отбележим следните положителни моменти, някои от тях с приносен характер:

1. Анкетното проучване показва, че българските баскетболни треньори подценяват значението на контрола в годишния тренировъчен цикъл и определят като средно и ниско нивото на скоростно-силовата подготовка на младите състезатели за съответните възрастови групи.

2. Чрез сравнителния вариационен анализ е установена значимостта на разликите на изследваните признаците при подрастващи баскетболисти в началото на изследването, които са доказателство, че баскетболистите от ЕГ и КГ не се различават съществено по своето физическо развитие като контролната група е

статистически значимо по-добра от експерименталната група по признаците, свързани със скоростните възможности, бързото придвижване по терена със смяна на посоката без топка, взривната сила на горните крайници и раменния пояс, както и силата на коремната мускулатура.

3. Установено е позитивното влияние на специализираната тренировъчна методика за развиване на скоростно-силовите способности при подрастващи баскетболисти на възраст 15-16 години.

4. Разкрита е корелационно-факторната структура на физическото развитие и специфичната работоспособност на подрастващи баскетболисти, преди и след апробираната тренировъчна програма, като в началото на изследването за 15-16-годишните най-голям принос към общата физическа и специфична подготвеност има високата ефективност при скоростната стрелба в движение, при изпълнението на наказателни удари, а ръстово-тегловите показатели са предпоставка за по-високи постижения при изпълнението на троен скок. В края на планирания експеримент, решаващо значение имат скоростно-силовите способности и отново ръстово-тегловите показатели са предпоставка за по-високи постижения, но при хвърлянето на плътна топка – напред.

5. Разработен е модел на планиране на скоростно-силовата подготовка в годишния тренировъчен цикъл при 15-16 годишни баскетболисти. Същият е обективно потвърден като успешен.

Дефинираните в края на дисертационния труд изводи и препоръки обективно отразяват извършената от докторанта изследователска и аналитична работа. Те са формулирани добре и придават завършен вид на дисертационния труд. Особено съществени за спортно-педагогическата практика са изведените четири методически препоръки. Те могат да послужат като отправна точка за усъвършенстване на тренировъчния процес с подрастващи баскетболисти чрез включването на разработения модел за скоростно-силова подготовка.

Нямам съществени препоръки и бележки към дисертационния труд.

Не са установени факти на плагиатство и обща публикационна активност.

Представени са три публикации по темата на дисертационния труд.

Авторефератът логически следва структурата и съдържанието на докторския труд.

Явор Георгиев Аспарухов е роден през 1974 година. Завършва бакалавърска степен в НСА „В. Левски“ през 1996 години със специалност треньор по баскетбол и учител по физическо възпитание. Магистърската му степен е по Педагогика на обучението по физическо възпитание към ЮЗУ „Неофит Рилски“. От 2018 година е асистент по баскетбол към катедра „БВХ“ на НСА „В. Левски“. Явор Аспарухов е един от успешните треньори по баскетбол на България като започва дългата си треньорска кариера през 2004 г. като последователно е бил треньор в Кюстендил, „Буба баскетбол“, „Лукойл Академик“, ПБК – Левски, ПБК -Лукойл Академик, БК „Берое“ на юноши, младежи и мъже. В периода 2016-2019 е бил помощник-треньор на Националния отбор – мъже на България.

В заключение, представеният дисертационен труд е актуален и дисертабилен и съдържа всички необходими качества. Идеята е добра и инструментариума за изпълнение е избран подходящо и има практическо приложение. Това ми дава основание да предложа на уважаемите членове на научното жури да присъдят образователната и научна степен “доктор” по професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма – Теория и методология на спортната наука на Явор Георгиев Аспарухов.

12.05.2021 г.

(проф. Д. Дашева, ДН)