

Становище

От доц. Нели Янкова Симова, доктор

Относно: конкурс за заемане на академична длъжност „Професор” в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 Спорт, специалност (Културизъм), за нуждите на катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички” обявен в ДВ брой 26 от 30 март 2021 г.

В конкурса за професор като единствен кандидат участва **доц. Валентин Стефанов Панайотов**, дн за нуждите на катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички” към Факултет „Спорт” на Национална спортна академия „Васил Левски”. По процедурата са спазени всички изисквания на ЗРАСРБ, Правилника за приложението му и Правилника за развитие на академичния състав на НСА „Васил Левски”. Запозната съм с научната продукция и професионална дейност на доц. Валентин Панайотов, дн и гарантирам за тяхната автентичност и коректност.

Кратки биографични данни за кандидата

Доц. Валентин Стефанов Панайотов, дн завършва висшето си образование през 1996 г. в НСА „Васил Левски” с квалификации физическо възпитание, треньор по културизъм и спортен мениджър с отличен успех. В периода 1990-1992 г. работи като фитнес инструктор и мениджър в СК „Минотавър”. От 1996 г. до 2003 г. е хоноруван преподавател към катедра „ТАБФСВ”. Успоредно през 2002 г. придобива и квалификация треньор по вдигане на тежести. През периода 2003-2010 г. работи като фитнес инструктор и мениджър в СК „Олимпия”. През 2008 г. защитава дисертация и придобива научна степен „доктор”. От 2010 г. до сега работи в НСА „Васил Левски” на трудов договор за неопределено време. През 2015 г. се хабилитира като доцент. От 2016 г. е ръководител на магистърска програма „Спорт, фитнес, здраве” и курс към СДК „Инструктор по културизъм и фитнес” от 2018 г. Доц. Валентин Панайотов придобива научна степен Доктор на науките през 2019 г. Ръководител е на катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички” от 2020 г. досега.

Научноизследователска дейност

Във връзка с участието си в конкурса за заемане на академичната длъжност „Професор” доц. Валентин Панайотов, дн представя общо 14 публикации: 2 монографии, 3 учебника за студенти и 9 статии публикувани в издания индексирани в световна база данни, включени в референтен списък на НАЦИД.

Представени са два оригинални монографични труда, които не повтарят представените за придобиване на образователната и научна степен „доктор”, на научната степен „доктор на науките” и за заемане на академичната длъжност „доцент”

- Хабилизационен труд – монография „Мускули – културизъм, фитнес и силова подготовка”.
- Монография – „Мускулна сила и мускулна хипертрофия”
- Учебници – 3 (три) броя
- 9 публикации и доклади, публикувани в научни издания, реферирани и индексирани в световно известни бази данни с научна информация в 4 от които самостоятелни и в 2 първи автор.

Кандидатът е представил списък с 30 цитирания в научни издания, реферирани и индексирани в световно известни бази данни с научна информация и в монографии и колективни томовете.

Доц. Валентин Панайотов е научен ръководител на двама успешно защитили докторанти през 2016 г. – Свилен Скерлев и 2021 г. – Момчил Милев.

Научната дейност на кандидата включва участие в общо 5 научни проекта на един от които е ръководител.

Представен е списък със 7 дипломни работи, на които доц. Валентин Панайотов е бил ръководител.

Представените научни трудове отговарят на минималните изисквания и допълнителните изисквания на НСА „Васил Левски”.

Преподавателска дейност

Доц. Валентин Панайотов осъществява сериозна преподавателска дейност от 1996 г. като хоноруван преподавател в НСА, където води упражнения по културизъм и фитнес. От 2010 г. води лекции и упражнения в бакалавърска степен заети в учебната програма към сектор „Тежка атлетика” от I до V курс, магистърска степен по програми „Спорт, фитнес, здраве”, Спорт за високи постижения” и „Спорт и сигурност”. Успоредно през 2014 г. води и онлайн лекции в университетите Станфорд и Мелбърн. От 2018 г. води лекции и упражнения за придобиване на следдипломна квалификация „Инструктор по културизъм и фитнес”. Води лекционния курс по културизъм към Колеж по спорт БИО ФИТ.

Той има достатъчен, както по продължителността, така и достатъчно специализиран преподавателски опит. Участието му в настоящата процедура е продължение на професионалната му кариера досега. Кандидатът ежегодно реализира изпълнение на задължителния хорариум за аудиторна и извънаудиторна заетост.

Научни приноси

Публикациите на доц. Валентин Панайотов имат широк тематичен обхват, като насочва усилията си в разработването на значими за спортната теория и практика проблеми в различни области отговарящи на неговите интереси.

- С особена тежест относно научната специалност на конкурса са публикуваните монографични трудове „Мускули – културизъм, фитнес и силова подготовка” и „Мускулна сила и мускулна хипертрофия”. В представените трудове са описани възможностите за развиване на

силовите способности с помощта на упражнения с тежести, както в класическия им вариант, така и с помощта на различни уреди и приспособления. Описани и анализирани са основните методологични похвати за развиване на мускулната сила и мускулната хипертрофия. Разгледани са съвременните научно-приложни разбирания, основните процеси при силовите натоварвания и техните биохимични, физиологични, биомеханични и методологични аспекти, като главният принос се състои в представянето на цялостно научно-практическо познание по отношение на различните форми на физически натоварвания с утежнения подходящи както за състезатели и спортни специалисти, така и за хора практикуващи тези спортове на аматьорско ниво.

- Със съществено теоретично и приложно значение са публикациите свързани с регулиране на телесната маса и състав на базата на определен двигателен и хранителен режим при лица имащи медико-социален проблем. Установени са въздействията от физическите натоварвания при интервенции за редукция на телесната маса, както самостоятелно, така и в комбинация с хипокалорийни диети. Основният принос се състои в компилирането за пръв път на български език информация по отношение на ефективността на използваните в клиничната практика методики, комбиниращи различни типове диета и физически натоварвания. Обоснова и ролята на психиката с възможно наличие на плацебо ефект при процеса на редуциране на телесното тегло. Открити са потенциално най-ефективните методики за третиране на проблема и публикувани в най-престижните специализирани международни индексирани научни издания. Нова научна информация с приложно значение е разработената софтуерна програма, която предоставя възможност на хора с наднормено тегло, както и за състезатели от теглови категории да постигнат независимост при конструирането на режими, насочени към редукция на телесната маса.
- Откроява се приноса на автора при разработването на тематика посветена на антропометричните характеристики, телесната маса и състав на състезатели от силовите спортове и тяхната взаимовръзка със силовите им способности. Получените резултати имат безспорна научна и приложна стойност за актуализиране на тренировъчния процес по отношение на управлението на подбора, като се извежда на преден план необходимостта от въвеждането на диференциран подход в селекцията за постигането на високи спортни резултати. Той достига до извода, че изследваните състезатели от силовите спортове индуцират сходни морфо-физиологични адаптационни промени в организма.
- Друго направление в което са насочени научните интереси е свързано с апробираната иновативна методика на обучение „Език чрез спорт”, където се разкриват възможности за имплементиране на иновативен подход в разнообразни кохорти обучаващи се във възрастов и професионален аспект на спортната терминология.
- Съществен принос имат публикациите свързани с анализа на постиженията на българските състезатели по вдигане на тежести, което

предоставя възможности за допълнителни анализи за подобряване на планирането и усъвършенстването на контрола при подготовката на елитни щангисти.

- Откроява се приноса на автора със статии свързани с кожните заболявания и травматизма в силовите спортове, като са анализирани и установени причините за различните типове контузии на кожата с които се предоставят практически насоки за превенция и профилактика свързани със заниманията с упражнения с утежнения.

Заклучение

Доц. Валентин Стефанов Панайотов, дн е утвърден университетски преподавател, научен работник и експерт в областта на спортно педагогическата наука. Кандидатурата му по настоящия конкурс покрива всички изисквания и критерии, поставени от Закона за развитие на академичния състав в Република България, Правилника за неговото прилагане, както и Правилника за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в Национална спортна академия „Васил Левски”

Това ми дава основание с пълна убеденост да препоръчам на Уважаемото Научно жури доц. Валентин Панайотов, дн да бъде избран на академичната длъжност „ПРОФЕСОР“ в научна област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 Спорт, специалност „Културизъм”, за нуждите на катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички”.

София
07.07.2021 г.

доц. Нели Янкова Симова, доктор

OPINION

ON THE WORKS OF **VALENTIN STEFANOV PANAYOTOV**, DSc. ASSOCIATE PROFESSOR AT “WEIGHTLIFTING, BOXING, FENCING AND SPORTS FOR ALL” DEPARTMENT OF “SPORTS” FACULTY AT NATIONAL SPORTS ACADEMY “VASIL LEVSKI” PRESENTED FOR PARTICIPATION IN THE CONTEST FOR “PROFESSOR” IN SCIENTIFIC AREA 7. HEALTH AND SPORT PROFESSIONAL FIELD 7.6. SPORT, (SUBJECT AREA: BODYBUILDING)

OPINION BY ASSOC. PROF. NELY YANKOVA SIMOVA, PHD

Department of Weightlifting, boxing, fencing and sports for all
National Sports Academy „Vasil Levski“.
professional field: 7.6. SPORT

CONTEST DATA

The contest data presented for acquiring the "PROFESSOR" academic title is related to the professional field 7.6. Sport (Bodybuilding) is announced in the State Journal, issue № 26 of 30.03.2021, in accordance with the requirements of the Law for development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria. I am acquainted with the scientific production and professional activity of Assoc. Prof. Valentin Panayotov, and I guarantee their authenticity and correctness.

CANDIDATE DATA

The only applicant for the announced by National Sports Academy “Vasil Levski” academic position contest, Assoc. Prof. Valentin Stefanov Panayotov, DSc recently graduated in 1996 at NSA "Vasil Levski" with qualifications in physical education, bodybuilding coach and sports manager with excellent results. From 1990 to 1992 he worked as a fitness instructor and manager at the Minotaur Sports Club. Then from 1996 to 2003 he was a part-time lecturer at the Department of „Weightlifting, boxing, fencing and sports for all”.

In 2002 he acquired the qualification of weightlifting coach. During the period 2003-2010 he worked as a fitness instructor and manager at SC "Olympia". In 2008 he defended his dissertation and obtained the scientific degree "Doctor".

Since 2010 he has been working at NSA "Vasil Levski" on an employment contract for an indefinite period. In 2015 he was habilitated as an associate professor. Since 2016 he has been the head of the master's program "Sports, Fitness, Health" and a course at SDC "Instructor of bodybuilding and fitness" since 2018. Assoc. Prof. Valentin Panayotov obtained the degree of Doctor of Science in 2019. He has been the Head of Department of „Weightlifting, boxing, fencing and sports for all” since 2020.

All mentioned above related to the educational qualifications and pedagogical experience of Assoc. Prof. Valentin Panayotov, DSc fully meets the requirements of announced contest.

TEACHING WORK EXPERIENCE

Assoc. Prof. Valentin Panayotov, DSc has been carrying out serious teaching activities since 1996 as a part-time lecturer at the NSA, where he teaches bodybuilding and fitness.

Since 2010 he has been leading lectures and group works for students in bachelor's degree from first to fifth year, included in weightlifting curriculum, for students in master's degree in the programs "Sports, Fitness, Health", "Sports for Excellence" and "Sports and Safety".

In 2014, he also gave online lectures at Stanford and Melbourne Universities. Since 2018 he has been leading lectures and practical exercises for students acquiring the postgraduate qualification "Bodybuilding and Fitness Instructor". He has led the lecture course in bodybuilding at the College of Sports BIO FIT.

He has sufficiently specialized teaching experience. The candidate annually realizes the overfulfillment of the obligatory academic requirements for extracurricular and extracurricular employment.

RESEARCHES AND CONTRIBUTIONS

In connection with his application for the contest Assoc. Prof. Valentin Panayotov, DSc has presented a total of 14 scientific works: 2 monographs, 3 textbooks for students and 9 articles published in journals indexed in a global databases, included in the reference list of NACID as well.

Two original monographic works are presented, which do not repeat those presented for the acquisition of the educational and scientific degree "Doctor", the scientific degree "Doctor of Science" and for the academic position "Associate Professor".

- Habilitation work - monograph "Muscles - bodybuilding, fitness and strength training".
- Monograph - "Muscle strength and muscle hypertrophy"
- Textbooks - 3 (three) parts
- 9 publications and reports published in scientific journals, referenced and indexed in world-famous databases with scientific information in 4 of which he is the unique author and in 2 first author.

The candidate has presented a list of 30 citations in scientific journals, referenced and indexed in world-famous databases of scientific information and in monographs and collective volumes.

Assoc. Prof. Valentin Panayotov is the research supervisor of two successfully defended doctoral students in 2016 - Svilen Skerlev and in 2021 - Momchil Milev.

The scientific works of the candidate include participation in a total of 5 scientific projects, one of which is supervised. A list of 7 diploma theses, of which Assoc. Prof. Valentin Panayotov was the supervisor, is presented.

The scientific publications of Assoc. Prof. Valentin Panayotov have a wide thematic scope, directing his efforts in the development of important for sports theory and practice problems in various fields corresponding to his interests.

Of particular importance regarding the scientific subject of the contest are published monographs "Muscles - bodybuilding, fitness and strength training" and "Muscle strength and muscle hypertrophy". The presented works describe the possibilities for developing strength abilities with the help of exercises with weights,

both in their classic version and with the help of various devices and devices. The main methodological techniques for the development of muscle strength and muscle hypertrophy are described and analyzed. The modern scientific and applied understandings, the main processes of power loads and their biochemical, physiological, biomechanical and methodological aspects are considered, the main contribution being the presentation of comprehensive scientific and practical knowledge regarding the various forms of physical loads with weights suitable for both athletes and sports professionals, as well as for people practicing these sports on an amateur level.

Of significant theoretical and applied importance are the publications related to the regulation of body weight and composition on the basis of a certain motor and dietary regime in persons with medical and social problems. The effects of physical exertion in weight reduction interventions, both alone and in combination with low-calorie diets, have been established. The main contribution consists in compiling for the first time in Bulgarian information regarding the effectiveness of the methods used in clinical practice, combining different types of diet and physical activity. It also substantiates the role of the psyche with the possible presence of a placebo effect in the process of weight reduction. Potentially the most effective methodologies for treating the problem have been highlighted and published in the most prestigious specialized international indexed scientific journals. New scientific information of applied importance is the developed software program, which provides an opportunity for overweight people, as well as for weightlifters to achieve independence in the design of regimes aimed at weight loss.

The author's contribution to the development of topics dedicated to anthropometric characteristics, body weight and composition of athletes in power sports and their relationship with their strength abilities stands out. The obtained results have an indisputable scientific and applied value for updating the training process in terms of selection management, highlighting the need for the introduction of a differentiated approach in the selection to achieve high sports results.

Another area in which the candidate's research interests are directed is related to the approved innovative methodology of teaching "Language through sport", which opens opportunities for implementing a new teaching approach in various learning contexts and professional aspects of sports terminology.

The candidate's scientific publications related to the analysis of the achievements of the Bulgarian weightlifters have a significant contribution, which provides opportunities for additional analyzes for the improvement of the planning and the improvement of the control in the training of elite weightlifters.

The candidate's scientific contribution is also related to skin diseases and injuries in strength sports stands out, as the reasons for the different types of skin injuries are analyzed and established, which provide practical guidelines for prevention and prophylaxis related to weight training.

CONCLUSION

Assoc. Prof. Valentin Stefanov Panayotov, DSc is an established university lecturer, researcher and expert in the field of sports pedagogy. His candidacy for this contest covers all requirements and criteria set by the Law on the Development of

Academic Staff in the Republic of Bulgaria, the Regulations for its implementation, as well as the Regulations for acquiring scientific degrees and acquiring academic positions at the National Sports Academy "Vasil Levski".

This gives me reason to express my positive vote and I fully recommend to the Distinguished Scientific Jury Assoc. Prof. Valentin Panayotov, DSc to be elected to the academic position "PROFESSOR" in the field of higher education 7. Health and Sports, professional field 7.6 Sports, special subject "Bodybuilding", at the Department of Weightlifting, boxing, fencing and sports for all.

Sofia
07.07.2021

Assoc. Prof. Nelly Yankova Simova, Ph.D.