

СТАНОВИЩЕ

на доц. Любен Кръстев Кръстев, доктор, член на научно жури на дисертационния труд „Силова подготовка в ушу“ на Лиляна Петрова Чобанова за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ в професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Проблемът за целенасочената методика на силовата подготовка заема централно място в теорията и методиката на спортната тренировка при различните видове двигателна дейност (спорт). На него е посветен дисертационния труд на Лиляна Петрова Чобанова. Той представлява научно-приложна разработка на базата на солиден експериментален материал, насочен към оптимизиране на силовата подготовка в ушу.

Като се има предвид, че прирастът на сила достига най-високи стойности в периода 14-15 години при момчетата и 11-12 години при момичетата, това насочва изследването на силовата подготовка в ушу към възрастовата категория 12-14 години. Главната цел на изследването е оценка на влиянието на експериментална тренировъчна методика за силова подготовка върху динамичната сила и състезателното представяне в ушу при състезатели от двата пола във възрастта 12-14 години. Целта е формулирана на основа на хипотезата, че разработената методика за развитие на динамичната сила при 12-14 г. състезатели по ушу таолу е приложима в зависимост от състоянието и възможностите на клубовете в Република България.

Контингентът на изследваните лица се състои от: експериментална група – 10 състезатели от двата пола със спортен стаж в ушу 6.5 ± 1.6 години и контролна група – 10 състезатели от двата пола със спортен стаж 6 ± 1.2 години. В първичното електромиографско изследване са участвали 8 състезатели от двата пола със спортен стаж в ушу 6.3 ± 1.6 години, а във второто електромиографско изследване са участвали 9 състезатели от двата пола със спортен стаж в ушу 6.4 ± 1.2 години.

Педагогическият експеримент и двете електромиографски изследвания са проведени в периода от 01.11.2019 г. до 02.04.2021 г. в градовете София и Русе.

Трудът е изложен ясно и логично в обем от 100 страници плюс 22 страници приложения или общо 122 страници. Той е онагледен с 36 фигури и 23 таблици, които са изработени прецизно. Проучени са 67 литературни източници, от които 35 на кирилица, 29 на латиница и 3 източници от интернет.

Анализът на резултатите е изложен системно в труда и защитен убедително от богатия изследователски материал. Използваните статистически методи отразяват адекватно необходимостта от тяхното прилагане. Една част от получените резултати са безспорни постижения на докторантката. Ще се спра само на няколко по-значими от тях:

1. Експерименталната методика има висок ефект върху развитието на динамичната сила в ушу, не предизвиква промени в цялостния модел на нервна активация на мускулите, което запазва двигателния модел и няма негативно въздействие върху техниката на състезателите;
2. Моделът на нервна активация на мускулите (bai lian tui) е представителен за много техники в ушу и може да се използва за съставяне на тренировъчни програми за кондиционна подготовка;
3. По отношение на съдийската оценка „приложение на силата“ (панел Б) експерименталната методика е много ефективна за бързината и взривността на изпълняваните техники;
4. Експерименталната методика има положително влияние на състезателното представяне в ушу.

Във връзка с дисертационният труд са публикувани две научни статии.

Направените заключение, изводи и препоръки в труда логически произтичат от интерпретацията на изследователския материал. Те отразяват приносите на дисертационния труд за теорията и методиката на силовата подготовка в ушу.

Заключение: като имам предвид научно-приложната стойност на дисертационния труд, както и посочените по-горе приноси, считам, че той отговаря на необходимите критерии. Това ми дава основание да предложа на Уважаемите членове на научното жури образователната и научна степен „доктор“ на Лиляна Петрова Чобанова в професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

Дата: 15.11.2021 г.

гр. София

Рецензент:

(доц. Любен Кръстев, доктор)

STATEMENT

of Assoc. Prof. Lyuben Krastev Krastev, PhD, member of the scientific jury of the dissertation "Strength training in wushu" by Lilyana Petrova Chobanova for awarding the educational and scientific degree "Doctor" in the professional field 7.6. Sport, doctoral program "Theory and methodology of sports science"

The problem of purposeful methodology of strength training occupies a central place in the theory and methodology of sports training in different types of motor activity (sports). The dissertation of Lilyana Petrova Chobanova is dedicated to him. It is a scientific and applied development based on solid experimental material aimed at optimizing the strength training in wushu.

Given that the increase in strength reaches its highest values in the period 14-15 years for boys and 11-12 years for girls, this directs the study of strength training in wushu to the age category 12-14 years. The main goal of the study is to assess the impact of experimental training methods for strength training on dynamic strength and competitive performance in wushu in athletes of both sexes aged 12-14 years. The goal is formulated based on the hypothesis that the developed methodology for the development of dynamic strength in 12-14 year old wushu taolu athletes is applicable depending on the condition and capabilities of the clubs in the Republic of Bulgaria.

The contingent of the subjects consists of: experimental group - 10 athletes of both sexes with sports experience in wushu 6.5 ± 1.6 years and control group - 10 athletes of both sexes with sports experience of 6 ± 1.2 years. The primary electromyographic study involved 8 athletes of both sexes with sports experience in wushu 6.3 ± 1.6 years, and the second electromyographic study involved 9 athletes of both sexes with sports experience in wushu 6.4 ± 1.2 years.

The pedagogical experiment and the two electromyographic examinations were conducted in the period from November 1, 2019 to April 2, 2021 in the cities of Sofia and Ruse.

The paper is presented clearly and logically in a volume of 100 pages plus 22 pages of appendices or a total of 122 pages. It is illustrated with 36 figures and 23 tables, which are made precisely. 67 literature sources were studied, of which 35 in Cyrillic, 29 in Latin and 3 sources on the Internet.

The analysis of the results is presented systematically in the paper and convincingly defended by the rich research material. The statistical methods used

adequately reflect the need for their application. Some of the results obtained are indisputable achievements of the doctoral student. I will focus on just a few of the more significant ones:

1. The experimental technique has a high effect on the development of dynamic force in wushu, does not cause changes in the overall model of nerve activation of muscles, which preserves the motor model and has no negative impact on the technique of athletes;
2. The model of nerve activation of muscles (bai lian tui) is representative of many techniques in wushu and can be used to compile training programs for fitness training;
3. With regard to the judge's assessment of "application of force" (panel B), the experimental methodology is very effective for the speed and explosiveness of the techniques performed;
4. The experimental methodology has a positive effect on the competitive performance in wushu.

In connection with the dissertation, two scientific articles have been published.

The conclusions, conclusions and recommendations made in the paper logically follow from the interpretation of the research material. They reflect the contributions of the dissertation to the theory and methodology of wushu strength training.

Conclusion: given the scientific and applied value of the dissertation, as well as the above contributions, I believe that it meets the necessary criteria. This gives me a reason to offer to the Distinguished members of the scientific jury the educational and scientific degree "Doctor" of Lilyana Petrova Chobanova in professional field 7.6. Sport, doctoral program "Theory and methodology of sports science".

15.11.2021

Sofia

Reviewer:

(Assos. Prof. Luben Krastev, PhD)