

СТАНОВИЩЕ

**На дисертационния труд на Владимира Владимирова Нанд,
докторант в катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за
всички“ към Национална Спортна Академия „Васил Левски“, София
на тема:**

„Авторска холистична тренировка във фитнеса“

Изготвил становището: доц. Рашо Огнянов Макавеев, доктор

Общо представяне на процедурата

Анализът на документите по процедурата за придобиване на образователната и научна степен “Доктор” показва, че докторантката Владимира Нанд е представила пълен комплект от необходимите материали. Те в съответствие със Закона за висшето образование, Закона за развитие на академичния състав на Република България, Наредбата за придобиване на образователната и научна степен “доктор” на НСА, както и всички съпътстващи процедурата документи, с което са изпълнени изцяло административните изисквания, свързани с процедурата.

Представените от кандидата документи за оценка и рецензия са следните:

- Дисертационен труд
- Автореферат
- Научни публикации – 2 броя.

Данни за представения дисертационен труд

Предложения за рецензия труд е в обем от 137 страници от които 92 текст и 5 страници библиография, включваща 31 източници на кирилица, 100 на латиница и четири интернет източника, както и четири приложения.

Темата е особено актуална с оглед нарастващата тенденция на епидемията на заседналият начин на живот и затлъстяването както в световен мащаб, така и за България в частност.

В структурно отношение докторантския труд е разработен в съответствие с приетите норми за подобни научни разработки. Съдържа четири глави: литературен обзор; цел, задачи, организация и методи на изследването; резултати и анализ; изводи и препоръки.

Разработката е интересна и с амбиция за сериозна практическа приложимост.

Литературният обзор ни представя кратък исторически преглед на изследвания проблем, постановка на проблема, фактори на поставения научен проблем и принципна структура на холистична система за регулиране на здравословното състояние. Така представено изложението логично и пълноценно ни довежда до работната хипотеза.

Целта и задачите са формулирани коректно, ориентирани и разделени точно с оглед обслужване на темата и работната хипотеза на дисертационния труд.

Организацията на изследването е представена ясно и в конкретика. Експериментът включва малък контингент, но това съвсем не влияе на качествата на разработката и резултатите от анализа.

Методите на изследване и тестване са подбрани с вещина показваща добро познаване на изследваната тематика. Подробно е описана и представена експерименталната методика, както и методиката използвана от контролната група.

Интерес предизвиква експерименталната методика особено в частта отнасяща се за медитативните практики. Акцента е върху разглеждането на човека като цяло и работа насочена към ефекти във всички аспекти на цялостната система.

Анкетните проучвания са проведени коректно и пълно, като са онагледени богато с двадесет и девет фигури.

Отлично е проведена статистическата обработка на получената база данни от експеримента, като анализа произтича напълно естествено от така представените резултати, които също са онагледени отлично с двадесет и четири таблици придружени със съответния коментар.

Изводите са синтезирани и конкретни директно произлизащи от разработката, а препоръките с приложно-практически характер.

Универсалния характер на научната разработка касаещ световен проблем на здравето заслужава адмирации. Представената холистична

система е иновативен и комплексен метод за регулация на сложната жива система – човек.

Представения труд е написан в добър стил и представя едно завършено научно изследване, богато онагледено и със значителен приложен характер. Без да претендира за панацея, автора демонстрира отвореност за бъдещи коментarii и корекции на така представената система, което прави много добро впечатление.

Преценка на автореферата и публикациите

Авторефератът е добре структуриран и отразява в резюме съдържанието на дисертацията. Представени са отделните основни части на труда отразяващи същността на разработката, а именно получени резултати и анализи, формирани изводи, препоръки и научни приноси.

Докторантката е изпълнила изискването за публичност на труда преди официалната защита, като е представила две публикации. Същите отразяват части от резултатите, анализите и изводите на дисертационния труд, което позволява да се изгради обективна първоначална представа за процеса на неговото създаване.

Заключение

Представената разработка е напълно оформен труд, изграден според правилата за конструиране на научни изследвания от такъв тип. Автора демонстрира отлично познаване на изследваната тематика, отлично боравене с научната литература, точен подбор и коректна употреба на математико-статистически инструментариум включващ иновативната обработка АНКОВА.

С оглед на гореизложеното убедено предлагам така представения дисертационен труд на Владимира Нанд да бъде оценен по достойнство. Предлагам на уважаемото научно жури да присъди на Владимира Нанд образователната и научна степен „Доктор“ в професионално направление 7.6. Спорт.

Лично аз убедено гласувам с „ДА“.

София

26.04.2022

Изготвил становището:

Доц. Р. Макавеев, доктор

OPINION

On the dissertation of Vladimira Vladimirova Nand, PhD student in the Department of Weightlifting, Boxing, Fencing and Sports for All at the National Sports Academy "Vasil Levski", Sofia on the topic:

„Original Academic Research Regarding Holistic Approach To Fitness“

Prepared the opinion: Assoc. Prof. Rasho Ognyanov Makaveev, Ph.D.

General presentation of the procedure

The analysis of the documents on the procedure for obtaining the educational and scientific degree "Doctor" shows that the doctoral student Vladimira Nand has presented a complete set of necessary materials. They are in accordance with the Higher Education Act, the Academic Staff Development Act of the Republic of Bulgaria, the Ordinance on the acquisition of the educational and scientific degree "Doctor" of the NSA, as well as all documents accompanying the procedure, which fully meets the administrative requirements related to the procedure.

The evaluation and review documents submitted by the applicant are the following:

- Dissertation work
- Abstract
- Scientific publications - 2 issues.

Data for the presented dissertation

Proposals for review work is a volume of 137 pages of which 92 text and 5 pages bibliography, including 31 sources in Cyrillic, 100 in Latin and four Internet sources, as well as four applications.

The topic is especially relevant in view of the growing trend of the epidemic of sedentary lifestyle and obesity both worldwide and for Bulgaria in particular.

In structural terms, the doctoral dissertation is developed in accordance with the accepted norms for such scientific developments. It contains four

chapters: a literature review; purpose, tasks, organization and methods of research; results and analysis; conclusions and recommendations.

The development is interesting and with ambition for serious practical applicability.

The literature review presents a brief historical overview of the researched problem, statement of the problem, factors of the posed scientific problem and the basic structure of a holistic system for regulating health. The presentation presented in this way logically and fully brings us to the working hypothesis.

The goal and the tasks are formulated correctly, oriented and divided precisely in order to serve the topic and the working hypothesis of the dissertation.

The organization of the study is presented clearly and concretely. The experiment involves a small contingent, but this does not affect the quality of development and the results of the analysis.

The methods of research and testing are selected with skill showing good knowledge of the research topic. The experimental methodology as well as the methodology used by the control group are described in detail.

The experimental methodology is of interest, especially in the part related to meditative practices. The emphasis is on the consideration of man as a whole and work focused on effects in all aspects of the overall system.

The surveys were conducted correctly and completely, being richly illustrated with twenty-nine figures.

The statistical processing of the database obtained from the experiment was excellent, and the analysis follows quite naturally from the results presented in this way, which are also perfectly illustrated with twenty-four tables accompanied by the relevant comment.

The conclusions are synthesized and specific directly arising from the development, and the recommendations are of an applied-practical nature.

The universal nature of the scientific development concerning the world health problem deserves admiration. The presented holistic system is an innovative and complex method for regulation of the complex living system - man.

The presented work is written in a good style and presents a complete scientific research, richly illustrated and with significant applied character. Without claiming to be a panacea, the author demonstrates openness to future

comments and corrections to the system presented in this way, which makes a very good impression.

Evaluation of the abstract and publications

The abstract is well structured and summarizes the content of the dissertation. The separate main parts of the work reflecting the essence of the development are presented, namely the obtained results and analyzes, formed conclusions, recommendations and scientific contributions.

The doctoral student fulfilled the requirement for publicity of the work before the official defense by presenting two publications. They reflect parts of the results, analyzes and conclusions of the dissertation, which allows to build an objective initial idea of the process of its creation.

Conclusion

The presented development is a fully formed work, built according to the rules for constructing research of this type. The author demonstrates excellent knowledge of the research topic, excellent handling of scientific literature, accurate selection and correct use of mathematical and statistical tools including innovative processing ANKOVA.

In view of the above, I am convinced that the dissertation of Vladimira Nand presented in this way should be appreciated with dignity. I propose to the esteemed scientific jury to award Vladimira Nand the educational and scientific degree "Doctor" in the professional field 7.6. Sports.

Personally, I am confidently voting YES.

Sofia

April 26, 2022

Prepared the opinion:

Assoc. Prof. R. Makaveev, Ph.D.