

# **СТАНОВИЩЕ**

**от проф. Йордан Костадинов Иванов, доктор**

за дисертационен труд на тема:

## **„Въвеждане на двигателна активност за превенция на болни и подобряване на качеството на живот“**

за придобиване на образователна и научна степен „доктор“ в

П.Н. 7.6 Спорт,

по докторска програма

„Теория и методология на спортната наука“

Автор на дисертационния труд: Басел Тахбуб

Научен ръководител: проф. Красимир Петков, дн

Изследваният проблем за целенасочено въвеждане на организирана и дозирана двигателна активност за превенция на определени патологии с цел повишаване качеството на живот е изключително актуален и с голям социално значим ефект.

Дисертационният труд е разработен в обем от 163 страници, включващи увод, три глави, включително библиография от 175 литературни източника, както и четири приложения.

Трудът е добре онагледен и илюстриран с 59 фигури и 52 таблици.

По цялостната процедура не са установени нарушения от формален и друг характер и данни за плагиатство.

**В първа глава** се прави задълбочен спортологичен анализ на структурно-функционалната дейност на гръбначния стълб, причинно-следствените връзки и някои съвременни методи за профилактика и лечение на патологични изменения в областта на гърба.

Разгледани са същностните характеристики на здравословния статус на човека, условията за повишаване качеството на живот и двигателната активност като средство за лечение в среда на повишена хиподинамия, „синдром на екрана“ и световна здравна криза, предизвикана от COVID-19.

**Във втора глава** коректно са изложени целта, задачите и предметът на изследването.

Докторантът е използвал специализирана приложна методика по авторска идея за доказване на работната хипотеза и реализация на поставената цел за оценка на ефективността на апробираната методика.

**В трета глава** „Анализ на резултатите“ докторантът добре интерпретира и анализира изследваните показатели. За целта е използвал надеждни математико-статистически методи. За проверка на работните хипотези и установяване достоверността на разликите между получените средни стойности коректно е използвал *t*-критерия на Стюдънт за независими извадки.

Приложената методология изцяло корелира с тематичната насоченост на дисертацията. Разделът е онагледен и представен с необходимия брой фигури и таблици, а чрез графичния анализ се разкриват ясно отделните закономерности и настъпилите количествени и качествени промени.

**В края** са изведени и представени четири извода и пет препоръки, които кореспондират с научно-приложните приноси.

Дисертационният труд има несъмнено и определени приноси, които мога синтезиранно да обобща:

- \* Чрез спортологичния анализ са проучени, разгледани и систематизирани същностните характеристики на здравния статус на човека, факторите и съвременните методи за превенция и лечение на патологии в областта на гърба.
- \* Обогатена е теоретичната рамка чрез разработване и представяне на специализирана двигателна програма за

индивидуални изпълнения в домашна обстановка, която може да се мултиплицира и в спортно-медицински центрове. Изработени са и предложени методически указания за правилно прилагане и адаптиране на програмата към епидемиологичните изисквания.

- \* Разработена и апробирана е специализирана приложна авторска методика за превенция и контрол на болки в гръбната област при активни спортисти и неспортуващи, която може с определени модификации да се прилага върху различни социално-целеви и възрастови групи.

Освен някои незначителни технически грешки и терминологични несъответствия трудът щеше да има още по-качествено измерение, ако бе разширен и прецизиран контингентът от изследвани субекти. Тези допуснати слабости не намаляват достойнствата на дисертационния труд.

### **Заключение**

Дисертационният труд съдържа научно-приложни резултати, който имат определен принос към спортологията.

Докторантът демонстрира добри теоретични знания, качества и умения за изследователско-аналитична дейност.

Предвид изложеното дотук давам своята положителна оценка, и предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Басел Мохамед Тахбуб образователно-научната степен „доктор“ по П.Н. 7.6 Спорт по докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

Дата: 07.12.2022 г.

Изготвил становището:

Проф. Йордан Иванов, доктор

# **S T A T E M E N T**

**by Prof. Yordan Kostadinov Ivanov, Ph.D**

Concerning dissertation work entitled:

## **“Introducing Motor Activity to Prevent of Illness and Improve the Quality of Life”**

for acquiring the educational and scientific degree of “Doctor”

in professional field 7.6 Sports,

Doctoral Programme:

“Theory and Methodology of Sports Science”

Author of the dissertation: Bassel Tahboub

Scientific supervisor: Prof. Krasimir Petkov, D.Sc.

The researched issue of the purposeful introduction of organised and dosed motor activity for the prevention of certain pathologies in order to raise the quality of life is extremely relevant and with a great socially significant effect.

The dissertation has a volume of 163 pages, comprising an introduction, three chapters including a bibliographic list of 175 literary sources, and four appendices.

The dissertation work provides sufficient visualisation and is illustrated with 59 figures and 52 tables.

Concerning the overall procedure, no violations of a formal or other nature have been established or plagiarism data found.

**The first chapter** offers an in-depth sportological analysis of the structural and functional activity of the spine, the cause-and-effect relationships, and some modern methods of prevention and treatment of pathological changes in the back area.

The essential features of a person's health status, the conditions for increasing the quality of life and motor activity as a treatment means in an environment characterised by increased hypodynamics, "screen syndrome", and the global health crisis caused by the COVID-19 are considered.

**Chapter Two** correctly defines the goal, tasks, and subject of the research work.

The doctoral student has used a specialised applied methods based on an author's idea to prove the working hypothesis and implement the pre-set goal of evaluating the effectiveness of the methods tested for approval.

**In the third chapter** ("Analysis of the Results") the doctoral student interprets well and analyses the studied indicators properly. For this purpose, he has used reliable mathematical and statistical methods. To verify the working hypotheses and establish the credibility of the differences between the obtained average values, he has correctly used Student's Independent Samples T-Test.

The applied methodology fully correlates with the thematic orientation of the dissertation. The section is illustrated and presents the necessary number of figures and tables. The individual regularities and the quantitative and qualitative changes that have occurred are clearly revealed through the graphics analysis.

**In the final part,** four conclusions are drawn and five recommendations offered, all of which correspond to the scientific and applied contributions.

Undoubtedly, the dissertation has definite contributions, which I can summarise as follows:

- \* Through sportological analysis, the essential characteristics of a person's health status, the factors and modern methods of prevention and treatment of pathologies in the back area have been outlined, examined, and systematised.
- \* The theoretical framework has been enriched through the development and presentation of a specialised motor program for individual performances at home which can likewise be multiplied in sports medical centres. Method guidelines have been

developed and proposed for the correct application and adaptation of the program to the requirements in an epidemiological environment.

- \* Specialised applied author's methods for the prevention and control of back pain in active athletes and non-athletes has been developed and tested for approval. With certain modifications, this can be applied to various social, target, and age groups.

Apart from some minor technical errors and terminological inconsistencies, the work would have had an even better qualitative dimension if the contingent of subjects researched had been expanded and specified. These admitted weaknesses, however, do not diminish the merits of the dissertation work.

### **Conclusion**

The dissertation comprises scientific and applied results that have a definite contribution to sports science.

The doctoral student has demonstrated the necessary theoretical knowledge, qualities, and skills for research and analytical activity.

Considering the above said, I hereby give my positive assessment and propose that the respected members of the scientific jury award Bassel Mohammed Tahboub the educational and scientific degree of “Doctor” in professional field 7.6 Sports, in the doctoral programme of “Theory and Methodology of the Sports Science”.

Date:

STATEMENT PREPARED BY:

7<sup>th</sup> December 2022

Prof. Yordan Ivanov, Ph.D.