

Резюмета на научни трудове
на гл. ас. Асен Тодоров Асенов, доктор

Представени за участие в конкурс за заемане на академичната длъжност “доцент”, в професионално направление 7.6. “Спорт”, специалност (Таекуондо), обявен в ДВ, бр. 94, 10 ноември 2023 г., стр. 93.

1. Асен Асенов (2023) Общо- физическите и специално двигателните качества, като част от моделната характеристика на Таекуондо, Спорт и наука, брой 1,

Непрестанно повишаващите се натоварвания, породени от многобройните участия в състезания със цел заемане на по-високо място в световната ранглиста на състезателите по таекуондо в дисциплината спаринг, поставя нови изисквания за развитие на общо физическите и специално двигателни качества в таекуондо.

В настоящия доклад се представят резултати от оценката на значимостта на общо физическите и специално двигателните качества на спортистите по таекуондо. Изведените, върху основата на експертните оценки, моделни характеристики са основа за определяне на най-значимите за този спорт показатели и разработване на методики за подготовка, които да стимулират, развиват и усъвършенстват именно тези показатели.

Ключови думи: моделна характеристика, експертни оценки, общо физически качества, специално двигателни качества.

General physical and especially motor qualities, as part of the model characteristic of Taekwondo

Summary:

The ever-increasing loads caused by numerous participation in competitions with the aim of occupying a higher place in the world ranking of taekwondo competitors in the sparring discipline, sets new requirements for the development of general physical and especially motor qualities in taekwondo.

The present report presents the results of the assessment of the significance of the general physical and specifically motor qualities of taekwondo athletes. The derived model characteristics based on expert assessments are the basis for determining the most significant indicators for this sport and developing training methods , to stimulate, develop and improve precisely these indicators.

Keywords: model characteristics, expert evaluations, physical qualities in general, motor qualities in particular.

2. Асен Асенов (2023г.) Исторически сведения за произхода на таекуондо Спорт и наука, ISBN / ISSN 1310-3393, Брой, том LVII, 2013, N извънр. бр. 4,

Създаването на съвременното таекуондо е повлияно от разнообразните форми на борба, практикувани в различните епохи.

В настоящия доклад е проследена появата и развитието на стари бойни изкуства на територията на Корейски полуостров през вековете до края на втората световна война и разделянето на Корея на две отделни държави. Влиянието на китайски и японски бойни изкуства върху стиловете практикувани в Корея и връзката им със съвременното таекуондо.

Ключови думи: история, произход, влияние, корейски бойни изкуства.

Historical information about the origin of Taekwondo

The creation of modern Taekwondo was influenced by the various forms of fighting practiced in different eras.

In this report, the appearance and development of old martial arts on the territory of the Korean Peninsula is traced through the centuries until the end of the Second World War and the division of Korea into two separate countries. The influence of Chinese and Japanese martial arts on the styles practiced in Korea and their relationship with modern taekwondo.

Keywords: appearance, development, origin, influence, Korean martial arts.

3. Asen Asenov (2023) Evaluation of the significance of psychomotor qualities in taekwondotrakia Journal of Sciences. Издателство : Trakia University ISBN / ISSN ISSN 1313-3551 (online), Брой, том Vol.21, Suppl. 1

The psychomotor qualities are among the basic sports-technical and technical-tactical characteristics of Taekwondo. They are an important element of motor activities and determine their specific quantitative and qualitative attributes.

The report presents the results from an assessment of the importance of various psychomotor qualities of Taekwondo athletes. The model characteristics of psychomotor qualities in Taekwondo, derived from expert evaluations, are the basis for determining the most important sports qualities and for creating a training methodology stimulating the development and improvement of these specific qualities. The model characteristics obtained through the expert evaluations are a kind of standard for the ideal Taekwondo athlete.

Key words: speed, accuracy, amplitude, sense of time

ОЦЕНКА НА ЗНАЧЕНИЕТО НА ПСИХОМОТОРНИТЕ КАЧЕСТВА В ТАЕКУОНДО

Психомоторните качества са сред основните спортно-технически и технико-тактически характеристики на таекуондо. Те са важен елемент на двигателните дейности и определят техните специфични количествени и качествени характеристики.

Докладът представя резултатите от оценка на важността на различни психомоторни качества на таекуондистите. Характеристиките на модела на психомоторните качества в

Таекуондо, изведени от експертни оценки, са основата за определяне на най-важните спортни качества и за създаване на методика на обучение, стимулираща развитието и усъвършенстването на тези специфични качества. Характеристиките на модела, получени чрез експертни оценки са един вид еталон за идеалния състезател по таекуондо.

Ключови думи: скорост, точност, амплитуда, чувство за време

4.Asen Asenov (2023) Evaluation on the effectiveness of the technical characteristics of taekwondo as part of the sportogram of the competitive event - sparring in Taekwondo, Trakia Journal of Sciences,Trakia University, ISBN / ISSN ISSN 1313-3551 (online)

Брой, том Vol.21, Suppl. 1

The systems for reporting points in taekwondo are changing. That requires rethinking the effectiveness of technical-tactical characteristics. The most significant model characteristics of Taekwondo are derived through expert evaluations and adapted to the features of the recently introduced electronic system for reporting points Daedo Gen 2. Two types of characteristics are presented: technical and tactical. The derived Taekwondo model characteristics are the basis for determining the most important qualities in that sport and for creating a training methodology which could stimulate, develop and improve these particular qualities.

Key words: program-target approach, technical characteristics, tactical characteristics

ОЦЕНКА ЗА ЕФЕКТИВНОСТТА НА ТЕХНИЧЕСКИТЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ НА ТАЕКУОНДО КАТО ЧАСТ ОТ СПОРТГРАМАТА НА СЪСТЕЗАТЕЛНАТА ДИСЦИПЛИНА - СПАРИНГ В ТАЕКУОНДО

Системите за отчитане на точки в таекуондо непрекъснато се променят. Това изисква преосмисляне на ефективността на технико-тактическите характеристики.

Най-значимите моделни характеристики на таекуондо са получени чрез експертни оценки и адаптирани към характеристиките на наскоро въведената електронна система за отчитане на точки Daedo Gen 2. Представени са два вида характеристики: технически и тактически. Изведените характеристики на модела на таекуондо са основа за определяне на най-важните качества в този спорт и за създаване на методика за обучение, която да стимулира, развива и подобрява тези специфични качества.

Ключови думи: програмно-целеви подход, технически характеристики, тактически характеристики.

5. Асен Асенов (2023г.), Модел за здравословни и безопасни тренировки по таекуондо, Стратегии на образователната и научната политика, АзБуки

ISBN / ISSN 1310-0270, Брой, том Vol. 31, 5s

Таекуондо е популярен спорт с традиции и история. Характеризира се с динамични движения, които изискват сила, бързина, издръжливост, баланс и координация. Безопасността е от съществено значение за практикуващите таекуондо.

Тя включва превенция на травми, адекватна реакция при кризи и предотвратяване на насилие, тормоз и агресивно поведение. Треньорите имат важна роля за осигуряване на безопасна и здравословна среда за практикуване на таекуондо. Те трябва да имат необходимите компетенции и да прилагат подходящи мерки за превенция.

В статията се предлага модел за здравословна и безопасна спортно педагогическа практика за тренировки по таекуондо. Моделът включва три основни аспекта: -Превенция на спортния травматизъм: включва редица мерки, като: подходящо оборудване, правилно разгръчане и разтягане, постепенно увеличаване на натоварването, индивидуализиран подход към спортуващите, обучение на треньорите за превенция на травми; - Адекватна реакция при кризисни ситуации: включва план за действие при природни бедствия, терористични актове и други извънредни ситуации; -

Превенция и адекватна интервенция на прояви на насилие, тормоз и агресивно поведение: включва обучение на треньорите за разпознаване и справяне с прояви на насилие, тормоз и агресивно поведение, създаване на безопасна и позитивна среда за спортуващите.

Моделът е полезен за треньорите по таекуондо, тъй като им дава практически насоки за осигуряване на безопасна и здравословна среда за практикуващите този спорт.

Ключови думи: безопасна тренировъчна среда, здравословна среда, превенция, травматизъм, таекуондо

A MODEL FOR HEALTHY AND SAFE TAEKWONDO TRAINING

Taekwondo is a popular sport with tradition and history. It is characterized by dynamic movements that require strength, speed, endurance, balance, and coordination.

Safety is essential for practitioners of taekwondo. It includes injury prevention, adequate crisis response, and prevention of violence, harassment, and aggressive behavior. Coaches play an important role in providing a safe and healthy environment for taekwondo practice.

They must have the necessary competencies and implement appropriate prevention measures.

This article proposes a model for healthy and safe sports pedagogical practice for taekwondo training. The model includes three main aspects: -Prevention of sports injuries: it consists of several measures such as: appropriate equipment, proper warm-up and stretching, gradual increase in workload, individualized approach to athletes, training of coaches for injury prevention; - Adequate response to crises: includes an action plan for natural disasters, acts of

terrorism and other emergencies; - Prevention and adequate intervention of violence, bullying, and aggressive behavior: includes training coaches to recognize and deal with violence, bullying, and aggressive behavior, creating a safe and positive environment for athletes.

The model is helpful for taekwondo coaches as it provides practical guidelines to ensure a safe and healthy environment for sports practitioners.

Keywords: safe training environment, healthy environment, prevention, traumatism,

6. Асен Асенов (1998г.), Бойното изкуство таекуон-до Спорт и наука, ISBN / ISSN 1310-3393, Брой, том 1/1998

В настоящия доклад за първи опит е направен опит да се обяснят отделните състезателни дисциплини в таекуондо и връзката им с таекуондо, като бойно изкуство. Значението на таекуондо и въздействието, което оказва върху практикуващите го във физически и духовен аспект. Разликата между таекуондо и останалите бойни изкуства. Целта на трениращите и целта на отделните състезателни дисциплини, като спаринг, форма и чупене. Приложния характер на таекуондо, главните характерни черти и съвременната тренировка по таекуондо.

Ключови думи: таекуондо, бойно изкуство, характеристика.

The martial art off Taekwondo

In this report, for the first time, an attempt has been made to explain the individual competitive disciplines in taekwondo and their relationship with taekwondo as a martial art. What does taekwondo mean. What impact does it have on its practitioners physically and spiritually. What distinguishes it from other martial arts. What is the purpose of the trainers and the purpose of the individual competitive disciplines, such as sparring, form and breaking. The applied nature of Taekwondo, the main characteristics and modern Taekwondo training.

Keywords: taekwondo, martial art, characteristic.

7. Асенов А., Коляндова М (2014г.) , Предимства и недостатъци на електронно-сензорните системи за отчитане на резултата в таекуондо WTF

Спорт и наука, ISBN / ISSN 1310-3393, Брой, том LVIII, 2014, N изв.4

Съвременните системи за отчитане на точки предоставят прозрачност и яснота на зрителите на таекуондо, които не познават правилата на този спорт. Това е реален шанс таекуондо да остане традиционно, но да продължи да се развива като модерно бойно изкуство и да доказва мястото си в олимпийските игри. Тази революционна технология ограничава до голяма степен субективния фактор и улеснява работата на съдийския състав.

Целта на изследването е проучване предимствата и недостатъците на различните системи за отчитане на точки с оглед подобряване ефективността на технико-тактическата подготовка.

Ключови думи: предимства; недостатъци; електронно-сензорни системи, таекуондо.

Asenov A., Kolyandova M., Advantages and disadvantages of electronic sensor systems for reporting the result in taekwondo WTF

Modern scoring systems provide transparency and clarity to Taekwondo viewers who do not know the rules of the sport. This is a real chance for Taekwondo to remain traditional but continue to develop as a modern martial art and prove its place in the Olympic Games. This revolutionary technology largely limits the subjective factor and facilitates the work of the judging panel.

The purpose of the research is to study the advantages and disadvantages of different scoring systems with a view to improving the effectiveness of technical-tactical training.

Keywords: advantages; disadvantages; electronic sensor systems, taekwondo.

8. Станчев Н., Асенов А., Бачева Н. (2013г.) Исторически преглед и развитие на таекуон-до ITF в България, Спорт и наука, ISBN / ISSN 1310-3393, Брой, том LVII, 2013, N извънбр.4,

В настоящия доклад е направен исторически анализ на създаването и развитието на таекуон-до (ITF) в България от 1956г. до 2013г. Проследено е създаването на първите клубове по таекуондо, Българската Федерация по Таекуондо (ITF) и създаването на специалност "таекуондо" в НСА. Организирането и участието в национални и международни състезания.

Stanchev N., Asenov A., Bacheva N. Historical overview and development of ITF Taekwondo in Bulgaria

In this report, a historical analysis of the creation and development of Tae Kwon Do (ITF) in Bulgaria since 1956 has been made. until 2013. The creation of the first taekwondo clubs, the Bulgarian Taekwondo Federation (ITF) and the creation of the "taekwondo" specialty at the National Academy of Sciences were followed. The organization and participation in national and international competitions.

9. Тотева М., Димитрова Д., Илинова Б., Асенов А. Трифонов М. Соматотипологични особености на състезатели по таекуондо. Спорт, общество, образование. ISBN / ISSN 2682-9908, Брой, том Том 7

Особеностите на телосложението до голяма степен се явяват предиспозиция за успешната изява на състезателите от различните спортни дисциплини. Многобройните научни проучвания установяват, че съществуват специфични морфологични параметри със значителен относителен дял в биомеханиката на различните спортове, което налага целенасочен подбор и индивидуален подход в учебно- тренировъчната дейност. Целта на настоящото изследване е да се проучат соматотипологичните особености на състезатели по таекуондо с оглед оптимизиране на спортния подбор и индивидуализиране на учебно-тренировъчната работа.

Ключови думи: таекуондо, соматотип, изследване.

Toteva M., Dimitrova D., Ilinova B., Asenov A. Trifonov M, Somatotypological features of taekwondo athletes

Physiological features are to a large extent a predisposition for the successful performance of athletes from various sports disciplines. Numerous scientific studies have established that there are specific morphological parameters with a significant relative share in the biomechanics of various sports, which necessitates targeted selection and an individual approach in training and education. activity. The aim of the present study is to study the somatotypological features of taekwondo athletes with a view to optimizing the sports selection and individualizing the educational and training work.

Keywords: taekwondo, somatotype, research.

10.Asen Asenov (2020), Analysis of an online taekwondo competition. PEDAGOGY – PEDAGOGIKA, ISSN 1314–8540 (Online), ISSN 0861–3982

The state of emergency declared in Bulgaria due to the COVID-19 situation has demonstrated that practicing sport under these conditions is limited. The National sport Academy “Vassil Levski” has been the pioneer in the online trainings in Bulagaria. The Taekwondo department of the Academy was the first one introduce an online competition in taekwondo during the 2020 pandemic in Bulgaria. The methods we used were theoretical- analytical, expert evolution, mathematical - statistical method and survey. The feedback from the participants in the online tournament clearly indicate that such an event can and must be used in order to maintain motivation in athletes. Such an event cannot fully replace the “real” competition but it is essential under the conditions of social isolation.

Keywords: sport; championships; COVID - 19

Анализ на онлайн таекуондо състезание

Извънредното положение, обявено в България заради ситуацията с COVID-19, показва, че практикуването на спорт при тези условия е ограничено. Национална спортна академия „Васил Левски” е пионер в онлайн обучението в България. Таекуондо отделът на Академията беше първият, който въведе онлайн състезание по таекуондо по време на пандемията 2020 в България. Методите, които използвахме бяха теоретико-аналитични, експертна еволюция, математико-статистически метод и анкета. Отзивите на участниците в онлайн турнира ясно показват, че подобно събитие може и трябва да се използва за поддържане на мотивацията на спортистите. Подобно събитие не може напълно да замени „истинското“ състезание, но то е от съществено значение в условията на социална изолация.

Ключови думи: спорт; първенства; COVID 19

11. Хабилизационен труд - Монография

Асен Асенов (2023). „Таекуондо- история, същност, развитие и съвремие”. София, ISBN 978-954-718-729-6

Главната цел на монографията е да се направи обстоен анализ на развитието, настоящето и бъдещите възможности за развитие на този спорт. Проследен е историческият път на таекуондо от създаването му до утвърждаването му като олимпийски дисциплина. Направена е характеристика на основните отличителни черти на таекуондо, което включва основните раздели в таекуондо: класификация, терминология, настоящите състезателни правила, анализ на последните системи за отчитане на точки, най-новите технологии използвани в съдийството и в подготовката. Изведени са основните приложни аспекти в обучението по таекуондо, което обхваща теоретичната и спортно-техническата подготовка на състезателите.

Asen Asenov (2023). "Taekwondo - history, essence, development and modernity". Sofia, ISBN 978-954-718-729-6

The main goal of the monograph is to make a comprehensive analysis of the development, present and future development opportunities of this sport. The historical path of taekwondo from its creation to its confirmation as an Olympic discipline is followed. The main distinguishing features of taekwondo are characterized, which includes the main sections in taekwondo: classification, terminology, current competition rules, analysis of the latest scoring systems, the latest technologies used in judging and in preparations. The main applied aspects in taekwondo training are outlined, which covers theoretical and sports- the technical training of the competitors.