

СТАНОВИЩЕ

По представения дисертационен труд от Веселина Теодорова Стаева на тема „Оптимизиране на специалната подготовка на висококвалифицирани състезатели по рафтинг“ за присъждане на Образователната научна степен „Доктор“ в Професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Представеният за рецензиране дисертационен труд е в обем от 153 стандартни страници, в които са включени 53 таблици и 29 фигури.

Дисертацията е структурирана в съответствие с изискванията към такъв вид разработки.

Уводът въвежда в тематиката на дисертационния труд. Литературният обзор е в обем от 58 страници и е разработен на базата на 97 литературни източници, от които 48 на кирилица, 38 на латиница и допълнителни 11 интернет източника. В него е отразена историята на развитието на спорта рафтинг и е направен опит за неговата обща характеристика. Особено внимание е отделено за използваната екипировка от състезателите и средствата за безопасност при практикуване. Посочени са различните състезателни дисциплини и задълбочено са представени видовете препятствия и трудностите на реките. Описани са подходящите реки и маршрути за практикуване на рафтинга в България и Европа. Достатъчно задълбочено са разгледани проблемите, свързани с техниката на спорта рафтинг и е направена класификация на видовете загребвания. Посочени са и често срещаните грешки при изпълнението им.

В отделна точка е разгледана и физическата подготовка на спорта рафтинг. Представени са обстойно обемите в многогодишен план на висококвалифицирани състезатели по рафтинг публикувани от руски специалисти, както и средствата използвани от тях за обща физическа подготовка. Специфичните средства са само загатнати и са посочени бегло само някои от използваните. Отделено е внимание в отделни точки на тактическата и психологическата подготовка на състезатели по рафтинг като е обосновано тяхното значение за постигане на високи спортни резултати. В точката „Контрол на физическата и техническа подготовка на състезатели

по рафтинг“ е направен е опит за представяне на проблема за контрол в рафтинга и са посочени трудностите при неговото прилагане. Поместени са нормативи за оценка и упражнения за обща физическа подготовка отново по руски автори, като дадените упражнения са неспецифични за гребането (лицеви опори, бягане, упражнения със щанги, ски, плуване и т.н.). Няма информация относно контрол със специфични за спорта упражнения.

На база на извършения анализ на литературните източници докторантката извежда работната хипотеза, свързана с очакването, че включването на специални технически упражнения и увеличаването на дела на специалната подготовка на състезателки по рафтинг ще повиши значително нивото на тяхната физическа подготовка и ще подобри спортно постижение.

Целта на изследването е правилно формулирана и отговаря на темата на дисертацията. Поставените задачи са достатъчно конкретни и осигуряват изпълнението на целта на изследването.

Обект на изследване са показатели на развитие на обща и специалната физическа подготовка на висококвалифицирани състезателки по рафтинг. Изследвани са десет висококвалифицирани състезателки по рафтинг от двата водещи български спортни клуба в този вид спорт – СК КК „НСА - Васил Боянов“, гр. София и СК „Венто“, гр. Пловдив за период от една година.

Експерименталната методика за спортна подготовка на висококвалифицирани състезателки по рафтинг е представена в обем от 16 страници като започва със “Система от технико-тактически упражнения в рафтинг спорта“ в табличен вид. Дадено е описание на всяко едно техническо упражнение в спорта рафтинг, но не става ясно всички ли упражнения са използвани в методиката или само някои от тях.

Следва структура на годишен тренировъчен план в табличен вид на експерименталната и контролната група. Дадени са и примерни тренировъчни мезоцикли и микроцикли, където разликата в обемите на натоварване при двете групи е значителна. Общия брой тренировки в примерния мезоцикъл на експерименталната група за подготвителния период са 40, а за контролната - 28 или с 12 по-малко от тези на експерименталната. Подобна е и представената структура на примерен

мезоцикъл на двете групи за предсъстезателния период, където за трета и четвърта седмица експерименталната група тренира 720 мин на седмица, а контролната 360 мин или два пъти по-малко. Не се конкретизира какъв е дела на специфичната тренировка в изпълнения обем и не са представени и изпозваните методи и средства, а само общи структури на годишен план, примерни мезоцикли и микроцикли отново по структура, без конкретика.

В рамките на изследването е използвана тестова батерия от 25 теста, представена в табличен вид и описана в обем от шест страници. Тя включва общо пет теста за антропометрия на състезателите, осем теста за обща физическа подготовка и 12 за специална физическа подготовка в тихи и бързи води.

Глава трета е озаглавена „Анализ на резултатите от изследването“ и в нея първо са дадени резултати от изследването по различните тестови показатели и се преминава към техния статистически анализ. От 87 до 94 страница на труда са отделени за анализи на възрастовите и антропометричните резултати на състезателките, като са направени и сравнителен анализ, вариационен анализ, корелационен анализ.

От представените резултати от тестовете за обща физическа подготовка на контролна и експериментална група от първия тест ясно се вижда, че изходните резултати на експерименталната група са по-високи от тези на контролната. Липсва анализ на резултатите от второто тестване на групите и веднага се преминава към статистическите анализи – вариационен, Т-критерий на Стюдънт, корелационен, които са ненужно дълги и тежки, с повторения и неразбираеми диаграми.

От изложеното в точка **3.3.** (Анализ на показателите определящи нивото на специална физическа подготовка на висококвалифицирани състезателки по рафтинг) и представените резултати на контролна и експериментална група при първото тестване разликите в резултатите на експерименталната група отново са по-високи, както в тихи, така и в бързи води. И при втория тест прираства в резултатите на експерименталната група е доста по-голям. Това се обяснява в анализа със специфичната насоченост на тренировките и интервалните методи на тренировка, които за първи път се споменават тук. Никъде преди това в работата не се говори за използваните методи на тренировка в експерименталната програма, а само е дадена структурата – без методи и средства и на практика не е ясно какво е съдържанието на тази методика.

При анализа на резултатите на контролната група не се наблюдава прираст в резултатите при второто тестиране с изключение на резултата при спускане на 3000м бързи води. Докато при експерименталната прираст е значителен – от 8 – 60 секунди при всички тестовете на бързи води. Това се обяснява в анализа с: „...въвеждането и прилагането на система от технико-тактически упражнения по рафтинг в експерименталната методика за специалната подготовка на висококвалифицирани състезателки по рафтинг позволи постигане на високи нива на технико-тактическо майсторство.“

Не са представени резултати и анализ от тест 24 - Класиране на държавен или международен шампионат по рафтинг, който фигурира в тестовете.

Изведени са пет извода, които са много общи и извод номер четири по същество не е извод, а представяне на резултатите, които трябва да са посочени в раздела резултати и анализ. Извод номер пет не е извод от работата, тъй като както вече казах няма дадени резултати и анализ по тест 24 класирания в официални регати в работата, а те се посочват в извода.

Основният принос на дисертацията по мое мнение е класификацията и описанието на използваните видове загребвания в спорта рафтинг и често срещаните грешки при изпълнението им. Тази докторска дисертация е и първата в България насочена към методиката на тренировка в спорта рафтинг.

Въз основа на изразеното становище имам основание да направя окончателна оценка за качеството на дисертационния труд на докторантката Весела Стаева и след публичната му защита да формулирам решение за присъждане на научната степен „Доктор“.

Изготвил становището:

Доц. Даниела Оронова-Христова, доктор

OPINION

On the dissertation work presented by Veselina Teodorova Staeva on the topic "Optimization of the special training of highly qualified rafting competitors" for acquiring the "PhD" educational and qualification degree in professional direction 7.6 Sport, "Theory and methodology of the sports science" PhD programme

The dissertation submitted for review is in the volume of 153 standard pages, which include 53 tables and 29 figures. The dissertation is structured in accordance with the requirements for this type of work.

The introduction introduces the topic of the dissertation work. The literature review is 58 pages long and is developed on the basis of 97 literary sources, of which 48 are in Cyrillic, 38 are in Latin and an additional 11 Internet sources. It reflects the history of the development of the sport of rafting and attempts to describe its general characteristics. Special attention is paid to the equipment used by the competitors and the means of safety during practice. The different racing disciplines are indicated and the types of obstacles and the difficulties of the rivers are presented in depth. The suitable rivers and routes for practicing rafting in Bulgaria and Europe are described.

The problems related to the technique of the rafting sport have been considered in sufficient depth and a classification of the types of strokes has been made. Common errors in their implementation are also indicated. The physical training of this sport is also discussed in a separate point. The volumes in a multi-year plan of highly qualified rafting competitors published by Russian specialists are presented in detail, as well as the exercises used by them for general physical training. The specific means are only hinted at and only some of those used are briefly mentioned. Attention has been paid in separate points to the tactical and psychological training of rafting competitors, and their importance for achieving high sports results has been substantiated.

In the point "Control of the physical and technical training of rafting competitors" an attempt is made to present the problem of control and assessment in rafting and the difficulties in its implementation are indicated. Standards for evaluation and exercises for general physical training have been placed, again according to Russian authors, and the given exercises are not

specific to rowing (push-ups, running, exercises with barbells, skiing, swimming, etc.). There is no information on assessment with sport-specific exercises.

Based on the analysis of the literary sources, the PhD student derives the working hypothesis related to the expectation that the inclusion of special technical exercises and the increase in the share of special training of female rafting competitors will significantly increase the level of their physical training and improve sports performance.

The purpose of the research is correctly formulated and corresponds to the topic of the dissertation. The tasks set are sufficiently specific and ensure the fulfillment of the purpose of the research.

The object of research are indicators of development of general and special physical training of highly qualified rafting athletes. Ten highly qualified rafting athletes from the two leading Bulgarian sports clubs in this type of sport - SC KK "NSA - Vasil Boyanov", Sofia and SC "Vento", Plovdiv - were studied for a period of one year.

The experimental methodology for sports training of highly qualified female rafting competitors is presented in a volume of 16 pages starting with "System of technical-tactical exercises in rafting sports" in tabular form. A description of possible technical exercises in the sport of rafting is given, but it is not clear whether all exercises are used in the methodology or only some of them.

A structure of an annual training plan in tabular form for the experimental and control groups are presented. Example training mesocycles and micro cycles are also given, where the difference in loading volumes for the two groups is significant. The total number of trainings in the sample mesocycle of the experimental group for the preparatory period is 40, and for the control group - 28, or 12 less than those of the experimental group.

The presented structure of an example mesocycle of the two groups for the pre-competition period is similar, where for the third and fourth weeks the experimental group trains 720 min per week, and the control group 360 min or twice less. It is not specified what the share of specific training is in the performed volume, and the methods and exercises used are not presented either, but only general structures of an annual plan, example mesocycles and micro cycles, again by structure, without specifics.

Within the scope of the study, a test battery of 25 tests was used, presented in tabular form and described in a volume of six pages. It includes a total of five tests for anthropometry of the competitors, eight tests for general physical fitness and 12 for special physical and technical fitness in calm and fast water.

Chapter three is titled "Analysis of Research Results" and it first gives research results on the various indicators tested and moves on to their statistical analysis. Pages 87 to 94 of the work are devoted to analyzes of the age and anthropometric results of the athletes, presenting comparative analysis, variation analysis, and correlation analysis.

From the presented results of the general physical fitness tests of the control and experimental groups from the first test, it is clearly seen that the initial results of the experimental group are higher than those of the control group. There is no analysis of the results of the second testing of the groups, and it is immediately passed to the statistical analyzes - variance, Student's T-test, correlation, which are unnecessarily long and heavy, with repetitions and incomprehensible diagrams.

From what was stated in point 3.3. (Analysis of the indicators determining the level of special physical training of highly qualified female rafting competitors) and the presented results of the assessment and experimental group at the first testing, the differences in the results of the experimental group are again higher, both in calm and fast waters. And in the second test, the increase in the results of the experimental group is much larger. This is explained in the analysis with the specific targeting of training and interval training methods, which are first mentioned here. Nowhere before, in the work it is not said about the training methods used with the experimental program, only the structure is given - without methods and means, and in practice it is not clear what the content of this methodology is.

In the analysis of the results of the control group, no increase in the results was observed in the second test, except for the result in the descent of 3000m of rapid water. While in the experimental increment it is significant - from 8 - 60 seconds in all fast water tests. This is explained in the analysis by: "...the introduction and application of a system of technical-tactical rafting exercise in the experimental methodology for the special training of highly qualified female rafting competitors allowed to achieve higher levels of technical-tactical mastery."

There are no results and analyses of Test 24 - Ranking of State or International Rafting Championships in the thesis presented.

Five conclusions are drawn which are very general. Conclusion number four is not essentially a conclusion but a presentation of the results which should be stated in the results and analysis section. Conclusion number five is not a conclusion from the presented dissertation, since as I already said there are no results given from official regattas in the work, but they are indicated here.

The main contribution of the dissertation, in my opinion, is the classification and description of the types of strokes used in the sport of rafting and the common errors in their execution.

This doctoral dissertation is also the first in Bulgaria focused on the methodology of training in the sport of rafting.

Based on the expressed opinion, I have a reason to make a final assessment of the quality of doctoral student Vesela Staeva's dissertation work and, after its public defense to formulate a decision to award the "PhD" scientific degree.

Reviewer

Assoc. Prof. Daniela Oronova-Hristova, PhD