

РЕЦЕНЗИЯ

На дисертационен труд на тема:

„Технология на кондиционната подготовка в учебния процес по физическо възпитание чрез занимания по тенис във висшето училище“ на Виктория Емилова Очева за придобиване на ОНС “Доктор“ в професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Научен ръководител: проф. Даниела Дашева, ДН

Представеният ми дисертационен труд разглежда изключително важен и актуален въпрос за повишаване на ефективността на учебния процес по физическо възпитание и спорт, чрез оптимизиране на важните за неговото качествено протичане фактори и условия. Всяка новост в методиката на обучение по спорт на студентите от висшето училище безспорно представлява интерес в теорията и практиката на тениса. Значимостта само на пръв поглед изглежда стеснена, предвид на това, че разработения проблем се отнася до един относително ограничен кръг от студенти. В действителност обаче, дори и малките приноси моменти за подобряване на методиката на кондиционната подготовка в учебния процес по физическо възпитание и спорт, чрез занимания по тенис във висшето училище, могат да рефлектират от социална гледна точка по един многостранен начин. Многоброен е контингентът от начинаещи тенисисти студенти, които се подготвят да играят тенис не само в

университетите, но и през целия си съзнателен живот. Всичко това изисква търсенето и създаването на нови форми и средства за стимулиране на спортната дейност на студентите, подобряване на тяхното здраве, функционални и двигателни възможности.

В структурно отношение дисертационния труд е разработен в 164 стр., включващи 3 раздела, които съдържат 42 таблици, 17 фигури и две приложения. Цитирани са 154 източника на кирилица 136 и 18 на латиница. В тази връзка предлагам да бъдат коригирани коректно в текста на труда проучените източници.

Увода на дисертацията въвежда читателя към основния текст и основната цел на настоящото изследване е подобряване и оптимизиране на технологията на кондиционната подготовка в учебния процес по физическо възпитание във висшите училища чрез спорта тенис.

Глава I – „Постановка на проблема“ е представена в 41 машинописни страници с 6 подраздела, добре структурирана, но считам, че е можело малко да бъде съкратена. Посочени са негативни моменти по отношение на образователната насоченост на физическото възпитание като педагогически процес и необходимостта студентите да усвояват нови целенасочени знания за ползата от двигателната активност. В съвременното общество учебната и информационната претовареност на студентите, липсата на достатъчно движения се отразяват неблагоприятно на тяхното здраве, физическо развитие и дееспособност. Направен е подробен теоретичен анализ на спецификата на обучение по спорт във Висшето училище, за да формира ценностна система

у младите хора, която да отчита необходимостта от висок професионализъм и съпричастност към физическата култура в изграждането им като лидери в обществото. Също така авторката е направила много добър анализ относно технологията на обучението по физическо възпитание и спорт. Технологиите в образованието вече променят цялата система. Те обхващат методи, техники, рационални начини не само в тренировките и усъвършенстването на движенията, но и в развитието на физическите качества и всички аспекти на учебно-тренировъчния процес.

Докторантката е обърнала внимание на технико-тактическата подготовка в тениса. Спортната техника има сложна структура, която се проявява на различни нива и подлежи на непрекъснати изменения. Една от основните задачи на физическото възпитание и спорт в университетите е възпитанието на физическите качества. За постигане на тази задача се осигурява постигането на високо ниво на физическа дееспособност и хармонично телосложение, които са важни компоненти на идеала на физическото възпитание – физическото съвършенство на човека. В съвременния спорт физическата подготовка все повече се замества с „кондиционна подготовка“. Тези две понятия се припокриват, но проследявайки тяхното развитие, се откриват различия в съдържанието им като част от структурата на спортната подготовка. В спортната практика се наложи терминът кондиция със значение на подготвеност, физическа годност, изграждане и поддържане на основните физически качества. По същността си изследването е приложно, констативно и иновационно и се гради върху предположението, че един от възможните пътища за подобряване на кондиционните качества в учебния процес по физическо възпитание чрез занимания по тенис във висшето училище е с въвеждане на разработена специализирана програма и съвременни методики и технически средства за

нейното реализиране. Разработената хипотеза определя концепцията на дисертационния труд и е предпоставка към целта.

Глава II - „Цел, задачи, методика и организация на изследването"

В глава втора формулираните цел и задачи отразяват научната идея. Обекта, предмета и контингента на изследването са описани изчерпателно. Обект на изследването са признаците на физическото развитие и физическата дееспособност на студентите от висшите училища в групите „Спорт по избор – тенис“, както и някои психически характеристики. Контингент на изследването са 93-ма студенти – експериментална група 40 студенти – мъже 24 и жени 16, и контролна група 53 студенти – мъже 30 и жени 23 на възраст между 19 и 22 години от УНСС, ТУ – София и СУ „Св. Климент Охридски“, които се обучават в групите „Спорт по избор – тенис“. В методиката на изследване са приложени методи на изследване за решаване на поставените цел и задачи. Описани са спортно-педагогически тестове за установяване нивото на показателите за физическа кондиция на изследваните студенти и някои психически характеристики. Приложената тестова батерия включва 12 спортно педагогически теста и чрез сигмалния метод е разработена нормативна таблица, по която лесно и бързо може да се оцени състоянието на всеки изследван признак (показател). Всяко ниво от методиката е с определено времетраене и определен брой тренировки, което е един значителен принос на разработката.

Глава III - „Анализ на резултати“

От проведената анкета и проучване на отношението на студентите от УНСС, ТУ – София и СУ „Св. Климент Охридски“ към спорта тенис в часовете по физическо възпитание и спорт се установява, че същите са го избрали, защото ги привлича динамиката на играта, в голяма степен водещи са и емоцията и красотата на играта и много голям процент от респондентите са предпочели този спорт, защото имат интерес към играта, желание да се научат да я играят и, за да бъдат с приятели и колеги. Студентите споделят, че ще посещават заниманията по тенис дори и да не са задължителни и това би се отразило положително за развитие на здравословното и физическото им състояние.

Анализа на резултатите от проведения педагогически експеримент дава възможност да се изведат важни за практиката изводи и препоръки. Установена е по-голяма еднородност на извадките при Експерименталната група, особено при качествата взривна сила на долни крайници, спринт 20 м, сила и издръжливост на горната част на тялото, което е показателно за подобряване на кондиционните качества. Получените резултати на двете групи – маже и жени – студенти на Експерименталната група са доказателство за положителното влияние на приложената програма. Налице е подобряване на стойностите по показателите внимание и устойчивост на смущенията. Корелационната структура на изследваните показатели представена в таблици, за физическо развитие и физическа дееспособност в края на спортно-педагогическия експеримент показва при жените ЕГ като цяло – 36 зависимости, от които 20 положителни. Трябва да отбележа, че докторантката е положила много усилия и успешно е разрешила основните задачи, които си

е поставила, което е още един голям принос за разработката от научна и практическа гледна точка.

След направения сравнителен анализ и проведен педагогически експеримент, може де се обобщи, че експерименталната група се представя със значително по-добри резултати и това оправдава предварителните очаквания относно приложената при нея специализирана учебна програма в часовете по физическо възпитание със спорт тенис.

Изводите и препоръките са добре формулирани, като произтичат от проведените изследвания и обобщават резултатите от тях.

Заключение

В заключение на основата на изброените достойства и отбелязани позитивни моменти, считам, че дисертационната разработка има голям принос в развитието на технологията на кондиционната подготовка чрез занимания по тенис във висшето училище. На основата на всичко посочено до тук, с увереност и морална удовлетвореност си позволявам да препоръчам ва уважаеия Специализиран научен съвет с област “Здравеопазване и спорт“, професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“, да присъди на докторантката Виктория Емилова Очева Научно образователната степен „Доктор“.

Рецензент:

/доц. Иван Димов, доктор/

REVIEW

on a dissertation work for the educational and scientific
academic degree “Doctor of Philosophy”, professional field 7.6. Sport,
doctoral program “Theory and Methodology of Sport Science”

Topic of the dissertation work: “Technology of Conditioning in the Physical
Education Learning Process through Tennis Classes in the Higher School”

Author of the dissertation work: Viktoria Emilova Ocheva

Supervisor: Professor Daniela Dasheva, D.Sc.

The dissertation work presented for review deals with an extremely important current problem about improving the effectiveness of the learning process in physical education and sport through optimization of factors and conditions which are significant for its quality development. Any innovation in the methodology of teaching sports to university students is definitely of interest in the theory and practice of teaching tennis. The significance of the problem seems narrow at first glance, due to the fact that the studied issue refers to a relatively limited circle of students. In reality, however, even small contributions for the improvement of the methodology of conditioning in the learning process of physical education and sports through tennis classes in the higher schools, could have a multi-aspectual social effect. There is a large number of beginner level tennis students, preparing to play tennis not only at university, but throughout their life. All that requires the search and creation of new forms and means for stimulating students’ sports activity, for improving their health status, functional and motor capabilities.

In terms of its structure, the dissertation work is developed in 164 pages, including 3 chapters which contain 42 tables, 17 figures and two appendices. 154 sources are cited, 136 in Cyrillic and 18 in Latin alphabet. In this regard, I suggest a revision and correction of the studied sources in the text of the research work.

The introduction of the thesis leads the reader to the main aim of the present study on improving and optimization of the technology of conditioning in the learning of physical education in higher schools through the sport of tennis.

Chapter I – “Statement of the Problem” is developed in 41 printed pages with 6 subsections. It is well-structured but in my opinion it could have been shortened. Some negative points are indicated, with reference to the learning orientation of physical education as a pedagogical process and the need for students to acquire new targeted knowledge about the benefits of motor activity. In contemporary society, the educational and information overloading of students and the lack of sufficient movement have a negative effect on their health, physical development and physical capacity. A detailed theoretical analysis is made of the specifics of sports education in higher schools, aiming to form moral standards of young people, taking into account the need of top professionalism and active engagement in physical education so that they can develop as leaders in society. Besides, the author has made a very good analysis on the learning technologies in physical education and sports. Learning technologies are already changing the whole system of education. They include not only the methods, techniques and rational ways of teaching and mastering movements, but also the development of physical qualities and all other aspects of the process of education and training.

The doctoral student has devoted special attention to the technical and tactical preparation in tennis. Sports technique has a complex structure which manifests itself at different levels and undergoes continuous changes. One of the main tasks of physical education and sport at universities is the development of physical qualities. For the realization of this task, the achievement of high level of physical performance and harmonious physique are aimed at, as important components of the ideal of physical education – perfect physical condition of man. In contemporary

sport, physical preparation is increasingly being replaced by “conditioning”. These two terms overlap, but tracing their development reveals some differences in their content as part of the structure of sport preparation. In sports practice, the term “conditioning” has been introduced to mean preparedness, physical fitness, building and maintaining basic physical qualities. In essence, the research is applied, constative and innovative, and it was built on the concept that one of the possible ways for improving conditioning qualities in the learning process in physical education through tennis classes in higher schools is by introducing a specially developed program, modern methodology and technical means for its realization. The developed hypothesis determines the basic concept of the dissertation work and is a prerequisite for its aim.

Chapter II – “Aim, Tasks, Methodology and Organization of the Research”

In chapter two, the formulated aim and tasks reflect the research idea. The object, subject and contingent of the research are comprehensively described. The object of the research includes the indicators of physical development, physical capability and some mental characteristics of higher education students, participating in the “Optional Sport - Tennis” groups. The contingent of the research subjects includes 93 students – the experimental group including 40 students – 24 men and 16 women, the control group - 53 students – 30 men and 23 women, aged between 19 and 22, from the University of National and World Economy, the Technical University and Sofia University “St. Kliment Ohridski”, participating in the groups of “Optional Sport - Tennis”. The research methodology

involves specific research methods, in order to resolve the presented aim and tasks. Sports pedagogical tests are described, used for establishing the indicators of the level of physical condition and some mental characteristics of the students who were subject of the research. The applied test battery includes 12 sport pedagogical tests, and through the sigma method a normative table is created, which can be used to easily and quickly assess the state of each examined indicator. Every level of the methodology has certain duration and a certain number of training sessions, which is a significant contribution of the research.

Chapter III – “Analysis of the Results”

From the conducted survey with students from the University of National and World Economy, the Technical University and Sofia University “St. Kliment Ohridski” of their attitude to tennis practiced in the physical education and sports classes, it was established that the respondents chose tennis, because they were attracted by the dynamics of the game. Its emotion and beauty were other decisive reasons for their choice, and a large percent of the respondents preferred that sport, because they were interested in tennis and they wanted to learn to play and be together with friends and colleagues. The students also stated their intentions to continue attending tennis classes, even if they were not mandatory, because that would have a positive impact on their health status and physical condition.

The analysis of the results from the conducted pedagogical experiment makes it possible to draw important conclusions and recommendations for practical application. Greater homogeneity of the samples was found with the experimental group, especially with explosive power of lower limbs, 20 m sprint, strength and endurance

of the upper part of the body, which is significant of the improvement of conditioning skills. The obtained results of the two groups - men and women - from the experimental group, proved the positive impact of the applied program. There is an improvement in the values of the indicators of attention and resistance to disturbances. The correlation structure of the studied indicators presented in tables, about the physical development and physical capacity at the end of the sports pedagogical experiment, shows 36 dependencies with women in the experimental group as a whole, 20 of which - positive.

It must be noted that the doctoral student has put a lot of effort and has successfully solved the basic tasks she set herself, which is a great contribution of the research from a theoretical and practical point of view.

After the comparative analysis made and the conducted pedagogical experiment, it can be summarized that the experimental group performed with significantly better results, which justifies the preliminary expectations regarding the specialized program applied to it in the physical education classes with the sport of tennis.

The conclusions and recommendations are well formulated on the basis of the conducted research and summarize the results.

Conclusion

In conclusion, on the basis of the listed merits and noted positive aspects, I believe that the dissertation work has a great contribution for the development of the technology of conditioning through tennis training in higher schools. Grounded on everything stated above, with conviction and moral satisfaction, I would like to

recommend to the esteemed Specialized Scientific Council in the area of “Healthcare and Sport”, professional field 7.6. Sport, doctoral program “Theory and Methodology of Sport Science”, to award the doctoral student Viktoria Emilova Ocheva the educational and scientific degree “Doctor of Philosophy”.

Reviewer:

/Associate Prof. Ivan Dimov, Ph.D./