

С Т А Н О В И Щ Е

От: доц. д-р Ралица Цекова Арсова
Университет за Национално и Световно стопанство,
Катедра „Физическо възпитание и спорт;
Научна специалност: 7.6. Спорт

Относно: дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен **„доктор“** по *научна специалност 7.6 СПОРТ* в НСА „Васил Левски“.

Автор на дисертационния труд: ВИКТОРИЯ ЕМИЛОВА ОЧЕВА

Тема на дисертационния труд: ТЕХНОЛОГИЯ НА КОНДИЦИОННАТА ПОДГОТОВКА В УЧЕБНИЯ ПРОЦЕС ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ ЧРЕЗ ЗАНИМАНИЯ ПО ТЕНИС ВЪВ ВИСШЕТО УЧИЛИЩЕ

Основание за представяне на становището: участие в състава на научното жури по защита на дисертационния труд съгласно Заповед № 1063/12.11.2024 г. на Ректора на НСА „Васил Левски“.

1. Информация за дисертанта

Дисертантката се е обучавала по докторска програма към катедра „Футбол и тенис“ на НСА по *научна специалност 7.6 Спорт* „Теория и методология на спортната наука“ съгласно Заповед 1371/28.10.2021 г. на Ректора на НСА „Васил Левски“.

Професионалните интереси на Виктория Очева в спорта тенис са в резултат на дългогодишната ѝ спортно-състезателна и треньорска кариера.

2. Обща характеристика на представения дисертационен труд

Дисертационният труд е с практическа насоченост и приложимост.

Трудът съдържа 168 стандартни машинописни страници. Онагледен е с 44 таблици и 26 фигури. Библиографията включва 154 литературни източника, от които 136 на кирилица и 18 на латиница. Приложенията са три на брой.

В структурно отношение дисертационният труд обхваща 3 глави, като въведението, литературата и приложенията са спомагателни и внасят допълнителна яснота по разработката.

Първият раздел „Постановка на проблема“ е в обем от 40 страници. В него е са проучени и обобщени състоянието, и особеностите на физическото възпитание и спорта във висшите училища в България, разгледана е

технологията на обучението по физическо възпитание и спорт, посочена е същността на технико-тактическата подготовка в тениса, анализирана е основата на кондиционната подготовка. Проследени са физическото развитие и физическата дееспособност на студентите от ВУ.

Изложената в края на раздела „Работна хипотеза“ е добре обоснована на основата на направения теоретичен анализ.

Във втора глава целта на изследването е добре формулирана, както и задачите, описани са обекта и предмета на изследване, участващите в изследването студенти, етапите и организацията.

Обстойно е описан педагогическият експеримент. Посочени са използваните математико – статистически методи.

Основният раздел „Анализ на резултатите“ е разработен в 7 подраздела и е в обем от 53 страници.

Въз основа на анкетно проучване сред студенти практикуващи спорт по избор – тенис е направен извода, че те имат интерес към спорта, биха го практикували, защото се отразява положително на здравословното им състояние.

Разкрити са средните стойности и вариативност на изследваните признаци в началото и в края на педагогическият експеримент. Установено е въздействието и ефективността на експерименталната методика за подобряване на кондицията при студенти практикуващи спорта тенис.

Установени са средни стойности и вариативност на психическите показатели при студентите след педагогическият експеримент.

Направена е корелационна структура на изследваните показатели.

Разработена е нормативна база за оценка и контрол, както на физическото развитие, така и на кондиционната подготовка на студентите от групите по тенис.

Представените научни резултати и факти са добре онагледени с таблици и фигури, които илюстрират установените зависимости.

Обобщенията на дисертационния труд съответстват на извършената емпирична работа. Направени са 9 извода и 3 препоръки, които имат практическа стойност.

3. Оценка на научните и научно-приложни приноси

Теоретико-практическото проучване и направените систематични изводи в настоящото изследване позволяват да се открият следните по-важни **научни приноси** за спортната наука:

1. Установен е висок процент на желание за практикуване на спорта тенис при студенти от висшите училища, които биха го практикували повече от един път седмично с различни мотиви.

2. Установени са сходни резултати за вариативност при двата пола при качествата скоростна издръжливост и гъвкавост. Стабилност показват показателите, които носят информация за бързина, взривна сила на долни крайници и скоростна издръжливост. С най-висока разнородност се очертават силата на издръжливостта на горната част на тялото при ЕГ мъже и приблизителна еднородност при общата издръжливост ЕГ жени.
3. Най – много зависимости между показателите за двигателна кондиция се наблюдава при жените от ЕГ – 36, от които 20 положителни..
4. Доказана е ефективността на приложената специализирана програма чрез спорта тенис при студенти от УНСС и Технически университет – София, върху подобряване на двигателната им кондиция.
5. Установено е, че прилагането на разработената програма за развиване и подобряване на двигателната кондиция на студенти от групите „Спорт по избор – тенис” оказва значимо въздействие върху качеството бързина при студенти от ЕГ, за разлика от тези в КГ.
6. Сравнителният анализ средните нива и вариативност на изследваните показва разлики по отношение на хомогенността при студентите от ЕГ и КГ при взривната сила на долни крайници и силата, и издръжливостта на горната част на тялото.
7. Упражненията, включени в специализираната програма по тенис, водят до положителни промени в избирателността на вниманието и устойчивостта.
8. Установено е, че разработената технология за подобряване на кондиционните качества на студенти в учебните занимания по физическо възпитание и спорт чрез спорта тенис повишава интереса, качеството и ефективността на учебния процес по физическо възпитание и спорт във висшите училища
9. Разработената нормативна база за оценка и контрол както на физическото развитие, така и на двигателната кондиция на студентите е надежден инструмент за подобряване на процеса на обучение и тренировка във висшите училища..

4. Оценка на публикациите по дисертацията

Представени са две публикации, които са свързани с темата на

дисертацията. Те са на добро научно равнище и имат полезни за теорията и практиката резултати.

5. Оценка на автореферата

Авторефератът представя добре съдържанието на дисертацията. Нямам забележки.

6. Критични бележки, препоръки и въпроси

Нямам критични бележки.

7. Заключение

В съответствие с изложеното по-горе, и отчитайки научната и приложна стойност на докторската дисертация; приносите за спортната теория и практика, предлагам на членовете на научното жури да присъдят образователната и научна степен „ДОКТОР“ на Виктория Емилова Очева в Професионално направление: 7.6. „Спорт“, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

гр. София

Доц. д-р Ралица Арсова:

10 декември 2024 г.

OPINION STATEMENT

By: Assoc. prof. Ralitza Arsova, PhD,
Department of PE and Sport, UNWE
Scientific specialty: 7.6 SPORT

Regarding: A dissertation work for the award of the educational and scientific degree "Doctor" in the scientific specialty 7.6 SPORT at the National Academy of Sciences "Vassil Levski".

Author of the dissertation: VICTORIA EMILOVA OCHEVA

Topic of the dissertation: TECHNOLOGY OF CONDITIONING TRAINING IN THE STUDY PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION THROUGH TENNIS CLASSES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Reason for submitting the opinion: participation in the scientific jury for the defense of the dissertation work according to Order No.1063 /12.11.2024 of the Rector of the National Sports Academy "Vasil Levski".

1. 1. Information about the dissertation author

The doctoral student has completed the doctoral program at the Department of Football and Tennis of the National Sports Academy in the scientific specialty 7.6 Sport "Theory and Methodology of Sports Science" according to Order 1371/28.10.2021 of the Rector of the National Sports Academy "Vasil Levski".

Victoria Ocheva's professional interests in tennis are the result of her long-standing competitive and coaching career.

2. General characteristics of the presented dissertation work

The dissertation has a practical focus and applicability.

The work contains 168 standard typewritten pages. It is illustrated with 44 tables and 26 figures. The bibliography includes 154 literary sources, of which 136 are in Cyrillic and 18 in Latin. There are three appendices.

Structurally, the dissertation work comprises 3 chapters, with the introduction, literature and appendices being auxiliary and providing additional clarity to the development.

The first section "Problem Statement" is in a volume of 40 pages. It explores and summarizes the state and features of physical education and sports in higher

education institutions in Bulgaria, examines the technology of physical education and sports training, indicates the essence of technical and tactical training in tennis, analyzes the basis of conditioning training. The physical development and physical performance of university students are presented.

The working hypothesis being presented at the end of the section is well justified and based on the performed theoretical analysis. The purpose of the study is well formulated in the second chapter, as are the tasks, the object and subject of the study. The students participating in the study, the stages and the organization plan are appropriately described.

The pedagogical experiment is described in detail. The mathematical and statistical methods used are indicated.

The main section entitled "Analysis of Results" is developed in 7 subsections and is 53 pages long.

Based on a survey among students practicing tennis as a facultative sport, the study contains conclusions that the students are interested in this sport and would practice it because of the sport's positive effect on their health.

The average values and variability of the studied characteristics of the pedagogical experiment at the beginning and the end were revealed. The impact and effectiveness of the experimental methodology for improving fitness of students practicing tennis were established.

Average values and variability of the mental indicators of the students after the pedagogical experiment were established.

A correlation structure of the studied indicators was made.

A regulatory framework has been developed for the assessment and control of both the physical development and fitness training of students in the tennis groups.

The presented scientific results and facts are well illustrated with tables and figures that visualize the established dependencies.

The summaries of the dissertation work correspond to the empirical work carried out. In total, 9 conclusions and 3 recommendations have been made, all of which have practical value.

2. Evaluation of scientific and applied contributions

The theoretical and practical study and the systematic conclusions drawn in this study allow us to highlight the following more important *scientific contributions* to sports science:

1. 1. A high percentage of students willing to practice the sport of tennis has been identified among university students, who would practice it more than once a week for various reasons.

2. 2. Similar results were found in terms of variability in both sexes in the qualities of speed endurance and flexibility. Stability is shown by the indicators that carry information about speed, explosive strength of the lower limbs and speed endurance. The highest heterogeneity is outlined in the strength of the endurance of the upper body in the experimental group of men and approximate uniformity in the general endurance of the experimental group of women.
3. The most significant number of interrelations between motor condition indicators was observed in the experimental group of women – 36, of which 20 are positive.
4. The effectiveness of the specialized program of tennis for improving students' motor fitness has been proven through testing its application with students from the University of National and World Economy and the Technical University - Sofia.
5. The study's findings show that the implementation of the developed program for improving the motor fitness of students from the "Facultative sport - tennis" groups has a significant impact on the quality of speed of students from the experimental group, unlike those of the control group.
6. The comparative analysis of the average levels and variability of the studied individuals demonstrates differences in terms of homogeneity in the experimental group and control group concerning the explosive strength of the lower extremities and the strength and endurance of the upper body.
7. The exercises included in the specialized tennis program lead to positive stable changes in the level of selectivity and concentration.
8. It has been established that the developed technology for improving the fitness qualities of students in physical education and sports classes through the sport of tennis increases the interest, quality and effectiveness of the physical education and sports learning process in higher education institutions.
9. The developed regulatory framework for assessment and control of both the physical development and motor fitness of students is a reliable tool for improving the process of education and training in higher education institutions.

In accordance with the considerations set out, and taking into account the scientific

and applied value of the doctoral dissertation as well as the contributions to sports theory and practice, I propose to the members of the scientific jury to award Victoria Emilova Ocheva the educational and scientific degree "DOCTOR" in professional field: 7.6. "Sport", doctoral program "Theory and Methodology of Sports Science".

Sofia
10.12. 2024

Assoc. prof. Ralitza Arsova, PhD: