

## РЕЦЕНЗИЯ

На дисертационен труд за присъждане на образователна и Научна степен „Доктор“ на  
тема:

“Експериментален модел за развиване на скоростните възможности при 17-18годишни  
футболисти.”

Докторант: Явор Йорданов Вълчинов

Научен ръководител: доц. Емил Атанасов, доктор

Рецензент: доц. Арахангел Гигов, доктор

### ОПИСАНИЕ НА ПРЕДСТАВЕНИТЕ МАТЕРИАЛИ

1. Заповед за зачисляване за ОНС „Доктор“.
2. Заповед за отчисляване за ОНС „Доктор“.
3. Заповед за разширен научен колегиум на катедрата.
4. Докладна записка за решението на научния колегиум за стартиране на процедура за публична защита, придружена с протокол от катедрата за проведено вътрешно обсъждане.
5. Рецензиите от вътрешното обсъждане.
6. Списък на публикациите по темата на дисертационния труд.
7. Публикации.
8. Автобиография.
9. Дисертационен труд.
10. Автореферат.
11. Документ за липса на плагиатство.

## ВЪВЕДЕНИЕ

Футболът е игра, която непрекъснато се развива, става по-бърза, по-динамична и поставя пред състезатели и треньори нови изисквания по отношение на тяхната подготовка. Във водещите страни като Англия, Франция и Испания технико-тактическите действия на футболистите се извършват бързо и на висока скорост, което прави скоростно-силовия им потенциал на изключително високо ниво. За съжаление, през последните години нашият футбол изостана в тази насока. Прави чест, че някои наши специалисти правят опит да се излезе от тази ситуация, черпейки опит от по-напредналите страни, предлагайки нови подходи и методики за усъвършенстване на подготовката на футболистите и повишаване на скоростните им възможности. Трябва да се отбележи, че разглежданият проблем заема фундаментално място в теорията и практиката на спортно-педагогическите науки, в частност - футбола, така че по отношение актуалността на проблема, отговорът ни е категорично положителен.

## СТРУКТУРА И СЪДЪРЖАНИЕ

Структурата на дисертационния труд е класическа за подобен вид разработки, като съдържанието е разпределено в четири основни глави: гл. 1 Състояние на проблема по литературни източници; гл. 2 Цел, задачи, методика и организация на изследването; гл.3 Анализ на резултатите; гл. 4 Изводи и препоръки на дисертационния труд. В края на дисертационния труд, в рамките на 22 страници, е поместена справка за литературните източници, от които 92 на кирилица и 104 на латиница, както и 29 страници приложения, включващи анкетна карта и експериментален модел.

В глава първа на дисертационния труд - ЛИТЕРАТУРЕН АНАЛИЗ, в рамките на 70 страници и в логическа последователност, авторът разкрива научно-методическите постановки във връзка с разглеждания проблем, а именно - особеностите на проявление на двигателното качество бързина, спецификата на проявление във футбола и различните

подходи и методики при футболисти. Правейки обстоен анализ на факторите, влияещи върху скоростта на спортистите и разглеждайки и анализирайки съществуващите програми и методики, г-н Вълчинов определя шест проявления на скоростните възможности и счита, че възприемането на скоростта по многоизмерен начин, като комбинация от двигателни и мисловни процеси, заслужава внимание и потвърждава, че е възможен прогрес в тази насока. Очевидно е, че авторът е положил много труд в тази глава, проучвайки и цитирайки много пъти чуждестранни автори, работили в тази област, поради което Литературният обзор е станал прекалено голям. Същевременно информацията от защитени дисертации в НСА по сходна тематика и черпене на техния опит е малко застъпена. Недостатъчно е проучването на последователността и технологията на развиване на скоростно-силовите и скоростни способности, т.е. на съществуващите модули в различни варианти, характеризиращи съдържателната страна на методичния подход. Проф. Гъдев в големия си докторат разработва редица модули с различна насоченост, като предлага средства с въздействие в хоризонталната равнина, средства с въздействие във вертикалната равнина, в двете равнини, интензивност на спринтовите отсечки в проценти. След подробен анализ и интерпретация на литературните източници е изведена работната хипотеза, а именно разработване и прилагане на експериментален модел, който интегрира специфични тренировъчни средства, методи и подходи, насочени към развиване на бързината и силата на 17-18 годишни футболисти, което да доведе до значително подобрене на скоростните им възможности.

Глава втора представлява: Цел, задачи, методика и организация на изследването. Целта е добре формулирана и съответства на извършената работа, както и задачите. Методиката на изследването включва богат набор от изследователски методи - анкетно проучване, педагогическо наблюдение и анализ, спортно-педагогически експеримент, в който ефектът от разработения от докторанта експериментален модел е установен на базата на богат набор от тестове - 18 на брой. Като цяло разделът показва отличното познаване на методите на научно изследване от страна на докторанта и начините на тяхното практическо приложение. Ползвани са и подходящи за експерименталните данни методи за обработка на данните. Глава трета: Анализ на резултатите. Тази част от дисертацията е най-мощна - 74 страници, като авторът ги осъществява в няколко направления: Резултати от анкетно проучване сред 53-ма треньори, притежатели на различни лицензи, издадени от УЕФА. Анализ на

антропометрични белези и показатели на лицата от експерименталната група, анализ на данните от вариационния, сравнителния и корелационния анализ на проведените спортно-педагогически тестирания. Всички резултати са подредени в таблици и фигури. Силно впечатление правят резултатите от корелационния анализ, който позволява да се разкрият посоката и големината на връзките между отделните упражнения, както и промените, които настъпват между тях в следствие на апробиране на експерименталния модел. Анализът и интерпретацията на данните показват наличие на множество промени в корелационната структура, както при експерименталната, така и при контролната група, като при експерименталната тези промени свидетелстват за индивидуално проявление на отделните двигателни способности. Основната приносна част на разработката е експерименталният модел за развитие на скоростните възможности при 17-18 годишни футболисти с акценти: 1. взривна сила и експлозивност; 2. фокус върху първата крачка и редуциране на контра крачката; 3. техника на спринтиране и техника на смяна на посоката; 4. стартова реакция и ускорение; 5. контрол върху топката и координация.

Изводите и препоръките са представени в четвърта глава. Те отразяват основните моменти от извършената от докторанта богата изследователска работа. При тяхното оформление докторантът се е съобразил с забележките направени по време на вътрешната защита. Препоръките касаят внедряването и използването на резултатите от извършената изследователска работа, което наистина може да подобри скоростно-силовия потенциал.

Представената документация съответства на изискванията на нормативните документи. Авторефератът вярно отразява основните моменти от дисертационния труд. Докторантът е представил две публикации: една в съавторство и една като самостоятелен автор.

## ПРИНОСИ

1. Извършено е мащабно проучване и обобщаване на съвременните средства, методи и методически подходи относно развитието на скоростните възможности на 17-18 годишни футболисти.

2. Проведено е анкетно проучване с 53 треньори, притежатели на лицензи: УЕФА - „ПРО“, А, В, С с дългогодишен стаж във футбола. Анализът и интерпретацията на данните от нея служат като опорни точки при разработването на модела за развиване на скоростните възможности.
3. Създаден е модел, включващ 24 сесии, интегрирани по време на състезателния и подготвителен период в тренировъчния цикъл, оказващ благоприятно въздействие върху скоростните възможности на футболистите.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение бих желал да отбележа, че докторантът притежава необходимите умения да организира и проведе обхватно научно изследване. Проведената от него изследователска работа показва, че владее методите за научни изследвания, познава отлично собствената си професионална сфера и търси начини за подобрене и развитие. Искам да подчертая, че представената ми за рецензия дисертация е необходима на спортно-педагогическата практика. Развитието и подобряването на скоростно-силовите възможности при млади футболисти е особено важно, но е и труден и сложен процес. В завършения си вид разработката отговаря на изискванията за подобен род научни разработки и притежава несъмнени научни приноси. Въз основа на всичко това считам, че на докторанта **ЯВОР ЙОРДАНОВ ВЪЛЧИНОВ** може да бъде присъдена научната и образователна степен “Доктор“ в докторската програма „Теория и методология на спортната наука“, професионално направление 7.6 Спорт „Теория и методология на спортната наука“.

**20.12.2024год.**

**СофияДоц.**

**Рецензент:**

**А. Гигов-доктор**

## **REVIEW**

On a dissertation for the award of an educational and

Scientific degree "Doctor" on a topic:

“An experimental model for developing speed capabilities in 17-18-year-old football players.”

Doctoral student: Yavor Yordanov Valchinov

Research supervisor: Assoc.prof. Emil Atanasov, PhD

Reviewer: Assoc.prof. Arachangel Gigov, PhD

## **DESCRIPTION OF SUBMITTED MATERIALS**

1. Enrollment order for ONS "Doctor".
2. Deduction order for ONS "Doctor".
3. Order for an extended scientific collegium of the department.
4. Report note on the decision of the scientific collegium to start a procedure for public defense, accompanied by a protocol from the department for an internal discussion.
5. The reviews from the internal discussion.
6. List of publications on the topic of the dissertation work.
7. Publications.
8. Autobiography.
9. Dissertation work.
10. Abstract.
11. Document of no plagiarism.

## INTRODUCTION

Football is a game that is constantly developing, becoming faster, more dynamic and placing new demands on players and coaches regarding their training. In the leading countries: England, France, Spain, the technical and tactical actions of football players are carried out quickly and at high speed, i.e. their speed-power potential is at an extremely high level. Unfortunately, in recent years our football has fallen behind in this direction. It is an honor that some of our specialists are trying to find a way out of this situation, gaining experience from more advanced countries, offering new approaches and methods to improve the training of football players and increase their speed capabilities. It should be noted that the considered problem occupies a fundamental place in the theory and practice of sports and pedagogical sciences, in particular - football, so, regarding the relevance of the problem, our answer is categorically positive.

## STRUCTURE AND CONTENT

The structure of the dissertation is classic for this type of work, with the content divided into four main chapters: Ch. 1 State of the problem according to literary sources; Ch. 2 Purpose, tasks, methodology and organization of the research; Ch.3 Analysis of the results; ch.4 Conclusions and recommendations of the dissertation work. At the end of the thesis, within 22 pages, there is a reference to the literary sources, of which 92 are in Cyrillic and 104 in Latin, as well as 29 pages of appendices, including a questionnaire and an experimental model.

In the first chapter of the dissertation work - LITERATURE ANALYSIS within 70 pages, in a logical sequence, the author reveals the scientific-methodological settings in relation to the considered problem, namely - the features of manifestation of the motor quality speed, the specificity of manifestation in football and the different approaches and methods for soccer players. Making a thorough analysis of the factors affecting the speed of athletes and examining and

analyzing existing programs and methodologies, Mr. Valchinov defines six manifestations of speed capabilities and believes that the perception of speed in a multidimensional way, as a combination of motor and thought processes is worthwhile and confirms that progress in this direction is possible. It is obvious that the author has put a lot of work into this chapter, researching and citing many times foreign authors who have worked in this field, which is why the Literature Review has become too large. At the same time, the information from already defended dissertations at the National Academy of Sports on a similar subject and drawing on their experience is little represented. It is insufficient to study the sequence and technology of developing the speed-power and speed abilities, i.e., of the existing modules in different variants characterizing the content side of the methodical approach. In his large doctorate, Prof. Gudev developed various modules with different orientations, offering means with an impact in the horizontal plane, means with an impact in the vertical plane, in both planes, intensity of the sprint sections in percentages. After a detailed analysis and interpretation of the literary sources, the working hypothesis was derived, namely the development and application of an experimental model that integrates specific training tools, methods and approaches aimed at developing the speed and strength of 17–18-year-old football players and will lead to a significant improvement of their speed capabilities.

Chapter two represents: Aim, tasks, methodology and organization of the research. The objective is well formulated and corresponds to the work performed as well as the tasks. The research methodology includes a wide range of research methods - survey, pedagogical observation and analysis, sports-pedagogical experiment, in which the effect of the experimental model developed by the doctoral student was established on the basis of a wide range of tests - 18 in number. Overall, the section shows the doctoral student's excellent knowledge of scientific research methods and ways of their practical application. Data processing methods appropriate for the experimental data were also used.

Chapter Three: Analysis of Results. This part of the dissertation is the largest - 74 pages, and the author implements them in several directions: Results of a survey among 53 coaches, holders of various licenses issued by UEFA. Analysis of anthropometric marks and indicators of the persons from the experimental group, analysis of the data from the variation, comparative and correlation analysis of the conducted sports-pedagogical tests. All results are arranged in tables and figures. A strong impression is made by the results of the correlation analysis, which reveal the direction and



magnitude of the connections between the individual exercises, as well as the changes that occur between them as a result of testing the experimental model. The analysis and interpretation of the data shows the presence of multiple changes in the correlation structure, both in the experimental and in the control groups, and in the experimental group these changes testify the individual manifestation of individual motor abilities. The main contributing part of the development is the experimental model for the speed development capabilities in 17-18-year-old football players with emphasis on: 1. explosive power and explosiveness; 2. focus on the first step and reduction the counter step; 3. sprinting technique and change of direction technique; 4. starting reaction and acceleration. 5. ball control and coordination.

The conclusions and recommendations are presented in the fourth chapter. They reflect the main points of the volumetric research work carried out by the PhD student. In their representation, the doctoral student took into account the remarks made during the internal defense. The recommendations concern the implementation and use of the results of the research work that can really improve the speed-power potential.

The presented documentation corresponds to the requirements of the normative documents. The abstract faithfully reflects the main points of the dissertation work. The PhD student has submitted two publications: one as a co-author and one as an independent author.

## CONTRIBUTIONS

1. A large-scale study and generalization of modern means, methods and methodical approaches regarding the development of the speed capabilities of 17–18-year-old football players was carried out.
2. A survey was conducted with 53 coaches who hold licenses: UEFA-"PRO"; A, B, C with many years of experience in football. The analysis and interpretation of the data from it serve as reference points in the development of the model for developing speed capabilities.

3. A model was created including 24 sessions integrated during the competitive and preparatory period in the training cycle, having a favorable impact on the speed capabilities of football players.

## CONCLUSION

In conclusion, I would like to note that the doctoral student poses the necessary skills to organize and conduct comprehensive scientific research. His research work shows that he understands the methods of scientific research, knows his own professional field very well and looks for ways for improvement and development. I want to emphasize that the dissertation submitted for review is necessary for sports-pedagogical practice. The development and improvement of speed-power capabilities in young football players is particularly important, but it is also a difficult and complex process. In its finished form, the presented work meets the requirements for a similar type of scientific development and has undoubted scientific contributions. Based on all this, I believe that the doctoral student YAVOR YORDANOV VALCHINOV can be awarded the scientific and educational degree "Doctor" in the doctoral program "Theory and Methodology of Sports Science", professional direction 7.6 Sport "Theory and Methodology of Sports Science".

20.12.2024

Sofia

Reviewer:

Assoc.prof. A. Gigov PhD