



# РЕЦЕНЗИЯ

Относно дисертационния труд за придобиване на  
образователната и научна степен „доктор“

На тема: **„Специализирана методика за спортна подготовка на 14-15 годишни  
футболистки“**

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| Автор на дисертационния труд: | <b>Божия Миткова Ноева</b>              |
| Научен ръководител:           | <b>проф. Лъчезар Димитров, д-р</b>      |
| Докторска програма:           | Теория и методология на спортната наука |
| Професионално направление:    | 7.6 Спорт                               |
| Катедра:                      | Футбол и тенис                          |

Рецензент: **доц. Емил Атанасов, доктор**

## I. Данни за докторанта

Божия Ноева е родена през 1991 г. в град Габрово.

Висшето си образование завършва в Национална спортна академия „Васил Левски“. Дипломира се в ОКС „бакалавър“ с три специалности „Спорт – треньор по футбол“ „Физическо възпитание“ и Кинезитерапия“. Завършва две магистърски програми „Кондиционен треньор“ и „Спортен мениджмънт“ в същото висше училище.

От 2012 година е треньор по футбол.

Представената информация за докторанта показва системност и последователност в интересите, както и натрупан опит в областта на изследването. Това обяснява избора на тема и създава необходимите предпоставки за изпълнението и представянето на пълноценен и издържан научен труд.

## II. Характеристика на представения дисертационен труд

Дисертационният труд е разработен в обем от 152 страници, плюс приложения. Онагледен е с 47 фигури и 79 таблици. Включва библиография с литературни източници на български и английски и др. Трудът е с типичната структура за този вид научни разработки – съставен е от четири глави.



Главата "Теоретична постановка на проблема" предоставя важна основа за изследването, като разглежда пет ключови направления, свързани със спецификата на женския футбол и особеностите на тренировъчния процес при девойки на възраст 14-15 години. Авторът демонстрира цялостен подход към анализа на проблема, като включва исторически, физиологични и педагогически аспекти. В този раздел е представен анализ на теоретичните и методологични основи по проблема в следните тематични направления:

### **1.1. История на женския футбол в световен мащаб**

Авторът умело проследява развитието на женския футбол от неговото зараждане до съвременността. Изложението е систематизирано, като акцентира върху ключови моменти, например организирането на първите официални международни турнири и въвеждането на женския футбол в програмата на големи спортни форуми като Олимпийските игри и Световното първенство. *Смятам, че в този раздел присъства единствено фактологията, която е свързана с развитието на спорта.*

### **1.2. История на женския футбол в България**

Разделът представя преглед на развитието на женския футбол в България. Авторът акцентира върху основаването на първите женски отбори, организирането на национални първенства и участието на български отбори в международни турнири. Тук се откроява уникалността на българския контекст и предизвикателствата, свързани с популяризацията на този спорт.

*В съдържателно отношение в тези два раздела липсва задълбочен анализ на причините, предизвикателствата и бариерите (социални и културни), които са възпрепятствали развитието на женския футбол в различни региони, особено в нашата страна. Би било полезно да се включат данни за последните тенденции в развитието на женския футбол в страната, както и как те кореспондират с глобалните процеси.*

### **1.3. Анатомо-физиологични и възрастови особености при деца и девойки**

Авторът демонстрира общо познаване на физиологичните и анатомичните особености на подрастващите девойки, които влияят върху тяхната спортна активност. Акцентът върху разликите в развитието на скелетно-мускулната система, енергийния метаболизъм и възстановителните процеси е полезен за разбирането на спецификата на тренировъчния процес.

### **1.4. Сензитивни периоди за развитие на двигателните качества**

Този раздел е ценен с това, че разглежда ключовите периоди за развитие на сила, бързина, издръжливост и координация при девойки.



### 1.5. Съвременни проблеми в процеса на спортна подготовка с 14-15 г. девойки

Авторът идентифицира редица предизвикателства, свързани със спортната подготовка на девойки в тази възрастова група, включително спортен подбор, кондиционна подготовка и др.

*Предвид важността на този въпрос, смятам, че тук може да бъде обогатена теоретичната и практическа основа, чрез споделяне на авторски тези, анализиране на конкретни казуси или споделяне на емпирични данни от изследвания.*

*Общите ми впечатления от представения анализ на литературни източници е, че той е твърде кратък и не изпълнява напълно своето научноизследователско предназначение. Отделните тематични направления, особено са 1.3, 1.4. и 1.5. са твърде повърхностни, липсва конкретика, съвременна визия, богатство от авторски концепции, работили по фундаменталните проблеми, свързани с подготовката на футболистки в тази възраст.*

Върху основата на представения анализ внимание заслужава формулировката на работната хипотеза. В съдържателен план са представени прогнозните направления, в които може да се постигнат по-добри резултати по отношение на тренировъчната програма и подготовка.

В глава втора е очертана характеристиката на научното изследване. Смятам, че формулираната цел напълно кореспондира с темата на научната теза. Посочените задачи допълват рамката на изследователската работа, като следват технологично изпълнението на поставената цел. Прави впечатление, че за тяхното разрешаване е използван подходящ инструментариум от научноизследователски методи, коректно допълнен с технологията за тяхното провеждане. Прецизно е описана и методиката на изследване с информация за всеки един от използваните тестове. *Искам да обърна внимание на един тест от използваната тестова батерия – троен скок. При изследваната възрастова група (14-15 г) без специализирана скокова тренировка тестът е труден за техническо изпълнение.* Споделените ми резерви на вътрешната защита за предназначение по възраст са взети под внимание и е направена необходимата корекция. Представена е и организационната рамка на изследването, с конкретни дейности за всеки етап.

Глава III представя обширен анализ на събраните данни, като използва разнообразни подходи за интерпретация и обобщение на резултатите. Разделът е добре структуриран и обхваща ключовите аспекти на изследването.



### **3.1. Анализ на проведената национална анкета за девическия и женски футбол**

Божия Ноева систематизира данните от националната анкета, като идентифицира основните проблеми и тенденции в развитието на женския футбол. Изследван е внушителен контингент – 482 лица. По мое мнение част от изнесените в приложение графики, подкрепени с експертен анализ трябва да бъдат представени в този раздел.

### **3.2. Анализ на резултатите от антропометричните изследвания**

Този раздел демонстрира задълбоченост в анализа на антропометричните данни, като се подчертават специфичните особености на участниците.

### **3.3. Анализ на спортно-педагогическите изследвания**

#### **3.3.1. Вариационен и сравнителен анализ**

Тук авторът използва разнообразни статистически методи за анализиране на промените в двигателните качества на участниците. Резултатите са представени ясно, с акцент върху значимостта на наблюдаваните различия. На места се забелязва несъответствие между представената графика и анализа, който е направен (стр.105).

#### **3.3.2. Корелационен анализ**

Корелационният анализ е обоснован и показва връзките между различни показатели. Авторът успешно интерпретира зависимостите и предлага практически насоки за подобряване на тренировъчния процес. Представените мрежови диаграми отлично онагледяват силата на връзката между отделните количествени променливи (умерена, значителна и голяма зависимост).

### **3.4. Нормативна система за контрол и оценка на СФП и ТТД**

Този раздел представлява значителен принос към изследването, като авторът разработва практически приложима система за оценка и контрол. Представените нормативи са ясно формулирани и съобразени с възрастовите особености на участниците.

С оглед прецизността в онагледяването се препоръчва изнесените резултати да бъдат оформени и представени на езика, на който се защитава дисертацията.

Внимание заслужава създадената експериментална методика за подготовка в четири мезоцикъла. Задълбочено, с особена прецизност са изведени ключови моменти в отделните мезоцикли: цел на подготовката, компоненти и др. Предложената шестседмична програма за тренировка може да служи за отправна точка за подготовка и на други отбори.



## **I. Критични бележки, въпроси и препоръки**

Всички бележки и препоръки са споделени в предходните части на рецензията.

## **II. Оценка на научните и научно-приложните приноси**

Изследването предоставя систематичен и обстоен преглед на развитието на женския футбол в световен мащаб и в България, идентифицирайки ключови етапи и предизвикателства.

Анализирани са специфичните сензитивни периоди за развитие на двигателните качества при девойки на възраст 14–15 години, което допринася за по-прецизно планиране на тренировъчния процес.

Създадена е нормативна система за контрол и оценка на спортно-физическата подготовка (СФП) и техническо-тактическите действия (ТТД) при девойки. Тази система е практически приложима и адаптирана към възрастовите особености на участниците.

Предложени са практически насоки за оптимизация на тренировъчния процес при девойки, базирани на резултатите от педагогическия експеримент и анализа на сензитивните периоди.

Изведени са значими зависимости между различни показатели на физическата подготовка и техническо-тактическата ефективност, което обогатява разбирането за връзката между тренировъчния процес и постигнатите резултати.

## **III. Заключение**

В заключение ще отбележа, че в резултат на извършените собствени научни изследвания е представен един значим за теорията и практиката научен труд. Въз основа на изложеното с убеденост подкрепям присъждането на ОНС „доктор“ в професионално направление 7.6 Спорт, докторска програма “Теория и методология на спортната наука“ на Божия Миткова Ноева.

04.04.2025 г

Рецензент:

доц. Емил Атанасов, доктор