

РЕЦЕНЗИЯ

от доц. Ина Георгиева Влагова, доктор,
член на научно жури, съгласно Заповед № ЗП-645/30.06.2025 на Ректора на
НСА „Васил Левски“

на дисертационен труд
за присъждане на ОНС „ДОКТОР“

на тема:
„Модел за смесено обучение по аеробика при студентите от УНСС“

Докторант: Ива Тодорова Барова

Научен ръководител: Проф. Елеонора Милева, ДН

Професионално направление 1.3 Педагогика на обучението по...,

Докторска програма: „Физическо възпитание в образователната система“

Ива Тодорова Барова е зачислена в докторска програма „Физическото възпитание в образователната система“ със заповед № ЗП-1426/01.10.2019 на Ректора на НСА „Васил Левски“ в редовна форма на обучение. Отчислена е с право на защита, считано от 02.10.2023 г. Допусната е до официална защита на 12.06.2025 г. след проведено вътрешно обсъждане на дисертационния труд в катедра „Психология, педагогика и социология“.

Ива Барова е редовен докторант към катедра „Психология, педагогика и социология“ в Национална спортна академия „Васил Левски“, където завършва и висшето си образование в двете образователни степени. Професионалното ѝ развитие в областта на спортнопедагогическата дейност е в Университета за национално и световно стопанство (УНСС), където от 2016 г. заема длъжността щатен преподавател по физическо възпитание и спорт със специализация в областта на аеробиката.

Като естествено продължение на нейната академична квалификация и професионален опит, дисертационният труд на Ива Барова е посветен на

изключително актуална и значима за съвременната образователна среда тема, а именно приложението и интегрирането на смесени методи на обучение във физическото възпитание, и по конкретно в системата на висшето образование. Във време, когато технологиите все повече навлизат във висшето образование, предложеното изследване е актуално и има практически принос към учебния процес във висшите училища. Отчитат се социалните и здравословните предизвикателства, свързани с намалената физическа активност на студентите. Докторантката аргументирано защитава тезата, че смесеното обучение може да бъде ефективен инструмент за повишаване на мотивацията за спортна активност на младите хора.

Първата глава на дисертационния труд – „Литературен обзор по проблема“ в структурно отношение е логична и добре организирана. Включва пет ясно разграничени подтеми, обхващащи както класически, така и съвременни аспекти на изследователския проблем. Разгледани са основните характеристики на обучението по спорт във ВУ; историческото развитие, състояние и характеристики на ФВС в УНСС; аеробиката от историческа гледна точка и какви са същността и спецификите ѝ. Представени са основните характеристики на смесеното обучение във ВУ и парадигмите на ученето като основа за разработването на смесен курс по аеробика за студенти. Представени са ролята и целите на физическото възпитание във висшето образование и са подчертани както биологическите, така и педагогическите му аспекти. Докторантката не само описва ефектите от спорта, но и аргументира значимостта му в контекста на съвременния студентски живот (обездвижване, стрес, социализация).

Разделът, посветен на историческото развитие на ФВС в УНСС се отличава с документална прецизност и аналитичен подход. Проследени са ключови етапи в развитието на спортната дейност в университета от неговото създаване до наши дни, като акцентът върху масовата аеробика и нейната еволюция в УНСС придава на изследването оригиналност и конкретност. Проследено е развитието на физическото възпитание в УНСС от 1920 до 2024 г., с акцент върху институционалните и нормативни промени. Подчертана е уникалната роля на УНСС в началото на организирания студентски спорт в България (1923 г.). Разгледана е еволюцията на учебните форми – от задължителни до изборно-задължителни като е направен убедителен

институционален анализ с добро историческо структуриране. Направена е историко-нормативна периодизация, базирана на промени в законодателството и образователните политики. По отношение на историческото развитие на аеробиката е направен изчерпателен обзор от Кенет Купър (през 60-те години на миналия век) до Джейн Фонда, през българския контекст (Жоржета Димитрова, Мария Минева и Цветана Димова). Ясно са разграничени различните направления в аеробиката – масова, състезателна, степ, фитнес и др. Отделено е специално внимание на методиката и специфичните характеристики на обучението по аеробика в УНСС, включително структурата на урока, интензивност, музикално темпо и използвани методи.

Особен интерес представляват частите, свързани със смесеното обучение и парадигмите на ученето, където се прави връзка между педагогическите теории (бихевиоризъм, конструктивизъм и др.) и спецификата на преподаването на спорт чрез хибридни форми. Тази концептуална рамка дава солидна основа за разработването на практическия модел за смесено обучение.

По отношение на първа глава на дисертационния труд може да се посочат следните силни страни: при разработката е използван междудисциплинарен подход (спорт, педагогика, история, ИКТ). Ива Барова демонстрира интердисциплинарна компетентност, като умело съчетава знания от областта на педагогиката, спортната наука, психологията на ученето и съвременните ИКТ. Ясно са проследени исторически линии (особено в УНСС). Теоретичната рамка е тясно обвързана с предмета и хипотезата на изследването.

Може да се обобщи, че Глава първа е научно обоснована, съдържателно наситена и концептуално значима. Авторката демонстрира задълбочено познаване на тематиката и умело изгражда теоретичната рамка на дисертационния труд. Тя успешно осъществява връзка между теория и практика, като създава солидна основа за емпиричното изследване и внедряване на иновативен модел за смесено обучение.

Докторантът Ива Барова демонстрира добро познаване на съвременната научна литература в областта на физическото възпитание, педагогиката и дистанционното и смесено обучение. Литературният обзор обхваща ключови

източници и съвременни тенденции, което придава научна тежест на изследването.

В Глава Втора от дисертационния труд е представена подробно методологията на изследването. Хипотезата, целта и задачите на изследването са логически свързани и са насочени към разработване и апробиране на модел за смесено обучение по аеробика в УНСС. Предметът на изследването е формулиран прецизно и адекватно. Той ясно очертава границите на изследването, фокусирайки се върху конкретния и иновативен аспект на дисертацията – създаването и практическото приложение на специфичен образователен модел. Разделът „Организация на изследването“ е структуриран логично и представя ясно етапите на изследователската работа.

В Трета глава подробно са представени разработеният спортнопедагогически модел и резултатите от изследването. Структурата ѝ е логична и съответства на поставените цели и задачи на изследването. Проследява се ефекта от разработения модел за смесено обучение по аеробика чрез шест основни направления на анализ: проучване на студентските нагласи, разработване и апробиране на модела, оценка на удовлетвореността, изследване на двигателната дееспособност и психологическите показатели на студентите, както и експертна оценка на дизайна на курса. В първите два раздела (III.1 и III.2) е представена описателна информация, подкрепена с честотен анализ на резултатите от анкетни проучвания. Данните са представени в ясен и четим формат чрез таблици и графики. Особено силно впечатление прави интегрирането на качествени обобщения към количествените резултати.

В раздел III.3 е извършен анализ на удовлетвореността на студентите, представен основно чрез честотен анализ. С оглед спецификата на използвания инструмент би било уместно да се приложи и вариационен анализ, който би обогатил интерпретацията на резултатите и би позволил по-прецизна оценка на влиянието на модела върху студентските нагласи.

В следващите раздели (III.4 и III.5) са анализирани резултатите от проведения педагогически експеримент. В анализа на психологическите характеристики (III.5) са използвани два подходящи и доказани инструмента – коректурна проба на Бурдон за измерване на вниманието и тест за

кратковременна зрителна памет. Това е уместен избор при изследване на студенти в контекста на двигателна активност и образователен експеримент.

Раздел III.6 допълва емпиричния анализ с експертна оценка на визуалния и функционален дизайн на създадения курс, което придава завършеност на изследването.

Като цяло в Глава трета докторантката демонстрира висока изследователска компетентност. Анализът е последователен, обоснован и добре илюстриран. Статистическите методи са съответстващи на вида данни, а интерпретациите са логически и педагогически адекватни. Ива Барова аргументирано защитава ефективността на създадения модел, както по отношение на двигателните, така и на психологическите резултати при студентите. Като финален етап от оценката на разработения модел за смесено обучение по аеробика е направен SWOT анализ, което е оригинален и иновативен подход в педагогическите изследвания. Чрез него се систематизират силните и слабите страни, както и потенциалните възможности и заплахи при прилагане на модела. Структурата му е пълна и коректна: обхванати са четирите категории – силни и слаби страни, възможности за развитие и заплахи. Оценката отразява както вътрешните характеристики на модела (съдържание, достъпност, интерактивност), така и външните фактори (ресурсна обезпеченост, дигитална грамотност на студентите, нагласи).

Следва да се отбележи, че докторантката успя в рамките на кратките срокове, с които разполагаше, да изпълни почти всички препоръки, дадени по време на вътрешната защита на дисертационния труд. Това показва ангажираност към научния процес и готовност за усъвършенстване на изследователската работа.

Заклучение

Дисертационният труд на Ива Тодорова Барова „Модел за смесено обучение по аеробика при студентите от УНСС“ е посветен на актуален и практически значим проблем. Разработката е изпълнена в съответствие с методологичните и научните изисквания и притежава както теоретична обоснованост, така и приложимост на резултатите.

Не са установени данни за плагиатство. Докторантката е изпълнила нормативните изисквания, като е публикувала три научни статии по темата на дисертацията – една самостоятелна, и две в съавторство, като една от тях е в рецензирано издание, индексирано в Web of Science. Съгласно законовите критерии, докторантката е покрила необходимите 30 точки. Авторефератът коректно и изчерпателно отразява най-същественото на дисертационния труд.

Докторантката демонстрира много добра ориентация в проблема, умее да анализира и интерпретира получените данни.

Разработването и представянето на дисертационния труд, както и процедурата отговарят на изискванията на Закона за развитие на академичния състав в Република България (ЗРАСРБ), правилника за прилагането му и Правилника на Национална спортна академия „Васил Левски“.

Въз основа на гореизложеното, предлагам на членовете на уважаемото научно жури да вземат решение да бъде присъдена на докторантката Ива Тодорова Барова образователната и научна степен „доктор“.

08.08.2025 г.

Рецензент:
/доц. Ина Вladoва, доктор/

REVIEW

by Assoc. Prof. Ina Georgieva Vladova, PhD

Member of the academic jury, pursuant to Order No. ZP-645/30.06.2025 of the
Rector of the National Sports Academy "Vassil Levski"

of the dissertation thesis

for awarding the educational and scientific degree "Doctor"

on the topic:

"A Blended Learning Model in Aerobics for UNWE Students"

PhD Candidate: Iva Todorova Barova

Scientific Supervisor: Prof. Eleonora Mileva, DSc

Professional field: 1.3. Pedagogy of Education in...

Doctoral Program: "Physical Education in the Educational System"

Iva Todorova Barova was enrolled in the doctoral program "Physical Education in the Educational System" by Order No. ZP-1426/01.10.2019 of the Rector of the National Sports Academy "Vassil Levski" in full-time study mode. She was discharged with the right to defend her dissertation as of 02.10.2023. She was admitted to the official defense on 12.06.2025 following an internal review of the dissertation by the Department of Psychology, Pedagogy, and Sociology.

Iva Todorova Barova is a full-time doctoral student at the Department of Psychology, Pedagogy, and Sociology at the National Sports Academy "Vassil Levski," where she also completed her higher education in both academic degrees. Her professional development in the field of sports pedagogy is closely associated with the University of National and World Economy (UNWE), where, since 2016, she has held the position of full-time lecturer in physical education and sport, specializing in aerobics.

As a natural continuation of her academic qualifications and professional experience, Iva Barova's dissertation is dedicated to a highly relevant and significant topic for the contemporary educational environment – the application and integration of blended learning methods in physical education, specifically within the system of higher education. At a time when technology is increasingly entering university-level instruction, the proposed research is timely and contributes practical value to the learning process in higher education institutions. It addresses key social and health-related challenges, particularly those associated with reduced physical activity among students. The doctoral candidate convincingly argues that blended learning can serve as an effective tool for increasing young people's motivation for physical activity.

The first chapter of the dissertation, "*Literature Review on the Problem*", is logically and well-structured. It includes five clearly defined subtopics that cover both classical and contemporary aspects of the research problem. The author reviews the main characteristics of sports education in higher education institutions; the historical development, current state, and specific features of physical education at UNWE, as well as the historical background, nature, and specifics of aerobics. The chapter outlines the main characteristics of blended learning in higher education and the learning paradigms that serve as a basis for developing a blended aerobics course for students. The role and objectives of physical education in higher education are also discussed, with attention given to both its biological and pedagogical aspects. The doctoral candidate not only describes the effects of sports but also convincingly argues for its significance in the context of modern student life (sedentary behavior, stress, socialization).

The section dedicated to the historical development of physical education at UNWE stands out for its documentary precision and analytical approach. It traces the key stages in the evolution of sports activities at the university from its

establishment to the present day, with particular focus on mass aerobics and its evolution at UNWE – adding both originality and specificity to the study. The development of physical education at UNWE is traced from 1920 to 2024, emphasizing institutional and normative changes. The unique role of UNWE in initiating organized student sports in Bulgaria (1923) is highlighted. The evolution of instructional formats – from mandatory to elective-compulsory- is explored through a compelling institutional analysis with a well-structured historical framework. A historical-normative periodization is provided, based on changes in legislation and educational policies.

Regarding the historical development of aerobics, the chapter offers a comprehensive review, from Kenneth Cooper (in the 1960s) to Jane Fonda, through the Bulgarian context (Zhorzheta Dimitrova, Maria Mineva, and Tsvetana Dimova). The different branches of aerobics – mass, competitive, step, fitness, etc., are clearly distinguished. Special attention is paid to the methodology and specific features of aerobics instruction at UNWE, including lesson structure, intensity, musical tempo, and teaching methods.

Of particular interest are the parts dealing with blended learning and learning paradigms, where pedagogical theories (behaviorism, constructivism, etc.) are linked to the specifics of teaching sport through hybrid formats. This conceptual framework provides a solid foundation for the development of the practical blended learning model.

Regarding the first chapter of the dissertation, the following strengths may be outlined: the development is based on an interdisciplinary approach (sports, pedagogy, history, and ICT). Iva Barova demonstrates interdisciplinary competence, skillfully combining knowledge from pedagogy, sports science, learning psychology, and modern information and communication technologies. The

historical trajectory (particularly at UNWE) is clearly and consistently followed. The theoretical framework is closely connected to the research topic and hypothesis.

It can be summarized that Chapter One is scientifically grounded, content-rich, and conceptually significant. The author demonstrates a deep understanding of the subject matter and skillfully constructs the theoretical framework of the dissertation. She successfully bridges theory and practice, creating a solid foundation for the empirical study and the implementation of an innovative blended learning model.

PhD candidate Iva Barova shows a strong familiarity with contemporary academic literature in the fields of physical education, pedagogy, and both distance and blended learning. The literature review encompasses key sources and current trends, which adds scholarly depth and credibility to the research.

Chapter Two of the dissertation provides a detailed presentation of the research methodology. The hypothesis, aim, and objectives of the study are logically connected and oriented toward the development and testing of a blended learning model in aerobics at UNWE. The subject of the research is formulated precisely and appropriately. It clearly defines the boundaries of the study, focusing on the specific and innovative aspect of the dissertation – the creation and practical implementation of a specialized educational model.

The section *"Organization of the Study"* is logically structured and clearly outlines the stages of the research process.

In Chapter Three, the developed sports-pedagogical model and the results of the research are presented in detail. Its structure is logical and corresponds to the stated goals and objectives of the study. The effects of the developed blended learning model in aerobics are examined through six main areas of analysis: investigation of student attitudes, development and piloting of the model, assessment

of student satisfaction, evaluation of motor performance and psychological indicators of the students, as well as expert evaluation of the course design.

The first two sections (III.1 and III.2) provide descriptive information supported by frequency analysis of the data collected through surveys. The results are clearly and accessibly presented in tables and graphs. Particularly noteworthy is the integration of qualitative summaries alongside the quantitative findings.

In Section III.3, an analysis of student satisfaction is presented, based primarily on frequency analysis. Given the specifics of the instrument used, it would be appropriate to also apply a variation analysis, which would enrich the interpretation of the results and allow for a more precise assessment of the model's impact on student attitudes.

The following sections (III.4 and III.5) analyze the results of the pedagogical experiment. In the analysis of psychological characteristics (Section III.5), two appropriate and well-established instruments are employed – the Bourdon correction test for measuring attention and a short-term visual memory test. This is a relevant choice for studying students in the context of motor activity and educational experimentation.

Section III.6 complements the empirical analysis with an expert evaluation of the visual and functional design of the developed course, which adds completeness to the research.

Overall, in Chapter Three, the doctoral candidate demonstrates a high level of research competence. The analysis is consistent, well-grounded, and clearly illustrated. Statistical methods are appropriate to the type of data used, and the interpretations are both logically and pedagogically sound. Iva Barova convincingly defends the effectiveness of the developed model in terms of both motor and psychological outcomes in students.

As a final stage in the evaluation of the blended learning model in aerobics, a SWOT analysis is conducted – an original and innovative approach in pedagogical research. It systematically outlines the strengths and weaknesses, as well as the potential opportunities and threats related to the model's implementation. The structure of the analysis is complete and accurate, covering all four categories: strengths, weaknesses, opportunities for development, and threats. The evaluation reflects both internal characteristics of the model (content, accessibility, interactivity) and external factors (resource availability, students' digital literacy, attitudes).

It should be noted that the doctoral candidate managed, within the short time frame available, to address almost all of the recommendations given during the internal defense of the dissertation. This demonstrates her commitment to the scientific process and her readiness to refine and improve her research work.

Conclusion

The dissertation of Iva Todorova Barova "*A Blended Learning Model in Aerobics for UNWE Students*" is dedicated to a current and practically significant issue. The research has been conducted in accordance with all methodological and academic requirements and demonstrates both theoretical soundness and applicability of the results.

No evidence of plagiarism has been found. The doctoral candidate has fulfilled the formal requirements by publishing three scientific articles on the topic of the dissertation – one as a sole author and two co-authored, one of which is in a peer-reviewed journal indexed in Web of Science. In accordance with the criteria set forth in the Law on the Development of the Academic Staff and the relevant regulations, the doctoral candidate has accumulated the required 30 points. The abstract accurately and comprehensively reflects the main aspects of the dissertation.

The development and presentation of the dissertation, as well as the procedure, comply with the requirements of the Law on the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria, its implementing regulations, and the regulations of the National Sports Academy "Vassil Levski".

Based on the above, I propose that the esteemed members of the academic jury take a decision to award the doctoral candidate Iva Todorova Barova the educational and scientific degree “**Doctor.**”

August 8, 2025

Reviewer:

/Assoc. Prof. Ina Vladova, PhD/