

## РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационен труд на тема:

„Изследване преодоляването на „Плато ефекта“ в развитието на състезатели по латиноамерикански спортни танци от Китай“ за присъждане на образователната и научна степен „доктор“, на основание Заповед на Ректора на Националната спортна академия „Васил Левски“, гр. София N500/30.05.2025 г.

**Област на висше образование:** 1. Педагогически науки

**Професионално направление:** 1.3. Педагогика на обучението по...

**Автор:** Зан Чао

**Научен ръководител:** доц. Златин Костов, доктор

**Рецензент:** проф. Людмил Петров, доктор

### Данни за докторанта

Зан Чао завършва висше образование (магистър) в Университета за Физическо образование в Xi'an в Китай през 2017 г. Дипломира се в бакалавърската програма на Anqing Normal University през 2014 година. В Национална спортна академия „Васил Левски в София е редовен докторант от 2022 до 2025 година.

Докторантът има няколко сертификата като инструктор по спортни танци (Sport Dance Instructor).

**Академически позиции:** Зан Чао е работил като Part-time Teacher in Sport Dance, в Xi'an Physical Education University (2014-2017), Sport Dance Teacher, School of Physical Education, Yan'an University (2017).

Зан Чао има участия в седем научни проекта.

С основание може да се твърди, че докторантът е отлично образован спортен специалист и успешно съчетава теорията и практиката на латиноамериканските спортни танци в Китай.

### **Данни за докторантурата**

Зан Чао е докторант в редовна форма на обучение към катедра „Гимнастика“ при НСА ”Васил Левски” (София). Зачислен е на 02.03.2022 г. в докторска програма „Физическо възпитание в образователната система“, а е отчислен е с право на защита със РЗ N375/28.04.2025 г.

Не са забелязани процедурни нарушения или пропуски по докторантурата.

### **Данни за дисертацията и автореферата**

Темата на дисертационния труд е актуална за теорията и методиката на физическото възпитание и спорта.

Дисертационният труд е структуриран чрез увод, литературен анализ, цел, задачи, методика на изследването, резултати и анализ, изводи и заключения, библиография и приложения. Общият обем на дисертацията е 247 страници, от които Основен текст 209 с., Библиография 7 с., и Приложения 31 с.

Проучени са 84 литературни източници на английски език, от които 4 уебсайта.

Дисертацията е отлично онагледена с 12 таблици и 65 фигури. Авторефератът отразява съдържанието на дисертационния труд.

Зан Чао се спира на следния изследователски проблем:

- настоящото изпълнителско ниво на китайските състезатели като цяло все още не отговаря на най-високите стандарти в латиноамериканските спортни танци (ЛА СТ). Както аматьорските, така и професионалните танцови двойки, след достигането на определено състезателно ниво, започват да изпитват определени трудности в неговото повишаване за продължителен период от време, или още „феномен на платото“.

## **Глава първа. Литературен анализ.**

Докторантът успешно е разкрил накратко историята на спорта и появата му в Китай. Проучил е актуалния за него въпрос за феноменът на платото и стратегиите за неговото преодоляване. Навлязъл е успешно в известните видове спортни танци. Добро впечатление правят представените „Основни въпроси на изследването“, които авторът се е опитал да разреши в дисертацията си. В предварителните изследвания, той е уточнил какво представлява „феноменът на платото“, чрез анкетиране на над 200 състезатели по Латино-американски танци, преподаватели в различни университети и колежи в Китай, танцови учители и треньори.

Зан Чао подробно е описал метода на „осъзнатата практика“ и принципите, на които се основава.

На базата на литературния анализ се достига до добре формулирана хипотеза на изследването.

В глава 2 от дисертацията, Зан Чао е посочил точно целта, задачите, обекта и предмета на изследването. За контингент на изследването, докторантът е посочил 14 състезатели студенти (7 двойки, които формират експерименталната група). Последните съобщават, че се намират в период на „плато“. Освен тях са посочени и многобройните анкетирани състезатели, треньори и учители по ЛА СТ. Като контролна (референтна) група авторът е посочил 6 танцови двойки от Спортния университет в Beijing.

Докторантът е използвал подходящи методи, като преглед на литература по проблема, педагогическо наблюдение, уеб изследвания, интервюта, анкети и въпросници, спортнопедагогически експеримент. Освен това състезателите са тествани за оценка на теоретическата им подготовка, специална физическа, танцова техника, музикалност, експресивност и основният метод – „Съзнателна тренировка“.

Зан Чао е разработил и апробирал нова тренировъчна програма с цел подобряване на резултатите във всяка от четирите области на оценка на състезателните изпълнения на двойките.

В **трета глава** „резултати и анализ“, последователно са анализирани резултатите от обработените данни, снети в реални условия. Докторантът се справя отлично с интерпретацията на данните от предварителните и същинските изследвания. Анализирани са последователно анкетите със състезатели, тренъори и резултатите от педагогическото наблюдение. Всички предварителни проучвания успешно допълват същинските изследвания.

Същинските изследвания на експерименталната и контролната групи са анализирани много подробно като успешно са използвани вариационния, сравнителния и корелационния анализи.

Анализът на резултатите от спортнопедагогическия експеримент показва значителни статистически прирасти във всички подложени на въздействие и оценка специализирани танцови знания и умения на състезателите от експерименталната група. Всички състезатели, участвали в експеримента преодоляват успешно платото в тяхното индивидуално развитие.

**Изводите и препоръките** произтичат от проведените изследвания.

Представен е списък с необходимите научни публикации по проблематиката на дисертационния труд и участия в научни конференции.

### **Научноприложни приноси на дисертационния труд:**

Изследването допринася за разбирането на феномена на платото при състезатели по ЛА СТ от Китай. Създаденият и апробиран в практиката тренировъчен модел (чрез спортнопедагогически експеримент) от Зан Чао

допринася за преодоляването на този феномен. Последният би могъл да послужи като ръководство за моделиране на по-ефективни спортни тренировки по ЛА СТ, чрез реализиране на многомерен и холистичен подход за повишаване на състезателните показатели в международни участия в състезания.

Дисертационният труд на Зан Чао има сериозна практическа и научна стойност.

### **Заключение**

Според казаното до тук, с пълна убеденост оценявам с положителна оценка докторския труд “Изследване преодоляването на „Плато ефекта“ в развитието на състезатели по латиноамерикански спортни танци от Китай“ и предлагам на уважаемото Научно жури да присъди образователната и научна степен “ДОКТОР” на Зан Чао в област на висше образование: 1. Педагогически науки, Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по ..., Докторска програма: Физическото възпитание в образователната система“

София, 02.08.2025

Рецензент:

(проф. Людмил Петров, доктор)

## **RECESION**

on dissertation work of **Zhan Chao**

**on the topic:** “Research on Breakthrough on “Plateau” Phenomenon in the development of China’s Dance Sport competitors“ for awarding the educational and scientific degree “PhD”, on the basis of an Order of the Rector of National Sports Academy “Vasil Levski”, Sofia N500/30.05.2025 r.

**Area of higher education:** 1. Pedagogical Sciences

**Professional field:** 1.3. Pedagogy of teaching...

**Scientific mentor:** assoc. prof. Zlatin Kostov, Ph.D.

**Reviewer:** prof. Lyudmil Petrov, Ph.D.

### **Date for the PhD student**

Zhan Chao graduated from the University of Physical Education with a Master's degree in Xi'an, China in 2017. He graduated from the bachelor's program of Anqing Normal University in 2014. At the Vasil Levski National Sports Academy in Sofia, he is a full-time Ph.D. student from 2022 to 2025.

The Ph.D. student has several certificates as a Sport Dance Instructor.

**Academic positions:** Zhan Chao has worked as Part-time Teacher in Sport Dance, at Xi'an Physical Education University (2014-2017), Sport Dance Teacher, School of Physical Education, Yan'an University (2017).

Zhan Chao has participated in seven scientific projects.

It can be rightly argued that the Ph.D. student is an excellently educated sports specialist and successfully combines the theory and practice of Latin American sports dances in China.

### **Date for the procedure**

Zhan Chao is a full-time Ph.D. student at the Department of Gymnastics

at the National Academy of Physical Education "Vasil Levski" (Sofia). He was enrolled on 02.03.2022 in the Ph.D. program "Physical Education in the Educational System", and was enrolled with the right to defend his thesis with Order № 375/28.04.2025.

No procedural violations or omissions have been noted in the Ph.D. procedure.

### **Data for the Ph.D. thesis and for the abstract**

The topic of the dissertation is relevant to the theory and methodology of physical education and sports.

The dissertation is structured through an introduction, literature analysis, goal, objectives, research methodology, results and analysis, conclusions and inferences, bibliography, and appendices.

The total volume of the dissertation is 247 pages, of which the Main Text is 209 pages, the Bibliography is 7 pages, and the Appendices are 31 pages. 84 literary sources in English were studied, including 4 were websites.

The dissertation is excellently illustrated with 12 tables and 65 figures. The abstract shows the content of the dissertation work.

Zhan Chao addresses the following research problem:

- the current performance level of Chinese competitors as a whole still does not meet the highest standards in Latin American dance sports (LA ST). Both amateur and professional dance couples, after reaching a certain competitive level, begin to experience certain difficulties in increasing it for an extended period of time, or the "plateau phenomenon."

### **Chapter One. Literary Analysis.**

The Ph.D. student has successfully briefly revealed the history of this sport and its emergence in China. He studied the topical issue of the plateau phenomenon and strategies for overcoming it. He has successfully entered the

different types of sports dances. The presented "Key Research Questions" that the author attempted to resolve in his dissertation make a good impression. In preliminary research, he clarified what the "plateau phenomenon" is by surveying over 200 Latin American dance competitors, professors at various universities and colleges in China, dance teachers and coaches. Zhan Chao has described in detail the method of "conscious practice" and the principles on which it is based.

Based on the literature analysis, a well-formulated research hypothesis is reached.

In **Chapter 2** of the dissertation, Zhan Chao precisely stated the goal, objectives, object, and subject of the study. For the research contingent, the Ph.D. student has designated 14 student competitors (7 pairs that form the experimental group). In addition to them, the numerous surveyed LA ST competitors, coaches and teachers are also listed. As a control (reference) group, the author has indicated 6 dance couples from the Beijing Sport University.

The Ph.D. student used appropriate methods, such as a literature review on the problem, pedagogical observation, web research, interviews, surveys and questionnaires, a sports pedagogical experiment. In addition, the competitors were tested to assess their theoretical preparation, special physical, dance technique, musicality, expressiveness and the main method – “Conscious Training”.

Zhan Chao has developed and approved a new training program to improve results in each of the four areas of evaluation of the pairs' competitive performances.

In the **Chapter third** "results and analysis", the results of the processed data, collected in real conditions, are consistently analyzed. The Ph.D. student does an excellent job of interpreting the data from the preliminary and actual research. The questionnaires with athletes, coaches and the results of the

pedagogical observation were analyzed sequentially. All preliminary studies successfully complement the actual research.

The actual research of the experimental and control groups was analyzed in great detail, successfully using variance, comparative, and correlation analyses.

The analysis of the results of the sports-pedagogical experiment shows significant statistical increases in all the specialized dance knowledge and skills of the competitors from the experimental group that were subjected to impact and assessment.

All competitors who participated in the experiment successfully overcome the plateau in their individual development.

**The conclusions and recommendations** stem from the research conducted.

A list of necessary scientific publications on the issues of the dissertation work and participation in scientific conferences is presented.

### **Scientific and applied contributions of the dissertation**

The study contributes to the understanding of the plateau phenomenon in LA ST competitors from China. The training model created and tested in practice (through a sports pedagogical experiment) by Zhan Chao contributes to overcoming this phenomenon. It could serve as a guide for modeling more effective sports training in LA ST, by implementing a multidimensional and holistic approach to increasing competitive performance in international participation in competitions.

Zan Chao's dissertation has serious practical and scientific value.

### **Conclusion**

According to mentioned above, I give a positive assessment to the Ph.D. thesis "Research on overcoming the "Plato effect" in the development of Latin American dance competitors from China" and I propose to the members of the Scientific Jury to award the educational and scientific degree "Ph.D" to Zan Chao in the field of higher education: 1. Pedagogical Sciences, Professional field: 1.3. Pedagogy of teaching in ..., Ph.D. program: Physical education in the educational system".

02.08.2025, Sofia

Author of the review:

(prof. Lyudmil Petrov, PhD)