

# **Р Е Ц Е Н З И Я**

на

дисертационното изследване

на

**БОРИСЛАВ ЙОРДАНОВ БОЖКОВ**

на тема

**КОНТРОЛ НА БЪРЗИНАТА ПРИ ВИСОКОКВАЛИФИЦИРАНИ  
СЪСТЕЗАТЕЛИ ПО КИК БОКС**

за

придобиване на образователната и научна степен  
„доктор“

*Докторска програма: „Теория и методология на спортната наука“,  
професионално направление 7.6. „Спорт“.*

*Автор на рецензията: проф. дн Любомир Тимчев  
София 2025 г.*

## **1. Актуалност и значение на изследването**

Кик боксът не само у нас, но и в световен мащаб през последните години, се превърна в перманентно актуален и много значим спорт. Освен това този въпрос е и предизвикателство от гледна точка на спорта, като явление, а също и начин на живот. Необходимостта от пълно и всеобхватно научно изследване, по тази тема очевидно е належаща, което предопределя и актуалността на настоящото дисертационно изследване.

Работата се явява първи опит за разглеждане на теоретичните и практически въпроси, на този спорт и по специално на някои от неговите аспекти. Трябва да отбележим, че разглежданите проблеми имат не само теоретично, но също и практическо значение. Освен това те ще са от полза както за обучаваните студенти във висшите училища, така и за всички спортисти и треньори от различни видове спорт, за които бързината има специално отношение. Нещо повече, направените изводи и препоръки могат да бъдат от полза и на структури, които имат задачи и правомощия, от гледна точка на опазването на реда в страната, чиято физическа подготовка е от значение. Това наше съждение се потвърждава от обстоятелството, че тъкмо бързината се оценява, като първостепенно по значимост качество и фактор, за постигане на високи спортни постижения в този спорт.

Всичко това прави актуалността на изследването безспорна и ще допринесе в процеса, на обучение и бъдещи научноизследователски проекти, посветени на тази тематика.

## **2. Характеристика на изследването**

Работата се състои от 168 стандартни машинописни страници. Структурирана е в увод, три глави, заключение, библиография и приложения.

В работата много точно са определени целта, задачите, обектът и предметът на изследването, които елементи са разгледани подробно в *глава втора* от работата, което е част от традициите по отношение на научните изследвания в Национална спортна академия „Васил Левски“.

В *глава първа* докторантът е направил кратка характеристика на бързината, като двигателно качество на всеки човек. Направен е също анализ на теоретичните аспекти, свързани с бързината в спорта кик бокс в контекста, на практикуването му от висококвалифицирани състезатели. Разгледани са основните понятия, свързани с разглежданата тематика, а също и елементите, които участват в образуването им.

Добро впечатление прави, че докторантът обръща внимание и на други понятия, като не пропуска възможността да представи и своите виждания по тези въпроси. Подчертана е необходимостта от изясняване и поддържане, на правилната философия по отношение на същността и класификацията на тези понятия.

Важно е да направим уточнението, че дефинирането на основните понятия, е първата и най-важна стъпка във всяко научно изследване. Това е така, защото понятията са в основата на правната регламентация, на различните видове дейности, а също и организацията на работа на различните институции. В този смисъл прави чест на автора на дисертационното изследване, че е отделил самостоятелен параграф на понятийния апарат. Направеният кратък преглед на основните понятия, е основна стъпка към извършването, на обстойно изследване на тематиката.

Важно за работата е и позоваването на много научни публикации, посветени на тази тематика. Цитирането на редица специалисти по изследвания въпрос, повишава нивото на работата, а мнението на авторите само потвърждава важността на кикбокса, като спорт.

В унисон с предмета на работата са направени и съответните аргументирани обобщения, изводи и препоръки, които могат да послужат, като основа за повишаване нивото при практикуването на този спорт.

Важно за работата е наличието на анкетно проучване, което допълнително повишава не само нивото на дисертацията, но и нейната достоверност.

В *част трета* са разгледани основните въпроси, свързани с организацията на работата на докторанта във връзка, с постигнатите резултати и на тази основа направеният анализ.

Без да се впуска в излишни подробности, фрагментарно са подчертани основната роля на всеки един от поставените въпроси и отговорите, като е направен и съответния диференциран анализ.

В съответствие с изискванията за извършването на подобно изследване авторът е описал методите, които е използвал, за събирането на данните. Акцентирано е върху събраната информация, която е събрана с текущите практики и наличните стандарти, за спорта кикбокс.

За отбелязване е, че на основата на този анализ, авторът е направил редица предложения от значение за кикбокса, като спорт.

Обърнато е сериозно внимание на проведеното анкетно проучване, като диференцирано са описани участниците и характеристиките на извършеното проучване. Правилно докторантът акцентира върху отговорите на поставените в анкетата въпроси, с оглед показване на въздействието им върху целите на изследването. Това е така, защото точно този подход има пряко въздействие върху изследването.

Важно е да отбележим, че докторантът отделя специално внимание и на експертната оценка, свързана с изследването. По-конкретно става въпрос за описанието на методите за провеждането му, и на тази основа обобщаването на мнението на експертите.

Съчетаването на теорията с организацията на работа и най-вече практическата дейност е добър пример за всички изследователи, независимо от разглежданата тематика.

Изведени са също и редица проблеми на вниманието на специалистите, на които се предлагат интересни решения, с оглед подобряването на практическата дейност по прилагането им в този толкова интересен спорт. Само по себе си това представлява явна демонстрация не само на професионализъм, но и интелект, показващ задълбоченост на автора, което допълнително повишава нивото на работата.

В изследването си докторантът навлиза дълбоко както в теоретичната и в някои аспекти от правната част на този вид дейност, което е основа за организацията на работа. Това е плод на професионални знания и умения, за изследователска дейност. Съчетаването на теорията с практиката е пример както за преподавателите от НСА, така и за практическите работници от всички структури, с оглед осигуряване на правила при практикуването на спорта кикбокс.

Последната *трета част* е посветена на изводите и препоръките, изготвени на основата на извършеното изследване. Те са добре мотивирани и аргументирани, което им придава тежест и показва убедеността от страна на докторанта по отношение на постигнатите резултати. В тази връзка диференцирано са посочени резултатите от проучването получено от двете анкети, а също и от проведеното интервю.

Показател на висок професионализъм е посочването на резултатите от анализа, на различните видове удари при това в различни категории, като крошета, прави удари и ъперкът. Важно е да отбележим, че е направена диференциация и по отношение на видовете удари по отделно крак и ръка, а също и при съчетаването им. Именно на тази основа е представен базов модел за контрол на бързината при практикуването на този спорт от висококвалифицирани състезатели, което е един от приносите на изследването.

### **3. Научни и приложни приноси в изследването**

### *3.1. Научни приноси и предложения:*

- ◆ Първият, при това много значим принос е обогатяване на методиката, свързана с обработка на информативни показатели, за контрол на бързината. Става въпрос за съвременна видеометрична методика за заснемане. Тя представлява програмен продукт за обработка на показателите. Ценното на тази методика, е че дава възможност за разработване на нормативни оценъчни таблици, което позволява за оптимизиране на процеса, при това съществено. По този начин авторът обогатява наличната до момента доктрина, което е в основата на някои нови подходи от практическо естество;
- ◆ Като съществен принос можем да определим и експерименталното установяване на количествени стойности за „скоростта“. По-конкретно става въпрос за стойности при изпълнение на единични кикбокс удари с ръка и крак. Същите обогатяват наличните в специализираните източници данни и представят нови възможности за развитие и контрол на „бързината“ в кикбокса.
- ◆ Както обикновено, като принос можем да определим и представените нормативни актове и научни публикации по темата. Това е така, защото събирането на едно място на наличната литература е от значение не само за извършващия изследването, но и за други автори, а също и практически работници.
- ◆ Направеният исторически преглед много спомага за ориентирането на читателя в този спорт, с което се засилва и интереса към него.

### *3.2. Приложни приноси:*

- ◆ Най-същественият принос в областта на практико-приложните такива е предложението за концептуална промяна на стратегическо ниво, на Системата за контрол на бързината на бързината в кикбокса. Предложението е направено, на основата на извършената изследователска работа, която се изразява в разработеното и проведено експериментално изследване, което доказва по недвусмислен начин необходимостта от промяна, с оглед повишаване ефективността в работата в областта на този спорт. Недвусмислено е подчертано, че това е първата при това не само у нас, но и в света система, посредством която се създава обективна основа за нов етап в управлението на спортната подготовка в този спорт.
- ◆ Подчертана и аргументирана е необходимостта от разработването, на съвременна система за контрол на формите за изява на бързината. Аргументацията се основава на оценката за високата значимост на бързината, като фактор за постигане на спортни постижения в кикбокса.

## **4. Лични впечатления от докторанта**

Познавам г-н Божков само от неговото изследване и научните публикации, което ме прави безпристрастен в оценката си за неговите качества, които определям, като позитивни.

## **5. Становище относно наличието на плагиатство**

До този момент не ми е известно наличието на плагиатство в представената за рецензиране дисертация, което ми дава основание да приема, че друга разработка с това наименование и най-вече съдържание, не е налична в научните изследвания в страната.

## **6. Препоръки**

*Единствената* ми препоръка е свързана с необходимостта от публикуване, с което и популяризиране на работата. Това ще осмисли още повече резултатите от изследването и ще позволи по-широкото му прилагане.

Казаното в никакъв случай не намалява стойността на изследването. Личи професионалният поглед на докторанта, прагматичните му схващания за състоянието и начина за подобряване нивото, на организацията на работа по визираната тематика, за което вероятно е спомогнало вещото ръководство на научния ръководител.

Съчетаването на теорията с практиката в рамките на едно изследване, е добър пример за всички изследователи.

Изведени са също и редица проблеми на вниманието на специалистите, на които се предлагат решения, с оглед подобряване практическата дейност на този спорт по проблеми, които са от стратегическо значение. Всичко това показва добра информираност и явна демонстрация на професионализъм. Това допълнително повишава нивото на работата и показва задълбоченост от страна на автора.

## **7. Заключение**

Представеното за защита изследване е лично дело на докторанта. Работата е плод на знанията и умението на автора да събира и анализира наличната информация. Обвързването на теорията с практиката и предлагането на аргументирани изводи и препоръки, с оглед подобряване нивото на работата показват ниво на теоретична и практическа подготовка, което е показател за професионализъм.

Като имам предвид цялостната работа на докторанта, изпълнението на индивидуалния план и качествено представяне на изследването, постигнатите резултати от научна и практико-приложна гледна точка, направеният анализ и личните качества на докторанта, си позволявам **УБЕДЕНО** да препоръчам на уважаемото научно жури, да присъди образователната и научна степен „*доктор*“, на г-н Борислав Йорданов Божков.

07.12.2025 г.

Гр. София

Изготвил рецензията:

проф. дн Л. Тимчев

**REVIEW**

of

the dissertation research

of

**BORISLAV YORDANOV BOZHKOV**

on

**SPEED CONTROL IN HIGHLY QUALIFIED KICKBOXING  
COMPETITORS**

for

the acquisition of the educational and scientific degree  
"doctor"

Doctoral program: "Theory and methodology of sports science",  
professional field 7.6. "Sports".

Author of the review: Prof. Dr. Lyubomir Timchev  
Sofia 2025

## **1. Relevance and importance of the study**

Kickboxing, not only in our country, but also worldwide, has become a permanently relevant and very significant sport in recent years. In addition, this issue is also a challenge from the point of view of sport, as a phenomenon, and also a way of life. The need for a complete and comprehensive scientific study on this topic is obviously urgent, which also determines the relevance of this dissertation research.

The work is a first attempt to examine the theoretical and practical issues of this sport, and in particular some of its aspects. It should be noted that the issues under consideration have not only theoretical but also practical significance. In addition, they will be useful both for students studying in higher education institutions, and for all athletes and coaches from various sports, for whom speed has a special relevance. Moreover, the conclusions and recommendations made may also be useful for structures that have tasks and powers in terms of point of maintaining order in the country, whose physical training is important. This judgment of ours is confirmed by the fact that it is speed that is valued as the most important quality and factor for achieving high sporting achievements in this sport.

All this makes the relevance of the study undeniable and will contribute to the process of training and future research projects dedicated to this topic.

## **2. Characteristics of the research**

The work consists of 168 standard typewritten pages. It is structured in an introduction, three chapters, conclusion, bibliography and appendices.

The work very precisely defines the goal, objectives, object and subject of the study, which elements are discussed in detail in chapter two of the work, which is part of the traditions regarding scientific research at the NATIONAL SPORTS ACADEMY "Vasil Levski".

In chapter one, the doctoral student has made a brief characterization of speed as a motor quality of every person. An analysis of the theoretical aspects related to speed in the sport of kickboxing in the context of its practice by highly qualified competitors has also been made. The main concepts related to the topic under consideration are examined, as well as the elements that participate in their formation.

It is impressive that the doctoral student also pays attention to other concepts, not missing the opportunity to present his views on these issues. The need to clarify and maintain the correct philosophy regarding the essence and classification of these concepts is emphasized.

It is important to clarify that defining the basic concepts is the first and most important step in any scientific research. This is because concepts are the basis of legal regulation, of various types of activities, and also of the organization of work of various institutions. In this sense, it is a credit to the author of the dissertation research that he has dedicated a separate paragraph to the conceptual apparatus. The brief overview of the basic concepts is a fundamental step towards carrying out a comprehensive study of the topic.

It is also important for the work to refer to many scientific publications dedicated to this topic. Citing a number of specialists on the researched issue raises the level of the work, and the opinion of the authors only confirms the importance of kickboxing as a sport.

In line with the subject of the work, relevant reasoned summaries, conclusions and recommendations have been made, which can serve as a basis for raising the level of practice of this sport.

Important for the work is the presence of a survey, which further increases not only the level of the dissertation, but also its credibility.

Part three examines the main issues related to the organization of the doctoral student's work in relation to the achieved results and the analysis made on this basis.

Without going into unnecessary details, the main role of each of the questions and answers posed has been emphasized in a fragmentary manner, and the corresponding differentiated analysis has been made.

In accordance with the requirements for conducting such a study, the author has described the methods he used to collect the data. The emphasis is on the information collected, which is gathered with current practices and available standards for the sport of kickboxing.

It is noteworthy that, based on this analysis, the author has made a number of suggestions of importance for kickboxing as a sport.

Serious attention has been paid to the conducted survey, with a differentiated description of the participants and the characteristics of the conducted survey. The doctoral student correctly emphasizes the answers to the questions asked in the survey, with a view to showing their impact on the objectives of the study. This is because precisely this approach has a direct impact on the research.

It is important to note that the doctoral student also pays special attention to the expert evaluation related to the research. More specifically, it is a matter of describing the methods for conducting it, and on this basis summarizing the opinions of the experts.

Combining theory with work organization and, above all, practical activity is a good example for all researchers, regardless of the topic under consideration.

A number of problems have also been brought to the attention of specialists, who are offered interesting solutions with a view to improving the practical activity of their application in this very interesting sport. This in itself is a clear demonstration not only of professionalism, but also of intellect, showing the depth of the author, which further increases the level of work.

In his research, the doctoral student delves deeply into both the theoretical and some aspects of the legal part of this type of activity, which is the basis for the organization of work. This is the fruit of professional knowledge and skills for research activity. Combining theory with practice is an example for both NSA instructors and practitioners from all structures, with a view to ensuring rules in practicing the sport of kickboxing.

The last third part is dedicated to the conclusions and recommendations prepared on the basis of the research carried out. They are well motivated and argued, which gives them weight and shows the conviction of the doctoral student regarding the achieved results. In this regard, the results of the research obtained are differentiated from both surveys, as well as from the interview conducted.

An indicator of high professionalism is the indication of the results of the analysis, of the different types of strikes in different categories, such as hooks, straight punches and uppercuts. It is important to note that differentiation is also made with regard to the types of strikes by leg and arm separately, as well as when combining them. It is on this basis that a basic model for speed control in the practice of this sport by highly qualified athletes is presented, which is one of the contributions of the study.

### **3. Scientific and applied contributions to the study**

#### ***3.1. Scientific contributions and proposals:***

- The first, and very significant, contribution is the enrichment of the methodology related to the processing of informative indicators for speed control. It is a modern videometric methodology for recording. It is a software product for processing the indicators. The value of this methodology is that it allows for the development of normative assessment tables, which allows for the optimization of the process, and significantly. In this way, the author enriches the currently available doctrine, which is the basis for some new approaches of a practical nature;
- We can also define as a significant contribution the experimental establishment of quantitative values for "speed". Specifically, it concerns values when performing single kickboxing blows with the hand and foot. They enrich the data available in specialized sources and present new opportunities for the development and control of "speed" in kickboxing.



- As usual, we can also define the presented normative acts and scientific publications on the topic as a contribution. This is because collecting the available literature in one place is important not only for the researcher, but also for other authors and practitioners.
- The historical overview provided greatly helps orient the reader in this sport, thereby increasing interest in it.

### *3.2. Applied contributions:*

- The most significant contribution in the field of practical and applied ones is the proposal for a conceptual change at a strategic level, of the Speed Control System in kickboxing. The proposal was made on the basis of the research work carried out, which is expressed in the developed and conducted experimental study, which proves in an unambiguous way the need for change, with a view to increasing the efficiency of work in the field of this sport. It is unequivocally emphasized that this is the first system not only in our country, but also in the world, through which an objective basis for a new stage in the management of sports is created training in this sport.
- The need for the development of a modern system for controlling the forms of speed is emphasized and argued. The argumentation is based on the assessment of the high importance of speed as a factor for achieving sporting achievements in kickboxing.

### **4. Personal impressions of the doctoral student**

I know Mr. Bozhkov only from his research and scientific publications, which makes me unbiased in my assessment of his qualities, which I define as positive.

### **5. Opinion on the presence of plagiarism**

To date, I am not aware of the presence of plagiarism in the dissertation submitted for review, which gives me reason to assume that another work with this title and, above all, content, is not available in scientific research in the country.

### **6. Recommendations**

My only recommendation is related to the need for publication, and thus popularization of the work. This will make the results of the study even more meaningful and will allow for its wider application.

The above does not in any way diminish the value of the research. The doctoral student's professional perspective, his pragmatic understanding of the state and ways to improve the level of organization of work on the targeted topic, is evident, which was probably facilitated by the expert guidance of the scientific supervisor.

Combining theory with practice within a single study is a good example for all researchers.

A number of issues have also been brought to the attention of specialists, who are offered solutions with a view to improving the practical activities of this sport on issues of strategic importance. All this shows good awareness and a clear demonstration of professionalism.

### **7. Conclusion**

The research presented for defense is the personal work of the doctoral student. The work is the fruit of the author's knowledge and ability to collect and analyze available information. The linking of theory with practice and the offering of reasoned conclusions and recommendations, with a view to improving the level of the work, show a level of theoretical and practical training, which is an indicator of professionalism.

Considering the overall work of the doctoral student, the implementation of the individual plan and the qualitative presentation of the research, the results achieved from a scientific and practical-applied point of view, the analysis made and the personal qualities of the doctoral student, I allow myself to CONVINCEDLY recommend to the esteemed scientific jury to award the educational and the scientific degree "doctor", to Mr. Borislav Yordanov Bozhkov.

07.12.2025  
City of Sofia

Review prepared by:

Prof. L. Timchev