

Становище
от проф. Апостол Славчев, доктор
на дисертационен труд на Яна Касова
на тема: „Синергетичен ефект от използването на лекоатлетически
препятствени упражнения при подрастващи“
за придобиване на ОНС „доктор“ в ПН 7.6 Спорт, ДП „Теория и
методология на спортната наука”

I. Данни по процедурата

За докторант редовна форма на обучение Яна Василева Касова е зачислена със Заповед на ректора ЗП-1186 / 14.11.2022 година, а със заповед 1181/19.11.2025 година е отчислена е с право на защита.

В съответствие с изискванията на ЗРАСРБ и Наредбата на НСА „Васил Левски” за придобиване на образователната и научна степен „доктор“ във връзка с дисертацията са представени необходимите документи, в това число и три научни публикации, както и протокол за липса на плагиатство в дисертационния труд.

II. Данни за докторанта

Висшият образователен ценз на Яна Василева Касова е придобит в НСА „Васил Левски“, където се дипломира в ОКС „бакалавър“ по специалност „Треньор по лека атлетика и учител по физическо възпитание“, а в последствие придобива и ОКС „магистър“ специалност „Спортна журналистика”.

В спортно-състезателната си дейност Яна Василева Касова се изявява в препятственото бягане на 100 м с множество шампионски титли в националните и балканските първенства, а върхът в нейната кариера е завоюването на бронзов медал на Европейското първенство през 2002 г. в Мюнхен.

След дипломирането си Яна Василева Касова работи на различни позиции, като треньор, преподавател и журналист. Изпълнявала е ръководни позиции в спортни медии и в ММС, а от 2019 г. е общински съветник в Община Костенец.

III. Характеристика на дисертационния труд

Актуалността на дисертацията произтича от това, че тя е насочена към разкриване на съвременни пътища за ефективизиране на работата с препятствени упражнения при подрастващи, като за целта се основава на ефекта от прилагането на синергетичния подход, който се асоциира със съвременните насоки за ефективно развиване на двигателните качества и способности при подрастващите спортисти.

Дисертационният труд е разработен в класическа структура:

Увод, Постановка на проблема, Цел, задачи, организация на изследването, Анализ на резултатите, Изводи и препоръки.

Общо трудът е разположен в рамките на 171 страници. В изложението на дисертацията са включени 44 фигури и 17 таблици. В литературната справка са посочени 132 източника от които 92 на кирилица и 40 на латиница. В края на дисертационния труд са поместени 7 приложения (с Приложение 3 са именувани две различни последователни приложения).

Обзорът в глава 1 е представен много професионално и допринася за обогатяване на знанията с нещо ново и полезно, както от теоретична, така и от гледна точка на практиката.

Целта е ясно поставена.

Основните задачи за постигане на целта се логически последователно подредени с оглед достигането на поставената цел.

Глава 3. Анализ на резултатите съдържа три подглави

Първа подглава е посветена на резултатите от анкетното проучване. Отличава се с много добър спортно-педагогически подход при анализа на данните.

Във втора подглава анализът на резултатите от пилотното изследване е оригинален за атлетиката изследователски подход на съчетание на спортни, кинематико-динамични и функционални показатели. При анализа на корелационните данни водеща е спортно-педагогическата логика.

Трета подглава е посветена на резултатите от педагогическия експеримент, като многообразието от данни е анализирано в три подраздела посветени на:

- вариационния анализ и достоверността на различията в данните при различните измервания,
- корелационния анализ преди и след експеримента,
- възможността за оценка на нивото на кондиционната подготовка

И в трите подраздела проличава задълбочен анализ на данните, с разкриване на логиката в тяхното изменение, както и спортно-педагогическия подход при коментара на статистическите показатели и резултати.

Част от изводите в изложението на глава 3 са изведени и като крайни изводи на дисертацията, с което се обогатява първоначалния замисъл от разработването на дисертационния труд.

В глава четвърта „Изводи и препоръки“ са формулирани единадесет крайни извода, изведени са пет препоръки и са посочени шест приносни акцента. Всички те дават отговор на поставените задачи в дисертацията за решаване на основната цел на труда.

Като цяло следва да се подчертае теоретико-приложната значимост на дисертационния труд, която се изразява в теоретичен

аспект с обосноваване на синергетичния подход и ролята му при преимуществено прилагане на препятствени упражнения с цел ефективизиране на тренировката при подрастващи лекоатлети.

С подчертана практическа насоченост се открояват:

-представената експериментална методика с преимуществено приложение на препятствени упражнения, която е представена като своеобразна програма по дни с доказан чрез дисертационния труд ефект.

-отдиференцираните тренировъчни упражнения и представената оценъчна таблица, като основа за моделиране и мониторинг на подготвеността на подрастващите лекоатлети на 12-13 години

IV. Заключение

В заключение считам, че представеният дисертационен труд на Яна Василева Касова на тема: „Синергетичен ефект от използването на лекоатлетически препятствени упражнения при подрастващи“ отговаря на изискванията за подобен вид разработки. Той има своите достоинства и приноси качества поради което предлагам на уважаемото жури да присъди ОНС „Доктор“ на ЯНА ВАСИЕВА КАСОВА в професионално направление 7.6 Спорт в докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Изготвил становището:

.....

Проф. Апостол Славчев, доктор

18.12.2025 г.

Opinion
by Prof. Apostol Slavchev, PhD
on the dissertation work of Yana Vasileva Kasova
on the topic: "Synergetic effect of the use of athletics obstacle exercises
in adolescents"
for the acquisition of the ONS "doctor" in the PN 7.6 Sport, DP "Theory
and Methodology of Sports Science"

I. Data on the procedure

For a doctoral student of full-time education Yana Vasileva Kasova was enrolled by Order of the Rector ZP-1186 / 14.11.2022, and by Order 1181/19.11.2025 she was enrolled with the right to defense.

In accordance with the requirements of the ZRASRB and the Regulation of the NSA "Vasil Levski" for the acquisition of the educational and scientific degree "doctor" in connection with the dissertation, the necessary documents have been submitted, including three scientific publications, as well as a protocol for the absence of plagiarism in the dissertation work.

II. Doctoral student data

Yana Vasileva Kasova's higher education qualification was acquired at the National Sports Academy "Vasil Levski", where she graduated from the OKS "Bachelor" in the specialty "Athletics Coach" and „Physical Education Teacher", and subsequently acquired the OKS "Master" in the specialty "Sports Journalism".

In her sports and competitive activities, Yana Vasileva Kasova performs in the 100 m hurdles with multiple championship titles in the national and Balkan championships, and the pinnacle of her career is winning a bronze medal at the European Championship in 2002 in Munich.

After graduating, Yana Vasileva Kasova worked in various positions, as a coach, teacher and journalist. She has held leadership positions in sports

media and in the MMC, and since 2019 she has been a municipal councilor in the Municipality of Kostenets.

III. Characteristics of the dissertation work

The relevance of the dissertation stems from the fact that it is aimed at revealing modern ways to make work with obstacle exercises more effective for adolescents, and for this purpose it is based on the effect of applying the synergistic approach, which is associated with modern guidelines for the effective development of motor qualities and abilities in adolescent athletes.

The dissertation work is developed in a classical structure:

Introduction, Statement of the problem, Aim, tasks, organization of the study, Analysis of the results, Conclusions and recommendations.

In total, the work is arranged within 171 pages. The dissertation presentation includes 44 figures and 17 tables. The literature reference lists 132 sources, of which 92 are in Cyrillic and 40 in Latin. At the end of the dissertation work, 7 appendices are included (two different consecutive appendices are named with Appendix 3).

The overview in Chapter 1 is presented very professionally and contributes to enriching knowledge with something new and useful, both from a theoretical and practical point of view.

The goal is clearly set.

The main tasks for achieving the goal are logically sequentially arranged in order to achieve the set goal.

Chapter 3. Analysis of the results contains three subchapters

The first subchapter is dedicated to the results of the questionnaire survey. It is distinguished by a very good sports-pedagogical approach to data analysis.

In the second subchapter, the analysis of the results of the pilot study is an original research approach for athletics of a combination of sports, kinematic-dynamic and functional indicators. In the analysis of the correlation data, the sports-pedagogical logic is leading.

The third subchapter is dedicated to the results of the pedagogical experiment, with the diversity of data being analyzed in three subsections dedicated to:

- variation analysis and the reliability of the differences in the data in the different measurements,
- correlation analysis before and after the experiment,
- the possibility of assessing the level of fitness training

All three subsections demonstrate a thorough analysis of the data, revealing the logic in their change, as well as the sports-pedagogical approach in the commentary on the statistical indicators and results.

Part of the conclusions in the presentation of chapter 3 are also drawn as final conclusions of the dissertation, which enriches the initial idea of the development of the dissertation work.

In chapter four, "Conclusions and Recommendations", eleven final conclusions are formulated, five recommendations are drawn and six contributing accents are indicated. All of them provide an answer to the tasks set in the dissertation to solve the main goal of the work.

In general, the theoretical and applied significance of the dissertation work should be emphasized, which is expressed in a theoretical aspect with a justification of the synergistic approach and its role in the preferential application of obstacle exercises in order to make training more effective for adolescent athletes.

With a pronounced practical focus, the following stand out:

- the presented experimental methodology with the preferential application of obstacle exercises, which is presented as a kind of program by days with a proven effect through the dissertation work,
- differentiated training exercises and the presented evaluation table, as a basis for modeling and monitoring the preparedness of adolescent athletes aged 12-13.

IV. Conclusion

In conclusion, I believe that the presented dissertation work of Yana Vasileva Kasova on the topic: "Synergetic effect of the use of athletics obstacle exercises in adolescents" meets the requirements for such a type of development. It has its merits and contributing qualities, therefore I propose to the esteemed jury to award the ONS "Doctor" to YANA VASIEVA KASOVA in the professional field 7.6 Sport in the doctoral program "Theory and Methodology of Sports Science"

Prepared by the opinion:

.....

Prof. Apostol Slavchev, doctor

18.12.2025 r.