

СТАНОВИЩЕ

от

доц. д-р Биляна Рангелова

на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен
“Доктор”.

Област на висше образование: 7.6 Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“ **НСА „Васил Левски“**

Катедра: „Туризм, алпинизъм и ориентиране“

Автор: Георги Росенов Крачанов – докторант в редовна форма на обучение

Тема: „Кондиционна подготовка в спортното катерене“

Научен ръководител: доц. Николай Панайотов, доктор

Представени от кандидата в конкурса са:

- Дисертационен труд
- Приложения към дисертационния труд- 5 броя
- Автореферат
- Публикации- 2 броя

Данни за дисертацията

Представеният дисертационен труд на Георги Росенов Крачанов, на тема „Кондиционна подготовка в спортното катерене“, е с обем 221 страници и е структуриран в увод, четири основни глави, изводи, препоръки, приноси и използвана литература. Структурата на труда отговаря на утвърдените академични изисквания за дисертационни изследвания в областта на спортната наука.

Темата е актуална, научно значима и с подчертана практическа насоченост, особено в контекста на динамичното развитие и олимпийското утвърждаване на спортното катерене като съвременна спортна дисциплина. Изборът на темата е

мотивиран както от нарастващия интерес към катеренето, така и от необходимостта от научно обосновани модели за кондиционна подготовка на напреднали състезатели.

Изследването се вписва адекватно в съвременните тенденции на спортната наука, като съчетава историко-теоретичен анализ с експериментално изследване и практическа апробация на специализирана тренировъчна програма.

Библиографията се състои от 162 заглавия, 65 са научни разработки на кирилица, 47 на латиница и 50 са интернет източници. Дисертацията е онагледена с 60 таблици и 55 фигури, които демонстрират владение на високо ниво на съвременни технически средства от автора. Представени са и 5 приложения към дисертационния труд.

Уводът представя мотивацията на докторанта. В него той излага необходимостта от нов подход за кондиционната подготовка в спортното катерене, структурирана съобразно принципите на спортното планиране, с акцент върху развитието на основните и специфичните физически качества при напреднали катерачи.

Първа глава представя задълбочен теоретичен анализ, който обхваща социалните, културните и историческите измерения на спорта и спортното катерене, еволюцията на катеренето от алпинизма до съвременна състезателна дисциплина, както и спецификата на тренировъчния процес. Теоретичната рамка е разработена обстойно, логически последователно и с коректно използване на значителен брой литературни източници – както класически, така и съвременни. Описано е подробно развитието на спортното катерене у нас от появата му през 1910 г. до наши дни. Специално внимание докторанта отделя на характеристиката на спортното катерене, където подробно описва трите основни дисциплини и специфичните изисквания на кондиционната подготовка към всяка от тях. Това подпомага определянето на обекта, предмета, целта и задачите на изследването. Тази глава за да постигне нужната завършеност обобщава научния проблем и формулира логично работната хипотеза, основана на очакването, че създаването на програма за кондиционна тренировка по катерене, съобразена с индивидуалните характеристики на катерачите и спецификата на състезателните дисциплини, ще съдейства за постигането на интегрална кондиционна (физическа) подготовка за гарантиране прогреса на техническата, тактическата и психологическа подготовка.

Втора глава е посветена на методологията, методиката и организацията на изследването. В нея ясно и последователно са формулирани целта, задачите, обектът и

предметът на изследването, както и логиката на неговото планиране и реализиране. Подбрани са адекватни и взаимнодопълващи се методи – теоретични, педагогически, социологически, тестови и математико-статистически, които кореспондират с поставените цели и създават предпоставки за обективна проверка на издигнатата научна хипотеза.

Изследването е организирано и проведено в рамките на три основни етапа – теоретико-аналитичен, емпиричен и финален. Основният контингент обхваща 48 катерачи, класифицирани като напреднали, със системна тренировъчна практика четири пъти седмично, които са разпределени в четири групи: две контролни (една мъже и една жени) и две експериментални (една мъже и една жени), всяка от които включва по 12 участници. Подборът и групирането на изследваните лица са съобразени с целите на експеримента и позволяват надеждно сравнение между контролните и експерименталните условия.

Особено положително впечатление прави разработването и практическото прилагане на специализирана тренировъчна програма за кондиционна подготовка на напреднали катерачи, както и използването на комплексна тестова батерия, съобразена със специфичните изисквания и двигателна структура на спортното катерене, което повишава валидността и приложната стойност на получените резултати.

Глава трета „Анализ на резултатите ” е с обем от 97 страници. Тук е показана цялата практическа работа, извършена от докторанта с изследваните показатели. Анализирани са резултатите от събраните и обработени данни. Представените фигури и таблици дават нагледна информация за получените резултати. С голяма стойност определям разработените анализи, както и направените сравнения между експериментална и контролна група, които позволяват да се открият ефектите от прилаганата тренировъчна програма. Дискусионната част демонстрира умение за интерпретация на резултатите в контекста на съществуващите научни изследвания и практики, като авторът прави обосновани изводи относно ефективността на предложената кондиционна подготовка.

Всичко представено в разработката до тук, разкрива възможност за формулиране на изводи и препоръки за практиката, изложени в четвърта глава. Те произтичат от получените резултати и дават логичен отговор на поставените задачи. Авторът на дисертацията отделя внимание на тренировъчната програма за кондиционна подготовка,

СТАНОВИЩЕ

включваща 124 специализирани упражнения, която води до значимо повишение на двигателните показатели при напреднали катерачи.

Цитирането и позоваването на автори, публикации и източници в дисертационния труд е според установените стандарти. Препоръчвам на докторанта в бъдещи разработки да включи по-дългосрочно проследяване на ефектите от кондиционната подготовка, както и по-задълбочен анализ на психофизиологичните компоненти.

Научни приноси: Цялостният анализ на дисертационния труд позволява да се очертаят приносите му в научно-теоретичен и научно-практически план. Научните и научно-приложните приноси са ясно дефинирани и могат да бъдат приети като реален принос в областта на теорията и методиката на спортната тренировка в катеренето. Практическата значимост на труда се изразява във възможността разработената тренировъчна програма и предложените методически насоки да бъдат прилагани в реални тренировъчни условия от треньори и специалисти по спортно катерене.

Заключение: Дисертационният труд има завършен вид. Докторанта е показал солидна теоретична подготовка, прецизност и коректност при осъществяване на изследването, умения които позволяват самостоятелна работа в научно-изследователската сфера. Може да намери конкретно приложение в съвременната спортна подготовка на състезателите по спортно катерене. Представеният дисертационен труд е самостоятелно научно изследване с ясно изразен научен и приложен характер. Не откривам форми на плагиатство. Представеният докторски труд отговаря на всички условия и изисквания, което ми позволява да предложа на уважаемото научно жури да оцени положително труда на Георги Крачанов и да присъди образователната и научна степен „доктор“ по професионално направление - 7.6 Спорт.

05.01.2026 г.

доц .д-р Биляна Рангелова

STATEMENT

By Assoc.Prof.Bilyana Rangelova, Ph.D

Regarding the dissertation on the topic:

" Conditioning Training in Sport Climbing "

presented by Georgi Rosenov Krachanov ,

under the supervision of Assoc Prof. Nikolay Panayotov, Ph.D.,

for the acquisition of the educational and scientific degree of "Doctor" in the professional field 7.6. Sport, Theory and Methodology of Sport Science, Department: Tourism, Mountaineering and Orienteering , National Sports Academy "Vassil Levski"

The dissertation submitted by Georgi Rosenov Krachanov, entitled “Conditioning Training in Sport Climbing”, comprises 221 pages and is structured into an introduction, four main chapters, conclusions, recommendations, scientific contributions, and references. The structure of the dissertation fully complies with the established academic requirements for doctoral research in the field of sport science.

The topic is topical, scientifically significant, and has a clearly expressed practical orientation, particularly in the context of the dynamic development and Olympic recognition of sport climbing as a modern competitive discipline. The choice of topic is motivated both by the growing interest in climbing and by the need for scientifically grounded models of conditioning training for advanced athletes.

The study aligns well with contemporary trends in sport science, combining historical-theoretical analysis with experimental research and practical implementation of a specialized training programme.

The bibliography includes 162 sources, of which 65 are scientific works in Cyrillic, 47 in Latin script, and 50 are internet sources. The dissertation is illustrated with 60 tables and 55 figures, demonstrating the author’s high-level proficiency in the use of modern technical tools. In addition, five appendices are included.

Content Evaluation

The introduction presents the doctoral candidate's motivation and substantiates the need for a new approach to conditioning training in sport climbing, structured according to the principles of sports planning, with an emphasis on the development of basic and specific physical qualities in advanced climbers.

Chapter One provides an in-depth theoretical analysis covering the social, cultural, and historical dimensions of sport and sport climbing, the evolution of climbing from mountaineering to a modern competitive discipline, as well as the specifics of the training process. The theoretical framework is developed comprehensively and logically, with correct use of a substantial number of classical and contemporary literature sources. The development of sport climbing in Bulgaria from its emergence in 1910 to the present day is described in detail. Particular attention is paid to the characteristics of sport climbing, where the three main disciplines and the specific conditioning requirements of each are thoroughly presented. This supports the clear definition of the object, subject, aim, and tasks of the study. To achieve conceptual completeness, the chapter summarizes the scientific problem and logically formulates the working hypothesis, based on the assumption that the development of a conditioning training programme tailored to individual climbers' characteristics and the specifics of competitive disciplines will contribute to achieving integrated physical conditioning, ensuring progress in technical, tactical, and psychological preparation.

Chapter Two is devoted to the methodology, methods, and organization of the research. The aim, tasks, object, and subject of the study are clearly and consistently defined, along with the logic of its planning and implementation. Appropriate and complementary methods are selected – theoretical, pedagogical, sociological, testing, and mathematical-statistical – which correspond to the stated objectives and provide conditions for objective verification of the proposed scientific hypothesis.

The research is organized and conducted in three main stages – theoretical-analytical, empirical, and final. The main research sample includes 48 advanced climbers with systematic training practice four times per week, distributed into four groups: two control groups (one male and one female) and two experimental groups (one male and one female), each consisting of 12

participants. The selection and grouping of participants are consistent with the aims of the experiment and allow reliable comparison between control and experimental conditions.

A particularly positive impression is made by the development and practical implementation of a specialized conditioning training programme for advanced climbers, as well as the use of a comprehensive test battery tailored to the specific requirements and motor structure of sport climbing, which enhances the validity and applied value of the obtained results.

Chapter Three, “Analysis of Results”, comprises 97 pages and presents the entire practical work carried out by the doctoral candidate with the studied indicators. The results of the collected and processed data are thoroughly analyzed. The presented tables and figures provide clear and illustrative information on the obtained results. The developed analytical procedures and the comparisons between the experimental and control groups are of high value, as they allow the effects of the applied training programme to be clearly identified. The discussion section demonstrates the author’s ability to interpret the results in the context of existing scientific research and practice, leading to well-grounded conclusions regarding the effectiveness of the proposed conditioning training.

All of the above provides a sound basis for formulating conclusions and practical recommendations, presented in Chapter Four. These derive directly from the obtained results and provide logical answers to the research tasks. Special attention is given to the conditioning training programme, which includes 124 specialized exercises and leads to a significant improvement in motor performance indicators in advanced climbers.

The citation and referencing of authors, publications, and sources in the dissertation comply with established academic standards. As a recommendation for future research, the inclusion of longer-term monitoring of the effects of conditioning training and a more in-depth analysis of psychophysiological components is suggested.

Scientific Contributions

The overall analysis of the dissertation allows its contributions to be identified on both scientific-theoretical and scientific-applied levels. The scientific and applied contributions are clearly defined and can be accepted as a real contribution to the theory and methodology of

sport training in climbing. The practical significance of the study lies in the possibility of applying the developed training programme and proposed methodological guidelines in real training conditions by coaches and specialists in sport climbing.

Conclusion

The dissertation has a complete and coherent structure. The doctoral candidate has demonstrated solid theoretical preparation, methodological precision, and accuracy in conducting the research – qualities that indicate the ability for independent scientific work. The study has a clearly expressed scientific and applied character and can find concrete application in the contemporary training of sport climbing athletes. No evidence of plagiarism has been identified. The submitted doctoral dissertation meets all required criteria, which allows me to propose to the esteemed Scientific Jury to positively evaluate the work of Georgi Krachanov and to award him the educational and scientific degree “Doctor” in the professional field 7.6 Sport.

05.01.2026

Assoc.Prof.Bilyana Rangelova, Ph.D