

Становище

От проф. Незабравка Генчева, д-р

Факултет Обществено здраве, здравни грижи и туризъм,

Национална спортна академия „Васил Левски“

За публично обсъждане на дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „доктор“

Област на висше образование: 1. Педагогика

Професионално направление: 1.3. Педагогика на обучението по ...
(Методика на обучението по физическо възпитание и спорт – кинезитерапия)

Научна специалност: кинезитерапия

Университет: Софийски университет „Св. Климент Охридски“,
Департамент по спорт.

Тема на дисертационния труд: ПРОСЛЕДЯВАНЕ ЕФЕКТА ОТ МЕТОДИКА НА КИНЕЗИТЕРАПИЯ ПРИ СТУДЕНТИ С МУСКУЛНОСКЕЛЕТНИ ДИСФУНКЦИИ, НАДНОРМЕНО ТЕГЛО И ЗАТЛЪСТЯВАНЕ

Име на докторанта: Гургана Деспотова

Научен ръководител: проф. Костадин Костов, д-р

Наднорменото тегло и затлъстяването са високо рискови фактори за множество заболявания особено в детска и младежка възраст. Хиподинамията и нездравословният начин на хранене са в основата на този медико-социален проблем. В тази връзка дисертационния труд на ас. Деспотова е актуален, защото е свързан с научни търсения относно приложение на по-ефективни методики за противодействие на наднормено тегло, затлъстяване и различни мускулно-скелетни дисфункции сред студентите от ВУЗ.

Дисертационният труд е разработен в обем от 194 страници, като съдържа: увод, 5 глави, литература и 4 приложения. Онагледен е с 38

таблицы, 16 фигури. Ползвани са общо 177 информационни източника, от които 60 на кирилица, 111 на латиница и 6 интернет източника.

В първа глава „**Теоретична постановка на проблема**“, авторът анализира социалната значимост на затлъстяването според нашия и чуждия опит като разглежда същността, разпространението, етиопатогенезата, значението на нервно-хуморалната регулация, и съпътстващите заболявания вследствие на затлъстяване. Представено е голямото разнообразие от средства за регулиране на телесното тегло като: диетолечение, поведенческа терапия, приложима с голям успех и при хранителни разстройства, медикаментозно лечение, хирургично лечение. Отделено е значително място на ролята на физическата активност и в частност на кинезитерапията за лечение на наднорменото тегло и затлъстяването както и за профилактика от усложнения, свързани със затлъстяването, като е анализиран богатия опит на наши и чужди специалисти, работили и прилагали кинезитерапия в тази област. Във връзка с темата на дисертационния труд са разгледани проблемите свързани със затлъстяване и наднормено тегло сред студентите от ВУЗ, което логично е довело до формулирането на работна хипотеза основана на недостатъчно разработен и все още нерешен проблем за отчитане на ефекта от прилагането на кинезитерапия, за повлияване на наднормено тегло и затлъстяване при студенти с мускулно-скелетни дисфункции.

Авторът премива във **втора глава**, която започва с поставяне на ясна цел и 5 задачи на изследването. Контингентът е от 162 жени и 56 мъже от I до IV курс на СУ „Св. Климент Охридски“, на възраст от 19 до 25 г., посещаващи „Спорт – кинезитерапия“. Непреднамерено са сформирани 2 експериментални групи от 20 студенти, разпределени нагледно в таблица според ИТМ, обиколка на талия и риск от метаболитни усложнения. Освен това докторантката е направила разпределение на контингента и според най-често срещани сред студентите мускулно-скелетните дисфункции. ЕГ 1 има един път седмично занимания по спорт и кинезитерапия, докато ЕГ 2 е с три пъти седмично. Използвани са различни методи за оценка на ефективността на едно и три разовите занимания с двигателна активност като: наблюдение за оценка на стойката, анкетен метод, антропометрия, включваща: телесна маса (тегло), ръст, ИТМ, обиколка на талията, ханш, кожни гънки, процент телесни мазнини. Подбрани са подходящи функционални тестове като тестът на Руфие със стандартно физическо натоварване и тестът за статична силова

издръжливост на мускулите на трупа по Краус-Вебер. Приложена е ВАС за количествена оценка на болката. Описана е много добре цялата организация на експеримента.

В **трета глава** е представена методиката на кинезитерапията с определена ясна цел и задачи в комбинация с диетолечение и обучителен курс. Много правилно упражненията са подбрани предимно с цикличен характер, изпълнени по-често в аеробен режим с умерена интензивност, в бавно до умерено темпо, без наличие на болка. В комплексите са включени още силови, равновесно-координационни, дихателни – статични (диафрагмално дишане) и динамични и релаксиращи упражнения и такива за подобряване на стойката.

Резултатите от експеримента са анализирани добре на базата на много добра статистическа обработка на данните, които са представени коректно в таблици и онагледени с графики в **четвърта глава** на дисертационния труд.

В края на разработката, авторът формулира 7 бр. изводи и 5 бр. препоръки. Изводите изцяло отразяват извършената експериментална работа, а препоръките задават насоката за обогатяване на организацията за приложение на кинезитерапията при наднормено тегло и затлъстяване сред студентите.

КРИТИЧНИ БЕЛЕЖКИ

Като критична бележка бих отбелязала, че липсва описание на приложеното диетолечението, а са изброени само задачите му.

ПРИНОСИ

1. Проведено е задълбочено проучване сред студентите с наднормено тегло, затлъстяване и мускулно-скелетни дисфункции и получените резултати дават основание за коригиране на учебните програми на студентите и включването на повече часове по кинезитерапия и спорт при тези социално значими заболявания.

2. Изготвена и проведена е цялостна специализирана кинезитерапевтична програма за намаляване на телесното тегло и профилактика на мускулно скелетни дисфункции при голям контингент от студенти.

3. Подготвени са анкетни карти за самооценка на здравния статус на студентите, които могат да се ползват и при други научни изследвания.

4. Разработен е тематичен лекционен курс, включен в учебните планове на студентите по дисциплината „Спорт“ за повишаване на здравната култура на студентите.

Авторефератът съответства на съдържанието на дисертационния труд. Докторантът има 4 научни публикации по темата, представени на научни конференции, като във всички тя е самостоятелен автор. Не са открити опити за плагиатство.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Оценявам високо изследователската и практическа работа на Гергана Деспотова. Въз основа на качествата и приносите на представения ми за оценка дисертационен труд, съдържащ теоретични постановки и научно – практически решения на социално значимия проблем, свързан със заглъстяването и мускулно скелетните дисфункции сред студентите от ВУЗ, предлагам на членовете на научното жури да присъдят на Гергана Деспотова образователната и научна степен доктор по професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по... (Методика на обучението по физическо възпитание и спорт – кинезитерапия).

Заявявам своето положително становище.

10.09.2021

Изготвил становището:

проф. Незабравка Генчева:

