

## СТАНОВИЩЕ

По конкурс на Софийския университет „Св. Климент Охридски“ за заемане на академичната длъжност „Доцент“ в професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по физическо възпитание и спорт /лека атлетика и кондиционна подготовка/ за нуждите на катедра „Индивидуални спортове и рекреация“ към Департамента по спорт, с единствен кандидат главен асистент Иванка Николова Кърпарова, д-р, обявен в „Държавен вестник“ бр. 100 от 16.12.2022 г.

**Изготвил становището:** доц. Евгени Симеонов Йорданов, д-р, преподавател в Софийския университет „Св. Климент Охридски“, член на научно жури, назначен със заповед № РД 38-78 от 08.02.2023 г. на Ректора на Софийския университет „Св. Климент Охридски“.

### **1. Кратка автобиографична справка**

Главен асистент Иванка Николова Кърпарова, д-р, е родена на 01.01.1974 г.

Завършва висшето си образование в НСА «Васил Левски» през 1996 г., като се дипломира като магистър, треньор по лека атлетика и учител по Физическо възпитание и спорт. Завършила е и специалност „Спортна журналистика“ (репортер в спортен отдел) в същото висше учебно заведение.

През 2015 г. защитава дисертация на тема “Модел за развитие издръжливостта на студентите със средствата на лекоатлетическото бягане“ и получава образователна и научна степен «Доктор» по научно направление 1.3 Педагогика на обучението по физическо възпитание и спорт- лека атлетика.

След завършването на образованието си работи като треньор по лека атлетика в Ученическа спортна школа „Левски“ и „София“.

От 1996 до 2006 г. е хоноруван преподавател по Лека атлетика към катедра “Индивидуални спортове и рекреация“ при Департамента по спорт на Софийския университет.

През 2006 г. печели конкурс за “асистент“ и до настоящия момент е преподавател по Лека атлетика в Департамента по спорт на Университета.

## **2. Учебно- преподавателска, административна и обществена дейност.**

Кандидатката за доцент провежда обучение по лека атлетика и кондиционна подготовка на студенти, обучавани в бакалавърска и магистърска степен. Води лекционен курс по специалност «Лека атлетика» в бакалавърската програма “Физическо възпитание и спорт“ при Факултета по наука, образование и изкуства на Софийския университет.

Заемала е длъжността ръководител катедра “Индивидуални спортове и рекреация“ в продължение на два мандата.

Провежда тренировъчна работа с представителните отбори по лека атлетика и ски- северни дисциплини на Университета, като е постигнала отлични резултати, издигащи престижа на СУ.

Осъществяваната от нея учебно- тренировъчна, преподавателска и научна работа е съответстваща на високите изисквания към преподавателите по отношение на компютърната и езиковата грамотност. Владее руски и английски език. Уменията, които има за работа със софтуерни пакети, използвани за научни изследвания в областта на спорта, ѝ позволяват да провежда учебен процес на високо професионално ниво.

Главен асистент Иванка Кърпарова е основен лектор за България по програма за развитие на детска лека атлетика на IAAF – „Kids athletics“. Участва в множество проекти в областта на спорта, което е показателно за това, че е специалист с възможности за работа в екип и притежава голям организационен опит. Има сериозен принос в обществената дейност с вземането на участие като доброволец на множество международни и държавни спортни прояви.

От изложеното до тук става ясно, че образователната подготовка и педагогическият опит на кандидатката, са изцяло в областта на професионалното направление на конкурса.

### **3. Научна дейност и продукция**

В конкурса главен асистент Иванка Кърпарова се представя с 20 научни труда - достатъчна научна продукция за участие.

Според насоченост, съдържание и значимост, научните разработки са обособени в следното: Монография- “Биомеханични основи на техниката на бягането и методически насоки в обучението“; Статии в реферирани списания- 1 бр.; Научни трудове, публикувани в сборници от научни форуми – 18 бр. – 16 у нас и 2 в чужбина.

На 18 от всички публикации е самостоятелен автор, а на 2 е втори автор.

Основната част от научно- изследователската дейност е насочена към усъвършенстване на учебно- тренировъчния и състезателния процес по лека атлетика, в частност беговите дисциплини. Направено е биомеханично изследване на техниката на бягане. Разгледан е рискът, който носят неправилно изпълнените технически елементи за настъпване на травми на опорно- двигателния апарат. Разкрита е връзката на правилната техника на бягане с по- добрата производителност, тоест правилно разпределение на силите по цялата дистанция.

С голяма стойност за теорията и практиката, като педагогическа и тренировъчна дейност. е изложеният в монографичния труд подробен анализ на беговата крачка от биомеханична гледна точка. Изведени са предимствата на технически правилното бягане, главните от които са икономичните и синхронизирани движения на отделните компоненти на цялата кинетична верига.

Изтъкнати са сериозните недостатъци на прекалено голямата крачка, при която ходилото се поставя пред линията на коляното, което води до големи компенсаторни сили, които при многократно изпълнение водят до наранявания за бегачите.

Висока оценка заслужава представената в монографията система от теоретични бележки за основните моменти на обучението в техниката на бягане, които позволяват на бегачи на всякакво ниво да работят целенасочено за своето усъвършенстване. Представени са начините за подобряване на компонентите на беговата крачка, за постигне на баланс в активната по време на бягане мускулатура и за повишаване на еластичността на сухожилията.

Направени са важни препоръки за бягане в естествени условия и по-малкото използване на маратонки с много омекотяване и висока подметка, които променят значително биомеханиката на бягането им.

Особено полезни за практиката са представените в табличен вид препоръчителни упражнения за развиване на сила и гъвкавост, които са разделени според мускулните групи върху които въздействат и са направени методически указания за правилното им изпълнение.

Важен приносен момент за практиката е и направеният анализ на развитието на технологиите в производството на спортна екипировка и начинът по който съвременните маратонки за бягане влияят върху биомеханичните аспекти на лекоатлетическата техника.

Публикацията „Running biomechanics and selection of sports shoes in benefit to amateur athletes“ е посветена на подобряване на обучението по лека атлетика чрез анализ на техниката на бягане и правилният избор на маратонки. Представени са връзката на тези фактори с превенцията от травми. Авторът представя резултатите от мащабно проучване включващо 304 изследвани лица. Използвани са най-съвременни технологии и софтуерни пакети „Templo motion analysis software“ и „Coach`s eye“, за заснемане видеозаписи. Анализирани са в детайли биомеханиката на човешкото движение и ъглите на дорзална флексия в глезената става и между бедрото и подбедрицата в момента на контакт на стъпалото с повърхността. Направени са изводи че правилната техника и екипировка способстват за подобряването на спортните постижения и водят до превенция на травматизма.

Обект на изследване са и редица въпроси свързани с организацията на учебно-тренировъчния и състезателния процес по лека атлетика във висшето образование. Разгледани са възможностите за усъвършенстване на нормативите за отборно класиране на студентските първенства, което би допринесло за участието на по-голям брой студенти в учебно-тренировъчния и състезателния процес; доказана е необходимостта от въвеждане на специализирани изпитни изисквания за студентите от специалност „Физическо възпитание и спорт“ при постъпването им в Университета, тъй като те показват по-слаби резултати в тестове за издръжливост и бързина от своите колеги изучаващи не спортни специалности; влиянието на някои фактори върху организма на спортиста при натоварвания за издръжливост; апробиран е експериментален модел за развитие на двигателното качество издръжливост чрез бягане; проучени са начини за подобряване на заниманията по лека атлетика с тренировъчни средства за преимуществено натоварване

горната половина на тялото; изследвано е мястото на упражнения за сила в тренировката за издръжливост..

Основните **приносни моменти** от научната и научно- приложната дейност на кандидатката според мен са: изведените научни аспекти в обучението по лека атлетика; разработената собствена методика за подобряване на техниката на бягане; специфичните най-често допускани грешки, както и средства за тяхното отстраняване; задълбоченият биомеханичен анализ на човешките движения, който би бил от полза за всички спортни специалисти; разработените модели за развитие на двигателните качества издръжливост, сила и гъвкавост; събраните в голям обем емпирични данни, които биха били от полза в бъдеща научна работа.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

От анализа на научната продукция на главен асистент Иванка Кърпарова, доктор, следва да се посочи високата компетентност и коректна интерпретация на научните изследвания.

Иванка Кърпарова е уважаван преподавател с богата практическа и добра теоретическа подготовка. Тя е пример за спортен педагог в системата на висшето образование, който успешно съчетава научно-изследователската дейност с конкретната преподавателска работа.

**Въз основа на изложеното и качествата на кандидата, предлагам на Уважаемите членове на научното жури да удостоят главен асистент Иванка Николова , доктор, с академичната длъжност „Доцент” по професионално направление 1.3 Педагогика на обучението по физическо възпитание и спорт /лека атлетика и кондиционна подготовка/.**

29. 03. 2023г.

Подпис: