

## **РЕЦЕНЗИЯ**

**от проф. Свилен Нейков, дн**

=====

**На дисертационен труд на тема:**

**„Ефектът от адаптирана програма по плуване при бебета“**

**Докторант: ас. Биляна Туманова-Рангелова**

**Научен ръководител: проф. Анжелина Янева, д-р**

Дисертационният труд разглежда проблем, свързан с изследване насочено към проучване: имат ли занимания бебетата по плуване и каква методика се прилага? Водят ли се системни занимания и от кого? Прилагат ли се специализирани програми от специалисти по плуване и т.н. Темата е много актуална, особено на този етап от развитие на обществото, когато физическата активност е неразделна част от нормалното ежедневие на съвременния човек. Подготовката за нормален начин на живот, чрез прилагане на обоснована методика на обучение, още от бебешка възраст, допринася за правилно и хармонично развитие на детето. В процеса на развитието, детето формира своята дейност и поведение към външния свят. Един от най-важните сигнали е свързан с изграждане на трайни адаптационни механизми които да доведат до съвършенство на човешката дейност и поведение, подобряване на здравето и физическата дееспособност.

Дисертационният труд е разработен в обем от 161 страници, онагледен е с 29 бр. фигури, таблици – 65 бр. Библиография – 119 бр. източници (79 бр. от които на кирилица, 28 бр. на латиница, 12 бр. интернет източника)

### **Глава I – Постановка на проблема**

Разработен е добре. Обхваща и проследява развитието на бебето от 0,6-3 години. Направено е описание на основни позиции, характеризиращи отделните

страни на поведението на бебето. Особено добро впечатление прави обзора на анатоомофизиологичните особености на всички системи на организма, обвързани с промените които настъпват в неговото развитие. Физиологичните адаптационни промени в следствие на контакта с външната среда. Представени са също в добра последователност "развиване на възприятията", „двигателно развиване“. Цитирани са голям брой автори доказали физиологичните промени, както и познавателните способности на децата и желанието им да научават повече за обкръжаващата ги среда. Обърнато е специално внимание на плуването като спорт и особената среда в която се намира организма на практикуващия. Направена е много подробна характеристика на плуването и развитието му в исторически план на територията на страната. Разгледани са предимствата на занимаващите се с плуване, необходимостта от квалифицирани кадри по плуване и правилна методика за въздействие и от там оптимизиране на обучението.

Работната хипотеза е формирана правилно и отразява насочеността на труда.

## **Глава II – Цел, задачи, методика и организация на изследването**

Целта е изследване ефекта от въздействието на модел за начално обучение, възпитание и трнировка по плуване за подобряване на физическото развитие и трайно усвояване на двигателните умения и навици при бебета.

Задачите са подбрани правилно и отговарят на поставената цел. Подредени са добре и последователно отразяват целта на дисертационния труд.

### **II.1.3.Предмет и обект на изследването**

Изследвани са 18бр. бебета на възраст от 6-18 месеца. Методите и тестовете са описани добре. Анкетния метод включва 8 въпроса и 32 специалисти по плуване по проблемите за обучението. Впечатляващо проучване сред родителите 109 бр. със сериозно отношение по въпросите.

Използвани са актуални статистически методи за обработка на данните, статистически пакет за социални науки( компюторна програма).Вариационен анализ, Т-критерий на Стюдънт, Регресионен анализ. Представена е добре тестовата батерия за оценка на физическото развитие, онагледна е добре и подредена в таблици.Тестовите са описани подробно и подредени.

### **II.3. Организация на изследването**

Децата са разпределени по възраст в три групи.Първа група – 6 месеца, втора- 12 месеца, трета- 18 месеца. Изследването преминава през три етапа (2014-2015г.).Организиране и реализиране на констатирания експеримент (2015-2017г). Трети – обобщение и анализ на резултатите от емпиричното изследване(2017-2018г.). Много добре е описана „Адаптираната програма“ за обучение по плуване.Използваните средства и методи на обучение, са описани нагледно и са подкрепени от научни разработки на Германия – „Обучение в плуване“.Направена е характеристика на адаптирания модел по плуване, като са спзени дидактическите принципи. Планирано е учебното съдържание и тук прави впечатление компетентността на докторанта по темата.Планираната програма е съобразена с „цикличността“ на периодизацията на тренировъчния процес.Освен това обучението преминава под формата на „забава и приятно прекарване“.Съдържанието на адаптираната програма по плуване е изготвена професионално на базата на утвърдени принципи.Описана е подробно и са спазени принципа на „системност и последователност“.

### **III. Анализ на резултатите**

Анализът е представен първо по отношение на анкетното проучване – мнението на специалистите. Изследвани са треньори от водещи плувни клубове в страната.От анкетираните 72% са на мнение, че е необходимо да се адаптират методите на обучение, според автора.Също така 77% са на мнение за прилагането на индивидуален подход в процеса на спортно усъвършенстване при бебета.Останалите методи са неефективни според анкетираните треньори. Много добре авторът разглежда и анализира резултатите и обхваща проблема от всички страни.

### III.2.1.Разкриване на средното ниво и вариативност на показателите.

Представени са резултатите в три групи. Анализът на антропометричните показатели е от основно значение за установяване на физическото развитие на бебето, според автора. Установените стойности дават основание да се твърди за стойностите в началния етап на 6 годишна възраст, че са близки. Резултатите от вариационния анализ са обработени много добре и са представени в табличен вид. В същото време се доказва и успешно приложената методика от автора. Това е видно от резултатите представени в табл.17. След 6 месеца обучение по плуване се получават много добри резултати по показателите – „телесна маса“ и „гръдна обиколка“. Също така има значително увеличаване на мускулната маса. Всичко това доказва правилната методика и добрия подбор на средствата и методите. Онагледяването на резултатите в табличен вид допринася за комплексна представа за изследваните показатели.

### III.2.3.Физическо развитие преди навършване на 3 години.

Резултатите от приложения вариационен анализ на показателите за физическо развитие на бебетата преди да навършат 3 години показват според автора много добро физическо развитие. Изпреварват техните връстници по отношение на физическите качества.

4.При анализа на показателите за физическо развитие след навършване на 3 години, според автора, най-голям прираст има в показателите свързани със силата на долните крайници. Анализът е добър и резултатите са представени в табличен вид и добре анализирани.

### III.3.Значимост на разликите между средните нива на трите експериментални групи.

Тук основната задача е да се провери ефективността на приложения модел, чрез сравнителен анализ на изследваните показатели. Децата са тествани в 5 етапа. За статистическата обработка на информацията е приложен t- критерий на Стюдънт. Тук авторът компетентно анализира получените резултати. Оказва се, че генотипните фактори са определящи за показателя „ръст“ в тази възраст. Табличното и графично представяне на резултатите, дава по голяма нагледност и допринася за по добре възприемане на анализирани

показатели. Сравнителният анализ между антропометричните показатели ни дава ясна представа за приложените въздействия и условия на работата. Ясно е видно от таблиците, средната и коефициента на вариация.

### III.3.3. Значимост на разликите между стойностите на показателите на физическо развитие след навършване на 3 години

Според направения анализ от докторанта, наблюдава се, статистически значима разлика при показателите „качване и слизане по стълба“, бързина, скок на дължина от място, с два крака и хвърляне на не плътна топка - 80 грама с дясна ръка. При останалите показатели - сила на горни крайници на дясна и лява ръка, хвърляне на плътна топка с лява ръка и клякания брой са 20 сек. приемаме нулева хипотеза. Анализът на резултатите е направен коректно. Представени са резултатите таблично и графично.

### III.3.4. Резултати от въздействието на предложения модел за адаптирана програма по плуване за бебета при Г1, Г2, Г3.

От направения анализ е видно, че има статистически значим прираст и при 4 те показателя. Това показва положителния ефект от предложената адаптирана програма върху деца участвали в експеримента.

И след обработване на данните в края на експеримента се установява положителна статистически значима разлика при всички изследвани показатели и с това докторанта доказва благоприятното влияние на адаптираната програма.

## **IV. Изводи и препоръки.**

Направените изводи са функция на разработения труд. Първият е по обширен и обобщава състоянието по тези въпроси в България. Липсата на база също е един от факторите определящи физическото развитие на бебетата, подчертано от докторанта.

Оптимизирането на модела в бъдеще ще допринесе за подготовка на нови подготвени кадри и прилагане на адаптирана програма при бебета с висока стойност на успеваемост на база дисертационния труд.

Препоръките могат да се ползват от треньорите, които практикуват или извяват желание в тази посока за развитие. Необходимо е да се подготвят преподаватели по физическо възпитание и спорт в специалност плуване за бебета. Според автора трябва да се търсят оптимални условия при реализиране на задачите, за да не се излагат на опасности малките плувци.

### **Приноси**

- С настоящия труд са разкрити фактори и се добавят нови детайли в познанието по въпросите касаещи плуване при бебета. С адаптираната програма могат да се приложат въздействия, които да допринесат за укрепване на здравето, подобряване на физическата годност на бебетата, занимаващи се с плуване от 6 месеца – 3 години.

- Адаптираната програма е иновативна в тази област и показва детайлно разглеждане на факторите от които в най-голяма степен зависи провеждането и организацията на обучението по плуване при бебетата.

- От обществено значение и актуалност са проблемите свързани с тази възрастова група, тъй като, чрез прилагането на тази адаптирана програма, ще расте трудоспособно и здраво поколение. С особена актуалност е включването на родителите в тази дейност, които ще осмислят положителната роля на водната среда при бебетата.

- Резултатите от направените изследвания и анализи ще допринесат за обогатяване на спортната наука в това направление и актуализиране на начина на живот (отношението на родителите към физическо развитие на техните деца още в най-ранна детска възраст).

**Обобщение:** Дисертационният труд е актуален със своята проблематика. Може да намери конкретно приложение в съвременния начин на живот и по конкретно при формиране на двигателната дейност при бебетата.

Несъмнено трудът е реализиран от автора и показва компетентност в тази област, както и научния ръководител. Добре подбрана тема, актуална за съвременното поведение и начин на живот в съвременното общество. Добре

обоснована със стабилна доказателствена част.Добре е онагледена с таблици и фигури, които допринасят за по добро представяне и яснота.

Като въпрос: 1.Според Вас родителите помагат или повече ще пречат на трньора или преподавателя по време на обучението на тяхното дете?

2. Не се ли припокриват двете понятия Физическо развитие и двигателна дейност?

Докторантката има 3 бр. публикации свързани с дисертационния труд. Авторефератът отговаря на критериите и е онагледен добре.

В заключение, на базата на представения дисертационен труд, предлагам на уважаемото жури, на ас. Биляна Туманова-Рангелова , да се присъди образователната и научна степен „Доктор“, професионално направление -1.3. Педагогика на обучението по (методика на обучението по физическо възпитание и спорт- плуване)

**София,**

**03.12.2018 г.**

**РЕЦЕНЗЕНТ:**

**/проф. Свилен Нейков, дн/**