

С Т А Н О В И Щ Е

от доц. Ирина Нешева, доктор

на дисертационен труд на ас. Николета Димитрова Бочева,
преподавател в Софийски университет „Св. Климент Охридски“, департамент по
спорт катедра „индивидуални спортове и рекреация“

за присъждане на образователна и научна степен „доктор“
по професионално направление – 1.3. Педагогика на обучението по ... (Методика
на обучението по физическо възпитание и спорт – фитнес дисциплини)

на тема:

МОДЕЛ ЗА ПОВИШАВАНЕ НА ФИЗИЧЕСКАТА ГОДНОСТ НА СТУДЕНТИТЕ СЪС СРЕДСТВАТА НА КРЪГОВАТА ТРЕНИРОВКА

Научен ръководител: **Доц. Михаил Кончев, доктор**

Един от съвременните все още нерешени проблеми в областта на спорта и физическото възпитание е недостатъчната и ограничена двигателна активност на студентите в условията на висшите училища (особено след 2020 година), въпреки че има разработени ефективни програми за подобряване на физическата годност на студентите.

В днешно време съвременното обучение е свързано с постоянно нарастващото напрежение и интензивност на учебните програми, което предполага съхраняване и поддържане на висока работоспособност.

Необходимостта от осигуряване на възможности за допълнителна двигателна активност и поддържане на добро здравословно състояние, с цел активна борба срещу обездвижването и превенция за здравето, създава предпоставки за популяризиране и въвеждане на нови фитнес дисциплини. Което от своя страна би спомогнало за поддържането на мотивацията на студентите и тяхната заинтересованост.

Дисертационният труд е с висок научен статус и отговаря на всички изискванията за подобен род разработки. Темата е дисертабилна, актуална и перспективна.

Представената за становище разработка на ас. Николета Бочева, преподавател в Софийски университет „Св. Климент Охридски“, департамент по спорт е разработена в три взаимосвързани глави и IV-та точка – изводи и препоръки, изложени в обем от 203 страници. В дисертационния труд са включени 50 таблици, 35 фигури и 9 приложения. Библиографията обхваща 162 източника, от които 39 на кирилица и 113 на латиница, както и 10 web сайта.

Целта на изследването е **„Разработване на модел за повишаване на физическата годност и изследване на ефекта от въздействието му при студенти от Софийски университет „Св. Климент Охридски“.**

Предмет, обект, контингент и организация на изследването, както и формулираните шест задачи са точни, ясни и коректни, и са в съответствие с теоретичната постановка, работната хипотеза и предназначението на дисертационния труд.

За доказване на своята теза докторантката прилага инструментариум от следните научно-изследователски методи: *проучване и анализ на литературни и други информационни източници (като посочените автори са правилно генерирани и цитирани); онлайн анкетно проучване със студенти на СУ „Св. Климент Охридски“, от I до IV курс, на възраст 18-22 г., участвали в спортно-профилираните занимания по кръгова тренировка; спортно-педагогическо тестиране преди и след прилагане на разработения модел; провеждане на педагогически експеримент със студенти, участвали в спортно-профилирани занимания по кръгова тренировка; прилагане на математико-статистически методи и средства за анализ на получените резултати от тестирането.*

Тук е мястото да спомена, че ДТ е структуриран правопрпорционално с детайлно описание във втора глава (от 36 стр.), чиято методология е свързана със спортно-педагогическото тестиране за физическата годност на изследвания контингент с акцент системата „Еврофит“, прилагане на тестова батерия и педагогическият експеримент.

Единствените ми бележки, които имат предимно конструктивен характер се отнасят главно до стилистични пропуски: 1) в отделни пасажии на труда се изпуска безличното време – например „равновесната устойчивост измерваме с тест „Фламинго““, вместо „равновесната устойчивост се измерва с тест „Фламинго““ и т.н., 2) липсва информираност в съдържанието за (хранителен режим, хранителни добавки и витамини и др.), които са като подточки на I.3 със заглавие – **КЛАСИФИКАЦИЯ НА ФИТНЕС ДИСЦИПЛИНИТЕ**, а това не корелира с тематиката, т.е в съдържанието би могло да се опишат подточките и така читателят (рецензентът) няма да бъде изненадан.

Професионално изразена е позицията на докторанта по въпроси, свързани със: Законово-нормативната база; Правилник за прилагане на закона за физическото възпитание и спорта; Национална стратегия за развитие на физическото възпитание и спорта в република България 2012 – 2022; изписаните съкращения преди увод; изведените заключения и обобщения в края на всяка главна точка.

Ще акцентирам върху някои основни и безспорни по значимост научни и научно-приложни приноси на дисертационния труд, които се свеждат главно до:

✓ обективизиран е ефектът от извършената научно-изследователска работа в три етапа – начални, междинни и крайни измервания;

- ✓ приложен е комплекс от антропометрични, функционални показатели и показатели за физическа годност разпределени в три групи, както и спортно-педагогическо тестване за програмиране и реализация на експерименталното научно-приложно изследване;
- ✓ проектирана и апробирана е експериментална методика за практикуване на кръговата тренировка, която е форма на кондиционно обучение, включващо натоварване за издръжливост, силови съпротивления, високоинтензивна аеробна дейност, която довежда до увеличаване на активната телесна маса (АТМ) и редукция на телесните мазнини;
- ✓ разработен и апробиран е модел за повишаване на физическата годност със средствата на кръгова тренировка с вариант интервална тренировъчна работата за качества. Този модел е с потенциални възможности за приложение в системата за физическо възпитание и спорт в СУ „Св. Кл. Охридски“, а защо не и в училищното физическо възпитание и спорт;
- ✓ анализирани са протоколите за отчитане обема на натоварване по време на кръговата тренировка и физическите качества; анализирани са функционалният капацитет и антропометричните показатели; анализирани са резултатите от теста за хранене и приемът на хранителни добавки, витамини и е направена оценка за големината на ефекта от приложената методика.

В заключение считам, че трудът има принос за теорията и практиката, свързан с модела за двигателна активност на студентите от Софийски университет от гледна точка на неговото влияние върху тяхното здравословно, физиологично и психоемоционално състояние, т.е върху техния общ здравен статус.

Гореизложеното ми дава достатъчно аргументирано основание с убеденост да препоръчам на членовете на уважаемото Жури в професионално направление – 1.3. Педагогика на обучението по ... (Методика на обучението по физическо възпитание и спорт – фитнес дисциплини) за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ като докторантката Николета Бочева да бъде допусната до публична защита и да бъде оценена по достойнство.

Въпрос към докторантката: Имате ли концепция за разработването на този модел в синхронно и асинхронно дистанционно обучение и каква визия би имал?

06.02.2022
гр. София

Подготвил становище:
доц. Ирина Нешева, доктор