

РЕЦЕНЗИЯ

от

професор Петър Дончев Бонов – член на специализирано научно жури
съобразно закона за развитие на Академичния състав по защитата на
докторат на тема :

МОДЕЛ ЗА РАЗВИТИЕ НА СИЛОВАТА ИЗДРЪЖЛИВОСТ ПРИ ПОДРАСТВАЩИ СЪСТЕЗАТЕЛИ НА 800 МЕТРА

Относно: Присъждане на образователната и научна степен доктор в
научното направление 1.3 Педагогика на обучението по физическо
възпитание и спорт (методика на обучението по лека атлетика) на
старши преподавател:

Велизар Васков Лозанов - докторант на самостоятелна подготовка към
департамента по „Спорт”, катедра „Индивидуални спортове и рекреация”
при Софийският университет „Свети Климент Охридски”

Научен ръководител: Доцент д-р Иван Йорданов Бозов

I. Актуалност.

Нивото на физическа подготовка е основен фактор, който определя в
голяма степен ефективността на тренировъчния процес в спорта. Главният
въпрос тук е обосноваването на адекватни тренировъчни средства и
методи за развитие на основните двигателни качества.

В посочената проблематика построяването на тренировката за
развитие на специфичните силови възможности е базов проблем. От
неговото решаване в голяма степен зависи повишаването на нивото на
спортното постижение. Следователно научната тематика на докторският
труд е **актуална** за спортната практика.

II. Изследователска хипотеза

Работната хипотеза на автора е изградена върху предположението, че изследването на ефекта от системното прилагане на най-често използваните в тренировъчната практика специфични бегови средства за развитие на специфичната силова (бегова) издръжливост ще разкрие методически резерви за повишаване нивото на спортния резултат в бягането на 800 м. Методическата основа при осъществяване на посочената хипотеза се свежда до създаването модел за развитие на силовата издръжливост.

III. Оценка на научно-приложните резултати на доктората

Трудът е разработен съобразно класическите изисквания в увод и четири основни глави.

Уводът логично убеждава читателя в необходимостта от диференцираното изследване на сложните проблеми на силовата тренировка в бягането на 800 м.

Литературният преглед на тази проблематика е представен под формата на теоретичен анализ, който следва логичната последователност от общите проблеми на физическата подготовка в спорта към сложната характеристика на бягането на средни разстояния и специфичните проблеми на силовата тренировка. В посоченият анализ автора демонстрира добра общотеоретична подготовка, способност за аналитично мислене и изразяване на собствено становище по редица научно-теоретични проблеми. Това му позволява аргументирано да изведе работната хипотеза и определи точно целта и задачите на изследването. Те са формулирани коректно.

Приложената методика на изследване е адекватна на поставените задачи. Нейната основа е интерпретацията на сложните взаимовръзки между спортния резултат в бягането на 800 м (средната скорост на

състезателното бягане) с текущите промени в дължината и честотата на беговата крачка. Контингентът от изследвани лица е коректно подбран. Това е важно условие за точност и акуратност на получените резултати.

Тяхната интерпретация е направена компетентно, като са синтезирани **актуални за практиката методически изводи и препоръки.**

III. Приносни моменти на докторският труд

Трудът има следните по важни научно-приложни приноси свързани с усъвършенстване на методиката за развитие на специфичните силови възможности на състезателите в бягането на 800 м:

1.Обогатена е общата теория за планиране на тренировката за развитие на специфичната силова издръжливост при подготовка в бягането на 800м.

2. Разкрита е индивидуалната ефективност на всяко едно от най-използваните в практиката тренировъчни средства за развитие на специфичната силова издръжливост в бягането на 800 м.

3. Предложени са актуални методически препоръки за спортната практика при използването на специфични бегови натоварвания за развитие на силовата издръжливост на състезателите в бягането на 800 м.

IV. Някои критични бележки

Докторатът не е лишен и от някои пропуски. Те са както от методично така и от технологично естество. На първо място считам, че не са тълкувани пълноценно данните от пулсометричните и биохимични изследвания, които са използвани само, като критерии за оценяване на пълноценното влагане на изследваните лица в процеса на тестиране. Препоръчвам на докторанта да ги представи в една отделна научна студия, която би обогатила научната теория и практика на тренировката за издръжливост. На някои места се срещат терминологически различия като

например използването на термини, като подвижност в смисъл на ловкост и гъвкавост. В литературната справка са посочени общо 150 (68 на кирилица и 82 на латиница) литературни източници, някои от които не са посочени в текста, въпреки, че редица текстове потвърждават тяхното цитиране. Иначе текстът е написан в добър научен литературен стил.

Във връзка с разработване на труда авторът е представил три самостоятелни публикации в списание „Спорт и наука“.

Докторатът е обсъден и апробиран пред научни колегиуми на департамента по „Спорт“, катедра „Индивидуални спортове и рекреация“ при Софийския университет „Свети Климент Охридски“. На тези обсъждания са дадени някои методически препоръки. Повечето от тях са отразени в крайната редакция на доктората.

Съдържанието на автореферата представя коректно и разширено резюме на съдържанието му.

V. Заключение

В заключение изразяваме следното окончателно становище:

Независимо от направените бележки докторският труд покрива всички изисквания на разработка от подобен род. Той има определени научни приноси, които обогатяват методиката на тренировка за развитие на специфичната силова издръжливост при подготовката в бягането на 800 м. Казаното до тук ни дава основание с убеденост да предложим на уважаемите членове на Специализираното научно жури да присъди на старши преподавател Велизар Васков Лозанов образователната и научна степен „доктор“, с което потвърждавам и собственият си положителен вот по тази процедура.

София 15.02.2017 г.

Рецензент:

(проф. дпн Петър Бонов)