

РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационен труд на тема: „Тренировъчна и предсъстезателна психофизическа готовност на състезателите по фехтовка”

Автор на труда: гл. ас. Вихрен Кирилов Димитров

Научен ръководител: доц. Красимир Лазаров Петков, доктор

Рецензент: проф. Димитър Танев Кайков, дн

Дисертационният труд на тема: „Тренировъчна и предсъстезателна психофизическа готовност на състезателите по фехтовка” е съставен в обем от 201 страници, съдържащ 21 таблици, 19 фигури, библиографска справка от 234 източника, от които 224 на кирилица и 10 на латиница. Към труда са включени и 3 приложения с 19 теста.

Поставеният в дисертацията научно-приложен проблем за разкриване същността и оптимизиране на психофизическата готовност на състезатели по фехтовка при тренировка и преди състезания е актуален. Актуалността на проблема се определя от необходимостта за усъвършенстване на методиката на тренировката, съответстваща на съвременните изисквания на спортната подготовка. Изследваният проблем е и много значим, тъй като в подготовката на състезателите са включени адаптирани и нови методи и средства за психофизически въздействия, които в голяма степен подобряват спортните резултати.

Дисертационният труд е структуриран в четири глави:

I. Теоретична постановка на проблема;

II. Хипотеза, цел, задачи, предмет, обект, методи и организация;

III. Анализ на резултатите;

IV. Изводи, препоръки и приноси на дисертационния труд.

Накрая на труда са посочени литературните източници и са представени 3 приложения.

Висока оценка заслужава първата глава „Теоретична постановка на проблема”.

Авторовата концепция по изследвания проблем се изгражда върху основата на схващанията на много богат литературен материал. Последователно в логическа връзка се разглеждат стрес-факторите на

състезателната среда, емоционалното напрежение преди състезание, престартовите състояния, тревожността и агресията в спорта. Разкриват се същността, структурата и видовете психофизическа готовност. При синтеза на различните трактовки за психофизическата готовност авторът обогатява теорията за това сложно явление. Авторът задълбочено анализира изследванията на различни специалисти, разглежда тренировъчната система за противостресова защита. Задълбочено е анализирана визуализацията като един от основните методи на психически въздействия, свързани с повишаване на самоувереността на състезателите. Един от основните фактори за структурирането на психофизическата готовност на състезателите е възстановяването и регулирането на психофизическите им сили. На основата на богат литературен обзор докторантът разкрива същността на това явление и го адаптира към изискванията на състезателната дейност по фехтовка. Той основателно разглежда ролята на треньора за формиране на адекватна психофизическа готовност.

При обобщението на оценката на теоретичната част на дисертационния труд убедено може да се твърди, че гл. ас. В. Димитров притежава задълбочени теоретични знания, умее творчески да анализира литературен материал и изработва собствена концепция по поставения научно-приложен проблем в дисертацията. Той заслужава висока оценка.

Висока оценка заслужава втора глава „Хипотеза, цел, задачи, предмет, обект, методика и организация“. Правилно са дефинирани хипотезата, целта, задачите и предмета на изследването. Обектът на изследването е достатъчен за решаването на задачите, постигане на целта и доказване на хипотезата. Подбрана е много богата методика за изследване на психическата и физическата годност, както и на психомоторната готовност. Приложените тестове са адаптирани към специфичните условия на фехтовката. Накрая на изследването е проведена анкета. За по-пълноценен подбор на методиката докторантът е адаптирал и модифицирал тестове от общонационални изследвания през периода 1979-1987 г., в които е участвал като е разработил пакет от програми за измерване на психо-физико-физиологичното състояние на студентите. За тези програми гл. ас. В. Димитров е удостоен с авторско свидетелство, което е първото в областта на информатиката.

За формиране на адекватна психофизическа готовност докторантът е приложил комплексна методика за въздействие: автогенна тренировка,

идеомоторна тренировка, тонизиращ точков масаж на главата. В методиката са включени още 7 комплекса физически упражнения със съпротивление и тежести. Приложени са надеждни методи при обработката на емпиричната информация.

Експерименталното изследване е проведено в периода 2007-2012 г. при добра организация.

При обобщение на извършената работа по втората глава определено може да се твърди, че гл. ас. В. Димитров умее да организира и провежда експериментално изследване, да обработва богат емпиричен материал с надеждни математико-статистически методи, за което заслужава висока оценка.

Много висока оценка следва да се даде на трета глава на дисертацията „Анализ на резултатите“. Докторантът последователно и задълбочено интерпретира промените на основните индикатори на психическата и физическата готовност и на психомоторната годност на състезателите по фехтовка вследствие на приложената комплексна методика на въздействие. Той установява, че при всички измерени показатели са настъпили положителни промени. Нарасналите достоверно стойности на коефициентите на свойствата на вниманието – съсредоточеност, устойчивост и продуктивност са доказателство за ефективността на приложената комплексна методика за психофизически въздействия. Методиката е оказала много силно въздействие върху антиципацията – един много важен психически процес за предвиждане реакцията на противника. В спортната психология антиципацията се изследва много рядко. Докторантът обогатява теорията и методиката за изследване на антиципацията при състезатели по фехтовка като разкрива много високи взаимовръзки на този процес с интензивността и психическата работоспособност. В резултат на приложената комплексна методика значително се е понижила ситуативната и личностната тревожност, нараснала е емоционалната устойчивост. Докторантът доказва, че методиката е оказала положително въздействие и върху физическата годност. Нараснала е бързината, взривната сила на долните крайници, силата на трупа, хватовата сила на удобната ръка, гъвкавостта и статичното равновесие. Подобрена се е и ритмичната моторика на краката и китката, аритмичното премерване и ефективността на мушкането в

напад. Всички тези промени на психомоторната годност на изследваните състезатели се дължат на приложените методи на въздействие.

Докторантът създава корелационни модели на „боеве в елиминация“ и на показателите на психофизическата готовност на състезателите (мъже и жени) в края на експеримента – след прилагането на комплексната методика на въздействие. Разкриват се големи възможности за усъвършенстване на методиката на спортната подготовка на състезателите. Ефективността на методиката се доказва и от отговорите на въпросите от анкетата, дадени от състезателите по фехтовка – автогенната и идеомоторната тренировка са най-предпочитаните методи.

От прегледа на трета глава се установява, че докторантът умее да анализира резултати от изследване, да извежда закономерности и заслужава висока оценка.

Изведени са девет извода, които отразяват обобщено съдържанието на научно-приложните изследвания в дисертацията. Посочени са и четири препоръки за практиката и богата библиография, която е доказателство за широтата на познанията на автора по темата на дисертацията.

Дисертационният труд има определени приноси за теорията и практиката. Обогатена е теорията за съдържанието на психофизическата готовност на състезателите по фехтовка. Модифицирани и апробирани са пет метода за измерване на важни за структурата на психофизическата готовност фактори. Приложена е комплексна методика за въздействие, в която са включени автогенна и идеомоторна тренировка, адаптирани към специфичните изисквания на конкретния вид спорт. В методиката е включен и точков масаж върху активнобиологични точки на главата по определен алгоритъм. Създадени са и нови комплекси от физически упражнения. Разкрити са нови закономерности.

В дисертацията са допуснати и отделни слабости. В отделни случаи понятията „психическа готовност“, „физическа готовност“ и понятията „психическа годност“ и „физическа годност“ се разглеждат еднозначно. Допуснати са отделни технически грешки.

Допуснатите слабости не понижават достойнството на дисертационния труд.

Авторефератът отразява основните положения и научните приноси на дисертационния труд.

По темата на дисертацията са публикувани три материала в авторитетни издателства.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Дисертационният труд е със значими научно-приложни приноси. Докторантът притежава задълбочени теоретични познания и умения да провежда комплексни научни изследвания.

Предлагам на уважаемото научно жури да присъди на гл. ас. Вихрен Димитров образователната и научна степен „доктор” по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка”(вкл. МЛФ), професионално направление 7.6. Спорт.

Рецензент:

/проф. Д. Кайков, дн/