

14 РАСВХ № 348/30.05.2014г.

РЕЦЕНЗИЯ

от доц. д-р Диана Димитрова, доктор

на дисертационен труд на тема:

„ТРЕНИРОВЪЧНА ДЕЙНОСТ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА ТРАВМИТЕ В ГЪРБА ПРИ ТЕНИСИСТИ“

представен от **Константину, Андри Фоту**

за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ по научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура)“, професионално направление 7.6 „Спорт“.

Научен ръководител: проф. Лейла Крайджикова, доктор

1. Представяне на кандидата

Дисертантката Андри Фоту Константину е завършила през 2003 г. ОКС „Бакалавър“ в Университета Aristoteleio в Солун, Гърция като учител по физическо възпитание и спорт със специалност тенис и допълнителна квалификация по аеробика и фитнес. Магистърската си степен по „Спортен мениджмънт“ е получила от НСА „В. Левски“ през 2006 г., където от 2010 г. е зачислена за обучение в ОКС „Доктор“.

Работила е като учител по физическо възпитание и спорт в Atlantis college, а от 2003 г. до сега е директрo и треньор по тенис в Valley Tennis Club, Dheryneia.

2. Общо описание на представените от кандидата материали:

Представеният от докторантката комплект материали отговаря изискванията на чл. 50 от Наредбата за придобиване на образователната и научна степен „доктор“ в НСА „В. Левски“ и включва следните документи:

- (1) Дисертационен труд на английски език

- (2) Заявление до Ректора на НСА „В. Левски“ за разкриване на процедура за официална защита;
- (3) Заповеди на Ректора на НСА „В. Левски“ за зачисляване и за отчисляване от докторантура;
- (4) Заповед за подсилване на научния колегиум на катедра „Спортна медицина“ за вътрешната защита на докторантката;
- (5) Докладна записка от ръководителя на катедрата за допускане до процедура за вътрешна защита и за избор на научно жури;
- (6) Протокол от катедрено заседание за обсъждане на дисертационния труд;
- (7) Предварителни рецензии на дисертационния труд – 2 броя;
- (8) Автобиография на дисертантката;
- (9) Публикации по темата на дисертационния труд – 4 броя статии и 2 участия в научни форуми;
- (10) Автореферат.

3. Актуалност на разработвания в дисертацията проблем

Дисертационният труд е посветен на проблема за превенцията на болките в долната част на гърба при тенисисти.

Въпросът за болките в лумбосакралната област е изключително важен с оглед високата им честота при хората от развитите страни. По данни на СЗО от проведеното през 2010 г. проучване върху глобалната заболяемост, болките в кръста се причисляват към 10-те най-често срещани се увреждания, свързани с инвалидизиране в световен мащаб. Смята се, че около 80% от общата популация са имали болките в гърба поне един път в живота си.

Особено сериозен е проблемът при спортисти, при които по данни на редица автори, болките са с по-голяма честота в сравнение с общата

популация, поради огромния стрес, който физическите натоварвания упражняват върху структурите в лумбо-сакралната област.

Въпреки сериозността на проблема, в литературата има все още редица неизяснени моменти по отношение на рисковите фактори, превенцията, адаптираната рехабилитация и др.

По тази причина смятам, че темата на настоящия труд може да се определи като актуална и с научно-приложна стойност.

4. Обща характеристика, съдържание и структура на дисертационния труд

Представеният за рецензиране труд е в обем от 159 страници, в т.ч. 20 страници библиография.

Трудът е богатонагледен с 32 таблици и 71 фигури. Литературната справка включва общо 189 заглавия, от които 61 на кирилица, 122 – на латиница, 4 на гръцки език и 2 интернет източника.

Дисертантката е възприела традиционна структура на изложението, което се състои от увод; литературен обзор; цел, задачи и методи на изследването; методика на тренировъчната програма за профилактика на болковата симптоматика в лумбо-сакралната област; резултати и анализ; изводи и препоръки.

В литературния обзор е направена характеристика на спортния травматизъм от различни негови аспекти – класификация, честота, причини, локализация, тежест. Изхождайки от общата характеристика на травматизма, както и от биомеханиката на движенията в тениса, са разгледани и специфичните особености на травматичните увреждания в този спорт. Особено място е отделено на уврежданията от пренапрежение на опорно-двигателния апарат или т.нар. микротравматични увреждания, които заемат значително място в спортната патология.

Дисертантката е очертала и анализираща основните причини, свързани с грешки в техниката на изпълнение и тренировъчните натоварвания, които са предпоставка за възникване на мускулен дисбаланс и болки в долната част на гърба. Изяснени са етиологията и особеностите на болковия синдром в лумбо-сакралната област.

При изготвянето на литературния обзор докторантката е използвала съвременни литературни източници, демонстрирала е добра научна осведоменост, умение да систематизира и анализира научната литература.

Като заключение от обзора е изведената работна хипотеза и въз основа на нея дисертантката си поставя за цел да създаде и изследва ефекта на тренировъчна програма за подобряване на мускулния дисбаланс при тенисисти с цел превенция на травматизма в този спорт. Целта е ясно формулирана, научно обоснована и изпълнима. За реализацията ѝ са формулирани 5 задачи на дисертационния труд, които отговарят на поставената цел.

Проучването е проведено в Кипър върху 58 мъже на възраст между 30 и 50 год. с хронични лумбо-сакрални болки, които тренират тенис 3 пъти седмично на аматорско ниво. Изследваните лица са разделени на 2 групи – контролна (28 души) и експериментална (30 души), на която за период от 3 месеца се прилага допълнителна тренировъчна програма, включваща стречинг упражнения преди и след тренировката по тенис.

Чрез анкетен метод са изследвани общия профил на тенисистите, локализацията и вида на травматизма през последната година, наличието на хронична болкова симптоматика в лумбосакралната област, определени са интензитет на болката по VAS, индекс за инвалидизиране (Oswestry index for disability), общо физическо и психическо здравословно състояние чрез SF-8th Health survey. Използвани са адекватни тестове за характеристика на тонуса и скъсяването на мускулите в лумбо-сакралната област, както и динамичната силова издръжливост в мускулите на трупа.

Направена е прецизна математико-статистическа обработка на резултатите.

Дипломантката е разработила собствена тренировъчна програма базираща се на постизометрична релаксация и целяща намаляване на болковата симптоматика и рецидивите, преодоляване на мускулния дисбаланс и подобряване на функционалните възможности на тенисистите. Програмата включва 10 упражненията, които са описани и илюстрирани подходящо.

Главата «Анализ на резултатите» е структурирана в 7 раздела, които следват основните изследователски методи.

В тази глава дисертантката прави оценка на промените в основните параметри, които е подбрала за проследяване, в началото и в края на 3-месечния период от време. За този срок експериментална група изпълнява приложената програма от стречинг упражнения преди и след тренировка по тенис, а контролната група извършва само тренировки. Главата е добре структурирана и онагледена. Тълкуването на резултатите е коректно и дава възможност да се очертаят положителните резултати от приложената програма върху изследваните показатели.

Извършената експериментална работа по същество представлява изпълнение на поставената цел и потвърждава работната хипотеза на докторантката.

След обобщение на получените резултати, в главата „Изводи и препоръки“ са посочени 6 извода и 3 препоръки. Изводите са формулирани ясно и са логично обобщение на получените резултати.

5. Приноси на дисертационния труд

Несъмнено един от основните научни приноси на дисертационния труд е свързан с изясняването на факторите, имащи отношение към появата на хронична лумбо-сакрална болка при тенисисти и по специално на ролята и честотата на мускулния дисбаланс при тях. Приноси с

приложен характер са изработената тренировъчна програма за превенция на мускулния дисбаланс, както и апробирането на познати, но неизползвани до сега методики за изследване на инвалидизирането и качеството на живот.

Съгласна съм и приемам посочените от докторантката в автореферата 4 научни приноса на дисертационния труд и смятам, че те отговарят на извършената научно-изследователска работа.

Във връзка с оформлението на дисертационния труд нямам забележки по същество.

Авторефератът отразява основните моменти от съдържанието на дисертационния труд.


Резултатите от изследването са публикувани в 4 научни статии, в две от които Андри Константину е единствен автор.

Заклучение: Разработвайки дисертационния си труд, който напълно отговаря на изискванията и критериите за присъждане на образователната и научна степен „доктор“, Андри Фотиу е реализирала успешно поставената цел и задачи.

Предвид гореизложеното предлагам на уважаемите членове на Научния жури при Национална спортна академия „Васил Левски“ да оценят положително дисертационния труд на тема: **„Тренировъчна дейност за превенция на травмите в гърба при тенисисти“** и да присъдят на **Андри Фоту Константину** образователната и научна степен **„ДОКТОР“** по научна специалност **„Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура)“**, професионално направление 7.6 „Спорт“.

30.05.2014 г.
гр. София

Рецензент:


/доц. д-р Диана Димитрова, доктор/