

УПРАВА № 20/17.01.2015

СТАНОВИЩЕ

от доц. Юлиан Карабиберов, доктор
върху дисертационния труд на доц. Владимир Боянов Боянов, доктор от
катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“ при НСА
„Васил Левски“ – София на тема: „ТЕОРИЯ И ПРИЛОЖНИ МЕТОДИКИ
ЗА ИНДИВИДУАЛНИ СИЛОВИ ТРЕНИРОВКИ ПРИ КУЛТУРИСТИ И
ТЕЖКОАТЛЕТИ“ за получаване на образователно-научната степен
„Доктор на науките“.

Дисертационният труд на доц. Владимир Боянов представлява
машабно изследване на многообразните различия в теоретичен и
методико-практически план при отделните тежкоатлетически дисциплини.

Необходимостта от разработването на научно обоснована концепция
и методика за развиване на специфичните морфо-функционални
двигателни качества въз основа на индивидуалния статус при отделните
атлети определя актуалността на проблема за теорията и тренировъчната
практика при тежкоатлетическия спорт.

Проучването на проблема, проведените изследвания и анализът на
резултатите са изложени в обем от 315 страници, включващ 112 таблици,
25 фигури. Библиографията включва 540 заглавия, от които 53 на кирилица
и 487 на латиница, включително и 21 публикации дело на дисертанта.
Трудът е съставен от увод, четири глави, изводи и литература.

В първа глава е представена концептуалната постановка на
проблема. Тя има характер на машабно и разнопосочно теоретико-
методологическо изследване. Тук е направен обстоен анализ на
понятийния апарат на тежкоатлетическата методология. Интерпретирани
са огромен обем от експериментални резултати на емблематични трудове и
световно известни автори. Експертно са анализирани общите и
противоположните тенденции в динамиката на стимулиране и развитие на
морфо-функционалните спортно-технически показатели, като следствие
прилагането на специфичните методики на тренировка в културизма,
вдигането на тежести и силов трибой. Прави впечатление, че докторанта се
опира и конкретно се аргументира чрез собствената си многогодишна
научно-изследователска продукция, публикувана в множество научни
списания и книги, които се ползват с изключителна популярност не само в
България.

Тук Вл. Боянов извежда заключението, че мускулната хипертрофия е многомерен процес, влияещ се от множество фактори, включващ сложно взаимодействие на силова двигателна активност, водеща до остра реакция след микро-травмиране на мускулните влакна (силова тренировка), мобилизиране на сателитната клетъчна пролиферация, чрез добавянето на новосформирани клетъчни ядра от вградените сателитни клетки в съществуващите мускулни фибри, фактори на растежа, хормонално повлияване, на фона на позитивен протеинов хранителен баланс, както и от възрастта, пола, здравния статус, хранителната култура и нивото на подготвеност. Базирайки се на многобройните изследвания авторът убедително заключава, че културистичната силова методология, насочена към постигането на хипертрофия на скелетната мускулатура, значително се различава от тази на типичните силови спортове (вдигане на тежести и силов трибой), като в някои аспекти тези различия имат антагонистичен характер.

Извършеният анализ позволява на доц. Боянов да изгради работна хипотеза, базирана на предположението, че въвеждането на теоретично и експериментално моделиране на спортно-техническото майсторство чрез изследване на количествено измеримите функционални характеристики, тяхното хармонизиране на базата на взаимозависимостите между тях ще позволи да се усъвършенстват индивидуалните системи за управление в тежкоатлетическите спортове.

Целта на изследването и поставените задачи са целесъобразни и подходящо представени. Обекта и субекта на изследването са точно формулирани. Изследвани са 405 лица (културисти – мъже, жени и юноши), състезатели по вдигане на тежести (мъже, юноши и кадети), силов трибой – мъже. Измерени са по 703 показателя. Анализирани са 18027 научно-изследвани единици.

Комплексните тежкоатлетически изследвания изключително подробно и компетентно са отразени на 135 страници в трета глава „Анализ на резултатите“. Извършеното теоритико-практическо проучване и направените систематични изводи в настоящото изследване, позволяват на автора да обособи следните по-важни приносни моменти и оригинални изводи и препоръки.

► Научно са аргументирани специфичните граници на мускулното изтощение и умората при отделните специализирани методи техните комбинации и варианти в спорта културизъм.

► Научно са определени специфичните граници на мускулното изтощение и умората при отделните специализирани методи техните комбинации и варианти в спорта културизъм.

► Установено е че при културисти мускулната умора в анаеробни-алактатни условия има количествен, а не качествен характер.

► Установената е индивидуална реакция на организма по отношение на настъпващата умора и възможностите за възстановяване при отделните лица.

► Експериментално е установено, че силова издръжливост не може да се разглежда, като константно понятие, а следва да се интерпретира на отделните гранични нива.

► Установени са чрез ефективни апаратурни методики различните нива на мускулно изтощение предизвикани при прилагането на отделните специализирани културистични методи, техните варианти и комбинации.

► Създадени са теоретични модели за оценка и прогноза на спортните резултати при състезатели по вдигане на тежести и силов трибой.

► Изградената комплексна система за оценка на асиметричността на спортната подготовка насочва към преодоляване на изоставащите страни в спортната подготовка при отделните тежкоатлети, където възможностите за спортен прогрес са най-значими.

► Констатирано е че достигане на относителна еквивалентност между състезателните и спомагателните упражнения задължително води и до хармонизиране на скоростно-силовите възможности при ангажираните мускулни групи – подход редуциращ спортния травматизъм.

► Експериментално е установено, че адаптираните и разработени за планиране и контрол на тренировъчния процес алгоритъм, методики, теоретични и приложни модели за развитие и оценка на специфичните двигателни качества, повишават ефективно спортните постижения и оптимизират управлението на спортната тренировка в тежко-атлетическите спортове.

► Изградена е цялостна система за отчитане, анализиране, оптимизиране и експресно управление на силните и слабите страни в подготовката на тежкоатлети – състезатели по силов трибой и вдигане на тежести през различните етапи на спортното майсторство.

► Установените научни факти по отношение двигателната дейност при тежкоатлетите и културистите разкриват нови реалности и създават обективни възможности за преосмисляне и развитие на основните методологични концепции от теорията на спортната подготовка.

► Значителното разширяване на информацията свързана с процесите на енерговъзстановяването при силовата двигателна дейност, създава обективни възможности за качествено ново оптимизиране на управлението на системата спортна тренировка при достигане до концентрична недостатъчност.

► Конструираният синергичен концептуален модел на специфичната скоростно-силова подготовка при тежкоатлетите основаващ се на схващането на развитието на автономна динамична система с информационно поведение може да послужи като основа за индивидуализация на подготовката при сродни спортни дисциплини.

► Разработени са теоретична концепция и алгоритъм за оптимизиране на планирането и контрола, основаващи се на адаптирането на многостепенния структурен анализ към процеса на управление на спортната тренировка при състезатели по културизъм, вдигане на тежести и силов трибой.

Автореферата е изготвен съобразно изискванията и коректно отразява съдържанието на дисертационния труд. Представените десет научни публикации са пряко свързани с разработваните в дисертационния труд проблеми.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рецензията на дисертационен труд представлява задълбочен и напълно завършен научно-изследователски труд. Той отразява компетенцията на автора върху изследваните актуални проблеми, които имат подходящ теоретико-методически и практико-приложен характер в областта на състезателния и масовия спорт.

Основавайки се на изложените достойнства на дисертационния труд, на значителната и задълбочена научно-изследователска работа на дисертанта очертала го като висококвалифициран специалист и научен работник в областта на тежкоатлетическите спортни дисциплини, с голяма убеденост предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят образователната и научна степен "ДОКТОР НА НАУКИТЕ" за дисертационния труд на доц. Владимир Боянов Боянов, доктор на тема: "ТЕОРИЯ И ПРИЛОЖНИ МЕТОДИКИ ЗА ИНДИВИДУАЛНИ СИЛОВИ

ТРЕНИРОВКИ ПРИ КУЛТУРИСТИ И ТЕЖКОАТЛЕТИ ", по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ)“, професионално направление 7.6 Спорт.

18.02.2014 год.

Изготвил становището:



(доцент Ю. Карабиберов, доктор)