

ЦРЖ Вх. № 608/17. 12. 2014.

СТАНОВИЩЕ

от доц. Анна Тихомирова Божкова, доктор

член на научно жури

по дисертационен труд на тема:

**„РАЗВИВАНЕ И КОНТРОЛ НА СКОРОСТНО-СИЛОВАТА ПОДГОТОВКА ПРИ 17-19 –
ГОДИШНИ ВОЛЕЙБОЛИСТКИ“**

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

Автор: Ралица Цекова Арсова

Научен ръководител: проф. Димитър Михайлов, доктор

Съвременната характеристика на волейболната игра я наложи като най-успешния колективен спорт, изключително динамична и емоционална с демонстрация на високо ниво на физически, технически и тактически качества от страна на практикуващите я. Нейната динамика натоварва изключително много всички системи и функции на организма (най-вече костно-ставния апарат, дихателната и сърдечно-съдовата система). Според специалистите пътят за тяхното развитие и усъвършенстване е в правилната и добра организация и рационална структура на тренировъчния процес, съобразявайки се с комплексния характер на играта.

В основата на спортните постижения винаги „намира“ важно място двигателното качество сила. Силата като част от физическата подготовка на спортистите, в т.ч. и волейболистите, представлява обект на изучаване и изследване от специалистите.

В този смисъл и в перспектива намирам, че представеният ми дисертационен труд на тема: „Развиване и контрол на скоростно-силовата подготовка при 17-19 – годишни волейболистки“, е правилен и полезен.

I. Данни за докторантката

От посочените данни за докторантката, за професионалното развитие и активност, прави впечатление последователното научно израстване на ст. пр. Ралица Арсова и оформянето ѝ като компетентен и подготвен специалист в областта на спорта, физическото възпитание, спортните интереси и отразяването им.

II. Данни за докторантурата

Дисертационният труд е обсъден и предложен за официална защита на разширено заседание на катедра „Баскетбол, волейбол, хандбал“ при НСА „В. Левски“, гр. София, проведено на 28.10.2014 г. (ЗП-1808/14.10.2014 г.).

Представената документация, необходима за провеждане на защитата е коректно попълнена и комплектувана.

При реализирането на дисертационния труд и изпълнението на нормативните изисквания по вече отминалите процедури на докторантката не са допуснати нарушения.

III. Данни за дисертацията и автореферата

Представеният дисертационен труд на ст. пр. Ралица Арсова е едно цялостно целенасочено теоретико-практическо и експериментално изследване предвид следните фактори – извършен е задълбочен контент-анализ на силовата подготовка при 17-19 - годишни волейболистки; установено е нивото на физическото развитие и специфичната работоспособност на младите волейболистки в три възрастови групи - 15-16, 17-18, и 19-20 - години и са разкрити специфичните особености на всяка от тях; разработени са много компетентно две специализирани тренировъчни програми за развиване на специалната сила на волейболистките – във фитнес-зала и на волейболен терен, с доказана ефективност; разработена е нормативна база за контрол и оценка на скоростно-силовата подготовка на посочените волейболистки.

Казаното по категоричен начин показва, че докторантката е със стремеж и амбиция да оптимизира учебно-тренировъчния процес на волейболистките във възрастовия период 17-19 - години в посока подобряване на скоростно-силовите им възможности за постигане на по-високи спортни резултати.

В дисертацията личи безупречно познаване на изследвания проблем от страна на докторантката. Трудът е с практическа насоченост и приложимост. Стилът и начинът на изложение е отличен – в професионално и езиково отношение. Дисертационният труд е написан в обем от 171 страници, от които 13 са приложения. Списъкът на цитираните литературни източници включва публикации на значителен брой автори - 236, от които 209 са на кирилица и 27 на латиница. Разработката е онагледена с 22 таблици и 28 фигури, които улесняват възприемането на текста.

В структурно отношение дисертационният труд обхваща 4 глави, като въведението, литературата и приложенията са спомагателни и внасят допълнителна яснота по разработката.

Отделните глави са добре подредени и създават впечатление за цялостност на работата, и обогатяват теорията и практиката на този популярен и обичан спорт у нас и по света.

В Първа глава (Постановка на проблема) докторантката е изложила компетентно състоянието на изследвания проблем, позовавайки се на утвърдени учени в областта на теорията и методиката на спорта и спортната тренировка. Посочени са и съвременни изследвания на по-широк кръг от специалисти,

работили по въпросите на волейбола и свързания с него учебно-тренировъчен процес.

Във втора глава - ясно и точно е формулирана целта на дисертационния труд. Шестте на брой задачи са напълно достатъчни за подобна разработка, още повече, че същите са с необходимата значимост. Методите на изследване, както и организацията, избрани от ст. пр. Ралица Арсова, са в съответствие и са използвани целенасочено.

Подбрани са достатъчен брой тестове и показатели, отговарящи на изискванията за надеждност, достоверност, валидност, обективност и стандартност, които са включени в тестовата батерия на изследването.

При обработката на данните са приложени съвременни математико-статистически методи. Те дават основание за голяма научна достоверност на направената интерпретация и обобщения в трета глава от дисертационния труд.

Извършеният анализ показва умението на докторантката ст. пр. Ралица Арсова да интерпретира творчески получените резултати, а от тук да докаже ефективността (със сравнителния *t*-критерий на Стюдънт) на приложените - фитнес-програма и експериментална програма при теренни условия, за развиване на скоростно-силовите качества на 17-19 - годишните волейболистки. Важен момент при програмата за волейболно игрище е развиването на специалните двигателни качества със специфичните средства на волейболната игра.

Изготвената нормативна база за контрол и оценка позволява лесно и бързо да бъде оценено състоянието на физическото развитие и скоростно-силовата подготвеност на 17-19 - годишни волейболистки. Приложена е 50-бална точкова система, която дава възможност за точно отчитане на прирастите дори и в по-малки периоди от време, което от своя страна позволява своевременни корекции във въздействието.

Дисертационният труд завършва със 7 извода и 5 препоръки, които са добре формулирани в четвърта глава.

Целият дисертационен труд е написан на издържан стил и много добър български език без граматически неточности.

Авторефератът е разработен съобразно изискванията и съответства на съдържанието на дисертационния труд.

IV. Научни приноси

От анализа на представения ми дисертационен труд преценявам, че посъществени приноси са следните:

1. Проведено е комплексно изследване чрез богат набор от показатели при 15-16, 17-18 и 19-20 - годишни волейболистки, разкриващи средните стойности и вариативност на признаците на физическото развитие и скоростно-силовата подготвеност на същите.
2. Разработени са специализирани тренировъчни програми за развиване на скоростно-силовата подготвеност при волейболистките, с което несъмнено се обогатява спортната практика.

3. Установени са зависимости и са изведени фактори, които са специфични за волейболистките от изследваната възрастова група, като по своята характеристика и информативност те са показателни.

4. Разработена е нормативна база за контрол и оптимизиране на физическото развитие и скоростно-силовата подготвеност, както и методически указания за нейното прилагане, която заедно с приложената методика ще повиши ефективността на учебно-тренировъчния процес при 17-19-годишните български волейболистки.

V. Публикации и участия в научни форуми


Познавам докторантката и съм работила с нея преди да започне обучението си в образователната и научна степен „доктор“. С увереност мога да твърда, че за периода на обучение, Ралица Арсова е натрупала много знания, опит и умения в областта на научните изследвания и представянето им, което се допълва и от изброените участия в различни научни форуми и публикации по темата на дисертацията.

Посочени са три статии по темата на дисертацията, две самостоятелни и една в съавторство с научния си ръководител, отпечатани в сп. Спорт и наука.

VI. Заключение

Въз основа на изложеното по-горе, и имайки предвид научно-приложните приноси на дисертационния труд, неговата актуалност и практическа насоченост в усъвършенстване на тренировъчния процес и спортно-педагогическия контрол по волейбол при 17-19 - годишни състезателки, предлагам на членовете на научното жури да присъдят образователната и научна степен „ДОКТОР“ на Ралица Цекова Арсова в Професионално направление: 7.6. „Спорт“, Научна специалност: „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ)“.

гр. София
12.12.2014 г.

Автор на становището: 
/доц. Анна Божкова, доктор/