

УПНОВ. № 153 / 11.03.2015г.

СТАНОВИЩЕ

от проф. д.п.н. Кирил Костов

за качествата на дисертационния труд

"РАЗРАБОТВАНЕ НА МЕТОДИКА ЗА ЗАНИМАНИЯ С ФИТНЕС ГИМНАСТИКА "ПИЛАТЕС" В РЕПУБЛИКА ТУРЦИЯ"

за придобиване на образователната и научна степен

"ДОКТОР"

от ЙОЗЛЕМ КЪРАНДЪ

I. Актуалност и значимост на разработвания в дисертационния труд проблем

Да се намерят най-подходящите средства и методи за физическо и двигателно усъвършенстване на човека е перманентна задача на спортните специалисти. Творческата фантазия в тази посока извади на преден план в последните години много разновидности на гимнастическата дейност под формата на най-различни фитнес-дисциплини, като: бодибилдинг, стречинг, каланетика, пилатес, аеробика и др. Затова може да се приеме, че избраната от докторанта тема "Разработване на методика за занимания с фитнес гимнастика "Пилатес" в Република Турция" *има своята перманентна значимост и актуалност.* Бих посочил също така, че всеки опит да се усъвършенства методиката на занимания в различните фитнес-дисциплини, както и да се подобри системата за оценяване на количествените и качествени резултатите от прилаганите занимания, заслужава одобрение и поощрение. Това е и отправната точка от която трябва да се оценява и настоящия дисертационен труд, за който още в началото ще отбележа, че е едно полезно практико-приложно изследване, подкрепено с реализирането на формиращ педагогически експеримент. Внимателният

преглед на дисертацията затвърждава у мен становището, че това е една необходима спортно-педагогическа разработка, с намерение да обхване по-широко изследвания научен проблем.

II. Оценка на резултатите и приносите на дисертационния труд.

На получените резултати в дисертационния труд на докторант от Йозлем Кърандъ може да се даде добра оценка, като се има предвид, че те неминуемо ще привлекат вниманието преди всичко на треньорите, занимаващи се с прилагането на пилатес-гимнастиката като средство за хармонизиране на физическото развитие, така също и на учителите, водещи предмета «Физическо възпитание и спорт» в училищата.

Като най-същинска и полезна приемам тази част от дисертационния труд (гл. III.) в която, в детайли са разгледани и анализирани въпросите, свързани с приложените модели на работа в заниманията с фитнес-гимнастиката „пилатес“ в Република Турция, както и с предложените от докторанта критерии и показатели за оценка на резултатите от тези занимания. Това се отнася, както за подбора на най-подходящите средства за физическо и двигателно усъвършенстване на занимаващите се с пилатес-гимнастика жени, водещи заседнал начин на живот, но така също и за факта, че „... на база на получените резултати се прави едно ново групиране на движенията за различните нива на подготвеност на занимаващите се“. В дисертацията се акцентира също така и върху отделните критерии за оценка ефективността на формиращия експеримент, относно „...резултати за телесния състав, хармоничност и баланс на физическите характеристики за три различни групи, разпределени като: „начинаещи“, "средно напреднали" и „напреднали“.

В най-общ вид основните приноси на дисертационния труд могат да бъдат резюмирани, както следва:

1. Доказано е по експериментален път положителния ефект от прилагането на фитнес-гимнастиката "Пилатес" върху общото физическо и психическо състояние, както при здрави хора, така и при пациенти за следоперативно лечение по време на възстановителен период като част от лечебна програма. Това се отнася, както за значителното подобряване

на качеството на живот в изследваните възрастови групи като цяло, така също и за намаленото количество на телесни мазнини при изследваните експериментални субекти, за подобрената им гъвкавост и двигателна координация.

2. На базата на известите научни постижения в областта на гимнастиката и в частност на приложението на "пилатес-гимнастиката" е разработена и практически приложена цялостна методическа програма за занимания с тази фитнес-дисциплина за групи с различно ниво на напредък.

3. Осъществено е комплексно теоретично и научно-приложно изследване на влиянието на пилатес-заниманията върху стойностите на показателите за общото физическо здраве при жени, водещи заседнал начин на живот в Република Турция

III. Критични бележки.

Критичните ми бележки имат повече препоръчителен характер с оглед бъдещите научно-изследователски намерения на авторката и се отнасят преди всичко към необходимостта от повишаването на нейната методологическа грамотност. Те се отнасят до следното:

➤ Литературният обзор, макар и на основата на доста литературни източници, е направен шаблонно с белезите на „учебно помагало“ и му липсва каузалният анализ с подчертана насоченост към заявената изследователска проблематика. Излишно много е натоварен с методически указания, които по правило се включват в глава втора или в приложение.

➤ Методологическите параметри на изследването не са очертани достатъчно ясно и пълно. Това се отнася, както до по-прецизно формулиране на изследователските задачи на дисертацията, така и до липсващите предметна област на изследването, ясно очертана и дефинирана работна хипотеза и др.

IV. Заключение

Дисертационният труд на Йозлем Кърандъ е написан старателно, на сравнително добър научен език и стил и със стремеж да се обхване възможно по-пълно изследвания проблем. За целта е събрана доста

богата първична теоретична и емпирична информация от добре проведен формиращ експеримент. Получените резултати са интерпретирани задълбочено и компетентно, като се представени в сравнително добър табличен вид. Поставените цел и задачи на дисертационното изследване са постигнати изцяло, което ми дава основание да препоръчам на уважаемите членове на Научното жури **ДА ПРИСЪДЯТ** на Йозлем Кърандъ образователната и научна степен "ДОКТОР".

Член на журито:.....
(проф. д-р Кирил Костов, дпн)

Дата: 09.03. 2015.