

## **РЕЗЮМЕТА НА НАУЧНИТЕ ТРУДОВЕ**

**на доц. Валентин Георгиев Гърков, доктор, представени за участие в конкурс за заемане на академичната длъжност „професор“ в област на висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6. Спорт, специалност „Туризм - ориентиране“, обявен в ДВ бр.23 от 23 март 2015 г.**

### **Монографии, учебници и учебни помагала:**

1. **Гърков В. Ски ориентиране. Монографичен труд – учебник. София НСА - Прес, 2014. ISBN 978-954-718-377-3**

В този учебник е представена цялостната концепция за ски ориентирането като един съвременен зимен спорт.

Проследена е историята, етапите в развитието и еволюцията на този спорт. Направен е исторически анализ на българското участие в организационните структури на Международната федерация (IOF), както и участието в Световните първенства и други важни състезания. Изведена е методика за физическата подготовка на съвременният ски ориентировач, на базата на задълбочен физиологичен анализ върху спецификата на спортната дисциплина. Изведена е методика за техническа подготовка, както и такава за подготовката на скиите преди състезания. Проследен и описан е едногодишен тренировъчно-състезателен период на Станимир Беломъжев – най-успешният ни състезател по ски ориентиране.

2. **Гърков В. Туризм и Спортна анимация в Туризма. Монографичен труд – учебник, второ преработено издание. София НСА - Прес, 2014. ISBN 978-954-718-378-0**

Второто преработено издание на „Туризм и спортна анимация в туризма“ представлява единственият, специализиран (за НСА) учебник за специалността „Спортна анимация“ в бакалавърската степен на обучение. В него на базата на сериозен анализ на достъпна литература и данни за страната ни като туристическа дестинация, е направен опит за систематизиране на важните за специалността основни познания. Направен е опит за извеждане на закономерностите определящи успеха в сектора на туристическите услуги и в частност анимацията в туризма. Описана е теорията за „устойчив туризм“, като основа за алтернативни форми на туристическа дейност. Направен е опит за Определяне ролята и функциите на управляващата и управляемата системи в спортната анимация. Изведена е „трудограма“ на спортният аниматор.

3. **Гърков В., В. Владимиров., Т. Педев.** Изработване на карти за ориентиране. Учебник. София – НСА - Прес, 2009.

В този учебник, за първи път в България е направен опит за изграждане на цялостна методика за изработване на карти за ориентиране, започвайки от избирането на подходящ терен, през теренната работа и достигайки до компютърното изчертаване и отпечатването на картата. Обърнато е особено внимание на алгоритъма на работата на терен, което позволява на студентите да направят първите си стъпки в изкуството на „реамбулацията“. Описана е и необходимата компетентност за работа със софтуерният продукт за чертане на карти OCAD.

4. **Терзиева Л., В Гърков.** Свободно време и анимация в туризма. Учебник за Магистърска степен, специалност СА, под редакцията на доц. **Валентин Гърков, доктор.** София – НСА- Прес, 2012. ISBN 978-954-718-337-7

Учебникът е предназначен за студентите в степен „магистър“ Спортна анимация. На по-високо ниво е изведена теорията за свободното време, като феномен в съвременното ни общество. Направен е опит за връзка между теорията за свободното време и съвременната концепция за мястото на анимацията в туризма.

5. **Гърков В., Д. Боянов, Л. Братоева.** Спортна анимация - формиране на спортния анимационен продукт. Спортна анимация в планинския туризъм. Ръководство. София – НСА - Прес, 2012. ISBN 978-954-718-338-4

Ръководството бе навремен отговор на потребността от конкретни разработки в областта на спортната анимация в туризма. Проследен е алгоритъмът при формирането на анимационният продукт и е направен опит за обосноваване на цялостен пакет от анаимационни услуги в планинският туризъм.

6. **Бърдарев Д., В. Гърков., К. Долапчиев., А. Шопов., Д. Павлов, Н. Панайотов., Т. Педев** Туризм, Алпинизъм, Ориентиране. Учебник – II-ро Преработено издание. София, 2007г. ISBN 978-954-718-201-1

Учебникът е предназначен за общият курс на обучение по време на курсовете ТАО за студентите в бакалавърска степен на НСА. Застъпени са основни знания, които студентите да придобият за планините в България, планинарството и планинският туризъм. Ститматизирани са познания за предпазване от опасности, долекарска помощ, катерене и слизване по скали, ориентиране в непозната местност. Описана е екипировката и специалните съоръжения за практикуване на туризъм и планински спортове, бивачните съоръжения и начините за бивакиране в планината.

7. Дашева Д., П. Бонов., **В. Гърков.**, Г. Палакарски., С. Цветков., Т. Педев., Т. Темелкова – Кюркчиева., В. Фильов. Тренировка във височинни условия. Научна студия – Учебно помагало. НСА –Прес, 2007.

Въз основата на научен проект за съвременните тенденции във височинната подготовка, реализиран в периода 2006-2007г., е изведен теоретичен модел за височинна подготовка на състезатели от спортовете за издръжливост. Описани са и са предложени двата основни типа височинна подготовка – „Живей на високо – тренирай на високо“ и „Живей на ниско и тренирай на високо“.

8. **Гърков В.** Туризм и Спортна анимация в Туризма. Учебно помагало. София НСА прес, 2006.

Учебното помагало бе първи опит за систематизирани знания в областта на анимацията в туризма и спортната анимация като феномен в туристическата индустрия. Бе направен опит за дефиниране на понятията *анимация, туристическа анимация, спортна анимация в туризма.*

#### **Публикации в списания и сборници:**

9. **Гърков В.** Техничко-тактическа подготовка на ориентиравача. С и Н, бр. 2/2004г.(стр. 57-65) ISSN 1310-3393

След проучване на достъпни литературни източници и анализ на собствен тренировъски опит, е направен опит за извеждане на термина технико-тактическа подготовка, който според нас отговаря по-пълно на действията, които състезателите изпълняват с карта в ръка по време на състезания по ориентиране.

10. **Гърков В.** Принципни модели за разпределение на тренировъчните средства по основните зони на натоварване в ориентирането. С и Н. Извънреден брой 3/2004. ISSN 1310-3393.

В резултата на многогодишни проучвания по темата и собствени изследвания, е направен опит за систематизиране на основните тренировъчни натоварвания в ориентирането по насоченост и въздействие, и представянето им във вид на модели за конкретно приложение в тренировъчния процес за различни възрастови групи.

11. **В. Гърков** -” СКИОАТЛОН – една нова спортна дисциплина.” С и Н – Извънреден брой -2, 2008. ISSN 1310-3393

Представена е една нова спортна дисциплина, чиято цел е да доближи ски ориентирането по зрелищност до биатлона и другите дисциплини близки до ски ориентирането.

**12. Гърков В. Особенности в подготовката на състезания по ски ориентиране. СиН, брой 3/2015г. ISSN 1310-3393**

Представени са съвременните изисквания за организация на състезания по ски ориентиране, определени от правилника от една страна и съвременното разбиране за мрежа от ски следи върху състезателната карта, от друга. Особено внимание е обърнато на идеята за подобряване зрелищността на състезанията.

**13. Гърков В., Т. Педев. Промени в международния правилник по ориентиране и тяхното значение за подготовката и провеждане на състезания. С и Н. Извънреден брой 3/2004. ISSN 1310-3393**

Проследени са последните промени в международният правилник по ориентиране и е направен опит да се определи тяхното значение за организиране на състезания в България.

**14. Гърков В., Д. Дашева. Влияние на височинната подготовка (предсъстезателен мезоцикъл) върху спортния резултат в ориентирането. С и Н Извънреден брой 3/2004. ISSN 1310-3393**

Описано е влиянето на височинен (Белмекен) предсъстезателен мезоцикъл върху резултатите на най-добрият български състезател Кирил Николов, заел 12 и 15 място на световното първенство в Швейцария 2004 – най-добри резултати за това време.

**15. Гърков В., Владимир В., Т. Педев. Туризм – ориентиране. Речник. Спорт за всички. София, 2009. ISBN 978-954-394-032-5**

Изведена е основната терминология характеризираща спорта ориентиране, като задължителна част от общият спортен терминологичен фонд.

**16. Гърков В., Г. Палакарски. Поява, развитие и тенденции в съвременното ски ориентиране. СиН, 2/2014 – Извънреден брой. ISSN 1310-3393**

Направен е исторически преглед на появата, етапите на развитие и съвременните тенденции в развитието на ски ориентирането. Особено внимание е отделено на българското участие в Световни първенства и най-добрите класирания на български състезатели.

**17. Гърков В., З. Младенова. Спортът и туризмът в процеса на глобализация. СиН, брой 3/2015. ISSN 1310-3393**

Направен е опит за анализ на факторите определящи ролята на спортът и туризма в глобализацията на съвременното общество. Изведена е дефиниция на понятието „спортен туризъм“, както и мястото му в определяне нагласата за търсене и потребление на туристическия продукт.

18. Гочков А., В. Гърков, Т. Педев. Приложение на програмния продукт “CONDES” for MS Windows в съвременното спортно ориентиране. С и Н бр.3/2004г. ISSN 1310-3393

Описан е алгоритмът на работа с програмния продукт “CONDES” за организация и провеждане на състезания по ориентиране. Направен е анализ на предимствата и е показано нагледно приложението на програмата.

19. Дагоглу Й., В. Гърков. Изследване на срочните адаптивни реакции на организма в следствие прилагане на еднакви по продължителност (времетраене) и различни по организация тренировъчни натоварвания. Лека атлетика и Наука бр. 3. 2004. ISSN 1310-3393

Предмет на това изследване са ефектите от прилагането на бегови тренировъчни натоварвания, които са еднакви по продължителност (около 60 мин.), но различни по съдържание и структура на беговата работа. Направени са изводите, че продължителната бегова работа е насочена към усъвършенстване на кардио-респираторната система, интервалното бягане с/у наклон повлиява специфичните силови възможности, а повторната бегова работа повлиява основно скоростната издръжливост.

20. Педев Т., В. Гърков. Новости и тенденции в организацията на щафетните състезания по спортно ориентиране. С и Н Извънреден брой 3/2004. ISSN 1310-3393

Въз основа на промените в правилника на международната федерация по ориентиране IOF, е направен опит за нововъведения в организацията на щафетни състезания по ориентиране у нас. На преден план е изведена необходимостта от повишаване на зрелищността на тези състезания.

21. Ников Н., В. Гърков. Представяне на прецизното ориентиране – една нова спортна дисциплина. С и Н – извънреден брой 3, 2005. ISSN 1310-3393

За първи път у нас е направен опит за представяне на прецизното ориентиране, като спорт позволяващ едновременно участие в едно и също състезание на здрави хора и такива в инвалидни колички. Описани са основните правила за провеждане на състезания по прецизно ориентиране.

22. П. Миланова, Гърков В. – Проучване ефекта от новата учебна програма в курсовете по “ТАО” върху студентите от НСА «ВАСИЛ ЛЕВСКИ». С и Н – Извънреден брой 3 / 2005. ISSN 1310-3393

Изследвана е програмата в курсовете по ТАО и ефектът върху студенти от различните факултети. Подробно, въз основата на анкетният метод е направен анализ на отношението на изследваните лица към отделните дисциплини застъпени в обучението.

23. Дашева Д., П. Бонов, **В. Гърков**, Г. Палакарски, Т. Педев, Т. Темелкова-Кюркчиева, С. Цветков. Съвременни концепции във височинната подготовка. IV Международен научен конгрес „Спорт стрес адаптация“. София 2006г. ISBN 978-954-723-006-4

Представени са съвременните концепции във височинната подготовка на състезатели от спортовете за издръжливост. Живей на високо-тренирай на високо, Живей на ниско-тренирай на високо и Живей на високо – тренирай на ниско.

24. Dasheva D., P. Bonov, **V. Garkov**, G. Palakarski, T. Pedev. How to interpret changes in an athletic condition? (Live High – train high and Live High – train low). International scientific conference “Analytics and diagnostics of physical activity”. Belgrade, 2006.

Представени са част от резултатите от едно широкомащабно изследване на влиянието на височинната подготовка при състезатели от различни спортове от групата на издръжливостта. Проследени са промените в основните функционални показатели в следствие приложението на две основни тренировъчни програми – „Живей и тренирай на високо“ и „Живей на ниско-тренирай на високо“.

25. P. Bonov, D. Dasheva, **V. Garkov**, G. Palakarski, T. Pedev, T. Temelkova-Kurkschieva, D. Kurkschiev. Hematological changes under effects of training at aerobic threshold level, moderate altitude and cold condition in high level biathlon and orienteering athletes. Science and Nordic skiing 2007. ISBN 978-1-84126-229-1

В този сборник с висок импакт фактор са представени резултатите от изследване на състезатели от НО на България по биатлон, ориентиране, ски ориентиране и лека атлетика. Те са изпълнявали тренировъчна програма, моделирана с висока надморска височина и ниски температури. Проследени са основните хематологични показатели, които се повлияват от такъв тип въздействия – натоварване около индивидуалният аеробен праг на състезателите.

26. Владимиров, В., **В. Гърков**, Т. Педев - История на картоиздаването за ориентиране в България. С и Н. Извънредно издание. Бр. 2. 2008. ISSN 1310-3393

В това изследване е направен опит за проследяване в исторически план на появата и етапите през които е преминало българското картоиздаване за ориентиране. Изведени са отделни етапи и е направена характеристика на съвременното картоиздаване.

27. Daniela Dasheva, P. Bonov, **V.Garkov**, G. Palakarski, T. Pedev, S. Tzvetkov. Does the live high-train low model works? International Scientific Conference on Kinesiology. Zagreb, 2008.

Въз основа на собствени изследвания със състезатели от висок ранг е направен опит да се обоснове модел на тренировъчни въздействия организирани във вариант за височинна подготовка – Живей на високо – тренирай на ниско. Доказани са експериментално позитивни промени в основните физиологични параметри касаещи аеробният капацитет на състезателите участващи в експеримента.

28. Владимиров, В., **Гърков, В.**, Педев, Т. Предимства при изчертаване на карти за състезания по ориентиране с «OCAD». Научна конференция с международно участие - "ТЕХСИС' 2009". ТУ София, филиал Пловдив. 2009.ISSN 1310-8271

В едно изследване на традиционните способи за изчертаване на топографски карти и такова с помощта на софтуерният продукт OCAD, е доказано, че при изчертаване на карти с OCAD, се подобрява качеството, четливостта, прецизността и се намалява драстично времето за 1 карта, приблизителноб пъти.

29. Владимиров В., **Гърков, В.**, Педев, Т. Точност, несъответствия, генерализация, четливост и коректност при изработване на карти за ориентиране. Спорт и наука. Приложение 2. Научна конференция при Катедра “ТАО и Ски”. Бр. 4. 2009. ISSN 1310-3393

Топографската карта е основа и най-важното условие за съществуването на спорта ориентиране. Това прави изключително важно да се изяснят понятия като – точност, несъответствия, генерализация, четливост и коректност на картата. Това е и същината на тази статия, в която за първи път в съвременната история на ориентирането у нас, се прави опит за уеднаквяване на тези понятия.

30. Daniela Dasheva, Petar Bonov, Todor Pedev, Stanislav Tzvetkov, Gancho Mateev, **Valentin Garkov**. DIFFERENT PROTOCOL FOR DETERMINING THE BASIC FUNCTIONAL PARAMETERS IN ORIENTEERING. International Scientific Conference. Theoretical, Methodological and Methodical Aspects of Competitions and Athletes' Preparation. BELGARADE - December 11<sup>th</sup> 2009.

На базата на резултати от собствено изследване с елитни български състезатели по ориентиране се доказва безспорното предимство на специфичен протокол за функционално изследване върху тредбан наречен „Ориентиране НСА“. Същината на протокола е в комбинирането на постепенно увеличаване на скоростта в началото и ъгъла на тредбан в

последствие, при което се реализират по-пълно специфичните за ориентирането качества на състезателите.

31. Владимиров В., В. Гърков. Регулиране скоростта на придвижване в ориентирането. Сборник доклади - V – ти Международен научен конгрес „Спорт, Стрес, Адаптация”, 2010.

В тази статия е разгледан въпросът за регулирането на скоростта по време на състезание по ориентиране. Изведени са взаимовръзките между техниката на ориентиране и скоростта на придвижване, както и начините за нейното увеличаване. Изведено е понятието „резервна зона“ в скоростта на придвижване.

32. Педев Т., В. Гърков, И. Илков. Особенности при планиране на състезателен маршрут в съвременното ориентиране – спринтова дистанция. СиН 6/2012. ISSN 1310-3393

Спринтовата дистанция в ориентирането е в основата на т.нар. олимпийски проект или дисциплината, която има най-големи шансове за включване в олимпийската програма. Това определя и някои нови подходи в организирането на състезания в този формат. Основно внимание е обърнато на изискванията за топографската карта и времето на победителя – 12-15 мин.

33. Гочков А., В. Гърков. Моделирана тренировка като метод за развитието на психологическата подготовка на състезатели по ориентиране. Сборник доклади от международна научна конференция „Европейски стандарти в спортното образование“. Враца, стр. 79/ 2013г. ISBN 978-954-9689-79-2

В най-общ смисъл моделираната тренировка представлява спортна тренировка провеждана при състезателни условия. Специфично за нея като метод на психическата подготовка е, че при нея се моделират тези вътрешни и външни условия, които обикновено предизвикват затруднения и нарушения в протичането на психическите функции на спортиста. В нашето изследване такива са – закъсняване за старта, шумна среда, лоши атмосферни условия, допускане на технически и тактически грешки, застигане от или среща с противник.



34. Гочков А., В. Гърков, Е. Николова. РАЗШИРЯВАНЕ ГЕОГРАФИЯТА НА ПРОВЕЖДАНИТЕ СЪСТЕЗАНИЯ КАТО ЗАЛОГ ЗА РАЗВИТИЕТО НА СПОРТА ОРИЕНТИРАНЕ В БЪЛГАРИЯ. София – УНСС. Сборник доклади, стр. 255 / 2014г. ISBN 978-954-644-581-0

В това изследване е направен опит да се проследи как би повлияло разширяването на географията на провеждане, на състезанията по ориентиране у нас отнесено към повишения интерес и евентуално развитие в райони, в които е имало преди или изобщо е нямало развито ориентиране. Изведени са интересни тенденции, показващи моментното състояние на основни центрове развиващи спорта ориентиране. Най-много състезания са проведени в Северен Централен район, а най-малко в Северозападния район. В Северен централен и Южен Централен район са съсредоточени и най- голям брой клубове и състезатели занимаващи се с ориентиране. На базата на тези данни можем да се заключим, че БФО провежда състезания в районите, в които има най-много състезатели. Тази стратегия допринася за спестяването на значителни финансови средства за транспорт, спане и др. на клубовете участници. Картите, на които са проведени състезанията, дават възможност в по-късен етап да бъдат организирани тренировъчни занимания на тези райони .

35. Младенова З., В. Гърков, Д. Боянов. Анализ и оценка на данните на страната ни като световна туристическа дестинация. СиН, 2/2014 – Извънреден брой. ISSN 1310-3393

На базата на сериозен анализ на данни за страната ни като туристическа дестинация (собствени и такива от НСИ) през последните няколко години, е направен опит за анализ и оценка на основните предимства и недостатъци на страната ни, които влияят върху превръщането и в *световна* такава. Разгледани са 17 държави генериращи туристопоток за България. Определени са приоритети за потенциалите на страната ни като световна туристическа дестинация.