

СТАНОВИЩЕ

от проф. Петър Киров на дисертационен труд на тема: „Методика за оценка на хранителния режим при състезатели в силови спортове с теглови категории”

с автор Николай Любенов Заеков

научен ръководител доц. Албена Александрова, доктор

Докторантът Николай Заеков представя труд насочен към проблемите с храненето при спортисти като акцентира на оценката и регулирането на хранителния режим на състезателите с теглови категории на хранителния режим на състезатели с теглови категории.

Проблемът е актуален за спортната практика, тъй като често състезателите от спортовете с теглови категории прибягват към екстремна редукция на телесното тегло, което занижава резултатите им и оказва вредно въздействие върху здравословното им състояние.

Авторефератът, представен на 45 страници напълно отговаря на съдържанието и структурата на докторския труд и отразява най-важните му аспекти и резултати. Докторантът има 3 научни публикации по темата на дисертационното изследване.

Представеният докторски труд е правилно структуриран и съдържа: увод, три глави, в четвърти раздел са представени изводи и препоръки, публикации, ползвана литература и приложения с общ обем от 154 страници.

Докторатът е добре онагледен чрез 19 таблици, 26 фигури, графики и 3 приложения.

Библиографията включва 136 литературни източници от които 14 са български автори.

Голяма част от ползваните източници са след 2000 година.

В първа глава докторантът анализира необходимостта от оценка и регулиране на хранителния режим при спортуващи, като разглежда

проблема по литературни данни в дълбочина. По-нататък са разгледани особеностите в хранителния режим на спортисти от спортове с теглови категории. Посочени са различни методики, които се прилагат за оценка на хранителния режим, техните недостатъци и предимства, продукти с високо съдържание на протеини и запазване на положителен азотен баланс и тяхната значимост.

Във втора глава на базата на проучените литературни източници е изведена работната хипотеза и правилно са формулирани предметът, обектът, целта и задачите на изследването. Използваните методи са съвременни и широко прилагани за такъв тип изследвания. Това позволява сравнение на получените резултати с други подобни и развитие на обоснована дискусия.

Задачите, които докторантът е представил са кратки и ясни и отговарят на поставената цел.

В трета глава е направен анализ на резултатите от проведените експерименти и проверка на ефективността на методиката за оценка на хранителния режим.

Получените резултати от проведените изследвания в различни направления ясно показват научните и практически достойнства на разработения проблем.

Изводите и препоръките направени в четвърта глава посочват предимствата на експерименталната методика за оценка на хранителния режим при състезатели с теглови категории. Разработената от автора методика е от съществено значение за повишаване на ефективността на спортно техническата подготовка. Експерименталната методика е удобна и целесъобразна за използване от спортните педагози и специалисти, и внасяне на корекции в учебно-тренировъчния процес.

Научните и практически достойнства на труда и научно изследователския потенциал на докторанта дават основание за положителна оценка на разработката.

Представените до тук обстоятелства ми дават основание с увереност да декларирам, че докторският труд притежава всички необходими качества на такъв тип научна разработка и предлагам на уважаемото жури да гласува положително за присъждане на образователната и научна степен „Доктор“ на Николай Любенов Заеков по професионално направление 7.6. Спорт.

11.05. 2016 г.
София

Член на научното жури:

Проф. Петър Киров, доктор

