

РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационен труд на **Весела Иванова Иванова** на тема
**„Оптимизиране на физическата подготовка по художествена
гимнастика за девойки младша възраст”** за присъждане на
образователната и научна степен „доктор”

Научен ръководител: доц. Гюрка Ганчева, доктор

Рецензент: проф. Бонка Димитрова, доктор

I. Актуалност и значимост на разработвания в дисертационния труд проблем

Тенденция в развитието на художествената гимнастика в световен мащаб е усложняването на състезателните комбинации. Това изисква определено ниво на развитие на значимите за този спорт физически качества. В тази връзка физическата подготовка трябва да добие ново измерение, да е по-ефективна. Ето защо избраната от докторантката тема е актуална и навременна. Създаването на алгоритъм от упражнения за развитие на тези физически качества, които са в основата на овладяването на базовите двигателни навици ще позволи достигането на високи спортни резултати. Анализът на литературните източници от Весела Иванова потвърждава тезата, че липсва достатъчна информация за разработени, научно-доказани методики за усъвършенстване на физическата подготовка в художествената гимнастика. Ползваните в практиката са доста общи, което според докторантката е причина за тяхната слаба ефективност. Разработената идея от Весела Иванова за изграждането на специализирани комплекси за развиване на необходимите физически качества за основните

упражнения съобразно характера на мускулните усилия в тях, прави разработката актуална и значима.

II. Положителни и приносни моменти в представения дисертационен труд

Представеният дисертационен труд по своята структура е изграден правилно според изискванията за докторат. Състои се от 255 страници, онагледени с 71 фигури, 4 таблици и комплекси в табличен вид. Структурно дисертацията се състои от увод, четири глави, ползвана литература и приложения.

Първа глава озаглавена „Постановка на проблема” е в обем от 51 страници. Анализирани са 137 литературни източника на кирилица, 23 на латиница и четири уеб-сайта. Структурата на изложението е логично и е в реда:

- Характеристика на художествената гимнастика;
- Възрастови особености на подрастващите във възрастта 10-12 години;
- Видови спортна подготовка. Физическата подготовка в художествената гимнастика и възможности за нейното оптимизиране.

Представен така, литературният обзор последователно и аргументирано ни въвежда в разглеждания проблем и завършва с обобщение и работна хипотеза.

За глава втора „Цел, задачи, организация и методика на изследване” можем да отбележим, че:

- целта и задачите са ясно формулирани;

- организацията на изследването и методиката са представени подробно и са добре структурирани;
- предложени са 4 авторски теста за гъвкавост, един авторски и два модифицирани за бързина и един също авторски за равновесна устойчивост.

Ползването на богатия тестови инструментариум, както и творческия подход на докторантката прави разработката задълбочена, иновативна и с определено практико приложен характер.

Трета глава „Анализ на резултатите” е в обем от 98 страници. Последователно са анализирани резултатите от анкетното проучване, от анатомо-функционалния анализ, от сравнителния анализ от тестовете за определяне нивото на двигателните качества, от педагогическия експеримент. Поради многообхватния изследователски материал ще отбележа само значимите постижения, които определят стойността на представения труд:

- Анкетирани са 66 специалисти по художествена гимнастика;
- Те посочват гъвкавостта, равновесната устойчивост и координацията като най-значими физически качества в художествената гимнастика, а структурната група на скоковете като най-ползвана.
- Направен е задълбочен анатомо-функционален анализ на най-често ползваните движения, положения в съчетанията на гимнастичките;
- Определено и анализирано е нивото на двигателните качества на 10-12 годишни гимнастички;
- Определени са показатели за ефективността на приложената методика при 10-12 годишните;

- Създадена е методика за развиване на необходимите физически качества за основните упражнения и положения в художествената гимнастика съобразно характера на мускулните усилия в тях
- Успешно е апробирана в практиката методиката за оптимизиране на физическата подготовка при девойки младша възраст.

Аргументираният и компетентен анализ на резултатите в трета глава логично водят към представените от докторантката изводи и препоръки.

Представеният дисертационен труд е с теоретичен, методически и практико приложен характер и има следните положителни и приносни моменти:

- Разработена е тестова батерия за оценка на двигателните качества на съвременните гимнастички.
- Разработените авторски и модифицирани тестове са успешно апробирани в практиката.
- Направен е анатомо-функционален анализ на базови движения и положения в художествената гимнастика.
- На базата на анатомо-функционалния анализ е разработена методика за оптимизиране на физическата подготовка в различните периоди от спортната подготовка на 10-12 годишни гимнастички.
- Разработената методика е успешно апробирана в практиката.

Заключение

В заключение, като оценявам теоретичната, методическа и практико-приложна стойност на представения труд давам своя положителен вот и предлагам на научното жури да присъди на **Весела Иванова Иванова**

образователната и научна степен „**доктор**” по научната специалност
„Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка
/вкл.МЛФ/”, професионално направление 7.6 Спорт.

14.06.2016 г.

Изготвил рецензията:



/проф. Б. Димитрова/