

Резюмета на публикациите на главен асистент Сашо Панчев Йорданов, доктор

1. Монографичен труд „Формиране на адекватна готовност при военния полицай за самозащита“, София, НСА ПРЕС, ISBN 978-954-718-436-7. 2016.

Монографията е съставена в обем от 168 страници и включва библиографска справка от 154 източника, от които 51 на кирилица и 3 на латиница. Трудът е построен в четири глави. Първата глава „ Исторически преглед“ включва създаването и развитието на военната полиция в България. Посочват се перспективите на нейното развитие в променящите се условия на съвременния етап от развитието на страната. Разкриват се особеностите на дейността на военните полицаи и от страните членки на НАТО. Във втората глава „Бойно-приложна подготовка на служителите от правоохранителните институции“ се анализира професионалната дейност на служителите от МВР и на военните полицаи. В трета глава „Особеностите на ситуациите при действията на военните полицаи“ се прави характеристика на военна полиция. Разглеждат се особеностите на дейността и се разкрива същността на бойно-приложната подготовка на военна полиция. Извеждат се основните компоненти на подготовката и се създава управленски модел с определена структура и конкретни функции за бойно-приложната подготовка на военните полицаи. Дадени са методически указания на модела за подготовка. Четвъртата глава „Формиране на адекватна готовност за самозащита“ включва две части „Структура на готовността за самозащита“ и „Методика за формиране на адекватна готовност за самозащита“. В първата част се разкрива структурата на готовността за самозащита, която е изградена от психическа, физическа, техническа и тактическа готовност. Във втората част на четвърта глава са посочват особеностите на методиката за формиране на адекватна готовност за самозащита. Предлагат се ефективни методи за формиране на психическа, физическа, техническа и тактическа готовност за самозащита. Голяма част от методите са нови и за пръв се предлагат в бойно-приложната подготовка на военните полицаи.

Публикации в чуждестранни издания

2. Sasho Jordanov *Model and methodogi forpreparation In personal protektion. Research in kinesiology of the journal FIZICA KULTURA, Federation of the sports pedagogues of the Republic of Macedonia, 2016.*

Сашо Йорданов. *Модел и методика за подготовка по лична защита.*

Целта на изследването е да се направи оценка на методическите особености на техниките от лична защита и да се оптимизира приложението им в единоборствата.

Създаден е модел за обучение по лична защита и комплекс упражнения, създадени и подбрани в резултат на дългогодишен практически опит. Методиката е изградена на основата на дългогодишен опит както в различните автентични източни бойни изкуства, така и в педагогиката, психологията, оперативната дейност, и не на последно място, опитност в реални ситуации от практиката. Обучението е съобразено с учебните планове и програми за обучение по съответната специалност на студенти в НСА „В. Левски“. Обучението по лична защита е насочено към студентите от НСА намиращи реализация в службите за сигурност и отбрана. Изработени са примерни комплекси от учебно бойни схватки за оптимизиране на подготовка по лична защита. Комбинациите от бойни упражнения се използват за усъвършенстване на заучените техники и приложението им в усложнена динамична обстановка, а впоследствие могат да се използват и за проверка на практическите знания и умения. Получените резултати бяха обработени с помощта на математико статистически метод, което дава възможност да се установи ефективността на комплексите от учебно бойните упражнения и да се проследи върху кои отделни техники те се отразяват положително.

3. Николай Иванчев., Сашо Йорданов. *Особености на психичната защита при изучаващи бойни спортове. Международно списание - Psychological Thought, Vol. 7(2), 179-186.*

Проведено е изследване при изучаващи различни бойни спортове с въпросник установяващ психичните защити на личността и са сравнени резултатите на различни категории лица изучаващи бойни спортове по скалата измерваща Себепожертвувателен защитен стил (със субскали псевдо-алтруизъм, отрицание и формиране на реакция) от въпросника на М. Бонд, адаптирана за български условия.

Настоящото проучване дава основание да се търсят различия между социалните групи и влиянията на фактори, свързани с интериндивидуалните характеристики и междуличностните взаимоотношения по отношение на защитните механизми и защитните стилове

Установено е че използването на защитния механизъм отрицание е по-често сред 17-18 годишни младежи, проявяващи хомофобия, също така се отхвърля отговорността за неприемливи преживявания. Проявява се в отказ да се разбере реалната причина за поведението. Изказано е и мнението, че формирането на реакция е конформизъм за защита на своето чувство на свобода при очевидни опити за ограничаване на свободата на хората.

След проведеното изследване се установиха специфични индивидуални различия на психична защита при изучаващите различни бойни спортове.

Самостоятелни публикации

- 4. Сашо Йорданов.** *Значение, същност и място на спорта полицейската лична защита.* София1000, бул В. Левски №75, НСА ППЕС. ISSN:1310-3393, Спорт и наука, из.бр.1/2014 стр. 129.

Анализирани са рисковите ситуации най-често възникващи при работата на полицейските служители. Разкрит е характера на високорисковите задачи в градски условия и необходимостта от целия личен състав за възможно най-висока лична специална подготовка.

Подчертава се значението за овладяването на техниките от полицейската лична защита и прилагането им при изпълнение на функционалните им задължения, което дава възможност да се запази живота на полицаите и да се доведе изпълнението на високо рискови задачи до успешен край. Разгледано е законодателството в Република България по прилагане на сила от полицейските служители съобразено с международните стандарти. Ползването на тези правомощия се регламентира в Закона на МВР. На всеки успешно завършен курс за подготовка съответства техническа степен по системата "Кю дан", или звание, за което се присъждат точки и съответно възможност за кариерно израстване.

5. Сашо Йорданов. *Тенденции за подобряване на бойно приложната подготовка на военнослужещите от служба „Военна полиция“.* София 1000, бул В. Левски №75, Спорт и наука, ISSN:1310-3393, из.бр.1/2014.

За подобряване на дейността в този аспект през 2012 г. е осъществено мащабно изследване на състоянието на физическата дееспособност и успеваемост по бойно приложни техники (БПТ) на военните полицаи. Изследвани са 160 военни полицаи от различни сектори и отдели за установяване нивото на физическата подготовка (ФП) и обучението по лична защита.

Със създаването на специализираните подразделения към служба „ВП” с определени контртерористични, охранителни, издирвателни и противодействащи на престъпността в БА функции, както и на взводовете за мисии зад граница се проявява нарастващата нужда за вдигане нивата в подготовката на тези подразделения. В процеса на проучването, и след проведените изследвания, разработихме организационно-управленски модел за обучение по ФП и БПТ на военните полицаи. Представен е управленският модел, който има за цел да се подобри учебно-тренировъчната работа на нивото на съвременните изисквания.

След анализиране на всички данни от педагогическия експеримент става ясно, че динамиката на физическите и техническите качества при всички изследвани лица е прогресивно нарастваща, което доказва положителното влияние на експериментираната от нас методика за физическа и специална подготовка.

6. Сашо Йорданов. *Значение на интересите и мотивацията на военнослужещи от рота „Военна полиция” за мисии зад граница, към заниманията с ръкопашен бой и физическа подготовка.* В. Търново Национален военен университет „Васил Левски” Сб. Юб. н. к. „100 г. авиационно образ. в България”, ISBN978-954-713-216-8, 2014. Стр. 275-281.

Целта на проучването е да се анализират редица актуални проблеми, чието решаване води до повишаване качеството на обучението по физическа подготовка (ФП) и ръкопашен бой (РБ). Проучването на ефективността и качеството на обучението по ФП и РБ позволи да се установи неговото състояние и същевременно да съдейства за изследване и реализиране на най-успешните практики и подходи в тази дисциплина. Проучването беше проведено в периода 2013/2014 г., в него взеха участие

60 военнослужещи от рота „Военна-полиция”. Проучени са: ефективността и качеството на обучението по физическа подготовка и ръкопашен бой, установено е неговото състояние и са разгледани най-успешните практики и подходи в тези дисциплини. Разгледани са редица актуални проблеми, чието решаване води до повишаване качеството на обучението по ФП и РБ. Проведени са поредица от изследвания, при които са използвани анкетния метод, педагогически наблюдения и беседи. Проучването на спортните интереси на военните полицаи показва, че те поставят в своите предпочитания на челно място обучението по бойно-приложните техники и фитнеса. Това показва, че изследваните ясно съзнават ползата от тяхното практикуване за изпълнение на професионална дейност и не на последно място за своята сигурност.

7. Сашо Йорданов. *Способности и обучение по физическа подготовка и ръкопашен бой на военнослужещи от - рота за мисии зад граница. Сп. Н. НСА Изв. бр. 5/ 2014. Стр. 259-265. ISSN 1310 -3393.*

За служба „Военна полиция” (ВП) през 2008 г. се приема специализирана цел индикирана със съответен код. Съгласно тази цел служба ВП трябва да подготви рота ВП за целите на НАТО. От началото на 2014 г. служба „Военна полиция” предоставя декларираната рота ВП за операции на Алианса. Този факт изисква вдигане на нивата в специализираното обучение. Обучението включва система от техники, тактики, процедури и стандарти които позволяват на военнослужещите и подразделенията да определят, получават и практикуват необходимите умения.

Изследвано е мнението на военнослужещите относно ефективността и качеството на обучение по физическа подготовка и ръкопашен бой. Проведено е наблюдение и е извършена експертна оценка върху различни аспекти и съществуващи проблеми на обучението. Проучено е мнението на военнослужещите относно актуалните проблеми в практическите занятия. За целта са използвани следните научни методи: наблюдение; анкета; беседа; алтернативен анализ Изследвани са 60 военнослужещите от служба „Военна полиция” - (56 мъже и 4 жени), от новосформираниите военно полицейски формирования през периода 2013-2014 г. Военните полицаи отдават голямо значение на специализираното обучение, което показва че ясно осъзнават значението му за тяхната професионална подготовка особено при изпълнение на задгранични мисии.

При обобщението на резултатите от анкетното проучване и при изследване физическите качества и технически умения на военнослужещите в началото и в края на

обучението, се установяват известни подобрения на определени физически качества и успеваемост на техниките от ръкопашния бой.

8. Сашо Йорданов. *Формиране на физическа готовност за самозащита на младежи при агресивно нападение. Сп. Н. НСА Изв. бр. 3/ 2015. Стр. 27-33.*

Това изследване има за цел да се докаже, че ефективните тренировки по самозащита положително влияят върху формиране на физическа готовност с по-висока степен.

Изследвани са 42 младежи, разделени в две групи – експериментална от 22 души трениращи самозащита студенти магистри в НСА и контролна от 20 души служители на служба „Военна полиция”, не практикуващи определен вид спорт. Проведени са две изследвания на определените физически качества – в началото и в края на експеримента, проведен в периода от 20. 10. 2014 г. до 20. 02. 2015 г.

Върху участниците в експеримента е приложена методика на въздействие за развитие на физически качества и технически умения. За провеждането на експеримента бяха измерени три физически качества на изследваните младежи: взривна сила на долните крайници, скоростно силова издръжливост на коремните мускули, и силова издръжливост на горните крайници. Те имат мощно въздействие за ефективното изпълнение на основните техники за самозащита.

От получените резултати става ясно, че системните тренировки по самозащита положително се отразяват върху развитието на изследваните физически качества, важни за формирането на физическа готовност за самозащита при нападение.

9. Сашо Йорданов. *Изследване ефективност на бойно приложните техники при студенти от НСА специалност, треньор по БПФПС в МВР и БА. Сп. Н. НСА Изв. бр. 3/ 2015. Стр. 63-68. ISSN 1310-3393.*

Направена е оценка на методическите особености на бойно приложните техники и приложението им в единоборствата.

Определени са критериите за получаване на брой точки от съответна техника. По този начин да се открива възможност за оптимизиране на тренировъчния процес и да се създаде система от алгоритмични предписания за техническата подготовка още от

първи курс на студентите от НСА, специалност треньор по бойно приложна физическа подготовка и спорт /БПФПС/ в МВР и БА.

Изследвани са 9 студенти от първи курс в НСА специалност БПФПС в БА и МВР. Провеждането на двустранните схватки бе извършено в залата по Таекуондо в НСА.

Извършено е класиране по постигнати точки и е направен анализ по отношение – ефективност на използваните техники от съответните състезатели. Направени са съответните изводи за използваните техники от призьорите в крайното класиране.

10. Сашо Йорданов. *Специфични механизми за защита при трениращи бойни изкуства. Сб. Н.Д. Аспекти на съвременната подготовка във ФВ и спорта, НСА – ПРЕС. ISSN:1310-3393, София 2015*

Психичната защита включва защитни механизми като средство, съдействащо за избягване на тревога и други отрицателни емоции, блокиране на осъзнаването на заплахата. Защитните механизми са свързани с безсъзнателно преработване на информация в отговор на заплахата. Психичните защити са естествен механизъм за преодоляване на вътрешни конфликти чрез специфично преработване на информацията, което предпазва личността от загуба на самоконтрол в условията на конфликт. Защитните механизми са автоматизирани психични процеси, които защитават индивида от тревожност и от осъзнаване на вътрешни или външни опасности и стресори. Защитният механизъм представлява неосъзнато изкривяване на реалността, което намалява болезнено преживяване и конфликт чрез автоматизирани навични отговори.

11. Сашо Йорданов. *Ефективност на програма и методика за обучение по бойно приложни техники на военнослужещите от служба „Военна полиция”. Сб. Н.Д. Аспекти на съвременната подготовка във ФВ и спорта, НСА – ПРЕС. ISSN:1310-3393, София 2015.*

За подобряване на обучението по ФП и лична защита, са изследвани 160 военни полицаи от различни сектори и отдели. Приложена е комплексна методика от беседа и експертна оценка на техническите умения. Получените резултати от изследването са обработени чрез вариационен анализ.

След анализиране на всички данни от педагогическия експеримент става ясно, че динамиката на физически качества и техническите умения при всички изследвани лица е прогресивно нараснала. За експерименталната група прирастът е значително по-

голям за повечето тестове, което отразява положителното влияние на експериментираната методика за физическа и специална подготовка. Отчита се положително влияние на реализираните програми върху физическата и специална подготвеност на военните полицаи.

Целта е постигната чрез разработване и апробиране на нов модел и програми за обучение по ФП и БПТ на военните полицаи. Разработена е методика за подготовка, която показва съществено развитие на основните двигателни качества и технически умения. Изготвени са нормативи /тестове/ за контрол и оценка на физическата дееспособност.

12. Сашо Йорданов. *Теоретични основи на самозащитата при нападение. Сб.*

*Н.Д. Научно приложни изследвания във ФВ и спорта, НСА – ПРЕС.
ISSN:1310-3393, София 2015.*

Самозащитата, като концепция за оцеляването на човека най-често се свързва с различните видове източни бойните изкуства. В най-общ смисъл тя се тълкува като защита на себе си или имота с помощта на собствени сили и средства. Основната цел на подготовката по самозащита е да се формира адекватна готовност за ефективни действия при нападение от един или няколко нападателя.

Подчертани са основните различия между спортна и бойна ситуации. За разлика от спортните прояви, нападателите на улицата създават определена екстремална ситуация, която често те решават кога и как да създадат. От тази гледна точка е наивно да се търсят пътища за обучението в самозащитата чрез определен вид боен спорт.

За да бъде ефективна самозащитата, човек трябва най-напред да осъзнае ситуацията, вида целта на атаката. Времето за реакция зависи от количеството информация, необходимо за вземането на решението за действие. Според нас, най-бърз напредък в обучението по самозащита се постига при използването на методика основана на традиционните приложни бойни изкуства, поради простата им интегрална техника, без сложни ключове и хвърлящи техники при липса на всякакви ограничения. Методиката на подготовка трябва да е с опростена биомеханика на движение на отделните техники, за да е достъпна за хора с различни физически възможности, двигателни умения и антропометрични дадености. В учебното съдържание се придържахме към принципа „минимална сложност – максимална ефективност”. В същото време стремежът е да се постигне най-висока безопасност при обучението.

13. Сашо Йорданов. *Особености на обучението по ръкопашен бой във въоръжените сили. Сб. Н.Д. Научно приложни изследвания във ФВ и спорта, НСА – ПРЕС. ISSN:1310-3393, София 2015.*

Проучването установява, че във всички силови институции е призната ефективността на ударната техника на бокса. Специалистите по ръкопашен бой (РБ) във въоръжените сили считат, че когато става въпрос за подготовка на кадрови военнослужещи, бойните системи трябва да се отнасят до изкуството свързано с развоя на битката при война и много по-слабо може да се отнесат към определен вид спортен стил за отбрана или нападение. Обучението в армията включва система от техники, тактики, процедури и стандарти които позволяват на военнослужещите да определят, получават, практикуват и усъвършенстват необходимите умения. Характерно е, че във всички страни членки на Алианса са създадени условия за занимание на военнослужещи с разпространените азиатски бойни изкуства и техните стилови разновидности, както и със спортовете борба, бокс, джудо, карате и таекуондо които са застъпени особено в силите за бързо реагиране, при сухопътните войски и ССО от всички видове въоръжени сили. Проучването установява че за инструктори в поделенията се привличат водещи специалисти от различните стилове, затова е обяснимо присъствието на бойни техники от техния арсенал при практическата реализация на учебните програми по РБ. От изложеното в доклада става ясно, че в основата на РБ стоят различните видове автентични източни бойни изкуства. На базата на всички проучвания и на дългогодишният ни опит в областта, може да определим бойните изкуства като умения за водене на бой и оцеляване. Те дават възможност не само да се запази живата на практикуващия, но и да подчиним противника на нашата воля. Поради тази причина те се практикуват по цял свят за подготовка на личния състав от службите за сигурност и отбрана.

14. Сашо Йорданов. *Изследване мнението на военните полицаи към физическата подготовка и обучението по бойно приложни техники.. Научни трудове. Том 54, серия 8.2 ФВ и спорт, РУ „Ангел Кънчев” Русе, 2015.*

Целта на изследването е да определим значението и отношението на личния състав към физическата подготовка и обучението по бойно-приложни техники.

Изследвани са 190 служители от служба „Военна полиция“ в периода септември – ноември 2014 г., и анализирахме мнението на военните полицаи по тези въпроси.

Методика: Анкетно проучване. Анкетната карта съдържа 12 въпроса. След анализа на резултатите от анкетното проучване правим следните изводи:

На първо място можем да кажем, че 2/3 от военните полицаи смятат, досегашният брой на часовете по спортна работа за недостатъчни.

На второ място, половината от изследваните полицаи оценяват, че специалната им подготовка все още се води нередовно и е на ниското ниво.

На трето място, установяваме, че от направеното проучване военните полицаи считат, че за изпълнение на функционалните им задължения е необходимо подобряване качеството на физическата и бойно приложна подготовка, което определя и нашата по-нататъшната научна дейност.

15. Сашо Йорданов. *Отбранителна тактика за самозащита при рискови ситуации. Спорт и сигурност, доклади от четвърта научна конференция, 18 – 19 Май. НСА Прес ISSN:2367-914X, София, 2016.*

Разкрити са теоретичните основи за самозащита. Формирано е определение за отбранителните тактики. В най общ смисъл те не са моделирани по някоя индивидуална система или колективно възприети маневри от дадено бойно изкуство, а са една цялостна система, приложима в работата на полицейския служител.

Целта на отбранителната тактика е обезпечаване на адаптирано и ефикасно реагиране на нападение или друго неправомерно действие от страна на нападателя. Защитните действия на защитаващият се при неутрализирането на нападателя, са задължително ориентирани по посока на „възможно най-малка увреда“ за противника.

Изнесе ни са важните компоненти на отбранителната тактика като: преценка на ситуацията, особености на тактическите действия, както и тълкуването на различните ситуации. Изтъкнато е значението ролята и мястото на различните автентични бойни изкуства в подготовката за отбранителна тактика. В тази връзка в учебното съдържание на НСА „В. Левски“ повече от 20 години се изучават дисциплини свързани с различни видове бойни изкуства. Обозначени и обяснени са слабите и уязвими точки на човешкото тяло и начините за въздействие върху тях, както и основните процедури при задържане на заподозрени лица.

Публикации в съавторство

- 16. Сашо Йорданов Николай Иванчев.** *Психически механизми и физически възприятия за самозащита при единоборства.* Сп. Н. НСА Изв. бр. 5/ 2014. Стр. 100-106. ISSN 1310 -3393.

В настоящето изследване разглеждаме специфични защитни механизми – отричане или отрицание, формиране на реакция и псевдо-алтруизъм при изучаващи бойни спортове. Психичната защита включва защитни механизми като средство, съдействащо за избягване на тревога и други отрицателни емоции, блокиране на осъзнаването на заплахата. Защитните механизми са свързани с безсъзнателно преработване на информация в отговор на заплахата. Психичните защиты са естествен механизъм за преодоляване на вътрешни конфликти чрез специфично преработване на информацията, което предпазва личността от загуба на самоконтрол в условията на конфликт. Защитните механизми са автоматизирани психични процеси, които защитават индивида от тревожност и от осъзнаване на вътрешни или външни опасности и стресори. Защитният механизъм представлява неосъзнато изкривяване на реалността, което намалява болезнено преживяване и конфликт чрез автоматизирани навични отговори .

Настоящото проучване дава основание да се търсят различия между социалните групи и влиянията на фактори, свързани с интериндивидуалните характеристики и междуличностните взаимоотношения по отношение на защитните механизми и защитните стилове. След проведеното изследване се установиха специфични индивидуални различия на психична защита при изучаващите бойни спортове.

- 17. Панчев, С. М. Коляндова.** *Актуални проблеми на обучението по физическа подготовка и ръкопашен бой в БА И МВР.* София1000,бул В. Левски №75, Спорт и наука, из.бр.4/2012

Анализирани са проблемите в дейността и специализираното обучение на служителите на реда. Разгледани са, и се наблюдава едно приближаване във функциите и задачите на различните сродни структури за борба с престъпността: Специализираните структури и служби, ката служба "Военна полиция", "Силите за

специални операции", "Специализирания отряд за борба с тероризма", както и специализираните международни военни формирования.

Изхождайки от нарастващата престъпност и несигурност на национално и международно ниво, страната ни се нуждае от добре подготвени служители, за опазване на обществения ред и осигуряване сигурността на гражданите. Нетрадиционността и асиметричността на действията на противостоящите сили е предпоставка за изпадане в непредвидими ситуации, в които имат място физическата подготовка (ФП) и уменията по ръкопашния бой (РБ). Във време, когато армията ни е с минимален по численост сержантски и офицерски състав от изключителна важност е обучението по ФП и РБ. Разгледани са слабите страни в обучението. Определя се като положителен принос обучението на студенти в НСА "В. Левски" в различните образователни степени: бакалавър „Треньор по бойно-приложна и физическа подготовка и спорт в МВР и БА", магистърска програма "Спорт и сигурност" и дългосрочна следдипломна квалификация "Методист по бойно-приложна подготовка и спорт в МВР и БА".

18. Маринов, Т., Т. Джафари, С. Йорданов. *Техническа готовност на учениците за оцеляване в екстремални условия.* София, НСА ПРЕС, 2014, стр 52-59 ISBN 978-954-718-385-8

Целта на изследването е да се разкрие ефективността на експериментална методика за формиране на техническа готовност за самозащита в тренировките по кунг фу. За постигането ѝ е проведен преобразуващ експеримент в периода от началото на месец януари 2014г. до средата на месец март 2014г. Техническата готовност е основна в структурата на готовността за оцеляване в социални екстремални ситуации.

Експерименталната методика за формиране на готовност за действие в екстремалните условия на социалната среда включва усвояването на техники за самозащита срещу различни удари и захвати, неспецифични за отиграване в кунг фу.

Разгледани са основните критерии за оценка на техническата готовност за оцеляване които включват: положение на тялото спрямо противника; действие за избягване на удар с и без оръжие; действие за освобождаване от хват; действие за нанасяне на удар/задържане; действие след неутрализиране на нападателя.

В резултат от прилагането на експериментираната методика се доказва нейната ефективност за формиране на техническа готовност за оцеляване в екстремална социална среда. Приложената методика съдейства за усъвършенстване на структурата на техническата готовност за оцеляване.

19. Вая Цолова, Сашо Йорданов, Поля Борисова, Луиза Тодорова.

Изследване на силовите възможности на жени практикуващи Йога. Сб. НД, Влияние на йога върху психиката, физическите качества и здравето. НСА Прес София, 2016.

Настоящата разработка има за **цел** да се разкрие състоянието и особеностите на проявлението на мускулната сила при жени, трениращи йога и да разкрие състоянието на мускулната сила при жените, практикуващи йога.

Изследването са общо 53 жени практикуващи йога, разделени в следните възрастови групи: 25 ÷ 35 години, 36 ÷ 45 години и над 46 години. Проведен беше констативен педагогически експеримент. За установяване състоянието на мускулната сила са използвани редица физически тестове. Не се установяват съществени разлики в силовите възможности на жените от възраст 25 ÷ 35 години спрямо жените от възраст 36 ÷ 45 години. В конкретния случай може да се предположи, че практикуването на йога води до поддържане нивото на развитие на силовите възможности на жените. Факторът „нарастване на възрастта“ не оказва неблагоприятно въздействие върху състоянието на силата на практикуващите йога. Това предположение се оказва логично, като се имат предвид и незначителните разлики във силовите възможности на жените от възрастов период 36 ÷ 45 години спрямо тези от възраст над 46 години. Единственият показател, при който се установява достоверна разлика ($d = 3,3$ повторения, $P = 98,3\%$) в средните стойности е този от теста, разкриващ скоростно-силовите възможности на коремните мускули. Изследването установява, че практикуването на йога води до поддържане и развиване на силовите възможности на големите мускулни групи – мускулите на краката и мускулите на гърба.

20. Коляндова, М., Сошо Йорданов. *Изисквания за сигурност на спортните обекти. Сп. Н. НСА Изв. бр. 5/ 2014. Стр. 330-333. ISSN 1310 -3393.*

В настоящото изследване си поставихме за цел да направим анализ на нормативната уредба и други източници, свързани със сигурността при спортни мероприятия. Направен е анализ на вътрешното законодателство, да се изясняват проявленията на хулигански прояви с цел подобряването на сигурността при провеждане на спортни мероприятия. Организация на охраната на спортни обекти е уредена със законът за опазване на обществения ред при провеждане на спортни мероприятия. Този закон се отнася до спазването на обществения ред, както и взимане на мерки срещу противообществени прояви, извършени при провеждането на спортни мероприятия. В заключение може да се подчертае силният административен елемент в уредбата на въпросите, свързани с опазването на обществения ред при провеждане на спортни мероприятия. От проучената правна уредба следват изводите за някои проблеми при прилагането на закона. Уредбата на придружителите и техният отговорник в настоящия текст на закона е недостатъчна, а именно те са най-близо до посетителите и биха могли най-ефективно чрез средствата на убеждаването (а не принуждаването) да им въздействат и по този начин да ги възпират от извършване на хулиганска проява. Още повече, че при настоящата уредба отговорност за деянията на групи посетители понасят спортните клубове.

21. Красимир Петков, Сашо Йорданов. *Ретроспективен анализ на научната дейност и дейността на специалността спорт и сигурност в катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички” към – НСА „В. Левски”. Спорт и сигурност, доклади от четвърта научна конференция, 18 – 19 Май. НСА Прес ISSN:2367-914X, София, 2016.*

Настоящата статия има за цел, изследвайки фактологията да направи ретроспективен анализ на научната дейност и обучението по специалността „Спорт и сигурност“ в катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички” в НСА „В. Левски”. За различните подходи при провеждането на научните форуми и да насочи вниманието на спортните специалисти към тенденциите за развитие и разширяване на възможностите за участие в тях.

В резултат на извършения ретроспективен анализ установихме, че началната дата за провеждане на Първата конференция на тема „Национална сигурност, физическа подготовка и спорт”, която е организирана и проведена от АМВР и НСА „В.

Левски“ със съдействието на Центъра за следдипломна квалификация е на 13 и 14. май 2004 г. в гр. София.

От 2003 г. в НСА „В. Левски“ се провежда ежегоден прием и обучение на служители от държавните институции и служби за сигурност и отбрана по образователно-квалификационна степен „Бакалавър“, със специалност „Треньор по бойно приложна физическа подготовка и спорт в МВР и БА“, обучение на студенти по магистърска програма „Физическо възпитание и спорт в системата на МВР и БА“, а от 2007 г. към катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“ започва обучение по магистърска програма „Спорт и сигурност“. За провеждането и утвърждаването на тези престижни форуми особен дял има колектива на катедра „тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“ и неговите членове.

22. Пламен Дочевски, Сашо Йорданов. *Технически изисквания за безопасност при организиране на футболни прояви по правилата на международната федерация на футболните асоциации - Ф И Ф А. Спорт и сигурност, доклади от четвърта научна конференция, 18 – 19 Май. НСА Прес ISSN:2367-914X, София, 2016.*

Техническите изисквания за безопасност при организиране на футболни прояви по правилата на Международната федерация на футболните асоциации – ФИФА са важна част от системата за сигурност при провеждането на значими спортни прояви.

Целта на изследването ни е да представим основните технически изисквания за безопасност при организиране на футболни прояви по правилата на ФИФА и с това да се оптимизира системата за сигурност при провеждане на значими футболни събития в България.

Методите на изследване, които използвахме са – информационно проучване, анализ на документи, исторически анализ, обобщаване на собствен опит, наблюдение, синтез и теоретичен анализ.

Основният резултат от доклада ни е – стриктно използване на техническите изисквания за безопасност при провеждане на футболни прояви в България, и с това значително подобряване на системата им за сигурност.

Изследването се базира на анализа и проучването на нормативни документи на ФИФА, както и върху личния опит на авторите.