

УЧРЖ Вх. № 305/22.08.2016г.

## РЕЦЕНЗИЯ

от проф. Лейла Огуз Крайджикова, доктор  
катедра „Спортна медицина“  
на Национална спортна академия „Васил Левски“

Относно: Конкуре за заемане на академична длъжност „доцент“ в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, по професионално направление 7.4. Обществено здраве, специалност „Спортен масаж“, обявен в ДВ брой 26/01.04.2016 г. (стр. 60-62) и сайта на Национална спортна академия (НСА) за нуждите на катедра „Спортна медицина“ на НСА „Васил Левски“.

В конкурса като единствен кандидат участва гл. ас. Жанна Василева Готова, доктор. По процедурата са спазени всички изисквания на Закона за развитие на академичния състав в Република България (ЗРАСРБ), Правилника за приложението му и Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в НСА „Васил Левски“.

### I. ПРОФЕСИОНАЛНА И НАУЧНА КВАЛИФИКАЦИЯ

Гл. ас. Готова е родена на 01.03.1982 г. Завършва средното си образование в 1-во СОУ „П. Славейков“, гр. София през 2000 г. През 2004 г. придобива ОКС „бакалавър“ по „Кинезитерапия“, а през 2005 г. - ОКС „магистър“ по същата специалност в Национална спортна академия „Васил Левски“. През 2005 г. завършва магистърска програма „Специална педагогика“ към СУ „Св. Климент Охридски“, а през 2012 г. получава ОКС „магистър“ по специалност „Акупунктура“ от Университета на Леон, Испания.

След успешно защитена дисертация в НСА „Васил Левски“ на тема „Лечение и профилактика на травматизма в лумбалния гръбнак при елитни състезатели по художествена гимнастика“ през 2012 г. придобива образователната и научна степен „доктор“.

В периода 2005-2009 г. работи като физиотерапевт (кинезитерапевт) в Клиника „РЕСОЛ“ - Сан Хавиер и Клиника „ВЕГА МЕДИА“ – Молина де Сегура (Мурция, Испания).

От 2010 до 2013 г. е хоноруван преподавател към Центъра за следдипломна квалификация (ЦСДК) на НСА „Васил Левски“. През 2014 г. печели конкурс за асистент по спортен масаж, а от 2015 г. до момента е главен асистент в катедра „Спортна медицина“ на Национална спортна академия.

Гл. ас. Жанна Готова задълбочава своята квалификация чрез участие в редица сертифицирани специализирани курсове с български и чуждестранни лектори (4 в нашата страна и 4 в чужбина). Основните направления на професионалните и научните ѝ интереси са в областта на китайската традиционна медицина, класическия тейп, проприоцептивното нервно-мускулно

удесняване, фитнеса, педагогическата адаптация, грижите за пациенти с Алцхаймер и други сенилни деменции.

Като член на Асоциацията на физиотерапевтите в България (АФБ) Жанна Готова осъществява активна обществена дейност в професионалната гилдия. Тя е отговорен, изпълнителен и добросъвестен колега, който работи добре в екип. Взаимоотношенията ѝ с хората се характеризират с толерантност, професионализъм и коректност. Притежава лични качества и умения като отлични компютърни компетентности, много добро писмено и говоримо владение на испански и английски език, които подпомагат успешната ѝ професионална и научна реализация.

За постиженията ѝ като състезателка по спортна гимнастика е удостоена със званието "Заслужил майстор на спорта" от БФ Гимнастика.

## **II. НАУЧНОИЗСЛЕДОВАТЕЛСКА ДЕЙНОСТ**

### **II.1. Научна дейност**

Кандидатката е автор на 33 научни труда. В настоящия конкурс (след редуциране на материалите, рецензирани във връзка с дисертационния труд и заемането на академичната длъжност главен асистент) Жанна Готова участва с 23 реални публикации, разпределени по следния начин:

- 1 монография;
- 19 статии, публикувани в научни списания, от които 15 български и 4 специализирани индексирани международни списания;
- 3 доклада и трудове на международни научни конференции в чужбина.

Тя е самостоятелен автор в 14 публикации; в 4 е първи автор, а в 5 - втори и следващ автор. Представила е справка за 20 цитирания на 7 научни труда. От тях 11 са в български и 9 в чужди източници (1 в дисертационен труд, 16 в научни статии и доклади и 3 в магистърски дипломни работи).

### **II. 2. Научна активност**

Жанна Готова е участвала в 13 конгреса и конференции с 10 научни съобщения в чужбина (3 от които за периода след пристъпване на академичната длъжност „главен асистент“) и 5 в България (2 на национални и 3 на международни научни форуми).

През 2011 г. кандидатката е организатор, лектор и преводач на „I Международен семинар по китайска традиционна медицина за подобряване физическата дееспособност, лечение и профилактика на заболявания“. За рецензирания период тя е участник в два образователни проекта, единият от

който международен (е финансиране от европейската програма Erasmus+) и в три научноизследователски, финансирани от фонд Научни изследвания на НСА.

От 2011 г. Жанна Готова членува в Паневропейската федерация на специалистите по китайска традиционната медицина (PEFOTS) и в Европейската фондация за китайска традиционна медицина (FEMTC). От 2015 г. тя е член на Управителния съвет на Българското научно дружество по спортна медицина и кинезитерапия (БНДСМКТ).

### **II. 3. Научни приноси**

Публикациите на гл. ас. Готова са главно в нейната предметна област и демонстрират широк диапазон на интереси.

След анализ на представената научна продукция трудовете ѝ условно могат да се систематизират в следните основни направления:

- функционални възможности на лумбалния дял на гръбначния стълб и лечение на мускулно-скелетни дисфункции в лумбосакралната област при елитни състезателки по гимнастика (II.A.1.; II.A.6.; II.A.7.; II.B.1.; II.B.3.; II.B.4.; II.B.5.; II.B.1. според авторската справка);
- разработване и апробиране на комплексни кинезитерапевтични програми за подобряване функционалния капацитет на периферните стави (II.A.3.; II.A.2. II.Г.2.; II.Г.3.; II.Г.4. според авторската справка);
- проучване на ефекта от проприоцептивна динамична тренировка (II.A.2; II.A.3.; II.Г.2. според авторската справка);
- разширяване и обогатяване на практикувания у нас масажен диапазон (I; II.A.6.; II.A.7.; II.B.2; II.B.6; II.B.7; II.B.8; II.B.2 според авторската справка);
- прилагане на акупресура и аурикулотерапия за лечение и профилактика на болкови синдроми в опорно-двигателния апарат (I; I.A.1.; II.A.7.; II.B.2.; II.B.8.; II.Г.3. според авторската справка).

Първата група публикации по най-добрия начин представя теоретичните основи на мускулно-скелетната физиотерапия при долен кръстосан синдром. След обтоен кинезиологичен и патокинезиологичен анализ на гимнастическите упражнения се изготвя специализиран комплекс за профилактика и лечение на лумбосакралния болков синдром при елитни състезателки по гимнастика.

Втората група трудове показва научните интереси и търсения на кандидатката за доказване ефекта на различни кинезитерапевтични средства и мануални техники при мускулно-скелетни дисфункции и болкови синдроми в областта на периферните стави.

В научните разработки от трета група се акцентира върху тестовете за невродинамика и наличието на нарушения в невробиомеханиката като предпоставка и причина за редица болкови състояния и травми. Създават се и се

апробират системи от упражнения с динамична проприоцептивна компонента за промяна в нервната тензия и увеличаване на обема на движение.

Четвърта и пета група дават най-пълна представа за професионалното развитие на кандидатката в областта на масажа, мекотъканните мануални техники и традиционните китайски методи на лечение. Достатъчният брой изследвани лица и обективните диагностични методи позволяват достоверни заключения относно ефективността на използваните лечебни методи, което е крайната цел на всяка терапия.

#### **Приноси с оригинален характер**

След задълбочен многостранен анализ на гимнастическите упражнения и систематизиран собствен опит се разработва и апробира комплексна програма за превенция на мускулно-скелетните дисфункции и лумбосакралния болков синдром. Доказва необходимостта в учебно-тренировъчния процес при елитни състезатели по гимнастика да се включи системно, продължително и контролирано приложение на специализирани упражнения за правилно съотношение стабилизация-движение в лумбалната и тазовата област.

#### **Приноси с научно-приложен характер**

- Анализират се мускулно-скелетните дисфункции в областта на гръбначния стълб, предизвиканите от тях рефлексорни промени и физиологичното въздействие на различни кинезитерапевтични средства за профилактика и лечение на хроничния лумбосакрален болков синдром.
- Проучва се ефекта от включването на мекотъканни мануални техники за мобилизация и масаж в профилактично-възстановителни програми за оптимизиране здравния статус на спортисти.
- Представен е алгоритъм на програми за дълготелне, здраве и по-добър функционален капацитет на хора от всички възрастови групи, съчетаващи масажни методи и някои видове спорт.
- За повлияване на болкови синдроми в областта на гръбначния стълб и периферните стави се комбинират различни кинезитерапевтични средства с аурикулотерапия и акупресура.

#### **Оценка на научноизследователската дейност на кандидата**

Научната продукция на гл. ас. Готова е доказателство за значителна активност и успешно научно развитие. Рецензираните трудове са плод на разнообразните ѝ научни търсения и представят собствения ѝ практически лечебен опит. Постановките и методиките на проучванията кореспондират с поставените цели и задачи. Статистическият инструментариум е адекватен на извършените наблюдения. Публикациите са написани на високо научно ниво,



имат ясно изложение, издържани са педагогически и са добре онагледени. Част от получените резултати имат потвърдителен характер, а други са новост за кинезитерапевтичната практика в България.

Представените материали напълно покриват количествените изисквания и отговарят на качествените критерии на ЗРАСРБ и на Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в НСА „Васил Левски“.

### **III. УЧЕБНО-ПРЕПОДАВАТЕЛСКА ДЕЙНОСТ**

Жанна Готова има 7 години непрекъснат педагогически стаж. От 2014 г., когато след конкурс е назначена за редовен асистент, ежегодно реализира преподаване на задължителния хорариум за аудиторна и допълнителна заетост. Тя е автор на един учебен план за семинар по китайска традиционна медицина към ЦСДК на НСА и на 5 учебни програми: една по „Спортен масаж“ за НСА „Васил Левски“; две за Католически университет „Сан Антонио“ в Мурсия, Испания (за дисциплините „Иглотерапия в спорта“ и „Тригерни точки и невродинамика на нервната система“) и две за Асоциацията на физиотерапевтите в България (по „Аурикулотерапия“ и „Китайски точков масаж“).

Гл. ас. Готова води лекционни курсове и практически упражнения по няколко учебни дисциплини за ОКС „бакалавър“ и ОКС „магистър“ в трите факултета на НСА „В. Левски“. Между тях са „Спортен масаж“, „Функционално възстановяване и биостимулиране“, „Приложение на масажни техники при SPA дейностите“, „Рефлексотерапия и масаж“, „Източни практики и пресопунктура“, „Мануална терапия - мобилизационни техники за периферни стави и гръбначен стълб“, „Клинично приложение на някои нервно-мускулни техники“ и други. Тя обучава чуждестранни студенти по програма Еразъм на английски език и участва в множество семестриални изпитни комисии.

Кандидатката е научен ръководител на девет магистърски дипломни работи, осем от които са успешно защитени, а една в процес на разработка. Рецензирала е шест дипломни работи за придобиване на ОКС „магистър“ в областта на кинезитерапията и SPA дейностите и две докторски разработки към Католически университет „Сан Антонио“ в Мурсия, Испания.

#### **Оценка на учебно-преподавателската дейност на кандидата**

Гл. ас. Жанна Готова е утвърден кинезитерапевт със свой собствен стил. Следи и се интересува от новостите в научната си област и специалност. Отличава се с богат клиничен опит, иновативност, работоспособност и упоритост, поради което е уважаван от колегите и студентите си преподавател.

Количествените и качествените показатели на педагогическата ѝ дейност покриват напълно критериите за заемане на академичната длъжност „доцент“.

#### **Лични впечатления**

Познавам Жанна Готова от 2005 г. Тя притежава диалогичност и отлични комуникативни способности. В общуването си проявява коректност, толерантност и отговорно отношение. Нейните професионални и личностни качества, нейните умения и изискателност я правят уважаван член на всяка академична общност.

#### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Гл. ас. Готова е единствен кандидат в конкурса за придобиване на академичната длъжност „доцент“ по професионално направление 7.4. Обществено здраве, специалност „Спортен масаж“ за нуждите на катедра „Спортна медицина“.

Във основа на изложеното до тук и съобразявайки се с изискванията на ЗРАСРБ и на Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в НСА „Васил Левски“, с убеденост давам своя положителен вот и предлагам на уважаемите членове на Научното жури да присъдят на гл. ас. Жанна Василева Готова академичната длъжност „доцент“.

31.07.2016 г.

Рецензент:

проф. Лейла Краицкова, доктор