

РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационен труд за получаване на образователната и научна степен
„доктор“

Тема на дисертационния труд: „Спортно-технически и психологически фактори на надеждността на състезатели по таекуондо“

Автор на дисертационния труд: Асен Тодоров Асенов

Научен ръководител: проф. Михаил Живков Георгиев, доктор

Рецензент: проф. инж. Димитър Танев Кайков, дн

Асен Тодоров Асенов е роден през 1968 г. в гр. Шумен. През 1994 г. завършва НСА „Васил Левски“, специалност „Таекуондо“. От 1994 г. е редовен преподавател по таекуондо в катедра „Борба и джудо“. Притежава IV дан по таекуондо ITF, WTF и е международен съдия. Председател е на спортния клуб по таекуондо на НСА „Васил Левски“.

Представеният за рецензиране дисертационен труд на тема „Спортно-технически и психологически фактори на надеждността на състезатели по таекуондо“ съдържа 163 страници текст, 33 таблици, 11 фигури, библиографска справка от 76 източника, от които 68 на кирилица, 8 на латиница и 3 приложения.

Дисертационният труд е оформен в три глави: I. Теоретична постановка на проблема; II. Емпирично изследване на спортно-техническите и психологическите фактори на надеждността в таекуондо; III. Анализ на резултатите от изследването. В края на дисертацията са включени изводите, препоръките, библиографската справка и приложенията.

Положителна оценка заслужава първата глава „Теоретична постановка на проблема“, където са разгледани три въпроса: 1. Зараждане и развитие на таекуондо; 2. Надеждност в спорта и 3. Методологически подходи за оптимизиране на технико-тактическата подготовка в спорта.

По първия въпрос „Зараждане и развитие на таекуондо“ е направен кратък исторически преглед на появата и развитието на таекуондо в света и в България. Анализирани са съвременното състояние и тенденциите на развитие на таекуондо като олимпийски спорт. Разработени са научните основи, разкрита е същността и е направена характеристика на таекуондо като спорт.

По втория въпрос „Надеждност в спорта“ са разгледани теоретичните основи на надеждността в спорта. Посочени са теоретичните подходи за

изследване на надеждността. Задълбочено е разгледана психологическата надеждност в спорта. Определена е същността на състезателната психическа надеждност.

По третия въпрос „Методологически подходи за оптимизиране на технико-тактическата подготовка в спорта“ са обосновани методите за изследване на състезателната ефективност по таекуондо. Посочени са формите, организацията и особеностите при провеждане на занятия на етап спортно усъвършенстване и високо спортно майсторство. Разработени са основите на психологическата подготовка по таекуондо.

Положителна оценка следва да се даде на втората глава „Емпирично изследване на спортно-техническите и психологическите фактори на надеждността в таекуондо“. Хипотезата, целта, задачите и предмета са правилно определени. Изследвани са две групи лица. Първата група включва 23 тренъори, помощник-тренъори и съдии, изпълняващи ролята на експерти по отношение значимостта на факторите, определящи подготвеността на състезателите по таекуондо. Втората група е съставена общо от 45 състезатели по таекуондо, разделени в две групи – експериментална (22 състезатели) и контролна (23 състезатели). Приложена е комплексна методика от теоретичен анализ, експеримент и статистически методи (вариационен и корелационен анализ) за обработка на резултатите от изследването. Основните индикатори на спортно-техническата и психологическата надеждност са измерени с оригинални тестове. Изследването е проведено при добра организация.

Положителна оценка заслужава и трета глава „Анализ на резултатите от изследването“. Задълбочено са анализирани спортно-техническите и психологическите характеристики на таекуондо. Анализирани са пет групи показатели на спортно-техническите характеристики – антропометрични; общи физически; специфични двигателни; технико-технически и свързаните с тях психомоторни показатели. Разкрито е състоянието и са йерархирани измерените пет антропометрични и седем общофизически показателя. Идентифицирани са два основни фактора на общофизическите показатели. Анализирани са десет специфични физически качества и са изведени два фактора, обясняващи 78,74 % от дисперсията – умение за съхраняване на силите и специфична сила и бързина. Направени са експертни оценки на значимостта на основните девет технически характеристики и на седем

специфични двигателни качества. Експертите са направили оценка на 17 технически характеристики, свързани непосредствено с ефективността на състезанията по таекуондо. Анализирани са девет показателя на психомоториката, непосредствено свързани със спортно-техническите и технико-тактическите характеристики на таекуондо. Експертно са йерархирани в зависимост от значимостта им. Идентифицирани са два основни обобщени фактора, които дават възможност за усъвършенстване на методиката.

Едни от основните психически процеси, заемащ важно място в надеждността на състезателите по таекуондо, са антиципацията и основните свойства на вниманието. Експертите посочват, че концентрацията на вниманието и антиципацията са най-значимите фактори на надеждността в таекуондо. Те определят, че най-подходящият вид темперамент за таекуондо е сангвиникът. Голямо значение за формирането на висока степен на надеждност имат личностните и социално-психологическите качества на състезателите. Направена е експертна оценка на значимостта на тези качества, вследствие на която се разкриват благоприятни условия за моделиране на психическата подготовка на състезателите по таекуондо. На първите три места се класират самоконтролът, решителността и смелостта, което е логично. Състезанието по таекуондо е особен вид екстремална ситуация с висока степен на проявление на глобалните ѝ фактори – опасност и трудност, които се преодоляват чрез управление на действията, решителността и смелостта.

За постигането на целта и доказването на хипотезата са анализирани най-често използваните и ефективни спортно-технически действия в спаринг-срещите на Олимпийските игри през 2000, 2004, 2008, 2012 г. Установени са известни промени в доминирането на определени техники с удари с долни крайници вследствие на усъвършенстването на методиката на тренировките и състезанията по таекуондо. Разкриват се световните тенденции в подготовката на състезателите по таекуондо.

Върху основата на анализа на резултатите от експертното проучване, теоретичните обобщения и наблюдението на четири последователни Олимпийски игри се разкриват възможности за изработване на моделни характеристики и създаване на спортограма за таекуондо. Изведени са четири основни моделни характеристики на таекуондо: 1. Специфика на

компонентите на средата; 2. Особености на протичане на състезанието; 3. Изисквания към състезателното поведение и 4. Действено-двигателни особености – характер на преобладаващите характеристики при изпълнението на спортните навици и умения. Изведените в спортограмата моделни характеристики, както и резултатите от експертните оценки и наблюдението на четирите Олимпийски игри, са послужили за разработването на „Програма за спортно-техническа и психическа подготовка на състезатели по таекуондо“. В програмата са включени четири периода: 1. Подготвителен период (обща физическа подготовка); 2. Предсъстезателен период (специална физическа подготовка); 3. Специално-подготвителен период и 4. Състезателен период. Тренировките се провеждат два пъти на ден през всички дни на седмицата без неделя. В събота се провежда по една тренировка. Програмата е експериментирана и е доказана нейната ефективност. Анализирани са резултатите бягане 30 м, скок на дължина от място с два крака, тест на Купър, бързина на реакцията, антиципацията, самоконтролиращи умения и психологическата надеждност. Установява се, че вследствие на приложената методика са настъпили положителни промени на изследваните показатели както на експерименталната, така също и на контролната група. Значително по-добри са резултатите на състезателите от експерименталната група в сравнение с контролната група, което доказва ефективността на приложената програма.

Върху основата на теоретичния обзор и анализа на резултатите от експерименталното изследване са направени изводите и препоръките, които са правилно дефинирани. В края на дисертацията са включени ползваните литературни източници и три приложения.

Дисертационният труд има определени научно-приложни приноси. Направен е анализ на състоянието и тенденциите за развитие на таекуондо като олимпийски спорт и е разкрита неговата същност от позициите на съвременната наука. Обогатена е концепцията за надеждността в спорта и психологическата надеждност в спорта, както и методологическите подходи за оптимизиране на технико-тактическата подготовка в спорта. Разработени са основите на психологическата подготовка по таекуондо. Направени са спортно-технически и психологически характеристики на този спорт. Изведени са най-често използваните и ефективни спортно-технически действия в спаринг на четири Олимпийски игри през 2000, 2004, 2008 и 2012

г. Изработени са моделни характеристики и спортограма на таекуондо. Създадена е програма за спортно-техническа и психическа подготовка на състезатели по таекуондо и е доказана нейната ефективност.

В дисертационния труд са допуснати и отделни слабости. В трета глава се прави анализ на много показатели, които не са описани в методиката. Не е посочен и приложения факторен анализ. Допуснати са и отделни технически грешки. Допуснатите слабости не понижават достойнствата на дисертацията.

По темата на дисертационния труд докторантът е публикувал три материала в съавторство с научния си ръководител. Авторефератът е изготвен в съответствие с изискванията и отразява основната част на дисертацията.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Рецензията на дисертационен труд „Спортно-технически и психологически фактори на надеждността на състезатели по таекуондо“ е оригинален труд със значими научно-приложни приноси. Асен Тодоров Асенов притежава задълбочени теоретични знания и приложни умения да провежда комплексни научни изследвания. Давам положителна оценка на дисертационния труд и предлагам на уважаемото научно жури му присъди образователната и научна степен „доктор“ в област на висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионалното направление 7.6. Спорт, научна специалност Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура).

04.10.2016 г.

гр. София

Рецензент:

/проф. Д. Кайков/