

Рецензия

на дисертационен труд на тема **„Управление и реализация на спортната форма в тройния скок за жени”** за придобиване на образователната и научна степен „Доктор” на ас.Тереза Момчева Маринова – катедра „Лека атлетика” в Национална спортна асадемия.

Рецензент Проф. Константин Жалов

Дисертационният труд на асистент Тереза Маринова – докторант на самостоятелна подготовка към катедра „Лека атлетика” в НСА с научен ръководител – Проф. Огнян Миладинов е минал през вътрешно обсъждане в катедрата.

На 22.11.2016 г. на разширен научен колегиум, след положителни рецензии на Проф. Стефан Стойков, Проф.Йонко Йонов и изказвания на шест преподаватели е взето единодушно решение – трудът да бъде насочен към официална публична защита.

Тереза Маринова е една от най-изявените атлетки на България. Тя има няколко забележителни международни спортни успехи в дисциплината троен скок :

- световен шампион девойки (14.62 м.- 1996 г.)
- олимпийски шампион (15.20 м. – 2000 г.)
- световен шампион – зала (14.91 м. – 2001 г.)
- европейски шампион – зала (14.81 м. – 2002 г.)

С постижението си от 15.20 м. на троен скок, което е национален рекорд, тя се нарежда на X-то място във вечната световна ранглиста (ВСР) в тази дисциплина.

Споменатото по-горе дава отговор и за насочването на Тереза Маринова към споменатата тематика на нейният дисертационен труд !

Трудът е представен на 143 страници, структуриран е в три глави и е онагледен с 32 фигури и 31 таблици.

Представен е обширен анализ на проблема по данни от методичната литература - 133 научни публикации, от които 123 - на кирилшца и 10 - на латиница. Анализът е представен в 9 параграфа, като сполучливо са разглеждат всички проблеми, свързани със задачите на изследването. Дисертантът се е справил много добре при разглеждането на : а/ основните фактори на управление на спортната форма, б/ влиянието на контрола върху управление на спортната форма и в/ влиянието на предсъстезателната и състезателна подготовка за навлизане в спортна форма.

Основната цел на изследването е усъвършенстване на тренировъчния процес в тройния скок за жени, управлението и контролът на спортната форма и реализация на високи спортни резултати при висококвалифицирани състезателки. Тя се осъществява с разрешаване на 6 задачи.

Тренировъчните средства, техният обем и интензивност са взети от тренировъчните дневници и са обработени с помоща на математико-статистическите методи : вариационен, корелационен и регресионен анализи.

Изследвани са : Тереза Маринова (15.20 троен скок, 6.63 м скок дължина – X място във ВСР), Татяна Лебедева (Русия – 15.36 троен скок, 7.33 скок дължина III място във ВСР), Ямиле Алмада Куба - 15.29 троен скок – VI място във ВСР), Ива Пранджева (15.18 троен скок, 6.90 скок дължина – XI място във ВСР), София Божанова (14.98 троен скок, 6.80 скок на дължина – XXIII място във ВСР), Мария Димитрова (14.52 троен скок, 6.41 скок дължина), Ивайло Младенов (7.33 скок на дължина, 10.58 на 100 м) и Живко Петков (16.69 троен скок).

Представлява интерес направения сравнителен анализ на участието в състезания през олимпийската 2000 година, между Тереза Маринова и елитните скачачки Лебедева, Алдама и Ива Пранджева.

Четирите атлетки участват през годината в състезания на двете дисциплини - троен скок и скок на дължина.

Лебедева е участвала на 21 състезания – 9 на троен скок и 12 на скок дължина, Пранджева в 17 – съответно 12 и 5, Маринова 12 – съответно 10 и 2, а Алмада в 13 само на троен скок.

Дават се следните ценни препоръки :

- при подготовката за участие в най-отговорното състезание в годината е препоръчително да се участва в 9 -12 състезания в дисциплината – троен скок Лебедева се състезава в тройния скок и скока на дължина на световни първенства и Олимпийски игри – през 2004 г. тя е I-ва на скок дължина 7.07 м и III-та на троен скок 15.14 м, а през 2008 г. печели два сребърни медала - съответно 7.04 м и 15.32 м)
- специалната подготовка към най-отговорното състезание за годината да обхваща 20 до 60 дни.
- прексване участието в състезания от 3 до 4 седмици преди най-отговорното състезание.
- когато спортният календар позволява може да се участва в състезания след участието в най-отговорното състезание.

Анализът на обемните стойности, използвани от български скачачи в отделните подготовки – техническа, бегова, скокова и силова (III.3.1 – стр.64) дава следния отговор – силовата подготовка е водеща и печеливша при Маринова. Разликата между обемните стойности на силовата подготовка при Т.Маринова е 969340 тона, а при Ивайло Младенов – 712000 тона – Маринова има 257340 тона по-голям обем от Младенов !

Анализ на състезателната подготовка е представен в три глави (III.3, III.4, III.5, III.7) :

- а/ Използвани тренировъчни средства в отделните подготовки – техническа, бегова, скокова и силова по макро и мезоцикли (обемни стойност и разпределение)
- б/ Система за контрол (тестове, регресионен модел и обратен регресионен модел)
- в/ Спортна форма (критерии, оценителна база)

А.Тренировъчните средства, техният обем и разпределение са представени в 10 таблици и онагледени с 5 фигури. Те дават пълна представа за извършената тренировъчна дейност. Анализът на дисертанта е направен сполучливо. Поместените данни са от голяма ценност за теорията и практическата насоченост на спортната тренировка в дисциплината троен скок – жени. Това са първите публикувани данни в световната литература за подготовка на олимпийска шампионка !

Б. Разделът за контролиране на спортната подготовка е разработен много добре. Използвани са 12 теста, които дават комплексна информация на състоянието на отделните страни на спортаната подготовка. Представените 12 фигури, представящи резултатите от проведеното тестиране, са голяма придобивка за контролиране на тренировката в дисциплината троен скок жени.

С голям приносен характер са следните разработки в тази глава :

- резултатите от контролните тестове в многогодишен план - период от седем години(1998-2004 г.),
- корелационните зависимости меду спортният резултат и отделните тестове.
- разработените регресионни модели за контролиране на спортната подготовка.

В. Разработената система за оценка на постигнатите резултати и тези в контролните тестове има приносен характер. Това е първата система, разработена за оценка в дисциплината троен скок жени !

Както вече отбелезах, подобен подробен материал и анализ на подготовката на олимпийски шампион в дисциплината троен скок за жени за първи път се появява в специализираната световна литература. Той е разработен от една от водещите скачачки на троен скок в света с резултат, който я нарежда в първата световна ранглиста за всички времена !

Давам много висока оценка на представената дисертация - изготвена е на високо професионално ниво и е представена отлично като полиграфично оформление.

Имам следните забележки към дисертанта Тереза Маринова.

1. Неоправдано е при изложението и анализите да липсват данни за основните тренировъчни средства по микроцикли !

Микроциклите са първичните клетки, които стоят в основата при провеждане на тренировъчния процес и се явяват най-важните градивни единици.

2. Анализът и направените констатации и изводи в отделните глави и параграфи дават възможност за много по обширни и конкретни препоръки за спортната практика.

Имам следните въпроси към дисертанта :

1. Как са разработени представените регресиони модели (таблица 27 стр.123), – брой на атлетите и диапазон на резултатите им на троен скок ?

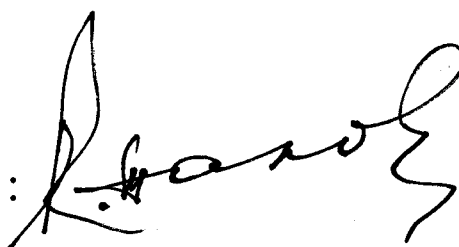
2. Има ли данни за резултатите на трите части на скока при реализиране на 15.20 (подскок-крачка-скок) и с каква скорост са пробягани последните 10 и 5 метра преди отскачането от дъската?

3. Резултатът на скок на дължина е един от индикаторите за прогнозиране на постиженията при тройния скок !
Световната рекордьорка Инесса Кравец 15.50 м има резултат в скок дължина – 7.37 м., Татяна Лебедева 15.36 м има резултат на скок на дължина 7.33 м.
Тереза Маринова с 15.20 м. има официален резултат на скок на дължина 6.63 м. Искам коментар от дисертантката !
4. След световния рекорд на Джонатан Едуарс 18.29 м. – поставен със следното разпределение на отделните три части на скока :”Подскок” – 6.05 м (33.1%) – „крачка” 5.22 м - (28.5%) – „скок” - 7.02 м(38.4%) , Едуарс демонстрира нещо ново – „бегови начин” на скачане, давайки приоритет на третата част на тройния скок – „скока „ . Много тренъори насочиха своите възпитаници към този начин на изпълнение на тройния скок. На световното първенство в Пекин през 2013 г. във финала на тройния скок-мъже по този начин са скачали 7 атлета. На същото първенство във финала за жени само една от атлетките е използвала този начин - Олга Рипакова, чиито резултати в трите части на скока са:
„Подскок” 5.10 м 34.6%, ”крачка” 4.26 м – 28.8 % и „скок” 5.41 м 36.6 % .
Може ли този начин да се използва при жените ?
5. Имам следния въпрос относно прогноза за подобряването на световния и българския рекорди в тройния скок за жени:
- Какви „моделни характеристики” трябва да имат атлетките за да подобрят тези 2 рекорда ?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ :

Дисертационният труд на Тереза Маринова е разработен и представен в завършен вид. Поместените данни са голяма ценност за теорията и практическата насоченост на спортната тренировка в дисциплината троен скок – жени. Това са първите публикувани данни в световната литература за подготовка на олимпийска шампионка !

Всичко това ми дава пълно основание да дам висока оценка на дисертацията и ми позволява за приканя Уважаемите членове на Научното жури да присъдят на Тереза Мончева Маринова образователната и научна степен „Доктор”.

Рецензент : 

/Проф. Константин Жалов/

София 25 Януари 2017 г.