

## РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационния труд на ас. Тереза Мончева Маринова на тема: „Управление и реализация на спортната форма в тройния скок за жени“ за присъждане на образователната и научна степен „Доктор“ в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6. Спорт, научна специалност Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ)

Научен ръководител – проф. Огнян Стоянов Миладинов, дн

Рецензент: проф. Йонко Тодоров Йонов, доктор

Изборът на настоящата тема на дисертационния труд на Тереза Маринова е много сполучлив и актуален и за сегашния етап от развитието на тройния скок. Трудът позволява да се представи в систематизиран вид един изключително успешен модел на спортна подготовка, довел до спечелване на олимпийската титла. Управлението и реализирането на спортната форма е най-същностния проблем на спортната подготовка, така, че Тереза Маринова има възможността да разкрие своята гледна точка, пречупена през призмата на утвърдената методология и актуалните тенденции в това направление.

Дисертацията е разработена съгласно общоприетите стандарти – общ обем от 133 страници, разпределен в три глави с подходящи съотношения помежду им. Илюстрирана е от 33 фигури и 34 таблици.

В първата глава – Анализ на проблема по данни от методичната литература се разглеждат 4 основни направления, имащи пряко отношение към избраната тема: характеристика на дисциплината; фактори на постижението; спортната форма като понятие и основните фактори за управлението на спортната форма. Подобно

систематизиране на свързаните с темата въпроси по данни от литературата позволява на докторанта да изложи най-съществените теории, схващания и тенденции в методичната и научна литература. Предложеният анализ в тази първа глава Тереза Маринова прави с подчертана задълбоченост, последователност и систематичност. Сред разгледаните 4 основни фактори на управлението на спортната форма тя съвършено правилно включва: взаимовръзката между организацията на натоварването в годишния цикъл и управлението на спортната форма, влиянието на контрола върху подготовката и управлението на спортната форма, както и ролята на предсъстезателната и състезателна подготовка върху навлизането в спортна форма. Приведени са данни от 133 литературни източници, които дават изчерпателна информация по разглежданите проблеми. Те третират както общометодологически постановки, формирани от водещи автори, така и най-съвременни тенденции и резултати в изследваната област. Отразява в своя анализ и определени дискуссионни моменти в периодизацията на спортната подготовка и в процеса на развитие и управление на спортната форма.

В резултат на обстойния и целенасочен литературен преглед е формирана и работната хипотеза. Тя е точна и конкретна и съответства на избраната тема. Целта и задачите са правилно формулирани. Методиката на изследването е утвърдена от редица подобни работи на други автори, като авторският принос тук се съдържа в избора на конкретните показатели – 11 на брой, както и на различния времеви период за анализ на отделните показатели. Сполучливо е избран подходът за сравняване на данни за подготовката на други водещи състезатели.

Най-съществената част от дисертационния труд се съдържа в глава трета – анализ на резултатите. В рамките на седем параграфа са

разгледани взаимовръзките на основните фактори на спортната форма с организацията на тренировъчното натоварване, контролът на подготовката, спецификата на предсъстезателната и състезателна подготовка върху управлението на спортната форма.

Анализът следва логика, построена по метода на дедукцията, т.е. от състезателната подготовка – брой състезания, постигнати резултати към факторите, обуславящи развитието и управлението на спортната форма. По отношение на натоварването в годишния цикъл Т. Маринова привежда данни за основните страни на спортната подготовка при състезатели на троен скок, от които се виждат сериозни различия в обема за техническа подготовка, скокови упражнения, силова и бегова подготовка по данни от литературата и наши състезатели. Това различие е най-голямо по отношение обема на средства за силова и техническа подготовка и брой скокови упражнения. Очевидно тренировъчната концепция за непосредствената подготовка на Т. Маринова се базира върху солидна силова подготовка, позволяваща реализиране на сравнително не голям брой скокови упражнения, но много близки по своята характеристика до тройния скок.

Основни тренировъчни средства за силова подготовка са полуклек на един крак, стъпване на висок предмет, полуклек на два крака. От скоковите упражнения най-голям обем имат: хоризонтални и вертикални подскоци, троен и петорен скок до 12-14 бегови крачки.

Според мен наложително е да се даде пояснение относно данните в таблица 12, 13, 14 и 15. Разбираемо е, че пълно съвпадение на използваните тренировъчни упражнения, според тяхната насоченост, трудно може да се постигне при състезатели с най-висока квалификация. Анализът на натоварването по мезоцикли дава възможност за по-детайлно вникване в логиката на разпределението на основните

тренировъчни средства. Сполучливо е избрана най-успешната 1999/2000 година.

Разпределението на основните тренировъчни средства е анализирано по абсолютни и относителни стойности по мезоцикли.

В тази част анализът има повече констативен характер. Препоръката ми към докторанта е да допълни към анализа на различните мезоцикли кои са основните задачи, които се решават в съответните мезоцикли и така да се обоснове по-аргументирано определено намаляване или увеличаване дела на различните тренировъчни средства.

По отношение на контрола в годишен аспект считам, че до голяма степен той съдържа достатъчно информативни тестове и тяхното контролиране във времето е адекватно. Многогодишната динамика на контролните упражнения следва логиката на развитие на спортните резултати, което потвърждава тясната връзка между тях. Това се допълва от изчислените коефициенти на корелация на базата, на които са разработени и регресионни модели за контрол на спортното постижение.

Обстоятелството, че като основен критерий за спортната форма се приема спортният резултат, докторантът разработва таблица за оценка по сигмалния метод, съгласно която за наличие на спортна форма се определя оценката „много добра“.

По същия метод е разработена и таблицата за контролните упражнения (5 на брой) – петорен от 8-12 крачки, троен скок от 8, 10, 12 крачки и 40 м. Разработеният модел за управление на спортната форма позволява да се прогнозира с голяма достоверност възможно постижение в най-отговорните състезания и се определи адекватна тактика за участие в него.

Дисертационният труд в този му вид следва да се оцени изключително високо, предвид конкретната му практическа насоченост, преди всичко за младите треньори. Той трасира жалоните по които да се ориентират те в своята работа. Някои от резултатите могат да бъдат достигнати, други - не, но най-важна е посоката, зададена от Тереза Маринова.

Имам конкретен въпрос към докторанта:

Какво е мястото на стресовите натоварвания в мезо- и микроструктурата при нейната подготовка през тренировъчната 1999/2000 година?

Изводите, макар и разширени, са точни, препоръките също са добре формулирани.

### **Заклучение**

Дисертационният труд на Тереза Маринова безспорно заслужава положителна оценка. В него се съдържат убедителни доказателства, че нейната спортна кариера се е развивала правилно и олимпийската титла е закономерен резултат от успешно реализиран модел за многогодишна спортна подготовка. Най-важният принос с научна и практическа стойност е способността ѝ да извади от тренировъчните дневници многобройните цифри, да ги систематизира и обработи във вид, който дава отговор на големия въпрос за спорта, а именно: управлението и реализацията на спортната форма.

Трудът е написан на много добър стил и език. Авторефератът отразява точно съдържанието на дисертацията. Докторантката има 4 публикации и участия в научни конференции.

От изложеното дотук мнението ми за дисертационния труд е изцяло положително, той отговаря напълно на необходимите изисквания, поради което предлагам на научното жури да присъди на Тереза Мончева Маринова образователната и научна степен „Доктор“ в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6. Спорт, по научната специалност Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ).

София, 30.01.2017 г.

Рецензент: 

Проф. Йонко Йонов, доктор