

СТАНОВИЩЕ

За дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен
„ДОКТОР“

На тема: **Плуването като рекреативна и анимационна дейност за
преодоляване на ефектите на стреса при работещи на възраст 30-40
години**

Докторант: Танер Даглюоглу

Научен ръководител: доц. Стоян Андонов, доктор

Изготвил становището: доц. Лазар Каменов, доктор

Предложеният за защита научен труд е в областта на рекреативната и анимационна дейност сред трудещите се. Като част от техния стил на живот, заниманията с физически упражнения и спорт може да спомогнат за укрепване на психическото и физическо им здраве. Повишената двигателна активност може да ги подготви за по-лесно преодоляване на факторите на стреса, с което да се повиши ефективността на трудовия процес.

Намирането на научни доказателства за постигане на такива резултати ще спомогне за създаване на потребности и навици от ежедневна двигателна активност. Приносът в комплексното развитие на личността ще се отрази върху повишаване качеството на живот, удължаване на активния живот и професионална реализация.

Всичко казано до тук дава основание да се определи избраната тема на дисертационния труд, като актуална и дисертабилна.

Дисертацията е структурирана според изискванията за този вид научен труд. Написана е на 148 стандартни машинописни страници. Съдържа 28 фигури, 36 таблици и 2 приложения.

Библиографията включва 158 заглавия на публикации в обхват от 1978 до 2016 година, като значителна част от тях са от последните години. Прави впечатление използвани публикации от 1936, 1938 и 1946 години, което показва задълбоченото проучване на резултатите от други автори по избраната тема. Използвана е литература от 10 заглавия на кирилица- български и руски и 148 заглавия на латиница – турски и английски.

Уводът аргументирано ни насочва към избраната тема за научното изследване.

Паралелно с постановката на проблема, авторът изразява и свои становища и мнения, при което показва много високо ниво на познание и осведоменост. Хронологията на изложението на различните фактори спомага за лесното въвеждане в постановката на

проблема. Преминавайки от медико-биологичните проблеми към спортно-педагогическите, логично е обособена и хипотезата на научния труд. В съотношението на съдържанието между двете отбелязани области на познанието се забелязва значително по-задълбоченото анализиране на определените ... „Био-физиологични основи на стреса“ ... - мускул, жлези, хормони и други.

Анализът на въздействието на физическата активност, определя ясно и категорично положителния ефект на заниманията със физически упражнения и спорт, като форма за преодоляване на негативни физически и психически състояния предизвикани от стреса на работното място. Описаните на 53 стр. ... „Здравословни проблеми свързани с работата“ ... в табл. 4, показват ясна тенденция към проблемите на опорно-двигателния апарат и „стрес, депресия и тревожност“. Тези състояния може да се отбележат и като „професионални заболявания“.

Определените цел, задачи, организация и методика на изследването, още един път доказват добрата подготовка на докторанта. Описаните в двете приложения инструментариум напълно отговаря на изискванията за такъв тип изследване. Въпросниците обхващат трите основни фактора на стреса на работното място, като допълнителното им структуриране позволява по-детайлно изследване на проблема. Може да се отбележи малко объркващо разнообразяване на терминологията описано на 67 стр. – от ... „27 твърдения“ ... се променя в ... „4 по 7 айтеми“ ..., а в анализа стават ... „симптоми“ ... (на 82 стр.). Приложената методика в заниманията по плуване отговаря на изискванията за натоварване с оздравителен ефект за групи с цел „рекреация, физическа активност и анимация“.

Анализът на получените резултати от проведеното изследване следва хронологията на поставените задачи.

Структуриран в три основни части, позволява лесно да се проследи хронологията на провеждане на научното изследване.

В началото са използвани данни от изследване на Турския статистически институт в съответствие с темата и допринасят за повишаване на ефективността на дисертационния труд. Заключение е – значително по-голяма ангажираност на мъжете в трудовия процес, като основание за включването им в научното изследване.

Прочитът на въпросите в приложение 2, може да предположи известен субективизъм при отговорите на изследваните лица. Но ако се приемат, като отражение на комплексното им развитие, може да се подкрепи приноса за доказване на тезата.

Подходът при анализа на получените резултати при обособените групи дава ясна представа за цялостния научен продукт. Ефективността на използваните статистически методи спомага за последователното установяване на състоянието в предварителното изследване – липсата на физическа активност определя по-лош здравен статус (78 стр.)

Състоянието на изследваните лица в 4-те групи, личи ясно от диференцирания анализ в 4 аспекта по отбелязаните стойности на показателите от вариационния анализ (табл. 13). В

заклучителната част на анализа на предварителните изследвания, Авторът прави комплексно сравнение между всички фактори с цел достигане до заключение за доказване на тезата на дисертационния труд. Използването на корелационния анализ, доказване на нулевата хипотеза и сравнението на вариационните показатели, са добри аргументи за установяване на въздействието на плуването при реализацията на по-добри резултати спрямо останалите участници в научното изследване.

Анализът на получените резултати след експеримента е структуриран в същата последователност от предварителното изследване. Доброто онагледяване позволява лесно да се възприемат направените съждения и изводи –табл. 27, 29, връщането към табл.15 и други.

С помощта на фиг. 23, 24, 25 и 26 се подкрепя основанието, че плуването има положителен ефект върху здравния статус на изследваната група.

При анализа на резултатите за...“Стресори на работата“... е направено важно заключение за прилагането на скалата за оценка на стреса. В сравнението се доказва, че липсата на същественото изменение на резултатите определя приноса на методиката за занижените нива на възприетие на стреса.

На 111 стр. се определя ...“констатациите по резултатите от приложените тестове, доказват хипотезата, че стресът при трудово заети на възраст 30-40 години, може да бъде ефективно преодолян чрез занимания по плуване, като форма на рекреативна дейност”.

Направените изводи са в отговор на поставените задачи и са синтезирани от анализа на получените резултати.

Направените препоръки са аргументирани, но са от нивото на държавната политика. Пожелаваме на автора да намери подход за въздействие на това високо ниво за реализация на резултатите от дисертационния труд.

Научния труд е напечатан на много добро ниво, написан е на добър стил и лесно се възприема при четене. Авторът показва много добри умения да планира, организира и провежда научно изследване и намиране на необходимите доказателства за реализация на хипотезата.

В заключение може да се отбележи цялостно доброто ниво на предложения за становище научен труд, което дава основание да се предложи на уважаемото научно жури да удостои г-н Танер Даглюоглу с образователната и научна степен „Доктор“.

Записал становището:

Доц. Лазар Каменов, доктор

24.08.2017 г.

Гр. София