

УрАО Вх. № 350 / 16.05.2018

## РЕЦЕНЗИЯ

На дисертационния труд на Иван Димитров Бирников на ТЕМА:  
„ИЗСЛЕДВАНЕ НА СКОРОСТНО-СИЛОВИ ВЪЗМОЖНОСТИ ПРИ  
СКИОРИ БЕГАЧИ В СПРИНТОВИТЕ ДИСЦИПЛИНИ“

Рецензент: доц. Александър Цветков, доктор

Представената за рецензия докторска дисертация изследва скоростно - силовите качества на скиори в спринтовите дисциплини и свързаните с тях проблеми. Авторът, подробно ни запознава с функционалната характеристика на скиорите, както и проведените изследвания на тренировката за развитие на двигателните качества при елитни състезатели.

Дисертационният труд е разработен много компетентно, което е атестат за познанията и качествата на докторанта.

Приносите на настоящия труд са:

1. Задълбочено е анализирана световната литература, както и мненията на специалистите по този многостранен и комплексен въпрос.
2. Направена е подробна характеристика на физиологичните, биохимичните и спортно-технически показатели на скиорите бегачи и свързаните с това тренировъчни въздействия.
3. Изследвани са някои прилагани двигателни тестове за контрол и управление на скоростно-силовите качества при скиори в спринтовите дисциплини.
4. Изследвани са зависимостите между спортно-педагогическите тестове и някои функционални показатели.
5. Направена е оценка на прилаганите тренировъчни натоварвания и свързаните с това промени в организма на състезателите - скиори бегачи.

Научната работа отговаря на всички изисквания на Правилника на Националната спортна Академия и Министерството на образованието и науката.

Дисертационният труд е разработен върху 156 стандартни страници и 15 страници приложения. Трудът е онагледен с 11 фигури и 12 таблици. Авторът е ползвал 135 авторски заглавия от тях 92 на кирилица и 43 на латиница.

Увод.

В него авторът много компетентно ни въвежда в проблемите при изграждането на двигателните възможности на скиорите - бегачи и свързаната с това специализирана подготовка.

Глава първа: Тренировъчни натоварвания в спорта.

В тази глава, докторантът много подробно ни запознава с мнението на световните и наши специалисти върху съдържанието и действието на физическите качества на скиорите – бегачи. Докторантът анализира голямото разнообразие на мнения върху съдържанието на тренировката за развитие на различните страни на подготовка, като и биоенергитичните промени, които настъпват в организма на скиора под въздействие на прилаганите натоварвания.

Тази глава завършва с работна хипотеза, която може още да се оптимизира.

В тази глава ми прави впечатление липсата на български автори, които имат значим принос в биоенергитичните качества на състезателите.

Глава втора: Цел, задачи, методи и организация на изследването.

Целта е правилно поставена и конкретизира действията в настоящия научен труд.

Задачите и методиката са представени правилно и определят понататъшните действия на докторанта. Двата теста, които авторът

използва в своето изследване са добре представени, но едва ли разкриват пълноценно, скоростно силовата подготовка на скиорите в спринтовите дисциплини.

### Глава трета: Резултати и анализ.

Проведените от автора изследвания, които са представени във втора глава, не са отразени напълно. Липсват резултатите от проведеното допитване–беседа със специалисти. Не са анализирани връзките и зависимостите със спортния резултат, както и апробирането на разработените модели в практиката, отразени в седма задача.

Представянето на теста 800 m гладко бягане с показател постигнатата скорост, ще затрудни много специалисти и треньори превръщащи измереното време за пробягване на тази отсечка в скорост при прилагането ѝ в практиката.

Представените таблици 4 и 5 от нормативите за оценка на биологичните и спортно-педагогически показатели, изискват специализирана лаборатория, каквато отделните отбори не притежават.

Изследването на показателите със статистическия метод на  $t$  критерия на Стюдънт дава положителна оценка на прилаганите тренировъчни въздействия и свързаните с това показатели.

В края на тази глава, авторът много правилно си е поставил за задача да разработи индивидуални примерни модели за ефективно управление на спортната подготовка, но те се споменават само теоретично и трудно ще се ползват в практиката.

### Изводи и препоръки.

Изводите са правилно поставени, но има допуснати неточности. В извод 3 се дава мнение за многоскоци на тензометрична платформа. Данни от такова проведено изследване не са представени в изложението.

Препоръките са правилно поставени, но не срещнахме индивидуални модели в изложението.

Представените изследвания и данни са изложени много компетентно, което разкрива положителните качества на докторанта, провеждайки научните изследвания и интерпретирайки получените резултати.

Искам да задам следния въпрос на докторанта: От изложеното в дисертационния труд се установява, че сме много компетентни по въпроса за подготовката на елитни състезатели, за което питам: Защо нямаме скиори шампиони, в световния елит?

Обобщавайки всички положителни страни на представената за рецензия докторска дисертация, предлагам на уважаемото специализирано Жури, да присъди на Иван Димитров Бирников образователната и научна степен “Доктор”.

16. 05. 2018 г.

С о ф и я

Изготвил рецензията:.....

(Доц. Ал. Цветков, доктор)