

## **РЕЦЕНЗИЯ**

**от проф. Николай Кирилов Изов, доктор**

на представените материали за участие в конкурс за академичната длъжност „Доцент“ в професионално направление 7.6. Спорт, специалност „Спорт“ (Плуване), за нуждите на катедра „Водни спортове“ при НСА „Васил Левски“, обявен в Държавен вестник, бр. 28 на 05.04. 2019 г.

В конкурса участва само един кандидат – гл. ас. Румен Иванов Йосифов, доктор, който е представил всички необходими за процедурата документи.

### **Данни за кандидата**

Гл. ас. Румен Иванов Йосифов е роден на 15.10.1967 г. в гр. София. В периода 1975-1984 тренира плуване и се състезава за ДФС „Левски Спартак“. Завършва висше образование в НСА „Васил Левски“ през 1992 г. със специалности „Треньор по плуване“ и „Учител по физическо възпитание“. Защищава дисертационен труд на тема „Технико-тактически профил на стила кроул при плувци от световния елит“ и придобива образователната и научна степен „Доктор“ в професионално направление 7.6. Спорт.

Трудовият стаж по специалността на Румен Иванов Йосифов възлиза на 29 години. Той е назначен за асистент в НСА „Васил Левски“ към катедра „Водни спортове“ през 1995 г., а от 2003 г. е главен асистент. Има дългогодишен треньорски стаж: 2 години треньор по плуване в ДФС „Левски Спартак“; 3 години учител по плуване в УСШ „Люлин“; допълнително

работи като треньор по плуване в Клуб „Водни спортове” НСА от 2000 година.

Като треньор е подготвил голям брой национални шампиони и призьори във всички възрасти, няколко рекордьори за деца и юноши, призьор на Балкански игри за младежи и участници на европейски олимпийски игри и световно първенство за младежи. В продължение на 5 години е бил член на треньорския комитет по плуване към Българска федерация плувни спортове.

### **Изпълнение на минималните изисквания за заемане на академичната длъжност**

Приложената справка за наукометричните данни показва, че са изпълнени както националните минимални изисквания, така и завишените минимални изисквания на НСА „Васил Левски“. Събраните точки от кандидата по различните групи показатели са както следва:

Група А: 50 точки за дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „доктор“ (минимално изискване 50 т.).

Група В: 100 точки за хабилитационен труд – монография (минимално изискване 100 т.).

Група Г: 325 точки (минимално изискване на НСА 200 т. / национално 160 т.), от които 120 точки за 2 самостоятелни публикации в индексирано в Scopus научно издание (минимално изискване на НСА 120 т.) и 205 точки за 6 самостоятелни публикации и 2 в съавторство, публикувани в научни издания от националния референтен списък.

Група Д: 90 точки (минимално изискване 50 т.), от които 60 точки за 6 цитирания в монографии с научно рецензиране и 30 точки за 6 цитирания в неререферирани списания с научно рецензиране.

Група Е: 105 точки (минимално изискване на НСА 100 т. / национално 0 т.), от които 45 точки за участие в 3 национални научни или образователни проекта, 40 точки за 13 завоювани отличия от национални спортни състезания като треньор (максимално допустими от НСА 40 т.) и 20 точки за самостоятелно ръководство на дипломант.

## **Научни трудове**

Във връзка с конкурса кандидатът е представил 1 монография и 10 публикации в научни списания и сборници от научни конференции, от които 2 на английски език.

Монографията „Аеробните способности в спортното плуване” е с обем 134 страници и е онагледена с 3 таблици и 7 диаграми. Използвани са 421 литературни източника, от които 36 на кирилица и 385 на латиница. Открити са основните ползи от системна аеробна тренировка за състезателите по плуване. Анализирани са методите за развитие на аеробните способности на плувците чрез средствата на вода и на сухо и са систематизирани разнообразните работни режими (тренировъчни категории) прилагани от утвърдените плувни школи въз основа на физиологичната адаптация на организма. Извършен е сравнителен анализ с цел открояване на приликите и различията и е пояснена използваната в разнообразната литература специфична терминология. Очертани са параметрите на компонентите на натоварването и принципните различия на работните зони, дадени са примерни тренировъчни серии и са изведени основните физиологични промени в резултат на системното им прилагане. Засегната е съвместимостта на аеробната тренировка с тренировката за развитие на анаеробните и силовите способности на плувците.

Научните публикации на гл. ас. Румен Йосифов обхващат разнообразни теми от техниката, обучението и тренировката по плуване. Изследвани са динамиката на интегралните технически параметри (скорост, темп и крачка) и влиянието на компонентите на състезателната дейност върху спортния резултат в различни плувни дисциплини [4,5,6,9,10]. Резултатите дават информация за техниката и тактиката на съвременния плувен елит и ценни препоръки за треньорите относно подготовката за съответните дисциплини. Установено е съотношението на съвременните варианти на кроуловата техника по отношение координиране на движенията между горните и долните крайници в дисциплините на свободния стил при мъжете, което е свързано с формирането на индивидуална плувна техника [8]. Анализирани са различията в разпределението на усилията на различните категории плувци на средни и дълги разстояния при преодоляването на състезателната дистанция по отношение пропорциите на отделните отсечки в дисциплините на свободния стил [7]. Резултатите предполагат използването на различна индивидуална тактика в зависимост от физиологичните възможности на плувците. Направено е обширно литературно проучване, обхващащо 79 източника, по основните проблеми на концепцията за критичната скорост на плуване, която се използва главно за планиране на тренировъчни скорости и оценяване на промените в аеробната издръжливост [3]. Изследван е оптималният възрастов диапазон за постигане на максимални резултати в дисциплината 100 метра свободен стил – мъже и са установени вариациите в степента на прогрес на личния резултат в годините предхождащи върховото постижение, което спомага за оптимизиране на многогодишното планиране на тренировката [2]. Въз основа на педагогически експеримент е разработена алгоритмична програма за обучение по плуване в морски условия.

Програмата способства за диференциация на обучението в зависимост от индивидуалните възможности на обучаваните [11].

### **Преподавателска и проектна дейност**

Румен Йосифов преподава плуване на студентите от Национална спортна академия „Васил Левски” в продължение на повече от 24 години като асистент, старши асистент и главен асистент към катедра „Водни спортове” на пълно натоварване. Освен практически занимания в басейна на НСА и по време на курсовете по водни спортове в учебно-спортната база в гр. Несебър, той преподава и по въпроси от техниката, обучението и тренировката на студенти със специалност „Спорт” (Плуване), както и на специализанти в курсовете по СДК. Води занимания и в специалността „Кондиционна подготовка в спорта”. Преподава също на магистри специализиращи „Плуване“ по програмата „Спорт за високи постижения“ и „Плувните спортове в образователната система“ по програмата „Физическо възпитание и спорт“. Ръководител е на успешно защитил дипломната си работа бакалавър.

Кандидатът е представил документи за участие в 2 научно-образователни проекта и 1 научно-изследователски. Той е автор на система за оценяване на резултатите по спортна подготовка по плуване на учениците в спортните училища, както и автор на учебна програма по плуване в програмата по спортна подготовка за спортните училища за V-XII клас. Участва като експерт в проекта „Обективно изследване на физическата активност в подкрепа на националната политика за УЗФА” на НСА „Васил Левски”.

## **Заклучение**

Гл. ас. Румен Иванов Йосифов, доктор отговаря на изискванията за заемане на академичната длъжност "доцент", разпоредени от закона за развитието на академичния състав в Република България, правилника за неговото приложение и правилника за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в Национална спортна академия „Васил Левски“. Той е придобил образователната и научна степен "доктор" в същата специалност, заемал е академичните длъжности "асистент" и "главен асистент" за многократно по-дълъг период от изискуемия и едновременно с това е специалист от практиката с доказани постижения в своята област. Представил е публикуван монографичен труд и научни публикации с приноси за науката и практиката. Не е установено плагиатство в научните му трудове. Приложените материали отговарят на минималните национални и вътрешни за НСА „Васил Левски“ изисквания, не повтарят представените за придобиване на образователната и научна степен „доктор“ и не са прилагани в процедура за заемане на академичната длъжност "главен асистент".

На основание гореизложеното, представените документи, личните качества и професионалните умения на кандидата, изразявам положителна оценка пред членовете на Научното жури за заемането от гл. ас. Румен Иванов Йосифов, доктор на академичната длъжност „Доцент“ в професионално направление 7.6. Спорт, специалност „Спорт“ (Плуване), за нуждите на катедра „Водни спортове“ при НСА „Васил Левски“.

30.07.2019 г.

Проф. Николай Изов, доктор

## **REVIEW**

**by Prof. Nikolay Kirilov Izov, PhD**

of the submitted materials for participation in a competition for the academic position "Associate Professor" in the professional field 7.6. Sport, specialty "Sport" (Swimming), for the needs of the Department of Aquatic Sports at the National Sports Academy "Vassil Levski", published in the State Gazette, no. 28 on 05 April 2019

There is only one candidate in the competition who has submitted all the documents necessary for the procedure - Chief Assist. Prof. Rumen Ivanov Iossifov, PhD.

### **Candidate data**

Chief Assist. Prof. Rumen Ivanov Yosifov was born on October 15, 1967 in Sofia. In the period 1975-1984 he practiced swimming and competed for the sport club "Levski Spartak". He graduated from the National Sports Academy "Vassil Levski" in 1992 with specialties "Swimming Coach" and "Teacher of Physical Education". He has defended a dissertation on the topic "Front crawl's technical-tactical profile of world-class swimmers" and has obtained the educational and scientific degree "Doctor" in the professional field 7.6. Sport.

Rumen Ivanov Iossifov has a working experience in the specialty of 29 years. He was appointed Assistant Professor at the National Sports Academy "Vassil Levski" at the "Aquatic Sports" Department in 1995, and since 2003 is a Chief Assistant Professor. He has a long-time coaching experience: 2 years

swimming coach at the sports club "Levski Spartak"; 3 years swimming teacher at the Lyulin School of Sports; he has been working part-time second job as a swimming coach at the Water Sports Club NSA since 2000.

As a coach, he has prepared a large number of national champions and medalists of all ages, several record holders for children and juniors, medalist of Balkan games for juniors and participants of European Youth Olympic Games and World Youth Championship. For 5 years he was a member of the swimming coaching committee of the Bulgarian Federation of Swimming Sports.

### **Implementation of the minimum requirements for occupying the academic position**

The attached scientific metrics report shows that both the national minimum requirements and the higher minimum requirements of NSA "Vasil Levski" have been met. The obtained scores from the candidate for the different groups of indicators are as follows:

Group A: 50 points for dissertation for awarding educational and scientific degree "doctor" (minimum requirement 50 points).

Group C: 100 points for habilitation thesis - monograph (minimum requirement 100 points).

Group D: 325 points (minimum requirement of NSA 200 points / national 160 points), of which 120 points for 2 individual publications in Scopus indexed scientific journal (minimum requirement of NSA 120 points) and 205 points for 6 individual publications and 2 in co-authorship, published in scientific journals from the national reference list.

Group E: 90 points (minimum requirement 50 points), of which 60 points for 6 citations in monographs with scientific review and 30 points for 6 citations in non-referenced journals with scientific review.



Group F: 105 points (NSA minimum requirement 100 points / national requirement 0 points) of which 45 points for participation in 3 national scientific or educational projects, 40 points for 13 awards won from national sports competitions as a coach (maximum allowed by the NSA 40 points) and 20 points for supervising of a graduate.

### **Scientific papers**

In connection with the competition, the candidate has presented 1 monograph and 10 publications in scientific journals and collections of scientific conferences, 2 of which in English.

The "Aerobic Abilities in Sports Swimming" monograph is 134 pages in size and is illustrated with 3 tables and 7 diagrams. 421 literary sources were used, of which 36 in Cyrillic and 385 in Latin. The main benefits of systematic aerobic training for swimmers are outlined. The methods for the development of swimmers' aerobic abilities through water and dry means are analyzed and the various working regimes (training categories) applied by the established swimming schools are structured on the basis of physiological adaptation of the swimmer's body. A comparative analysis was carried out in order to highlight the similarities and differences and the specific terminology used in diverse literature was clarified.

The parameters of training load components and the principle differences of the working zones are outlined, exemplary training series are given and the basic physiological changes resulting from their systematic application are outlined. The compatibility of aerobic training with the training for the development of anaerobic and power abilities is considered.

The scientific publications of Chief Assist. Prof. Rumen Iossifov covers various themes from the swimming technique, swimming learning and swimming training. The dynamics of the integrated technical parameters (speed, stroke rate and stroke length) and the influence of the components of the racing activity on the sport result in different swimming disciplines were studied [4,5,6,9,10]. The results provide information on the technique and tactics of modern swimming elite and valuable recommendations to coaches on preparation for the relevant disciplines.

The proportion of modern front crawl technique variants has been established in terms of coordination of upper and lower limbs' movements in men's free style disciplines, which is related to the formation of individual swimming techniques [8]. Differences in effort distribution of different categories of middle and long distance swimmers when passing the distance of the race have been analyzed with respect to the proportions of the sections in the free style disciplines [7]. The results suggest the use of different individual tactics depending on the physiological capabilities of the swimmers.

A comprehensive literature study covering 79 sources has been conducted on the key issues of the concept of critical speed of swimming, which is mainly used to plan training speeds and assess changes in aerobic endurance [3]. The optimal age range to achieve maximum results in the 100 meters freestyle - men has been studied and variations in the progress of the personal result in the years preceding the top achievement have been identified to help optimize the multi-year planning of the training [2].

Based on a pedagogical experiment, an algorithmic program for sea-based swimming learning has been developed. The program contributes to the differentiation of learning according to the individual abilities of the trainees [11].

## **Teaching and project activities**

Rumen Iossifov has been teaching swimming to the students of National Sports Academy "Vassil Levski" for over 24 years at full workload as an assistant, senior assistant and chief assistant at the Department of Water Sports. Besides practical exercises in the NSA swimming pool and during the aquatic sports courses at the NSA's educational and sports base in the town of Nessebar, he also teaches students and postgraduate students with specialty "Sport" (Swimming) in theory of swimming technique, swimming learning and swimming training. He teaches lessons in the specialty "Conditioning work in sport" as well. He also teaches masters specializing in "Swimming" under the program "Sport for excellence" and "Swimming sports in the educational system" under the program "Physical education and sport". Under his guidance a student has successfully defended his bachelor's thesis.

The candidate has submitted certificates for participation in 2 scientific-educational projects and 1 research project. He is the author of a system for assessing the results of sports training in swimming for students in sports schools as well as the author of a program of swimming in the sports training program for sports schools for V-XII grade. He has participated as an expert in the project "Objective Study of Physical Activity in Support of the National Policy for health-enhancing physical activity" of NSA "Vassil Levski".

## **Conclusion**

Chief Assist. Prof. Rumen Ivanov Iossifov meets the requirements for occupying the academic position "Associate Professor", provided by the Law on the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria, the Regulations for its applying and the Regulations for acquisition of academic

degrees and occupation of academic positions in the National Sports Academy "Vassil Levski". He has acquired the educational and scientific degree "Doctor" in the same specialty, he has held the academic positions "assistant professor" and "chief assistant professor" for a much longer period than the required and at the same time is a practicing coach with proven achievements in his field. He has presented a published monograph and scientific publications with contributions to science and practice. There was no plagiarism in his scientific works. The materials applied correspond to the minimum national and internal requirements for NSA "Vassil Levski", do not repeat the presented for the acquisition of the educational and scientific degree "doctor" and have not been applied in the procedure for occupying the academic position "chief assistant professor".

On the basis of the above, the submitted documents, the personal qualities and the professional skills of the candidate, I express a positive opinion to the members of the Scientific Jury for the occupation of the academic position "Associate Professor" in the professional field 7.6. Sport, specialty "Sport" (Swimming), for the needs of the Department of Aquatic Sports at the National Sports Academy "Vassil Levski" by Chief Assist. Prof. Rumen Ivanov Iossifov, PhD.

30 July 2019

Prof. Nikolay Izov, PhD