

## **СТАНОВИЩЕ**

**от доц. Веселина Георгиева Иванова, доктор**

**Тракийски университет, гр. Стара Загора**

**върху дисертационен труд,**

**представен за присъждане на образователна и научна степен „доктор”**

**на тема: „Изследване спецификата на тренировъчното натоварване и състезателната дейност в подготовката по плуване на дълги дистанции”**

**Автор на дисертационния труд: Петър Райчев Стойчев**

**Научен ръководител: доц. Стоян Христов Андонов, доктор**

**Заповед на Ректора за научно жури № ЗП-539/04.06.2020 г.**

### ***1. Актуалност на темата на дисертационния труд***

Плуването на дистанцията от 10 км е със специфична особеност и изисквания към спортно-тренировъчната и състезателната дейност на стаера. В дисертационния труд на Петър Стойчев се разкриват в съдържателен, процесуален и резултативен план същностни характеристики на спортната подготовка и състезателна реализация в тази сравнително нова за състезателното плуване дисциплина.

Силен аргумент за актуалността на избраната тема е верификацията от първо лице на методологичния контекст: рационално структуриране на спортно-тренировъчния процес – управление на физическото натоварване в динамиката на неговите параметри за постигане на оптимална състезателна ефективност.

### ***2. Структура, съдържание, методология и приноси моменти на дисертационния труд***

Петър Стойчев представя дисертационен труд в общ обем от 199 страници, включително литературата и 10 броя приложения. Съдържателната част е онагледена с 48 таблици и 32 фигури. От

ползваните при разработване на темата 123 информационни източника, 78 са на кирилица, 42 – на латиница и 3 са интернет ресурси, всички в свързаност с разглеждания проблем.

Дисертационният труд е написан според възприетия формат за подобен род разработки. Съдържа: увод; основна част в три раздела – теоретична постановка; цел, задачи, методика и организация на изследването; анализ на резултатите и обсъждането им; обобщени изводи, препоръки, научни приноси; приложения.

В *част първа* е направен теоретичен обзор по проблема за състезателната дейност като поява, развитие, съвременни разновидности в плуването на дълги разстояния и са обсъдени особеностите на тренировъчните натоварвания в спортно-тренировъчния процес.

На базата на обстоен преглед на актуални информационни източници и демонстрирано отлично познаване, Стойчев извежда тактическите модели, приложени ефективно при преплуване на 10 км дистанция от състезатели от световния елит – мъже и жени. Направените обобщения се пренамират в трета глава на дисертацията (стр.61–86), в която в детайли се характеризират в спецификата на отделните състезания реализираните индивидуални резултати и се правят комплексни сравнителни анализи.

Значимостта на натоварването за състезателната ефективност дава основание на автора да разгледа въпроси, свързани с неговите параметри (обем, интензивност, характер и насоченост на въздействие и др.) в различните структурни компоненти на спортната подготовка при плуването на дълги дистанции (§ 1.3.).

В последния параграф на първата дисертационна част е представена работната хипотеза, в чиято логика са ситуираните в трета глава в теоретичен и приложен план авторски концептуални виждания.

Коректно *във втора част* на дисертацията са описани обектът, предметните области на изследване, целта и подчинените на нейната същност конкретни шест задачи.

Методиката на научното изследване и използваният инструментариум за обработка на емпиричните данни са подходящо приложени.

Съотнесено към основната цел на дисертацията – *да се подобри състезателната изява и управлението на тренировъчния процес при висококвалифицирани състезатели – мъже и жени в дългите плувания на 10 км посредством актуални характеристики на състезателната дейност, разработване, внедряване и сравнителни анализи на модели за тренировъчни натоварвания в тази дисциплина*, е представената в трета глава изследователска дейност.

*Третата част* на дисертацията с най-голям обем, в сравнение с останалите две (91 стр.). В структурно-количествено отношение разделите ѝ са добре балансирани. Показват уменията на П. Стойчев да прави методически обобщения на базата на задълбочен и прецизен анализ на многобройни данни. С висока стойност и научно-приложен принос се открояват представените в параграфите ѝ III.2 и III.3 модели на тренировъчни натоварвания при състезатели по плуване на 10 км дистанция в трите периода на подготовка и състезание. Силна част от анализа са разработените и експериментално апробираните тренировъчни програми с доказан положителен ефект върху развитието на специалната издръжливост, ключова за спортното постижение в дългото плуване. В подкрепа на направеното обобщение, че разработените и прилаганите модели, таблици за контрол и анализирани тренировъчни натоварвания и управление на тренировъчния процес са в съответствие със световните стандарти в областта на теорията и методиката на спортната подготовка, е

представеният от автора в сравнителен план собствен опит от успешни многогодишни състезателни изяви.

Представените научни резултати и факти са богато онагледени с таблици и фигури, които илюстрират установените тенденции и зависимости.

Изводите на дисертацията съответстват на извършената емпирична работа и отразяват съдържанието на проведената експериментална дейност. Направените препоръки имат висока практическа стойност.

Като основни приноси бих откряла:

1. Изследван е значимият проблем за спецификата на тренировъчното натоварване и състезателната дейност в подготовката по плуване на дълги дистанции.

2. Приложно са изведени ефективни тактически модели за преплуване на дистанцията от 10 км при световния елит висококвалифицирани състезатели мъже и жени.

3. Разработен е парциален количествен подход за контрол на спортните постижения в дисциплината 10 км при елитни състезатели по плуване – мъже и жени.

3. Създадени и експериментално са апробирани два оригинални по структура и съдържание модели на тренировъчни натоварвания в годишния цикъл на подготовка за плуване на 10 км дистанция при висококвалифицирани състезатели мъже.

#### ***4. Заключение***

Отчитайки актуалността и ползите за треньори, състезатели, специалисти при изграждане и реализиране на ефективен модел на тренировъчен процес; резултатите от проведените научни изследвания; коректно направените анализи; достоинства на разработката и приносите за спортната теория и практика, предлагам с убеденост на членовете на

специализираното научно жури да присъдят образователната и научна степен „Доктор“ на Петър Райчев Стойчев в научната специалност „Теория и методология на спортната наука“, професионално направление 7.6. „Спорт“; Област – 6 „Здравеопазване и спорт“.

12.08.2020 г.

Член на научното жури:

/доц. Веселина Иванова, доктор/

## **OPINION**

by **Assoc. Prof. Veselina Georgieva Ivanova, PhD**

Trakia University, Stara Zagora

on a dissertation,

presented for the award of educational and scientific degree "Doctor" **on the topic: "Study of the specifics of the training load and the competitive activity in the preparation for long-distance swimming"**

**Author of the dissertation:** Petar Raychev Stoychev

**Scientific adviser:** Assoc. Prof. Stoyan Hristov Andonov, PhD

**Order by the Rector for a scientific jury № ZP-539/4th June 2020**

### ***1. Relevance of the topic of the dissertation***

Swimming at a distance of 10 km has a specific feature and requirements for sports training and racing activities of the long-distance swimmer. In the dissertation work of Petar Stoychev, the essential characteristics of the sports preparation and competitive realization in this relatively new for competitive swimming discipline are revealed in content, procedural and effective plan.

A strong argument for the relevance of the chosen topic is the first-person verification of the methodological context: rational structuring of the sports-training process - management of physical activity in the dynamics of its parameters to achieve optimum competitive efficiency.

### ***2. Structure, content, methodology and contribution points of the dissertation***

Petar Stoychev presents a dissertation in a total volume of 199 pages, including literature and 10 applications. The content part is illustrated with 48 tables and 32 figures. 78 out of the 123 information sources used in the development of the topic, are in Cyrillic, 42 - in Latin and 3 are Internet resources, all in connection with the research problem.

The dissertation is written according to the accepted for such developments format. It contains: introduction; main part in three sections - theoretical formulation; purpose, tasks, methodology and organization of the research; analysis of the results and their discussion; summarized conclusions, recommendations, scientific contributions; applications.

***In the first part*** a theoretical overview of the problem of competitive activity such as appearance, development, modern varieties of long-distance swimming is provided and the peculiarities of the training loads in the sports-training process are discussed.

Based on a thorough review of current information sources and upon demonstrated excellent knowledge, Stoychev derives the tactical models effectively applied when swimming 10 km by athletes from the world's elite - men and women. The summaries are refound in the third chapter of the dissertation (pp. 61-86), in which the individual results are characterized in detail in the specifics of the individual competitions and complex comparative analyzes are made.

The importance of the load for the competitive efficiency gives the author a reason to consider issues related to its parameters (volume, intensity, nature and direction of impact, etc.) in the various structural components of sports training in long-distance swimming (§ 1.3.).

In the last paragraph of the first dissertation part the working hypothesis is presented, in the logic of which the author's conceptual views are situated in theoretical and applied plan in the third chapter.

***The second part*** of the dissertation correctly describes the object, the subject areas of research, the aim and the specific six tasks subordinated to its essence.

The research methodology and the tools used to process the empirical data are appropriately applied.

Relative to the main aim of the dissertation - *to improve the competitive performance and management of the training process in highly qualified athletes - men and women in 10 km long swims through current characteristics of the competitive sports activity, development, implementation and comparative analysis of models of training loads in this discipline* is the research work presented in the third chapter.

**The third part** of the dissertation is with the largest volume, compared to the other two (91 pages). In structural and quantitative terms, its sections are well balanced. They show P. Stoychev's skills to make methodical summaries on the basis of in-depth and precise analysis of numerous data. The models of training loads presented in its paragraphs III.2 and III.3 for swimmers in the 10 km distance in the three periods of preparation and competition stand out with high value and scientific-applied contribution. A strong part of the analysis are the developed and experimentally tested training programs with a proven positive effect on the development of special endurance, key to the sporting achievement in long swimming. In support of the summary that the developed and applied models, control tables and analyzed training loads and management of the training process are in accordance with world standards in the field of theory and methodology of sports training, is presented by the author in a comparative aspect to his own experience from successful multi-year races.

The presented scientific results and facts are richly illustrated with tables and figures that exemplify the established trends and dependencies.

The conclusions of the dissertation correspond to the performed empirical work and reflect the content of the conducted experimental activity. The recommendations made have a high practical value.

As main contributions I would highlight:



1. The significant problem for the specifics of the training load and the competitive activity in the preparation for long-distance swimming has been studied.

2. Applied effective tactical models for swimming the distance of 10 km in the world elite highly qualified male and female athletes are derived.

3. A partial quantitative approach has been developed for control of sports achievements in the discipline 10 km for elite swimmers - men and women.

4. Two original in structure and content models of training loads have been created and experimentally tested in the annual cycle of preparation for swimming at a distance of 10 km for highly qualified male athletes.

#### ***4. Conclusion***

Taking into account the relevance and benefits for coaches, athletes, specialists in building and implementing an effective model of the training process; the results of the conducted research; correctly performed analyzes; the merits of the development and the contributions to the sports theory and practice, I suggest with conviction to the members of the specialized scientific jury to award the educational and scientific degree "Doctor" to Petar Raychev Stoychev in the scientific speciality Theory and Methodology of Sports Science, professional field 7.6. Sports; District - 6 Health and Sports.

12.08.2020 г.

Member of the scientific jury:

/ Assoc. Prof. Veselina Ivanova, PhD /