

# СТАНОВИЩЕ

върху дисертационен труд представен за придобиване на образователната и  
научна степен „Доктор”  
към катедра „Борба и джудо“ при НСА „Васил Левски“

от доц. Георги Владимиров Игнатов, доктор  
СУ „Св. Климент Охридски“, Департамент по спорт,  
катедра „Спортни игри и планински спортове”

**ТЕМА:** *Влияние на скоростно-силовите качества върху технико-тактическото  
майсторство при жени по свободна борба*

**Автор на дисертационния труд:** Каролина Валериева Грозданова

**Научен ръководител:** проф. Даниела Дашева, ДН

Борбата е сред най-древните спортове. Още древните хора са се борели, за да покажат могъщество и сила срещу противника си. Борбата представлява физическа схватка между двама души, при която всеки от тях се опитва да вземе надмощие или да установи контрол над опонента.

Всичко свързано с оптимизиране техническата и тактическата подготвеност на състезатели в свободната борба заслужава одобрение и засилен изследователски интерес. Това е и гледната ми точка от която ще анализирам и ще дам своята оценка за идеите и резултатите в дисертационния труд на тема: *Влияние на скоростно-силовите качества върху технико-тактическото майсторство при жени по свободна борба.*

Дисертационният труд е оформен в едно книжно тяло с обем от 210 страници, от които 194 основен текст, съдържащ 15 таблици и 124 фигури, както и 12 страници библиография и 4 страници приложения. В структурно отношение трудът е построен правилно, като включва увод, три основни глави, изводи и препоръки обособени като четвърта глава и библиография. Като структура, обем и последователност на изложението предложеният дисертационен труд отговаря на основните изисквания за такъв род разработки.

В увода целенасочено и обосновано е изяснена актуалността на проблематиката на дисертационното изследване.

За подготовката на глава първа в обем от 63 страници са използвани 166 източника, от които 162 източника на кирилица и 4 на латиница. В тази част на труда Каролина Грозданова ни запознава с теоретичната постановка на проблема. В първа и втора под глави авторката прави съответно обстойна характеристика на силата и бързината като двигателни качества на човека. В трета под глава последователно и систематизирано е направена обща характеристика на развитието на скоростно-силовите качества и в частност в борбата. В четвърта и пета под глави съответно сме запознати с технико-тактическото майсторство в спорта борба и особеностите на женския организъм при скоростно-силова подготовка.

В тази част на труда отлично впечатление прави творческото изследване на литературните източници по изследваната проблематика. Проучването на състоянието на проблема е извършено компетентно и в необходимия научен стил.

В края на първа глава, докторантката е разработила ясна и добре построена работна хипотеза, която формира концепцията на дисертационния труд.

Във втора глава „Цел, задачи, методика и организация на изследването“, в своята логична последователност в обем от 25 страници са представени целта и произтичащите шест основни задачи, формулирани ясно и точно и даващи ясна представа за намеренията на докторантката. Авторката е описала предмета, обекта и контингента на своето изследване. Подробно е описана организацията на изследването, тестовите за спортнопедагогически контрол и математико-статистическите методи. В края на втора глава подробно е представена методика за развиване на силова издръжливост в два варианта, както и методика за развиване на взривна сила, даващи възможност за обективен анализ към постигането на целта и задачите на труда.

В структурно отношение, разработването на глава втора е научно обосновано и удовлетворява напълно, а съдържанието и допринася за високата стойност на дисертационния труд.

Анализът на резултатите в глава трета, в обем от 100 страници дава възможност да се изведат важни за теорията и практиката обобщения. Положен е огромен изследователски и анализаторски труд, който по мащабност напълно задоволява изискванията на една докторска работа.

Третата основна глава се състои от четири под глави, като всяка една от тях е свързана с решаването на съответната задача на изследването в дисертационния труд. В първа и втора под глави са представени съответно резултатите от направените анкетни проучвания с 31 български треньори по борба, работещи с момичета, кадетки, девойки и жени, с цел проучване на приоритетните двигателни качества за изграждане на технико-тактическа основа на състезателките по борба и ролята и влиянието на скоростно-силовите качества в изучаването и усъвършенстването на техниките в женската борба. В трета под глава последователно е представен анализа на технико-тактическата ефективност от Световното първенство за девойки в Търнава (Словения) и Световното първенство за жени в Будапеща (Унгария) през 2018 г., както и от Световното първенство за девойки в Талин (Естония) и Световното първенство за жени в Нур-Султан (Казахстан) през 2019 г. В четвърта под глава е представен анализ на ефективността на приложената програма за развитие на скоростно-силовите качества на състезателките по борба.

В последната част на дисертационния труд са направени изводи и са формулирани препоръки, които кореспондират и се основават на решаването на поставените изследователски задачи и произтичат от направения анализ, като дават отговор на формулираната научна хипотеза.

От разширеното научно търсене, направените изследвания и анализи в дисертационния труд, ми позволяват да посоча следните основни приноси за практиката:

1. Обогатена е теорията за приложението на скоростно-силовите качества в спортната борба.

2. Апробирана е методика за развиване на силова издръжливост в два варианта, както и методика за развиване на взривна сила.
3. Направен е задълбочен анализ на технико-тактическите действия по време на световните първенства за девойки и жени през 2018 и 2019 г., осигуряващи информация за прилагания арсенал от хватки на конкурентките на българските състезателки по борба.
4. Изведени са важни препоръки и обобщения за ефективно планиране на технико-тактическата подготовка, както и за приложение на скоростно-силовите качества при състезателки по борба.

Приносите на дисертационния труд имат както научно, така и научно-приложно значение и допринасят за обогатяване на знанията, относно технико-тактическата ефективност и развитието на скоростно-силовите качества на състезателки по борба.

Докторантката е публикувала пет статии, които напълно отразяват научните търсения по темата. Авторефератът отговаря на изискванията.

В **заключение** ще отбележа, че рецензираният дисертационен труд е разработен на добро научно ниво, с нужната теоретична и приложна стойност в областта на технико-тактическото майсторство в спорта борба.

Представеният дисертационен труд има завършен вид. Направеният задълбочен анализ на технико-тактическата ефективност и развитието на скоростно-силовите качества, обогатяващи оптимизирането процеса на подготовка на състезателки по борба и повишаването на професионалната компетентност на спортнопедагогическите кадри работещи в сферата на женската борба, както и актуалността на избория за изследване проблем, ми дават основание да предложа на уважаемите членове на научното жури при НСА „Васил Левски“ да присъдят образователната и научна степен „ДОКТОР“ на **Каролина Валериева Грозданова** в професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

26.08.2020 г.

Изготвил становището:

/доц. Георги Игнатов, доктор/

# • OPINION

of a dissertation work, submitted for the acquiring of the Doctor educational and academic degree at the Wrestling and judo of Vasil Levski, National Sports Academy

by Assoc. Prof. Georgi Vladimirov Ignatov, PhD  
Sv. Kliment Ohridski Sofia University, Sports Department  
Sport Games and Mountain Sports Division

**TOPIC:** *Influence of speed and power qualities on the technical and tactical mastery of women in freestyle wrestling*

**Author of the dissertation work:** Karolina Valerieva Grozdanova

**Dissertation Supervisor:** Prof. Daniela Dasheva, DSc

Wrestling is one of the most ancient sports. Even the ancients fought to show power and strength against their opponent. The fight is a physical fight between two people, in which each of them tries to take over or gain control of the opponent.

Everything related to optimizing the technical and tactical readiness of female wrestlers deserves approval and increased research interest. This is also my point of view from which I will analyze and evaluate my ideas and results in my dissertation on the topic: *Influence of speed and power qualities on the technical and tactical mastery of women in freestyle wrestling*.

The dissertation work is formed in one book with a volume of 210 pages, of which 194 pages is main text, containing 15 tables and 124 figures, as well as a 12 page bibliography and 4 page appendices. The work is properly constructed, it includes an introduction, three main chapters, conclusions and recommendations separated as a fourth chapter and bibliography. In terms of structure, volume and consistency of the exposition, the submitted dissertation work complies with the main requirement for such type of papers.

In the introduction, the topicality of the problems of the dissertation research is clarified in a purposeful and substantiated manner.

For the writing of Chapter One which is 63 pages long, 166 sources are used, where 162 sources in the Cyrillic script and 4 in the Latin script. In that part of the work, Karolina grozdanova shows us the theoretical basis of the problem. In the first and second chapters, the author makes a detailed description of strength and speed as motor qualities of man. In the third sub-chapter, a general description of the development of speed and power qualities, and in particular in combat, is made consistently and systematically. In the fourth and fifth chapters, respectively, we are acquainted with the technical and tactical mastery in the sport of wrestling and the peculiarities of the female body in speed and strength training.

In this portion of the work, the creative examination of the references for the researched problems is really impressive. The research on the state of the problem is conducted competently and in the required scientific style.

At the end of the first chapter, the doctoral student has developed a clear and well-constructed working hypothesis, which forms the concept of the dissertation.

In the second chapter Purpose, tasks, methodology and organization of the study, in its logical sequence in a volume of 25 pages are presented the purpose and the resulting six main tasks, formulated clearly and precisely and giving a clear idea of the intentions of the doctoral student. The author has described the subject, object and contingent of her research. The organization of the research, the tests for sports pedagogical control and the mathematical-statistical methods are described in detail. At the end of the second chapter is presented in detail a methodology for developing strength endurance in two versions, as well as a methodology for developing explosive force, allowing for objective analysis to achieve the goal and objectives of labor.

Structurally, the development of chapter two is substantiated scientifically and fully satisfactory, while its contents contribute to the high value of the dissertation work.

The analysis of the results in Chapter Three, which has a length of 100 pages, gives an opportunity to make generalizations which are important for the theory and practice. An enormous amount of scientific and analytical work has been done, which scale fully matches the requirements for a doctoral work.

The third main chapter consists of four subchapters, each of which is related to the solving of the respective problem of the research in the dissertation work. In the first and second chapters are presented respectively the results of the surveys conducted with 31 Bulgarian wrestling coaches working with girls, cadets, girls and women, in order to study the priority motor skills to build a technical and tactical basis for wrestlers and the role and influence of speed and power qualities in the study and improvement of techniques in women's wrestling. In the third subchapter, the analysis of the technical and tactical efficiency of the World Championship for Girls in Tarnava (Slovenia) and the World Championship for Women in Budapest (Hungary) in 2018, as well as from the World Championship for Girls in Tallinn (Estonia) is presented. and the Women's World Championships in Nur-Sultan (Kazakhstan) in 2019. The fourth chapter presents an analysis of the effectiveness of the applied program for the development of speed and strength qualities of wrestlers.

In the final portion of the dissertation work, conclusions are made and recommendations are formulated which correspond to and are based on the solving of the set research tasks and arise from the conducted analysis, giving an answer to the formulated scientific hypothesis.

From the expanded scientific investigation, the conducted research and analyses in the dissertation work allow me to point out the following main contributions to the practice:

1. The theory of the application of speed and power qualities in wrestling is enriched.
2. A methodology for developing strength endurance in two variants has been tested, as well as a methodology for developing explosive force.
- 3 An in-depth analysis of the technical and tactical actions during the world championships for girls and women in 2018 and 2019 was made, providing information about the applied arsenal of grips of the competitors of the Bulgarian wrestlers.
4. Important recommendations and summaries for effective planning of technical and tactical training, as well as for the application of speed and strength qualities in wrestlers.

The contributions of the dissertation work have scientific and scientific-applied significance and contribute to the enrichment of knowledge about the technical and tactical efficiency and the development of the speed and strength qualities of wrestlers.

The doctoral candidate has five publications which fully reflect the scientific research on the topic. The abstract complies with the requirements.

**In conclusion** I will note that the dissertation reviewed has been developed at a good scientific level, with the necessary theoretical and applied value in the field of technical and tactical mastery in wrestling.

The dissertation presented has a finished look. The deep analysis of the technical and tactical efficiency and the development of speed and power qualities, enriching the optimization of their preparation process and increasing the professional competence of the sports pedagogical staff working in the field of women's wrestling, as well as the relevance of the research problem chosen, give me reason to propose to the honorable members of the scientific jury at National Sports Academy Vasil Levski to confer the DOCTOR educational and academic degree to **Karolina Valerieva Grozdanova** in professional strand 7.6. Sport, Doctoral Program in Theory and Methodology of Sport Science.

25 August 2020

Prepared the opinion:

/Assoc. Prof. Georgi Ignatov, PhD/