

СТАНОВИЩЕ

**относно дисертационен труд на Лиляна Петрова Чобанова
на тема: „Силова подготовка в ушу“
за присъждане на ОНС „доктор“
на основание на Заповед на Ректора на НСА „Васил Левски“,
№ ЗП 1404/ 29.10.2021 г.**

**Област на висше образование: 7. Здравеопазване и спорт;
Професионално направление: 7.6 Спорт;
Докторска програма: „Теория и методология на спортната наука“;
Катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“;
Научен ръководител: проф. Валентин Панайотов, дн
Изготвил становището: проф. Красимир Петков, дн**

Данни за дисертацията, автореферата и публикациите.
Дисертацията на докторанта на Лиляна Чобанова е актуална и навременна, свързана е с един от бързо развиващите се спортове – ушу, кандидат за член на олимпийското семейство, спецификата на който предполага много прецизна техника и високо ниво на скоростно-силовите възможности, необходими за изпълнение на различните техники. Резултатите от научните изследвания в тази насока винаги са били интересни за специалистите. Дисертацията е с обем от 122 страници, от които 95 основен текст, 5 страници ползвана литература, останалите 22 страници са приложения.

Дисертацията има стандартна структура, спазени са съотношенията между основните глави. С увод от 2 страници авторът ни въвежда в същността на ушу и неговото развитие, към които са насочени и научните му търсения по отношение на силовата подготовка.

Първа глава. Тази глава е структурирана в 7 подглави. Анализирани са основни въпроси като: Исторически преглед на ушу; Постановка на въпроса; Състояние на силовата подготовка в ушу в България и в света; Физиологична и структурна характеристика на спортното ушу; Комплексна тренировка; Анализ на сензитивните периоди за развитие на сила и връзка със състезателните изисквания във възрастовите категории в ушу; Биомеханичен анализ на махов ритник bailiantui и скок Tengkong Bailian (lotus kick); Хипотеза.

В библиографската справка са посочени цитираните 67 наши и чужди източници, като 35 са на кирилица и 29 на латиница, както и 3 интернет източника. В заключение е представена и работната хипотеза. Тя е поставена правилно и произлиза от анализите в I глава.

Втора глава има класическа структура. Целта е ясна, конкретна и корелира с темата на дисертацията и поставената хипотеза. Задачите са 7, те са логични предвид поставената цел. Обектът и предметът на изследването са добре представени. Контингентът на изследването е подробно описан. Обемът на изследването предполага добър анализ и последващи изводи. Организацията на изследването е представена поетапно, като етапите на изследването са проследени в хронологичен ред. В Методиката на изследването са посочени 4 основни изследователски метода, които са напълно достатъчни за реализирането му. Впоследствие те са описани детайлно и добре онагледени в реда, по който са представени в началото. Педагогическият експеримент е представен добре, описани са методиките, по които е работено. Подробно е описана методиката за експерименталната група, като са представени комплекси за физическа и техническа подготовка.

Трета глава. Анализ на резултатите. В структурата на тази глава са включени 13 подглави. На базата на много и прецизно проведени тестове и отлично извършени анализи са установени статистически значими разлики, които са обект на изследване. Представени са множество анализи на изследваните параметри, които разкриват изследваните зависимости между тях. Представеният материал е отлично илюстриран с таблици и фигури, а анализираният резултат са подкрепени статистически.

Четвърта глава. Заключение на дисертационния труд обобщава проведените изследвания и акцентира върху получените резултати.

Пета глава. Изводите и препоръките в края на труда са формулирани добре и произтичат обективно от проведените проучвания. За приноси моменти в дисертацията могат да се посочат: • Установена е неправилната насоченост на силовите упражнения в ушу, което определя слабото развитие на силовата подготовка в българските клубове; • Извеждане на обективна информация за проведените тестове за максимална и динамична сила и тяхната приложимост за измерването на силовите показатели в ушу; • Приложената в изследването методика има значителен ефект върху

динамичната сила в ушу; • Модела за нервно-мускулна активация може да се използва като базов при изготвяне на тренировъчни програми.

Дисертацията е отлично онагледена с 23 таблици в основния текст, както и 14 фигури в основния текст и 22 в приложенията. Авторефератът представя в кратък вариант съдържанието на дисертационния труд.

Шеста глава. Препоръките в дисертационния труд са насочени към практическа реализация на постигнатите научни резултати и тяхното имплементиране в тренировъчния процес.

Представената за становище дисертация е с научно-приложен характер. Тя има положителен принос за спортната наука с изготвянето на моделите за силова подготовка в ушу. Дисертационният труд е написан на добър научен език, докторантът притежава необходимите базови теоретични знания по специалността и владее специализираната терминология. На базата на представения дисертационен труд давам положителна оценка и предлагам уважаемите членове на научното жури да присъдят на Лиляна Петрова Чобанова образователната и научна степен „доктор“ в област на висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

София, 01.12.2021 г.

Изготвил становището:

(проф. Красимир Петков, дн)

OPINION
regarding the dissertation of Lilyana Petrova Chobanova
on the topic: "Strength training in Wushu"
for the award of the Educational and Scientific Degree "Doctor"
based on Order No. 3II (ZP) 1404 / 29.10.2021
issued by the Rector of the National Sports Academy "Vasil Levski"

Field of higher education: 7. Health and Sports;
Professional field: 7.6 Sports;
Doctoral program: "Theory and Methodology of Sports Science";
Department of Weightlifting, Boxing, Fencing and Sports for All;
Scientific adviser: Prof. Valentin Panayotov, Ph.D.
Opinion prepared by: Prof. Krassimir Petkov, Ds.C.

Data on the dissertation, abstract and publications.

The dissertation of Ph.D. candidate Lilyana Chobanova is topical and timely, related to one of the fastest growing sports - Wushu, a candidate for a member of the Olympic family. The specifics of Wushu imply very precise technique and high level of speed and power capabilities needed to perform the different techniques. The research results in this area have always been interesting to specialists. The dissertation has a volume of 122 pages, 95 of which represent the main text, 5 pages are dedicated to references, and the remaining 22 pages contain appendices.

The dissertation has a standard structure, the relations between the main chapters are observed. With an introduction of 2 pages, the author introduces us to the essence of Wushu and its development, to which she directs her scientific research in terms of strength training.

First chapter. This chapter is structured in 7 subchapters. The following key issues are analyzed: Historical review of Wushu; Formulation; State of strength training in wushu in Bulgaria and in the world; Physiological and structural characteristics of sporting Wushu; Complex training; Analysis of the sensitive periods for the development of strength and connection with the competition requirements in the age categories in Wushu; Biomechanical analysis of bailiantui swing kick and Tengkong Bailian jump (lotus kick); Hypothesis.

The bibliographic reference indicates the cited 67 Bulgarian and foreign sources, 35 of which are in Cyrillic and 29 in Roman alphabet, as well as 3 Internet sources. In conclusion, the working hypothesis is presented. It is set correctly and derives from the analyzes in Chapter I.

The **Second chapter** has a classical structure. The aim is clear, specific and correlates with the topic of the dissertation and the hypothesis. The tasks are 7, they are logical given the goal. The object and subject of the research are well presented. The contingent of the study is described in detail. The volume of the research presupposes a good analysis and subsequent conclusions. The organization of the research is presented in stages, and the stages of the research are traced in chronological order. The Research Methodology lists 4 main research methods that are completely sufficient for its implementation. Subsequently, they are described in detail and well illustrated in the order in which they are presented at the beginning. The pedagogical experiment is well presented, the methods used are described. The methodology for the experimental group is described in detail, and complexes for physical and technical training are presented.

Third chapter. Results analysis. The structure of this chapter includes 13 subchapters. On the basis of numerous and precisely conducted tests and excellently performed analyzes, statistically significant differences have been identified, which are the subject of research. Various analyzes of the studied parameters are presented, which reveal the studied dependencies between them. The presented material is excellently illustrated with tables and figures, and the analyzed results are statistically supported.

Fourth chapter. The conclusion of the dissertation summarizes the research and focuses on the results obtained.

Fifth chapter. The conclusions and recommendations at the end of the paper are well formulated and follow objectively from the conducted research. The following can be pointed out in the dissertation: • The incorrect direction of the strength exercises in Wushu has been established, which determines the weak development of the strength training in the Bulgarian clubs; • Derivation of objective information about the conducted tests for maximum and dynamic force and their applicability for the measurement of strength indicators in wushu; • The methodology used in the study has a significant effect on the dynamic force in

Wushu; • The neuromuscular activation model can be used as a base in the preparation of training programs.

The dissertation is excellently illustrated with 23 tables in the main text, as well as 14 figures in the main text and 22 in the appendices. The abstract summarizes the content of the dissertation.

Sixth chapter. The recommendations in the dissertation are aimed at the practical realization of the achieved scientific results and their implementation in the training process.

The dissertation presented for an Opinion is of a scientifically applied nature. It has made a positive contribution to Sports science with the development of models for strength training in Wushu. The dissertation is written in good scientific language, the Ph.D. candidate has the necessary basic theoretical knowledge in the specialty and masters the specialized terminology. Based on the presented dissertation I give a positive assessment and suggest the distinguished Members of the Scientific jury to award Lilyana Petrova Chobanova the Educational and Scientific degree "Doctor" in Higher education field 7. Health and Sports, professional field 7.6 Sports, Doctoral program "Theory and methodology of Sports science".

Sofia, 1st Dec. 2021

Opinion prepared by:

Prof. Krassimir Petkov Ds.C.