

СТАНОВИЩЕ

ОТНОСНО ДИСЕРТАЦИОНЕН ТРУД НА **МИХАИЛ АТАНАСОВ ТАКОВ**

НА ТЕМА: **„УСЪВЪРШЕНСТВАНЕ НА ТРЕНИРОВЪЧНИЯ ПРОЦЕС С ЕЛИТНИ
СЪСТЕЗАТЕЛИ ПО БОКС – МЛАДЕЖИ И МЪЖЕ“**

ЗА ПРИСЪЖДАНЕ НА ОБРАЗОВАТЕЛНАТА И НАУЧНА СТЕПЕН „ДОКТОР“

КАТЕДРА: „ТЕЖКА АТЛЕТИКА, БОКС, ФЕХТОВКА И СПОРТ ЗА ВСИЧКИ“,
ФАКУЛТЕТ „СПОРТ“

ПРИ НСА „ВАСИЛ ЛЕВСКИ“

ОБЛАСТ НА ВИСШЕ ОБРАЗОВАНИЕ: 7. ЗДРАВЕОПАЗВАНЕ И СПОРТ

ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ: 7.6. СПОРТ

ДОКТОРАНТСКА ПРОГРАМА: ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ НА СПОРТНАТА НАУКА

НАУЧЕН РЪКОВОДИТЕЛ: ПРОФ. ДАНИЕЛА ДАШЕВА, ДН

ИЗГОТВИЛ СТАНОВИЩЕТО: ДОЦ. ЛАРИСА КАСАБОВА, ДОКТОР - УНСС

Участвам в Научното жури съгласно **Заповед №ЗП 1572/30.11.2021 г.** на Ректора на НСА „В. Левски“.

Данни за докторанта:

Висше образование:

Михаил Таков е възпитаник на Национална спортна академия „Васил Левски“. В периода 1981 – 1988г. последователно завършва бакалавърска и магистърска степен.

Педагогически и друг професионален опит:

Трудовия си стаж докторантът започва през 1987 -1989 г. като помощник треньор на младежкия национален отбор по бокс. От 1989 г. до момента е главен треньор по бокс и изпълнителен директор на СК „БОКС-ЦСКА“. В периода 1990 - 1993 г. и 2011- 2012 г. той е старши треньор на националния мъжки отбор по бокс, а от 2013 г. до момента е главен треньор на националните ни отбори по бокс.

През 2011 г. получава квалификационна степен „Треньор 3 звезди“, 2013 г. е инструктор на треньори по бокс към Световната федерация AIBA, а през 2014 г. „Треньор 3 звезди“ на WSB, APB.

Обявен е за „Треньор № 1 на Република България“ за 1991 г. и 2012г.

С неговото име се свързва постигането на най – големите успехи на българския бокс на олимпийския ринг и на световни и европейски първенства.

Притежава отлични умения за работа в екип и мултикултурна среда – дългогодишна работа в екип като треньор;

Има умения за работа с MS Word и Excel.

Научните му интереси естествено са насочени към усъвършенстване на методите, подходите, планирането, периодизацията, управлението и контрола на тренировъчния процес при елитни състезатели по бокс – мъже и младежи; Изследва също така и влиянието на високопланинската подготовка в бокса.

Владее отлично руски език, а на добро ниво английски език.

Данни за докторантурата

Михаил Таков е докторант в задочна форма на обучение към катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“ при Факултет „Спорт“ на НСА „В. Левски“. Докторантът е изпълнил е всички дейности предвидени в неговия индивидуален план. По време на обучението му в ОНС „Доктор“ не са установени административни или процедурни нарушения. В съответствие с изискванията е представил списък и ксерокопия на 3 научни публикации свързани с тематиката на дисертационния труд.

Данни за дисертацията

Изборът на проблема, който е предмет на научното търсене на докторанта не е случаен – Михаил Таков е известен в спортните среди дългогодишен състезател и капитан на българския национален отбор по бокс, многократен шампион на България за аматьори, а също така утвърден треньор по бокс и национален селекционер. Уменията му да провежда тренировъчен процес по бокс са възнаграждавани многократно. Съвсем естествен е стремежът му към усъвършенстване на тренировъчния процес при елитни боксьори.

Темата на дисертационния труд е актуална и необходима за обогатяване на теорията и методиката на спортната тренировка в бокса. Дисертационният труд на Михаил Таков има научна и научно - приложна стойност.

Той е класически структуриран чрез увод, теоретична постановка на проблема, цел, задачи, и методика изследването, анализ на резултатите, изводи и препоръки и приложения. Всичко това показва умението на докторанта да систематизира информацията. Дисертационният труд съдържа 132 стандартни машинописни страници. Онагледен е с 8 бр. фигури и 19 бр. таблици. Библиографията включва 91 литературни източника от тях 62 бр. на кирилица /български и руски автори/ и 29 бр. на латиница.

Глава първа: **Постановка на проблема** (39 стр.), включва седем раздела. Чрез направеният теоретичен обзор в тази глава, докторантът ни въвежда постепенно към проблема който е обект на дисертационния труд. В тази глава е направен многоаспектен и задълбочен, анализ на информацията от теоретични, научно-приложни и практически публикации на професионално доказани автори в областта на проблематиката на изследването. Това повишава стойността на разработката и подпомага определянето на обекта, предмета, целта и задачите на изследването.

Направени са характеристики на съвременния бокс, тенденциите в развитието му. Разгледани са планирането на тренировъчния процес, управлението на тренировъчното натоварване, механизмите за адаптация, структурата на годишния тренировъчен цикъл, управлението на тренираността при елитни боксьори, специфичните особености на високопланинска подготовка в бокса.

За да постигне нужната завършеност в тази глава, докторантът обобщава научния проблем и формулира коректно и логично работната хипотеза, основана на очакването от възможност за постигане на висок резултат при правилно планиране и управление на тренировъчните микро и мезоцикли в рамките на годишния тренировъчен цикъл при елитни боксьори, посредством контрол на основните фактори на спортното постижение и промени в тренировъчните въздействия.

Втора глава на дисертацията – Цел, задачи и методика на изследването има класическа структура. Разделена е на пет подглави – първата представя ясно формулирана цел. Във втората са подбрани правилно пет задачи, които са адекватни и отговарят на поставената цел. Тук са определени: предмета, обекта и контингента на изследването. В трета подглава са описани етапите на изследването. Четвърта подглава ни представя подходите и методите на изследването. Те са разделени в два блока:

А. Теоретически подходи за разработване на методическата концепция и обосноваване на актуалността на изследвания проблем обзорно проучване и теоретичен анализ на специализирана научна литература документален анализ, интернет анализ/.

Б. Експериментални подходи за обосновка на изградените теоретико-методически концепции и модели.

В този блок са описани подробно използваните спортно-педагогически изследвания в следните направления:

Характеристика на тренировъчните натоварвания; Антропометрични измервания; Медико-биологически изследвания Хематологични изследвания; Педагогически експеримент.

Тук е представен и е представен автентичен модел на височинен мезоцикъл през подготвителния период и съдържанието на извършената тренировъчна работа разработен и проведен от дисертанта.

В последната подглава са представени математико – статистическите методи използвани за обработка на данните от изследването.

Третата глава РЕЗУЛТАТИ И АНАЛИЗ се състои от две подглави, като всяка една от тях е свързана с решаването на съответната задача на изследването в дисертационния труд. Те са:

1. Модели на управление на подготовката в годишния тренировъчен цикъл на елитни състезатели по бокс

2. Изследване на ефекта върху адаптационните реакции на елитни български боксьори след височинна подготовка.

В тази глава можем да отбележим следните положителни моменти, които имат приносен характер:

1. Предложени са концептуални по структура и съдържание Модели за планиране и управление на тренировъчния процес при елитни състезатели по

бокс. Те позволяват да се оптимизира общата и специфичната работоспособност на елитните ни боксьори.

2. Апробирано и установено по категоричен начин е влиянието и значението на височинната подготовка за високо квалифицираните ни боксьори, като фактор предизвикващ качествено нови адаптационни промени в техния организъм.

3. Във връзка със значението на силата е установена индивидуалния процент/%/ мускулна маса, който показват изследваните елитни боксьори.

4. Установени са стойностите на VO₂max на българските елитни боксьори, те са близки до тези на европейския елит в бокса.

5. Българските елитни боксьори се доближават до европейския елит и по отношение на реакцията на сърдечно съдовата система, те имат по-ниски средни стойности на лактата, но при спироергометрично изследване.

6. Тези стойности носят информация за нивото на подготвеност на изследваните състезатели и дават възможност да се създаде научна база за оптимизиране на подготовката на българските боксьори за постигане на високи спортни резултати.

Приносите на дисертационния труд са формулирани коректно и имат както научно, така и научно-приложно значение и имат своя дял за обогатяване познанията в областта на теорията и методиката на спортната тренировка.

В глава четвърта са изведени 6 изводи и са формулирани 3 препоръки за практиката. Те се основават на решаването на поставените изследователски задачи и произтичат от направения анализ, като дават отговор на формулираната научна хипотеза.

Цитирането и позоваването на автори, публикации и източници в дисертационния труд е според установените стандарти.

Авторефератът дава реална информация за същността на дисертационния труд.

Нямам критични бележки.

Заклучение: Въз основа на казаното по – горе с пълна убеденост давам положителната си оценка на дисертационния труд „УСЪВЪРШЕНСТВАНЕ НА ТРЕНИРОВЪЧНИЯ ПРОЦЕС С ЕЛИТНИ СЪСТЕЗАТЕЛИ ПО БОКС – МЛАДЕЖИ И МЪЖЕ“. *ПРЕДЛАГАМ НА УВАЖАЕМИТЕ ЧЛЕНОВЕ НА НАУЧНОТО ЖУРИ ДА ПРИСЪДЯТ ОБРАЗОВАТЕЛНАТА И НАУЧНА СТЕПЕН "ДОКТОР" НА МИХАИЛ АТАНАСОВ ТАКОВ В ОБЛАСТ НА ВИСШЕ ОБРАЗОВАНИЕ: 7. ЗДРАВЕОПАЗВАНЕ И СПОРТ, ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ: 7.6. СПОРТ.*

15.12.2021 г.

Изготвил становището:

София

/доц. Лариса Касабова, доктор/

POSITION

REF **MIHAIL ATANASOV TAKOV'S** DOCTOR'S THESIS

ON THE THEME: **“IMPROVEMENT OF THE TRAINING PROCESS OF ELITE BOXERS – JUNIORS AND MEN”**

FOR CONFERRING “PhD” EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC DEGREE

„WEIGHTLIFTING, BOXING, FENCING AND SPORT FOR ALL“ DEPARTMENT,

“SPORT” FACULTY TO “VASIL LEVSKI“ NATIONAL ACADEMY OF SPORT

HIGHER EDUCATION FIELD: 7. HEALTHCARE AND SPORT

PROFESSIONAL DIRECTION: 7.6.SPORT

PhD PROGRAMME: THEORY AND METHODOLOGY OF SPORT SCIENCE

SUPERVISOR: PROF DANIELA DASHEVA, DSc

POSITION WRITTEN BY: ASSOCIATE PROF LARISA KASABOVA, PhD – UNIVERSITY FOR NATIONAL AND WORLD ECONOMY

I am participating in the scientific jury according to “V. Levski” NSA Rector's **Order №3II 1572/Nov.30, 2021.**

PhD student's Data:

Higher education:

Mihail Takov is a graduate of “Vasil Levski” National Academy of Sport; he graduated consecutively from Bachelor's and Master's degree during the 1981-1988 period.

Pedagogical and other professional experience:

The PhD student started his period of employment in 1987-1989 as assistant coach of the junior national boxing team. Since 1989 till now, he is a chief coach and executive director of “BOXING-CSKA” sport club. He is a senior coach of the national men boxing team during the periods of 1990-1993 and 2011-2012; since 2013 he is a chief coach of the national boxing teams.

He is qualified as “3 stars' coach” in 2011 and during 2013 is an instructor to boxing coaches to the International Boxing Association /amateur/- AIBA; in 2014 is a “3 starts' coach” to WSB, APB.

He is “Coach No. 1 of Republic of Bulgaria” in 1991 and 2012.

His name is related to the greatest successes of the Bulgarian boxing at the Olympic ring, World and European championships.

Possesses excellent skills to work in a team and in multicultural environment – many years working as a coach in a team.

Skilled to work with MS Word and Excel.

His scientific interests are naturally directed to the improvement of the methods, planning, periodization, management and control of the training process of elite boxers – men and juniors; studies the impact of high mountain preparation on boxing too.

Knows excellent Russian and good level English.

Doctoral study data

Mihail Takov is a party-time PhD student at “Weightlifting, boxing, fencing and sport for all” department to “Sport” faculty of “V.Levski” NSA. The PhD student has fulfilled all activities foreseen in his individual plan. No administrative or procedure infringements are established during his PhD education. He has presented a list and copies of 3 scientific publications related to the theme of the doctor’s thesis according to the requirements.

Doctor’s thesis data

The PhD students’ choice of the problem, subject of the scientific research, is not occasional – Mihail Takov is known in the sport circles as long time competitor and captain of the Bulgarian national boxing team, many years a champion of Bulgaria for amateurs as well as famous boxing coach and national selector. His skill to execute the boxing training process is many times awarded, thus his striving to improve the training process for elite boxers is most natural.

The theme of the doctor’s thesis is topical and necessary for enriching the theory and methodology of the sport training in boxing.

Mihail Takov’s doctor’s thesis is of scientific-applied value.

It is classically structured by an introduction, theoretical set up of the problem, purpose, tasks and methodology of the study, analysis of the results, conclusions and recommendations and annexes. All that shows the ability of the PhD student to systemize information. The doctor’s thesis covers 132 standard pages; illustrated by 8 figures and 19 tables. The bibliography enters 91 literature sources – 62 in Cyrillic alphabet/Bulgarian and Russian authors/ and 29 in Latin alphabet.

Chapter one. The set-up of the problem (39 pages) covers seven sections. The PhD student introduces us gradually to the problem, subject of the doctor’s thesis, thanks to the theoretic review in the chapter. Here a multi-aspect and deep analysis is made of the information from theoretic, scientifically-applied and practical publications by professionally proved authors in the problem field of the study. Thus the value of the development is increased and helps the definition of the object, subject, purpose and tasks of the research.

Characteristics of modern boxing and the tendencies of its development are made. Discussed are: the planning of the training process, management of the training load, adaptation mechanisms, structure of the annual training cycle, management of the training status of the elite boxers, specific particularities of the high-mountain preparation in boxing.

In order to achieve the necessary completeness of the chapter, the PhD student generalizes the scientific problem and formulates correctly and logically a working hypothesis based on the expectation of a possibility for achieving high result if the training micro and mezzo cycles are correctly planned and managed within the frame of the annual training cycle for elite boxers by controlling the basic factors of the sport achievement and changes in the training impacts.

Chapter two of the doctor's thesis – Purpose, tasks and methodology of the study is of classic structure. It is divided into five sub-chapters – the first presents a clearly formulated purpose. Five tasks are correctly selected in the second one; they are adequate and suit the purpose. The subject, object and contingent of the study are defined here. The steps of the study are described in the third sub-chapter. The fourth sub-chapter presents the approaches and methods of the research. They are divided into two blocks:

A. Theoretical approaches for the development of a methodological concept and reasoning the topicality of the problem under study, review study and theoretic analysis of the specific scientific literature, documental analysis, internet analysis.

B. Experimental approaches for reasoning the established theoretical-methodological concepts and models.

The block describes in details the applied sport-pedagogical studies in the following directions:

Characteristics of the training load; anthropometric measurement; medical-biological research; hematological research; pedagogical experiment.

Authentic model is also presented here of a high-mountain mezzo cycle during the preparation period and the contents of the training work, developed and applied by the PhD student.

The mathematic-statistic methods applied for the processing of the results are presented in the last sub-chapter.

Chapter three. Results and analysis – composed by two sub-chapters; each of them is related to the solution of the respective task of the study. They are:

1. Management models of the preparation within the annual training cycle of elite boxers.

2. Study of the effect on the adaptive reactions of elite Bulgarian boxers following high-mountain preparation.

The following positive aspects of contribution nature can be noted in the chapter:

7. Models for planning and management of the training process for elite boxers, conceptual in structure and contents, are proposed. They allow the optimization of the general and specific workability of our elite boxers.
8. Probated and categorically established is the impact and importance of the high-mountain preparation of highly qualified boxers as a factor provoking qualitatively new adaptation changes in their organism.
9. In relation to the importance of strength, the individual percentage (%) muscle mass shown by the elite boxers under study is established.
10. The VO₂max values of the elite Bulgarian boxers are established; they are close to those of the European boxing elite.
11. The Bulgarian elite boxers are close to the European elite in relation to the reaction of the cardiovascular system too; they have lower average values of lactate but during spiroergometry test.

12. These values bear information about the preparedness level of the competitors under study and provide possibility to create scientific base for optimization of the Bulgarian boxers' preparation towards achieving high sport results.

The doctor's thesis contributions are formulated correctly and have both scientific and scientific-applied importance as well as a share for enriching the knowledge in the field of the theory and methodology of the sport training.

Six conclusions are extracted and 3 recommendations formulated for the practice in **chapter four**. They are based on the solution of the research tasks set up and ensue from the analysis, providing an answer for the formulated scientific hypothesis.

Quotation and reference to authors, publications and sources in the doctor's thesis is according to the standards.

The abstract provides true information about the essence of the doctor's thesis.

I have no critical remarks.

Conclusion: On the base of the said hereinabove and being fully convinced, I charge positively the "IMPROVEMENT OF THE TRAINING PROCESS OF ELITE BOXERS – JUNIORS AND MEN" doctor's thesis. *I PROPOSE TO THE ESTEEMED MEMBERS OF THE SCIENTIFIC JURY TO CONFER THE "PhD" EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC DEGREE TO MIHAIL ATANASOV TAKOV IN HIGHER EDUCATION FIELD: 7. HEALTHCARE AND SPORT, PROFESSIONAL DIRECTION: 7.6. SPORT.*

December 15, .2021

Position written by:

Sofia

/ass. prof Larisa Kasabova, PhD/