

## С Т А Н О В И Щ Е

от проф. Димитър Танев Кайков, дн  
за дисертационен труд за получаване на  
образователната и научна степен „Доктор”

**Тема на дисертационния труд:** „Специализирана предсъстезателна  
подготовка при подрастващи самбисти“

**Автор на дисертационния труд:** Мария Гергинова Оряшкова

**Научен ръководител:** доц. Тодор Желязков Маринов, д-р

Дисертационният труд на тема: „Специализирана предсъстезателна подготовка при подрастващи самбисти“ е оформен в обем от 164 страници, съдържа 28 таблици, 32 фигури, библиографска справка от 129 източника, от които 114 на кирилица, 12 на латиница и 3 интернет източника. Към дисертацията са включени 3 приложения.

Изследваният проблем в дисертацията за разработване и проверка ефективността на специализирана предсъстезателна подготовка при подрастващи самбисти е много актуален и значим.

Дисертационният труд е структуриран в три глави, въведение, изводи, препоръки, научни приноси, ползвани литературни източници и приложения.

Положителна оценка заслужава първата глава „Постановка на проблема”, където задълбочено са разработени научните основи на изследвания проблем. Направена е характеристика на самбо като бойно изкуство и боен спорт. Анализирани са основните закономерности на двигателното развитие на подрастващите самбисти. Идентифицирани са основните фактори, определящи ефективността на действията на самбиста в условията на тренировъчна и състезателна дейност. Разкрита е спецификата на състезателната дейност в самбо. Върху основата на анализиран богат литературен материал и на практическия опит с помощта на системния подход се създава система за специализирана предсъстезателна подготовка по самбо. Разработени са теоретичните основи на специализираната методика за предсъстезателна подготовка на подрастващи самбисти, в структурата на която са включени предсъстезателна психическа подготовка, специална физическа подготовка и специална техническа подготовка. В заключителната част на първата глава на дисертацията е изведена работната хипотеза, която е дефинирана правилно.

При обобщението на анализа на теоретичните основи на изследвания проблем в дисертацията убедено може да се твърди, че Мария Оряшкова има задълбочени познания по изследвания проблем, умее да

синтезира научни знания и изработва собствена научнообоснована концепция за предсъстезателната подготовка при подрастващи самбисти.

Положителна оценка следва да се даде и на втората глава на дисертацията „Цел, задачи, методика и организация на изследването“. Много точно са определени целта, задачите, обектът и предметът на изследването. За постигането на целта и доказване на работната хипотеза е приложена комплексна методика за изследване. Проведен е педагогически експеримент за доказване ефективността на разработената от автора методика за специализирана предсъстезателна подготовка на самбисти. В методиката са включени надеждни методи за психическа, физическа и техническа подготовка. Приложени са комплекс от методи за измерване на психическата, физическата и техническата готовност на самбистите преди и след провеждането на експеримента. Резултатите от експеримента са обработени чрез вариационен, сравнителен, корелационен и графичен анализ. Изследването е проведено при много добра организация. Оттук следва и извода, че Мария Оряшкова умее да организира и провежда експериментални изследвания.

Положителна оценка заслужава и трета глава на дисертацията „Анализ на резултатите от изследването“. Последователно и в логическа връзка са анализирани настъпилите положителни промени на показателите на психическата, физическата и техническата готовност вследствие на приложената методика за специализирана предсъстезателна подготовка по самбо. Много задълбочено и професионално е доказана нейната ефективност. Разкрити са не само количествените промени на индикаторите, детерминиращи психическата, физическата и техническата готовност, а са разкрити и техните качествени промени, посредством които възникват големи възможности за управление на подготовката по самбо. Изводите, препоръките и научните приноси са правилно определени. Последователно са решени задачите, постигната е целта и е доказана работната хипотеза.

Задълбоченият анализ на обработените резултати от експерименталното изследване с надеждни математико-статистически методи, разкритите закономерности и доказаната ефективност на специализираната предсъстезателна подготовка при подрастващи самбисти е доказателство за формиране професионални умения на Мария Оряшкова за провеждане на комплексни научни изследвания.

Дисертационният труд има определени научни приноси. Обогатена е теорията за предсъстезателната спортна подготовка по самбо. Приложени са нови методи за психофизически въздействия и тестове за измерване в специализираната предсъстезателна подготовка при подрастващи самбисти. Създадена е методика за предсъстезателна подготовка по самбо. Разкрита е структурата на психическата и физическата готовност и усъвършенстването ѝ при подрастващите

самбисти вследствие на приложената методика в процеса на специализираната предсъстезателна подготовка. При адаптиране на методиката към специфичните изисквания на движенията и действията може да се прилага и при други видове бойни спортове.

По темата на дисертацията са публикувани два материала, на които Мария Оряшкова е самостоятелен автор. Авторефератът отразява съдържанието на дисертацията.

Мария Гергинова Оряшкова е висококвалифициран специалист. Завършила е ОКС „бакалавър“ с две професионални квалификации – учител по физическо възпитание и треньор по самбо и ОКС „магистър“ по спорт и сигурност в НСА „Васил Левски“. Тя е състезател по самбо с редица върхови постижения – седем пъти световен шампион, десет пъти европейски шампион. Три пъти е класирана в групата на десетте най-добри спортисти в България.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Обсъжданият дисертационен труд на тема „Специализирана предсъстезателна подготовка при подрастващи самбисти“ е оригинален научно-изследователски труд. На базата на положителните оценки и значимите научни приноси, както и на формираните професионални качества на Мария Гергинова Оряшкова като изследовател и състезател с върхови постижения, предлагам на Научното жури да ѝ бъде присъдена образователната и научна степен „Доктор“ в професионалното направление 7.6. Спорт.

26.05.2022 год.

гр. София

Член на журито:..... ..

/проф. Д. Кайков, дн/

## STATEMENT

by Professor Dimitar Tanev Kaykov, D.Sc.  
on a dissertation work for the educational and scientific  
academic degree “Doctor of Philosophy”

**Topic of the dissertation work:** “Specialized pre-competition preparation of  
junior sambo wrestlers”

**Author of the dissertation work:** Maria Gerginova Oryashkova

**Supervisor:** Associate Professor Todor Zhelyazkov Marinov, Ph.D.

The dissertation work “Specialized pre-competition preparation of junior sambo wrestlers” has a volume of 164 pages, it contains 28 tables, 32 figures, and bibliographic references of 129 sources - 114 of them in the Cyrillic alphabet, 12 in the Latin, and 3 internet sources. The dissertation work includes 3 applications.

The problem studied in the dissertation about the development and testing the effectiveness of specialized pre-competition preparation of junior sambo fighters is currently very important. The dissertation work is structured in three chapters, an introduction, conclusions, recommendations, scientific contributions, bibliographic sources and applications.

Chapter one “Theoretical formulation of the problem”, where the scientific foundations of the studied topic are analyzed in detail, deserves positive evaluation.

A characteristic is made of sambo as a martial art and sport. The most important requirements for the motor development of junior sambo wrestlers are analyzed. The basic factors are identified, determining the effectiveness of the activities of a sambo wrestler in training and during a competition. The specific aspects of competitions in sambo are revealed. Grounded on the study of rich literary sources and on practical experience, and using the systemic approach, a program for specialized pre-competition preparation in sambo is created. The theoretical foundations of the specialized methodology in pre-competition preparation of junior sambo wrestlers are developed, which includes pre-competition psychic preparation, special physical preparation and special technical preparation. The working hypothesis is correctly formulated and introduced in the end of the first chapter of the dissertation.

In the summary of the analysis on the theoretical basis of the theme presented in the dissertation, it can be stated with conviction that Maria Oryashkova has profound knowledge on the studied problem, and is able to synthesize theoretical information and to create her own scientifically-grounded concepts about the pre-competition preparation of junior sambo wrestlers.

The second chapter of the dissertation “Aim, tasks, methods and organization of the research” has to be given positive evaluation, too. The aim, the tasks, the subject and object of the research are correctly formulated. A complex research methodology is applied for the achievement of the aims of the study and for the working hypothesis to be proved. A pedagogical experiment is conducted to confirm the effectiveness of the method for specialized pre-competition training of sambo wrestlers, developed by the author. The methodology includes reliable methods for psychic, physical and technical preparation. A complex of methods has been applied, for measuring the psychic, physical and technical preparedness of sambo wrestlers before and after conducting the experiment. The results from the experiment have been processed by means of variation, comparative, co-relation and graphic analysis. The research is conducted with very good organization. Hence, the conclusion that Maria Oryashkova is capable of organizing and conducting experimental research studies.

The third chapter “Analysis of the research results” also deserved positive evaluation. The observed positive changes in the indicators of the psychic, physical and technical preparedness as a result of the applied methodology for specialized pre-competition preparation of sambo wrestlers have been analyzed in logical sequence. Its effectiveness is proved in details in a very professional way. Not only the quantitative changes of the indicators are revealed, determining the psychic, physical and technical preparedness, but also the qualitative changes, which offer great opportunities for management of the sambo training process. The conclusions, recommendations and scientific contributions are correctly formulated. The appointed tasks are resolved, the aim is achieved and the working hypothesis is proved.

The detailed analysis of data from the experimental research, processed with reliable mathematical and statistical methods, the revealed regularities, and the proven effectiveness of the specialized pre-competition preparation method for junior sambo wrestlers, are evidence of the acquired professional skills of Maria Oryashkova to conduct complex research studies.

The dissertation work has definite scientific contributions. The theory on pre-competition sport preparation in sambo has been enriched. New methods for psycho-physical impact and measurement tests for specialized pre-competition preparation of junior sambo wrestlers have been applied. A methodology for pre-competition preparation in sambo has been created. The structure of the psychic and physical preparedness of young sambo athletes is revealed, and its improvement, as a result of the applied method in the process of specialized pre-competition preparation. The method can also be used for other martial arts after an adaptation to the specific requirements of movements and actions of the respective sport.

Two materials have been published on the topic of the dissertation with Maria Oryahkova as the single author. The author's Abstract correctly presents the content of the dissertation.

Maria Gerginova Oryashkova is a highly qualified specialist. She graduated the National Sports Academy "Vasil Levski" with a Bachelor's degree in two professional qualifications - as a physical education teacher and a sambo coach, and a Master's degree in the "Sport and Security" program. She is a sambo competitor with a number of top achievements – seven times World Champion, ten times European Champion. She has also been nominated three times in the group of the ten best athletes of Bulgaria.

### **CONCLUSION**

The analyzed dissertation thesis on the topic "Specialized pre-competition preparation of junior sambo wrestlers" is an original scientific research work. On the basis of the positive evaluations and significant scientific contributions, and of the acquired professional qualifications of Maria Gerginova Oryashkova as a researcher and a competitor with top level achievements, I propose to the Scientific Board to award her the educational and scientific degree "Doctor of Philosophy" in the professional field 7.6. Sport.

26.05.2022

Member of the Scientific Board: .....

Sofia, Bulgaria

/Professor D. Kaykov, D.Sc./