

# РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационния труд на Борис Митков Янков, на тема:

## ***„Плажният волейбол като средство за повишаване на физическата работоспособност при студенти“***

за получаване на образователна и научна степен „ДОКТОР“

в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление  
7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Научен ръководител: проф. Димитър Михайлов, доктор

Рецензент: доц. Вера Антонова, доктор, катедра “Баскетбол, Волейбол, Хандбал“ при НСА  
„Васил Левски“

### ***Биографични данни за кандидата***

2015 г. Борис Янков завършва ОКС „Магистър“ в Шуменски университет „Св. Константин Преславски“, квалификация „Учител по физическо възпитание“.

От 2012 г. е треньор на мъжкия и женския отбор по волейбол на МУ „Проф. д-р Параскев Стоянов“ – Варна.

От 2018 до 2022 г. е преподавател в катедра „Физическо възпитание и спорт“ на МУ „Проф. д-р Параскев Стоянов“ – Варна.

От 2022 г. е старши преподавател в катедра „Физическо възпитание и спорт“ на МУ „Проф. д-р Параскев Стоянов“ – Варна.

От 2002 до 2012 г. е професионален състезател по волейбол и плажен волейбол.

2008 г. става шампион и носител на Купата на Румъния с „Tomis“ (Констанца).

2005 г. и 2007 г. е Балкански шампион по плажен волейбол.

Борис Янков е Републикански шампион по волейбол (2001 г.) и плажен волейбол (2003 г.). Има участие в Swatch FIVB world tour (10 турнира).

### ***Обща характеристика на дисертационния труд***

Дисертационният труд е представен в общ обем от 207 страници, включително приложенията. Състои от въведение, четири глави и три приложения. Библиографията включва 82 литературни източника, от които 37 на кирилица, 39 на латиница и 6 интернет източника. Дисертацията е онагледена с 41 таблици и 58 фигури.

От всичко приложено в представената от Борис Янков документация (заповеди, протокол, вътрешни рецензии, публикации, дисертация, автореферат, публикувани статии) става ясно, че редът от зачисляването до отчисляването е спазен и отговаря на ЗРАСРБ, Правилника за прилагането му и Наредбата за придобиване на ОНС „Доктор“ в НСА „Васил Левски“.

### ***Актуалност на дисертационния труд***

Избраната тема е актуална. Последствията от епидемията COVID-19 са много, но най-значими са обездвижването и намаляването на личните контакти. В тази връзка, плажният волейбол е спорт, който напълно отговаря на епидемиологичните предписания (играе се на открито, противниците нямат пряк контакт един с друг) и е идеално средство за повишаване на двигателната активност. Плажният волейбол е популярен спорт, масово се практикува (вкл. непрофесионално) и решава редица оздравителни и образователни задачи. С голям успех може да се използва като средство за повишаване на работоспособността при студентите в неспециализираните висши училища.

При анализа на проучените литературни източници и на основата на собствения опит, докторантът установява мястото на плажния волейбол в системата на спорта, както и възможностите, които предлага за развиване на двигателните и техникo-тактическите способности при студентите, а от там и на тяхната цялостна работоспособност.

### ***Структура на дисертационния труд***

Представеният за рецензиране научен труд е структуриран в съответствие с изискванията и критериите за присъждане на ОНС „Доктор“.

Въведението представя в синтезиран вид мотивите на докторанта да се насочи към разработването на тази тема: „Плажният волейбол като средство за повишаване на физическата работоспособност при студенти“.

В първа глава е представена теоретичната постановка на проблема. Разгледани са особеностите на физическото възпитание и спорта във висшите училища – цел, задачи, организация и основни форми на учебния процес, направен е ретроспективен анализ на възникването и развитието на плажния волейбол, както е дадена и характеристика на двигателните качества и техническата подготовка в плажния волейбол. Направеният литературен обзор е представен в обем от 43 страници, подреден е логично, последователно и отразява задълбочено познаване на представената проблематика. Поставена е добра основа за цялостното разработване на дисертационния труд. Цитиранията са в разработваната тематика и са коректно приложени, спрямо зададените академични стандарти.

Стилът, който Борис Янков демонстрира в литературния обзор е терминологично правилен и показва личната компетенция на докторанта по разглежданите въпроси. Разгледани и представени са съвременни източници по въпросите от темата плажен волейбол. Всичко това убедително показва, че Борис Янков владее отлично теоретичната основа на изследването.

На основата на направеният задълбочен литературен обзор е формулирана и работната хипотеза, която гласи, че: „чрез целенасочени, експериментално доказани методи на работа със спорта плажен волейбол със студенти неактивни спортисти в часовете по избран вид спорт ще се подобрят и повишат техните двигателни способности, както и тяхната физическа работоспособност“.

Във втора глава целта на научния труд е ясно и точно дефинирана – да се установи степента на влияние на спорта плажен волейбол върху физическата работоспособност на студенти неактивни спортисти. За реализирането и са поставени пет задачи. Предмет на изследването е учебно-тренировъчната работа в часовете по спорт на студенти неактивни спортисти. Обект са физическите качества и функционалните възможности на студентите. В научният експеримент са включени 53 студенти, от които 15 занимаващи се с плажен волейбол, 16 – с баскетбол и 22 – с футбол.

Методите на изследване включват контент анализ по информационни източници; анкетно проучване (102 анкетирани студенти – 35 чуждестранни и 67 български); спортно-педагогическо тестиране; спортно-педагогически експеримент; математико-статистически методи.

Спортно-педагогическото тестиране е приложено, за да се установи нивото на някои физически показатели. Снети са 15 показателя, разпределени в 4 групи: за оценка на нивото на бързина (7 показателя); за оценка на издръжливостта (3 показателя); за оценка на нивото на силата (2 показателя); за оценка на гъвкавостта (2 показателя). Тестовите, с които са снети отделните показатели са подходящи и са отлично описани.

Подглавата „Организация на изследването“ е разработена е прецизно. Приложената учебно-тренировъчна програма по плажен волейбол е представена в Приложения №3 на дисертационния труд. Програмата е отлично разработена и с голям успех може да се внедри в практиката.

За обработката на получените резултатите от изследването са използвани следните математико-статистически методи: анкетно проучване; вариационен анализ; сравнителен *t*-критерий на Стюдънт и еднофакторен дисперсионен анализ.

В трета глава висока оценка заслужава компетентното анализиране на резултатите от проведените изследвания. Анализирани са резултатите от проведеното анкетно проучване, относно нагласата на студентите от МУ – Варна към плажния волейбол. Изследвани и анализирани са средните стойности и вариативността на показателите за двигателни умения и функционални възможности, в началото и в края на спортно-педагогическия експеримент с експерименталната и с контролната група. Направен е сравнителен анализ за значимостта на разликите в стойностите от двете тестирания за всички студенти, както и сравнителен анализ за статистическата значимост на разликите и прираста на отделните групи при спортно-педагогическите тестове и тестовите, определящи функционалното състояние.

Направен е компетентен и задълбочен анализ на резултатите от проведения експеримент за установяване степента на влияние на спорта плажен волейбол върху физическата работоспособност на студенти неактивни спортисти. От анализа на първото и второто тестиране за разликите в средния прираст, се потвърждава тезата, че използваните тренировъчни програми по плажен волейбол, баскетбол и футбол оказват положително влияние върху физическите и двигателните умения на студентите.

Резултатите произтичат от направените изследвания и дават възможност на докторанта да направи необходимите за теорията и практиката изводи и препоръки, които

са обективни, добре формулирани. Препоръките са коректни и могат да бъдат приложени в практиката.

### ***Приноси на дисертационния труд***

1. Докторантът е направил теоретичен анализ по изследваният специфичен проблем, на основата на разработки от специалисти в областта.

2. Проведено е комплексно изследване със студенти неактивни спортисти. Използвана е тестова батерия с богат набор от показатели, установяващи степента на влияние на заниманията с плажен волейбол.

3. Разработени и приложени в практиката са комплекси с общоразвиващи упражнения за разгриване, учебна програма за семестър по плажен волейбол и методика за тренировки по плажен волейбол за един семестър, състояща се от 15 упражнения по 90 минути.

### ***Заклучение***

Дисертационният труд на Борис Янков отговаря на изискванията за ЗРАСРБ, Правилника за прилагането му и Наредбата за придобиване на ОНС „Доктор“ в НСА „Васил Левски“.

Приложените в документацията статии са по темата на дисертационния труд и са научно издържани.

Авторефератът напълно съответства на съдържанието на дисертацията и е разработен съобразно изискванията.

Давам положителна оценка на дисертационния труд на тема „Плажният волейбол като средство за повишаване на физическата работоспособност при студенти“. Предлагам на членовете на научното жури да вземат решение за присъждане на Борис Митков Янков на образователната и научна степен „ДОКТОР“, в Област на висше образование: 7. Здравеопазване и спорт, Професионално направление: 7.6. Спорт, Докторска програма: „Теория и методология на спортната наука“.

22.04.2023 г.

Рецензент: .....

/доц. Вера Антонова, доктор/