

РЕЦЕНЗИЯ

от доц. Нели Николова Танкушева, доктор

на дисертационен труд за присъждане 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“

Автор: *Венета Николаева Христова*

Тема: „Координационни способности и спортен подбор в спортната гимнастика (момичета)“

Научен ръководител: проф. Бонка Димитрова, доктор

Обща представяне на процедурата и докторантката

Венета Николаева Христова е зачислена като докторант редовна форма на обучение към катедра „Гимнастика“ със заповед ЗП-1410 от 23.10.2020 г. на Ректора на НСА „Васил Левски“. Отчислена е с право на защита със заповед ЗП-1236 от 15.12.2023 г.

Вътрешно обсъждане на дисертационния труд е проведено на 04.06.2024 г. в катедра „Гимнастика“. Установено е, че по време на обучението на докторантката и при реализирането на дисертацията са спазени всички законови изисквания.

Със заповед № 648 от 20.06.2024 г. на Ректора на НСА „Васил Левски“ съм определена за член на научното жури за осигуряване на процедура за публична защита на дисертационен труд за придобиване на образователната и научна степен „доктор“ на Венета Николаева Христова, докторант редовна форма на обучение към катедра „Гимнастика“. Представените от нея

материали по защитата, са в съответствие с изискванията и включват всички необходими документи.

Няма данни за плагиатство.

Христова е родена на 26.06.1988 г. в гр. София. Завършва НСА „Васил Левски“ бакалавърска степен през 2010 г., като треньор по спортна гимнастика и магистърска степен през 2014 г. в програма „Физическо възпитание“.

Докторантката е дългогодишен състезател по спортна гимнастика към ГК „Левски Спартак“ и член на националния отбор на България. Участничка в редица европейски и световни първенства по спортна гимнастика. В момента работи като треньор към ГК „Левски Спартак“, в същото време е и съдия по спортна гимнастика – национална категория.

От февруари 2023 г. е хоноруван преподавател към катедра „Гимнастика“ и води практически занимания по гимнастика със студенти от факултет „Педагогика“, факултет „Спорт“ и спортно усъвършенстване.

Професионалното и развитие логично продължава с разработването на настоящия дисертационен труд.

Актуалност на тематиката

Представената за рецензия дисертация на Венета Христова е актуална и навременна. Тази насока за работа е породена от изгубените позиции на българската женска спортна гимнастика от 30 години насам, на фона на високите постижения на съвременния световен елит. Проблемите за това са различни, но един от основните е некачествения подбор. Необходимостта от нов подход за развитие на системата за подрастващите гимнастици, както и увеличаване на спортния резерв, които да отговарят на бързо развиващия се елитен спорт, я насочва към актуална и важна тема, а именно подбора в многогодишен аспект и връзката му с координационните способности в гимнастиката.

Характеристика и оценка на дисертационния труд

Представеният дисертационен труд е в обем от 161 страници. В структурно отношение се състои от четири глави, ползвана литература и две приложения. Онагледен е много добре с 57 таблици и 24 фигури.

Първа глава е озаглавена „Литературен обзор“ и е представена в четири подточки в логична последователност. Анализирани са общо 149 литературни източника от тях 126 на кирилица, 22 на латиница и 1 интернет сайта, което показва обхвата на научното търсене.

Венета Христова последователно и детайлизирано ни въвежда в системата на подбора, като разкрива мнението на авторите за същността, характеристиките, методологическите принципи, етапите и видовете спортен подбор. Авторката се спира подробно на ключови за спортния подбор понятия, като заложиби, надареност, способност, талант. Обединява се около мнението на учени и специалисти, които представят спортния подбор като многофакторен процес, който обхваща всички етапи от подготовката на спортиста, от детството до определянето на отборите участващи в международни състезание. В свое заключение, Христова определя спортният подбор като първото от водещите звена в системата за дългосрочно обучение на спортисти.

Спортната гимнастика се характеризира с висока координационна сложност на изпълняваните упражнения. Ето защо, авторката цитира редица учени и специалисти, които смятат че една от основните задачи на началния етап на обучение в гимнастиката е развитието на координационните способности. Във връзка с това прави подробен анализ на научните мнения за същността на координационните способности, тяхната класификация, използваните средства и „чувствителните периоди“ за тяхното развитие, както

сложността и многозначността на критериите за тяхното оценяване и мястото им в спортния подбор.

Задълбоченият анализ на литературните източници позволяват на Христова да оформи коректно работната си хипотеза.

Първа глава е в обем от 35 страници и за нея в заключение можем да отбележим следното:

- последователност и задълбоченост на научното проучване;
- добро познаване на проблема и коректно подбрани насоки на изследователския процес;
- литературните източници са задълбочено анализирани и позицията на Христова е защитена аргументирано;
- представеният литературен обзор е добър показател за научните търсения на докторантката.

Във втора глава – „Цел, задачи, организация и методика на изследването“, е представена целта и шестте задачи, даващи ясна представа за намеренията на докторантката.

Следват описание на обект, предмет и контингент на изследването, организацията при неговото провеждане и подробното представяне на използваните 6 метода.

В методът „Спортно-педагогическо тестиране“ са описани шестте теста и тяхната методика за определяне на изходното и крайното ниво на координационните способности, както и осем теста за физическа подготовка от Единната програма по спортна гимнастика-жени. В методът „Експертна оценка“ са представени критериите за определяне на техническото ниво на гимнастичките на четирите женски уреда от спортната гимнастика, по действащата Наредба на БФ Гимнастика.

Спортно-педагогическият експеримент е проведен с 50 състезателки разделени в две възрастови групи, като от всяка са сформирани експериментална и контролна група, съответно за 6-7 и за 8-9 годишни. Разработена е експериментална методика с 6 комплекса, дадено е разяснение за нейното прилагане, както и схема за седмичното разпределение на комплексите. Два от тях се изпълняват в подготвителната част на тренировката и са на квадрата за земна гимнастика (за общо разгръване и постановка). Три комплекса (за равновесна устойчивост, за статично и динамично равновесие) се изпълняват на ниска гредка, пак в подготвителната част. Веднъж в седмицата в края на заниманието се работи комплекс № 6 - за ориентиране в пространството или батутна подготовка.

В трета глава Анализ на резултатите, последователно са представени и аргументирано анализирани резултатите от проведените изследвания:

- *Анкетно проучване*, което дава информация на докторантката, че в практиката тренъорите не използват конкретни тестове за установяване нивото на координационните способности, въпреки че ги определят, като едно от най-важните двигателни качества в гимнастиката. Това я насочва към необходимостта от въвеждане на тестове за координация.

- *Зависимост между координационните способности и техническата подготовка на гимнастичките в началото на експеримента* – Компонентите, които се отличават със значителна корелационна зависимост с техниката при първоначалното изследване са статичното равновесие и ориентиране в пространството. Авторката прави заключение, че за достигане на високо техническо ниво в подготовката на малките гимнастички от голямо значение е целенасоченото развитие на тези способности в началния етап на подготовка.

- *Анализ на резултатите от спортно педагогическия експеримент*,

съответно по физическа, техническа подготовка и изследваните координационни качества при 6-7 и 8-9 г. (експериментална и контролна група) в началото и края на експеримента. Констатира се подобряване на физическите качества и за четирите изследвани групи. Относно координационните способности, статистическата обработка на данни показва, че предложената методика значително е повлияла за подобряване им при 6-7 г. и особено при два от изследваните компоненти при 8-9 г., а именно - ориентирание в пространството и статичното равновесие.

- *Анализ на резултатите за техническата подготовка* показва, че и двете групи при 6-7 г. са станали по-хомогенни и са подобрили своите резултати свързани с техническото ниво на изпълнение на отделните уреди за периода на експеримента. При 8-9 г. – също има подобрене и докторантката тук се аргументира, че това се дължи на стандартната методика по която са работили групите, но няма статистически значима разлика между тях.

- *Анализ на зависимостта между координационните способности и техническата подготовка в края на експеримента* – Експертната оценката на техническата подготовка е направена в естествени условия на Държавно първенство (поотделно за 7, 8 и 9 г.) с помощта на експерти (съдии). След подробния статистически анализ, докторантката обобщава, че избраните компоненти имат *значителна* зависимост с техниката на изпълнение, като го обяснява с факта, че са част от едно цяло, а именно координационните способности. Авторката аргументирано доказва пряката връзка между тях т.е., че колкото по-висока е оценката на координационните способности на гимнастичката, толкова по-високо ще бъде нейното техническо ниво. Изследването убедило я насочва към заключението, че тези компоненти трябва да намерят място в системата за начален подбор в гимнастиката.

В т. III.3.10., с помощта на данните получени от използваните математико – статистически методи е предложена - *Примерна таблица за оценяване на координационните способности на гимнастичките в етап на начална подготовка* – (за експериментиранияте възрасти). На база на получените резултати от анализа за зависимостта между координационните способности и техническата подготовка са избрани компонентите с най-голяма зависимост между тях. Представена е 50- точкова система за оценяването на компонентите на координацията.

В последната част на дисертационния труд са направени **изводи**, които кореспондират с поставените задачи и произтичат от направения анализ, дават отговор на формулираната научна хипотеза. Дадени са и препоръки за практиката.

Приноси на разработката за науката и практиката:

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

1. Обогатени са знанията относно научно-методическите основи и възрастови особености при развитие на координационните способности на състезателки по спортна гимнастика
2. От проведеното изследване чрез тестова батерия за установяване нивото на развитие на координационните способности, са определени значимите компоненти от координацията в подготовката на младите гимнастички – в начален и основен етап.
3. Съставена е методика, която е апробирана в практиката, за развитие на координационните способности в начален и основен етап на подготовката на 6-7 и 8-9 годишни гимнастички
4. Представена е 50- точкова система за оценяването на компонентите

на координацията в етап на начална подготовка.

Докторантката има три публикации, от които две са самостоятелни и една в съавторство. Всички те са по проблемите разработени в дисертационния труд и разкриват хода на творческото търсене. Публикациите са структурирани правилно и имат теоретичен и практико приложен характер.

Авторефератът към дисертационния труд коректно отразява основните моменти и резултати от изследването.

Заключение

Дисертационният труд ***съдържа научни, научно-приложни и приложни резултати, които представляват оригинален принос в науката*** и отговарят на изискванията на Закона за развитие на академичния състав в Република България (ЗРАСРБ) и Правилника за неговото прилагане и съответния Правилник на НСА „Васил Левски“. Дисертационният труд показва, че докторантката Венета Николаева Христова притежава задълбочени теоретични знания по избраната научна специалност и професионални умения за самостоятелно провеждане на научно изследване.

Ето защо, убедено давам своята ***положителна оценка*** за проведеното изследване, представено от рецензираните по-горе дисертационен труд, автореферат, постигнати резултати и приноси, и ***предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „доктор“*** на Венета Николаева Христова в област на висше образование: 7.Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

04.08. 2024 г.

Рецензент:

Доц. Н. Танкушева, доктор

REVIEW

By Assoc. Prof. Neli Nikolova Tankusheva, PhD

Of a dissertation for the award of the educational and scientific degree
“Doctor” in the field of higher education 7. Healthcare and sport, professional field
7.6. Sports, PhD program "Theory and Methodology of Sports Science"

Author: *Veneta Nikolaeva Hristova*

Topic: “Coordination abilities and sports selection in artistic gymnastics (girls)”

Scientific adviser: Prof. Bonka Dimitrova, PhD

General presentation of the procedure and the doctoral student

Veneta Nikolaeva Hristova has been entered as a Doctoral candidate on an full-time doctoral student at the Department „Gymnastics“ by Order ZP-1410 by 23.10.2020 of the Rector of NSA “Vasil Levski“. She has been struck off the list with the right for defense by Order ZP-1236 by 15.12.2023.

Internal consideration of the dissertation paper was held on 04.06.2024 at the Department of Gymnastics. It has been established that during the education of the doctoral student and at the realization of the dissertation, all legal requirements have been observed.

By Order No. 648/20.06.2024 of the Rector of NSA “Vasil Levski” I was appointed a member of the scientific jury to provide a procedure for the public defense of a dissertation for obtaining the educational and scientific degree “Doctor” if Veneta Nikolaeva Hristova, full-time doctoral student at the Department of Gymnastics. The defense materials submitted by her are in accordance with the requirements and include all necessary documents.

There is no data for plagiarism.

Hristova was born on June 26, 1988 in the city of Sofia. He graduated from NSA "Vasil Levski" with a bachelor's degree in 2010 as a gymnastics coach and a

master's degree in 2014 in the program „Physical Education“. The doctoral student is a long-time artistic gymnastic competitor at the GC "Levski Spartak" and a member of the Bulgarian national team. Participant in a number of European and world championships in artistic gymnastics. He is currently working as a coach at the GC "Levski Spartak", at the same time he is also a judge in artistic gymnastics - national category.

Since February 2023, he has been a part-time teacher at the "Gymnastics" department and conducts practical exercises in gymnastics with students from faculty "Pedagogy" and faculty "Sports", as well as sports improvement.

Her professional development logically continues with the development of the present dissertation.

Actuality of the topic

The dissertation of Veneta Hristova submitted for review is current and timely. This direction of work is caused by the lost positions of the Bulgarian women's artistic gymnastics for 30 years, against the background of the high achievements of the modern world elite. The problems for this are different, but one of the main ones is poor selection. The need for a new approach to developing the system for adolescent gymnasts, as well as increasing the sports reserve to meet the rapidly developing elite sport, directs her to a current and important topic, namely selection in a multi-year aspect and its relationship with coordination abilities in gymnastics.

Characterization and evaluation of the dissertation

The presented dissertation is in the volume of 161 pages. Structurally, it consists of four chapters, references and two appendices. It is very well illustrated with 57 tables and 24 figures.

The first chapter is entitled "Literature Review" and is presented in four subsections in a logical sequence. A total of 149 literary sources were analyzed, 126

of them in Cyrillic, 22 in Latin and 1 internet site, which shows the scope of scientific research.

Veneta Hristova consistently and in detail introduces us to the selection system, revealing the authors' opinion on the essence, characteristics, methodological principles, stages and types of sports selection. The author dwells in detail on key concepts for sports selection, such as aptitude, giftedness, ability, talent. It is united around the opinion of scientists and specialists who present sports selection as a multifactorial process that covers all stages of the athlete's preparation, from childhood to the selection of teams participating in international competitions. In her conclusion, Hristova defines sports selection as the first of the leading units in the system for long-term training of athletes.

Artistic gymnastics is characterized by a high coordination complexity of the performed exercises. Therefore, the author quotes a number of scientists and specialists who believe that one of the main tasks of the initial stage of training in gymnastics is the development of coordination abilities. In connection with this, she makes a detailed analysis of scientific opinions on the essence of coordination abilities, their classification, the means used and the "sensitive periods" for their development, as well as the complexity and ambiguity of the criteria for their assessment and their place in sports selection.

The in-depth analysis of the literary sources allowed Hristova to correctly formulate her working hypothesis.

The first chapter is in a volume of 35 pages and for it in conclusion we can note the following:

- consistency and depth of the scientific research;
- good knowledge of the problem and correctly selected directions of the research process;

- the literary sources are thoroughly analyzed and Hristova's position is defended with arguments;
- the presented literature review is a good indicator of the doctoral student's scientific research.

In the second chapter - "Aim, tasks, organization and methodology of the research", the aim and the six tasks are presented, giving a clear idea of the intentions of the doctoral student.

The following is a description of the object, subject and contingent of the study, the organization of its conduct, and the detailed presentation of the 6 methods used.

The "Sports-Pedagogical Testing" method describes the six tests and their methodology for determining the initial and final level of coordination abilities, as well as eight tests for physical training from the Unified Program in Sports Gymnastics-Women. In the "Expert assessment" method, the criteria for determining the technical level of the gymnasts of the four women's gymnastic apparatuses are presented, according to the current Regulation of BF Gymnastics.

The sports-pedagogical experiment was conducted with 50 athletes divided into two age groups, each of which formed an experimental and a control group, respectively for 6-7 and 8-9 year olds. An experimental methodology with 6 complexes was developed, an explanation of its application was given, as well as a scheme for the weekly distribution of the complexes. Two of them are performed in the preparatory part of the training and are on the square for floor gymnastics (for general warm-up and staging). Three complexes (for balance stability, for static and dynamic balance) are performed on a low beam, again in the preparatory part. Once a week, at the end of the lesson, complex No. 6 is worked - for orientation in space or trampoline training.

In the third chapter "Analysis of the results", the results of the conducted research are presented and analyzed in a logical manner:

- A *survey study* that informs the doctoral student that in practice coaches do not use specific tests to establish the level of coordination abilities, although they define them as one of the most important motor qualities in gymnastics. This leads her to the need to introduce coordination tests.

- *Dependence between the coordination abilities and the technical training of the gymnasts at the beginning of the experiment* – The components that stand out with a significant correlation dependence with the technique in the initial examination are static balance and orientation in space. The author concludes that in order to reach a high technical level in the training of young gymnasts, the purposeful development of these abilities in the initial stage of training is of great importance.

- *Analysis of the results of the sports-pedagogical experiment*, in terms of physical and technical training and the investigated coordination qualities at 6-7 and 8-9 years old (experimental and control group) at the beginning and end of the experiment. Improvement of physical qualities was found for all four studied groups. Regarding coordination abilities, the statistical processing of data shows that the proposed methodology significantly influenced their improvement at 6-7 years old and especially at two of the studied components at 8-9 years old, namely - orientation in space and static balance

- *Analysis of the results for the technical training* shows that both groups at 6-7 years old have become more homogeneous and have improved their results related to the technical level of performance of the individual devices during the experiment period. At 8-9 years - there is also an improvement and the doctoral student here argues that this is due to the standard methodology by which the groups worked, but there is no statistically significant difference between them.

- *Analysis of the relationship between coordination abilities and technical training at the end of the experiment* – The expert evaluation of the technical preparation was made in natural conditions of the State Championship (separately

for 7, 8 and 9 years) with the help of experts (judges). After the detailed statistical analysis, the doctoral student summarizes that the selected components have a significant relationship with the performance technique, explaining it with the fact that they are part of a single entity, namely coordination abilities. The author logically proves the direct connection between them, i.e. the higher the evaluation of the gymnast's coordination abilities, the higher her technical level will be. The study convincingly leads her to the conclusion that these components should find a place in the system of initial selection in gymnastics.

In point III.3.10., with the help of the data obtained from the used mathematical and statistical methods, it is proposed - *An example table for evaluating the coordination abilities of gymnasts in the initial training stage* - (for the experimented ages). Based on the obtained results of the analysis of the dependence between coordination abilities and technical preparation, the components with the greatest dependence between them were selected. A 50-point system is presented for the assessment of the components of coordination.

In the last part of the dissertation work, conclusions are drawn that correspond to the tasks set and stem from the analysis made, they provide an answer to the formulated scientific hypothesis. Recommendations are also given for the practice.

Contributions of the development to science and practice:

The extended scientific search, the research and analysis done in the dissertation allow me to point out the following main contributions to practice:

1. The knowledge regarding the scientific-methodical foundations and age-specific features in the development of the coordination abilities of female gymnasts has been enriched.

2. From the research carried out using a test battery to establish the level of

development of coordination abilities, the significant components of coordination in the preparation of young gymnasts - in the initial and basic stages - have been determined.

3. A practice-tested methodology has been developed for the development of coordination abilities in the initial and basic stages of the training of 6-7 and 8-9 year old gymnasts.

4. A 50-point system for evaluating the components of coordination in the initial training stage is presented.

The PhD student has three publications, two of which are independent and one co-authored. All of them are based on the problems developed in the dissertation work and reveal the course of the creative search. The publications are properly structured and have a theoretical and practically applied nature.

The abstract for the dissertation correctly reflects the main points and results of the research.

Conclusion

The dissertation contains scientific, scientific-applied and applied results, which represent an original contribution to science and meet the requirements of the Law on the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria (ZRASRB) and the Regulations for its implementation and the relevant Regulations of the National Academy of Sciences "Vasil Levski". The dissertation shows that the doctoral student Veneta Nikolaeva Hristova has in-depth theoretical knowledge in the chosen scientific specialty and professional skills for independent conducting of scientific research.

Therefore, I confidently give my positive assessment of the conducted research, presented by the above-reviewed dissertation work, abstract, achieved results and contributions, and I propose to the honorable scientific jury to award the educational and scientific degree "doctor" to Veneta Nikolaeva Hristova in the field of higher

education: 7. Health care and sports, professional direction 7.6. Sports, Doctoral Program "Theory and Methodology of Sports Science".

04.08. 2024

Reviewer:

Associate professor: N. Tankusheva, doctor