

## **СТАНОВИЩЕ**

**върху дисертационен труд за придобиване на образователна и научна степен  
„Доктор“ на тема: „ Координационни способности и спортен подбор в  
спортната гимнастика (момичета) “**

**Автор на дисертационния труд: Венета Николаева Христова**

**Научен ръководител: проф Бонка Димитрова, доктор**

**Докторска програма: Теория и методика на спортната наука**

**Професионално направление: 7.6. Спорт**

**Катедра : „Гимнастика“**

**Член на научното жури: проф.Кирил Андонов, дн**

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

Представеният за становище дисертационен труд е навременен и актуален в който се изследват координационни способности и мястото им в спортния подбор в спортната гимнастика (момичета), като се предлага въвеждането на тестове за координация с които да подобри качеството и ефективността на системата за спортен подбор в спортната гимнастика.

### **II. Характеристика и оценка на дисертационния труд**

Трудът е разработен в обем от 161 страници, 57 таблици, 24 фигури и библиографска справка. След дисертацията допълнително на 12 страници са изведени две приложения: в първото е показана използваната анкета и във второто са показани само комплекси 1,2 и шест, комплексите 3,4 и 5. са показани като съдържание на експерименталната методика вътре в текста.Разпределен е в увод и четири глави.

Структуриран е правилно, съобразно изискванията на Министерството на образованието и науката.

**Глава първа - Литературен обзор и постановка на проблема** В литературния обзор Венета Христова прави преглед на същността на подбора, на структурата на координационните способности според различни автори. Спира се по - подробно на критериите и оценката на координационните способности правени досега. Разглежда координационни способности и мястото им в спортния подбор, като се придържа към единната програма и методика за обучение и тренировка по спортна гимнастика от 2019 г. Завършва с работната хипотеза която произтича от направения от нея литературен обзор от 149 автори от които 126 на кирилица, 22 на латиница и 1 сайт от интернет с което насочва читателя към разглеждания проблем.

**Глава втора – Цел, задачи, организация и методика на изследването.**

Целта и задачите са формулирани ясно и стегнато и дават представа за последователността на изложения материал в научния труд.

От организацията на изследването се вижда, че е проведено в периода 01.02.2021г. до 01.06.2024г., което според мен е достатъчен период от време за да се проучи и представи по подходящ начин избрания от докторантката тезис.

От методите на изследване Венета Христова е използвала 6 на брой, приложени в хода на цялостната разработка на дисертационния труд от които безспорно най - интересен е спортно-педагогическия експеримент.

Направено е изследване с 50 състезателки разделени във възрастова група - 6-7 г. (30 гимнастички) и 8-9 г. (20 гимнастички). И са сформирани контролна и експериментална групи (КГ и ЕГ) във възраст 6-7 г. разделени по 15 момичета във всяка и във възраст 8-9г. по 10 момичета.

Също така се представя прилагането на експерименталната методика в табличен вид за първите няколко седмици на педагогическия експеримент. В

таблиците тя показва за всеки един от дните на седмицата, кой от комплексите да се изпълнява.

**Глава трета – анализ на резултатите.** В началото на анализа на резултатите Венета Христова интерпретира получените данни от проведената анкета с 65 специалисти с треньори, съдии и състезатели от всички клубове в страната по време на държавно лично отборно първенство за 2021 г. Установява, че специалистите определят координационните способности, като едно от най-важните двигателни качества в гимнастиката, което подкрепя нейния тезис, че въвеждането на тестове за координация в началния подбор и проследяване на тяхното развитие в основната подготовка и би подпомогнало спортния подбор във всичките му етапи.

В следващия раздел докторантката анализира характера на връзките и степените на зависимост между изследваните показатели на координационните способности и техническото ниво на гимнастичките в началото на експеримента. За целта прилага корелационен анализ и изчислява коефициента на обикновена линейна корелация на Пийрсън.

С това тя доказва, че компонентите които се отличават със значителна връзка с техниката на изпълнение при първоначалното изследване са статичното равновесие и ориентиране в пространството, като заключава, че тяхното целенасочено развиване в начален етап на подготовка е от важно значение за достигане на високо техническо ниво в подготовката на малките гимнастички.

В анализа на резултатите от педагогическия експеримент Венета Христова установява последователно средните стойности и вариативност на изследваните признаци на физическите, техническите и координационни качества на изследваните момичета. Първо след обобщение на статистическия анализа за физическа подготовка на четирите групи в началото и края на експеримента в

различните възрасти тя доказва, че всички групи са повишили своите физическите качества благодарение на тяхната специализирана спортна подготовка приложена по време на експеримента.

От статистическата обработка на началните и крайните данни може да се каже, че предложената от докторантката методика значително е повлияла за подобряване на координационните способности.

По-нататък анализа продължава със средните стойности и вариативността на признаците за техническа подготовка при 6-7 и 8-9 годишни гимнастички. В началото и в края на експеримента са направени тестирания на техническата подготовка на гимнастичките участвали в педагогическия експеримент. Тяхното ниво е определено чрез базови упражнения за тяхната възраст по изискване от Единната програма (2019), които включват 4-5 упражнения на всеки отделен уред от гимнастиката.

Сравнявайки резултатите на експерименталните групи 6-7 и 8-9 годишни гимнастички в края на експеримента се обобщава, че тези групи са станали по хомогенни и са подобрили своите резултати свързани с техническото ниво на изпълнение на отделните уреди за периода на експеримента.

В заключителните изследвания на Венета Христова използва корелационен анализ за установяване на взаимовръзка и влиянието на координационните способности с техническото ниво на гимнастичките. С помощта на експерти чрез експертна оценка е оценила техническата подготовка в естествените условия на състезание а именно на държавното първенство по спортна гимнастика, първи етап „Зона Запад“ София 2023г- м. април

След направения анализ на изследваните връзки и степените на зависимост между изследваните показатели за координация и техническа подготовка в края на

изследването докторантката обобщава, че избраните от нея компоненти имат значителна зависимост с техническата подготовка. Тази пряка връзка между тях тя потвърждава, с факта, че колко по-висока е оценката на координационните способности на гимнастичката толкова по-високо ще бъде нейното техническо ниво.

От направеното изследването докторантката доказва необходимостта от определяне на нивото на координация в спортната гимнастика и че , тези компоненти трябва да намерят място в системата за начален подбор в гимнастиката.

Венета Христова завършва своя дисертационен труд с примерна таблица за оценяване на координационните способности на 6-7 и 8-9 годишни гимнастички в етапа на начална подготовка.

Предлаганата тестова батерия в различните възрасти дава възможност за оценяване на статичното равновесие, ориентацията в пространството и точността за възпроизвеждане на движението, след предварително записване на резултатите.

**III. Изводи и препоръки:.** Изведени са изводи и препоръки които кореспондират с поставените задачи в дисертацията и са насочени към практиката като предложената методика може да служи за изграждане и развиване на двигателни възможности в начален и основен етап на гимнастичките, след като се спазват последователността, изискванията и указанията за прилагането ѝ.

#### **IV. Критични бележки към научния труд**

Към трудът могат да бъдат отправени някои препоръки:

1. В препоръките трябва да се опише представената платформа за приложение в практиката.
2. За в бъдеще, за да се получат още по-категорични доказателства за тези комплекси те трябва непрекъснато да се анализират и обогатяват в зависимост от нуждите на подрастващите гимнастички. което картината за техниката на изпълнение ще бъде пълна.

## **V. Приноси на дисертационния труд:**

1. Направено е научно обоснован анализ на състоянието и развитието на координационните способности на 6-7 и 8-9 годишни гимнастички.

2. Определени са значимите компоненти от координацията за начален и основен етап от подготовката в спортната гимнастика (статично равновесие, ориентиране в пространството и възпроизвеждане на движението).

3. Съставена е и предложена апробирана в практиката методика за развитие на координационните способности в начален и основен етап от подготовката на 6-7 и 8-9 годишни гимнастички.

## **VI. Заключение**

Въз връзка с така представения дисертационен труд с убеденост предлагам на уважаемите членове на научното жури да дадат своя вот на редовната докторантка Венета Николаева Христова за присъждане на образователната и научна степен “Доктор” към катедра „Гимнастика“ в НСА „Васил Левски“=

**10.02.2021 г.**

**Гр. София**

**Член на научното жури:**

**/проф. Кирил Андонов, дн/**

## **STATEMENT**

**on the PhD thesis for the awarding of the educational and scientific degree of  
„Doctor“**

**Title: "Coordination abilities and sport selection in artistic gymnastics (girls)"**

**Author of the PhD thesis: Veneta Nikolaeva Hristova**

**Scientific advisor: Prof. Bonka Dimitrova, PhD**

**Doctorate programme: Theory and methods of sport science**

**Professional area: 7.6. Sport**

**Department: Gymnastics**

**Member of the scientific jury: prof. Kiril Andonov**

### **I. Actuality of the PhD thesis**

The thesis presented for opinion is timely and up-to-date, in which coordination abilities and their place in the sports selection in artistic gymnastics (girls) are investigated, proposing the introduction of coordination tests to improve the quality and efficiency of the sports selection system in the sports gymnastics.

### **II. Characterization and evaluation of the dissertation work**

The work is developed in a volume of 161 pages, 57 tables, 24 figures and a bibliographic reference. After the dissertation, two appendices are additionally displayed on 12 pages: in the first, the used survey is shown, and in the second, only complexes 1,2 and six are shown, complexes 3,4 and 5 are shown as content of the experimental methodology inside the text. It is distributed in an introduction and four chapters.

It is structured correctly, according to the requirements of the Ministry of Education and Science.

**Chapter one - *Literature review and problem setting*** In the literature review, Veneta Hristova examines the essence of selection, the structure of coordination abilities according to different authors. The criteria and the assessment of coordination capabilities carried out so far are discussed in more detail. It shall consider coordination abilities and their place in the sports selection, adhering to the 2019 Uniform Programme and Methodology for Training and Education in Artistic Gymnastics. She concludes with

a working hypothesis that arises from her literature review based on an extensive literature review of 149 authors, 126 of whom are in Cyrillic, 22 in Latin, and 1 from the Internet, which directs the reader to the problem under consideration.

## **Chapter two** *Aim, objectives, organisation and methodology of the study.*

The objectives and tasks shall be clearly and concisely formulated and shall reflect the coherence of the material presented in the scientific work.

The organisation of the study shows that it was conducted between 01.02.2021 and 01.06.2024, which I believe is a sufficient period of time to study and properly present the thesis chosen by the doctoral student.

Of the research methods Veneta Hristova used 6 in number, applied in the course of the overall development of the dissertation work, of which the sports-pedagogical experiment is undoubtedly the most interesting.

A study was conducted with 50 female competitors divided into age groups of 6-7 years (30 gymnasts) and 8-9 years (20 gymnasts). And they formed control and experimental groups (CG and EG) at the age of 6-7 years, divided into 15 girls in each and at the age of 8-9 years, 10 girls.

The application of the experimental methodology is also presented in tabular form for the first few weeks of the pedagogical experiment. In the tables it indicates for each day of the week which of the complexes to perform.

**Chapter three** *Analysis of the results.* At the beginning of the analysis of the results, Veneta Hristova interpreted the data obtained from the survey conducted with 65 specialists with coaches, referees and competitors from all clubs in the country during the State Individual Team Championship for 2021. It finds that the experts identify coordination skills as one of the most important motor qualities in gymnastics, which supports its thesis that the introduction of coordination tests in the initial selection and the



monitoring of their development in the basic training would help sports selection at all stages.

In the next section, the doctoral student analyses the nature of the relationships and the degrees of dependence between the measured indicators of coordination abilities and the technical level of the gymnasts at the beginning of the experiment. To this end, it shall apply correlation analysis and calculate the coefficient of ordinary linear Pearson correlation.

In this way, it demonstrates that the components that are significantly related to the technique of performance in the initial study are static balance and spatial orientation, and concludes that their purposeful development at an early stage of training is important for achieving a high technical level in the training of young gymnasts.

In the analysis of the results of the pedagogical experiment, Veneta Hristova consistently established the average values and variability of the examined signs of the physical, technical and coordination qualities of the girls studied. First, after summarizing the statistical analysis of the physical fitness of the four groups at the beginning and end of the experiment at different ages, it demonstrates that all groups improved their physical qualities thanks to their specialized sports training applied during the experiment.

From the statistical processing of the initial and final data, it can be said that the methodology proposed by the doctoral student has had a significant impact on improving coordination abilities.

Further on in the analysis, he continues with the mean values and variability of the technical preparation indicators in 6-7 and 8-9 year old gymnasts. At the beginning and at the end of the experiment, the technical preparation of the gymnasts participating in the pedagogical experiment was tested. Their level is determined by basic exercises for their

age as required by the Unified Program (2019), which include 4-5 exercises on each individual gymnastic apparatus.

Comparing the results of the experimental groups of 6-7 and 8-9 year old gymnasts at the end of the experiment, it is concluded that these groups have become more homogeneous and have improved their results related to the technical level of performance of the individual devices for the period of the experiment.

In her final studies, Veneta Hristova used correlational analysis to establish the relationship and influence of coordination abilities with the technical level of gymnasts. With the help of experts through an expert evaluation, assessed the technical preparation in the natural conditions of the competition, namely the state championship in gymnastics, first stage Zona Zapad Sofia 2023-m April

After analysing the relationships and the degree of dependence between the coordinating indicators and the technical training, the doctoral candidate concludes that the components she has chosen have a significant dependence on the technical training. This direct link between the two is confirmed by the fact that the higher the evaluation of the gymnast's coordination abilities, the higher her technical level will be.

From the research done, the doctoral student proves the need to determine the level of coordination in sports gymnastics and that these components should find a place in the system of initial selection in gymnastics.

Veneta Hristova completed her dissertation with an example table for assessing the coordination abilities of 6-7 and 8-9 year old gymnasts in the initial preparation stage.

The test battery offered at different ages allows the evaluation of static balance, spatial orientation and accuracy of movement reproduction after the preliminary recording of the results.

**III. Conclusions and recommendations:** Conclusions and recommendations have been drawn that correspond to the tasks set in the thesis and are oriented to practice, as the proposed methodology can serve to build and develop motor capabilities for beginners, after observing the consistency, requirements and instructions for its application.

#### **IV. Critical remarks on the scientific work**

Some recommendations can be made to the work:

1. The recommendations shall describe the platform presented for practical application.
2. In the future, in order to provide even more definitive evidence for these complexes, they must be continually analysed and enriched according to the needs of the adolescent gymnasts.

#### **V.Contributions to the thesis:**

1. A scientifically based analysis of the state and development of the coordination skills of 6-7 and 8-9 year old gymnasts was carried out.
  - . The significant components of coordination for the initial and main stage of preparation in gymnastics (static balance, spatial orientation and reproduction of movement) are defined.
3. A methodology for the development of coordination abilities in the initial and basic stage of the preparation of 6-7 and 8-9 year old gymnasts has been developed and proposed.

#### **VI. Conclusion**

In view of the thesis presented in this way, I strongly suggest that the esteemed members of the scientific jury give their vote to regular doctoral student Veneta

Nikolayeva Hristova for the award of the educational and scientific degree "Doctor" to the Department of "Gymnastics" at the National Academy of Sciences "Vasil Levski"

**10.08.2024 г.**

**Sofia**

**Member of the scientific jury:**

**/Prof. Kiril Andonov D.Sc./**