

СТАНОВИЩЕ

по дисертационен труд на **Ирина Каменова Божинова** -
докторант към катедра „Гимнастика“ на НСА „В. Левски“ на тема:
**„Роля на спомагателните уреди при разучаване на основните
гимнастически упражнения“**

за присъждане на образователната и научна степен „Доктор“ в област на
висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално
направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на
спортната наука“

Научен ръководител: проф. Бонка Димитрова, доктор
Становище от проф. Анна Божкова, ДН

I. Актуалност и значимост на разработвания в дисертационния труд проблем

Представеният дисертационен труд на Ирина Божинова е насочен към изследване на базовите упражнения със спомагателни уреди на смесена успоредка при подрастващи гимнастички, защото те са основата на техниката на по-сложните по структура гимнастически упражнения. От голямо значение са изследванията, свързани с разработването и прилагането на нови методически подходи в практиката, насочени към повишаване ефективността на процеса на разучване на базовите упражнения на смесена успоредка при подрастващи гимнастички.

Считам, че изборът на темата от докторантката Ирина Божинова заслужава положителна оценка, тя е интересна и иновативна. Проучването е насочено към оптимизиране на тренировъчния процес, чрез установяване на най-ефективните спомагателните средства на смесена успоредка за

разучаването на базовите упражнения, като ги приложи в практиката, което формулира и Работната хипотеза.

Дисертационният труд е с правилна, класическа структура. Отделните глави и подглави са добре балансирани. Направен е задълбочен информационен обзор на литературните източници, който е дал на докторантката възможност да проучи изследвания проблем. Това ѝ е позволило да разгледа и анализира мненията на по-широк кръг специалисти в тази област - утвърдени автори и достатъчен процент публикации от последните години. Целият дисертационен труд е написан на добър научен стил, много добре е оформен и структуриран.

II. Оценка на резултатите и приносите на дисертационния труд

Дисертацията е с общ обем от 158 страници, онагледена качествено и по най-добрия начин с 19 таблици и 69 фигури в основния текст и 4 приложения. Библиографският списък включва 166 заглавия и 8 интернет сайт.

Осъщественият задълбочен и компетентен анализ на резултатите в няколко направления ми дава основание да оценя представения научен труд като положителен с доказани, по убедителен начин, достойнства.

Мотивите за тази оценка могат да бъдат формулирани така:

1. Успешно са установени предимствата на спомагателните средства при разучаване на упражненията в спортната гимнастика.
2. Чрез сполучлив сравнителен кинематичен анализ на параметрите на базовите упражнения на смесена успоредка и двигателните действия със спомагателните уреди са разкрити ефективността на ползваните спомагателни средства.
3. Установени са количествените стойности на основни показатели при изпълнението на склопка със спомагателните уреди: топка, тренажор 1; тренажор 2 и гимнастическа тояжка, които да послужат за

правилното разучване и изпълнение на техниката на това упражнение.

4. Положителна оценка заслужава изготвената методическа програма със спомагателни уреди за разучаване на съчетанието на смесена успоредка за момичета младша възраст.
5. Доказана е по категоричен начин ефективността на разработената програма за базовите упражнения на смесена успоредка за подрастващи гимнастички.
6. Коректно са формулирани научно обосновани изводи и полезни за практиката препоръки и насоки, които безспорно очертават пътя за увеличаване на двигателния потенциал на подрастващите гимнастички.

III. Данни за автореферата и публикациите

Авторефератът е разработен според изискванията и съответства на съдържанието на труда.

Докторантката е направила две публикации по темата на дисертационния труд, които са на български език и са отпечатани в Годишника на Национална спортна академия „В. Левски“.

IV. Заключение

Ирина Божинова е с доказани качества и компетенции като състезател, треньор, преподавател и акредитиран секретар в различни по ранг Купи и първенства по спортна гимнастика. Като редовен докторант към катедра „Гимнастика“ преминава успешно всички етапи на обучението си.

Представеният дисертационен труд е актуално и практически полезно научно изследване с принос за теорията и практиката на спортната наука. Представена ни е рационална и ефективна методика, която включва две основни направления - Развитие на специалната физическа подготовка

със спомагателните средства насочена към смесена успоредка и Специално-подготвителни упражнения със спомагателни средства за разучване на упражненията на смесена успоредка за съчетанието на момичета младша възраст.

Въз основа на изложеното цялостно положително отношение към представения дисертационен труд предлагам на уважаемите членовете на научното жури да присъдят на Ирина Каменова Божинава образователната и научна степен „Доктор“ в област на висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

София, 31.07.2024 г.

Член на журито:

/Проф. А. Божкова, ДН/

OPINION STATEMENT

on the dissertation of Irina Kamenova Bozhinova -
doctoral student at the "Gymnastics" Department of the National Sports
Academy "V. Levski" on the topic:

"Role of auxiliary apparatus when studying the basic gymnastics exercises"

for awarding the educational and scientific degree "Doctor" in the field of higher
education 7. Health care and sports, professional field 7.6. Sport, Doctoral
Program "Theory and Methodology of Sports Science"

Scientific supervisor: Prof. Bonka Dimitrova, doctor

Opinion by Prof. Anna Bozhkova, DSc

I. Relevance and significance of the problem developed in the dissertation work

The presented dissertation of Irina Bozhinova is aimed at researching the basic asymmetric bars exercises with auxiliary equipment in adolescent gymnasts. The exercises are placed in the center of the topic because they are accepted as the basis of mastering techniques of more complex structures in gymnastic exercises. Of great importance are the studies related to the development and application of new methodological approaches in practice, aimed at increasing the effectiveness of the process of learning the basic exercises on asymmetric bars by adolescent gymnasts.

I believe that the topic chosen by the doctoral student Irina Bozhinova deserves a positive assessment as it is interesting and innovative. The study is aimed at optimizing the training process by establishing the most effective auxiliary means for mastering the basic exercises on asymmetric bars, applying them in practice, which also formulates the Working hypothesis.

The dissertation has a correct, classic structure. The individual chapters and subchapters are well balanced. An in-depth information review of the literary sources was made, which gave the doctoral student the opportunity to become well aware of the researched problem. This has allowed her to consider and analyze the opinions of a wide range of specialists in this field - established authors and a sufficient percentage of publications from recent years. The entire dissertation is written in a good scientific style, very well designed and structured.

II. Evaluation of the results and contributions of the dissertation work

The dissertation has a total volume of 158 pages, illustrated appropriately and in the best way with 19 tables and 69 figures in the main text and 4 appendices. The bibliography includes 166 titles and 8 websites.

The analysis of the results carried out in a thorough and competent way in several directions gives me reason to evaluate the presented scientific work positively on the basis of merits demonstrated in a convincing manner.

The reasons for this assessment opinion can be formulated as follows:

7. The advantages of the auxiliary means in learning gymnastics exercises have been successfully identified.
8. Through a successful comparative kinematic analysis of the parameters of the basic exercises on asymmetric bars and the motor actions with the auxiliary apparatus, the effectiveness of the used auxiliary devices was revealed.
9. Quantitative values of some basic indicators have been established in the implementation of a kip with the auxiliary devices: ball, training device 1; training device 2 and a gymnastic stick to help correct learning and performing the technique of this exercise.

10. A positive evaluation deserves the prepared methodical program with auxiliary devices for studying the combination on asymmetric bars for junior girls.
11. The effectiveness of the developed program for the basic exercises on asymmetric bars for adolescent gymnasts has been convincingly proven.
12. Scientifically based conclusions as well as recommendations and advices applicable in practice are correctly formulated, which undoubtedly outline the way to increase the motor potential of adolescent gymnasts.

III. Data on the abstract and publications

The abstract is developed according to the respective requirements and corresponds to the content of the work.

The doctoral student has published two articles on the topic of the dissertation, which are in Bulgarian language and were printed in the Yearbook of the National Sports Academy "V. Levski".

IV. Conclusion

Irina Bozhinova has proven competences and skills as a competitor, coach, teacher and accredited secretary in various cups and championships in gymnastics. As a regular doctoral student at the "Gymnastics" department, she successfully passed all stages of her doctoral studies.

The presented dissertation work is an up-to-date and practically useful scientific study with a contribution to the theory and practice of sports science. We were introduced to a rational and effective methodology, which includes two main directions - Development of special physical training with the auxiliary means aimed at asymmetric bars and Special preparatory exercises with auxiliary apparatus for studying the exercises on asymmetric bars for the combination performed by younger girls.

Based on the expressed above overall positive opinion on the presented dissertation work, I propose to the distinguished members of the scientific jury

to award Irina Kamenova Bozhinova the educational and scientific degree "Doctor" in the field of higher education 7. Health care and sports, professional field 7.6. Sport, Doctoral Program "Theory and Methodology of Sports Science".

Sofia, 31.07.2024

Jury member:

/Prof. A. Bozhkova, DSc/