

РЕЦЕНЗИЯ

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" с тема:

МЕТОДОЛОГИЯ ЗА РАЗВИВАНЕ НА ТЕХНИЧЕСКИ УМЕНИЯ ПРИ 11-13-ГОДИШНИ ВОЛЕЙБОЛИСТИ В АЛБАНИЯ

Автор: ЕНКЕЛЕДА МУКА

Научен ръководител/и: доц. Вера Антонова, доктор, доц. Христо Андонов, доктор

Проблематиката на дисертационния труд на Енкеледа Мука е актуална и това не подлежи на съмнение. Дисертантката обоснова този факт на страниците на увода и на първа глава. Можем да допълним също така, че проблемът е важен и навременен за развитието на детско-юношеския волейбол в Република Албания.

Прегледът на литературата показва, че най-ефективните тренировъчни методики за млади волейболисти се различават от прилаганите традиционни треньорски методи и се основават на научно обосновани тренировъчни и образователни програми. Като нов подход към обучението, прилагането на такива методологии подобрява техническите умения и представянето на младите спортисти.

Съвременният волейбол отразява динамиката на нашето ежедневие - силна връзка между образователната, здравната и възпитателната роля на обучението и мотивацията, устойчивостта и представянето в състезанието. Тренировките по волейбол естествено ангажират въображението, способностите и интересите на децата. В същото време се насърчава пълноценното физическо, интелектуално и личностно развитие, както и формирането и усъвършенстването на практическите умения на подрастващите.

Дисертационният труд има внушителен обем от 193 страници, включително и ползвана литература и приложения. Разработен е по западни стандарти и следва последователност характерна за списването на публикации по APA style.

Изследователската теза гласи, че разработването и прилагането на специфични инструменти и методи за практическо обучение ще повиши двигателното представяне и ще подобри техническите умения при 11-13-годишните албански волейболистки.

Основната цел на изследването е насочена към развиване на технически умения при 11-13-годишни албански волейболисти чрез прилагане на научна методология, базирана на динамични и подходящи за възрастта тренировъчни средство и методи.

Обектът и предметът на дисертационното изследване са конкретно очертани и са дефинирани шест изследователски задачи.

Общо 40 млади волейболистки от спортната асоциация Galaktikët (Албания) участват в изследването. Изследователският подход включва проучване и анализ на информационни източници; спортно – педагогическо тестиране; педагогическо наблюдение и спортно – педагогически експеримент.

Изследвани са 9 показатели за определяне нивото на физическото развитие, двигателните качества и волейболната техническа подготовка на младите волейболистки.

Основната цел на разработените тренировъчни програми е насочена към подобряване на техническите умения, чрез развиване на качествата, специфични за спорта волейбол, важни за постигане на атлетизъм, според концепцията на Vompa & Haff (2009).

Усъвършенстване на техническите умения: включва сервиране, подаване, забиване, посрещане и блокиране. Систематичният подход към развитието на техническите умения се фокусира върху подобряване на способностите на волейболистките да изпълняват правилно и прецизно волейболните техники.

Подобряване на двигателните умения е фокусирано и върху подобряване на двигателните способности.

Серия от тренировки, интегрирани в базирани на умения кондиционни игри, подобряват двигателните умения, насочени към ловкостта, координацията, скоростта, издръжливостта и гъвкавостта.

Интересът за специалистите, работещи с подрастващи във волейбола представлява и разработеният микроцикъл, годишната тренировъчна програма и упражненията, включени в експерименталната програма, различаващи се от традиционната тренировка.

Данните от проведените изследвания са обработени с адекватни математически и статистически методи: сравнителен t-тест анализ; Wilcoxon signed-rank test като непараметрична алтернатива на t-тест; корелационен анализ, ANCOVA и PCA.

Първа глава представя характеристиките на двигателната активност и волейболните умения при 11-13-годишни волейболисти; двигателни качества на детството (чувствителни периоди); основни пози и движения във волейбола; необходими волейболни умения за тази възраст; периодизация на тренировъчния процес при волейболисти на 11-13 години (за един тренировъчен цикъл).

Критичният анализ на използваната литература показва, че са изследвани сериозен брой научни и документални източници основно на английски език. Направен е професионално и отговорно.

Третата глава включва анализ на получените от изследването първични данни. Информацията е подходящо показана в таблици – 21 на брой и богато онагледена на фигури и графики - 55.

Статистическият анализ и получените данни са в подкрепа на разработената програмата, приложена в експерименталната група за постигане на дефинираната изследователска цел. Експерименталната група показва значителни подобрения във всички тествани технически елементи, в сравнение с контролната група, която работи по традиционната програма. Ефективността на програмата се отразява и на изследваните двигателни способности при младите волейболистки.

Най-ценните факти и сравнения, разбира се, са в четвърта глава озаглавена – Дискусия. Подходът на коментиране е интересен и потвърждава тезата на докторантката, че е необходимо развитие на методиките на подготовка и при млади волейболистки, тъй като обучението и и тренировката са динамичен процес на натрупване на знания и практика.

Настоящата дисертация е изключително експериментално изследване на ефекта от новата методология за развитие на технически умения за 11-13-годишни волейболисти в Албания.

Резултатите гарантират, че научен подход, адаптиран към нуждите на спортиста, може значително да увеличи физическите и техническите умения и цялостния спортен потенциал. Фокусирането върху овладяването на техническите умения, подобряването на физическото представяне и биомеханичния анализ, базиран на природата на волейбола, доведе за ефективното изпълнение на техники и модели на движение. Подобряването на физическите компоненти позволява на играча да прилага по-добре техническите умения от гледна точка на динамиката на волейбола. Разнообразието от упражнения, съчетано с техника и физика, насърчи положителна тренировъчна среда, повишавайки мотивацията и удовлетворението. Проучването предоставя ценни данни за всички обучители и изследователи, които работят с тази възрастова група. Проучването подтиква треньорите да приемат по-научен и цялостен подход, който избягва традиционния и оптимизира атлетичния потенциал на младите волейболисти.

Проучването насърчава философията на тренировките, основана на дългосрочно атлетично развитие. Изследването разширява знанията и данните в литературата, свързани с обучението на малки деца. Той подчертава важността на по-нататъшните изследвания на стратегиите за обучение в различни възрастови групи, нива на умения, пол и спортове, за да се подобри възможността за обобщаване.

Препоръките, определени в края на дисертационния труд, пет на брой, обективно отразяват изследователската и аналитичната работа, извършена от докторантката. Те са интересни, важни за спортно-педагогическата практика и насочват вниманието към проблеми, логически свързани с подготовката на млади спортисти като прегаряне, ранна специализация, мотивация и др. Те могат да послужат като отправна точка за оптимизиране на тренировъчния процес с младите волейболисти в Р Албания.

Дисертационният труд завършва със заключение, което обобщава постигнатото от докторантката в хода на изследването и подчертава още веднъж значението на научно обоснована програма за обучение на млади 11-13 годишни волейболистки.

Нямам съществени препоръки и бележки към дисертационния труд.

Не са установени факти на плагиатство и общи публикации.

Представени са три публикации по темата на дисертационния труд - две самостоятелни и една в съавторство. Една от публикациите е публикуване в престижното списание – “Series of Biomechanics”

Авторефератът е разработен съобразно изискванията и съответства на съдържанието на дисертационния труд.

Докторантката Елкеледа Мука е завършила Спортния университет на Тирана с магистърска степен – треньор по волейбол. Работила е като учител по физическо възпитание, преподавател към Департамента Приложни изследвания на движението към спортния университет – Тирана и в момента е преподавател към Департамента по колективни спортове към Факултета за Двигателни науки към същия. Професионален състезател по волейбол и участник в националния отбор на Р Албания и носител на множество спортни отличия. Представила е дипломи за участие в множество курсове към университети и към Международния олимпийски комитет. Също така има участие в редица национални и международни конференции и конгреси.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Несъмнено представеното научно изследване е актуално и има висока научна стойност в контекста на албанския спорт за подрастващи. Получените резултати са важни за теорията и практиката на спорта и на волейбола.

Въз основа на всичко изложено до тук, давам своята положителна оценка и предлагам на членовете на уважаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „ДОКТОР” на Елкеледа Мука в област на висше образование: 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 Спорт, докторска програма – Теория и методология на спортната наука.

София, 10.12.2024

Рецензент:

(проф. Даниела Дашева, дн)

REVIEW

of a dissertation for the award of the educational and scientific degree "Doctor", in the field of higher education 7. "Healthcare and Sports", professional direction 7.6. "Sports" with the topic:

METHODOLOGY OF DEVELOPING TECHNICAL SKILLS IN 11-13-YEAR-OLD VOLLEYBALL PLAYERS IN ALBANIA

Author: ENKELEDA MUKA

Scientific supervisor(s): Assoc. Prof. Vera Antonova, PhD, Assoc. Prof. Hristo Andonov, PhD

The issues of Enkeleda Muka's dissertation are relevant, and this is beyond doubt. The PhD student substantiated this fact in the introduction and the first chapter. We can also add that the problem is important and timely for developing children's and youth volleyball in the Republic of Albania.

The literature review shows that the most effective training methodologies for young volleyball players differ from the applied traditional coaching methods and are based on scientifically based training and educational programs. As a new approach to training, applying such methodologies improves the technical skills and performance of young athletes.

Modern volleyball reflects the dynamics of everyday life - a strong connection between the educational, health, and upbringing role of training and motivation, resilience, and performance in competition. Volleyball training naturally engages the imagination, abilities, and interests of children. At the same time, full physical, intellectual, and personal development is encouraged, as well as the formation and improvement of the practical skills of adolescents.

The dissertation has an impressive volume of 193 pages, including used literature and applications. It was developed according to Western standards and follows a sequence characteristic of writing publications in APA style.

The research thesis states that developing and applying specific tools and methods for practical training will increase motor performance and improve technical skills in 11-13-year-old Albanian volleyball players.

The main objective of the study is to develop technical skills in 11-13-year-old Albanian volleyball players by applying a scientific methodology based on dynamic and age-appropriate training tools and methods.

The object and subject of the dissertation research are specifically outlined and six research tasks are defined.

A total of 40 young volleyball players from the Galaktikët sports association (Albania) participate in the study. The research approach includes research and analysis of information sources; sports-pedagogical testing; pedagogical observation and sports-pedagogical experiments.

9 indicators were studied to determine the level of physical development, motor qualities, and volleyball technical preparation of young volleyball players.

The main goal of the developed training programs is to improve technical skills by developing qualities specific to the sport of volleyball, important for achieving athleticism, according to the concept of Bompa & Haff (2009).

Improving technical skills: includes serving, passing, dunking, receiving, and blocking. The systematic approach to the development of technical skills focuses on improving the abilities of volleyball players to correctly and precisely perform volleyball techniques.

Improving motor skills is also focused on improving motor abilities.

A series of training sessions integrated into skill-based conditioning games improve motor skills aimed at agility, coordination, speed, endurance, and flexibility.

Of interest to specialists working with adolescents in volleyball is also the developed microcycle, the annual training program, and the exercises included in the experimental program, which differs from traditional training.

The data from the conducted studies were processed with adequate mathematical and statistical methods: comparative t-test analysis; Wilcoxon signed-rank test as a non-parametric alternative to t-test; correlation analysis, ANCOVA, and PCA.

The first chapter presents the characteristics of motor activity and volleyball skills in 11-13-year-old volleyball players; motor qualities of childhood (sensitive periods); basic postures and movements in volleyball; necessary volleyball skills for this age; periodization of the training process in volleyball players aged 11-13 (for one training cycle).

The critical analysis of the used literature shows that a significant number of scientific and documentary sources, mainly in English, have been studied. It has been done professionally and responsibly.

The third chapter includes an analysis of the primary data obtained from the study. The information is appropriately displayed in Tables - 21 in number and richly illustrated in figures and graphs 55.

The statistical analysis and the data obtained support the developed program, applied in the experimental group to achieve the defined research goal. The experimental group showed significant improvements in all of the erased technical elements, compared to the control group, which works on the traditional program. The effectiveness of the program is also reflected in the studied motor abilities of young volleyball players.

The most valuable facts and comparisons, of course, are in the fourth chapter entitled – Discussion. The approach of commenting is interesting and confirms the thesis of the doctoral student that it is necessary to develop training methodologies for young volleyball players since training and practice are a dynamic process of accumulating knowledge and practice.

This dissertation is an exclusively experimental study of the effect of the new methodology for developing technical skills for 11-13-year-old volleyball players in Albania.

The results guarantee that a scientific approach, adapted to the needs of the athlete, can significantly increase physical and technical skills and overall sports potential. Focusing on mastering technical skills, improving physical performance, and biomechanical analysis, based on the nature of volleyball, led to the effective implementation of techniques and movement patterns. Improving the physical components allows the player to better apply technical skills in terms of volleyball dynamics. The variety of exercises, combined with technique and physics, promoted a positive training environment, increasing motivation and satisfaction. The study provides valuable data for all trainers and researchers

working with this age group. The study encourages coaches to adopt a more scientific and holistic approach that avoids the traditional and optimizes the athletic potential of young volleyball players.

The study promotes a training philosophy based on long-term athletic development. The study expands the knowledge and data in the literature related to the training of young children. It emphasizes the importance of further research on training strategies in different age groups, skill levels, gender, and sports in order to improve generalizability.

The recommendations set out at the end of the dissertation, five in number, objectively reflect the research and analytical work carried out by the doctoral student. They are interesting, important for sports and pedagogical practice, and draw attention to problems logically related to the preparation of young athletes such as burnout, early specialization, motivation, etc. They can serve as a starting point for optimizing the training process with young volleyball players in the Republic of Albania.

The dissertation ends with a conclusion that summarizes the achievements of the doctoral student in the course of the study and emphasizes once again the importance of a scientifically based program for training young 11-13-year-old volleyball players.

I have no significant recommendations and comments on the dissertation.

No facts of plagiarism and general publications have been established.

Three publications on the topic of the dissertation are presented - two independent and one in co-authorship. One of the publications is a publication in the prestigious journal - "Series of Biomechanics". The abstract has been developed following the requirements and corresponds to the content of the dissertation.

Doctoral student Elkeleda Muka graduated from the Sports University of Tirana with a Master's degree in volleyball coaching. She worked as a physical education teacher, and lecturer at the Department of Applied Movement Studies at the Sports University of Tirana and is currently a lecturer at the Department of Team Sports at the Faculty of Movement Sciences at the same university. A professional volleyball player and member of the national team of the Republic of Albania and winner of numerous sports awards. She has presented diplomas for participation in numerous courses at universities and the International Olympic Committee.

She has also participated in several national and international conferences and congresses.

CONCLUSION

The presented scientific research is undoubtedly relevant and has high scientific value in the context of Albanian youth sports. The results obtained are important for the theory and practice of sports and volleyball.

Based on everything stated so far, I give my positive assessment and propose to the members of the esteemed scientific jury to award Elkeleda Muka the educational and scientific degree "DOCTOR" in the field of higher education: 7. Health and Sports, professional field 7.6 Sports, doctoral program—Theory and Methodology of Sports Science.

Sofia, 10.12.2024

Reviewer:

Prof. Daniela Dasheva, DSci

