

## **РЕЦЕНЗИЯ**

от доцент Рашо Макавеев, доктор

на дисертационния труд на Калина Георгиева Стефанова, докторант в

катедра "Борба и джудо" към НСА „Васил Левски“ на тема:

**„УСЪВТРСЕНСТВАНЕ НА МЕТОДИКАТА ЗА ПОДГОТОВКА НА  
СЪСТЕЗАТЕЛИ ПО САМБО И ДЖУДО“**

За присъждане на образователната и научна степен „ДОКТОР“, област на висшето образование 7., здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Научен ръководител: доц. Тодор Маринов, доктор

### ***Общо представяне на процедурата***

Анализът на документите по процедурата за придобиване на образователната и научна степен “Доктор” показва, че докторантката Калина Стефанова е представила пълен комплект от необходимите материали. Те са в съответствие със Закона за висшето образование, Закона за развитие на академичния състав на Република България, Наредбата за придобиване на образователната и научна степен “доктор” на НСА, както и всички съпътстващи процедурата документи, с което са изпълнени изцяло административните изисквания.

Представените от кандидатката документи за оценка и рецензия са следните:

- Дисертационен труд;
- Автореферат;
- Научни публикации – 2 броя.

### ***Кратки биографични данни за кандидатката***

Калина Стефанова е родена през 1989 г. Завършва НСА „Васил Левски“ ОКС Бакалавър със специалност „Треньор по самбо“ и „Спортен мениджмънт“ през 2013 г. През 2016 г. придобива магистърска степен в Нов Български Университет, специалност „Международни отношения“. През 2021 г. е зачислена като редовен докторант към катедра „Борба и джудо“ към НСА „Васил Левски“. От 2015 г. работи

съответно, като треньор, а след това като управител и мениджър в различни компании.

Кандидатката притежава редица умения и компетенции, като е редно да се акцентира на респектиращата и спортна визитка: двукратна световна шампионка по самбо за жени, донесла на България общо над 14 медала от международни състезания от най-висок ранг.

### ***Данни за представения дисертационен труд***

Така представения труд прави впечатление с класическа структура за подобен вид трудове. Актуалността на темата е висока предвид популярността на бойните спортове в световен мащаб.

Въведението стегнато, но напълно умело насочва вниманието на читателя към същността на труда.

Труда е оформен в 146 страници включително литература и приложения, написан е на високо ниво и с необходимата терминология. Дисертацията е добре онагледена с 16 фигури и 20 таблици, две от които са отделени в приложение. Използвани и коректно цитирани са 115 информационни източници, от които 27 на кирилица, 80 на латиница, 6 интернет източника.

***В първа глава*** – подробно е представена история, характеристика и специфика на спортовете джудо и самбо. Интерес представлява представения многофакторен анализ на подготовката в джудо пречупен през призмата на спортологичен паралакс. Заслужено внимание е отделено на планиране и периодизация на подготовката съобразно спортния календар и сензитивните периоди характерни за различни възрасти. Осъзнатият и търсещ анализ на научната литература очаквано води до своеобразно представяне на спортната подготовка от позиция на системно-структурния подход.

Методологията на спортна подготовка е немислима без точно стратегическо планиране на техническата и физическа подготовка разглеждани в единство, както и без системата за контрол, която ни предоставя жизнено важната обратна връзка за оцеляване и развитие на разглежданата системата.

Техническите действия сами по себе си не са достатъчни за постигане на успех и в този смисъл авторката засяга направлението психологическа подготовка, към която асемблира тактиката и способностите за антиципация при условия на времеви дефицит.

Направен е критичен анализ на съществуващата система за спортна подготовка по джудо и самбо в България, с търсене на дефицити с цел оптимизиране на експериментална методика.

Авторката предлага възможности за усъвършенстване техническата подготовка, след като обстойно описва групите технически действия в джудо.

Така логично стигаме до **работната хипотеза**, която е формулирана на база направения анализ на научната литература и практическия опит на докторанта.

**В глава втора** виждаме ясно формулирана цел, последвана от задачи правилно подбрани с оглед нейната реализация. Кратко и информативно са представени предмет, обект и контингент на изследването. Изключително подробно е описана методиката на цялостното научно изследване, включваща осем групи методи. Използвана е подходяща тестова батерия, както и много интересна комплексна методика за оценка на техническата подготовка, намаляваща субективизма на експертите.

Организацията е точно поетапно описана, като включва три етапа.

Анализът представен в **трета глава** е направен изключително вещо и представен много информативно, богато онагледен, като професионалното изложение показва личната ангажираност на докторанта към изследваната материя. Така представения анализ изцяло кореспондира с работната хипотеза, цел и задачи на изследването.

Математико-статистическите обработка и анализ са проведени професионално, а получените резултати са интерпретирани коректно.

На база на цялостната разработка са формулирани **шест извода** и произтичащи от тях **три препоръки** с практико-приложен характер.

Комплексното научно изследване утвърждава впечатление за автор имащ сериозни знания и опит в областта, боравещ коректно с комплексния методологичен инструментариум обслужващ спортната наука.

Докторантката е изпълнила изискванията относно брой научни публикации свързани с темата на научното изследване.

След проверка чрез софтуерна система Stike Plagiarism не са установени недопустими граници на плагиатство.

## ***Научни приноси***

1. Дисертационният труд представлява важен принос за областта на спортната подготовка по джудо и самбо. Предоставена е необходимата теоретична база и са анализирани най-съвременните тенденции и методи в областта.
2. Извършена е емпирична диагностика на текущото състояние на системата за спортната подготовка в България. Резултатите от изследването допринасят към научните познания в областта, като идентифицират ключови фактори, влияещи върху крайния резултат, а именно „спортното постижение“.
3. Разработен е комплексен инструментариум за оценка на техническата подготвеност на състезателите, при това с минимален субективизъм, както и комплексна методика за подготовка със съответния резултат.

## ***Преценка на автореферата и публикациите***

Авторефератът е добре структуриран и отразява в резюме съдържанието на дисертацията. Представени са отделните основни части на труда, до същността на разработката, а именно получените резултати и анализи, формулираните изводи, препоръки и научни приноси.

Докторантът е изпълнил изискването за придаване на публичност на труда преди официалната защита, като е представил две публикации. Те отразяват части от резултатите, анализите и изводите на дисертацията, което позволява да се изгради обективна първоначална представа за процеса на създаването ѝ.

## ***Заклучение***

Предложеният за разглеждане труд притежава всички достойнства, изисквани за такъв род разработки. Давам положителната си оценка и с достатъчни основание и убеденост предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъди на Калина Георгиева Стефанова образователната и научна степен „Доктор” област на висшето образование 7., здравеопазване и спорт, професионално направление 7.6 спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Аз лично убедено гласувам с „ДА“

Изготвил рецензията: .....

Доц. Рашо Макавеев, доктор

01.02.2026

## REVIEW

by Associate Professor Rasho Makaveev, PhD

of the dissertation work of Kalina Georgieva Stefanova, PhD student in the Department of "Wrestling and Judo" at the National Academy of Sports "Vasil Levski" on the topic:

### "IMPROVEMENT OF THE METHODOLOGY FOR TRAINING COMPETITORS IN SAMBO AND JUDO"

For awarding the educational and scientific degree "DOCTOR", field of higher education 7., health care and sports, professional field 7.6 sports, doctoral program "Theory and methodology of sports science"

Scientific supervisor: Associate Professor Todor Marinov, PhD

#### ***General presentation of the procedure***

The analysis of the documents under the procedure for acquiring the educational and scientific degree "Doctor" shows that the doctoral student Kalina Stefanova has presented a complete set of necessary materials. They are in accordance with the Higher Education Act, the Academic Staff Development Act of the Republic of Bulgaria, the Regulation for the Acquisition of the Educational and Scientific Degree "Doctor" of the National Academy of Sciences, as well as all documents accompanying the procedure, which fully meet the administrative requirements.

The documents submitted by the candidate for evaluation and review are the following:

- Dissertation;
- Abstract;
- Scientific publications - 2 pieces.

#### ***Brief biographical data about the candidate***

Kalina Stefanova was born in 1989. She graduated from the National Sports Academy "Vasil Levski" with a Bachelor's degree in "Sambo Coach" and "Sports Management" in 2013. In 2016, she obtained a master's degree at the New Bulgarian University, majoring in "International Relations". In 2021, she was enrolled as a full-time doctoral student at the Department of "Wrestling and Judo"

at the National Sports Academy "Vasil Levski". Since 2015, she has worked as a coach, and then as a manager and manager in various companies.

The candidate possesses a number of skills and competencies, and it is appropriate to emphasize her respectable and sporting calling card: a two-time world champion in women's sambo, who has brought Bulgaria a total of over 14 medals from international competitions of the highest rank.

### ***Data on the presented dissertation work***

The work presented in this way impresses with a classic structure for such works. The relevance of the topic is high given the popularity of martial arts worldwide.

The introduction concisely, but quite skillfully directs the reader's attention to the essence of the work.

The work is structured in 146 pages including literature and appendices, is written at a high level and with the necessary terminology. The dissertation is well illustrated with 16 figures and 20 tables, two of which are separated in an appendix. 115 information sources are used and correctly cited, of which 27 in Cyrillic, 80 in Latin, 6 Internet sources.

***In the first chapter*** - the history, characteristics and specificity of the sports of judo and sambo are presented in detail. Of interest is the presented multifactorial analysis of training in judo refracted through the prism of sports parallax. Deserved attention is paid to planning and periodization of training according to the sports calendar and sensitive periods characteristic of different ages. The conscious and searching analysis of the scientific literature predictably leads to a unique presentation of sports training from the position of the system-structural approach.

The methodology of sports training is unthinkable without accurate strategic planning of technical and physical training considered in unity, as well as without the control system, which provides us with vital feedback for the survival and development of the system under consideration.

Technical actions by themselves are not enough to achieve success and in this sense the author touches on the direction of psychological training, to which she assembles tactics and the abilities for anticipation in conditions of time deficit.

A critical analysis of the existing system of sports training in judo and sambo in Bulgaria has been made, with a search for deficiencies in order to optimize experimental methodology.

The author offers opportunities for improving technical training, after thoroughly describing the groups of technical actions in judo.

Thus, we logically arrive at the *working hypothesis*, which is formulated based on the analysis of the scientific literature and the practical experience of the doctoral student.

*In chapter two* we see a clearly formulated goal, followed by tasks correctly selected with a view to its implementation. The subject, object and contingent of the study are presented briefly and informatively. The methodology of the overall scientific research is described in extreme detail, including eight groups of methods. An appropriate test battery was used, as well as a very interesting complex methodology for assessing technical training, reducing the subjectivism of experts.

The organization is precisely described in stages, including three stages.

The analysis presented in *chapter three* is made extremely skillfully and presented very informatively, richly illustrated, as the professional presentation shows the personal commitment of the doctoral student to the researched matter. Thus, the presented analysis fully corresponds to the working hypothesis, goal and tasks of the study.

The mathematical and statistical processing and analysis were carried out professionally, and the results obtained were interpreted correctly.

Based on the overall development, *six conclusions and three recommendations* of a practical and applied nature resulting from them have been formulated.

The complex scientific research confirms the impression of an author with serious knowledge and experience in the field, correctly handling the complex methodological tools serving sports science.

The doctoral student has fulfilled the requirements regarding the number of scientific publications related to the topic of the scientific research.

After checking through the Stike Plagiarism software system, no unacceptable limits of plagiarism have been established.

### ***Scientific contributions***

1. The dissertation represents an important contribution to the field of sports training in judo and sambo. The necessary theoretical basis is provided and the most modern trends and methods in the field are analyzed.

2. An empirical diagnosis of the current state of the sports training system in Bulgaria has been carried out. The results of the study contribute to scientific knowledge in the field by identifying key factors influencing the final result, namely the "sports achievement".

3. A complex toolkit for assessing the technical preparedness of competitors has been developed, with minimal subjectivity, as well as a complex methodology for training with the corresponding result.

### ***Assessment of the abstract and publications***

The abstract is well structured and reflects the content of the dissertation in a summary. The individual main parts of the work are presented, up to the essence of the development, namely the obtained results and analyses, the formulated conclusions, recommendations and scientific contributions.

The doctoral student has fulfilled the requirement for making the work public before the official defense, by submitting two publications. They reflect parts of the results, analyses and conclusions of the dissertation, which allows to build an objective initial idea of the process of its creation.

### ***Conclusion***

The work proposed for consideration possesses all the merits required for such a type of development. I give my positive assessment and with sufficient grounds and conviction I propose to the esteemed members of the scientific jury to award Kalina Georgieva Stefanova the educational and scientific degree "Doctor" in the field of higher education 7., health care and sports, professional field 7.6 sports, doctoral program "Theory and methodology of sports science"

I personally vote with conviction "YES"

Prepared the review: .....

Assoc. Prof. Rasho Makaveev, doctor

01.02.2026