

РЕЗЮМЕТА НА НАУЧНИ ТРУДОВЕ

НА ДОЦ. ТОДОР ЖЕЛЯЗКОВ МАРИНОВ, ДОКТОР

Представени за участие в конкурс за заемане на академичната длъжност „ПРОФЕСОР“, в съответствие с Правилника за придобиване на научната степен „доктор на науките“ и за заемане на академични длъжности в Национална спортна академия „Васил Левски“

ПОКАЗАТЕЛ А.1. Дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен "доктор".

Тема: „Модел за специализирана подготовка на ученици за оцеляване в бедствени ситуации“

Резюме:

Дисертационният труд е насочен към разкриването на възможностите за формиране на готовност за оцеляване в бедствени ситуации при ученици. На основата на разработената теория на бедствените ситуации, на оцеляването и готовността за оцеляване се представя теоретичен модел за специализирана подготовка, който може да се приложи в уроците по физическо възпитание. Имено това е и целта на изследването – да се създаде надежден модел за специализирана подготовка на ученици за оцеляване в бедствени ситуации. Предмет на изследването е надеждността на модела. Изследвани са общо 318 ученици от 81 СУ „Виктор Юго“, гр. София, разпределени в контролна и експериментална група. След приложения експеримент, на базата на математико-статистическа обработка на резултатите от изследването, както и след задълбочен анализ се установи: 1) Проблемът за оцеляването и същността на бедствените ситуации не е добре разработен. Не са проведени и достатъчно изследвания върху готовността за действие в бедствени ситуации; 2) Учениците от експерименталната група са формирали знания за адекватни действия в различните бедствени ситуации; 3) Приложената методика от модела за специализирана подготовка е оказала положително въздействие върху развитието на психическата и физическата готовност на учениците. Нараснала е силата на детерминираността между отделните компоненти в структурата на психическата и физическата готовност. 4) Усвоени са приложни двигателни умения и навици за адекватни действия при възникване на земетресение и агресивно нападение; В заключение може да се твърди, че експериментираният модел за специализирана подготовка на учениците за оцеляване в бедствени ситуации доказва своята надеждност.

Model for specialized training of students for survival in disaster situations

Abstract:

The dissertation focuses on revealing the possibilities for forming readiness for survival in disaster situations among students. Based on the developed theory of disaster situations, survival, and readiness for survival, a theoretical model for specialized training is presented, which can be applied in physical education lessons. This is also the aim of the study – to create a reliable model for specialized training of students for survival in disaster situations. The subject of the study is the reliability of the model. A total of 318 students from 81 SU "Victor Hugo", Sofia, divided into control and experimental groups, were studied. After the applied experiment, based on mathematical-statistical processing of the research results, as well as after in-depth analysis, it was found that: 1) The problem of survival and the essence of disaster situations is not well developed. Not enough research has been conducted on readiness to act in disaster situations; 2) The students from the experimental group have formed knowledge for adequate actions in various disaster situations; 3) The applied methodology from the model for specialized training has had a positive impact on the development of the mental and physical readiness of the students. The strength of the determinacy between the individual components in the structure of mental and physical readiness has increased. 4) Applied motor skills and habits for adequate actions in the event of an earthquake and aggressive attack have been acquired; In conclusion, it can be argued that the experimented model for specialized training of students for survival in disaster situations proves its reliability.

ПОКАЗАТЕЛ В.3. Хабилизационен труд, монография.

Маринов, Т. (2020). Основи на физическото възпитание. Теория и методика. НСА ПРЕС, София, 288 с. ISBN 978-954-718-647-7.

Резюме:

В монографията са разработени теоретичните и методичните основи на физическото възпитание съобразно съвременните тенденции в развитието на обществото. Трудът е структуриран в пет раздела.

В първия раздел са разработени теоретичните основи на физическото възпитание. Изяснени са неговата структура и функции. Физическото възпитание е представено като учебна дисциплина и научно направление. С изясняването на историческите сведения за развитието на физическото възпитание в България се прави преход към неговите съвременни измерения. Акцентът е поставен върху изясняване на отделните компоненти от организационно-методичната структура на физическото възпитание в българската образователна система.

Във втория раздел се разглеждат методологичните основи на физическото възпитание. Целта на физическото възпитание е определена така, че да съответства на настоящата действителност. Обогатоено е съдържанието за същността на задачите, принципите, средствата, методите и формите на физическото възпитание.

В третия раздел „Съдържание и методика на обучението по физическо възпитание“ са представени основите на обучението в двигателни действия, основите в развиването на двигателните способности, същността и значението на физическата дееспособност. Основите на обучението в двигателни действия изясняват задълбочено психологичните и физиологичните механизми за изграждането на двигателните навици. Чрез отчитането на отделните фактори, от които зависи проявлението на двигателните способности, се представя методиката за тяхното развитие и усъвършенстване. Представят се основните двигателни тестове за контрол и оценка на извършената работа в обучението по физическо възпитание.

Четвъртият раздел представя отделните закономерности на физическото възпитание в образователната система на Република България. Изясняват се възрастовите особености в развитието на децата и учениците, като акцентът е поставен върху отделните закономерности в двигателното им развитие. Съобразно тези особености и предвиденото за усвояване учебно съдържание са изведени методичните предпоставки за работа в детските градини, в уроците по лека атлетика, гимнастика и по спортни игри в училище за учениците от 1 до 12 клас. Представени са особеностите на обучението по физическо възпитание и спорт във висшите училища.

В петия раздел „Детско-юношески спорт“ се изясняват същността и функциите на системата за детско-юношеския спорт в България. Разкрити са съдържанието и етапността на многогодишната спортна подготовка за постигането на високи спортни резултати. Представени са основните закономерности при подбора и селекцията на деца със спортна надареност, като акцент се поставя върху отчитане на влиянието на генотипните и фенотипните фактори върху спортните им постижения. На базата на добрите практики по физическо възпитание и спорт в редица европейски страни се извеждат конкретни препоръки за спортуването като начин на живот.

В края на монографията се отбелязват някои предизвикателства пред физическото възпитание в образователната система, които трябва да бъдат взети под внимание от отговорните институции.

Fundamentals of Physical Education. Theory and Methodology

Abstract:

The monograph develops the theoretical and methodological foundations of physical education in accordance with modern trends in the development of society. The work is structured in five sections.

The first section develops the theoretical foundations of physical education. Its structure and functions are clarified. Physical education is presented as an academic discipline and scientific direction. With the clarification of historical information about the development of physical education in Bulgaria, a transition is made to its modern

dimensions. The emphasis is placed on clarifying the individual components of the organizational and methodological structure of physical education in the Bulgarian educational system.

The second section examines the methodological foundations of physical education. The goal of physical education is defined in such a way that it corresponds to the current reality. The content on the essence of the tasks, principles, means, methods and forms of physical education is enriched.

The third section "Content and methodology of physical education training" presents the basics of training in motor actions, the basics of developing motor abilities, the essence and importance of physical ability. The basics of training in motor actions thoroughly clarify the psychological and physiological mechanisms for building motor habits. By taking into account the individual factors on which the manifestation of motor abilities depends, the methodology for their development and improvement is presented. The main motor tests for control and evaluation of the work done in physical education training are presented.

The fourth section presents the individual regularities of physical education in the educational system of the Republic of Bulgaria. The age-related features in the development of children and students are clarified, with the emphasis placed on the individual regularities in their motor development. In accordance with these features and the intended learning content, the methodological prerequisites for work in kindergartens, in lessons in athletics, gymnastics and sports games at school for students from grades 1 to 12 have been derived. The features of physical education and sports training in higher education institutions are presented.

The fifth section, "Children's and Youth Sports," clarifies the essence and functions of the children's and youth sports system in Bulgaria. The content and stages of multi-year sports training for achieving high sports results are revealed. The main regularities in the selection and selection of children with sports talent are presented, with emphasis placed on taking into account the influence of genotypic and phenotypic factors on their sports achievements. Based on good practices in physical education and sports in a number of European countries, specific recommendations for playing sports as a way of life are derived.

At the end of the monograph, some challenges facing physical education in the educational system are noted, which must be taken into account by the responsible institutions.

ПОКАЗАТЕЛИ ОТ ГРУПА Г:

Г. 5. Публикувана книга на базата на защитен дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „доктор“ или за присъждане на научна степен „доктор на науките“.

Маринов, Т. (2025). Специализирана подготовка при ученици за

оцеляване в бедствени ситуации. НСА ППЕС, София, 128 с. ISBN 978-954-718-795-5

Резюме:

В настоящата книга се представя теорията и методиката на доказан в практиката модел за специализирана подготовка на ученици за оцеляване в бедствени ситуации. Неговото прилагане показва, че от една страна той ще допринесе за подготовката на учениците да действат адекватно в бедствени ситуации, а от друга, ще разкрие приложната страна на физическото възпитание в една нова насока – подготовката за оцеляването като специфична дейност на човека и предпоставка за запазването на неговия живот и здраве.

Книгата е структурирана в 2 глави. В първата глава се представят теоретичните основи на оцеляването в бедствени ситуации. Задълбочено се анализира същността и характера на бедствената ситуация като особен вид екстремална ситуация. На базата на синтеза на богат литературен материал се определят дестабилизиращите фактори на средата. Разглеждат се различните природни бедствия – земетресения, наводнения, пожари, засушавания и др. Разкрити са социалните бедствия, чрез определяне на основните два екстремални фактора – агресията и насилието. Разгледани са видовете двигателна дейност на физическото възпитание. Представени са шест фактора и осем стресора на оцеляването. Разгледани са психическата и физическата готовност за оцеляване. Доказва се ролята и мястото на физическото възпитание при подготовката на учениците за действия в бедствени ситуации. В края на раздела е теоретичният модел за специализирана подготовка.

Във втора глава са резултатите от експеримента за формиране на готовност при ученици за оцеляване в бедствени ситуации. Последователно се представят анализите от анкетното проучване за знанията на учениците за действия при бедствени ситуации и за оказване на първа помощ; анализите на данните от показателите за психическата, физическата и специализираната готовност, които след прилагане на надеждни статистически критерии доказват ефективността на приложената експериментална методика.

Specialized training for students for survival in disaster situations

Abstract:

This book presents the theory and methodology of a proven model for specialized training of students for survival in disaster situations. Its application shows that, on the one hand, it will contribute to the preparation of students to act adequately in disaster situations, and on the other, it will reveal the applied side of physical education in a new direction - preparation for survival as a specific human activity and a prerequisite for preserving his life and health.

The book is structured in 2 chapters. The first chapter presents the theoretical

foundations of survival in disaster situations. The essence and character of the disaster situation as a special type of extreme situation is analyzed in depth. Based on the synthesis of rich literary material, the destabilizing factors of the environment are determined. Various natural disasters are considered - earthquakes, floods, fires, droughts, etc. Social disasters are revealed by determining the main two extreme factors - aggression and violence. The types of motor activity of physical education are considered. Six factors and eight stressors of survival are presented. The mental and physical readiness for survival are examined. The role and place of physical education in preparing students for actions in disaster situations is proven. At the end of the section is the theoretical model for specialized training.

The second chapter presents the results of the experiment on the formation of students' readiness for survival in disaster situations. The analyses of the questionnaire survey on students' knowledge of actions in disaster situations and first aid are consistently presented; the analyses of the data from the indicators of mental, physical and specialized readiness, which, after applying reliable statistical criteria, prove the effectiveness of the applied experimental methodology.

Г. 6. Статии и доклади, публикувани в научни издания, реферирани и индексирани в световноизвестни бази данни с научна информация.

1. Marinov, T. (2024). Research on the orientation to sportsmanship in students-future physical education teachers. Trakia Journal of Sciences, Vol. 22, Suppl. 1, pp238-243. ISSN 1313-3551.

Abstract:

The formation of students' personalities depends on the teacher's professional qualities and personality traits. In implementing the school subject's educational tasks, the physical education teacher becomes the main factor in building the students' moral behavior and relationships during the educational activity. The research aims to reveal the focus on sportsmanship as a leading personality trait of students – future physical education teachers. The study covered 134 students majoring in the specialty of 'Physical Education and Sport Teacher' at the National Sports Academy 'Vassil Levski' Methods: The main research method was the psychological questionnaire 'Multidimensional Sportspersonship Orientation Scale' (MSOS), adapted by M. Georgiev and D. Fenerova and developed by Vallerand, Briere, Blanchard, and Provencher. The results were processed mathematically and statistically using Frequency Analysis and the Mann-Whitney U-test. Results: We found a significant impact of students' gender and the type of sport they practice on their attitudes toward sportsmanship. Notably, students engaged in individual sports show more positive attitudes towards their opponents, the training process, the competition process, and the officials. Conversely, students involved in sport only for health demonstrate more unstable attitudes toward sportsmanship. Conclusion: The studied students preparing to

become PE teachers actively engaged in sport demonstrate positive attitudes toward various manifestations of sportsmanship. The other students, who have not actively participated in sports but only for health reasons, demonstrate significantly lower levels of respect towards their opponents and officials and established rules and norms.

Изследване насочеността към спортменство при студенти – бъдещи учители по физическо възпитание

Резюме:

Формирането на личността на учениците зависи от професионално-личностните качества на учителя. При реализирането на възпитателните задачи по предмета в училище, учителят по физическо възпитание става основният фактор за изграждането на моралното поведение и взаимоотношенията на учениците по време на учебната дейност. Целта на изследването ни е да разкрием насочеността към спортменство като водеща личностна характеристика на студентите – бъдещи учители по физическо възпитание. Контингент на изследването са общо 134 студенти, обучаващи се по специалността „учител по физическо възпитание“ в НСА „Васил Левски“. Методика: Основният метод на изследване е адаптираният от М. Георгиев, Д. Фенерова психологически въпросник Multidimensional Sportspersonship Orientation Scale (MSOS), developed by Vallerand, Briere, Blanchard and Provencher. Резултатите са обработени математико-статистически с прилагането на честотен анализ и U-критерии на Ман Уитни. Резултати: Установихме някои съществени различия в нагласите към спортменство при студентите, в зависимост от техния пол и от вида спорт (индивидуален или колективен), който практикуват. Студентите, които се занимават с индивидуални спортове имат по-добро отношение към съперника, към тренировъчния процес, състезателния процес и към длъжностните лица. Студентите, които не са се занимавали активно със спорт имат значително по-нестабилни нагласи за проява на спортменство. Заключение: Изследваните студенти – бъдещи учители по физическо възпитание, които се занимават целенасочено със спорт, имат изградени положителни нагласи към различните проявления на спортменство. Останалите студенти, които не са спортували активно, демонстрират значително по-ниски нива на отношение както към противника, така и към тренировъчния и състезателния процес.

2. Marinov, T. (2023). Impact of body mass on the motor abilities manifestation in students of different ages. Trakia Journal of Sciences, Vol. 21, Suppl. 1, pp 325-329. ISSN 1313-3551.

Abstract:

Studying the students' body weight is a problem of the present day primarily associated with assessing their health status. However, few scientific studies reveal its impact on students' abilities to acquire physical education content. That is why we set

ourselves the aim to establish the influence of students' body mass on their motor abilities manifestation. Methods: Using the standard for our education system test battery, we measured the height, weight, and physical ability of 218 boys and girls in the 4th, 7th, and 12th grades from 3 schools in Sofia. We processed the results using correlation analysis (Pearson's r). Results: We found that being overweight in 4th-grade boys and girls had a negative impact on the manifestation of all the motor skills studied. During puberty (in the 7th grade), the higher body mass index makes it difficult for students to manifest their speed and strength. In the 12th grade, it favours the manifestation of lower limb strength and endurance in girls and dramatically harms the boys' manifestation of speed and agility. Conclusion: As a result of the correlation between body mass and motor skills we derived, teachers can plan more accurately the means and methods of physical training in the lesson for students of different ages.

Влияние на телесната маса върху проявлението на двигателните способности на ученици от различни възрасти

Резюме:

Проследяването на телесното тегло на учениците е актуален проблем, който се свързва предимно с оценка на здравословно им състояние. Малко обаче са научните изследвания, които разкриват неговото въздействие върху възможностите за усвояване на учебното съдържание по физическо възпитание. Ето защо си поставихме за ЦЕЛ да установим влиянието на телесната маса на учениците върху проявлението на двигателните им способности. Изследвахме ръста, теглото и състоянието на физическата дееспособност по стандартната за образователната ни система тестова батерия на общо 218 момчета и момичета в 4, 7 и 12 клас от 3 столични училища. Резултатите обработихме с корелационен анализ (r на Пирсън). Установихме, че при момчетата и момичетата в 4 клас наднорменото тегло оказва негативно влияние върху проявлението на всички изследвани двигателни качества. През пубертета (в 7 клас) по-голямата телесна маса затруднява проявлението на бързината и силата на учениците. В 12 клас тя благоприятства проявлението на силата на долните крайници и издръжливостта на момичетата, и силно затруднява проявлението на бързината и ловкостта на момчетата. В резултат от изведените от нас закономерности за връзката между телесната маса и двигателните качества се предоставя възможност пред учителите по-точно да планират средствата и методите за физическа подготовка в урока за учениците от различните възрастови периоди.

3. Andonov, H., T. Marinov. (2024). Interrelation between emotional intelligence and the ways of responding to conflicts in students-sport teachers. Trakia Journal of Sciences, Vol. 22, Suppl. 1, pp 226-231. ISSN 1313-3551.

Abstract:

The role of sports teachers is complex, often requiring them to navigate various

situations. Conflict situations can arise during sports events, and their successful resolution depends on the sports educator's specific knowledge and skills supporting them in choosing the proper behavior and actions. Our research aims to reveal the state and degree of determination between the emotional intelligence of students - sports teachers and their ways of reacting to conflicts. A total of 153 students from the Faculty of Sport and the Faculty of Pedagogy at the National Sports Academy 'Vassil Levski' were studied. Methods: The main research methods, adapted for Bulgaria, were: 'The Schutte Self-Report Emotional Intelligence' and 'The Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument.' The results were processed using variation and correlation analysis. Results: The indicators of the two tests revealed a high emotional intelligence level and harmony in reacting to conflicts among the studied. The motivation for overcoming obstacles and the ability to control emotions were leading and directly related to the participants' attitude to collaboration, accommodation to the situation, and the manifestation of a reasonable compromise. The highest determination (74%) was between 'Perception of own emotions and self-control' and 'Collaborating' in a conflict situation. Conclusion: General emotional intelligence and all its factors are highly determined by the indicators of conflict-handling modes.

Взаимовръзки между емоционалната интелигентност и начините на реагиране при конфликти при студенти – спортни педагози

Резюме:

Дейността на спортните педагози е сложна и често е свързана с преодоляване на различни ситуации, голяма част от които изискват конкретни действия. Немалко са случаите, при които по време на спортно събитие е възможно да се стигне до конфликтна ситуация. Нейното разрешаване в голяма степен зависи от наличието на конкретни знания и умения, подпомагащи спортния педагог в избора му на успешно поведение и действия. Целта на изследването ни е да разкрием състоянието и степента на детерминираност между емоционалната интелигентност на студентите – спортни педагози и начините им на реагиране при конфликти. Изследвани са общо 153 студенти от факултет „Спорт“ и факултет „Педагогика“ в НСА „Васил Левски“. Методика: Основните методи на изследване са адаптираните за България тестове: 1. The Schutte Self-Report Emotional Intelligence“ и 2. Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument. Резултатите са обработени с прилагането на вариационен и корелационен анализ. Резултати: Показателите от двата теста разкриват високо ниво на емоционална интелигентност и хармоничност в структура на начините за реагиране при конфликти сред изследваните. Водеща е мотивацията за преодоляване на трудности и умението за контрол на емоциите, които се намират в пряка връзка с нагласата на изследваните за сътрудничеството, приспособяване към ситуацията и проява на разумен компромис. Най-висока е детерминираността (74%) между „Разпознаване на своите емоции и самоконтрол“ и „Сътрудничеството“ при конфликта ситуация.

Заклучение: Общата емоционална интелигентност и всички нейни фактори разкриват високи нива на детерминираност с отделните показатели от структурата на начините за реагиране при конфликти.

4. Ilieva, D., T. Marinov. (2023). Influence of emotional intelligence on the professional fulfilment of students specializing in sport management. Trakia Journal of Sciences, Vol. 21, Suppl. 1, pp 365-371. ISSN 1313-3551.

Abstract:

After a thorough theoretical analysis and a summary of the problem we formulated the following aim: to identify the level of emotional intelligence of students specializing in Sport Management as a prerequisite for their professional fulfilment. Methods: The study included 63 participants: men and women in different years of their education at Vassil Levski National Sports Academy and careerpursuing graduates. The Bulgarian adapted version of the Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test consisting of 33 questions whose responses are indicated on a 5-point Likert scale was used to achieve the goal of the study. The analysis of the results shows that the overall emotional intelligence and all its factors are significantly higher in men specializing in sport management. Male professionals demonstrate higher motivation for overcoming obstacles, and optimism in solving problems and achieving goals. The positive attitudes and emotions of the graduates determine the significant differences identified with respect to their abilities to “share emotions and empathy”, “perceive the nonverbal expression of emotions in others” and “perceive one’s own emotions and self-control” in comparison to students who are still in the process of learning. Conclusion: We consider emotional intelligence as a necessary criterion that determines the possibilities for professional fulfilment of sport management students.

Влияние на емоционалната интелигентност върху професионалната реализация на студентите по спортен мениджмънт

Резюме:

След задълбочен теоретичен анализ и обобщения по проблема си поставихме за цел: да установим нивото на емоционална интелигентност на студентите от специалност „Спортен мениджмънт“ като предпоставка за тяхната професионална реализация. Обект на изследване са общо 63 мъже и жени, обучаващи се в различни курсове и реализирани в практиката студенти, завършили специалността в НСА „Васил Левски“. За постигане на целта бе приложен адаптираният за България тест на Шуте „The Schutte Self-Report Emotional Intelligence“, включващ 33 въпроса с 5-степенна скала от Ликертов тип. Анализът на резултатите показва, че общата емоционална интелигентност и всички нейни фактори са със значително по-високи нива при мъжете-специалисти по спортен мениджмънт. Те демонстрират по-висока мотивация за преодоляване на трудности, оптимизъм при решаването на задачите и за постигането на целите.

Положителните нагласи и позитивните емоции на завършилите специалисти са предпоставка за отчитането на значителните разлики по отношение на способността им за „споделяне на емоциите и емпатия“, „разпознаване на невербалната експресия на емоциите у другите“ и „разпознаване на своите емоции и самоконтрол“, спрямо тези показатели на навлизащите в специалността студенти.

Считаме, че емоционалната интелигентност е необходим критерий, определящ възможностите за професионална реализация на студентите по спортен мениджмънт.

Г. 7. Статии и доклади, публикувани в нереферирани списания с научно рецензиране или публикувани в редактирани колективни томове.

1. Marinov, T. (2022). Structural specifics of the physical ability of secondary school students. International Scientific Congress "Applied Sports Sciences" 2 - 3 December 2022. Proceeding book, Volume 2. Sofia. Scientific Publishing House, NSA Press, pp. 318-323. ISBN 978-954-718-702-3.

Abstract:

Physical ability is a key indicator of the quality of the educational process at sports in schools. It is the subject of multiple publications, where the information analyzed by experts is used as the basis for tracking the quantitative changes in the development of motor qualities. Not much attention is given to determining its structure, which is defined by the interrelations when its specific qualities are manifested. The changes of the pre-determination of the motor qualities as a result of applying existing methodologies are not being analyzed. This, however, is of great interest to practice, since determining the structure of physical ability can provide for more precise planning of the process for the physical preparation of a lesson. The purpose of the study is to define the structural specifics of physical ability of secondary school students. To achieve this goal, a group of 581 students from 4th, 7th, and 12th grade (the grade levels of elementary, middle school and high school completion) was studied. The analysis of the results aims to reveal the interconnections between motor qualities, as the relationships observed reflect the effect of the subject content mastered by the students as this is defined by the state educational standards. It was observed that speed is the most informative indicator of the structure of physical ability among students from 1st grade to 7th grade, and the strength of the lower limbs is the most indicative indicator for students from 8th to 12th grade. Female students from the primary and secondary levels of education have a more harmonious structure of physical ability in comparison with the one of male students. The interconnections revealed lead to the creating specific methodological recommendations for the physical preparation of lessons for each educational stage.

Особености в структурата на физическата дееспособност на учениците от средните училища.

Резюме:

Физическата дееспособност е основният критерий за качеството на учебната работа по физическо възпитание и спорт в училище. Тя е обект на множество научни разработки, в които анализът на получената от даден експеримент информация се основава на проследяването на количествените промени в развитието на двигателните качества. Малко внимание се обръща върху проблема за изясняването на нейната структурата, определяща се от взаимните връзки в проявлението на отделните двигателни качества. Не се анализират настъпилите промени в детерминираността на двигателните качества, които целенасочено са развивани чрез дадена методика за подготовка. А това е от голямо значение за практиката и чрез разкриване структурата на физическата дееспособност може да се осъществи по-точното планиране на средствата и методите за физическа подготовка, чрез които да се окаже благоприятно въздействие върху отделните двигателни качества. Целта на изследването ни е да се разкрият особеностите в структурата на физическата дееспособност на учениците от средните училища. За постигането на целта са изследвани общо 581 ученици от 4-ти, 7-ми и 12-ти клас (класове, в който се приключва съответно началния, прогимназиалния и гимназиалния етап на образование). Анализът на резултатите се основава на разкриването на корелационните връзки между двигателните качества на учениците, като изведените закономерности се обясняват на въздействието на усвоеното учебно съдържание по предмета, което е регламентирано с държавни образователни стандарти за всеки един от етапите на образователната ни система.

2. Маринов, Т. (2019). Изследване на физическата дееспособност на учениците – 12 клас, от средните училища в Република България. Годишник на НСА "Васил Левски": Том 1, София, НСА ПРЕС, с. 123-127. ISSN 2682-9908.

Резюме:

Целта на изследването е да се разкрие състоянието на физическата дееспособност на учениците от 12-ти клас от средните училища в Република България. За постигането ѝ се направи констативен педагогически експеримент и прилагане на новата система за оценка на физическата дееспособност на учениците. В резултат от извършения анализ и обобщение на получената от тестирането информация може да се направи следното заключение: състоянието на физическата дееспособност на изследваните ученици от средните училища в страната е задоволително. Предвид изготвения анализ е необходимо да се обърне по-специално внимание на развитието на взривната сила на горните крайници на момчетата и момичетата от 12-ти клас.

Research of physical fitness of students – 12 classes in the average schools in the Republic of Bulgaria

Abstract:

The aim of the research is to reveal the state of the physical fitness of the students – 12 grade from the average schools in the Republic of Bulgaria. A foundational pedagogical experiment and implementation of the new system for evaluating the physical fitness of the students was achieved. As a result of the analysis and summary of the information obtained from the test, the following conclusion can be drawn: The state of the physical fitness of the studied students from the secondary schools in the country is satisfactory. In view of the analysis it is necessary to pay particular attention to the development of the explosive force of the upper limbs of the boys and girls of the 12th grade.

3. Маринов, Т. (2018). Изследване на скоростно-силовите качества на учениците – трениращи и нетрениращи кунг фу. Спорт и наука. София, LXII, 2018, N Изв.1, с. 108-114. ISSN 1310-3393.

Резюме:

Един от актуалните проблеми на физическото възпитание е този, свързан с възможностите за подобряване на двигателните способности на учениците. В тази връзка използването на различни средства и методи от спортната практика е особено наложително, с оглед подобряване ниското ниво на физическата дееспособност на учениците. Целта на настоящото изследване е свързана с разкриване на въздействието на заниманията с кунг фу върху скоростно-силовите качества на учениците. За постигането ѝ е приложена комплексна методика. Изследвани са общо 140 ученика от V^{-ти} и от VIII^{-ми} клас, разпределени в две групи – контролна и експериментална. В резултат от направеното изследване се установява, че прилагането на тренировъчните средства и методи в кунг фу оказват благоприятно въздействие върху повишаването на скоростно-силовите качества при учениците от двата пола.

Research on the speed-strength qualities of students - practicing and not practicing kung fu.

Abstract:

One of the current problems of physical education is the one related to the possibilities for improving the motor abilities of students. In this regard, the use of various means and methods from sports practice is particularly urgent, in order to improve the low level of physical ability of students. The purpose of this study is related to revealing the impact of kung fu classes on the speed-strength qualities of students. To achieve this, a complex methodology was applied. A total of 140 students from the 5th and 8th grades were studied, divided into two groups - control and experimental. As a result of the study, it was established that the application of training means and methods

in kung fu has a beneficial effect on increasing the speed-strength qualities of students of both sexes.

4. Маринов, Т. (2018). *Отражение на тренировките на кунг фу върху усъвършенстване структурата на физическата дееспособност на учениците. Спорт и наука. София, LXII, 2018, N Изв.1, с. 115-121. ISSN 1310-3393.*

Резюме:

От особено значение за практиката е разкриването на отражението на приложените тренировъчни средства и методи върху физическата дееспособност на учениците. В тази насока се предполага, че системните занимания с кунг фу биха оказали положително въздействие върху усъвършенстване структурата на физическата дееспособност на трениращите. Целта на изследването е свързана с разкриване на влиянието на тренировките по кунг фу върху усъвършенстване структурата на физическата дееспособност на учениците. Изследвани са общо 140 ученика от V^{-ти} и от VIII^{-ми} клас, разпределени в две групи – контролна и експериментална. Чрез прилагане на корелационен анализ разкриваме структурата на физическата дееспособност на изследваните, и сравняваме силата на взаимовръзките между основните двигателни способности. В резултат на анализа ни се установява, че практикуващите кунг фу ученици имат по съвършена структура на физическата си дееспособност в резултат на наличието на повече и по-силни връзки между изследваните двигателни способности.

Impact of Kung Fu training on improving the structure of students' physical abilities

Abstract:

Of particular importance for practice is the disclosure of the impact of the applied training tools and methods on the physical ability of students. In this regard, it is assumed that systematic kung fu classes would have a positive impact on improving the structure of the physical ability of the trainees. The purpose of the study is related to revealing the influence of kung fu training on improving the structure of the physical ability of students. A total of 140 students from the 5th and 8th grades were studied, divided into two groups - control and experimental. By applying correlation analysis, we reveal the structure of the physical ability of the subjects, and compare the strength of the relationships between the main motor abilities. As a result of our analysis, we find that students practicing kung fu have a more perfect structure of their physical ability as a result of the presence of more and stronger relationships between the studied motor abilities.

5. Маринов, Т. (2017). *Възможности за формиране на готовност за оцеляване в кризисни ситуации чрез средствата на физическото възпитание и спорт. Европейски стандарти в спортното образование. Враца 2017, Ай анд Би. В. Търново. ISBN 978-619-7281-24-8; с. 174-180. ISBN 978-619-7281-24-8.*

Резюме:

През последните години се наблюдава тенденция към повишаване броя на възникващите различни по характер и въздействие кризисни ситуации. Те се появяват навсякъде, по всяко време и във всяка точка на земното кълбо. Свързани са с нарастване на несигурността, с непосредствена опасност за живота и здравето на човека. Известно е, че нивото на социалното развитие на обществото е непосредствено свързано със степента на неговата готовност за оцеляване. Ето защо, страните, в които системно се провежда подготовка на населението за действие при различни кризи броят на загиналите е много малък. Целта на настоящото изследване е да се разкрият възможностите за формиране на готовност за оцеляване в кризисни ситуации чрез средствата на физическото възпитание и спорта. В резултат на проведени експерименти се представят ефективността и надеждността на различни методики върху формирането на психическата, физическата, техническата и тактическата готовност на ученици за оцеляване в различни природни и спциални кризисни ситуации. Установихме, че: 1. Готовността за оцеляване се явява комплексно психо-функционално състояние, определящо адекватността на действията на човека за оцеляване в кризисни ситуации. 2. Експериментираните средства и методи на физическото възпитание и спорта за формиране на психическата, физическата, техническата и тактическата готовност за оцеляване са ефективни. Те са проверени в практиката. Това ни дава основание да продължим експериментирането на различни средства и методи за формиране на готовност за оцеляване в кризисни ситуации при ученици от различни възрасти, в отделните звена на системата за физическо възпитание и спорт, а доказалите своята ефективност методики препоръчваме да се внедрят в практиката.

Opportunities for forming readiness for survival in crisis situations through the means of physical education and sports

Abstract:

In recent years, there has been a tendency to increase the number of emerging crisis situations of various nature and impact. They appear everywhere, at any time and in any part of the globe. They are associated with increased uncertainty, with an immediate danger to human life and health. It is known that the level of social development of society is directly related to the degree of its readiness for survival. Therefore, in countries where the population is systematically trained to act in various crises, the number of deaths is very small. The purpose of this study is to reveal the possibilities for forming readiness for survival in crisis situations through the means of physical education and sports. As a result of experiments, the effectiveness and reliability of various methodologies on the formation of the mental, physical, technical and tactical readiness of students for survival in various natural and special crisis situations are presented. We have established that: 1. Readiness for survival is a complex

psycho-functional state that determines the adequacy of human actions for survival in crisis situations. 2. The experimental means and methods of physical education and sports for the formation of mental, physical, technical and tactical readiness for survival are effective. They have been tested in practice. This gives us reason to continue the experimentation of various means and methods for the formation of readiness for survival in crisis situations among students of different ages, in the individual units of the physical education and sports system, and we recommend that the methods that have proven their effectiveness be implemented in practice.

6. Penov, R., T. Marinov. (2022). Studying self-regulation among karate competitors. International Scientific Congress "Applied Sports Sciences" 2-3 December 2022. Proceeding book, Volume 1. Sofia. Scientific Publishing House, NSA Press, pp. 391-396. ISBN 978-954-718-702-3.

Abstract:

The efficiency of Karate athletes' actions in competitions depends on the condition of their pre-trained psychological, physical and technical, and tactical readiness. The psychological readiness is in the lead of this process as it determines the activities and the abilities for practical realization of specific motions and actions that lead to achieving an advantage over the opponent. Self-regulation is of great importance in this process since it relates to the ability of the Karate athlete to manage their actions during a competition based on the basis of their operational optimization of athletes' mental readiness. This is the core assumption used in the study, as it relates to studying the self-regulation of Karate competitors. To achieve the objectives of the study, we used a Self Regulation Questionnaire, which allows to determine self-regulation through assessing the emotional, behavioral, and cognitive regulation. The results show that the studied karate athletes have high levels of self-regulation, with some variations according to the level of qualification and their realization in sports. In comparison with the self-regulation among team-sports competitors, karate athletes display much-better abilities to manage their behaviors, emotions, and thinking. The results of the study provide an idea of the ability of the test participants to effectively realize their technical and tactical actions in a competition. In the pre-competition period, it is necessary to pay attention to the Karate athletes who have lower levels of self-regulation.

Изследване саморегулацията при състезатели по карате

Резюме:

Ефективността в действията на каратистите по време на състезание зависи от състоянието на формираната у тях готовност – психическа, физическа и технико-тактическа. Водеща е психическата, която управлява дейността и определя възможностите за практическа реализация на отделните движения и действия, чрез които се постига предимство над противника. Важно значение има саморегулацията, която по своята същност е свързана със способността за

управление на дейността на каратиста по време на състезание въз основа на оперативното оптимизиране на неговата психическа готовност. От тази гледна точка се извежда и целта на нашето изследване, която е свързана с изследване на саморегулацията при състезателите по карате. За постигането ѝ приложихме въпросник за Self Regulation Questionnaire, чрез който се определя саморегулацията чрез оценка на емоционалната, поведенческата и когнитивната регулация. Резултатите показват, че изследваните каратисти имат високи нива на саморегулация, с известни разлики според нивото на квалификацията и реализацията им в спорта. В сравнение със саморегулацията на състезатели от колективни спортове, каратистите притежават значително по-добри възможности за управление на своето поведение, емоции и мислене.

Резултатите от изследването ни дават представа за способността на изследваните ефективно да реализират технико-тактическите си действия по време на състезание. В предсъстезателния период е необходимо да обърнем внимание на тези каратисти, които имат по-ниски нива на саморегулация.

7. Marinov, T., D. Kaykov. (2025). Emotional intelligence characteristics among students from the national sports academy "Vassil Levski". IV International Scientific Congress "Applied Sports Sciences". Proceeding book. Sofia. pp. 404 – 409. ISBN (Online): 978-954-718-803-7

Abstract:

Background: Emotional intelligence (EI) is a key determinant of students' academic achievement, interpersonal relationships, and professional adaptability. Despite its recognized importance, limited research has examined the latent group-based structures of EI among students in sports education using probabilistic modeling techniques.

Objective: This cross-sectional exploratory study aimed to assess emotional intelligence levels among students from the National Sports Academy "Vassil Levski" and to identify underlying subgroups.

Methods: The study involved 156 participants (79 males and 77 females) from the Faculties of Pedagogy and Sport. Emotional intelligence was measured with the Bulgarian adaptation of the Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test (SSEIT). Descriptive statistics, the Mann-Whitney U-test, and clustering via Gaussian Mixture Models (GMM) were applied. Model selection criteria included the Akaike Information Criterion (AIC), the Bayesian Information Criterion (BIC), and the sample average negative log-likelihood.

Results: Both male and female students demonstrated moderate to high levels of EI with mean scores of 131.99 and 132.47 and no statistically significant gender differences ($p=0.901$). However, probabilistic clustering revealed three latent subgroups among male students and four among females, corresponding to low, medium, and high

EI profiles. Transitional overlap zones between clusters illustrated the interrelated nature of EI.

Conclusion: The integration of Gaussian Mixture Models and density estimation methods offers a more refined understanding of emotional intelligence variability compared to traditional descriptive statistics and hypothesis tests. These findings underscore the potential of data-driven approaches to support educational training that fosters emotional competences among particular student cohorts in higher education and sports contexts.

Характеристики на емоционалната интелигентност сред студенти от Национална спортна академия „Васил Левски“

Резюме:

Въведение: Емоционалната интелигентност (ЕИ) е ключов фактор за академичните постижения, междуличностните отношения и професионалната адаптивност на студентите. Въпреки признатата ѝ важност, малко са изследователите, които са изследвали латентните групови структури на емоционалната интелигентност сред студентите в спортно-педагогическото образование, посредством използването на техники за вероятностно моделиране.

Цел: да се оценят нивата на емоционална интелигентност сред студентите от Националната спортна академия „Васил Левски“ и да се идентифицират основните подгрупи.

Методи: В проучването участваха 156 участници (79 мъже и 77 жени) от факултетите по „Педагогика“ и „Спорт“. Емоционалната интелигентност беше измерена с българската адаптация на теста за самооценка на емоционалната интелигентност на Шуте (SSEIT). Приложени са вариационен анализ, U-критерий на Ман-Уитни и клъстерен анализ чрез Гаусови смесени модели (GMM). Критериите за избор на модел включват информационния критерий на Акайке (AIC), информационния критерий на Байес (BIC) и средната отрицателна логаритмична вероятност за извадката.

Резултати: Както студентите, така и студентките демонстрират умерени до високи нива на емоционална интелигентност (EI) със средни резултати от 131,99 и 132,47 и без статистически значими разлики между половете ($p = 0,901$).

Вероятностното разпределение по клъстери обаче, разкрива три латентни подгрупи сред мъжете и четири сред жените, съответстващи на ниски, средни и високи профили на емоционална интелигентност. Преходните зони на припокриване между клъстерите илюстрират взаимосвързания характер на емоционалната интелигентност.

Заключение: Интегрирането на Гаусови смесени модели и методите за оценка на плътността предлага по-прецизно разбиране на променливостта на емоционалната интелигентност в сравнение с традиционната описателна

статистика и тестове за проверка на хипотези. Тези открития подчертават потенциала на подходите, основани на данни, за подкрепа на образователното обучение, което насърчава емоционалните компетенции сред определени студентски групи във висшето образование и в спортно-педагогическата практика.

8. Kostova, N., T. Marinov. (2025). *Profiling sportsmanship attitudes in physical education students using cluster analysis. IV International Scientific Congress “Applied Sports Sciences”. Proceeding book. Sofia. pp. 451 - 456. ISBN (Online): 978-954-718-803-7*

Abstract:

Background: Sportsmanship represents a core moral and ethical dimension of sport, reflecting respect for rules, opponents and fair play. Understanding the structure of sportsmanship attitudes among future Physical Education and Sports teachers is crucial for improving professional preparation and promoting ethical conduct in sport.

Objective: This study aimed to identify distinct clusters of sportsmanship attitudes among students at the National Sports Academy “Vassil Levski” to inform pedagogical approaches in Physical Education and Sports training.

Methods: A total of 134 students (83 men and 51 women) participated in the study. Sportsmanship was assessed using the Bulgarian-adapted Multidimensional Sportspersonship Orientation Scale (MSOS). Descriptive statistics, the Mann-Whitney U-test and hierarchical cluster analysis based on Manhattan distance and the Complete Linkage Method were applied.

Results: Both male and female students demonstrated high levels of sportsmanship, particularly regarding commitment to participation, respect for rules and positive attitudes toward sport. Cluster analysis identified three distinct profiles among male students and four among females, revealing variations in respect toward rules, opponents and social conventions.

Conclusion: The findings confirm well-developed sportsmanship attitudes among future Physical Education and Sports teachers and highlight the value of cluster analysis for identifying subgroup differences. These insights can support the design of targeted educational programs that strengthen moral reasoning, respect and integrity in teacher training and sports education.

Профилиране на нагласите към спортсменство при студенти по физическо възпитание чрез използване на клъстърен анализ

Резюме:

Въведение: Спортсменството представлява основно морално и етично измерение на спорта, отразяващо уважението към правилата, противниците и честната игра. Разкриването на структурата на нагласите към спортсменство сред бъдещите учители по физическо възпитание и спорт е от решаващо значение за подобряване на професионалната им подготовка и насърчаване на етичното им

поведение в спорта.

Цел: Основната цел на това изследване е да се анализира структурата и вариационността на нагласите към спортменство сред студентите от Националната спортна академия „Васил Левски“, използвайки съвременни статистически методи

Методи: Общо 134 студенти (83 мъже и 51 жени) участваха в проучването. Спортменството беше оценено с помощта на адаптираната за България Многоизмерна скала за ориентация към спортменство (MSOS). Приложени бяха вариационен анализ, U-критерият на Ман-Уитни и йерархичен клъстерен анализ.

Резултати: Както студентите, така и студентките демонстрираха високи нива на спортменство, особено по отношение на ангажираност към участието, уважение към правилата и положително отношение към спорта. Клъстерният анализ идентифицира три различни профила сред студентите и четири сред студентките, разкривайки вариации в уважението към правилата, противниците и социалните взаимоотношения.

Заклучение: Резултатите потвърждават добре развитите нагласи към спортменство сред бъдещите учители по физическо възпитание и спорт и подчертават стойността на клъстерния анализ за идентифициране на различията между подгрупите. Тези заключения могат да подпомогнат разработването на целенасочени образователни програми, които укрепват моралното мислене, уважението и почтеността в обучението на спортно-педагогическите кадри.

9. Харалампиева, А., Тодор Маринов. (2017). Изследване удовлетвореността на учителите по физическо възпитание, участващи в обучения на ЦСДК при НСА "Васил Левски". Спорт, наука, мениджмънт – гаранция за успех. 75 г. катедра "Мениджмънт и история на спорта". София, НСА ПРЕС, с. 100-106. ISBN 978-954-718-486-2.

Резюме:

С най-голям приоритет в маркетинговите проучвания са изследванията върху удовлетвореността на потребителите от предлаганите им услуги. В пряка връзка с нея са успехите или неуспехите на дадена структура. Чрез настоящия доклад си поставяме за цел да изследваме удовлетвореността на учителите по физическо възпитание и спорт, които участват в различни обучения на ЦСДК при НСА „Васил Левски“. С помощта на специално разработена анкетна карта се набавя информация за изготвяне на маркетингов профил на потребителите на услугата. Изследват се осем основни направления, изясняващи качеството на предложеното обучение и връзката на наученото с практиката по физическо възпитание и спорт.

Research on the satisfaction of physical education and sports teachers participating in trainings at the CSDK at the NSA "Vassil Levski"

Abstract:

The highest priority in marketing research is research on consumer satisfaction with the services offered to them. The successes or failures of a given structure are directly related to it. Through this report, we set ourselves the goal of investigating the satisfaction of physical education and sports teachers who participate in various training courses of the CSDC at the Vasil Levski National Sports Academy. With the help of a specially developed questionnaire, information is obtained for the preparation of a marketing profile of the users of the service. Eight main areas are studied, clarifying the quality of the proposed training and the connection of what was learned with the practice of physical education and sports.

10. Маринов, Т., К. Радев. (2016). Усъвършенстване структурата на психическата и физическата готовност за оцеляване във високопланински условия. Адаптация на физическото възпитание и спорта на студентите към изискванията на съвременното общество. София, НСА ПРЕС, с. 147-153. ISBN 978-954-718-450-3.

Резюме:

В последните години се наблюдава засилен интерес към изучаването и представянето на методики за формиране на готовност за оцеляване в различни екстремални ситуации. В поредни 9 години във високопланински условия се провеждат целенасочени занимания за формиране на готовност за боравене с различни бойни оръжия. Успоредно с това се изграждат умения и навици за оцеляване, работи се за усъвършенстването на психическата, физическата и тактическата готовност. Целта на изследването е да се разкрие ефективността от провеждането на високопланинска подготовка за усъвършенстване структурата на психическата и физическата готовност за оцеляване. В резултат от направения анализ се установява повишаване на взаимовръзките и детерминираността на отделните компоненти в психическата, физическата и психофизическата готовност.

Improvement of the structure of psychic and physical survival readiness in high mountain environment

Abstract:

There has been a keen interest towards studying and introducing methods for forming survival readiness in different extreme situations in the recent years. In 9 consecutive years result-oriented activities have been performed aimed at forming readiness for handling different kinds of weapons. In the meantime, some skills and survival abilities have been built and the psychic, physical and tactical readiness has been improved. The aim of the study is to reveal the efficiency of the high mountain training for improvement of the structure of psychic and physical survival readiness. The results of the analysis show an increase in the interactions and determination of the

different components in the psychic, physical and psycho-physical readiness.

11. Georgiev, Y., N. Gencheva, T. Marinov. (2022). Research of hamstrings muscles in children sports karate. International Scientific Congress "Applied Sports Sciences" 2 - 3 December 2022. Proceeding book, Volume 2.. Sofia. Scientific Publishing House, NSA Press, pp. 549-554. ISBN 978-954-718-702-3.

Abstract:

The functional disorder of the hamstrings muscles is associated with prolonged sitting in a chair, poor posture, lack of motor activity and others. Maintaining elastic muscle tissue is an important factor for children practicing martial arts; karate in particular. This study has the purpose to examine hamstring muscles and their condition in children practicing karate. Methodology During the period between March - May 2022, we worked with 30 children in total, in the age group between 8-10 years old, who were practicing karate or boxing in clubs "Fighters", located in the city of Varna, and club "Khan Krum", located in the city of Shumen, respectively. For most accurate results, we formed two separate groups with 15 children each. The participants in our control group were training boxing, whilst the children in our experimental group were practicing karate. All 30 children had been training for a period of 6 months, practicing 2 times per week, one astronomical hour per session. At the beginning of every training session with our experimental group, we treated the hamstring muscles of the participants with post-isometric relaxation. To conclude our findings, we assessed the condition of the hamstring muscles of all 30 children at the beginning and end of the study period, utilizing the method of Laseg and a Seat Test with outstretched legs on the floor with a slope to the toes. Results The results at the end of the study period show that the functional deficit of the hamstring muscles continues to be present in 11 children training boxing. In comparison, only five out of 11 initially diagnosed children with hamstring muscle imbalance from our experimental group showed signs of no improvement. Conclusion The results of this study prove the hypothesis that practicing karate with the inclusion of PIR leads to improved elasticity of the hamstring muscles. The proper selection of physiotherapeutic methods and their regular application could not only heal hamstring muscle stiffness but it could also prevent it, if applied from an early age.

Изследване на задните бедрени мускули при деца, спортуващи карате

Резюме:

Функционалното разстройство на мускулите на задната бедрена става е свързано с продължително седене на стол, лоша стойка, липса на двигателна активност и други. Поддържането на еластична мускулна тъкан е важен фактор за децата, практикуващи бойни изкуства, в частност тениращи карате. Настоящото изследване има за цел да изследва мускулите на задната бедрена става и тяхното състояние при деца, практикуващи карате. Методология. В периода март-май,

2022 г. работихме с общо 30 деца на възраст между 8 и 10 години, които тренираха карате или бокс, съответно в клубове „Файтърс“, разположени в град Варна, и клуб „Хан Крум“, разположен в град Шумен. За най-точни резултати сформирахме две отделни групи с по 15 деца всяка. Участниците в контролната ни група тренираха бокс, докато децата в експерименталната ни група практикуваха карате. Всички 30 деца тренираха в продължение на 6 месеца, 2 пъти седмично, по един астрономически час на тренировка. В началото на всяка тренировка с експерименталната ни група третирахме мускулите на задната част на бедрата на участниците с постезометрична релаксация. В заключение на нашите открития, оценихме състоянието на мускулите на задната бедрена става на всички 30 деца в началото и края на периода на изследването, използвайки метода на Ласег и тест на седене с изпънати крака на пода с наклон към пръстите на краката. *Резултати* Резултатите в края на периода на изследване показват, че функционалният дефицит на мускулите на задната бедрена става продължава да присъства при 11 деца, трениращи бокс. За сравнение, само пет от 11 първоначално диагностицирани деца с дисбаланс на мускулите на задната бедрена става от нашата експериментална група не показват признаци на подобрение. *Заключение:* Резултатите от това проучване доказват хипотезата, че практикуването на карате с включването на PIR води до подобрена еластичност на мускулите на задната бедрена става. Правилният подбор на физиотерапевтични методи и редовното им прилагане биха могли не само да излекуват сковаността на мускулите на задната бедрена става, но и да я предотвратят, ако се прилагат от ранна възраст.

12. Маринов, Т., К. Георгиева, Л. Алипиева. (2019). Състояние на системата за оценка на физическата дееспособност на учениците от средните училища в Република България. Годишник на НСА "Васил Левски": Том 1. София. НСА ППЕС, с. 7-13. ISSN 2682-9908.

Резюме:

Настоящият доклад представя извършената работа по проект, насочен към усъвършенстване на системата за оценка на физическата дееспособност на учениците от средните училища в България. На основата на критичен анализ на съществуващата система за оценка се представят недостатъците и се предлагат пътища за усъвършенстване на тестовете и нормативите за оценка на бързината, мускулната сила, издръжливостта и ловкостта на учениците от 6 до 18-годишна възраст.

State of the system for the assessment of the physical fitness of the students of the middle schools in the Republic of Bulgaria

Abstract:

This report presents the work done on a project aimed at improving the system for assessing the physical fitness of middle school students in Bulgaria. On the basis of

a critical analysis of the existing assessment system, the shortcomings are presented and ways to improve the tests and norms to assess the speed, muscle strength, endurance and agility of pupils from the age of 6 to 18 are proposed.

13. Marinov, T., N. Kostova, D. Nancheva. (2018). *Improvement in the Structure of the Pupils' Ways of Reaction in Conflict Situations through Self-Defence Training. 2018. ISBN 978-86-6385-020-0.*

Abstract:

Conflicts are one of the main problems in people's relationships. Wrong actions in conflicts lead to deepening rather than to finding opportunities to avoid them. The aim of our research is to establish the positive effect of the self-defence training on improving the structure of ways of reaction in conflicts. Two groups of students have been studied – a control one of 24 children and an experimental one of 27 children.

The experimental group has done a 5-month self-defence training (3 lessons a week). Thomas-Kilman Conflict Mode Instrument has been applied to define the typical ways of reaction in conflicts. It is established that the students, having done the self-defence training, have a more advanced structure of the ways of reaction in conflicts which allows them to react adequately in the situation and find opportunities to avoid it

Усъвършенстване структурата на начините за реагиране при конфликти на ученици чрез обучение по самоотбрана

Резюме:

Конфликтите се явяват един от основните проблеми в отношенията между хората. Неправилните действия в конфликтите водят до задълбочаване, а не до намиране на възможности за избягването им. Целта на нашето изследване е да се установи положителното въздействие на обучението по самоотбрана върху усъвършенстване структурата на начините за реагиране при конфликти. Изследвани са две групи ученици – контролна от 24 ученици и експериментална от 27 ученици.

Експерименталната група е преминала 5-месечно обучение по самоотбрана (по 3 урока седмично). За определяне на типичните начини за реагиране при конфликти е приложен апробиран тест по Кен Томас. Установено е, че учениците, които преминават през обучение по самоотбрана имат по-съвършена структура на начините за реагиране при конфликти. Те са по-склонни към сътрудничеството, приспособяването към ситуацията и разумният компромис, за разлика от своите връстници. Това предоставя възможности на учениците от експерименталната група да разрешават конфликтните ситуации в началните им фази и да не допускат тяхното усложняване, при което много често се стигне до опасност за живота и здравето им.

14. Маринов, Т., В. Цолова, Диляна Нанчева. (2017). *Особености в структурата на психофизическата готовност при младежи за действия в*

кризисни ситуации. Физическо възпитание, спорт и кинезитерапия. Научно-приложни изследвания. София, НСА ПРЕС, с.13-18. ISBN 978-954-718-461-9.

Резюме:

Кризисните ситуации са особен вид екстремални ситуации. Те възникват внезапно и често застрашават човешкия живот и здраве. Преодоляването на основните фактори (трудност и опасност) на кризисните ситуации изисква определено ниво на готовност за ефективни действия. Тази готовност е изградена от пет взаимосвързани, относително самостоятелни структури: психическа, физическа, техническа, тактическа и специализирана. В изследването си поставихме за цел да разкрием особеностите в структурата на психофизическата готовност на младежите за действия в кризисни ситуации. Определихме състоянието на тревожността, показателите за общата психическа и физическа работоспособност на 27 младежи на възраст 19-20 години, практикуващи различни спортове в свободното си време. Установява се сравнително добра структура на психофизическата готовност на младежите, което е подходяща основа за прилагане на методика за формирането на адекватна готовност за оцеляване в различни кризисни ситуации. Ето защо, във връзка с усъвършенстването на структурата на психофизическата готовност е необходимо: 1) да се въздейства за понижаване на тревожността и повишаване на активността на младежите в посока изостряне на наблюдателността, повишаване на интереса към оцеляването и по-голямо желание за изучаване на особеностите в действията при различните кризисни ситуации; 2) да се работи целенасочено за развиване на скоросно-силовите качества, чрез прилагане на различни комбинации от физически упражнения.

Structural specifics of psychophysical readiness in young people for actions in crisis situations

Abstract:

Crisis situations are a special type of extreme situations. They arise suddenly and often threaten human life and health. Overcoming the main factors (difficulty and danger) of crisis situations requires a certain level of readiness for effective actions. This readiness is built from five interconnected, relatively independent structures: mental, physical, technical, tactical and specialized. In the study, we set ourselves the goal of revealing the features of the structure of the psychophysical readiness of young people for actions in crisis situations. We determined the state of anxiety, indicators of the general mental and physical working capacity of 27 young people aged 19-20, practicing various sports in their free time. A relatively good structure of the psychophysical readiness of young people is established, which is a suitable basis for applying a methodology for the formation of adequate readiness for survival in various crisis situations. Therefore, in connection with improving the structure of psychophysical

readiness, it is necessary: 1) to work to reduce anxiety and increase the activity of young people in the direction of sharpening observation, increasing interest in survival and a greater desire to study the specifics of actions in various crisis situations; 2) to work purposefully to develop speed-strength qualities by applying different combinations of physical exercises.

15. Друмев, Д., Т. Маринов, Д. Прангов. (2016). Възможности за усъвършенстване на тактическата готовност за самоотбрана чрез обучение по айкидо. Адаптация на физическото възпитание и спорта на студентите към изискванията на съвременното общество. София, НСА ПРЕС, с. 130-137. ISBN 978-954-718-450-3.

Резюме:

Айкидо е бойно изкуство, което предоставя големи възможности за формиране на готовност за самоотбрана в различни екстремални условия. В тази връзка ние си поставихме за цел да представим възможностите за усъвършенстването на една от страните на готовността за самоотбрана – тактическата. Чрез представянето на някои философски аспекти на тактиката и принципи на айкидо се представя методика за преподаване и се извеждат препоръки за самоотбрана.

Possibilities for improvement of the tactical readiness for self-defence through aikido training

Abstract:

Aikido is a martial art which gives a lot of possibilities for forming self-defense readiness in different extreme conditions. In this connection, we wanted to present the possibilities for improvement one of the sides of self-defense readiness – the tactical one. Through presenting some philosophical aspects of tactics and principles of aikido a number of teaching methods are introduced and some recommendations for self-defense are given.

16. Gencheva, N., M. Angelcheva, T. Marinov, I. Ignatov. (2019). Research of the Emotional Intelligence of Bulgarian Physiotherapy Students. Journal of Medicine, Physiology and Biophysics. An International Peer-reviewed Journal. Vol. 52., pp. 12-19. ISSN 2422-8427.

Abstract:

Emotional intelligence is perceived as cognitive ability, social competence or personal disposition. It is a range of emotional competencies which determine the efficiency of human behavior. The aim of the research was to establish the level of emotional intelligence of Bulgarian physiotherapy students and to compare it with the average values for the population. The subject of the research was a total of 50 students with major kinesitherapy who study at the National Sports Academy with mean age 23.5

years($S=3,66$): 23 men and 27 women with mean age 22.96 years ($S=3,24$) and 24 years ($S=3,96$) respectively. We used Emotional Intelligence Questionnaire of Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. & L. Dornheim. (1998). The SEIS consists of 33 items responded to on a 5-point Likert Scale. The possible range of scores is from 33 to 165. This questionnaire was translated into Bulgarian in 2006 and adapted for Bulgarian conditions by Stoyanova S. (2010) with a sample consisting mainly of students ($N=724$). It allows to be interpreted as emotional intelligence both as a general construct and as different components of the construct. Results The physiotherapy students, included in this pilot research, show a little over average levels of emotional intelligence measured with the questionnaire of Schutte, et al (1998). With the advancement in age and experience the women show a little higher level of emotional intelligence. The Bulgarian version of the emotional intelligence scale of Schutte can be used for determining the level of emotional intelligence of students so that the level of their performance at university as well as their future professional realization can be prognosticated. Conclusion The higher emotional intelligence will help the future physiotherapeutic specialists to fulfill successfully their personal potential. They will have a positive social attitude and good ability for adaptation in the community environment. They will also be able to build healthy relationships with their patients which is a major factor for their motivation to actively take part in the healing process.

Изследване на емоционалната интелигентност на български студенти по физиотерапия

Резюме:

Емоционалната интелигентност се възприема като когнитивна способност, социална компетентност или личностно разположение. Тя е набор от емоционални компетенции, които определят ефективността на човешкото поведение. Целта на изследването беше да се установи нивото на емоционална интелигентност на българските студенти по физиотерапия и да се сравни със средните стойности за популацията. Обект на изследването бяха общо 50 студенти със специалност кинезитерапия, които учат в Националната спортна академия, със средна възраст 23,5 години ($S=3,66$), 23 мъже и 27 жени със средна възраст съответно 22,96 години ($S=3,24$) и 24 години ($S=3,96$). Използвахме въпросника за емоционална интелигентност на Schutte, NS, Malouff, JM, Hall, LE, Haggerty, DJ, Cooper, JT, Golden, CJ & L. Dornheim (1998). SEIS се състои от 33 елемента, на които се отговаря по 5-степенна скала на Ликерт. Възможният диапазон на резултатите е от 33 до 165. Този въпросник е преведен на български през 2006 г. и адаптиран за български условия от Стоянова С. (2010) с извадка, състояща се предимно от студенти ($n=724$). Той позволява да се интерпретира като емоционална интелигентност както като общ конструкт, така и като различни компоненти на конструкта. Резултати Студентите по физиотерапия, включени в това пилотно

изследване, показват малко над средните нива на емоционална интелигентност, измерени с въпросника на Шуте и др. (1998). С напредване на възрастта и опита жените показват малко по-високо ниво на емоционална интелигентност. Българската версия на скалата за емоционална интелигентност на Шуте може да се използва за определяне на нивото на емоционална интелигентност на студентите, така че да може да се прогнозира нивото на тяхното представяне в университета, както и бъдещата им професионална реализация. *Заключение:* По-високата емоционална интелигентност ще помогне на бъдещите специалисти по физиотерапия да реализират успешно личностния си потенциал. Те ще имат позитивно социално отношение и добра способност за адаптация в обществената среда. Те ще могат да изграждат здравословни взаимоотношения със своите пациенти, което е основен фактор за мотивацията им да участват активно в лечебния процес.

17. Marinova, D., M. Angelcheva, T. Marinov, I. Ignatov (2019). Influence of Tuina Therapy on Pain as Regards Quality of Life Among Patients Suffering from Multiple Sclerosis. Journal of Medicine, Physiology and Biophysics. An International Peer-reviewed Journal. Vol. 52, pp. 1-6. ISSN 2422-8427.

Abstract:

Multiple sclerosis (MS) has a harmful influence on the quality of life (QoL) and a patient's efficiency, including physical, emotional and social aspects of the everyday life. The subjective nature of pain prevents therapeutants from having an objective standard which can estimate the intensity of pain and its influence on the QoL. The aim of the research is to determine the positive effect from the Chinese tuina massage on the degree of pain among patients suffering from multiple sclerosis. The research was conducted over a period of 3 years (2014-2017) at the Physiotherapy and Rehabilitation Ward of 8th Diagnostic-consultative center in Sofia, and also as home rehabilitation. For the purposes of the research we formed an experimental group (EG) and a control group (CG) consisting of 25 patients in a remission phase. The patients from the EG undertook 10 procedures with tuina therapy, while those from the CG were given only SF-36-scale about QoL. The results from the statistical processing of the two questions regarding the quality evaluation of the intensity of pain in the patients' normal working environment and in their daily routine over a 4-week period show a significant improvement among the EG compared to the CG at the end of the research. The results from this study show that tuina therapy can be very beneficial for reducing the intensity of pain, improving the functional possibilities and quality of life among patients with MS. The significantly better results among the EG compared to the CG prove tuina therapy is an effective method for successful handling of pain symptoms.

Влияние на туина терапията върху болката и качеството на живот при пациенти, страдащи от множествена склероза

Резюме:

Множествената склероза (МС) има вредно влияние върху качеството на живот (КЖ) и работоспособността на пациента, включително за физическите, емоционалните и социалните аспекти на ежедневието. Субективният характер на болката не позволява на терапевтите да имат обективен стандарт, който да може да оцени интензивността на болката и нейното влияние върху КЖ. Целта на изследването е да се определи положителният ефект от китайския туина масаж върху степента на болка сред пациенти, страдащи от множествена склероза. Изследването е проведено в продължение на 3 години (2014-2017 г.) в отделението по физиотерапия и рехабилитация на 8^{-ми} диагностично-консултативен център в София, както и като домашна рехабилитация. За целите на изследването сформирахме експериментална група (ЕГ) и контролна група (КГ), състояща се от 25 пациенти във фаза на ремисия. Пациентите от ЕГ са преминали 10 процедури с туина терапия, докато тези от КГ са получили само SF-36-скала за КЖ. Резултатите от статистическата обработка на двата въпроса, отнасящи се до качествената оценка на интензивността на болката в нормалната работна среда на пациентите и в ежедневието им за период от 4 седмици, показват значително подобрене сред ЕГ в сравнение с КГ в края на изследването. Резултатите от това проучване показват, че туина терапията може да бъде много полезна за намаляване на интензивността на болката, подобряване на функционалните възможности и качеството на живот сред пациентите с множествена склероза. Значително подобрите резултати сред ЕГ в сравнение с КГ доказват, че туина терапията е ефективен метод за успешно справяне със симптомите на болка.

18. Gencheva, N., M. Angelcheva, T. Marinov, I. Ignatov. (2017). Assessment of Sportsmanship in Case of Institutionalized Adolescents, Deprived of Parental Cares. Journal of Health, Medicine and Nursing. An International Peer-reviewed Journal. Vol. 42. pp. 103-109. ISSN 2422-8419.

Abstract:

Sportsmanship is a behavior, coherent to the normative standards concerning social and moral interrelation communications in the field of sport activities. Our aim is to study the purposefulness to a sportsmanlike behavior in the group of actively sporting children deprived of parental cares, who were brought up in the Bulgarian special social institutions. The respondent group includes 36 children – 27 girls, training basketball and track-and-field athletics, and 9 boys, training basketball; all are coming from children social institutions. We evaluate the meaningfulness towards fair sportive behavior using the Multidimensional Sportpersonship Orientation Scale Measurements, MSOS, developed by Vallerand, Briere, Blanchard and Provencher (1997). The children, deprived of parental cares, who were engaged in various sports, do not demonstrate lower sportsmanship standards than the children, coming from normal families and engaged in the same form of sport activities. Social status of the

institutionalized children does not negatively influence their respect for the established fair play rules in case of purposeful sport activities. The athletic behavior helps to diminish the illtempered or harmful sportsmen manifestations in a sport competition environment. However, whether it will be transferred into a normative practice into their everyday life out of the sport terrain is a subject matter to future studies.

Оценка на спортсменството при юноши от социални домове, лишени от родителски грижи

Резюме:

Спортсменството е поведение, съответстващо на нормативните стандарти относно социалните и морални взаимовръзки в областта на спортните дейности. Нашата цел е да изследваме целенасочеността към спортсменство в групата на активно спортуващи деца, лишени от родителски грижи, отглеждани в български специални социални институции. Респондентната група включва 36 деца – 27 момичета, трениращи баскетбол и лека атлетика, и 9 момчета, трениращи баскетбол; всички деца са от детски социални институции. Оценяваме целенасочеността към спорсменство, използвайки Многоизмерната скала за спортна ориентация (MSOS), разработена от Vallerand, Briere, Blanchard и Provencher (1997). Децата, лишени от родителски грижи, които са се занимавали с различни спортове, не демонстрират по-ниски стандарти на спортсменство в сравнение с децата, идващи от нормални семейства и занимаващи се със същата форма на спортни дейности. Социалният статус на институционализираните деца не влияе негативно върху спазването на установените правила за честна игра при целенасочени спортни дейности. Спорсменството спомага за намаляване на лошите или вредни спортни прояви в състезателна спортна среда. Дали обаче това ще бъде пренесено в нормативна практика в ежедневието им извън спортната сфера, е предмет на бъдещи изследвания.

19. Marinov, T., N. Gencheva, M. Angelcheva, I. Ignatov, V. Dimitrov. (2017). Influence of Yoga Practices on Stress Coping Strategies. Journal of Medicine, Physiology and Biophysics. An International Peer-reviewed Journal. Vol. 39, pp. 57-63. ISSN 2422-8427.

Abstract:

Stress coping strategies are used every day. By choosing a different coping style, people seek solution to a complicated task or situation. One of the reliable forms of motor activity, which influences favorably the development of valuable psychic and physical qualities, is yoga. The aim of the research is to determine the positive effect of yoga practices on stress coping strategies. The research was done among 76 women – 42 of them practice yoga in different clubs of the Bulgarian Yoga Federation and yoga students at NSA “Vassil Levski” – experimental group; and control group consisting of 34 women not engaged in any kind of

sport or motor activity. The stress coping strategies were evaluated with the questionnaire COPE-1 (Carver, C, & Scheier, M. 1985), adapted for Bulgarian conditions by A. Rusinova-Hristova and G. Karastoyanov (2000). Results show that the first seven stress coping strategies have approximately equal values with the control group. The passive strategies, related to emotion-focused coping with the problem, are dominant. In this case, the structure of the stress coping strategies with the women not engaged in sport is more imperfect than the one with the women practicing yoga. The arrangement of the leading stress coping strategies, as well as the reliable differences with six of the strategies (43% of all 14 strategies) in favor of the EG is indicative of more harmonious and more perfect structure of the preferred stress coping strategies with women practicing yoga.

Conclusion: The leading stress coping strategies with women not engaged in sport are passive. They experience greater difficulty in solving their problems in stressful situations. The leading strategies with women practicing yoga are active. The researched individuals react immediately in stressful situations, concentrate on the problem and actively cope with it.

Въздействие на йога практиките върху стратегиите за справяне със стреса

Резюме:

Стратегиите за справяне със стреса се използват ежедневно. Избирайки различен стил на справяне, хората търсят решение на сложна задача или ситуация. Една от надеждните форми на двигателна активност, която влияе благоприятно върху развитието на ценни психически и физически качества, е йога. Целта на изследването е да се определи положителният ефект на йога практиките върху стратегиите за справяне със стреса. Изследването е проведено сред 76 жени – 42 от тях практикуват йога в различни клубове на Българската федерация по йога и са специализанти по йога в НСА „Васил Левски“. Те сформират експериментална група. Останалите 34 жени сформират контролна група, като те не се занимават с никакъв вид спорт или двигателна активност. Стратегиите за справяне със стреса са оценени с въпросника COPE-1 (Carver, C, & Scheier, M. 1985), адаптиран за български условия от А. Русинова-Христова и Г. Карастоянов (2000). Резултатите показват, че първите седем стратегии за справяне със стреса имат приблизително равни стойности с контролната група. Пасивните стратегии, свързани с емоционално фокусирано справяне с проблема, са доминиращи. В този случай структурата на стратегиите за справяне със стреса при жените, които не се занимават със спорт, е по-несъвършена от тази при жените, практикуващи йога. Подредбата на водещите стратегии за справяне със стреса, както и достоверните разлики при шест от стратегиите (43% от всички 14 стратегии) в полза на ЕГ, е показателна за по-хармонична и по-съвършена структура на предпочитаните стратегии за справяне със стреса при жените, практикуващи йога.

Заклучение: Водещите стратегии за справяне със стреса при жените, които не се занимават със спорт, са пасивни. Те изпитват по-големи трудности при решаването на проблемите си в стресови ситуации. Водещите стратегии за справяне със стреса при неспортуващите жени са пасивни. Те по-трудно разрешават проблемите си в стресови ситуации. При жените, практикуващи йога водещите стратегии са активни. Изследваните лица реагират на момента при възникването на стресовата ситуация, концентрират се върху проблема и активно се справят с него.

20. Marinov, T., N. Gencheva, M. Angelcheva, I. Ignatov, D. Stefanova, Y. Pesheva. (2018). Aikido Game Activities as Stimulation Factor for a Proper Behavior in Conflict Situations. European Journal of Medicine, 6(1), pp. 43-51. ISSN 2310-3434.

Abstract:

The conflicts between different personalities offer contradictions, division of opinions and clashes between people. In a field like sport activity the trainers should be able to identify the motives for the conflicts that burst out among the sportsmen and the methods to overcome them. The goal of the study is to prove the positive influence of the physical activity demonstrated in the aikido game over the ways in which one may react in case of conflict situation. The respondent group consists, generally, of 64 youngsters aged from 18 to 24, divided in to two groups: Control group of 24 young people who do not practice sport; and Experimental group of 40 young people that are actively practicing aikido in various clubs in this country. We applied the approved Ken Thomas 'Test (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument) (Thomas, 1977). We used some given keys to determine the five instruments for reaction to conflict situations: 1) Competing; 2) Collaborating; 3) Compromising; 4) Avoiding; and 5) Accommodating. The analysis made is defining some generalizations: the young people practicing aikido have more harmonious structure of the tactics configuration to be used as a response to conflict situations in comparison to the group of non-involved in sport their peers. They are inclined to cooperation, adaptation and reasonable compromise in such environment. Competition and avoidance are not preferable techniques to resolve conflicts. In the same time non-involved in sport activities young people are governed by attitudes for competitiveness; sometimes their behavior and motives are commanded by the will to make compromise and the desire to avoid conflicts to which it is difficult to adapt. The youngsters with higher physical aikido activities improve their will and tenacity; they are striving to achieve the goals and to assume definite responsibilities.

Влияние на физическата активност в практиките по айкидо върху начините за реагиране при конфликти

Резюме:

Конфликтите между различни личности водят до противоречия, разделение

на мнения и сблъсъци между хората. В област като спорта, треньорите трябва да могат да идентифицират мотивите за конфликтите, които възникват сред спортистите, и методите за преодоляването им. Целта на изследването е да се докаже положителното въздействие на физическата активност в практиките по айкидо върху начините за реагиране при конфликти. Изследвани са 64 младежи на възраст от 18 до 24 години, разделени на две групи: Контролна група от 24 младежи, които не практикуват спорт; и Експериментална група от 40 младежи, които активно практикуват айкидо в различни клубове в страната. Приложихме апробиран тест по Кен Томас (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument) [Г. Калайджиев, 2012], като по даден ключ се определят пет начина за реагиране при конфликти: 1) Състезание; 2) Сътрудничество; 3) Компромис; 4) Избягване; и 5) Приспособяване. От направеният анализ се установи, че младежите, които практикуват айкидо имат по-хармонична структура на начините за реагиране при конфликти в сравнение с неспортуващите. Те са по-склонни към проява на сътрудничество, приспособяване и разумен компромис в конфликти ситуации. Съперничеството и бягството не са предпочитани подходи за решаване на конфликта. В същото време неспортуващите младежи са водени от нагласа за съперничество, понякога желание за компромис и стремеж за избягване на конфликтите, към които трудно се приспособяват. Доказва се работната хипотеза на изследването – физическата активност в практиките по айкидо оказва благоприятно въздействие върху формирането на по-хармонична структура на начините за реагиране при конфликти. Предизвикателство за нас би било да се изследват начините за разрешаване на конфликти в колективни спортове като баскетбол, волейбол, футбол и др. както и дали има различия по полов признак, което ще е обект на бъдещи наши проучвания

ПОКАЗАТЕЛ Е.20. Публикуван университетски учебник или учебник, който се използва в училищната мрежа.

1. Теория и методика на физическото възпитание. Учебник за студентите от НСА „Васил Левски“. /Под общ.ред. Корнелия Найденова, Тодор Маринов. София НСА ПРЕС, 2025. 323 с.: ISBN 978-954-718-790-0

Резюме:

Учебникът обезпечава теоретичната и методичната подготовката на студентите от специалността „Физическо възпитание“ в НСА „Васил Левски“. В структурата си включва 5 раздела:

В първият раздел се изяснява същността на физическото възпитание, появата и развитие му, неговото място в съвременния етап от развитието на образователната ни система.

Във втората част са разгледани теоретичните основи на физическото възпитание, като последователно се представят: средствата и методите на физическото възпитание; формите за организация на заниманията; учебният

процес и обучението в двигателни действие; двигателните качества на учениците; държавните документи, регламентиращи обучението по предмета „физическо възпитание и спорт“ в образователната система.

Третата част е посветена на методиката на физическото възпитание. Тук подробно се разглежда учебното му съдържание в предучилищна възраст, при учениците от началния и прогимназиалния етап на основната образователна степен, при учениците от гимназиален етап и при студентите във висшите училища. Акцент се поставя върху методическите изисквания за реализиране на обучението.

Четвъртата част е свързана с детско-юношеския спорт, подбора и многогодишната спортна подготовка.

Петата част изяснява същността и спецификата на научноизследователската работа във физическото възпитание. Изведени са основни направления за научни изследвания. Разкрита е методологията, методиката и същността на методите за провеждане на научни изследвания във физическото възпитание. Посочени са конкретни насоки за планиране и провеждане на научно изследване в областта на физическото възпитание.

Theory and methodology of physical education. Textbook for students of the National Academy of Physical Education "Vasil Levski"

Abstract:

The textbook provides theoretical and methodological training for students majoring in "Physical Education" at the National Academy of Sports "Vasil Levski". Its structure includes 5 sections:

The first section clarifies the essence of physical education, its emergence and development, its place in the modern stage of the development of our educational system.

The second part examines the theoretical foundations of physical education, sequentially presenting: the means and methods of physical education; forms of organizing classes; the educational process and training in motor actions; the motor qualities of students; state documents regulating training in the subject "physical education and sports" in the educational system.

The third part is devoted to the methodology of physical education. Here, its educational content is examined in detail in preschool age, among students of the primary and junior high school stages of the basic educational stage, among students of the high school stage and among students in higher education institutions. Emphasis is placed on the methodological requirements for the implementation of training.

The fourth part is related to children's and youth sports, selection and long-term sports training.

The fifth part clarifies the essence and specificity of scientific research work in physical education. The main directions for scientific research are outlined. The

methodology, methodology and essence of the methods for conducting scientific research in physical education are developed. Specific guidelines for planning and conducting scientific research in the field of physical education are indicated.

2. Ръководство по учебните предмети от отрасловата и специфичната професионална подготовка за обучение по професия „помощник-треньор“ в спортните училища" (2022). ISBN 978-954-718-693-4. Специализиран раздел: "Теория на физическото възпитание" с. 109-166 Автори: Т. Маринов, К. Найденова, Л. Борисов

Резюме:

Ръководството е предназначено за учениците от IX до XII клас в спортните училища и неговата цел е свързана с един от водещите приоритети в политиката на Министерството на младежта и спорта за изграждане в спортните училища на подкрепяща среда за развитие на таланта на учениците и създаване на условия за бъдещата им професионална реализация, както и възможност за ефективна подготовка на зрелостниците за задължителния държавен изпит за придобиване на професионална квалификация.

Ръководството включва 14 самостоятелни приложения, като едно от тях е "Теория на физическото възпитание – 11 и 12 клас" (Приложение 2). Съдържанието му включва:

- 1) Теория на физическото възпитание като система от научни знания.
- 2) Закономерности в развитието и управлението на движенията на човека.
- 3) Средства на физическото възпитание.
- 4) Процес на обучение в двигателни действия.
- 5) Методи на физическото възпитание.
- 6) Двигателни качества.
- 7) Форми за организация на дейностите от сферата на физическото възпитание в училищното образование.
- 8) Нормативна основа на физическото възпитание.
- 9) Подбор и многогодишна спортна подготовка. Спортносъстезателна дейност в училище.

Тест № 1 по Теория на физическото възпитание

Тест № 2 по Теория на физическото възпитание

Тест № 3 по Теория на физическото възпитание

Guide to the subjects of the sectoral and specific professional training for training in the profession of "assistant coach" in sports schools". Specialized section: "Theory of physical education".

Abstract:

The guide is intended for students from grades 9 to 12 in sports schools and its purpose is related to one of the leading priorities in the policy of the Ministry of Youth and Sports to build a supportive environment in sports schools for the development of students' talent and creating conditions for their future professional realization, as well as an opportunity for effective preparation of high school graduates for the mandatory state exam for acquiring professional qualifications.

The guide includes 14 separate applications, one of which is "Theory of Physical Education - Grades 11 and 12" (Appendix 2). Its content includes:

- 1) The theory of physical education as a system of scientific knowledge.
 - 2) Regularities in the development and management of human movements.
 - 3) The environment of physical education.
 - 4) The process of training in motor actions.
 - 5) Methods of physical education.
 - 6) Motor qualities.
 - 7) Forms of organization of activities in the field of physical education in school education.
 - 8) Normative basis of physical education.
 - 9) Selection and long-term sports training. Sports competition at school.
- Test No. 1 on the Theory of Physical Education
Test No. 2 on the Theory of Physical Education
Test No. 3 on the Theory of Physical Education