

## РЕЦЕНЗИЯ

от доц. инж. Огнян Тишинов, доктор

Относно: Представен за официална защита дисертационен труд от Михаил Георгиев Кузев, докторант към катедра „ТЕЖКА АТЛЕТИКА, БОКС, ФЕХТОВКА И СПОРТ ЗА ВСИЧКИ ” при НСА „Васил Левски” на тема „ВЪЗДЕЙСТВИЕТО НА ФИЗИЧЕСКАТА КУЛТУРА И СПОРТНИ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ВЪРХУ ХАРМОНИЧНОТО РАЗВИТИЕ, БЛАГОСЪСТОЯНИЕТО, ФИЗИЧЕСКОТО, СОЦИАЛНОТО И ЕМОЦИОНАЛНОТО ЗДРАВЕ НА УЧЕНИЦИТЕ ОТ 11 ДО 16 ГОДИНИ В ОАЕ“ за присъждане на образователна и научна степен „доктор” по научната специалност „Теория и методология на спортната наука“, професионално направление 7.6 „Спорт“, научен ръководител проф. Красимир Петков, д. н.

Дисертационният труд разглежда въздействието на физическата култура и спортните специализации върху хармоничното развитие и благосъстоянието на учениците в Обединените Арабски Емирства (ОАЕ).

Актуалността на избраната тематика е несъмнена, имайки предвид, че редовното упражняване на спортна дейност може да спомогне за подобряване на мускулната сила, издръжливостта, психологическото състояние и качеството на живот съпроводено с понижаване на кръвното налягане, подобряване на настроението, облекчаване на депресията, и увеличаване на усещането за благополучие.

В този смисъл темата е интересна, с практическа насоченост и няма съмнение в нейната дисертабилност.

Разработката е в обем 178 стандартни страници. Резултатите са представени в 3 таблици и е онагледена с 74 фигури. Ползваната литература включва 164 заглавия, от тях 42 на латиница и 122 на кирилица. Дисертацията следва класическата структура на такъв род научни трудове: увод в обем (4 стр.); първа глава (от 49 стр.), разделена в 14 подраздела, втора глава (11 стр.) включваща цел, задачи, организация и методика, трета глава, резултати от изследването и анализ (87 стр.), 9 теоретико-приложни изводи и 2 препоръки. Представени са 4 приложения. Списъкът на публикациите и броят им отговаря на представения за защита дисертационен труд. Авторефератът отговаря на изискванията.

Работата по дисертацията предлага многомерни научни задачи и отговаря на редица въпроси за спорта в контекста на ОАЕ, при конкретните климатични условия и

културните различия както и адаптиране на традициите на България във физическото възпитание и спорта на място като изследването се фокусира върху специфичните фактори. Успехът в разработката на темата в голяма степен се дължи на добрата научна подготовка на дисертанта. Работата е добре онагледена таблично и графично.

Глава първа отговаря на редица въпроси за индивидуалните особености на човека, формирани под въздействието на заобикалящата го среда и ежедневните дейности и могат да се свържат с понятието „здравословен начин на живот“. Това понятие обхваща реализация на навици, утвърждаващи физическото, психическото и социалното благополучие на индивида, но образователната система, често води до влошаване на здравето на учениците чрез хиподинамията. В контекста на Дубай, програмата „Youth Sports Academy“ има за цел да насърчи учениците към извънкласни спортни дейности и да ги мотивира да развият дългосрочни здравословни навици. Освен това, в рамките на училищната система се прилагат различни образователни модели, които акцентират на здравословното хранене и физическата активност като ключови фактори за постигане на оптимални академични и социални резултати.

CAT4 (Cognitive Abilities Test 4) е съвременен тест за когнитивни способности, който измерва как учениците мислят в различни области: вербално, количествено, невербално и пространствено. Той предоставя полезна информация за потенциала на учениците да учат и да се развиват, като същевременно може да бъде използван за прогнозиране на тяхното представяне в различни учебни дисциплини и спортни дейности.

В контекста на настоящото изследване тестът CAT4 помага да се оцени как когнитивните способности на учениците влияят върху тяхното физическо, социално и емоционално развитие в рамките на спортните програми. Изследванията показват, че когнитивните способности, измерени чрез CAT4, имат пряка връзка с академичните постижения, както и с умението на учениците да решават проблеми и да работят в екип – ключови фактори за успех в спорта. Според изследване в Обединеното кралство CAT4 тестовете могат да предскажат не само академичния успех, но и способността на учениците да се адаптират и да работят в сложни спортни ситуации.

NGRT (New Group Reading Test) пък е стандартен тест, използван за измерване на способността за четене и разбиране на текста. В спортните изследвания, NGRT се използва, за да се оцени как нивото на четене и разбиране влияе на учениците при разбирането на спортни правила, стратегии и тактики. Четивните умения са важен компонент в обучението по спортна теория, където точността на разбирането на

инструкции и правила е от съществено значение. Изследвания в Обединеното кралство показват, че учениците с високи резултати на NGRT показват по-добри постижения в спортове, изискващи сложни тактически решения, като ръгби и футбол. Способността да четат и разбират сложни инструкции и правила дава на учениците предимство в подготовката и изпълнението на спортни задачи. В последните години значително внимание се обръща на училищните програми за физическа активност, които целят да насърчат учениците да изградят здравословни навици. Пример за това са програмите в страни като Финландия, където физическата активност е неразделна част от учебния ден и резултатите показват подобрене в академичните постижения, социалното поведение и общото здраве на учениците. Подобни програми се разработват и в ОАЕ, където Министерството на образованието полага усилия да увеличи времето, отделено за физическо възпитание, и да популяризира спортните занимания сред учениците. В същото време, литературният обзор подчертава значителното влияние на рисковите фактори върху общественото здраве. Според доклад на СЗО, над 1.4 милиарда души по света не са физически активни в достатъчна степен, което води до редица здравословни проблеми. Един от основните проблеми е разпространението на нездравословния начин на живот, който включва липсата на достатъчно сън, тютюнопушенето, неправилното хранене и ограничената двигателна активност.

Анкетното проучване е достатъчно изчерпателно и обхваща 4670 участници. Обект на изследване са ученици на възраст 11-16 години от различни училища в Дубай, участващи в различни спортни специализации и програми по физическо възпитание. Изследването обхваща общо 4670 ученици, като се провежда през учебните години 2022/2023 и 2023-2024. В анкетите участват отворени и затворени въпроси като не са пропуснати комбинации от възможни отговори. Според моето мнение такава подробна анкета се използва за първи път, като на учениците е предложено да запишат и свои индивидуални препоръки. За анкетата са използвани формати от екселски страници (Survey Maker), даващи възможност за самостоятелно дописване на отговори и препоръки. Системата за анкетно проучване допуска самостоятелна работа на респондентите и в интернет достъп.

Целта е ясно и точно формулирана. Задачите в правилна логическа последователност очертават пътя на научното изследване за достигане на поставената цел. Определен е предметът на изследване. Изведената работна хипотеза произтича от направения обзор и е научно доказана.

Описани са подробно използваните методи за изследване както и математико-статистическите методи.

Главата “Резултати от изследването и анализ” е несъмнено с голяма тежест. Анализът носи в себе си редица творчески аспекти, проведен е с научно обоснована критичност от позицията на изграден специалист. Систематизирани са проблемите, които не са достатъчно проучени и ще се търси отговор в дисертационния труд.

Разработени са тренировъчни програми за подобряване на физическата годност, социалните умения и емоционалната стабилност на учениците. Чрез сравнителен анализ на резултатите в началото и края на времевия период, преди и след въвеждането на програмите е направена оценка за ефективността им. Включени са 11 спортно педагогически теста като 50% от тях удовлетворяват условието за статистическа значимост. За показателите с нормално разпределение е ползван критерия на Стюдънт, докато за тези от тях с аномално разпределение – критерият на Уилкоксън.

Корелационният анализ е извършен по критериите на Пирсън и Спирмън, като получените корелационни коефициенти (10 на брой) са вътрешно групови и между групови по характер, а броят им е приблизително еднакъв и при двата корелационни метода.

Изводите и препоръките са конкретни и логично следват от получените резултати и направения анализ.

Според мен теоретичните и научно-приложни приноси на дисертационния труд са следните:

1. Проучени са литературните източници отнасящи се за реализация на навици, утвърждаващи физическото, психическото и социалното благополучие на индивида чрез много подробни изчерпателни анкети.

2. Анализът показва, че спортната култура и възможностите в DIA са на много високо ниво, със степен на участие, осведоменост и удовлетвореност.

3. Учениците, които са част от добре информирани и подкрепящи училищни общности, показват по-висока ангажираност и удовлетвореност.

4. Осъществен е статистически вариационен и корелационен анализи според направените изследвания и са направени изводи съобразно спортно-техническата подготвеност.

5. В контекста на Дубай, програмата „Youth Sports Academy“ има за цел да насърчи учениците към извънкласни спортни дейности и да ги мотивира да развият дългосрочни здравословни навици в конгломерата от спортове.

В заключение трябва да отбележа, че на нашето внимание е предложен завършен научен труд, отговарящ на всички изисквания за докторска дисертация. Докторантът се е изявил като знаещ и можещ специалист практик и научен работник. Въз основа на всичко гореизложено давам положителна оценка на дисертацията на Михаил Георгиев Кузев, докторант към катедра „ТЕЖКА АТЛЕТИКА, БОКС, ФЕХТОВКА И СПОРТ ЗА ВСИЧКИ” при НСА „В. Левски”, на тема „ВЪЗДЕЙСТВИЕТО НА ФИЗИЧЕСКАТА КУЛТУРА И СПОРТНИ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ВЪРХУ ХАРМОНИЧНОТО РАЗВИТИЕ, БЛАГОСЪСТОЯНИЕТО, ФИЗИЧЕСКОТО, СОЦИАЛНОТО И ЕМОЦИОНАЛНОТО ЗДРАВЕ НА УЧЕНИЦИТЕ ОТ 11 ДО 16 ГОДИНИ В ОАЕ“ и предлагам на уважаемата комисия, да му бъде присъдена образователната и научна степен “доктор” по научната специалност „Теория и методология на спортната наука“ професионално направление 7.6 „Спорт“.

21.02.2026 г.

Подпис:

(доц. инж.Огнян Тишинов, доктор)

## REVIEW

by Assoc. Prof. Eng. Ognyan Tishinov, PhD Subject

Submitted for official defense of a dissertation by Mikhail Georgiev Kuzev, PhD student at the Department of "WEIGHT LIFTING, BOXING, FENCING AND SPORT FOR ALL" at the National Academy of Sports "Vasil Levski" on the topic "THE IMPACT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPECIALIZATIONS ON THE HARMONIOUS DEVELOPMENT, WELL-BEING, PHYSICAL, SOCIAL AND EMOTIONAL HEALTH OF STUDENTS FROM 11 TO 16 YEARS OLD IN THE UAE" for the award of the educational and scientific degree "Doctor" in the scientific specialty "Theory and Methodology of Sports Science", professional direction 7.6 "Sport", scientific supervisor prof. Krasimir Petkov, Ph.D.

The dissertation examines the impact of physical culture and sports specializations on the harmonious development and well-being of students in the United Arab Emirates (UAE). The relevance of the chosen topic is undoubted, considering that regular exercise can help improve muscle strength, endurance, psychological state and quality of life accompanied by lowering blood pressure, improving mood, alleviating depression, and increasing the feeling of well-being. In this sense, the topic is interesting, with a practical focus and there is no doubt about its dissertationability.

The development is 178 standard pages long. The results are presented in 3 tables and illustrated with 74 figures. The literature used includes 164 titles, of which 42 are in Latin and 122 in Cyrillic.

The dissertation follows the classic structure of this type of scientific work: a volume introduction (4 pages); the first chapter (of 49 pages), divided into 14 subsections, the second chapter (11 pages) including the goal, tasks, organization and methodology, the third chapter, research results and analysis (87 pages), 9 theoretical and applied conclusions and 2 recommendations. 4 appendices are presented. The list of publications and their number correspond to the dissertation work presented for defense. The abstract meets the requirements. The dissertation work offers multidimensional scientific tasks and answers a number of questions about sports in the context of the UAE, under specific climatic conditions and cultural differences, as well as adapting the traditions of Bulgaria in physical education and sports on site, as the study focuses on specific factors.

The success in developing the topic is largely due to the good scientific preparation of the dissertation candidate. The work is well illustrated in tables and graphics. Chapter One

answers a number of questions about the individual characteristics of a person, formed under the influence of the surrounding environment and daily activities and can be related to the concept of a “healthy lifestyle”. This concept encompasses the implementation of habits that promote the physical, mental and social well-being of the individual, but the education system often leads to a deterioration in the health of students through hypodynamia. In the context of Dubai, the “Youth Sports Academy” program aims to encourage students to engage in extracurricular sports activities and motivate them to develop long-term healthy habits. In addition, various educational models are implemented within the school system that emphasize healthy eating and physical activity as key factors for achieving optimal academic and social results. CAT4 (Cognitive Abilities Test 4) is a modern cognitive ability test that measures how students think in different areas: verbal, quantitative, non-verbal and spatial. It provides useful information about students’ potential to learn and develop, and can be used to predict their performance in various academic subjects and sports activities. In the context of this study, the CAT4 test helps to assess how students’ cognitive abilities influence their physical, social and emotional development within sports programs. Research has shown that cognitive abilities measured by the CAT4 have a direct relationship with academic achievement, as well as with students’ ability to solve problems and work in teams – key factors for success in sports. According to a study in the United Kingdom, CAT4 tests can predict not only academic success, but also students’ ability to adapt and work in complex sports situations. The NGRT (New Group Reading Test) is a standard test used to measure the ability to read and understand text. In sports research, the NGRT is used to assess how the level of reading and comprehension affects students’ understanding of sports rules, strategies and tactics. Reading skills are an important component of sports theory training, where accurate understanding of instructions and rules is essential. Research in the UK has shown that students with high scores on the NGRT perform better in sports that require complex tactical decisions, such as rugby and football.

The ability to read and understand complex instructions and rules gives students an advantage in preparing for and completing sports tasks. In recent years, significant attention has been paid to school physical activity programs that aim to encourage students to develop healthy habits. Examples include programs in countries such as Finland, where physical activity is an integral part of the school day and results show improvements in academic achievement, social behavior and general health of students. Similar programs are also being developed in the UAE, where the Ministry of Education is making efforts to increase the time allocated to physical education and to promote sports activities among students. At the same

time, the literature review highlights the significant impact of risk factors on public health. According to a WHO report, over 1.4 billion people worldwide are not physically active enough, which leads to a number of health problems. One of the main problems is the spread of unhealthy lifestyles, which include lack of enough sleep, smoking, poor nutrition and limited physical activity. The survey is sufficiently comprehensive and covers 4670 participants. The object of the study are students aged 11-16 from different schools in Dubai, participating in various sports specializations and physical education programs. The study covers a total of 4670 students, and is conducted during the 2022/2023 and 2023-2024 school years. The surveys include open and closed questions, with no combinations of possible answers omitted. In my opinion, such a detailed survey is being used for the first time, and students are also offered to write down their own individual recommendations. Excel sheet formats (Survey Maker) were used for the survey, allowing for independent addition of answers and recommendations. The survey system allows for independent work by respondents and with internet access. The goal is clearly and precisely formulated. The tasks in the correct logical sequence outline the path of scientific research to achieve the set goal. The subject of the study is defined. The derived working hypothesis arises from the review made and is scientifically proven. The research methods used as well as the mathematical and statistical methods are described in detail.

The chapter “Results of the research and analysis” is undoubtedly of great importance. The analysis carries a number of creative aspects, it was conducted with scientifically based criticality from the position of an established specialist. The problems that have not been sufficiently studied have been systematized and an answer will be sought in the dissertation work. Training programs have been developed to improve the physical fitness, social skills and emotional stability of students. Through a comparative analysis of the results at the beginning and end of the time period, before and after the introduction of the programs, an assessment of their effectiveness has been made. 11 sports pedagogical tests have been included, with 50% of them satisfying the condition for statistical significance. For indicators with a normal distribution, the Student criterion was used, while for those with an abnormal distribution – the Wilcoxon criterion. The correlation analysis was performed according to the Pearson and Spearman criteria, and the obtained correlation coefficients (10 in number) are intra-group and inter-group in nature, and their number is approximately the same for both correlation methods.

The conclusions and recommendations are specific and logically follow from the obtained results and the analysis performed. In my opinion, the theoretical and scientific-applied contributions of the dissertation work are the following:



1. The literary sources related to the implementation of habits that affirm the physical, mental and social well-being of the individual have been studied through very detailed and comprehensive surveys.

2. The analysis shows that the sports culture and opportunities in DIA are at a very high level, with a degree of participation, awareness and satisfaction.

3. Students who are part of well-informed and supportive school communities show higher engagement and satisfaction.

4. Statistical variation and correlation analyses were carried out according to the research conducted and conclusions were drawn according to the sports and technical preparedness.

5. In the context of Dubai, the “Youth Sports Academy” program aims to encourage students to engage in extracurricular sports activities and motivate them to develop long-term healthy habits in the conglomerate of sports.

In conclusion, I must note that a completed scientific work has been proposed to our attention, meeting all the requirements for a doctoral dissertation. The doctoral student has shown himself to be a knowledgeable and capable specialist practitioner and researcher. Based on all of the above, I give a positive assessment to the dissertation of Mihail Georgiev Kuzev, doctoral student at the Department of "WEIGHTLIFTING, BOXING, FENCING AND SPORT FOR ALL" at the National Sports Academy "V. Levski", on the topic "THE IMPACT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPECIALIZATIONS ON THE HARMONIOUS DEVELOPMENT, WELL-BEING, PHYSICAL, SOCIAL AND EMOTIONAL HEALTH OF STUDENTS FROM 11 TO 16 YEARS OLD IN THE UAE" and I propose to the esteemed committee that he be awarded the educational and scientific degree "Doctor" in the scientific specialty "Theory and Methodology of Sports Science" professional field 7.6 "Sport".

21.02.2026

Signature:.....

(Assoc. Prof. Eng. Ognyan Tishinov, PhD)