

РЕЦЕНЗИЯ

от проф. Бонка Михайлова Димитрова, доктор

на дисертационен труд на **Ина Ананиева Тошева** на тема **„Управление и контрол на тренировъчния процес на ансамбли за 2012-2016 г.“** за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ по професионално направление 7.6. Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“

Общо представяне на процедурата и докторанта

Със заповед № 422 от 24.04.2026 г. на Ректора на НСА „Васил Левски“ съм определена за член на научното жури за осигуряване на процедура за защита на дисертационен труд за придобиване на образователната и научна степен „доктор“ на Ина Ананиева Тошева докторантка на самостоятелна подготовка към катедра „Гимнастика“. Представените от нея материали по защитата, са в съответствие с изискванията и включват всички необходими документи.

Ина Ананиева е родена на 21.10.1977 г. в гр. София. През 2002 г. завършва бакалавърска степен в НСА, специалност „Спорт – художествена гимнастика“, а през 2014 става и магистър по специалност „Спортна журналистика“. Докторантката е майстор на спорта по художествена гимнастика, национална състезателка и носител на сребърен медал с ансамбъла от СП през 1991 г. в Атина.

Ананиева е педагог с дългогодишен опит. Тя е помощник-треньор на националния отбор – ансамбъл жени 2002-2004 г., на ансамбъл девойки 2005-2006 г. и отново на жени от 2008 до 2012 г. От 2012 до 2016 г. е старши треньор на националния отбор – ансамбъл жени. Под нейно ръководство ансамбълът завоюва златен и сребърен медал на СП, Европейска титла и

бронзов медал на Олимпийските игри в Рио де Жанейро през 2016 г. Разработването на дисертационния труд от докторантката е логично следствие на израстването и развитието и в избраната от нея област.

Актуалност на тематиката

Представеният дисертационен труд е резултат от апробиран в практиката педагогически експеримент довел до бронзов олимпийски медал за България. Докторантката, която е старши треньор на ансамбъла в изследвания период, разкрива тренировъчната програма, анализира трудностите, възникналите проблеми и постигнатите успехи. Актуалността и високата стойност на представения труд се определя от реализираните на терен методики за контрол и управление на спортната подготовка. Споделената и анализирана тренировъчна програма е база за бъдещи постижения в спортното майсторство при ансамблите в художествената гимнастика, което прави избраната тематика особено актуална.

Характеристика и оценка на дисертационния труд

Дисертацията е в обем от 305 страници, от които 81 стр. са приложения. Трудът е богато онагледен с 33 фигури и 46 таблици и още 122 таблици в приложенията, което позволява по-лесното възприемане на представения изследователски материал. В структурно отношение е съставен от увод, четири глави и приложения.

Уводът ни въвежда в разглежданата тема и аргументирано поставя изследвания проблем. Първа глава в обем от 43 страници, е озаглавена „Теоретична постановка на въпроса“ и е разработена в четири подточки свързани в логична последователност:

- Управление на тренировъчния процес в спорта и в художествената гимнастика;
- Контрол на тренировъчния процес в спорта и в художествената гимнастика;
- Специфика на ансамбловата подготовка в художествената гимнастика;
- Специфични показатели и тестове за управление и контрол на тренировъчния процес при ансамблите в художествената гимнастика.

Анализът на научно-методичната литература от докторантката, съчетано с богатия и практически опит потвърждава, че подготовката на гимнастичките за изпълнение на ансамбловите съчетания, представлява сложна многокомпонентна система. Комплексният контрол е ключов за управлението и позволява проследяването на динамиката на подготовката и оптимизирането и при несъответствия между планираните и реалните показатели. Ананиева установява необходимостта от разработването на комплексен модел за контрол и оценка на подготовката на гимнастичките. На базата на анализа на литературните източници и с творчески подход тя предлага стъпките от алгоритъма на модела:

- Интегрирани показатели за физическа, техническа, психомоторна и психологическа подготовка;
- Критерии за оценка на груповата съвместимост и синхронност;
- Методики за анализ на индивидуалните особености на гимнастичките в контекста на груповата работа;
- Инструменти за прогнозиране на спортните резултати в реално време;

- Механизми за бърза адаптация на тренировъчния процес към промените на състезателните правила.

С убеденост и аргументирано докторантката изгражда своята теза, което е показател за задълбоченото научно търсене. Логично прегледът на литературните източници завършва с коректно поставена хипотеза.

Във втора глава целта, задачите, обекта и предмета на изследването са представени ясно и точно. Подробно са описани шесте етапа на организация и ползваната методика. За решаването на поставените задачи и за получаване на обективни данни за изследването е използван богат методически инструментариум представен и подробно обяснен в логическа последователност:

- Теоретичен анализ на 129 литературни източника;
- Педагогическо наблюдение, което обхваща организационните дейности и определянето на особеностите на протичащия тренировъчен и състезателен процес;
- Педагогическо тестиране с използване на богат и разнообразен инструментариум за различните страни на спортната подготовка;
- Експертна оценка, която е основен критерий за оценяване в реални условия;
- Педагогически експеримент, който е основата на приноса на труда е детайлно представен за четиригодишния олимпийски цикъл;
- Добре избран математико-статистически инструментариум.

Избраната комплексна методика и авторовия алгоритъм на тренировъчния процес, както и цялостното провеждане на експеримента в реалните условия на спортната подготовка, позволяват Ананиева да получи отговори на зададените цел и задачи на изследването.

Третата глава е в обем от 106 страници и включва седем подточки. Първите четири са свързани с анализа на управлението на тренировъчния процес през всяка една от годините на изследвания олимпийски цикъл. Задълбочено са интерпретирани педагогическото наблюдение, резултатите от общите и специфични показатели и динамиката на развитие на тренировъчния и състезателен процес. В пета, шеста и седма подточка е представен сравнителен анализ на резултатите по години, периоди и макроцикли за изследваните години 2012 – 2016. Направен е обстоен и последователен анализ на богатия експериментален материал. Ще отбележа само по значимите моменти в анализа, които считам че са с принос за теорията и практиката в художествената гимнастика:

- Изследваните състезателки от ансамбъла се подготвят за участие във втора олимпиада, имат по-голям стаж и опит;
- Сигурността на изпълнението е коректив на натоварването, но зависимостта не е правопрпорционална;
- Анализирани са особеностите на тренировъчната и състезателната дейност на ансамбъла;
- Определени са значимите тестове и показатели за оценка на различните страни от спортната подготовка;
- Реалната апробация на авторската методика и обратната връзка свързана с надграждаща корекция, разкрива посоката на гъвкавия алгоритъм на тренировъчната програма.

Имам въпрос към докторантката:

Какво според вас е основното различие в методиката ви, което доведе до високите резултати на вашия ансамбъл?

В четвърта глава са представени изводите и препоръките, които са следствие от анализираниите и систематизирани резултати от проведеното

научно-практическо изследване. Те са много добре формулирани и придават завършен вид на дисертацията.

Приноси на разработката за науката и практиката

- На базата на задълбочения анализ на литературните източници установява и предлага алгоритмичните стъпки на модела за контрол и управление на спортната подготовка на ансамбъла по художествена гимнастика;
- Създава авторска методика за управление и контрол на тренировъчния процес на ансамбъла по художествена гимнастика за олимпийския цикъл 2013-2016 г.;
- Описан е огромен дългогодишен труд, внедрен в практиката с реална реализация и с алгоритъм за контрол на подготовката, който дава възможност за корекция.
- Приложената в практиката методика носи на художествената гимнастика и България 63 медала – 20 златни, 24 сребърни и 19 бронзови от СП, ЕП, световни купи и турнири и завършва олимпийския цикъл с бронзово отличие в Рио де Жанейро.

Докторантката има две самостоятелни публикации, които са структурирани правилно и са с теоретичен и практико-приложен характер. Те са свързани с тематиката на дисертационния труд и разкриват хода на творческото търсене. Ананиева е организиран и търсещ изследовател, който представя пред нас самостоятелния си труд.

Авторефератът към дисертацията включва основните моменти и резултати от изследването и като обем и структура отговаря на изискванията за подобен вид разработки.

Заклучение

Дисертационният труд съдържа научни, научно-приложни и приложни резултати, които представляват оригинален принос и отговарят на изискванията на Закона за развитие на академичния състав в Република България, Правилника за прилагането му и съответния правилник на НСА „Васил Левски“. Разработената дисертация показва, че докторантката притежава задълбочени знания и професионални умения по избраната научна специалност.

Ето защо, убедено давам своята положителна оценка и предлагам на уважаемото жури да присъди на Ина Ананиева Тошева образователната и научна степен „доктор“ по професионално направление 7.6.Спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

19.05.2026 г.

София

Рецензент:

/проф. Б. Димитрова, доктор/

Review

by Prof. Bonka Mihaylova Dimitrova, PhD

on the dissertation work of Ina Ananieva Tosheva on the topic "Management and control of the training process of ensembles for 2012-2016" for the award of the educational and scientific degree "doctor" in the professional field 7.6. Sport, doctoral program "Theory and methodology of sports science"

General presentation of the procedure and the doctoral student

By order No. 422 of 24.04.2026 of the Rector of the National Academy of Sciences "Vasil Levski", I have been appointed as a member of the scientific jury for ensuring a procedure for the defense of a dissertation work for the acquisition of the educational and scientific degree "doctor" of Ina Ananieva Tosheva, a doctoral student in independent preparation at the Department of Gymnastics. The materials she submitted for the defense are in accordance with the requirements and include all necessary documents.

Ina Ananieva was born on October 21, 1977 in Sofia. In 2002, she graduated with a bachelor's degree from the National Academy of Sports, majoring in "Sports - Rhythmic Gymnastics", and in 2014, she also received a master's degree in "Sports Journalism". The doctoral student is a master of sports in rhythmic gymnastics, a national competitor and a silver medalist with the ensemble at the 1991 World Championships in Athens.

Ananieva is a teacher with many years of experience. She was an assistant coach of the national team - women's ensemble 2002-2004, of the girls' ensemble 2005-2006 and again of women from 2008 to 2012. From 2012 to 2016 she was the senior coach of the national team - women's ensemble. Under her leadership, the ensemble won a gold and silver medal at the World Championships, a European title and a bronze medal at the Olympic Games in Rio de Janeiro in 2016. The development of the dissertation work by the doctoral student is a logical consequence of the growth and development in her chosen field.

Relevance of the topic

The presented dissertation is the result of a pedagogical experiment tested in practice that led to a bronze Olympic medal for Bulgaria. The doctoral student, who is the senior coach of the ensemble during the research period, reveals the training program, analyzes the difficulties, the problems that arose and the successes achieved. The relevance and high value of the presented work is determined by the implemented field methods for control and management of sports training. The shared and analyzed training program is a basis for future

achievements in sportsmanship in rhythmic gymnastics ensembles, which makes the chosen topic particularly relevant.

Characteristics and evaluation of the dissertation work

The dissertation is 305 pages long, of which 81 pages are appendices. The work is richly illustrated with 33 figures and 46 tables and another 122 tables in the appendices, which allows for easier perception of the presented research material. Structurally, it consists of an introduction, four chapters and appendices.

The introduction introduces us to the topic under consideration and presents the research problem in a reasoned manner. The first chapter, 43 pages long, is entitled "Theoretical formulation of the question" and is developed in four subsections connected in a logical sequence:

- Management of the training process in sports and rhythmic gymnastics;
- Control of the training process in sports and rhythmic gymnastics;
- Specificity of ensemble training in rhythmic gymnastics;
- Specific indicators and tests for management and control of the training process in ensembles in rhythmic gymnastics.

The analysis of the scientific and methodological literature by the doctoral student, combined with the rich and practical experience, confirms that the preparation of gymnasts for the performance of ensemble routines is a complex multi-component system. Complex control is key to management and allows tracking the dynamics of preparation and optimization even in the event of discrepancies between the planned and actual indicators. Ananieva establishes the need to develop a complex model for controlling and assessing the preparation of gymnasts. Based on the analysis of literary sources and with a creative approach, she proposes the steps of the model algorithm:

- Integrated indicators of physical, technical, psychomotor and psychological preparation;
- Criteria for assessing group compatibility and synchronicity;
- Methods for analyzing the individual characteristics of gymnasts in the context of group work;
- Tools for predicting sports results in real time;

- Mechanisms for rapid adaptation of the training process to changes in competition rules.

The doctoral student builds her thesis with conviction and argument, which is an indicator of the in-depth scientific research. The review of the literary sources logically ends with a correctly posed hypothesis.

In the second chapter, the goal, tasks, object and subject of the study are presented clearly and precisely. The six stages of organization and the methodology used are described in detail. To solve the tasks set and to obtain objective data for the study, a rich methodological toolkit was used, presented and explained in detail in a logical sequence:

- Theoretical analysis of 129 literary sources;
- Pedagogical observation, which covers organizational activities and the determination of the features of the ongoing training and competition process;
- Pedagogical testing using a rich and diverse set of instruments for the different aspects of sports training;
- Expert assessment, which is the main criterion for assessment in real conditions;
- Pedagogical experiment, which is the basis of the contribution of the work is presented in detail for the four-year Olympic cycle;
- Well-selected mathematical and statistical tools.

The selected complex methodology and the author's algorithm of the training process, as well as the overall conduct of the experiment in the real conditions of sports training, allow Ananieva to obtain answers to the set goals and objectives of the study.

The third chapter is 106 pages long and includes seven sub-sections. The first four are related to the analysis of the management of the training process during each of the years of the studied Olympic cycle. The pedagogical observation, the results of the general and specific indicators and the dynamics of the development of the training and competition process are interpreted in depth.

The fifth, sixth and seventh sub-points present a comparative analysis of the results by years, periods and macrocycles for the studied years 2012 – 2016. A thorough and consistent analysis of the rich experimental material has been made. I will only note the significant moments in the analysis, which I believe contribute to the theory and practice of rhythmic gymnastics:

The studied competitors from the ensemble are preparing for participation in a second Olympics, they have more experience and training;

— The security of performance is a corrective of the load, but the dependence is not directly proportional;

— The peculiarities of the training and competitive activities of the ensemble are analyzed;

— The significant tests and indicators for assessing the different aspects of sports training are determined;

— The real approbation of the author's methodology and the feedback related to the upgrading correction, reveals the direction of the flexible algorithm of the training program.

I have a question for the PhD student:

What do you think is the main difference in your methodology that led to the high results of your ensemble?

The fourth chapter presents the conclusions and recommendations that are a consequence of the analyzed and systematized results of the conducted scientific and practical research. They are very well formulated and give the dissertation a complete look.

Contributions of the work to science and practice

- Based on the in-depth analysis of literary sources, establishes and proposes the algorithmic steps of the model for control and management of the sports training of the rhythmic gymnastics ensemble;
- Creates an author's methodology for management and control of the training process of the rhythmic gymnastics ensemble for the 2013-2016 Olympic cycle;
- A huge, long-term work is described, implemented in practice with real implementation and with an algorithm for control of preparation, which allows for correction.
- The methodology applied in practice brings rhythmic gymnastics and Bulgaria 63 medals – 20 gold, 24 silver and 19 bronze from the World Championships, European Championships, World Cups and tournaments and ends the Olympic cycle with a bronze medal in Rio de Janeiro.

The doctoral student has two independent publications, which are structured correctly and are of a theoretical and practical-applied nature. They are related to the topic of the dissertation work and reveal the course of the creative search.

Ananieva is an organized and searching researcher, who presents her independent work before us.

The dissertation abstract includes the main points and results of the research and, in terms of volume and structure, meets the requirements for this type of work.

Conclusion

The dissertation contains scientific, applied and applied results that represent an original contribution and meet the requirements of the Act on the Development of Academic Staff in the Republic of Bulgaria, the Regulations for its implementation and the relevant regulations of the Vasil Levski National Academy of Sciences. The developed dissertation shows that the doctoral student possesses in-depth knowledge and professional skills in the chosen scientific specialty.

Therefore, I confidently give my positive assessment and propose to the esteemed jury to award Ina Ananieva Tosheva the educational and scientific degree of "doctor" in the professional field 7.6.Sport, doctoral program "Theory and Methodology of Sports Science".

19.05.2026

Sofia

Reviewer:

/Prof. B. Dimitrova, PhD/