

РЕЦЕНЗИЯ
на дипломна работа на тема:
**“СРАВНИТЕЛЕН КИНЕМАТИЧЕН АНАЛИЗ НА ОТСКОЦИТЕ – ДВОЙНО
ЗАДНО ОБТЕГНАТО ПРЕВЪРТАНЕ И ДВОЙНО ЗАДНО ОБТЕГНАТО
ПРЕВЪРТАНЕ С ОБРЪЩАНЕ НА 360°”**
Към ОКС «Бакалавър»

Дипломант: Стефан Т. Колимечков, Фак. № 26433, ТФ
Рецензент: доц. Станислав Маврудиев, д-р

Един от позитивните белези на нашето съвремие, е невероятният подем в развитието на науката, техниката и технологиите. Голям “дял” в това направление се пада на съвременните информационни и комуникационни технологии. Благодарение на тях днес световната наука “декодира” подредбата на ДНК и РНК на човешкия геном; изследва и анализира антиматерията и т.н. В сферата на спорта благодарение на високия научен и технологичен потенциал се атакува постепенно “тавана на човешките възможности”. развитието на съвременната гимнастика не прави изключение от този подем, благодарение на все по-обхватното изследване на отделните параметри на спортистите.

В дипломната си работа Стефан Колимечков си поставя за цел: извършване на сравнителен кинематичен анализ на най-често прилаганите през последните 10 години в съчетанията на халки отскоци - “двойно задно обтегнато превъртане” и “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”, както и изготвяне на съответните методически препоръки за тяхното усвояване в тренировъчния процес. В този смисъл разработката на абсолюта е в унисон с тенденциите на развитието на научното познание и ще бъде полезна за практиката.

Дипломната работа е разработена в обем 62 страници, включително: 7 приложения и 40 фигури, 18 от които са поместени в приложенията. Литературната справка обхваща 18 източници, 10, от които на кирилица, 4 – на латиница и 4 електронни сайта. Разработката е структурирана правилно, и съдържа: увод; четири глави, изводи и препоръки.

В *Увода* авторът разглежда редица въпроси, сред които: функциите на спорта като обществено явление; данни за създаването на първата спортна организация в света - Международната федерация по гимнастика (1881). Освен това авторът прави кратка характеристика на същността на съчетанията на халки от гледна точка на тяхната конструктивна особеност, а от там и по характера на изпълняваните упражнения. Авторът се спира и на някои тенденции в развитието на съвременните халки.

В раздел *“Литературен обзор”* авторът разкрива съдържанието на понятието “спорт”, разглежда класификация на спорта в три нива, и посочва мястото на спортната гимнастика. Цитирайки водещи специалисти (Ю.Верхошанский, 1989; Н.Хаджиев, 1970; 1978; 1988 и др.) в спортната наука Количечков коректно анализира същността на спортната тренировка и понятието “техническата подготовка” и значението на биомеханичния анализ в гимнастиката. Подобавашо място в този раздел намира анализът на съвременните съчетания на халки, помествайки “динамиката” на развитие през годините на отделните упражнения, според тяхната сложност.

Отлично впечатление прави добрата осведоменост на автора за спецификата на упражненията на халки. В добра логическа последователност дипломантът помества анализ на същността на упражненията на халки, според тяхната кинематична структура, както и разновидностите на статичните и динамичните упражнения.

Полезни за настоящото изследване считаме класификацията на упражненията на халки, според Правилника на Международната федерация по гимнастика.

Принос в дипломната работа е поместеният кратък, но съдържателен анализ на използваните за периода от 10 години различни разновидности на отскок от халките. От анализа става ясно, че преобладаващият процент (40%) състезатели са изпълнявали “двойно задно обтегнато превъртане”, следван от “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°” (30 %). Особено полезен за специалистите по гимнастика е и анализът на използваните разновидности на отскока от халки от финалистите на последните световни първенства по спортна гимнастика. От анализа става ясно, че сред всички 25 медалисти на уреда халки, с най-голяма “популярност” (60%) е “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”, докато процентният дял на “двойно задно обтегнато превъртане” е около 35%. В резултат на своето проучване дипломантът добре мотивира целта на своята разработка.

Глава втора е разработена правилно. Добре формулирани са целта и задачите на изследването, след които: изчисляване и сравняване на кинематичните характеристики на основните ставни звена на двете упражнения; описание и сравнителен анализ на техниката на изпълнение на упражненията; изготвяне на примерна методика за изучаване на упражненията.

Известни резерви имаме по отношение на “Организация на изследването”. Макар и формално авторът е поместил последователността на изследователската работа по темата, но не е отдиференцирал отделни етапи на цялостната организация на изследването. Освен това би следвало и по-подробно да бъде разкрита методиката на изследването. Последното изискване е задължително условие при изготвяне на дипломни разработки.

Посочените методи за научно изследване считаме за надеждни и достатъчни за изследвания от подобен характер. Сред тях високо оценяваме “кинематографичният метод” и сравнителният кинематичен анализ, както и използването на съвременна снимачна техника, тип “DSLR Camera – Nikon D700”.

Достойна по характер е **Глава III** - анализ на получените резултати. Идеята на дипломанта да раздели условно сравняваните упражнения на три фази (съответно: фази на подготвителните, на основните, и на заключителните действия) считаме за правилна. Този подход позволява задълбоченото и последователно сравняване на отделни пози при изпълнението на двата сравнявани отскока от и.п. “стойка на халки” до и.п. “стоеж”, преминавайки през споменатите три фази на изпълнение на упражненията.

От анализа на фазите на действия при двата сравнявани отскока от халките проличават, от една страна, задълбочените технически познания на дипломанта в сферата на спортната гимнастика, а от друга - добрата му теоретична подготвеност в сферата на терминологията на гимнастиката, анатомията, биомеханиката и пр.

Анализът на специфичните движения дава възможност на всеки специалист да открие за себе си дори най-малките детайли в изпълнението на упражненията. Така например, във фазата на подготвителните действия при т.нар. “спадане” от и.п. “стойка” до и.п. “вис” авторът посочва допусканите технически в изпълнението на състезател № 2, като: лекото сгъване на тазобедрените стави в поза № 2, при леко повдигане на главата и т.н.

Във фазата на основните действия са посочени важни характеристики, като достигнатата периферна скорост на движение при т. нар. “сгъвателни движения” на долните крайници и промяната на ъгловата скорост на глезенните стави, и пр. Този подход би могъл да послужи за изработване на “оптимизационен биомеханичен модел” на изпълнението на изследваните отскоци от халките, който от своя страна може да

послужи за база, върху която да се сравняват и оценяват потенциалните технически възможности на спортисти, на отделни етапи на тяхното спортно развитие.

Много полезна за практиката е поместената в *Глава IV – “Примерна методика”*. Ръководен от добрия си практически и теоретичен потенциал авторът предлага на вниманието на специалистите разнообразни “целни упражнения”, чието последователно усвояване би гарантирало успешното усвояване на същинските упражнения. Така например, за последователното усвояване на “двойно задно обтегнато превъртане” дипломантът предлага осем упражнения, като последователно увеличава изискванията за сложност, а при “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°” – пет упражнения.

Нашето скромно мнение като специалист, с профил “Физическо възпитание” е, че идеята на автора е отлична. Всъщност, авторът прилага на практика т. нар. “програмирано обучение” в сферата на гимнастиката, известен отдавна в теорията на физическото възпитание и прилаган в много спортове. Дипломантът реализира добра приемственост между научно-изследователския подход и познанията на спортните педагози, “трасиращи” последователната подготовка на израстващите състезатели в спортната гимнастика. Според нас разработката на тази глава би спечелила, ако дипломантът бе поставил и някои целенасочени методически изисквания относно специфичните характеристики на движения на отделните упражнения, по отношение: амплитудата на движение, вложените усилия и пр.

Що се отнася до оценката на качеството на предложените специализирани упражнения за поэтапното усвояване на сравняваните отскоци от халките, оставам категоричното мнение и оценка на уважаваните от нас специалисти в катедра гимнастика!

Направените изводи в края на дипломната работа, според нас напълно отразяват получените резултати. Сред тях много ценен е изводът, извеждащ решаващото значение на амплитудата на маха и мощното дърпане, съчетано с енергично замахване на долните крайници при изпълнението на двете сравнявани упражнения на халки. Полезни са и посочените евентуални допускани грешки при изпълнението на двата отскоци на халки, както и конкретните препоръки относно момента на започването на обръщането по надлъжната ос при изпълнението на “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”.

ВЪПРОСИ: 1. Ако може авторът да посочи, кой е гимнастикът, изпълнил за първи път упражнението “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”, и през коя година, и (ако е възможно) на кое състезание?

2. Какво дипломантът разбира под ***“кинематична структура на движението”***, или по точно, кои са параметрите, които се включват в тази структура на движение? Кои са динамичните параметри на движението?

3. Възможно ли е допускането на грешка по отношение на измерените скорости на двата сравнявани отскока, при условието, че при първия отскок (“двойно задно обтегнато превъртане”) са направени 13 пози, докато при втория отскок (“двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”) – съответно 12 пози? С други думи, наличието на повече пози на заснемане на упражнението не влияе ли върху скоростните потенциали на движението на отделните съчленения на тялото?

Бихме отправили следните ***препоръки към дипломанта:***

1. В спортната гимнастика съществуват разнообразни термини, като например: “склопка”, “залупка” и пр. Според нас, би следвало авторът да постави всеки един от тези термини в дипломната работа в кавички.

2. Пропуск установяваме по отношение изписването на имената на ползваните автори. Много често се пропускат инициалите, като например И. Блохин, (1968) - (с. 11 горе); О. Шишков (1985 – пак там); Yeandon and Brewin (2003); M. Nissinen, (1983 – с. 13) и мн. други.

3. Известна неподреденост се наблюдава по отношение представянето на данните в Глава 1. “Литературния обзор”. Така например, би било възможно да бъдат поместени в отделни подраздели, като например: класификацията на упражненията; различните тренажорни устройства (по данни на Евсеев и кол., 1994) и др.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ: В своята дипломна работа дипломантът Стефан Колимечков извършва качествен сравнителен кинематичен анализ на най-често прилаганите през последните години в съчетанията на халки отскоци - “двойно задно обтегнато превъртане” и “двойно задно обтегнато превъртане с обръщане на 360°”, и изготвя методически препоръки за тяхното усвояване в тренировъчния процес. Ценни за практиката са и посочените упражнения, чието постепенно изучаване би гарантирало усвояването на същинските отскоци на халките. В този смисъл разработката на абсолювента е в унисон с тенденциите на развитието на научното познание в спортната гимнастика и ще бъде полезно четиво за специалистите.

Бакалавърския труд на Стефан Колимечков представлява синтез на висока теоретична подготвеност на кандидата, от една страна, и добро познаване на методологията на научно-изследователската работа, от друга. Разработката е стегната по обем, но качествена по съдържание. Трябва да отбележим, че авторът не само познава и цитира мнението на водещи специалисти, но често посочва своята позиция по отношение разглежданата проблематика. Свитъкът по форма и съдържание отговаря напълно на изискванията за защита. Трудът е написан на добър български език и е изцяло дело на дипломанта. Много добро впечатление прави и доброто онагледяване на дипломната работа. Освен това трябва да отчетем по достойнство и паралелната дейност на Стефан Колимечков по усъвършенстване на своята професионална подготвеност, работата с подрастващи гимнастици, изработената от него богата по съдържание веб-страница и пр. Не на последно място трябва да отчетем и големият ентузиазъм и инициативност, с които е изпълнено всяко негово участие и дейност.

Посочените от нас критични бележки не намаляват достойнствата на дипломната работа. Въз основа на изцяло положителната ни оценка за качествата на представения за рецензиране труд, предлагаме на Уважаемата Държавна изпитна комисия да оцени с висока оценка дипломната работа на Стефан Т. Колимечков.

16.VI.2011 г.
София

Рецензент:
/ доц. Станислав Маврудиев, д-р /