

СТАНОВИЩЕ

**От проф. КИРИЛ АТАНАСОВ АЛАДЖОВ, д.п.н.
Съгласно Заповед № ЗП-422, 24.04.2026 г.
на Ректора на Национална Спортна Академия „Васил Левски”**

**на дисертационен труд на тема:
„УПРАВЛЕНИЕ И КОНТРОЛ НА ТРЕНИРОВЪЧНИЯ ПРОЦЕС НА АНСАМБЛИ
ЗА 2012 – 2016 г.”**

**за придобиване на образователната и научна степен „Доктор”, в професионално
направление 7. 6. „Спорт“, докторска програма „Теория и методология на
спортната наука“
на Ина Ананиева Тошева - докторант в редовна форма на обучение към катедра
„Гимнастика”, при Национална спортна академия „Васил Левски”**

Научен ръководител: Проф. Кирил Георгиев Андонов, дн

I. Актуалност и значимост на разработената тема в дисертационния труд

Проблемът за управлението и контрола на тренировъчния процес винаги ще бъде актуален и обект на внимание от страна на занимаващите се с изследователска дейност в спорта. Динамичният характер на художествената гимнастика и в частност на ансамбловите съчетания налага и изисква тренировъчния процес в този спорт да бъде съпътстван с оптимални форми на управление и контрол на подготовката.

Въз основа на проучени литературни източници, касаещи проблемите на „разработването на по-ефективни подходи за подготовка и внедряване на нови технологии за управление на тренировъчния процес“ докторантката Ина Тошева определя посоката за съставяне на своя авторска методика за управление на тренировъчния процес на ансамбъла по художествена гимнастика за Олимпийския цикъл 2012 – 2016-та година. Именно това прави настоящият дисертационен труд актуален, а темата добре обоснована от авторката в поставената цел и задачите за реализация на изследването.

II. Обща характеристика на дисертационния труд, на използваните методи и научни постижения

Дисертационният труд е разработен в общ обем от 224 компютърни страници. Съдържанието е оформено в 4 (четири) взаимосвързани глави. Трудът е онагледен с 46

таблици в дисертацията и 122 в приложенията, както и 33 фигури. Докторантката е използвала общо 128 информационни източника, от които 120 на кирилица и 8 на латиница. Допълнително към дисертационният труд има приложения в рамките на 305 страници.

Възприетата структура на дисертационния труд, състоящ се от *увод и четири глави, завършващ с изводи за научни и практически приноси и препоръки*, е следствие от добре обоснованата цел, основни задачи и методика за тяхното разработване.

В глава първа Ина Тошева е направила подробен литературен обзор, като в рамките на 42 страници е отразила значителен брой автори, специалисти и литературни източници.

Авторката е анализирала проблемите свързани с нейния дисертационен труд. Проучени са въпросите свързани с управлението и контрола на в спорта и в спорта и художествената гимнастика.

На базата на спецификата на ансамбловата подготовка са посочени най-важните показатели в контрола на техническата, физическа и психологическата подготовки при ансамбловите съчетания в художествената гимнастика. Специално внимание е отделено на спецификата и контрола на използваните упражнения без и с уред при подготовката на ансамблите.

В края на тази глава от дисертационния труд Ина Тошева посочва, че *„системното прилагане на разнообразни тестове – физически, технически, координационни, психологически и функционални позволява изграждането на цялостна програма за контрол на текущото състояние на гимнастичките“*.

Работната хипотеза е добре обоснована: *„Разработване на ефективна авторска методика за управление на тренировъчния процес при ансамбли по художествена гимнастика“*, която се очаква да въздейства положително върху успеваемостта на гимнастиките.

В глава втора Ина Тошева е посочила целта, задачите, методиката и организацията на изследването. Основната цел на дисертационният труд е формулирана кратко и ясно *“Разработване и прилагане на система за подготовка и управление на тренировъчния процес за повишаване на състезателната ефективност на елитни гимнастички от ансамбъла по художествена гимнастика в рамките на един олимпийски цикъл“*.

За реализирането на тази цел докторантката си е поставила за разрешаване 4 (четири) основни задачи, които са добре обосновани.

Обект на изследването е: „Подготовката в тренировъчния процес на елитни състезатели от ансамбъла по художествена гимнастика“.

Предмет на изследването е: „Комплексната система за оценка на видовете подготовка“.

Контингент на изследването са: „28 елитни гимнастички, 8 от които са избрани за националния ансамбъл по художествена гимнастика и в продължение на целия олимпийски цикъл е работено с тях“.

Организация на изследването. В хода на разработения дисертационен труд от докторантката Ина Тошева, с помощта на нейния научен ръководител проф. Кирил Андонов, дн са оформени 6 етапа, обобщено от месец октомври 2011 до мес. август на 2026 – година.

Методика на проведеното изследване:

В хода на изследването са използвани следните методи:

Теоретичен анализ на специализирана литература, педагогическо наблюдение, тестиране, психодиагностика, експертна оценка, педагогически експеримент, математико – статистически методи.

За обработване и анализиране на получените данни, от проведения педагогически експеримент, са използвани следните математико-статистически методи:

- Сравнителен анализ;
- Вариационен анализ;
- Проверка за нормалност на разпределението, чрез приложението на теста „Шapiro-Уилк“;
- Корелационен анализ;
- Дисперсионен анализ;
- Междугрупова дисперсия;
- Анализ на динамични редове – за проследяване динамиката на изследваните показатели през разглеждания период.

В трета глава докторантката е анализирала получените резултати от проведеното изследване. В началото на тази глава са поместени 7 фигури, които отразяват управлението на тренировъчния процес при ансамбловите съчетания по художествена гимнастика.

Последователно, по години, са анализирани резултатите от общите и специфични тренировъчни показатели в целия период на изследването от 2012-та до 2016-та година. Резултатите нагледно са отразени във фигури и таблици.

Отчетени и анализирани са резултатите от контрола на комплексните функционални изследвания, както и динамиката в развитието на проведения тренировъчен процес.

Направен е подробен сравнителен анализ на изследваните показатели по време на Олимпийския цикъл. Съпоставени са получените резултати на общите и специфични показатели.

Прави добро впечатление, богатия нагледен материал под формата на таблици и фигури, което допълва представата за мащаба и съдържанието на проведеното спортно – педагогическо изследване и получените резултати от него. Това дава възможност на Ина Тошева да изведе логически изводи и препоръки, които са отразени в последната глава на дисертационния труд.

В края на тази глава докторантката е приложила удачен подход като е анализирила приложената собствена авторска методика.

Глава четвърта В края на дисертационния труд Ина Тошева е направила характерните, за такъв род изследване, логически изводи и препоръки. Изведени са 4 (четири) извода и 5 (пет) препоръки, чието съдържание е убедително и може да се каже, че те имат приносен практико-приложен характер при занимания с ансамблови съчетания в художествената гимнастика.

Направените изводи отразяват безспорната ефективност на приложената авторска тренировъчна методика. Резултатите от нея са показателни. През олимпийския цикъл 2012-та – 2016-та година са спечелени общо 20 златни, 24 сребърни и 19 бронзови медала! Тези 63 медала са спечелени от участия на Европейски и Световни първенства, Световни купи и Гранд – При турнири!

В края на този невероятно успешен тренировъчен и състезателен цикъл се стига до Олимпийско отличие. На Олимпийските игри през 2016-та година ансамбловото съчетание спечелва бронзовите медали!

III. Научни приноси на дисертационния труд

Постигнатите значими успехи и многобройните медали, спечелени на най–високи спортни форуми, са обективни показателни за научните и практически и приноси на настоящия дисертационен труд. Ще спомена най – важните от тях:

Безспорно най–съществения научно приложен принос на дисертационен труд е разработената и приложена авторска тренировъчна и управленческа методика на подготовка. Заслугата за тази победоносна методика е на докторантката Ина Ананиева Тошева, с компетентната помощ на научния ѝ ръководител професор Кирил Андонов, дн.

Приносен характер има и систематизирания комплекс от високо – информативни тестове и показатели за оценяване подготовката на гимнастичките от ансамбловите съчетания по художествена гимнастика.

IV. Публикации свързани с дисертационния труд

Докторантката Росица Ина Тошева е представила добре оформен и онагледен автореферат, в края на който са поместени две публикации свързани с темата на дисертационния труд. Публикациите са отразени в годишниците на НСА „Васил Левски“, издадени през 2020/2021 година.

Запознавайки се с материалите по конкурса констатирах, че Ина Тошева се е съобразила с направените забележки и препоръки от рецензентите в предварителните рецензии.

Не установих данни за плагиатстване от докторантката, както и за неправомерно използване на материали от други автори.

В края на моето становище си позволявам да задам един въпрос на докторантката. В разработената методика на подготовка използвани ли са медицински топки, един позабравен уред за въздействие върху динамичната сила?

V. Заключение

Представеният за становище дисертационен труд е много добре структуриран, сполучливо онагледен, а проведения педагогически експеримент е осъществен, според поставената дисертационна цел, както и набеязаните задачи.

С увереност считам, че дисертационният труд има необходимите научни и приложни приноси и е показателен за това, че Ина Ананиева Тошева, от позицията на досегашният си успешен практически опит, притежава познания и способности на високо ниво за прилагането в практиката на проведените от нея научни изследвания.

В заключение предлагам на уважаемото научно жури да присъди на Ина Ананиева Тошева образователната и научна степен „Доктор“, в професионално направление 7. 6. „Спорт“, докторска програма „Теория и методология на спортната наука“.

Изготвил становището:

Проф. Кирил Атанасов Аладжов, дн

София, 10.05.2026 год.

OPINION

**By Prof. Kiril Atanasov Aladjov, DSc
Pursuant to Order No. 3P-422 / 24.04.2026
of the Rector of the National Sports Academy "Vasil Levski"
regarding the dissertation thesis entitled:**

**"MANAGEMENT AND CONTROL OF THE TRAINING PROCESS OF RHYTHMIC GYMNASTICS
ENSEMBLES FOR THE PERIOD 2012–2016"**

**for the acquisition of the educational and scientific degree "Doctor"
Professional Field 7.6. "Sport", Doctoral Programme "Theory and Methodology of Sports Science"**

**by Ina Ananieva Tosheva – doctoral student at the Department of Gymnastics
Scientific Supervisor: Prof. Kiril Georgiev Andonov, DSc**

I. Relevance and Significance of the Dissertation Topic

The issue of management and control of the training process has always been relevant and remains a subject of scientific interest in the field of sport. The dynamic nature of rhythmic gymnastics and, in particular, ensemble routines, requires that the training process be accompanied by optimal forms of management and control.

Based on a review of scientific literature related to the development of more effective approaches to preparation and the implementation of innovative technologies for managing the training process, the doctoral candidate Ina Tosheva has developed her own methodology for managing the training process of the rhythmic gymnastics ensemble during the Olympic cycle 2012–2016. This gives the dissertation a highly relevant and practically significant character.

II. General Characteristics of the Dissertation, Research Methods and Scientific Achievements

The dissertation consists of 224 typed pages structured into four interconnected chapters. It includes 46 tables within the dissertation, 122 tables in the appendices, and 33 figures. A total of 128 scientific sources have been used.

The dissertation structure includes an introduction, four chapters, conclusions, scientific and practical contributions, and recommendations. The organization reflects the clearly formulated objectives and methodology of the research.

In Chapter One, Ina Tosheva presents a detailed literature review and analyses issues related to the management and control of sports training and rhythmic gymnastics.

Special attention is devoted to the specifics and control of exercises performed with and without apparatus in ensemble routines. The author concludes that the systematic application of physical, technical, coordination, psychological and functional tests enables the development of a comprehensive programme for monitoring the condition of gymnasts.

The working hypothesis is convincingly substantiated: the development of an effective authorial methodology for managing the training process in rhythmic gymnastics ensembles is expected to positively influence performance outcomes.

Chapter Two presents the aim, objectives, methodology and organization of the study. The primary objective is clearly formulated as the development and implementation of a system for preparation and management of the training process aimed at improving the competitive effectiveness of elite rhythmic gymnasts within one Olympic cycle.

The research object is the preparation process of elite rhythmic gymnastics ensemble athletes, while the research subject is the comprehensive system for evaluating the various types of preparation.

The study involved 28 elite gymnasts, eight of whom were selected for the national ensemble and trained throughout the Olympic cycle.

The following methods were applied:

- Theoretical analysis of specialized literature
- Pedagogical observation
- Testing
- Psychodiagnostics
- Expert assessment
- Pedagogical experiment
- Mathematical-statistical methods

The dissertation also applies comparative analysis, variance analysis, Shapiro-Wilk testing, correlation analysis, dispersion analysis, and dynamic series analysis.

Chapter Three analyses the results obtained during the research. The results of general and specific training indicators during the period 2012–2016 are illustrated through numerous tables and figures.

A comprehensive comparative analysis of the indicators throughout the Olympic cycle is provided. The dissertation is distinguished by its extensive visual material, which contributes significantly to the understanding of the conducted pedagogical and sports research.

Chapter Four contains the final conclusions and recommendations. Four conclusions and five recommendations are formulated, all possessing practical and applied significance for ensemble rhythmic gymnastics.

The effectiveness of the implemented methodology is demonstrated by the exceptional sporting results achieved during the Olympic cycle 2012–2016: 20 gold medals, 24 silver medals and 19 bronze medals won at European Championships, World Championships, World Cups and Grand Prix tournaments.

The culmination of this successful cycle was the bronze medal won at the 2016 Olympic Games by the Bulgarian rhythmic gymnastics ensemble.

III. Scientific Contributions of the Dissertation

The numerous medals and significant sporting achievements objectively confirm the scientific and practical contributions of the dissertation.

The most substantial scientific and applied contribution is the development and implementation of the author's own methodology for training and management.

Another important contribution is the systematized set of informative tests and indicators for evaluating the preparation of rhythmic gymnastics ensemble athletes.

IV. Publications Related to the Dissertation

The doctoral candidate has presented a well-structured abstract including two publications related to the dissertation topic, published in the annual proceedings of the National Sports Academy "Vasil Levski".

No evidence of plagiarism or improper use of materials belonging to other authors was identified.

V. Conclusion

The dissertation submitted for evaluation is very well structured, appropriately illustrated, and the pedagogical experiment has been implemented in accordance with the research objectives and tasks.

I am convinced that the dissertation possesses the necessary scientific and applied contributions and demonstrates that Ina Ananieva Tosheva has high-level knowledge and capabilities for applying scientific research results in practice.

In conclusion, I respectfully recommend that the esteemed Scientific Jury award Ina Ananieva Tosheva the educational and scientific degree "Doctor" in Professional Field 7.6 "Sport", Doctoral Programme "Theory and Methodology of Sports Science".

Prepared by:
Prof. Kiril Atanasov Aladjov, DSc

Sofia, 10.05.2026