

# ТВОРЧЕСКА АВТОБИОГРАФИЯ



## ЛИЧНИ ДАННИ

Име: ХРИСТО ЦАНКОВ СТОЯНОВ

Дата на раждане: 31.10.1960 г. в гр. Ловеч

## ОБРАЗОВАНИЕ:

- 2008** *Образователна и научна степен “Доктор”* със защитена дисертация на тема: “Усъвършенстване на специалната бегова подготовка в дисциплините 200 и 400 m чрез оптимизиране влиянието на силовите и скоростно-силовите тренировъчни натоварвания”. Научен ръководител: проф. Н. Антонов
- 1992** *Висше образование* - Национална Спортна Академия „Васил Левски” - учителски факултет със специализация - треньор по лека атлетика с отличен успех
- 1988** *Висше образование – инженер-еколог*, Лесотехнически Университет, факултет „Горско стопанство” профил „Опазване и обогатяване на природната среда “ - с отличен успех от държавните изпити
- 1978** *Средно образование* - Математическа гимназия – гр. Ловеч, успех отличен 5.94.

## ПРОФЕСИОНАЛНА СПРАВКА:

- 1991-2015** *Треньор по лека атлетика* в СКЛА „Академик” -София
- 2000-2015** *Главен организатор* на международния атлетически турнир „Академик”
- 2001-2006** *Консултант* по планиране на спринта и препятствените бягания в гр. Малмьо – Швеция



- 2002** *Главен лектор* на организирания от СК „Малмьо“ и Шведската федерация двуседмичен курс за треньори по лека атлетика както за националните треньори, така и за треньорите от Южна Швеция
- 2005-2015** *Президент* на СКЛА „Академик“ – София
- 2012** Един от *учредителите* и впоследствие избран за *председател* на „БЪЛГАРСКА АСОЦИАЦИЯ НА ТРЕНЬОРИТЕ“

## УСПЕХИ КАТО ТРЕНЬОР:

### Олимпийски игри:

- 1996** *Атланта, САЩ* – 10-то място щафета 4x100 m жени, (Моника Гачевска).
- 2000** *Сидни, Австралия* - Моника Гачевска – 200 m; Петко Янков – 200 m; Илия Дживондов – 400 m.
- 2004** *Атина, Гърция*  
- Марияна Димитрова - 11-то място на 400 m; Моника Гачевска - 200 m.

### Световни първенства:

- 1993** *Щутгарт, Германия* - щафета 4x400 m мъже, 8-мо място с национален рекорд 3:01.61 мин; в състава са двама състезатели на Христо Стоянов (Цветослав Станкулов и Станислав Георгиев)
- 1997** *Атина, Гърция* – 8-мо място в скок на дължина - Магдалена Христова
- 1999** *Маебаши, Япония, зала* - 7-мо място в скок на дължина Магдалена Христова
- 2006** *Москва, Русия, зала*  
- 6-то място 400 m - Марияна Димитрова  
- 7-мо място щафета 4x400 m жени, в състава са две състезателки на Христо Стоянов (Марияна Димитрова и Моника Гачевска)

### Европейски първенства:

- 1998** *Валенсия, Испания, зала* - 4-то място в скок на дължина - Магдалена Христова
- 2000** *Гент, Белгия, зала* - Илия Дживондов, Европейски шампион в дисциплината 400 m
- 2006** *Гьотеборг, Швеция*  
- 4-то място 400 m Марияна Димитрова;  
- 8-мо място щафета 4x400 m, жени; в състава са две състезателки на Христо Стоянов (Марияна Димитрова и Моника Гачевска)



## Универсиади:

- 1995**      Фукуока, Япония - 6-то място 200 m, Моника Гачевска
- 1997**      Палермо, Италия, 3-то място 200 m жени, Моника Гачевска
- 1999**      Палма де Майорка, Испания - 4-то място 100 m, Петко Янков

## Балкански игри:

Състезатели на Христо Стоянов - Моника Гачевска, Марияна Димитрова, Цветослав Станкулов, Илия Дживондов и други са завоювали **над 30 Балкански титли**

## Национални рекорди:

Под ръководството на Христо Стоянов неговите състезатели са подобрили общо **11 национални рекорда на Р. България** в дисциплините: 400 m, мъже в зала и на открито, 200 m, девойки в зала, в скок на дължина жени в зала и щафетата 4x400 m за мъже на открито (два рекорда) и щафета 4x400 m за жени в зала.

Под методическото ръководство на Христо Стоянов са подобрени и **два рекорда на Швеция** за девойки (200 m и скок на дължина) и **един рекорд на Кипър** на троен скок за жени.

## Шампионати на Р. България:

Състезатели на Христо Стоянов са завоювали **67 шампионски титли** от Националните шампионати на Р. България за мъже и жени, от общо спечелени над 180 медала.

## Селекционер на националните отбори в щафетно бягане:

- 1992**      При поставянето на рекордите в щафетните бягания на 4x400 m за мъже на Балканските игри през 1992 година
- 1993**      Световното първенство в Щутгарт, Германия през 1993 г.
- 2006**      Световното първенство в Москва в зала - щафетните отбори в дисциплината 4x400 m за жени
- 2006**      Европейско първенство в Гьотеборг, Швеция
- Многократно е бил ръководител на щафетите 4x100 m и 4x400 m както при мъжете, така и при жените, при участието в Европейската отборна купа.

## ПРЕСТИЖНИ ОТЛИЧИЯ:

- 2007**      Плакет и златна значка за особени заслуги за развитие на леката атлетика в ОСК „Академик“



- 2010** Плакет от БФЛА за изключителни заслуги и принос в развитието на българската лека атлетика
- 2011** Приз за треньор на най-бързия българин в комбинацията 100, 200 и 400 м

### **НАУЧНИ ИНТЕРЕСИ:**

Научно обосноваване и оптимизиране методиката на тренировката на спринтьорите.

### **ПУБЛИКАЦИИ:**

#### **Монографии:**

- Приоритети в тренировката на елитните състезатели на 200 и 400 м
- Методика на подготовка и тренировъчни модели в дисциплините 200 m и 400 m

#### **Научни пособия:**

- SPRINTTRÄNING-PANERING OCH TRÄNINGSMETODIK, Heleneholms IF
- Утвърждаване на духовните ценности в гражданското общество – физическа култура, здравословен начин на живот, наука и изкуство за всички възрасти

#### **Научни статии:**

- 25 научни статии в областта на планиране и методика на тренировката по лека атлетика

### **УЧАСТИЕ В НАУЧНИ КОНФЕРЕНЦИИ:**

- 2002** Международна научна конференция „Лека атлетика и наука“
- 2002** „Юбилейна научна конференция“- НСА“ В. Левски“
- 2003** Научна конференция „Лека атлетика и наука“
- 2005** 28<sup>th</sup> EACA Congress The Winning Difference
- 2010** Международна научна конференция „Лека атлетика и наука“
- 2011** Международна научна конференция „Лека атлетика и наука“
- 2012** Международна научна конференция „Лека атлетика и наука“
- 2013** Международна научна конференция „Лека атлетика и наука“



## **УЧАСТИЕ В НАУЧНИ И ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРОЕКТИ:**

- 2002** Проект за „Развитието на теорията и методиката в спринтовите бягания” в СК „Малмьо”- Швеция, целящ повишаване на нивото на работа на треньори по лека атлетика в национален и регионален мащаб
- 2009** Научен проект на ОСК ”Академик”- „Утвърждаване на духовните ценности в гражданското общество – физическа култура, здравословен начин на живот, наука и изкуство за всички възрасти”
- 2009** Научно-изследователски проект „ Развитието на спорта и науката – основа за високо спортно майсторство” гр. Спарта - Гърция, като е един от лекторите на организирания семинар
- 2013** „Европейски проект за сътрудничество и регионално развитие на леката атлетика” гр. Спарта - Гърция, като е един от лекторите на организирания семинар.

## **ЧЛЕНСТВО В АВТОРИТЕТНИ МЕЖДУНАРОДНИ ОРГАНИЗАЦИИ:**

- 2013** Член на „ЕВРОПЕЙСКАТА АСОЦИАЦИЯ НА ТРЕНЬОРИТЕ ПО ЛЕКА АТЛЕТИКА”, като председател на „БЪЛГАРСКА АСОЦИАЦИЯ НА ТРЕНЬОРИТЕ”

## **ДОПЪЛНИТЕЛНИ УМЕНИЯ:**

### **Езикови умения:**

Немски език – писмено и говоримо (през 1987 год. – завършва редовен шестмесечен курс в ИЧС-София )

Руски – писмено и говоримо

Английски – работно ниво

### **Компютърни умения:**

Работи с пакет Microsoft Office на Windows, както и със специализирани пакети за обработка на данни.

