



Резюме на проект по Фонд „Наука“ № 18003 – Конкурсна сесия 2018:

„Влияние на българските народни танци върху здравето и качеството на живот на студентите от Медицински университет – Варна“

Ръководител: Доц. д-р Десислава Иванова Ванкова, дмн

Проектът представя научни доказателства, които промотират успешни здравни и образователни решения на проблемите с двигателната активност, със справяне с високите нива на стрес чрез първична профилактика на болестите сред младите хора във висшите учебни заведения.

В световен мащаб нараства интересът на изследователите към ползите от танца върху здравето и благополучието на хората от всички възрасти. Българските народни танци (БгНТ) са уникално национално богатство, като в последните години се възражда интереса на младите хора към тях. Следователно, научните изследвания в тази посока са навременни и необходими.

Цел на проекта бе да се изследва влиянието на БгНТ върху здравето и качеството на живот на студентите от Медицински университет – Варна (МУ-Варна), като се отчетат промените в емоционалното, психичното и физиологичното им състояние при занимания с БгНТ. На тази основа се проведе Делфи проучване, което достига до експертен консенсус за мястото на БгНТ в учебната програма на студентите. Доказана бе работната хипотеза на проекта, че БгНТ са равностойни като двигателна активност със спортните занимания, т.е. влияят благотворно, както и спортните занимания, върху организираността в ежедневието, върху нивата на стрес и върху цялостното здравословно състояние на изучаващите БгНТ. Постигнат бе консенсус за ролята и мястото на БгНТ в обучението на студентите.

Проектът представя научни доказателства, които промотират успешни здравни и образователни решения на проблемите с двигателната активност, със справяне с високите нива на стрес чрез първична

профилактика на болестите сред младите хора във висшите учебни заведения.

Резултатите от проекта могат да бъдат групирани в шест основни направления:

1. Определяне на нагласите и мотивацията на студентите да се занимават със спорт и БгНТ;
2. Изготвяне на антропометричен профил на студентите;
3. Оценка на здравния статус на студентите изучаващи БгНТ и спорт;
4. Оценка на нивата на стрес;
5. Постигане на консенсус по отношение на „запазеното“ място на БгНТ като академична учебна дисциплина;
6. Изготвяне на електронно учебно помагало за изучаване на БгНТ.

Дисертация е научен принос към „Националната стратегия за развитие на физическото възпитание и спорта в Р. България 2012-2022”. Изучаването на БгНТ по своята същност е промоция на здраве, равностойна алтернатива на спортните занимания, както и ефективен начин за преодоляване на различията в многонационалната студентска общност. БгНТ са обединяващ социален феномен, който заслужава своето „запазено“ място в академичното обучение.

Направени са публикации, индексирани в Web of Science и в други научни бази.