

## С Т А Н О В И Щ Е

От проф. д-р Теодора Тодорова Димитрова, д.м.

Член на Научно жури, съгласно Заповед № 109-344/ 09.10.2019 г.

на Ректора на МУ – Варна

Относно: Дисертационен труд и автореферат на тема „Влияние на българските народни танци върху здравето на студентите от Медицински университет- Варна“

Представен за публична защита пред научно жури за присъждане на научна и образователна степен „доктор“ в област на висшето образование „7. Здравеопазване и спорт“, професионално направление „7.4. Обществено здраве“, по научна специалност **Управление на общественото здраве.**

Автор: ст.преп. Жулиета Георгиева Виденова,  
Редовен докторант в катедра “Социална медицина и организация на здравеопазването”, научна специалност „ Управление на общественото здраве“

В приложените от ст. преп. Жулиета Георгиева Виденов документи са спазени изискванията на ЗРАСРБ, ППЗРАСРБ и Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени и заемане на академични длъжности в МУ “Проф д-р Параскев Стоянов“ гр. Варна.

### ***Кратки биографични данни***

Ст. преп. Виденова е завършила Национална спортна академия – ОКС магистър, специалности: „Треньор по лека атлетика“ и „Учител по физическо възпитание“ през 1994г. По късно придобива ОКС магистър по Обществено здравеопазване в Медицински университет "Проф. д-р Параскев Стоянов". Печели конкурс и започва работа като Преподавател по физическо възпитание и спорт към Департамент по чуждоезиково обучение, комуникация и спорт, Учебен сектор по физическо възпитание и спорт на Медицински университет "Проф. д-р Параскев Стоянов" – Варна през 2003г. През 2007 г. оглавява учебния сектор “Спорт” към МУ – Варна. От 2012 г. е и преподавател по народни танци в МУ – Варна. През 2018 г. е зачислена в редовна докторантура към катедра “Социална медицина и организация на здравеопазването”, научна специалност “Управление на общественото здраве“ с настоящата тема.

Има множество участия в национални и международни научни форуми. Ст.преп. Виденова е автор на 18 статии в български периодични списания ( в 6 от които е първи автор) и на 4 статии в международни списания, както и на участия на международни форуми ( в 2 от които е първи и представящ автор).

Ползва руски и английски езици.

### ***Актуалност и значимост на темата.***

Промоцията за здраве осигурява устойчиво развитие на нацията, чрез идентифициране, коригиране и контрол на рисковите фактори причиняващи неинфекциозните хронични заболявания. Един от всепризнатите рискови фактори в съвременните условия на живот за сърдечно-съдови, ендокринни, психични и онкологични заболявания се явява липсата на достатъчна физическа активност. За да се управлява този риск е необходимо детайлно познаване на различните възможности за промоция на здравето при всички възрастови и професионални групи. Българските народни танци (БНТ) се явяват специфично национално наследство, което оптимално съчетава физическа активност, социално взаимодействие и емоционално изразяване. През последните години е факт нарастващия интерес към заниманията с народни танци, което е и основание за оценка на ефективността им по отношение на саногенните здравни ефекти и ранжирането на тези занимания на равностойно място сред останалите форми на спортни занимания в университетите. Сред множеството въпроси, налагащи допълнително проучване, са

специфичните и уязвими групи сред студентите в медицинските специалности, като възможна профилактични мерки за намаляване на риска от стрес в професионалната среда.

Изследванията направени в дисертационния труд на ст. преп. Виденова: самооценката на нивото на стрес, и на субективното здраве (качество на живот) и на антропометричните показатели са актуални, перспективни и практически приложими, като доказват ролята на танците като успешна учебно-профилактична дейност в Медицински университет „Проф д-р Параскев Стоянов“ Варна.

### ***Становище по структурата и съдържанието на дисертационни труд.***

Представеният за становище труд е структуриран съгласно възприетите у нас стандарти на дисертация за присъждане на научна степен „Доктор“ по медицина. Дисертационният труд е написан на 139 страници. Той е добре балансиран и включва: литературен обзор (41 страници), цел и задачи, материал и методи, резултати и обсъждане (30 страници), изводи и приноси. Трудът е онагледен с използвани 10 таблици, 6 фигури и 9 приложения. Библиографията включва 117 източника - 43 на кирилица и 74 на латиница. От цитираните публикации 23,9 % са от последните 10 години, а 14,5% - от последните 5 години.

***Литературният обзор (29,5% от дисертацията)*** излага изчерпателно и системно въпроса за нагласите към БгНТ и влиянието на БгНТ върху здравето и върху субективната оценка на здравословното състояние. Анализирани са системните концепции за историческо развитие и национално значение на българските народни танци за народопсихологията.

Систематизирани са в исторически, географски, етнографски и здравно-промоционален контекст разбиранията за здравни ефекти на БгНТ. Специален акцент е поставени върху нарастващия интерес на изследователите към ползите от танца върху здравето и благополучието на хората от всички възрасти.

***Целта*** на дисертацията е точна и ясна. Дисертантката си поставя 6 конкретни и реалистични задачи, които са добре формулирани и отговарят на поставената цел.

### ***Материал и методи***

Приложен е микс-метод подход за количествено изследване на 184 броя студенти разделени в съответстващи по пол и възраст случай-контрола групи и качествено проучване и оформяне на консенсусно мнение на професионалисти, институционално заинтересовани лица и експерти през периода септември 2018 – юни 2019 г.

Проучени са ръст, тегло, динамична гъвкавост, бързина на горен и долен крайник и мускулна сила на горен крайник. Оценявани са по ясно дефинирани критерии, разделени по пол. Физиологичните промени са изследвани чрез анализ на субективна оценка (създадени за целта на проучването 2 вида анкетни карти и стандартизиран инструмент, определящ емоционалното състояние и ниво на стрес на участниците). Подборът на лицата за включване в проучването е направен с помощта на ясни критерии за включване и изключване. Втората фаза на изследването включва качествено Делфи проучване за изпълнение на 5 Задача за оформяне на консенсус по въпросите за мястото на БгНТ в задължителната учебна програма във висшите училища като вид двигателна активност, подобряваща здравето и качеството на живот на студентите.

### ***Резултати и обсъждане.***

Ст.преп. Виденова разделя собствените резултати от проучването в няколко основни насоки на изследване:

1. Количествен анализ
  - Проучване на факторите, обуславящи нагласи и мотивация на студентите да се занимават със спорт и БгНТ;
  - Оценка на нивата на здраве и качество на живот сред студентите;
  - Оценка на емоционалното състояние и нивата на стрес на студентите, измерени чрез стандартизирана анкета;
  - Описание и сравнителен анализ на антропометричния профил на студентите
2. Качествен анализ - Делфи проучване

Чрез резултатите от приложените анкети ст.преп. Виденова доказва, че за

студентите заниманията с БгНТ са начин за отмора и забавление, практикуват ги като хоби и като вид двигателна дейност, която им помага за по-добро физическо здраве.

Като съществен проблем ст.преп. Виденова изтъква факта, че едва под 20% от участниците в проучването съобщават за липса на стрес, което е основание да се използва като инструмент твърдението, че според 70% от студентите са „напълно съгласни“ или „съгласни“ със становището „БгНТ ми помагат да се справям със стреса от учебната натовареност“.

Въз основа на собствените резултати на сп.преп. Виденова установява, че субективната оценка на здравето и на двете групи студенти показва покачване в нивата на физическо, психично и социално здраве.

Резултатите на дисертационния труд относно сравнителният анализ на антропометричните характеристики на играещите и неиграещите БгНТ демонстрират достоверна разлика само по отношение на бързината на долен и горен крайник сред изучаващите БгНТ.

Акцентът на анализа докторантката поставя върху резултатите от проведените оценки и консенсусното мнение от качествено проучване, около което се обединяват всички участници включващо следните три твърдения, които са зададени в анкетата като три затворени въпроса:

- ✓ „Практикуването на БгНТ подобрява здравето и качеството на живот“.
- ✓ „БгНТ са равностойна алтернатива на спортните занимания в учебната програма на студентите“.
- ✓ „Преподаването на БгНТ в МУ-Варна е успешен академичен модел“.

Дисертантът включва постигнатите в трите последователни етапа на Делфи проучването изводи в инструмент за извоюване на заслужено място сред спортните занимания на уроците по БгНТ като успешно здравно-промоционално и образователно решение 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 са подложени на задълбочено *обсъждане*, което заслужава висока оценка.

Направените *изводи* са правилно формулирани. Те отговарят на поставените цел и задачи, и следват логично резултатите и статистическия анализ.

Подкрепям представените *препоръки* с практическа насоченост за мултиплициране на предлаганият модел за изучаване на БгНТ за студентите от цяла България.

Одобрявам *приносите*, които са общо 6 - 3 с оригинален характер и 3 с практико-приложен характер. Считаю, че основната заслуга на дисертацията са следните от тях:

За първи път в България се събират заедно в изследване за БгНТ концепциите ПЗ, „качество на живот“, „детерминанти на здравето“, „общност“.

За първи път в България се създава аудиовизуално учебно пособие за изучаване на БгНТ, което е иновативен начин за преподаване на здравословна двигателна активност чрез БгНТ.

Дисертационният труд е написан на добър език, прецизен по отношение на терминологията. Технически, дисертацията е оформена според изискванията, а изводите и препоръките са оригинални и конкретни.

*Авторефератът* достоверно възпроизвежда съдържанието на дисертационния труд. Подготвен е в обем от 48 стандартни страници и представя точно структурата и съдържанието, изводите, приносите и публикациите по дисертационния труд.

Във връзка с дисертационния труд докторантът е представил 3 реални публикации и 2 участия. Статиите са публикувани в списание Варненски медицински форум и сборници с доклади от международни научни форуми. Считаю, че тези публикации и участия представят реално постиженията на докторантката и съдействат за популяризирането им сред научната общественост.

**В заключение** дисертацията отговаря на изискванията на Закона за развитие на академичните кадри. Трудът е представен в завършен и добре оформен вид.

В дисертационния труд на ст.преп. Жулиета Георгиева Виденова е представен собствен опит от изследването на значим проблем на съвременното общество. Извършеният обстоен и последователен анализ дава възможности за разработване на иновативни подходи за подобряване и насърчаване на физическа активност на студентите чрез закодирани в народопсихологията уникални танци. Посочени са възможности за оптимизиране на програмите за спорт, очертани са някои от предимствата на БгНТ и е изработен модел за мултиплициране на успешната практика в МУ Проф д-р Параскев Стоянов на национално ниво.

Намирам темата, разработена от докторантката за изключително актуална и навременна. Съдържанието на дисертационния труд е правомерно и задълбочено разработено, добре онагледено и поднесено с добър професионален език.

Всичко това ми дава основание да оценя **положително** дисертационния труд „Влияние на българските народни танци върху здравето на студентите от Медицински университет- Варна“ и да дам положителния си вот за присъждането на ст.преп. Жулиета Георгиева Виденова научната и образователна степен „доктор“.

Гр. Варна  
04.11.2019 г.

Изготвил становището:



.....  
(Проф. д-р Теодора Димитрова, дм)