

---

---

**НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ „ВАСИЛ ЛЕВСКИ”**

---

---

**ДО ПРЕДСЕДАТЕЛЯ  
НА НАУЧНОТО ЖУРИ**

**СТАНОВИЩЕ**

*от проф. д.п.н. Кирил Костов*  
за качествата на дисертационния труд

**„Танцово-двигателна терапия като превантивно и възстановително  
средство на психо-физическите възможности на човека“**

*за придобиване на образователната и научна степен  
"Доктор" от Галена Великова Николова*

*I. Актуалност и значимост на разработвания в  
дисертационния труд проблем.*

В „История изкуствата“ е позната произнесената от Хектор Берлиоз фраза, че „музиката е най-живото и въздействащо изкуство“. Но когато в музиката се вгради и танца е напълно разбираемо, че въздействието става двойно по-силно, както върху наблюдателите, така и върху самите изпълнители. От тази гледна точка актуалността на изследвания проблем в настоящия дисертационния труд е повече от очевидна. Освен това, избраната проблематика тясно корелира с всепризнатия постулат, че няма по-смислена и по-значима общественно-полезна дейност от тази, която е насочена към запазването и подобряването на психическото и физическото здраве на човека. Затова и усилията на докторантката да разкрие и използва възможностите на танцово-двигателната терапия като средство за превенция и възстановяване на физическите и психическите възможности на занимаващите с танцово изкуство, заслужават одобрение и поощрение. Това е и отправната точка от която трябва да се оценява и настоящия дисертационен труд, за който още в началото ще отбележа, че е едно полезно научно изследване подкрепено с реализирането на тригодишен изследователски експеримент. Внимателният преглед на дисертацията затвърждава категоричното ми становище, че това е необходим изследователски труд с подчертано практико-приложна насоченост. Върху основата на резултатите от проведения тригодишен експеримент докторант Николова успява да направи необходимите изводи и препоръки към всички, които желаят да подобрят жизнените параметри на своето психофизическо

здраве, използвайки за това предложената от авторката комплексна танцово-двигателна програма, съчетаваща американския и европейски модел на занимания и обучение в танцовото изкуство. Този факт предопределя в значителна степен спомената вече по-горе перманентна актуалност и социална значимост на проведеното от докторант Галена Великова Николова дисертационно изследване.

## II. Оценка на резултатите и приносите на дисертационния труд.

С подчертана убеденост искам да изтъкна, че дисертационният труд „Танцово-двигателната терапия като превантивно и възстановително средство на психо-физическите възможности на човека има необходимите качества за този вид научни разработки. Този факт ми дава непоколебимо основание да направя заключението, че неговият автор има необходимите знания и умения да провежда изследователска работа и може основателно да претендира за получаването на образователната и научна степен "доктор". Аргументите за това мое заключение накратко изглеждат така:

1. Изследваният проблем е социално значим, свързан с търсенето на приятни и полезни занимания в свободното време за преодоляване на нервно-психическото натоварване върху човека от съвременния начин на живот. Авторката експериментално е установила позитивното влияние на танцово-двигателната терапия върху самочувствието, настроението и активността на изследваните лица.

2. Установено е също така, че танците се отразяват положително върху нивото на самочувствието и настроението, както и на взаимовръзката между тях. Повишаването на самочувствието води не само до повишаване на настроението, като танцово-двигателната терапия може да се използва успешно за тяхната саморегулация и за потискане на негативните чувства.

3. Методологическите параметри на изследването са ясно и точно дефинирани с логично формулирани цел и задачи на изследването. За постигането на тази цел и задачи е подбрана и подходяща методика на изследването, която позволява да се решат поставените задачи.

В дисертационния труд на Галена Великова се открояват приноси, както по посока на иновационни идеи и алтернативни възможности в подхода за разнообразяване на заниманията с танци, така също и приноси с приложен характер, които от позициите ми на изследовател на двигателно-ритмичните характеристики и параметри на различните музикално-двигателни дейности, оценявам доста високо.

### Най-общо тези приноси могат да бъдат формулирани, както следва:

1. Направен е сполучлив опит да се проучи възможността за въздействие върху психо-емоционалните състояния на човек (тревожност, самочувствие, активност, настроение и депресия) след целенасочени занимания с танци.

2. За тази цел е създадена и апробирана авторска терапевтична комплексна програма, в основата на която е танцът като движение, чувство и изражение, като са проследени и насоките на въздействия на тази комплексна танцово-двигателна програма.

3. Обсегът на изследването се разпростира и върху установяване влиянието на танците върху удовлетвореността от живота и субективното чувство на щастие с цел подобряване на психо-емоционалното състояние на занимаващите се.

### **III. Заключение**

Дисертационният труд на *Галена Великова Николова* е едно добро теоретико-приложно изследване с необходимите експериментално получени резултати и теоретични обобщения. Той е написан на сравнително добър научен език и стил, илюстрирайки теоретическите и практико-приложните знания и умения на автора да планира, изследва и анализира литературни факти и експериментални резултати, както и да реализира на практика своите идеи и разбиране за ролята и мястото на танца, като превантивно средство за реализиране на добро психофизическо здраве на занимаващите се. Като цяло онагледяването в труда е достатъчно информативно. Всичко казано по-горе, характеризиращо качествата на дисертационния труд и на неговия автор, ми дава основание с увереност да препоръчам на уважаемите членове на Научното жури **ДА ПРИСЪДЯТ** на докторанта **ГАЛЕНА ВЕЛИКОВА НИКОЛОВА** образователната и научна степен "ДОКТОР" в професионално направление **7.6. Спорт**, научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ).

Член на журито:

проф. Кирил Костов, дпн



Дата: 30.10. 2017 г.