

Gdańsk, dn. 20 lutego 2023 r.

*Dr hab. n. med. Grzegorz Mincewicz, prof. UG*  
*Centrum Wychowania Fizycznego i Sportu*  
*Katedra Biologii Molekularnej Wydział Biologii.*  
*U n i w e r s y t e t G d a ń s k i*

**Recenzja**  
**pracy doktorskiej mgr Joanny Rutkowskiej – Talipskiej**  
**pt.**  
**„Wybrane czynniki modyfikujące aktywność fizyczną studentów**  
**Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku”**

### **1. Opinia Ogólna**

Przedłożona mi do recenzji dysertacja doktorska, przygotowana przez Panią magister Joannę Rutkowską - Talipską, jest opracowaniem, które należy ocenić pozytywnie. Praca, choć nie bez zastrzeżeń, stanowi dowód orientacji autorki w projektowaniu i przeprowadzaniu badań, analizy danych i konstruowania wniosków. W związku z powyższym, podjęcie się przez doktorantkę poszukiwania związków i zależności pomiędzy wybranymi czynnikami a uczestnictwem w aktywności fizycznej, jako jednej z istotniejszych aktywności człowieka, dzierżącej poczesną rolę w profilaktyce i zdrowiu, uważam za uzasadnione i przyczyniające się do rozwoju nauk o zdrowiu.

### **2. Ocena merytoryczna**

Temat pracy dotyczy ważnego problemu współczesnego człowieka. Życie w bardzo szybko zmieniającej się rzeczywistości, stres, nadmiar pracy, nieumiejętność spędzania wolnego czasu, organizowania odpoczynku, braki w edukacji zdrowotnej, zapewniającej efektywną rekreację powodują, iż podejmowana przez ludzi aktywność fizyczna wciąż jawi się na nieodpowiednim, niskim poziomie. Poznanie motywów, barier i różnych czynników pozostających w związku z uczestnictwem w aktywności fizycznej umożliwia efektywniejsze planowanie zajęć w tym zakresie, zwiększenie świadomości i wiedzy na temat roli aktywności fizycznej, jako elementu profilaktyki, jak też czynnika leczącego, wśród osób zajmujących się w przyszłości leczeniem i opieką nad innymi ludźmi.

Autorka podejmuje temat analizy wybranych czynników warunkujących aktywność fizyczną, który jest ważny z jednej strony, często podejmowany, choć z powodu ogromnej różnorodności grup badanych wciąż głodny nowych analiz.

Nie do końca w tym kontekście zrozumiałam jest dla mnie tytuł pracy sugerujący, że Doktorantka analizuje wybrane czynniki modyfikujące aktywność fizyczną studentów. Słowo modyfikować oznacza zmieniać, przekształcać, a więc wybrane czynniki miałyby zmieniać formę aktywności fizycznej studentów czy od nich miało by zależeć uczestnictwo w aktywności fizycznej. Po analizie wstępu jak też kolejnych rozdziałów pracy odnosi się wrażenie, że chodzi raczej o czynniki motywujące albo demotywuujące, albo po prostu warunkujące podejmowanie aktywności fizycznej, a nie o czynniki modyfikujące.

### **3. Struktura Rozprawy**

Recenzowana rozprawa łącznie z załącznikami liczy 109 stron. Rozprawa składa się z siedmiu rozdziałów, z których pierwszy ma charakter wstępu - przeglądu literatury (21 stron), rozdział drugi i trzeci są rozdziałami metodycznym (7 stron), a rozdziały czwarty, piąty, szósty i siódmy mają charakter empiryczny (48 stron). Struktura pracy jest w zasadzie tradycyjna (teoria – metoda – empiria – dyskusja i wnioski), odpowiednia dla tego typu opracowania. Rozprawa ma charakter teoretyczno-empiryczny.

### **4. Wykorzystana Literatura**

Doktorantka wykorzystała 260 naukowych pozycji bibliograficznych. W literaturze naukowej aż 72% (188 pozycji) to publikacje międzynarodowe w języku angielskim, co świadczy o umiejętności wykorzystania przez Autorkę rozprawy bogatej literatury przedmiotu. Publikacje w języku polskim stanowią 28% (72 pozycje).

### **5. Język i formalna strona rozprawy**

Od strony językowej i formalnej recenzowana dysertacja doktorska może zostać dobrze oceniona. Jak w każdym tego typu opracowaniu, również i w pracy przedstawionej przez mgr Joanne Rutkowską – Talipską można znaleźć usterki, o których piszę w dalszej części recenzji. Z mojego jednak doświadczenia wynika, że usterki takie zdarzają się nawet w prestiżowych wydawnictwach, po dwukrotnej profesjonalnej korekcie wydawniczej oraz korekcie autorskiej, stąd nie należy w moim osądzie przywiązywać do nich dużej wagi. Doktorantka prowadzi narrację w pierwszej osobie liczby pojedynczej, co jest obce polskiemu językowi naukowemu i w przyszłych pracach magister Joanny Rutkowskiej-Talipskiej należałoby tego raczej unikać.

### **6. Szczegółowa Ocena Merytoryczna poszczególnych części rozprawy**

- **Rozdział pierwszy „wstęp”** (21 stron) - autorka podejmuje szeroko rozumiane kwestie, problemy, dylematy, związane z aktywnością fizyczną, wysiłkiem fizycznym, sprawnością fizyczną. Przedstawia różne definicje tychże pojęć, przybliżając niemalże ich fizjologiczne wyznaczniki. Przedstawia następnie różnie stosowane metody pomiaru aktywności fizycznej, analizując ich mocne i słabe strony.

Przytacza (według autorki) najczęściej wykorzystywany kwestionariusz do badania oceny aktywności fizycznej - Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej IPAQ.

Należy zauważyć, że Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej IPAQ służy określeniu oceny POZIOMU aktywności fizycznej, a nie OCENY aktywności fizycznej. Czytający oczywiście domyśla się, że chodzi, o poziom, jednakże jest to praca naukowa, wymagająca bardzo precyzyjnego i szczegółowego opisywania analizowanego przedmiotu. Kwestionariusz mógłby przecież służyć do określania nasilenia, częstości, intensywności, unikania itp. aktywności fizycznej.

W dalszej części dysertacji autorka opisuje inne metody badania różnych sfer aktywności fizycznej, od kwestionariuszowych po skomplikowane urządzenia, wspierające takie analizy, powtarzając się trochę w kolejnych akapitach pracy. Ta część wstępu wydaje się być trochę za mało uporządkowana.

Autorka używa w tekście formy pierwszej osoby liczby mnogiej (możemy ocenić, powinniśmy ocenić itp.), czego w pracy naukowej powinno się raczej unikać stosując raczej formy bezosobowe, bezokolicznikowe.

Następnie opisany jest kontekst zdrowotny aktywności fizycznej wraz z wymienionymi chorobami i zaburzeniami, w których systematyczna aktywność fizyczna ma istotne znaczenie profilaktyczne. Wymieniane w punktach choroby mieszczące się na prawie dwóch stronach wyglądają niefortunnie i powinny być raczej ujęte w innej formie.

Potem autorka przedstawia dowody naukowe na prozdrowotną funkcję aktywności fizycznej, dzieląc je na okres od wczesnego dzieciństwa do 17. roku życia, a potem po 60 roku życia, tak jakby w okresie pomiędzy 18 rokiem a 60 rokiem życia prozdrowotna funkcja aktywności fizycznej traciła nieco na znaczeniu.

Na koniec „wstępu” doktorantka opisuje uczestnictwo w aktywności fizycznej w Polsce, przechodząc od dzieci na studentach kończąc. Przedstawia też badania, prowadzone wśród studentów z innych krajów, koncentrując się na problemach metodologicznych tych badań, co powinno się pojawić raczej w rozdziale dyskusja wyników.

W tej części pojawiają się skróty nieujęte na początku pracy: NAF, MVPA, VPA, co wprawia czytelnika w małe zakłopotania.

Rozdział ten nie jest podzielony na żadne podrozdziały, a zabieg taki prawdopodobnie uporządkowałby opisywaną materię i dał czytelnikowi większą przejrzystość. Można by było wtedy w kilku zdaniach opisać jakąś logiczną przyczynę poruszania kolejnych wątków, czyli kolejne treści sensownie wynikałyby z poprzednich.

Nieco za mało, w mojej ocenie, skonceptualizowano, skonkretyzowano i scharakteryzowano wybrane czynniki, modyfikujące aktywność fizyczną, które autorka będzie badała, które zawarła w tytule pracy i które chce analizować jako zmienne niezależne, pozostające w jakiś sposób, w związku na zmienna zależną, jaką jest w tym badaniu aktywność fizyczna. Z wstępu nie do końca wynika jakie to czynniki dlaczego te, a nie inne zostały wybrane, jakie były kryteria tego wyboru itp.

➤ **Rozdział „założenia i cel pracy”** (2 strony)

Sformułowano założenia i cele badanie. Warto zastanowić się czy nie klarowniej byłyby postawić jednego celu głównego oraz celów szczegółowych. Zabrakło jednak postawienia pytań badawczych, (które powinny znaleźć się w pracy badawczej) oraz klarownie sformułowanych hipotez badawczych. Jeżeli w pracy odstępiono z jakiś powodów od postawienia hipotez to fakt ten powinien być w pracy odnotowany. Brakuje podjęcia przynajmniej próby zbudowania modelu predykcyjnego dla zmiennej zależnej (uczestnictwo w aktywności fizycznej), co pozwoliłoby na efektywniejsze analizy i dopełniło kierunek poszukiwań czynników modyfikujących zmienną zależną.

➤ **Rozdział „materiały i metody”** (5 stron)

W pracy zastosowano ankietę własną, która w szczegółowy sposób precyzuje różne aspekty uczestnictwa w aktywności fizycznej grupy badanych osób oraz jeden kwestionariusz IPAQ. Zastosowanie w ankiecie skali Likerta umożliwiłoby pogłębione analizy statystyczne, dzięki czemu można by uzyskać wiedzę również o stopniu/nasileniu postaw badanych względem uczestnictwa w aktywności fizycznej. Niestety zastosowano tylko pytania zamknięte tak\nie umożliwiające jedynie procentowe analizy.

Szkoda, że nie użyto w pracy jeszcze jakiegoś innego kwestionariusza np. Kwestionariusz Celów Aktywności Fizycznej Lipowski, M; Zalewski, Z., który umożliwiłby pogłębienie analiz na temat form podejmowanych aktywności ruchowych, co umożliwiłoby zrealizowanie jednego z celów badania, jakim było zoptymalizowanie wybieranych przez badanych studentów zajęć ruchowych.

Na uwagę zasługuje fakt rozszerzenia badanie na rodziców, a nawet dziadków badanych, co dodatkowo pozwala na interpretacje wyników badań o walory wychowawczo – rodzinne.

➤ **Rozdział analizy statystyczne** (34 strony)

W rozdziale przedstawiono szczegółowe analizy statystyczne wyrażone przejrzystymi tabelami oraz wykresami.

➤ **Rozdział dyskusja wyników** wraz z wnioskami liczy 14 stron, przedstawia wyniki badań z argumentacją empiryczną pochodzącą z innych badań.

Autorka zaznacza, że nie analizowano związku miejsca zamieszkania z uczestnictwem w aktywności fizycznej, a szkoda, gdyż w badaniu we wstępie, w ankiecie i jak się wydaje w założeniach badania, poświęcono dużo miejsca na takie analizy. Odwołanie się do innych badań w tym zakresie służy wnioskowanie o tej zależności w przedmiotowym badaniu. Zwracam uwagę również na ostrożne używanie sformułowania „wpływ czegoś na coś”. Aby jakąś relacje można było uznać za wpływ należałoby przeprowadzić np. analizę regresji, czego w pracy nie wykonano. W związku z tym z ostrożności statystycznej lepiej używać określenia „relacja” albo „związek”, choć i to sformułowanie wymaga przeprowadzenia co najmniej analizy korelacji.

Nie do końca zrozumiałe dla mnie są analizy zdrowia/chorób dziadków badanych i związek z tymi danymi z tematem pracy. Oczywiście poszerza to zakres wiedzy o badanej grupie, jednakże nie przeprowadzono analiz statystycznych łączących ten aspekt z czynnikami modyfikującymi uczestnictwo w aktywności fizycznej badanych. Na str. 72 czytamy: *„Płeć może wpływać na motywację do bycia AF. Nie zaskakuje więc, że przyczyny AF badanych studentów fizjoterapii i studentek położnictwa były odmiennie. Studentki położnictwa poświęcały większą uwagę stresowi towarzyszącemu nauce. Studenci fizjoterapii koncentrowali się na swojej sprawności fizycznej i zdrowiu.”*

Płeć nie wpływa! Płeć może jedynie być czynnikiem różnicującym w odmiennym deklarowaniu motywów uczestnictwa w aktywności fizycznej!

- **Rozdział „wnioski”** (1 strona) niestety jest raczej ciągiem dalszym omówienia wyników, które zostały po prostu powtórzone w syntetycznej formie. Warto by było zastanowić się w jaki sposób i dlaczego wybrane czynniki tj. płeć, miejsce zamieszkania, fakt uprawiania sportu przed studiami, walory prozdrowotne w rodzinach badanych, czynniki motywujące i ograniczające aktywność fizyczną warunkują uczestnictwo w aktywności fizycznej badanych.

## **7. Uwagi ogólne i podsumowanie**

Badania własne poprzedza część teoretyczna literatury przedmiotu, dotycząca aktywności fizycznej, wysiłku fizycznego w kontekście jej prozdrowotnej roli. Zatem z tej perspektywy, treści przedstawione w części teoretycznej rozprawy dokumentują dobrą wiedzę autorki w obszarze badanego problemu. Dobór, rekonstrukcja i interpretacja omówionych poglądów oraz analizowanych stanowisk teoretycznych jest w miarę trafnie dobrana do ogólnej koncepcji pracy, przedstawione rozważania są wyrazem samodzielności autorki w porządkowaniu wybranej wiedzy teoretycznej. Treści są oparte na analizie literatury polskiej jak i zagranicznej. Niektóre z nich ujęte zostały pobieżnie, inne zaś, które były przedmiotem założeń badawczych bardziej wnikliwie.

Zaangażowanie Autorki i wiedza na temat przedmiotowego zagadnienia pozwalają przypuszczać, że poczynione uwagi udoskonalą jej naukowy warsztat badawczy i zaowocują w dalszych etapach pracy naukowej.

Generalnie pozytywnie oceniam zamiar badawczy. Pogłębienie badań nad czynnikami uzależniającymi uczestnictwo w aktywności fizycznej, choć zawężone do studentów jednej tylko uczelni, to mimo wszystko poszerza horyzonty wiedzy, w tym ważnym dla ludzkiego funkcjonowania zakresie.

## 8. Konkluzja

Wymienione powyżej sugestie i uwagi krytyczne nie zmieniają mojej pozytywnej opinii o pracy.

Przedłożona mi do recenzji dysertacja doktorska spełnia ustawowe kryteria tj.:

- stanowi ważne badanie pogłębiające wiedzę o mechanizmach podejmowania i uczestnictwa w jednej z najistotniejszych aktywności człowieka, jaką jest aktywność fizyczna,
- wykazuje ogólną wiedzę teoretyczną Doktorantki w dyscyplinie nauki o zdrowiu,
- potwierdza umiejętność Doktorantki w zakresie samodzielnego prowadzenia pracy naukowej.

Reasumując stwierdzam, że recenzowana rozprawa doktorska mgr Joanny Rutkowskiej - Talipskiej pt. „Wybrane czynniki modyfikujące aktywność fizyczną studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku” spełnia wymogi ustawowe stawiane rozprawom doktorskim. W związku z powyższym zwracam się do Wysokiej Rady Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku o dopuszczenie Pani magister Joanny Rutkowskiej - Talipskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

