



UNIWERSYTET ZIELONOGÓRSKI

Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu

Katedra Sportu i Promocji Zdrowia

65-178 Zielona Góra, ul. Wyspiańskiego 58

tel./fax (0-68) 328 78 35, / e-mail: sekretariat@kwf.uz.zgora.pl

prof. nadzw. UZ dr hab. n. biol. Ryszard Asienkiewicz

Zielona Góra, 02.01. 2018 r.

Recenzja

rozprawy doktorskiej mgr Marzeny Braclaw

pt. „Aktywność fizyczna studentów pierwszego roku Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie w świetle wybranych uwarunkowań biospołecznych”

Zdaniem Barbary Woynarowskiej (Wyniki badań HBSC 2010. Tendencje zmian zachowań zdrowotnych i wybranych wskaźników zdrowia młodzieży szkolnej w latach 1990-2010. Instytut Matki i Dziecka, Warszawa 2012), aktywność fizyczna jest jedną z podstawowych potrzeb biologicznych człowieka oraz kluczowym elementem prozdrowotnego stylu życia, warunkiem zachowania i wzmacniania zdrowia we wszystkich okresach życia, szczególnie ważna w okresie dzieciństwa i młodości. Stymuluje rozwój fizyczny, motoryczny, psychiczny i społeczny, odgrywa istotną rolę w zapobieganiu wielu chorobom (w tym otyłości, zaburzeniom układu ruchu, przedwczesnemu rozwojowi miażdżycy i chorobom z nią związanych oraz innym chorobom przewlekłym).

Styl życia w największym stopniu, bezpośrednio determinuje zdrowie człowieka (Woynarowska: Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008). Elementami, które współtworzą styl życia są wybory zachowań, w tym zdrowotne.

Zachowania zdrowotne odnoszą się do działań intencjonalnych (celowych), które zostały świadomie podjęte przez człowieka w celu umocnienia lub zwiększenia potencjału swojego zdrowia, niezależnie od ich skuteczności. W obrębie tych zachowań można wyróżnić (Sokołowska, Woynarowska: Szkoła promująca zdrowie. Doświadczenia dziesięciu lat. KOWEZ, Warszawa 2000): a/ zachowania prozdrowotne (sprzyjające zdrowiu) np. aktywność fizyczna, racjonalne żywienie, poddawanie się profilaktycznym badaniom lekarskim; b/ zachowania antyzdrowotne (zagrożające zdrowiu) np. palenie tytoniu, spożywanie alkoholu, zażywanie substancji psychoaktywnych czy też ryzykowne zachowania seksualne.

Zachowania zdrowotne kształtują się od wczesnego dzieciństwa, w procesie socjalizacji, pod wpływem różnych czynników i wzorców osobowych w rodzinie, przedszkolu, szkole, społeczności lokalnej, mass mediach czy reklamach. Zdaniem Woynarowskiej i Mazur (Wyniki badań HBSC 2010. Tendencje zmian zachowań zdrowotnych i wybranych wskaźników zdrowia młodzieży szkolnej w latach 1990-2010. Instytut Matki i Dziecka, Warszawa 2012), dzieciństwo i młodość w istotnym stopniu decydują o zachowaniach zdrowotnych i stylu życia ludzi dorosłych. Zachowania prozdrowotne są uwarunkowane również kulturowo.

Problematyka dotycząca zachowań prozdrowotnych i antyzdrowotnych w różnych okresach ontogenezy człowieka podejmowana jest od wielu lat w różnych środowiskach akademickich (głównie w akademiach medycznych, uniwersytetach, akademiach wychowania fizycznego, wyższych szkołach zawodowych, politechnikach, instytutach badawczych). Szczególne nasilenie badań i wyników obserwujemy w ostatnim dwudziestoleciu, które związane są między innymi z powoływaniem w strukturach organizacyjnych uczelni zakładów, katedr, instytutów i wydziałów zajmujących się głównie zdrowiem człowieka w różnych jego aspektach. W obszarze wyżej wymienionych zagadnień wpisuje się praca mgr Marzeny Braclaw.

Przedstawiona do oceny dysertacja liczy 165 stron wydruku komputerowego i obejmuje wstęp, trzy rozdziały główne, podsumowanie i wnioski końcowe, wykaz (w układzie alfabetycznym) cytowanego piśmiennictwa, spisy tabel i rycin, załączniki oraz streszczenia w języku polskim i angielskim. Tekst zasadniczy opracowania został zawarty na 118 stronach, w którym zamieszczono 50 tabel i 24 ryciny. Stwierdzam zgodność treści z tematem pracy doktorskiej.

W strukturze pracy proponuję wyodrębnić cztery rozdziały główne zamiast obecnych trzech. Czwarty rozdział w nazwie „Dyskusja, stwierdzenia i wnioski” zawierałby informacje z „Podsumowania i wniosków końcowych”. Konfrontacja wyników badań własnych z innymi autorami oraz weryfikacja postawionych hipotez bardziej wpisują się w proponowaną nazwę rozdziału głównego. Ponadto, w rozdziale drugim (Materiał i metody badań) proponuję uzupełnić zapis drugiego podrozdziału na „Metody, techniki i narzędzia badawcze” oraz wyodrębnić czwarty podrozdział w nazwie „Opracowanie statystyczne materiału”.

We „Wstępie” dysertacji, Autor powołując się na literaturę uzasadnia potrzebę prowadzenia badań auksologicznych dotyczących diagnozowania i aktualizowania informacji o stanie biologicznym młodzieży akademickiej. Podkreśla z jednej strony wpływ rozwoju ekonomicznego poszczególnych krajów jako czynnika sprzyjającego poprawie zdrowia i kondycji fizycznej oraz warunków życia i pracy współczesnych społeczeństw, natomiast z drugiej wskazuje na zagrożenia chorobami cywilizacyjnymi i rolę aktywności fizycznej w ich profilaktyce. Zwraca uwagę na niekorzystny obraz studenckiego stylu życia, który wyróżnia się wysoką częstością zachowań antyzdrowotnych (w tym nieracjonalne odżywianie, palenie tytoniu, spożywanie alkoholu, niski poziom aktywności fizycznej). W motywie podjętego i realizowanego projektu podkreśla aspekt poznawczy (odnoszący się do uwarunkowań poziomu aktywności fizycznej, zachowań zdrowotnych młodzieży lubelskiej na tle innych środowisk akademickich) i wdrożeniowy (odnoszący się do wykorzystania wyników badań w ewaluacji koncepcji i treści programowych wychowania fizycznego realizowanych w Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie). W części końcowej zamieszcza cel pracy odnoszący się do poznania deklarowanego poziomu aktywności fizycznej studentów rozpoczynających kształcenie w Uniwersytecie Przyrodniczym w Lublinie oraz wskazanie współzależności pomiędzy wybranymi uwarunkowaniami biologicznymi oraz społecznymi a poziomem aktywności fizycznej badanych.

Oceniając ten fragment dysertacji stwierdzam dobrze uzasadniony wybór tematu pracy.

„Aktywność fizyczna w świetle literatury przedmiotu” jest pierwszym rozdziałem recenzowanej przeze mnie pracy. W pierwszym podrozdziale („Aktywność fizyczna jako miernik zdrowia współczesnego człowieka”) Autor pracy przedstawia definicję zdrowia za WHO, interpretuje jego trzy płaszczyzny (zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne) powołując się na piśmiennictwo. Podkreśla współczesne podejście do zdrowia akcentując koncepcje holistyczną (obejmującą zdrowie w sposób całościowy, spójny i komplementarny związane z indywidualnym procesem rozwoju jednostki). Powołując się na literaturę,

wskazuje świadomy i aktywny udział człowieka w osiągnięciu i doskonaleniu zdrowia, a także priorytet w odpowiedzialności za nie przez wybór stylu życia. W dalszej części (za literaturą) podaje definicję stylu życia, a także wymienia jego uwarunkowania wskazując na środowisko życia, normy społeczne i kulturowe, osobiste przekonania, systemy wartości, postawy, ekonomię, politykę i organizację struktury społeczeństwa. Píše, że styl życia stanowi charakterystyczny dla jednostki system zachowań zdrowotnych, uwarunkowany cechami temperamentu, wiedzą, poglądami i przekonaniami na temat świata, życia i własnej osoby, kompetencjami, systemem wartości i indywidualnymi doświadczeniami w zakresie zdrowia oraz zmiennymi społeczno-kulturowymi. Autor podaje, że wśród zachowań składających się na styl życia znajdują się zachowania zdrowotne (w tym pro- i antyzdrowotne) pośrednio lub bezpośrednio wpływające na nasze zdrowie, a nauką badającą wzajemne zależności jest epidemiologia behawioralna. Podkreśla sposób odżywiania jako jednego z podstawowych jej czynników warunkujących zdrowie. Podaje przykłady nieracjonalnego odżywiania prowadzące do schorzeń przewlekłych (choroby układu krążenia, w tym niedokrwienne serca, nadciśnienie, udar mózgu; choroby nowotworowe, w tym rak żołądka, rak jelita grubego; choroby układu pokarmowego, w tym stany zapalne woreczka żółciowego, próchnica zębów; osteoporoza; cukrzyca insulinozależna; niedobory wysokości i masy ciała u dzieci i młodzieży). Autor pracy akcentuje znaczenie diety i aktywności fizycznej w profilaktyce i leczeniu otyłości. Szczegółowo opisuje zachowania antyzdrowotne młodzieży i osób dorosłych odnoszące się do palenia tytoniu, spożywania alkoholu, używek oraz stosowania środków odurzających. Autor podkreśla, że zdrowie jednostki i społeczeństwa zależy od wielu wzajemnie ze sobą powiązanych czynników, wśród których szczególne znaczenie we współczesnym świecie ma aktywność fizyczna. Podaje jej definicje oraz fizjologiczne, behawioralne i utylitarne aspekty.

Oceniając ten podrozdział stwierdzam, że Autor dysertacji wykazał się znajomością literatury (w tym terminologii) związanej z tematem pracy.

W drugim podrozdziale (zatytułowanym „Czynniki determinujące aktywność fizyczną”), Autor dysertacji wymienia i opisuje czynniki natury biologicznej, środowiskowej i psychologicznej. Przedstawia ogólny kierunek obniżania się poziomu aktywności fizycznej wraz z wiekiem jako naturalne zjawisko biologicznych możliwości organizmu. Na podstawie wyników ogólnopolskich badań (Cabak, Woynarowska 2004) informuje o niepokojącym zjawisku obniżania się poziomu aktywności fizycznej już w latach szkolnych (w wieku 11-15 lat). Podkreśla (niepokojący) fakt zmniejszania zainteresowaniem w podejmowaniu wysiłku fizycznego (zwłaszcza u dziewcząt) między 12 a 18 rokiem życia (Sas-Nowosielski 2003). Powołując się na dane GUS z 2013 roku, a także wyniki badań w innych krajach (van Mechelen i wsp. 2000, Katzmarzyk 2007) informuje o tendencji zmniejszania uczestnictwa w zajęciach sportowo-rekreacyjnych już od 15 roku życia. Powołując się na literaturę, przedstawia zróżnicowanie dymorficzne w aktywności fizycznej. W dalszej części podrozdziału, Autor pracy charakteryzuje poziom sprawności fizycznej jako istotny czynnik zdrowia człowieka będący w ścisłym związku z aktywnością fizyczną. Podkreśla czynniki środowiska społecznego (w tym roli rodziców) i fizycznego w podejmowaniu aktywności fizycznej, szczególnie w wieku szkolnym. W charakterystyce czynników psychologicznych wpływających na poziom aktywności fizycznej wymienia cechy temperamentu, cechy osobowości, poczucie kompetencji w sferze motorycznej, motywy w podejmowaniu aktywności fizycznej. Podkreśla ścisły związek poziomu sprawności fizycznej ze stanem zdrowia w różnych okresach ontogenezy człowieka.

W mojej ocenie podrozdział jest dobrze przedstawiony. Dla uzupełnienia informacji proponuję włączenie opracowania Barbary Woynarowskiej i Joanny Mazur (Wyniki badań HBSC 2010. Tendencje zmian zachowań zdrowotnych i wybranych wskaźników zdrowia młodzieży szkolnej w latach 1990-2010. Instytut Matki i Dziecka, Warszawa 2012).

Trzeci podrozdział („Metody i techniki stosowane w pomiarach aktywności fizycznej”) zawiera szczegółowe charakterystyki metod pomiaru aktywności fizycznej, w tym obiektywne (pomiarowe odnoszące się do rejestracji parametrów fizjologicznych i kinematycznych ruchu) oraz subiektywne (szacunkowe odnoszące się do badań kwestionariuszowych, obserwacji, pisemnej relacji badanych). Wskazuje zalety i mankamenty opisywanych metod.

Stwierdzam adekwatny dobór metod i technik wykorzystywanych w badaniach naukowych w ocenie aktywności fizycznej. Podkreślić należy znajomość literatury obcojęzycznej i krajowej. Drobną uwagę dotyczy zapisu wzoru sumarycznego tlenu i dwutlenku węgla (s.18, pierwszy wers od góry).

Rekomendacje i standardy aktywności fizycznej korzystnej dla zdrowia, to czwarty podrozdział zawierający informacje uwzględniające intensywność i czas podejmowania aktywności fizycznej, częstość jej podejmowania oraz rodzaj treningu. Autor powołuje się na zalecenia ekspertów reprezentujących między innymi europejskie (EAS, ESC, ESH), amerykańskie (AHA) towarzystwa naukowe, a także Światowej Organizacji Zdrowia (WHO). W konkluzji tej części pracy, za Woynarowską (2007) podaje zalecana dla dzieci i młodzieży w wieku 5-18 lat codzienną aktywność fizyczną (optymalną wynoszącą 60 minut dziennie, minimalną 30 minut dziennie), wysiłki co najmniej o umiarkowanej intensywności, co najmniej dwa razy w tygodniu, ćwiczenia zwiększające siłę mięśniową i gibkość.

W ocenie, stwierdzam poprawny dobór informacji, a także zgodność cytowanych towarzystw naukowych.

W piątym podrozdziale („Stan zdrowia i zachowania zdrowotne młodzieży akademickiej”), Autor dysertacji przedstawia historię badań lekarskich młodzieży akademickiej w Polsce. Opis profilaktycznych badań studentów rozpoczyna od początków XX wieku, następnie charakteryzuje lata pięćdziesiąte, siedemdziesiąte, osiemdziesiąte i dziewięćdziesiąte XX wieku oraz pierwszą i drugą dekadę XXI wieku. Na podstawie wyników badań stanu zdrowia młodzieży studiującej w Polsce w latach 1970-2010 (za Braclaw, Górniak 2011) informuje Autor, że pod koniec lat 70-tych ubiegłego wieku do najczęstszych schorzeń należały zaburzenia psychiczne, choroby układu oddechowego, trawiennego i narządów zmysłów, natomiast obecnie najczęstszymi są schorzenia ortopedyczne, narządu ruchu, wady postawy ciała i skrzywienia kręgosłupa, cukrzyca i zaburzenia psychiczne. W drugiej części tego podrozdziału opisuje wyniki badań ankietowych młodzieży akademickiej różnych środowisk Polski dotyczących zachowań zdrowotnych, w tym pro- i antyzdrowotnych. Porównuje wyniki badań studentów i studentek różnych krajów wykorzystując obszerną literaturę.

W tej części pracy, Autor nie uwzględnił wyników badań prowadzonych pod koniec XIX wieku (Kowalski Z. : Stan zdrowia i warunki higieniczne studentów Uniwersytetu Warszawskiego w świetle cyfr. Zdrowie, 1898, 14, 157, s. 501–511). Warto również wspomnieć o badaniach rozwoju motorycznego studentów i studentek Uniwersytetu Poznańskiego prowadzonych w okresie międzywojennym XX wieku przez Stojanowskiego oraz Wokroja nad zróżnicowaniem społecznym, zawodowym i antropologicznym młodzieży szkół akademickich we Lwowie, narodowości polskiej w roku akademickim 1937/1938. Przytoczone ostatnie dwie prace mają charakter antropologiczny, ale poziom rozwoju fizycznego i motorycznego zaliczane są (zgodnie z WHO) do pozytywnych mierników zdrowia. Na stronach 28 i 29, zdania rozpoczynają się od „Natomiast”, należy stylistycznie skorygować. Do zaprezentowanych wyników badań młodzieży akademickiej różnych środowisk w Polsce proponuję włączyć nowsze opracowania, w tym Uniwersytetu

Zielonogórskiego z roku akademickiego 2012/2013 . Materiał został zebrany wśród 422 studentów i 543 studentek pierwszego roku studiów stacjonarnych i jest pod względem liczebności porównywalny do materiału Autora (Asienkiewicz R. : Zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne młodzieży akademickiej Uniwersytetu Zielonogórskiego, [w:] Zdrowie i dobrostan, 4/2014, Dobrostan i społeczeństwo, 11-26. Wydawnictwo Naukowe NeuroCentrum, Lublin).

Aktywność fizyczna studentów uczelni wyższych krajów Unii Europejskiej, to kolejny, szósty podrozdział, w którym Autor pracy na podstawie literatury przytacza wyniki badań projektów dotyczących oceny uczestnictwa młodzieży i dorosłych w sporcie i innych formach aktywności fizycznej. Z dokonanego przeglądu piśmiennictwa Autor stwierdza, że styl życia studentów wykazuje szereg nieprawidłowości, wśród których należy zaliczyć nieracjonalne odżywianie, nadmierne spożycie alkoholu i palenie tytoniu, a także niska aktywność fizyczna. Wymienione składowe niekorzystnie wpływają na potencjał zdrowotny młodych mężczyzn i kobiet. Podkreśla, że największy wpływ na podejmowanie aktywności fizycznej przez młodzież mają media (głównie telewizja), następnie rówieśnicy, rodzice oraz dostęp do obiektów i urządzeń sportowych. W konkluzji Autor pisze, że istnieje potrzeba modyfikacji postaw wobec zdrowia, a zachowania zdrowotne należą do najważniejszych poddających się kontroli i modyfikacji czynników związanych ze zdrowiem człowieka i społeczeństwa.

W podsumowaniu tego rozdziału stwierdzam, że Autor poprawnie opisał zagadnienia dotyczące aktywności fizycznej. Wykazał się znajomością literatury i terminologii.

Rozdział drugi („Materiał i metody badań”), zawiera w swojej strukturze trzy podrozdziały. W pierwszym, Autor przedstawia cel pracy, następnie problem i pięć pytań badawczych. W dalszej części zawarto hipotezy badawcze i grupy zmiennych niezależnych (biologiczne: stan zdrowia, sprawność fizyczna, wskaźniki budowy ciała), zmienne społeczne (wykształcenie rodziców, miejsce zamieszkania, sytuacja materialna rodziny, zachowania zdrowotne) oraz zmienną zależną (aktywność fizyczna studentów). Drugi podrozdział zawiera informacje dotyczące wyboru metod, technik i narzędzi badawczych, które pozwolą Autorowi zrealizować postawiony cel pracy. Na poczet prezentowanej pracy wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, technika ankiety, natomiast narzędziem badawczym był autorski kwestionariusz ankiety oraz standaryzowany Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (IPAQ, wersja rozszerzona), na podstawie których zebrano informacje dotyczące danych personalnych, zachowań zdrowotnych respondentów i ich oceny poziomu aktywności fizycznej. Poziom rozwoju fizycznego badanych oceniono wielkościami pomiarów antropometrycznych, które dotyczyły wysokości i masy ciała (najbardziej diagnostycznych cech), obwodu talii i bioder, na podstawie których wyliczono wskaźniki proporcji ciała (BMI, WHR). Z kolei poziom rozwoju motorycznego młodzieży określono ośmioma próbami Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej (EUROFIT) za wyjątkiem siły statycznej. W części końcowej podrozdziału zawarto informacje o opracowaniu statystycznym zebranego materiału, które realizowano przy użyciu programu STATISTICA firmy StatSoft (Stupnicki 2000). W trzecim podrozdziale zawarto informacje o materiale badawczym. Dowiadujemy się z niego, że praca realizowana była w dwóch etapach: w pierwszym (w roku akademickim 2012/2013) wśród 101 studentów jako badania pilotażowe w celu weryfikacji i udoskonalenia narzędzi badawczych. Drugi etap, to realizacja właściwych badań, które realizowano w roku akademickim 2014/2015 w zespołach studentów i studentek pierwszego roku Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie. Z opisu dowiadujemy się, że badaniami objęto 1026 osób (90 % populacji młodzieży akademickiej rozpoczynającej kształcenie), natomiast do analizy statystycznej zakwalifikowano 1001 badanych (w tym 514 studentek i 487 studentów). W dalszej części podrozdziału zawarto informacje o procedurach związanych z uczestnictwem

młodzieży i realizacją badań. Zawarto także charakterystyki liczbowe studentów i studentek sześciu wydziałów UP, które reprezentowali badani, przeciętne wieku badanej młodzieży oraz środowiskowe i społeczne zróżnicowanie badanych uwzględniające miejsce stałego zamieszkania, poziom wykształcenia rodziców, samoocenę warunków materialnych i miejsce zamieszkania w czasie studiów. Część końcowa tego podrozdziału zawiera informacje o możliwościach jakie stwarza uczelnia w podejmowaniu aktywności fizycznej w ramach programowych zajęć wychowania fizycznego, formach, dyscyplinach, obiektach sportowych, kadrze instruktorsko-trenerskiej.

Na stronie 47, Autor pracy pisze, że pomiary antropometryczne wykonane były zgodnie z wymogami, ale jakimi – nie pisze. Należy uzupełnić zapis. Na tej samej stronie należy poprawić stylistycznie zdanie rozpoczynające się od „Natomiast”. Na stronie 49 (podrozdział 3, wers 5), Autor użył błędnego określenia, zamiast „na studentach” powinno być „wśród studentów”. Na stronie 50 brak informacji o obliczeniu wieku kalendarzowego badanych zespołów.

Dokonując oceny tego rozdziału stwierdzam poprawny dobór metod, technik i narzędzi badawczych, a wykorzystane przez Autora analizy statystyczne są adekwatne do potrzeb prezentowanej pracy.

Rozdział trzeci zatytułowany „Wyniki badań” obejmuje trzy podrozdziały, które zawierają charakterystyki liczbowe dotyczące wybranych uwarunkowań zdrowotnych aktywności fizycznej badanych studentów (w tym samooceny stanu zdrowia i sprawności fizycznej, budowy ciała, sprawności fizycznej, zachowań zdrowotnych i uczestnictwa w rekreacji ruchowej badanych), aktywności fizycznej badanych studentów (w tym całkowitej aktywności fizycznej oraz czasu spędzonego przez badanych siedząc) oraz uwarunkowań aktywności fizycznej studentów (w tym biologicznych i zmiennych społecznych). Stanowi on główną część pracy, która została przedstawiona przez Autora na 48 stronach bardzo szczegółowo. W tekście pracy zawarto 41 tabel i 23 ryciny. Opisy uzyskanych wyników oraz ich prezentacja tabelaryczna oraz graficzna są czytelne i przejrzyste. Wykorzystane przez Autora metody statystyczne są adekwatne do potrzeb prezentowanej pracy.

Na stronach 55 i 57, w tabelach 12 i 15 brakuje kolumny z różnicami między średnimi arytmetycznymi porównywanych cech i wskaźników oraz wynikami prób motorycznych zespołów kobiet i mężczyzn oraz poziomu istotności. Na stronie 58, Autor pracy powołując się na obszerność zagadnienia analizę statystyczną przedstawia do wybranych kategorii sposobu odżywiania, snu oraz stosowania używek. Czym podyktowany był taki wybór ?

Oceniając ten rozdział stwierdzam, że język i styl opisywania uzyskanych wyników w większości są poprawne. Formy prezentacji wyników badań (tabelaryczna, opisowa i graficzna) nie budzą zastrzeżeń.

Kolejna część pracy to podsumowanie i wnioski końcowe. Autor pracy porównuje wyniki badań własnych z innymi autorami oraz weryfikuje postawione hipotezy badawcze. W części końcowej zawarto sześć stwierdzeń, które są odpowiedzią na postawione pytania badawcze Autora.

Na podstawie przeprowadzonej analizy statystycznej zebranego materiału stwierdzono liczne odstępstwa od zasad racjonalnego żywienia, nieodpowiednie wykorzystanie czasu wolnego, sporadyczny bądź okazjonalny udział w rekreacji ruchowej. Wśród studentów odnotowano znaczący odsetek regularnie spożywających alkohol i palących tytoń. Dominującym rodzajem aktywności młodzieży UP były wysiłki umiarkowane, następnie wysiłki intensywne i chodzenie. Studenci najbardziej aktywni byli w obszarze związanym z pracą/nauką, następnie z przemieszczaniem się i czasem wolnym. W większości młodzież akademicka charakteryzowała się umiarkowanym i wysokim poziomem aktywności fizycznej. Większość zachowań zdrowotnych nie wykazała istotnego związku z poziomem aktywności fizycznej badanej młodzieży (za wyjątkiem spożywania warzyw i owoców,

przekąsek, spożywania napojów alkoholowych oraz uczestnictwa w rekreacji ruchowej). Odnotowano istotną zależność pomiędzy uwarunkowaniami biologicznymi a poziomem aktywności fizycznej tylko w przypadku samooceny stanu zdrowia oraz samooceny sprawności fizycznej. Stwierdzono istotną zależność pomiędzy uwarunkowaniami społecznymi a poziomem aktywności fizycznej.

W konkluzji, Autor pisze o zasadnym zwiększaniu działań edukacyjnych i promocyjnych skierowanych do młodzieży akademickiej poprzez zachęcanie do podejmowania aktywności fizycznej poza obowiązkowymi zajęciami wychowania fizycznego, uświadomienie prozdrowotnych korzyści wynikających z wysiłku fizycznego (w tym utrzymanie prawidłowej masy ciała), następnie o konieczności weryfikacji programów zajęć wychowania fizycznego w UP uwzględniające atrakcyjną ofertę zajęć, o wdrożeniu do programów zagadnień z obszaru edukacji żywieniowej, umożliwieniu studentom uczestnictwa w bezpłatnych różnorodnych zajęciach fakultatywnych, które łącznie będą preferować zdrowy styl życia studentów i studentek w trakcie kształcenia oraz po zakończeniu edukacji.

W ocenie tej części dysertacji stwierdzam dobrą znajomość literatury krajowej i obcojęzycznej (w tym szczególnie współczesnej), która pozwoliła Autorowi na dojrzałą naukowo dyskusję. Stwierdzenia i wnioski są zgodne wynikami badań.

Piśmiennictwo jest kolejną częścią recenzowanej dysertacji. Zawiera 296 pozycji, w tym 77 obcojęzycznych. Jest zgodne z podjętym tematem pracy. Podkreślić należy znajomość współczesnej literatury zarówno krajowej jak i anglojęzycznej. Język pracy oceniam jako poprawny. Dobra znajomość piśmiennictwa pozwoliła Autorowi uzasadnić wybór tematu pracy oraz wysoki poziom dyskusji. Uwaga dotyczy uzupełnienia pozycji z historii badań młodzieży akademickiej oraz bardziej współczesnych opracowań dotyczących zachowań zdrowotnych studentów i studentek różnych środowisk akademickich w Polsce.

W części końcowej pracy zawarto spisy tabel i rycin, załączniki (wzory kwestionariuszy ankiet, kartę badań) oraz streszczenia w języku polskim i angielskim.

Streszczenia w języku polskim i angielskim są zwarte, przedstawiające najistotniejsze informacje związane z podjęciem badań, częścią metodologiczną oraz wyniki badań. Uwaga dotyczy uzupełnienia informacji o opracowaniu statystycznym materiału.

Reasumując, Autor prezentowanej dysertacji zna literaturę zarówno krajową jak i obcojęzyczną, posługuje się poprawną terminologią, potrafi samodzielnie uzasadnić celowość prowadzonych badań, metodologicznie poprawnie sformułować cel pracy, problemy i hipotezy badawcze, wybrać i wykorzystać odpowiednie metody, techniki i narzędzia badawcze, a także przygotować materiał badawczy. Właściwy dobór analiz statystycznych w pełni pozwolił Autorowi na weryfikację postawionego problemu i hipotez badawczych. Analiza wyników badań oraz ich formy prezentacji (tabelaryczna, opisowa i graficzna) przedstawione zostały poprawnie z dużą starannością. Magister Marzena Braclaw potrafi prowadzić dyskusję weryfikując wyniki badań własnych z innymi autorami, a także poprawnie formułować stwierdzenia i wnioski. Podkreślić należy obszerność materiału (dużą liczebność) w realizacji badań, a także znajomość literatury obcojęzycznej (szczególnie współczesnej). Oryginalność podjętej problematyki, a także wymiar naukowy i aplikacyjny wyników badań stanowią o dużej wartości prezentowanej dysertacji.

Mimo wymienionych wcześniej uwag odnoszących się do strony formalnej, recenzowaną pracę doktorską magister Marzeny Braclaw pt. „Aktywność fizyczna studentów pierwszego roku Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie w świetle wybranych uwarunkowań

biospołecznych” oceniam pozytywnie. Rozprawa doktorska spełnia warunki wymagane w Ustawie o stopniach naukowych i tytule naukowym z dnia 14 marca 2003 r.(Dz. U. nr 65, poz.595 z późn. zm.). Praca kwalifikuje doktorantkę do nadania stopnia doktora w dziedzinie nauk o kulturze fizycznej. Na tej podstawie wnoszę do Wysokiej Rady Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie o dopuszczenie mgr Marzeny Braclaw do dalszych, przewidzianych regulaminem przyznawania stopnia doktora, etapów przewodu doktorskiego.

Zielona Góra, 02. 01. 2018 r.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "P. Antkiewicz". The signature is written in a cursive style with a large initial letter.