

Dr hab. Elzbieta Rutkowska, prof.PSW

Lublin 02.11.2020

Państwowa Szkoła Wyższa w Białej Podlaskiej

Wydział Nauk o Zdrowiu

Zakład Fizjoterapii

RECENZJA

rozprawy doktorskiej autorstwa Pani Magister Alicji Plewy,

zatytułowanej:

„AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA W STRUKTURZE ZACHOWAŃ ZDROWOTNYCH MŁODZIEŻY GIMNAZJALNEJ”

Promotor: Prof. dr hab. Janusz Kirenko

Wydział Pedagogiki I Psychologii Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie

Zdrowie jednostki - jako najważniejsza składowa oraz miernik dobrostanu człowieka i społeczności do której przynależy, jest przedmiotem wielowymiarowych badań, analiz i zabiegów. Powszechnie znany Raport Lalonde'a już ponad pół wieku temu dostarczył argumentów przemawiających za decydującą rolą zachowań jednostkowych w kształtowaniu zdrowia osobistego i społecznego. Niestety, do dziś nie udało się opracować i wdrożyć wystarczająco skutecznej strategii wychowania i edukacji do postaw świadomej, całościowej troski o własne zdrowie oraz systematycznej aktywności w tym zakresie. Fundamentalnym elementem tej strategii jest formalne (ale i nieformalne) kształtowanie postaw pro-zdrowotnych od najmłodszych lat. Skuteczność mierzy się osobistą postawą wobec zdrowia, prezentowanym stylem życia, którego wybór wynika z rzetelnej wiedzy, przekonań a także emocji wobec zjawisk i problemów – szczególnie istotnych w wieku młodzieńczym.

Aktywność fizyczna - w wymiarze gwarantującym efekt zdrowotny - jest jedną z elementarnych składowych pożądanego stylu życia. Najprostszą, tanią, ogólnie dostępną

a zarazem najczęściej zaniedbywaną; przy czym hipodynamia nasila się wraz z wiekiem badanych grup osób, stając się dla większości osób w wieku senioralnym co najwyżej znacznie spóźnionym środkiem terapeutycznym. Dlatego uważam, że temat, cel i zakres badań, który przyjęła Doktorantka jako obszar swoich naukowych eksploracji jest bardzo ważny nie tylko z punktu widzenia poznawczego ale i społecznego.

Zamierzony projekt badawczy wpisuje się w nauki pedagogiczne: podejmuje próbę diagnozy wymiaru, jakości oraz co bardzo istotne - uwarunkowań aktywności fizycznej badanej grupy młodzieży szkolnej. Diagnozy bardzo ważnej dla programowania działań edukacyjno-wychowawczych w kolejnych etapach rozwojowych respondentów uczestniczących w badaniu a zapewne także dla ich rówieśników.

Moim zdaniem badania mają także jeszcze charakter ewaluacyjny w stosunku do pokolenia, które jest wychowywane w kontekście zrealizowanych założeń programu "Zdrowie dla wszystkich w roku 2000" Światowej Organizacji i doświadczeń Narodowego Programu Zdrowia na lata 1996-2005, gdzie zwiększeniu aktywności fizycznej społeczeństwa nadano szczególną rangę. Celem operacyjnym nr 1 w tym dokumencie było bowiem „Zwiększenie aktywności fizycznej ludności” z założeniami konkretnych osiągnięć¹, jako inicjacji powszechnego obyczaju a zarazem osobistego obowiązku higienicznego pokolenia XXI wieku. Na ile ten cel udało się obecnie zrealizować w odniesieniu do dzieci adresatów strategii WHO? Wyniki badań Pani Magister Alicji Plewy mogą na to pytanie choć w części odpowiedzieć.

Rozprawa doktorska przedstawiona mi do recenzji ma zatem mocne umocowanie w obszarze zdrowia publicznego. Ma rzetelnie uzasadniony cel i przygotowany plan badań. Jest on starannie opisany w pierwszym rozdziale pracy, poświęconym kontekstom problematyki badawczej.

¹ Narodowy Program Zdrowia na lata 1996-2005; CEL STRATEGICZNY: Poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności. Cel operacyjny 1: Zwiększenie aktywności fizycznej ludności. Oczekiwane efekty do 2005 roku:

- różne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym uprawiać będzie co najmniej 50% dzieci i młodzieży oraz 30% dorosłych.
- Podstawowe warunki do zwiększenia aktywności ruchowej różnych grup ludności w miejscu zamieszkania zapewni co najmniej 80% gmin

Tekst całej obszernej rozprawy (łącznie z aneksami standardowo wydrukowana praca ma 430 stron) został podzielony na sześć rozdziałów, do których dołączono imponujący spis przywoływanego piśmiennictwa, zawierający ponad 730 (!) pozycji źródłowych oraz wykazy tabel i histogramów; w aneksie zamieszczono także kompletne arkusze narzędzi badawczych, które posłużyły Autorce do zebrania poszukiwanych informacji w zamierzonym projekcie badawczym.

Pierwsze wrażenie lektury rozprawy doktorskiej Pani Magister Alicji Plewy kieruje uwagę na wzorową stronę formalną tekstu pracy. Imponuje język narracji: przykładowa polszczyzna, jasność i konsekwencja przekazu, trafność argumentacji poparta często, trafnie i właściwie przywoływanymi odniesieniami do starannie dobranego piśmiennictwa źródłowego zarówno w opisie wyczerpująco uzasadnionego motywu badań jak i w dyskusji wyników badań własnych. Staranna redakcja tekstu i jego estetyczna, uporządkowana edycja sprawiają, że pracę czyta się nie tylko z zainteresowaniem dla podjętego tematu ale i z dużą przyjemnością.

Wysoko oceniam wartość merytoryczną pracy, zarówno w części teoretycznej i badawczej. Jak wyżej wspomniałam bardzo dobrze napisany pierwszy rozdział rozprawy zatytułowany: *„Teoretyczny kontekst problematyki badawczej – podstawowe pojęcia”* – jest przykładem starannego uzasadnienia dla koncepcji zamierzonych studiów. Dokonany wybór tematów i pojęć, które będą kluczowe w zamierzonych badaniach, jest kompletny. Pokazuje wszechstronne spojrzenie wielu autorów na problemy zdrowia, zachowań zdrowotnych, by ostatecznie skupić się na jednym spośród nich, które stanie się sednem badań – aktywnością fizyczną dzieci i młodzieży. Doktorantka przekonująco argumentuje ważność problemu, sprawnie posługując się krytyczną analizą aktualnego i bogatego piśmiennictwa. Jedyna uwaga, jaka nasuwa mi się po lekturze tej części pracy to kilkukrotne użycie za innymi autorami terminu *„nawyk aktywności fizycznej”* m.in. w kontekście efektu edukacji w kulturze fizycznej i do kultury fizycznej. Za Profesorem Maciejem Demelem, klasykiem teorii wychowania fizycznego i promocji zdrowia uważam, że nawyk (zwłaszcza nawyk wieku dziecięcego) nie gwarantuje ciągłości i ustawiczności zachowań, bo bardzo łatwo zastąpić go inną rutyną, atrakcyjniejszą dla młodzieży a zwłaszcza dla osób w wieku dojrzałym. Dlatego też warto skupić się w toku edukacji zdrowotnej na kształtowaniu potrzeb w oparciu o rzetelną wiedzę i przekonania. Dziecięcy nawyk, bazujący na naturalnej

potrzebie ruchu i wszechstronnych umiejętnościach może być przynależnym adolescencji, ważnym doświadczeniem, sprzyjającym pozytywnym emocjom wobec jednostkowych wyborów w sferze późniejszych zachowań zdrowotnych.

Rozdział drugi pracy – „*Założenia metodologiczne badań własnych*” - zawiera szczegółowy opis założeń metodologicznych badań własnych. Czytelnik znajduje w nim jasno sformułowane cele: teoretyczny i poznawczy oraz - co ważne i cenne - cel praktyczny, aplikacyjny, który Autorka zamierza osiągnąć przy pomocy zebranych informacji. Osiem problemów badawczych jasno definiuje kierunki badań i analiz, które zweryfikują trzy założone hipotezy robocze o związkach poziomu aktywności i sprawności fizycznej z: wybranymi zachowaniami zdrowotnymi, sposobem definiowania zdrowia przez respondentów oraz miejscu zdrowia w ich osobistej hierarchii wartości. Precyzyjnie określone zmienne i wskaźniki, które Doktorantka zamierza korelować wymienione zostały na stronach 83-86. To bardzo ważny fragment metodologicznej części pracy, który pozwala na ocenę trafności wyboru narzędzi badawczych, zaplanowanych przez Autorkę pracy do zmierzenia wymienionych zmiennych. W mojej ocenie wybór pakietu technik badawczych do zamierzonych celów pracy został dokonany właściwie. Wśród narzędzi badawczych znajduję cztery standardowe kwestionariusze (Badań Zachowań Zdrowotnych Młodzieży Szkolnej, Listy Kryteriów Zdrowia, Listy Wartości Osobistych oraz test MVPA – do oceny deklarowanego poziomu aktywności fizycznej) a także opis badania fizykalnego jako sposobu oceny podstawowej motoryki (Metoda FMS wg Cooka). Tę ostatnią metodę można określić jako sposób oceny poziomu integracji sensorycznej, który w zakładanej grupie wiekowej respondentów powinien osiągać apogeum stanowiące wypadkową prawidłowego rozwoju i doświadczeń ruchowych. Według autora narzędzia – wynik testu jest także miarą osiągniętej odporności na przeciążenia głównie układu nerwowo-kostno-mięśniowego. Należy pamiętać, że wynik FMS nie informuje jednak o osiągniętym poziomie wydolności krążeniowo-oddechowej, która jest uznanym wskaźnikiem zdrowia pozytywnego u osób dorosłych. Taką informację można zdaniem niektórych autorów pośrednio uzyskać na podstawie jednostkowego wyznaczenia BMI a ten został w pracy wyznaczony. Wskaźnik ten może więc dostarczać informacji o bilansie energetycznym każdego z uczestników badania. Sądzę więc, że Doktorantka prawidłowo przygotowała swój warsztat badawczy, za pomocą którego uzyska materiał wystarczający dla weryfikacji

hipotez i rozwiązań problemów. Ważnym fragmentem tej części pracy jest opis organizacji badania (str.94-96), przekonujący o tym, że Doktorantka zna wszelkie procedury obowiązujące w badaniach naukowych zwłaszcza wobec osób nieletnich i dopełniła ich wzorowo w toku swoich badań.

Najważniejszą i najobszerniejszą częścią pracy jest zestawienie wyników badań. To zawartość stron 98-303. Prezentację wyników badań rozpoczyna charakterystyka społeczno-demograficzna 265 badanych uczniów ósmych klas poprawnie wylosowanych klas ze szkół małopolskich. W świetle zakresu planowanych badań oceniam, że liczebność badanej grupy jest wystarczająca i może stanowić reprezentację dla badanego środowiska.

Dalej – rozdziałach III-V Autorka kolejno prezentuje dane ilościowe dotyczące m.in. zachowań zdrowotnych a następnie według wyselekcjonowanych charakterystyk dzieli uczniów na grupy i dokonuje statystycznych analiz jakościowych ich aktywności oraz sprawności fizycznej, rozwiązując w ten sposób założone problemy badawcze. Lektura tej części pracy upoważnia mnie do wystawienia najwyższej oceny umiejętności Doktorantki w doborze, prezentacji oraz interpretacji rezultatów własnych badań. Wyróżnia je nie tylko skupienie się na problemie aktywności i sprawności fizycznej respondentów ale także bardzo precyzyjna charakterystyka środowiska społecznego i wychowawczego uczestników badania w taki sposób, by można było zdefiniować wszelkie możliwe czynniki warunkujące także inne zachowania zdrowotne uczniów. To ważne informacje, które pozwolą uzasadniać wybory dokonywane przez uczestników badania ale też planować działania naprawcze tam, gdzie jest to konieczne.

Zastosowane metody statystyczne są właściwe i dowodzą istotności korelacji wybranych zmiennych w procesie weryfikacji przyjętych hipotez. Doktorantka przeprowadziła bardzo dobrą selekcję ogromnej ilości zgromadzonych danych, które zakwalifikowała do obliczeń statystycznych. Blisko 200 tabel zawierających zestawienia wybranych zmiennych opracowanych zostało starannie i systemowo co sprawia, że czytelnik tekstu z łatwością śledzi postępy analiz naukowych w głównej osi badań ale także w szerokiej perspektywie środowiskowej badanych uczniów.

Do rozdziałów prezentujących wyniki Doktorantka dołączyła dyskusję, jako swoisty rodzaj ich podsumowania. To obszerna część tekstu (strony:304-323), która moim zdaniem mogła by być odrębnym, samodzielnym rozdziałem w strukturze pracy. W tym fragmencie

pracy Pani Magister raz jeszcze powraca do prezentowanych wcześniej danych, wskazując i dyskutując ujawnione zjawiska oraz zależności istotne dla założonych celów pracy. Dyskusja wyników w ocenianej rozprawie ma charakter dojrzały. Świadczy o wysokiej erudycji Autorki tekstu, która ocenia wyniki swoich badań poddając je krytycznej ocenie wobec licznie przywoływanych źródeł bibliograficznych.

Kolejna obszerna część pracy podobnie jak „*Dyskusja wyników*”, także przyporządkowana została do rozdziału szóstego wyników pt. „*Analizy statystyczne dotyczące występowania asymetrii ruchu/ciała badanej młodzieży*”. Uważam, że ten fragment „*Zakończenie i wnioski*” również powinien stanowić samodzielny rozdział, ponieważ jego treści odnoszą się do całości prezentowanych wyników i wysnuwanych z nich wniosków oraz weryfikacji hipotez przyjętych na wstępie. To moja jedyna uwaga – odnosząca się do tej części pracy jedynie w kontekście umieszczenia jej w strukturze tekstu. Natomiast wartość merytoryczna podrozdziału, jakość i konsekwencja wnioskowania na podstawie wyników badań własnych oraz styl podsumowania budzą moje najwyższe uznanie. W ten sposób Doktorantka przekonuje, że celująco potrafi przeprowadzić i sfinalizować swój projekt badawczy, projektując zarazem działania i zadania, które pomogły by edukować i wychowywać respondentów do pożądanego stylu życia.

Spis piśmiennictwa dedykowanego tematowi i treści pracy jest imponujący. Zawiera ponad 730 pozycji – w zdecydowanej większości polskojęzycznych, co jest w pełni uzasadnione obszarem badań i dobraną grupą badawczą. Doktorantka sięgnęła do źródeł aktualnych, co ważne w kontekście analiz porównawczych dla badanych zachowań i przekonań pro-zdrowotnych ocenianej młodzieży. Pracowicie dokonany wybór tekstów źródłowych dla tematu pracy można uznać za kompletne studium aktualnej wiedzy o zachowaniach zdrowotnych młodych ludzi w Polsce. Jeśli jednak z obowiązku recenzenta miałabym wskazać w tym wyborze jakiś brak, to były by nim prace klasyków teorii wychowania fizycznego (Macieja Demela, Romana Trześniowskiego) którzy już blisko dwa pokolenia temu wskazywali na istotnie zaniedbania w aktywności fizycznej dzieci i młodzieży, przestrzegali przed ich skutkami zdrowotnymi i proponowali rozwiązania w pedagogice zdrowia, mające ten stan zmienić. Mimo tego jednak – co wykazały badania Doktorantki – stan rzeczy jedynie się pogorszył. Taka dyskusję z klasykami problemu powinna moim zdaniem Pani Magister Alicja Plewa przeprowadzić w oddzielnej publikacji,

ponieważ uzyskane wyniki Jej badań oraz rzadko spotykana erudycja w omawianym problemie w pełni ją do tego upoważniają. Taka praca stanowiłaby także interesujący wkład w nauki o kulturze fizycznej.

Podsumowując moją recenzję oceniam, że rozprawa doktorska Pani Magister Alicji Plewy stanowi kompletne, starannie opracowane i wzorowo przeprowadzone badanie naukowe. Autorka dowodzi w nim swojego bardzo dobrego warsztatu naukowego zarówno na etapie studiów literatury przedmiotu badań, konstrukcji projektu badawczego jego przeprowadzenia i analizy zgromadzonych danych. Ważne, że potrafi także zaplanować praktyczne implikacje swoich dociekań. Warte uznania i wyróżnienia są też forma redakcyjna i język pracy.

Takie cechy rozprawy pt. „*Aktywność fizyczna w strukturze zachowań zdrowotnych młodzieży gimnazjalnej*” sprawiają, że spełnia ona wszelkie wymogi stawiane pracom doktorskim, określone w art.13, ust.1 ustawy o stopniach i tytule naukowym. Dlatego z wielką przyjemnością i satysfakcją przedkładam Władzom Instytutu Pedagogiki i Wysokiej Komisji Doktorskiej wnioski o dopuszczenie Pani Magister Alicji Plewy do kolejnego etapu w przewodzie doktorskim.



