



Warszawa, dn. 04 października 2024 r.

dr hab. Monika Łopuszańska-Dawid, prof. ucz.

Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie
Wydział Wychowania Fizycznego, Katedra Biologii Człowieka
ORCID: 0000-0002-3533-5754; e-mail: monika.lopuszanska(at)awf.edu.pl

RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

pt.: OCENA SKUTECZNOŚCI PROGRAMU KSZTAŁTOWANIA UMIEJĘTNOŚCI ŻYCIOWYCH UCZENNIC W WIEKU 12 - 14 LAT NA LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Autorka rozprawy: mgr Nela Klimas
Promotorka: dr hab. Ida Laudańska-Krzemińska, prof. AWF

Niniejsza recenzja została przygotowana przeze mnie zgodnie z:

- Uchwałą Rady Naukowej numer 467/VI/24 z dnia 04.06.2024 r. Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu powołującą mnie na recenzentkę rozprawy doktorskiej w postępowaniu o nadanie stopnia doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej mgr Neli Klimas,
- oraz w oparciu o Ustawę z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. z 2003 r Nr 65, poz. 595).

Zasadność podjętego tematu

Kondycja psychofizyczna i umiejętności życiowe dzieci i młodzieży, z Polski jak i innych krajów, stanowią coraz częstszy obszar zainteresowań i eksploracji naukowych specjalistów wielu dziedzin i dyscyplin. Gwałtownie zmieniające się warunki życia XXI w., galopujący postęp technologiczny i towarzyszące im cyberzagrożenia, wysoki poziom stresu psychospołecznego (np. w efekcie pandemii wirusa SARS-CoV-2, zagrożeń militarnych czy wyzwań migracyjnych), zmiany klimatyczne i towarzyszące im gwałtowne zjawiska pogodowe (np. powodzie) stanowią skrajnie niestabilne środowisko życia współczesnych populacji ludzkich. Dzieci i młodzież w okresie adolescencji są szczególnie wrażliwe na gwałtownie zmieniające się środowisko zewnętrzne a ich rozwój psychobiologiczny w tym progresywnym okresie ontogenezy wyjątkowo ekosensytywny. Jednym ze stabilniejszych środowisk funkcjonowania młodzieży wciąż pozostaje przestrzeń szkolna, w której w ramach obowiązkowych zajęć

wychowania fizycznego przekazywane są treści dotyczące umiejętności życiowych (zapisane w podstawie programowej *wychowania fizycznego* treści szeroko pojętej *edukacji zdrowotnej*).

W związku z notowanymi licznymi deficytami w umiejętnościach życiowych populacji pediatrycznej mgr Nela Klimas podjęła się pionierskiej próby przeprowadzenia eksperymentu pedagogicznego, którego celem było zbadanie efektywności interwencji ukierunkowanej na rozwijanie umiejętności życiowych w kontekście WF u dziewcząt w wieku 12 - 14 lat, w obliczu niezadowolenia z obrazu ciała i dynamicznych zmian psychofizycznych charakterystycznych dla okresu dojrzewania. Zaplanowane badania miały umożliwić ocenę wpływu długoterminowego, ustrukturyzowanego programu / interwencji przeprowadzonej w ramach obowiązkowych zajęć WF na poziom trzech umiejętności życiowych - ustalania celów, budowania pozytywnego obrazu ciała oraz radzenia sobie z emocjami z uwzględnieniem związku z wybranymi zmiennymi somatycznymi (antropometrycznymi i sprawności fizycznej). Prezentowany w dysertacji eksperyment pedagogiczny został oparty na autorskim programie zajęć stworzonym i przeprowadzonym przez Panią mgr Nelę Klimas. Wybór grupy dziewcząt w wieku 12 – 14 lat, znajdujących się w okresie dojrzewania, jako grupy badawczej jest w pełni uzasadniony. Decydują o tym przede wszystkim ich wysoka wrażliwość na czynniki zewnętrzne, wysoka plastyczność i podatność na modyfikację podejścia czy zachowań, a także wskazane w literaturze naukowej obszary kompetencji, które wymagają pilnych interwencji. Jak wskazują wyniki badań stanu odżywienia polskich uczniów przeprowadzone w ramach ogólnokrajowego projektu WF z AWF około 5% dziewcząt w fazie pubertalnej ma niedowagę (BMI poniżej 5 centyla dla wieku), co może być efektem negatywnego obrazu własnego ciała a skutkować poważnymi długoterminowymi wieloaspektowymi konsekwencjami. Autorka dysertacji w słowie wprowadzającym we *Wstępie* słusznie argumentuje, iż za wyborem takiej problematyki badawczej przemawia znacząca rola umiejętności życiowych w obszarze zdrowia psychospołecznego oraz możliwości kształtowania tych umiejętności w środowisku szkolnym, w ramach wychowania fizycznego.

Oceniana praca prezentuje program kształtowania umiejętności życiowych jako przykład praktycznej realizacji edukacji zdrowotnej w ramach *wychowania fizycznego*. Wyniki wskazały, że zaproponowana interwencja jest wysoce obiecującym rozwiązaniem do wykorzystania w programach szkolnych i może pozytywnie wpływać na poziom analizowanych umiejętności życiowych, także w sytuacji intensywnych zmian psychobiologicznych fazy pubertalnej. Długoterminowa i ustrukturyzowana interwencja skoncentrowana na konkretnych kompetencjach oraz z wykorzystaniem metod aktywnego nauczania i uczenia się przeprowadzona w ramach lekcji WF, może znacząco kształtować umiejętności życiowe dzieci i młodzieży. W świetle planowanego wprowadzenia od 1.09.2025 r. nowego obowiązkowego przedmiotu *Edukacja zdrowotna* do szkół podstawowych i ponadpodstawowych znaczenie uzyskanych wyników wydaje się być jeszcze bardziej obiecujące i wymagające wdrożenia. Przekazana mi do recenzji praca doktorska Pani mgr Neli Klimas wpisuje się w nurt badań z zakresu nauk o kulturze fizycznej.

Ogólna ocena pracy doktorskiej

Praca przedstawiona do recenzji obejmuje 90 stron maszynopisu, na których przedstawiono treści ujęte w pięć numerowanych rozdziałów merytorycznych: 1. *Podstawy teoretyczne badań*, 2. *Metodologiczne podstawy badań własnych*, 3. *Wyniki badań własnych*, 4. *Dyskusja*, 5. *Wnioski*. Rozprawę uzupełniają załączone na początku pracy *Wykaz skrótów* i *Wstęp*, oraz *Piśmiennictwo*, *Streszczenie*, *Summary* i *Aneks* na końcu pracy. Układ pracy można uznać za prawidłowy i powszechnie przyjęty, choć do rozważenia pozostawiam stosowanie klasycznego dla dziedziny nauk medycznych i nauk o zdrowiu układu treści merytorycznych, gdzie dysertacja rozpoczyna się od teoretycznego rozdziału *Wstęp* zawierającego podstawy teoretyczne badań i przegląd literatury przedmiotu ze wskazaniem merytorycznych luk badawczych.

W rozdziale wprowadzającym ***Wstęp*** Doktorantka precyzyjnie przedstawia pojęcia dotyczące umiejętności życiowych, nazywanych alternatywnie umiejętnościami psychospołecznymi lub kompetencjami psychospołecznymi oraz określiła słusznie przyjęte kategoryzacje.

W rozdziale ***1. Podstawy teoretyczne badań*** (11 stron maszynopisu) Doktorantka wprowadziła pojęcia i opisała uwarunkowania edukacji ukierunkowanej na rozwijanie umiejętności życiowych jako wykorzystywane w realizacji założeń i dążeń edukacji zdrowotnej. W dalszych sekcjach wyjaśniła związki rozwijania umiejętności życiowych z etapem w rozwoju ontogenetycznym, tutaj okresem adolescencji, oraz odniosła kwestie umiejętności życiowych do środowiska szkolnego a szczególnie wychowania fizycznego (WF). Mocnym atutem rozdziału jest wyraźne osadzenie projektu doktorskiego mgr Neli Klimas w realnej przestrzeni prawnej Polski (zapisy podstawy programowej), przestrzeni czasowej (odniesienia do lat 2024 i 2025) oraz przestrzeni szkolnej (dot. obligatoryjnych zajęć WF oraz fakultatywnych zajęć pozalekcyjnych). Rozdział ten stanowi dobrze przygotowane przez Autorkę teoretyczne wprowadzenie do zagadnień omawianych w dalszej części dysertacji, świadczy o dużej i głębokiej wiedzy teoretycznej ale i praktycznej Doktorantki oraz jej szerokich zainteresowaniach naukowych.

Rozdział ***2. Metodologiczne podstawy badań własnych*** z wydzielonymi sekcjami przedstawiającymi cel pracy, hipotezy badawcze, materiał badania, metody, łącznie z opisem programu kształtowania umiejętności życiowych, został opracowany precyzyjnie i niemal wzorcowo.

Jako cel główny badań Doktorantka postawiła ocenę efektywności autorskiego programu kształtującego umiejętności życiowe podczas zajęć wychowania fizycznego u uczennic w wieku 12 - 14 lat, z uwzględnieniem związku z wybranymi zmiennymi antropometrycznymi i sprawności fizycznej. Dodatkowo sformułowano merytorycznie poprawne i interesujące trzy pytania badawcze, wszystkie rozpoczynające się od pytań „czy”. Sugerowałabym dodanie na końcu wszystkich pytań: „a jeśli tak, to w jakim stopniu / w jakim kierunku?” W mojej ocenie formułowanie pytań z pytańnikiem „czy” sugeruje jedynie

krótką odpowiedź *tak* lub *nie*. W dysertacji postawiono pięć hipotez badawczych, z których czwartą uważam za zbędną, gdyż nie dotyczy nowych aspektów nie zbadanych zjawisk, jak to jest w przypadku pozostałych czterech hipotez (H1, H2, H3, H5).

W podrozdziale 2.2. **Material i metody badań**, mgr Nela Klimas wnikliwie, precyzyjnie i wzorcowo, na dziewięciu stronach maszynopisu, przedstawiła całokształt struktury czasowej i rzeczowej autorskiego eksperymentu pedagogicznego, w tym np.: podstawową charakterystykę badanej grupy dziewcząt, grupy eksperymentalnej i kontrolnej, kryteria wyłączenia i włączenia do badań, zmienne zależne i determinowane, zastosowane kwestionariusze do oceny umiejętności życiowych, metodologię wykonania pomiarów somatycznych, antropometrycznych, składu ciała, sprawności fizycznej. W badaniach zastosowano metodę eksperymentu pedagogicznego prowadzonego techniką grup równoległych. Za wysoce wartościowe uznaję sekcje *Organizacja badań*, *Analiza czynników zakłócających realizację programu* oraz *Program kształtowania umiejętności życiowych* świadczące o dużym doświadczeniu Doktorantki w planowaniu i organizacji badań. Opis zastosowanych metod statystycznych, dobranych prawidłowo, mógłby zostać uzupełniony o stosowną literaturę naukową. Projekt badań uzyskał pozytywną opinię Komisji Bioetycznej przy Uniwersytecie Medycznym im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu (Nr 540/16). Od strony metodologicznej projekt został zaplanowany prawidłowo, a zawarty w dysertacji szczegółowy pełny opis daje gwarancję możliwości powtórzenia eksperymentu i jego walidacji przez innych badaczy.

Pytania do rozdziału metodologicznego:

Pytanie 1: *Czy fakt, iż grupa kontrolna (2 klasy) i eksperymentalna (4 klasy) pochodziły z różnych szkół mógł wpłynąć na uzyskane wyniki, a jeśli tak, w jakim stopniu / kierunku (np. czy były różnice społeczne między szkołami – „bogatsze” vs „biedniejsze” dzielnice, lub inne różnice)?*

Pytanie 2: *Jakie są przeciwwskazania do wykonania analizy składu ciała przy użyciu urządzenia typu analizator Akern BIA 101 Anniversary Sport Edition lub inne analizatory składu ciała (u dzieci)?*

W rozdziale zasadniczym, **3. Wyniki badań własnych** na 19 stronach maszynopisu w ośmiu podrozdziałach Doktorantka w logicznym i należyтым porządku przedstawiła uzyskane rezultaty. Poczynając od charakterystyki badanych dziewcząt, poprzez wyniki dotyczące umiejętności ustalania celów, budowania pozytywnego obrazu ciała, radzenia sobie z emocjami, poprzez opis zmian somatycznych w rozwoju ontogenetycznym badanych i związku niezadowolenia z obrazu własnego ciała z tymi zmiennymi, aż po analizę korelacji pomiędzy stylami afektywnymi, zmiennymi somatycznymi i niezadowoleniem z obrazu ciała i finalnie analizę wyników testów sprawności fizycznej badanych. Wyniki w sposób przejrzysty i jasny zostały zaprezentowane w licznych zestawieniach tabelarycznych i na rycinach. Atutem rozdziału wynikowego jest konsekwentne prezentowanie przez Doktorantkę wielowymiarowych zależności zachodzących między interwencyjnym programem

umiejętności życiowych a kolejnymi zmiennymi zależnymi, poziomem umiejętności budowania pozytywnego obrazu własnego ciała, umiejętności ustalania celów czy radzenia sobie z emocjami przy kontroli zmiennych współtowarzyszących (czy też zakłócających) tj. zmienne somatyczne czy sprawność fizyczna. W dysertacji Pani mgr Nela Klimas wykazała m. in.:

- pozytywny efekt programu treningu umiejętności życiowych dla umiejętności ustalania celów w zakresie zmiennej *orientacja na unikanie*,
- stabilny poziom umiejętności budowania pozytywnego obrazu ciała,
- pozytywny efekt dla umiejętności radzenia sobie z emocjami w zakresie zmiennej *Dostosowywanie* oraz *Unikanie*,
- wyższe wartości wszystkich zmiennych somatycznych w grupie eksperymentalnej w porównaniu z grupą kontrolną,
- korelacje pomiędzy niezadowoleniem z obrazu ciała i niektórymi zmiennymi somatycznymi – były to zależności słabe lub umiarkowane.

W rozdziale **4. Dyskusja** Autorka na 15 stronach maszynopisu przedstawiła uzyskane przez siebie wyniki na tle dostępnej, dobrze dobranej, literatury przedmiotu. Doktorantka odniosła swoje rezultaty do postawionych hipotez badawczych wskazując na dowody za ich przyjęciem. Mgr Klimas podjęła udane próby interpretacji związków przyczynowo skutkowych poszukując mechanizmów, które mogłyby je wyjaśniać. Rozdział dyskusja obfituje w próby dogłębnych wyjaśnień zaobserwowanych związków, co dowodzi dużej docieklivości naukowej Doktorantki, godnej pochwały. *Dyskusja* wskazuje na bardzo dobre przygotowanie merytoryczne jak i praktyczne Autorki do prowadzonych przez nią badań. Wyraźnym atutem jest umiejętności krytycznej analizy dostępnej literatury naukowej oraz umiejętność określenia mocnych i słabych stron badań własnych.

Pytania do rozdziału Dyskusja (i wcześniejszych):

Pytanie 3: *Badane dziewczęta w wieku kalendarzowym 12 -14 lat mogą istotnie różnić się wiekiem biologicznym, np. kostnym, morfologicznym, czy zębowym, choć nie różnią stopniem zaawansowania w dojrzałości płciowej (wiek menarche). Czy wiek biologiczny może wpływać różnicująco na efektywność zastosowanej interwencji ukierunkowanej na rozwijanie umiejętności życiowych? Jeśli tak, proszę o rozwinięcie.*

Pytanie 4: *W jaki sposób czynniki rodzinne np. socjokulturowe, biologiczne (np.: wykształcenie rodziców, ich wiek i BMI, stopień urbanizacji miejsca zamieszkania, posiadanie rodzeństwa – starszego, młodszego, siostr, braci) mogą wpływać modyfikująco na umiejętności życiowe dzieci?*

Rozdział **5. Wnioski** zawiera w pięciu punktach syntetycznie sformułowane wnioski ściśle korespondujące z pięcioma hipotezami badawczymi. Moją wątpliwość budzi brak w tym rozdziale kilku zdań wniosków aplikacyjnych, mimo, iż wybrzmiały one w innych miejscach dysertacji, łącznie ze streszczeniem.

Autorka dysertacji w **Piśmiennictwie** wykazała zacytowanie 171 pozycji literatury, głównie anglojęzycznych, z uznanych czasopism naukowych, z ostatnich 20-tu lat. Dobór literatury potwierdza umiejętność świadomej krytycznej selekcji dostępnych źródeł naukowych pod względem kompatybilności z zakresem merytorycznym ocenianej dysertacji.

Całość dysertacji, poza tabelaryczną wizualizacją wyników, zasługuje na wyróżnienie za dbałość edytorską i graficzną, co potwierdza doskonałe opanowanie warsztatu przygotowywania naukowego manuskryptu do druku. Uwagi zdecydowanie mniej istotne oraz o charakterze edytorskim:

- drobne błędy edytorskie – brak justowania tekstu (np. str. 73); formatowania tabel do edycji w celu lepszej ich czytelności; w podanych wartościach liczbowych powinny być przecinki przed wartościami dziesiętnymi, nie kropki (np. str. 26, 38);
- uwaga stylistyczna – piszemy *kończyny dolne* nie *nogi* (str. 29).

Przedstawione przeze mnie bardzo drobne uwagi edytorskie nie umniejszają bardzo wysokiej wartości naukowej i praktycznej ocenianej rozprawy. Doktorantka mgr Nela Klimas zaprojektowała i przeprowadziła kompleksowy, wieloczynnikowy eksperyment pedagogiczny, uzyskała rzetelne wyniki adekwatne do postawionych celów i pytań badawczych, a analizę oparła na solidnym dobrym materiale i przeprowadziła przy użyciu właściwie dobranych narzędzi.

Podsumowując, rozprawa doktorska po pierwsze (1) przedstawia oryginalne rozwiązanie problemu naukowego i oryginalny wkład mgr Neli Klimas w dziedzinę nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinę nauki o kulturze fizycznej. Po drugie (2) Doktorantka wykazała zaawansowany poziom ogólnej wiedzy teoretycznej i opanowanie warsztatu naukowego, co świadczy, po trzecie (3) o gotowości Doktorantki do samodzielnego prowadzenia prac badawczych. W świetle spełnienia wszystkich trzech wymogów, stwierdzam, że przedstawiona do recenzji rozprawa doktorska spełnia warunki określone w Ustawie z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. z 2003 r. Nr 65, poz. 595). W związku z tym, wnioskuję o dopuszczenie mgr Neli Klimas do dalszych etapów przewodu doktorskiego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie.

Jako antropolog biologiczny i jednocześnie specjalista w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej bardzo wysoko oceniam projekt doktorski i rozprawę doktorską Pani mgr Neli Klimas i w związku z istotnym wkładem wniosków dysertacji do nauk o kulturze fizycznej składam wniosek o wyróżnienie rozprawy.



dr hab. Monika Łopuszańska-Dawid, prof. ucz.