

## Recenzja

**rozprawy doktorskiej mgr Katarzyny Jakubik-Bińczak nt: *Parametry wysiłkowe podczas trekkingu w górach wysokich a ryzyko ostrej choroby wysokogórskiej wśród uczestników projektu „Polskie Himalaje 2018”***

Planowanie i organizowanie wypraw wysokogórskich związane jest z braniem pod uwagę specyficznych warunków, które tam panują. Podczas przebywania w wysokich górach na organizm człowieka oddziałuje wiele różnych czynników mogących stanowić zagrożenie. Począwszy od zmiennych i nieprzewidywalnych warunków pogodowych, takich jak niska temperatura, niskie ciśnienie atmosferyczne, mała wilgotność powietrza, silne promieniowanie słoneczne i wiatr, poprzez wysokie szczyty, strome zbocza, duże odległości do przebycia, czyli niebezpieczeństwa wynikające z otoczenia przyrodniczego, aż po reakcje organizmu na panujące w wysokich górach warunki związane ze zmianami ciśnienia i mniejszą zawartością tlenu w jednostce powietrza. Należy także mieć na uwadze trudności wynikające z braku dostępu do zdobyczy cywilizacyjnych jak przykładowo ograniczenia w prawidłowym odżywianiu, niebezpieczeństwo urazu lub choroby, słaby dostęp do świeżej wody. Należy zwracać uwagę, że w przypadku wycieczek wysokogórskich lekkie niedotlenienie (hipoksja), spowodowane spadkiem ciśnienia i ilości tlenu w atmosferze jest zjawiskiem normalnym i przejściowym. Ludzki organizm reaguje na otoczenie i adoptuje się do okoliczności. Przy prawidłowej aklimatyzacji, rośnie stężenie hemoglobiny we krwi, a krew robi się gęstsza. Ostra choroba wysokościowa i wysokościowy obrzęk mózgu zagrażają przede wszystkim tym, którzy zbyt szybko przemieszczają się, pokonując duże wysokości. Choroby te w przypadku szybkiego rozpoznania i leczenia mogą być wyleczone nawet w ciągu kilku dni, jednak nierozpoznane mogą doprowadzić do śmierci.

Celem przedstawionej dysertacji jest szczegółowa analiza struktury aktywności fizycznej podczas uprawiania trekkingu górskiego w Parku Narodowym Sagarmatha w Himalajach Nepalu oraz porównanie reakcji organizmu człowieka w warunkach hipoksji

normo i hipobarycznej. Uzyskane wyniki miałyby przyczynić się do dokładniejszej oceny występowania ostrej choroby górskiej.

Recenzowana praca mieści się w granicach standardów typowej rozprawy naukowej, a jej struktura w zakresie określenia poszczególnych części jest prawidłowa. Licząca (wraz z załącznikami) 113 stron wydruku komputerowego dysertacja doktorska zawiera wstęp, przegląd tematycznego piśmiennictwa, rozdział metodologiczny, prezentację wyników badań, dyskusję oraz podsumowanie i wnioski. Warto dodać, że poza tekstem opracowania naukowego praca zawiera: 10 tabel, 31 rycin tematycznych i zestawiających wyniki badań, a także spis bibliograficzny 132 pozycje (głównie polskie i anglojęzyczne). Doktorantka zestawiała je w kolejności alfabetycznej. Wszystkie cytowane opracowania zostały dobrane do tematyki dysertacji w stopniu zadowalającym.

#### Szczegółowa ocena pracy.

Tytuł w pracach promocyjnych powinien być najkrótszym streszczeniem i oddawać wszystkie istotne elementy składowe opracowania. Recenzowana praca zatytułowana jest „*Parametry wysiłkowe podczas trekkingu w górach wysokich a ryzyko ostrej choroby wysokogórskiej wśród uczestników projektu „Polskie Himalaje 2018”*”. Takie zdanie w pełni oddaje treści, które można odnaleźć w dalszej części dzieła.

Wstęp właściwie wprowadza w problematykę rozprawy. Charakterystyka treści poruszanych w rozprawie, została przedstawiona krótko i konkretnie z wyartykułowaniem najważniejszych dla dalszych rozważań treści.

Rozdział pierwszy pracy ma charakter teoretyczny i stopniowo przybliża do głównego problemu badawczego. Autorka prezentuje w nim wybrane aspekty trekkingu jako rodzaju turystyki aktywnej, charakterystykę obszarów górskich oraz zagrożenia zdrowotne związane z przebywaniem na dużej wysokości takie jak: ostra choroba wysokogórska i hipoksja. Kompozycją i zawartością rozdziału Doktorantka wykazała umiejętność prezentacji piśmiennictwa we właściwym porządku.

Kolejny rozdział metodologia badań własnych jest wynikiem krytycznego przeglądu piśmiennictwa.

Przedstawiony na str. 20 cel pracy jest dostatecznie precyzyjny.

Uwagi recenzenta dotyczące pytań badawczych (str.20):



Pytanie pierwsze, jest napisane logicznie jednak, jako teoretyk sportu proponuje stosować właściwe nazewnictwo. Objętość i intensywność każdego sposobu treningu to składowe obciążenia treningowych. Pytania drugie i trzecie są precyzyjnie sformułowane.

Hipotezy formułuje się raczej na podstawie szczegółowego przeglądu piśmiennictwa i muszą brać pod uwagę wszelkie fakty, procesy i zjawiska związane z badaną kwestią. Powinny być ponadto propozycją odpowiedzi na pytania zawarte w problemach badawczych. Jestem zwolennikiem pisania hipotez ostrożnie, raczej w trybie przypuszczającym. Moim zdaniem cel oraz pytania badawcze w tej pracy mogłyby być wystarczające. Generalnie podrozdziały metodologiczne nie budzą większych zastrzeżeń.

W opracowaniu wyników badań uwzględniono procedury analizy statystycznej, pozwalające na weryfikację postawionych pytań i adekwatne do charakteru badanych parametrów.

W rozdziale trzecim Kandydatka przechodzi do opisu wyników badań własnych. Rozdział napisany został jasno, prawidłowym językiem, a dodatkowy podział na podrozdziały ułatwia czytelnikowi pracy odnalezienie właściwych danych w gąszczu prezentowanych wyników.

Warto zwrócić uwagę, że pomimo dużej ilości podjętych w dysertacji zagadnień, jej Autorka wykazała się umiejętnością utrzymania myśli przewodniej. Dzięki temu mogła zachować zarówno logiczny układ poszczególnych rozdziałów i podrozdziałów, jak i zgodność przedstawionego materiału z pytaniami, na które starała się odpowiedzieć analizując wyniki badań własnych.

Kolejną częścią recenzowanej pracy jest przeprowadzona poprawnie i rzeczowo, zawarta na dziesięciu stronach, rozdziału czwartego - dyskusja. Stanowi ona próbę generalizacji i uzasadnienia efektów dociekań badawczych. Prezentuje wyniki badań własnych na tle wyników innych opracowań nawiązujących do przedstawionych zagadnień. Autorka potwierdziła umiejętność przeprowadzenia syntezy i interpretacji uzyskanych wyników, dała dowód odczytania i znajomości piśmiennictwa, a w szczególności po raz kolejny wykazała dużą wiedzę praktyczną. Doktorantka odniosła się w dyskusji do większości otrzymanych rezultatów badań, kompleksowo ujmując badane zagadnienia.

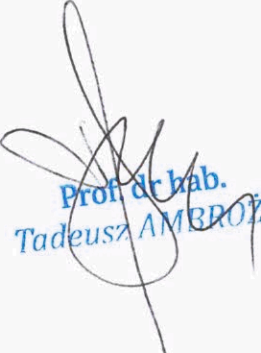
Zaprezentowane na zakończenie dysertacji wnioski wynikają z pracy i mają charakter opisowy. Pragnę podkreślić, że odpowiadają one na zadane pytania badawcze

kompleksowo. Doktorantka ograniczyła się jednak do powtórzenia wyników badań. W tym miejscu winno się raczej starać zaprezentować, co z danych, które uzyskano w badaniach wynika, jaka jest ich praktyczna wartość, jak to co zbadano można wykorzystać. Ostatnie zdanie rekompensuje częściowo to niedociągnięcie. Można też było podzielić wnioski na teoretyczne, poznawcze i aplikacyjne.

Piśmiennictwo obejmuje zestaw pozycji zwartych oraz artykułów naukowych. Można wśród nich odnaleźć sporo literatury nowej, z ostatnich lat.

### **Konkluzja końcowa**

Przechodząc do konkluzji chcę jeszcze raz nadmienić, że wskazałem w recenzji, tylko subiektywne wątpliwości. Jednocześnie podkreślam ogrom pracy Doktorantki oraz niezaprzeczalne walory dysertacji, jest ona niewątpliwie pewną nowością naukową oraz dopełnieniem wiedzy w omawianym zakresie. Biorąc pod uwagę wszystkie aspekty recenzowanej dysertacji stwierdzam, że została ona przygotowana właściwie zarówno w przyjętym zakresie tematycznym jak i w ramach określonych założeń metodologicznych oraz odpowiada wymaganiom określonym w art. 187 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 20 lipca 2018 roku Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. 2022 poz. 574). ***Wnoszę zatem do Rady Naukowej, Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach o dopuszczenie Pani mgr Katarzyny Jakubik-Bińczak do dalszych etapów przewodu doktorskiego oraz wnioskuje o wyróżnienie pracy.***

  
Prof. dr hab.  
Tadeusz AMBROŻY