

# **Biuletyn Informacji Publicznej Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**

Adres artykułu: <https://bip.awf.katowice.pl/arttykul/117-11231-sylwetka-kandydata>

## **Sylwetka kandydata**

Sylwetka kandydata prof. dr hab. Jana Chmury (na podstawie Laudacji prof.dr hab. Adama Zajęca)

### **Laudacja**

Przypadł mi zaszczyt wygłoszenia laudacji z okazji nadania godności doktora honoris causa wybitnemu uczonemu, sportowcowi i człowiekowi. Jan Chmura, profesor doktor habilitowany, nauczyciel akademicki, uznany specjalista z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego i teorii sportu, trener I klasy piłki nożnej, maratończyk. Urodzony w 1949 r. w Dąbrowie Tarnowskiej. Absolwent Liceum Ogólnokształcącego w Strzegomiu i Studium Nauczycielskiego w Jeleniej Górze – kierunek wychowanie fizyczne z biologią. Studia wyższe ukończył w 1976 r., w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu na kierunku nauczycielskim. Doktoryzował się w 1986 r. na podstawie rozprawy pt.: „Sprawność psychomotoryczna u dziewcząt o zróżnicowanej wydolności fizycznej w stanach przed, w czasie i po wysiłku”. W 1995 r. uzyskał stopień naukowy doktora habilitowanego na podstawie dorobku naukowego oraz pracy pt.: Dynamika zmian reakcji fizjologicznych i sprawności psychomotorycznej pod wpływem wysiłków fizycznych. Tytuł profesora nauk o kulturze fizycznej otrzymał w 2001 roku.

W latach 1996–1999 piastował stanowisko Dziekana Wydziału Wychowania Fizycznego w Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach. W okresie od 2000 do 2002 r. był członkiem Sekcji Wychowania Fizycznego Rady Głównej Szkolnictwa Wyższego w Warszawie, a w latach 2002–2008 Przewodniczącym Zespołu Kierunków Studiów Wychowania Fizycznego i członkiem Prezydium Państwowej Komisji Akredytacyjnej w Warszawie. W latach 2008–2012 pełnił funkcję Dziekana na Wydziale Wychowania Fizycznego w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Jest także Ekspertem Polskiej Komisji Akredytacyjnej w Warszawie. Od 1991 r. był członkiem Rady Naukowej „TW Sport+Medizin” w Karlsruhe (Niemcy), od 2004 r. należał do Komitetu Naukowego „Physical Education and Sport”, a od 2009 był członkiem

Komitetu Redakcyjnego czasopisma „Antropomotoryka”. Od 2008 roku zasiada w Komitecie Redakcyjnym „Journal of Kinesiology and Exercise Sciences”. Od wielu lat jest członkiem Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej i Polskiego Towarzystwa Fizjologicznego.

Przeszedł wszystkie szczeble kariery zawodowej w szkolnictwie, zaczynając od nauczyciela wychowania fizycznego w szkole podstawowej, poprzez szkołę średnią w Jeleniej Górze, specjalistę ds. fizjologii AWF we Wrocławiu, w Punkcie Konsultacyjnym w Jeleniej Górze, kończąc na stanowisku profesora zwyczajnego w AWF w Katowicach, a następnie w AWF we Wrocławiu. W latach 1975-1981 pracował w Katedrze Fizjologii i Biochemii w AWF we Wrocławiu, Punkt Konsultacyjny w Jeleniej Górze. Od 1983 do 1999 r. pracował w Wojewódzkiej Przychodni Sportowo-Lekarskiej w Jeleniej Górze, w Instytucie Kształcenia Nauczycieli w Warszawie, oddział w Jeleniej Górze, w Radzie Związków Sportowych w Jeleniej Górze oraz w Dolnośląskim Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli w Jeleniej Górze pełniąc funkcje kierownicze w kolejności: w Pracowni Fizjologii Wysiłku Fizycznego, Pracowni Kultury Fizycznej, Pracowni Fizjologii Sportu oraz w Pracowni Wychowania Fizycznego i Zdrowotnego. W 1993 roku rozpoczął pracę w Katedrze Nauk Fizjologiczno-Medycznych w Zakładzie Fizjologii Człowieka AWF w Katowicach. W 2002 roku ponownie wraca do AWF we Wrocławiu, w której pracuje do dnia dzisiejszego. Utworzył Katedrę Motoryczności Sportowca. Aktualnie pracuje w Zakładzie Motoryczności Człowieka.

### Działalność Naukowa

W 50-letniej działalności naukowej jest autorem i współautorem ponad 300 prac naukowych i popularnonaukowych z fizjologii wysiłku fizycznego, psychofizjologii i teorii sportu oraz 10 pozycji książkowych, w tym 5 jako jedyny autor i 5 pod redakcją. Do pierwszych można zaliczyć: Wytrzymałość szybkościową i sprawność psychomotoryczną piłkarzy nożnych (1990), Fizjologię wysiłku fizycznego (1995) oraz przełomowe pozycje wydawnicze Dynamika zmian reakcji fizjologicznych i sprawności psychomotorycznej podczas wysiłków fizycznych o różnej charakterystyce (1994), Szybkość w piłce nożnej (2001) i Rozgrzewka – podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne, ta ostatnia opublikowana w 2014 roku przez prestiżowe wydawnictwo PZWL w Warszawie. Wśród pozycji książkowych wydanych pod redakcją można wymienić: Medyczne aspekty sportu (1990), Dyspozycje osobnicze do gier sportowych (2003), Dyspozycje osobnicze a sprawność działania podczas gry (2006), Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych (2013), Współczesny system szkolenia w zespołowych grach sportowych (2016). Dwie ostatnie pozycje opublikowano przy ścisłej współpracy z prof. dr. hab. Adamem Zającem z AWF w Katowicach. Aktualnie pracuje nad pozycją wydawniczą pt.: Jak pokonać maraton po pięćdziesiątym roku życia.

Od 1983 roku współpracuje z Instytutem Medycyny Doświadczalnej i Klinicznej Polskiej Akademii Nauk w Warszawie, w Zakładzie Fizjologii Stosowanej, kierowanym na początku przez prof. dr. hab. med. Stanisława Kozłowskiego, a następnie przez prof. dr. hab. Hannę Kociubę-Uściłko i prof. dr. hab. med. Krystynę Nazar. Efektem tej współpracy było opublikowanie wielu artykułów w prestiżowych czasopismach na świecie. Aktywnie współpracuje z wieloma innymi ośrodkami, w tym z Uniwersytetem Medycznym we Wrocławiu z kardiologiem prof. dr. hab. med. Piotrem Ponikowskim, a także z AWF w Poznaniu, w Katowicach, a także z AWF w Warszawie Filia w Białej Podlaskiej. Nawiązał również współpracę międzynarodową z Uniwersytetem Mainz z prof. dr med. Hansem Ulmerem i w Coimbrze (Portugalia) z prof. dr. Antonio Figueiredo oraz z Klubem Sportowym Bundesligi Hannover 96 z trenerem Edwardem Kowalcukiem oraz Klubem Bayer 04 Leverkusen. W ramach współpracy z prof. dr. hab. med. Piotrem Ponikowskim aktualnie realizuje projekt naukowy pod tytułem Wpływ nawadniania podczas maratonu na sztywność mięśniową kończyn dolnych oraz regulację autonomiczną czynności układu krążenia i oddechowego u biegaczy powyżej 50-tego roku życia.

W latach 1981-1991 odbył pięć zagranicznych staży naukowych, w tym na Uniwersytecie w Mainz (Niemcy) w Instytucie Sportu: Katedra Fizjologii Sportu (prof. dr hab. med. H. V. Ulmer) - dwukrotnie, Katedra Medycyny Sportu (prof. dr med. K. Jung) oraz w Instytucie Psychologii: Katedra Psychologii (prof. dr W.D. Fröhlich), a także w 2000 roku na Uniwersytecie Palackiego w Olomoucu (Czechy) na Wydziale Kultury Fizycznej u doc. MU dr. P. Stejskala.

W 1990 roku stypendysta w Instytucie Medycyny Doświadczalnej i Klinicznej PAN w Warszawie. Był wykonawcą jak i kierownikiem wielu grantów naukowych, między innymi: Wpływ diety ketogennej na zmiany fizjologiczne, metaboliczne i psychomotoryczne podczas wysiłku o narastającej intensywności; Fizjologiczne, metaboliczne i psychomotoryczne uwarunkowania optymalnej wydolności fizycznej w piłce nożnej; Wpływ diety niskowęglowodanowej na fizjologiczne reakcje podczas wysiłku u ludzi; Wpływ treningu plajometrycznego na sztywność i elastyczność mięśni oraz poziom kinazy kreatynowej u siatkarzy. Aktualnie realizuje grant pod tytułem Wpływ wysiłków o różnej intensywności na próg psychomotoryczny zmęczenia oraz skuteczność działań młodych piłkarzy nożnych przy współpracy z Akademią Wychowania Fizycznego w Katowicach. Brał czynny udział w licznych konferencjach krajowych i kongresach międzynarodowych w różnych ośrodkach naukowych na świecie, między innymi w Porto, Köln, Mainz, Kopenhadze, Oberhaching, Nottingham, Parmie, Aberdeen, Seulu i Bochum.

Obszar zainteresowań naukowo-badawczych obejmuje następujące zagadnienia:

zmęczenie ośrodkowe i obwodowe podczas wysiłków fizycznych o różnej charakterystyce, przełamywanie bariery zmęczenia w mózgu podczas wysiłku startowego u biegaczy długodystansowych i maratończyków, dynamika zmian sprawności psychomotorycznej na tle reakcji fizjologiczno-biochemicznych w czasie wysiłków o różnej intensywności, zmiany gospodarki wodno-elektrolitowej i wspomagania energetycznego podczas wysiłków długotrwałych w ekstremalnych warunkach klimatycznych, profil aktywności fizycznej i działań w grze podczas wysiłku meczowego u elitarnych piłkarzy nożnych i siatkarzy w odniesieniu do aktualnego wyniku zmieniającego się w trakcie gry i końcowego wyniku meczu, wpływ warunków klimatycznych, żywieniowych i środków ergogennych na szybkość i trafność reagowania w czasie wysiłków fizycznych, ocena zmian psychomotorycznych i hormonalnych podczas wysiłków progresywnych, podprogowych, progowych i nadprogowych, a także po zakończeniu wysiłków wytrzymałościowych, szybkościowych i wytrzymałościowo-szybkościowych, w warunkach laboratoryjnych i treningowych.

Wyniki projektów badawczych opublikował w wielu prestiżowych czasopismach ze wskaźnikiem Impact Factor z dziedziny fizjologii wysiłku, psychofizjologii i medycyny sportowej, między innymi: „Biology of Sport”, „Journal of Human Kinetics”, „International Journal of Sport Medicine”, „European Journal of Applied Physiology”, „European Journal of Preventive Cardiology”, „Journal of Physiological Sciences”, „Journal of Physiology and Pharmacology”, „Journal of Strength and Conditioning Research”, „International Journal of Environmental Research and Public Health”, „International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism”, „Applied Physiology Nutrition and Metabolism”, „International Journal of Biometeorology”, „International Journal of Sports Science & Coaching”, „Undersea and Hyperbaric Medicine”, „Journal of Sports Medicine and Physical Fitness”, „Perceptual and Motor Skills”, „International Journal of Performance Analysis in Sport”.

Wiele prac opublikował w uznanych czasopismach polskich, niemieckich i austriackich między innymi: „Baltic Journal of Health and Physical Activity”, „Central European Journal of Sport Sciences and Medicine”, „Polish Journal of Sport and Tourism”, „Trends in Sport Sciences, Human Movement”, „Medicina Sportiva”, „Antropomotoryka”, „Medycyna Sportowa”, „Sport Wyczynowy”, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, „Leistungssport, Österreichisches Journal für Sportmedizin”, „TW Sport+Medizin”.

W czasie pełnienia funkcji dziekana w Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach, Uczelnia uzyskała uprawnienia do nadawania stopnia naukowego doktora habilitowanego.

Dotychczasowy efekt działalności naukowej (na 24.08.2021 r.) to 2615,8 pkt. MNiSW. Łączny Impact Factor 105.533, liczba cytowań według bazy Web of Science na dzień to 870, a Indeks Hirscha 16. Po raz pierwszy w historii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu na Wydziale Sportu, w ciągu jednego roku zdobył Impact Factor 26.869. Najczęściej cytowaną publikacją jest „Choice reaction time during graded exercise in relation to blood lactate and plasma catecholamine thresholds” („International Journal of Sports Medicine” 1994; vol. 15; nr 4; s. 172-176) – 188 cytowań. Publikacja ta weszła na stałe do światowej literatury z fizjologii wysiłku fizycznego. Po raz pierwszy w Polsce wszechstronnie zbadał i opisał zależności pomiędzy zmianami fizjologicznymi, biochemicznymi i hormonalnymi a parametrami psychomotorycznymi podczas wysiłków o różnej charakterystyce, a szczególnie wysiłków podprogowych, progowych i nadprogowych, wytrzymałościowych, szybkościowych i wytrzymałościowo-szybkościowych. Wprowadził do teorii fizjologii wysiłku fizycznego nowe pojęcie naukowe „próg psychomotoryczny zmęczenia”, które aktualnie jest wdrażane do praktyki sportowej. W 1984 roku opublikował swoją pierwszą pracę naukową za granicą pt.: Reaktionszeit bei unterschiedlicher maximaler O<sub>2</sub>-Aufnahme vor, während und nach Fahrradergometerbelastung bis zur „vita maxima” w prestiżowym czasopiśmie „Leistungssport” wydawanym w Republice Federalnej Niemiec.

#### Działalność sportowo-naukowa

Pracę szkoleniową z młodzieżą rozpoczął w latach 70-tych XX wieku na ziemi jeleniogórskiej między innymi w MZKS „Dolnoślązak” w Jeleniej Górze. W 1974 roku zdobył brązowy medal w Mistrzostwach Dolnego Śląska z reprezentacją juniorów Podokręgu Piłki Nożnej w Jeleniej Górze.

W okresie 1986–1988 r. był przewodniczącym Wojewódzkiej Komisji Sportu Dzieci i Młodzieży w Jeleniej Górze. W latach 1992-1996 był członkiem Rady Trenerów PZPN w Warszawie. Od 1986 do 2007 roku współpracował w charakterze fizjologa z wieloma szkołami i klubami sportowymi, między innymi: Szkołą Mistrzostwa Sportowego w Karpaczu, NKS „Spartakus” Jelenia Góra, WKS „Śląsk” Wrocław, MKS „Jelfa” Jelenia Góra, MKS „Odra” Wodzisław, KS „Górnik” Zabrze, MKS „Cracovia” Kraków, KS „Korona” Kielce, GKS „Górnik” Łęczna. Współpracował również z trenerem reprezentacji Polski w piłce nożnej Antonim Piechniczkiem. W latach 1983-1986 w Wojewódzkiej Przychodni Sportowo-Lekarskiej w Jeleniej Górze prowadził badania fizjologiczne kadry narodowej Polski w kolarstwie szosowym, w biathlonie, narciarstwie biegowym i zjazdowym oraz saneczkarzy z kadry Europy. W 1989/90 r. przeprowadził badania piłkarzy nożnych we wszystkich klubach I ligi Polskiego Związku Piłki Nożnej, które dotyczyły wytrzymałości szybkościowej i sprawności psychomotorycznej.

W sezonie 2006-2007, jako fizjolog w sztabie szkoleniowym trenera Czesława Michniewicza z KGHM Zagłębie Lubin, zdobył tytuł Mistrza Polski i Super Puchar Polski. Współpracował także z klubami Bundesligi, badał między innymi drużynę FSV Mainz 05, w której grał Jürgen Klopp, były trener Borussii Dortmund, a obecnie F.C. Liverpool. Od wielu lat prowadzi badania kinematyczne, analizy aktywności fizycznej i działań w grze piłkarzy nożnych na Mistrzostwach Świata, Mistrzostwach Europy i w Bundeslidze.

Od 63 roku życia biega maratony w różnych strefach klimatycznych i prowadzi równocześnie na sobie badania z zakresu gospodarki wodno-elektrolitowej, termoregulacji, wspomagania energetycznego i przełamywania bariery zmęczenia w ośrodkowym układzie nerwowym. Pierwszy maraton przebiegł we wrześniu 2012 roku we Wrocławiu w wieku 63 lat w czasie 3:57:46.

Dotychczas ukończył 24 maratony na wszystkich kontynentach Ziemi, w tym na Antarktydzie. Biegał między innymi w strefie Koła Podbiegunowego Północnego (MidnightSun Marathon – Tromsø), Koła Podbiegunowego Południowego (Antarctica Marathon), Zwrotnika Raka (Honolulu Marathon), Zwrotnika Koziorożca (Marathona Caixa, Rio de Janeiro), strefie równikowej (Maldives Marathon) i na Alasce (Humpy's Marathon). Każdy maraton dostarczał mu wiele nowych emocji, doświadczeń i ciekawych obserwacji

naukowych, które niejednokrotnie przekładał na druk. Niektóre wyniki badań zarejestrowane w warunkach przenikliwego zimna ( $-20^{\circ}\text{C}$ ) i prędkości wiatru około 100 km/h (Antarctica Marathon – Antarktyka), bardzo wysokiej temperatury otoczenia ( $+35^{\circ}\text{C}$ ) i na wysokości 1400-1750 metrów n.p.m. (Soweto Marathon – Johannesburg), bardzo wysokiej wilgotności (powyżej 90%) i temperaturze otoczenia  $32^{\circ}\text{C}$  w nocy (Maldives Marathon) oraz w innych warunkach klimatycznych, mają wymiar unikatowy dla nauki o kulturze fizycznej, szczególnie dla maratończyków w starszym wieku!

Jest pierwszym Polakiem, pierwszym profesorem, który w pięć i pół roku, w wieku 69 lat zdobył trzy najbardziej prestiżowe korony w maratonach: Korona Maratonów Polski (cykl 5 maratonów - Wrocław, Kraków, Warszawa, Poznań, Dębno), Korona Maratonów Ziemi (cykl 7 maratonów - jeden na każdym kontynencie), Korona Największych Maratonów Świata (cykl 6 maratonów - Nowy Jork, Berlin, Boston, Londyn, Chicago, Tokyo), w których startują najlepsi biegacze na świecie. Zdobyl także Koronę Maratonów Świata.

W wieku 65 lat w maratonie w Hannoverze ustanowił rekord życiowy, który wynosi 3:22:57 (4,48 min/km). Do największych sukcesów sportowych należy zaliczyć: pierwsze miejsce w maratonie Anchorage na Alasce i na Malediwach oraz drugie miejsce na świecie w swojej kategorii wiekowej w maratonie na Antarktydzie. Drugie

miejsce zajął także prof. Chmura w Hannoverze, Jerozolimie i Tromsø, a trzecie w Rio de Janeiro i Sydney. W największym maratonie na świecie w Nowym Jorku zajął 11 miejsce w swojej kategorii, wyprzedzając ponad 44 tysiące zawodników. Jest pierwszym Polakiem, który wygrał kategorię wiekową w historii Humpy's Marathon na Alasce. W 2016 r. w Londynie biegł razem z aktualnym rekordzistą świata Eliud Kipchoge osiągając drugi czas w swojej karierze sportowej 3:38:07.

#### Działalność dydaktyczna

W ramach działalności dydaktycznej jako nauczyciel akademicki prowadzi zajęcia z zakresu fizjologii człowieka, fizjologii wysiłku fizycznego, a aktualnie motoryczności sportowców w ramach specjalności Trener Przygotowania Motorycznego na unikatowym Wydziale Sportu w AWF we Wrocławiu. Współautor pierwszego w Polsce systemu punktowo-kredytowego oceniającego efekty uczenia się studentów w uczelniach typu AWF oraz programu z gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej dla nauczycieli z wyższym wykształceniem. Autor programu i skryptu z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego dla słuchaczy Szkoły Trenerów PZPN w Warszawie. Jest także autorem programu specjalności Trener Przygotowania Motorycznego. Prowadził serię wykładów na Uniwersytecie w Mainz (1995), Heidelbergu (1996) i Olomoucu (2000) i w Szkole Trenerów PZPN oraz na licznych ogólnopolskich konferencjach metodyczno-szkoleniowych Polskich Związków Sportowych, kursach instruktorskich i trenerskich. Od wielu lat w AWF w Katowicach prowadzi wykłady na renomowanych studiach podyplomowych z zakresu przygotowania motorycznego, które cieszą się dużą popularnością wśród studentów w całej Polsce.

#### Wyróżnienia i odznaczenia

Profesor Jan Chmura jest niezwykle skutecznym promotorem oraz uznanym i cenionym recenzentem prac promocyjnych i wniosków o nadanie tytułu profesora. Dlatego też Centralna Komisja Kwalifikacyjna oraz obecnie Rada Doskonałości Naukowej wielokrotnie selekcjonowała Jego osobę jako recenzenta lub superrecenzenta. Prof. Chmura wypromował siedmiu doktorów z nauk o kulturze fizycznej i był mentorem pięciu doktorów habilitowanych. Był dwukrotnie superrecenzentem w Centralnej Komisji ds. Stopni i Tytułów Naukowych oraz sześć razy recenzentem o nadanie tytułu naukowego profesora nauk o kulturze fizycznej, trzy razy był przewodniczącym i pięć razy członkiem komisji w postępowaniu o nadanie stopnia doktora habilitowanego. Był 13 razy recenzentem w postępowaniu habilitacyjnym i 32 dysertacji doktorskich. Recenzent w prestiżowych czasopismach w kraju i za granicą. Otrzymał wiele nagród na różnym szczeblu, między innymi: Ministra Kultury Fizycznej Sportu i Turystyki (1986), Ministra Edukacji Narodowej (2001), Ministra Edukacji Narodowej i Sportu (2003, 2004), Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego (2007) oraz Rektora AWF w Katowicach (2000) i Rektora AWF we Wrocławiu (2009, 2011, 2013, 2020) za

osiągnięcia naukowe, dydaktyczne i organizacyjne. Dwukrotny laureat najlepszej publikacji w uznanym czasopiśmie „Sport Wyczynowy” w 1992 i 2006 roku. Uhonorowany Złotym Krzyżem Zasługi (2000) i innymi odznaczeniami takimi jak: Zasłużony Działacz Kultury Fizycznej (1986), Zasłużony dla Województwa Jeleniogórskiego (1986), Order św. Stanisława (2008), Zasłużony dla Województwa Dolnośląskiego (2017), Zasłużony dla Wrocławia Merito de Wratislavia (2018). Honorowy Obywatel Strzegomia (2012), Honorowy Obywatel Dąbrowy Tarnowskiej (2021).

Siłę i motywację do podejmowanych wyzwań prof. Jan Chmura czerpał ze swojej rodziny. Wsparcie żony Jadwigi oraz trzech synów: Pawła, Grzegorza i Wojciecha, pozwalało Mu rozwinąć skrzydła i zdobywać szczyty.

Prof. Jan Chmura to postać niezwykła, wyjątkowa, to postać wybitna. Jest prawdziwym zaszczytem dla naszej Uczelni, Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, że będziesz teraz, drogi Janku, w gronie jej doktorów honorowych.

## Metryczka

|                                 |                  |
|---------------------------------|------------------|
| <b>Podmiot udostępniający:</b>  | Bartłomiej Szade |
| <b>Odpowiedzialny za treść:</b> | Bartłomiej Szade |
| <b>Data wytworzenia:</b>        | 08.10.2021       |
| <b>Opublikował w BIP:</b>       | Bartłomiej Szade |
| <b>Data opublikowania:</b>      | 21.05.2022 09:32 |
| <b>Ostatnio zaktualizował:</b>  |                  |
| <b>Liczba wyświetleń:</b>       | 352              |