



Bydgoszcz, dn. 31.05.2024 r.

Katedra Fizjologii Wysiłku Fizycznego  
i Anatomii Funkcjonalnej CM UMK  
Świętojańska 20, 85-077 Bydgoszcz  
[p.zalewski@cm.umk.pl](mailto:p.zalewski@cm.umk.pl)

### Ocena dorobku naukowego, dydaktycznego i organizacyjnego

Dr. Michała Boraczyńskiego, pt. *„Bezpośrednie efekty zastosowania krótko- i długotrwałych programów treningu fizycznego na parametry zdolności wysiłkowej piłkarzy nożnych w zależności od etapu zaawansowania sportowego”*

#### 1. Sylwetka Habilitanta

Doktor Michał Boraczyński uzyskał w 2009 r. tytuł magistra wychowania fizycznego ze specjalnością nauczycielską, Olsztyńska Szkoła Wyższa im. Józefa Rusieckiego, na podstawie złożonej pracy magisterskiej, pt. *„Ocena komponentów ciała oraz wydolności beztlenowej piłkarzy nożnych II i III ligi w rocznym cyklu treningowym”*. W roku 2013 uzyskał stopień doktora nauk o kulturze fizycznej, nadany uchwałą Rady Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, na podstawie rozprawy doktorskiej, pt. *„Efektywność eksperymentalnego programu treningu w kształtowaniu sprawności motorycznej piłkarzy nożnych w wieku 10–11 lat”*. Ukończył również studia podyplomowe z zakresu *„Żywność człowieka i dietetyka”*, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, 2016 rok.

Od 2013 roku ścieżka aktywności zawodowej Habilitanta związana jest z Olsztyńską Szkołą Wyższą im. Józefa Rusieckiego, gdzie do 2018 roku pracował na stanowisku diagnosty laboratoryjnego, i jednocześnie adiunkta, początkowo na Wydziale Wychowania Fizycznego, następnie Wydziale Nauk o Zdrowiu. Od roku 2021 związany jest z Uniwersytetem Warmińsko



Mazurskim w Olsztynie, pracując na stanowisku adiunkta w Katedrze Fizjoterapii, Szkoła Zdrowia Publicznego Collegium Medicum UWM.

Habilitant realizuje model kariery akademickiej w oparciu o spójny tematycznie obszar badawczy. Wypracowany warsztat naukowy, systematyczna praca i znaczące zaangażowanie na wielu polach działalności akademickiej, przyniosły wymierne osiągnięcia w dotychczasowym dorobku zawodowym a jednocześnie wyraźnie zarysowują perspektywę rozwoju w przyszłości.

## 2. Ocena dorobku naukowego

Główne zainteresowania badawcze Habilitanta dotyczą zagadnień w obszarze optymalizacji efektów treningu sportowego, zarówno w wybranych grupach osób uprawiających sport, jak i w grupach pacjentów, gdzie interwencja treningowa stanowi metodę oddziaływania z zakresu profilaktyki zdrowotnej. Habilitant koncentruje się na niezwykle istotnym aspekcie współczesnego sportu wyczynowego, jakim jest optymalizacja metod treningu w piłce nożnej. Jego dorobek naukowy ukazuje różnorodne podejścia treningowe, ich wpływ na wyniki sportowe oraz kondycję psychofizyczną zawodników. Habilitant w swoim dorobku przedstawia oryginalne kompendium wiedzy na temat wybranych aspektów metodologii treningu, ilustrując swoje tezy wynikami swoich prac ze właściwym odniesieniem do licznych badań naukowych innych autorów.

Osiągnięcie naukowe Habilitanta stanowiące podstawę ubiegania się o nadanie stopnia naukowego doktora habilitowanego, składa się z cyklu 5 powiązanych tematycznie prac opublikowanych po uzyskaniu stopnia doktora nauk o kulturze fizycznej, objętych wspólnym tytułem, *„Bezpośrednie efekty zastosowania krótko- i długotrwałych programów treningu fizycznego na parametry zdolności wysiłkowej piłkarzy nożnych w zależności od etapu zaawansowania sportowego”*, które zostały opublikowane w latach 2019-2022 w międzynarodowych, recenzowanych czasopismach naukowych. Sumaryczna wartość bibliometryczna przedstawionego do oceny osiągnięcia wynosi: wskaźnik IF 12.489 / MEiN 440 / liczba cytowań 26.

Przedstawione do oceny osiągnięcie naukowe mieści się w obszarze zasadniczych kierunków badań Habilitanta, związanych z optymalizacją metod treningu w piłce nożnej na różnych etapach zaawansowania sportowego. Aktualność i aplikacyjny wymiar tej problematyki



badawczej wynika z sukcesywnie wzrastających wymogów w zakresie przygotowania motorycznego, co w sposób zasadniczy determinuje stan wytrenowania, a szerzej stan kondycji psychofizycznej zawodnika, jego zdolność do regeneracji i gotowość do podjęcia pracy w ramach kolejnej jednostki treningu, planowanie obciążeń wysiłkowych oraz kryteria testowania, a w konsekwencji wpływa na ostateczny cel procesu treningu: wyniki rywalizacji sportowej.

W przedstawionym do oceny cyklu publikacji, Habilitant był pierwszym autorem, jak i autorem korespondencyjnym. Miał decydujący udział na poszczególnych etapach powstawania przedstawionego cyklu, tj. tworzenia koncepcji badań, organizacji procesu badawczego, doborze metod, technik i narzędzi badawczych, realizacji badań, analizy i interpretacji wyników, realizacji procesu redakcyjnego. We wskazanych pracach udział Habilitanta był znaczący a deklarowany wykaz czynności jest zgodny z *Authors Contribution*.

Weryfikacja hipotez została przeprowadzona w oparciu o precyzyjnie zdefiniowane cele ogólne oraz uzupełniające cele szczegółowe. W oparciu o przedstawione oryginalne opracowania Habilitant sformułował komplementarne wnioski. Najistotniejsze z nich dotyczą różnicowanych metod optymalizacji treningu w pięcie nożnej w zależności od specjalizacji sportowej. Podjęta problematyka badawcza cyklu wykracza poza ramy koncepcji fizjologiczno-medycznych, w których zasadniczo przyjmuje się podejście skupione na badaniach czynnościowych odrębnych elementów determinujących poziom wytrenowania organizmu. Często praktykowane, wyizolowane podejście do procesu treningowego w pięcie nożnej, rozwoju zdolności podejmowania wzmożonej aktywności fizycznej, stanowi warunek konieczny, ale niewystarczający do optymalnego przebiegu tak złożonego procesu. Dopiero podejście oparte na skupieniu wielu czynników w spójny kompleks, daje podstawę do względnie efektywnego oddziaływania. Habilitant celnie zwraca uwagę, że takie podejście jest możliwe, gdy w badaniach empirycznych kierowanych logiką efektywności, sumuje się poszczególne testy sprawdzające zróżnicowane komponenty zdolności wysiłkowej, łącząc je w odpowiednie kompozycje testów koherentnych, tworząc tzw. baterie testów laboratoryjnych i terenowych, dzięki czemu końcowa ocena dostarcza kompleksowy obraz profilu funkcjonalno-motorycznego zawodnika.

Zgadzam się ze stwierdzeniem Habilitanta, że niepodważalną wartością prezentowanego cyklu publikacji jest jego interdyscyplinarny oraz aplikacyjny charakter, co zasługuje na szczególne podkreślenie. Dorobek naukowy Habilitanta dostarcza cennych informacji na temat



optymalizacji treningu w piłce nożnej, szczególnie w kontekście różnych poziomów zaawansowania sportowego. Skutecznie łączy teoretyczne rozważania z wynikami swoich badań oraz ukazuje wszechstronne spojrzenie na problematykę treningu w piłce nożnej, uwzględniając różne aspekty fizjologiczne, biomechaniczne i psychomotoryczne. Dorobek jest aktualny i odnosi się do najnowszych badań oraz technologii stosowanych w monitoringu treningu piłkarskiego.

Sumaryczna wartość bibliometryczna uwzględniona w dotychczasowym dorobku Doktora Michała Boraczyńskiego, poza wyżej opisanym osiągnięciem, wynosi: IF (ISI *Journal Citation Reports*): 84.437, MNiSW/MEiN: 2618 pkt., wskaźnik H 8, liczba cytowań 134. Poza przedstawionym cyklem publikacji, który stanowi podstawę do ubiegania się o stopień doktora habilitowanego, dorobek naukowy Habilitanta obejmuje publikacje, których tematyka związana jest z dyscypliną „nauki o kulturze fizycznej”. Prace, których jest autorem lub współautorem, zostały opublikowane w recenzowanych czasopismach naukowych. Dorobek dopełniają liczne wystąpienia na konferencjach krajowych i zagranicznych, jak również zaangażowanie eksperckie.

Habilitant pełnił rolę recenzenta w wysoko punktowanych czasopismach, umieszczonych w wykazie A. MNiSW (MEiN). Bierze udział w licznych projektach naukowych oraz prowadzi wartościową i wymierną publikacyjnie, współpracę międzynarodową:

Prof. Ihasz Ferenc, dr Imre Soós, dr Zsolt Bálint Katona, dr Zoltan Alföldi

(Doctoral School of Health Sciences, Faculty of Health Sciences, University of Pécs, Węgry)

[doi.org/10.3390/ijerph191711041](https://doi.org/10.3390/ijerph191711041),

[doi.org/10.3390/ijerph19138115](https://doi.org/10.3390/ijerph19138115).

Prof. Cain C.T. Clark (Faculty of Health and Life Sciences, Coventry University, Coventry, Wielka Brytania)

[doi.org/10.14336/ad.2020.0407](https://doi.org/10.14336/ad.2020.0407),

[doi.org/10.14336/ad.2020.1107](https://doi.org/10.14336/ad.2020.1107),

[doi.org/10.31031/rism.2020.06.000634](https://doi.org/10.31031/rism.2020.06.000634).

Prof. Aline Nogueira Haas, dr Marcela do Santos Delabary (School of Physical Education, Physiotherapy and Dance, Federal University of Rio Grande do Sul, Brazylia)

[doi.org/10.14336/ad.2020.0407](https://doi.org/10.14336/ad.2020.0407).

Prof. Yi-Yuan Tang (College of Health Solutions, Arizona State University, Phoenix, Stany Zjednoczone Ameryki)



[doi.org/10.14336%2FAD.2021.1219](https://doi.org/10.14336%2FAD.2021.1219),

[doi.org/10.14336%2FAD.2021.0107](https://doi.org/10.14336%2FAD.2021.0107),

Prof. Antti Honkanen (University of Eastern Finland, Centre for Tourism Studies, Savonlinna, Finlandia)

[doi.org/10.5604/20815735.1090744](https://doi.org/10.5604/20815735.1090744).

Prof. José Magalhães (Laboratory of Metabolism and Exercise [LaMetEx], Faculty of Sport, University of Porto, Portugalia)

[doi.org/10.3390/sports11100193](https://doi.org/10.3390/sports11100193).

Do istotnych elementów warsztatu naukowego Habilitanta należy zaliczyć rolę wykonawcy w projektach badawczych, do najważniejszych można zaliczyć:

- *Role of sedentary behavior and physical exercise in liver surgery associated ischemia reperfusion injury – SEVERE Injury*”, finansowany przez Portuguese Foundation for Science and Technology (FCT-PTDC/SAU-DES/4113/2020).
- *Wpływ różnych warunków środowiska na wskaźniki stresu oksydacyjnego oraz stanu zapalnego we krwi* (projekt statutowy we współpracy z CM UMK).
- *Stres oksydacyjny u sportowców oraz osób niewytrenowanych poddanych wysiłkowi fizycznemu*” (projekt statutowy we współpracy z CM UMK).

### **3. Ocena dorobku dydaktycznego i organizacyjnego.**

Habilitant w okresie 10 lat pracy dydaktycznej prowadził zajęcia w czterech uczelniach wyższych (Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie [UWM], Olsztyńska Szkoła Wyższa im. Józefa Rusieckiego [OSW], Wyższa Szkoła Informatyki i Ekonomii TWP w Olsztynie [WSliE TWP], oraz Wyższa Szkoła Bankowa w Gdańsku [WSB]), w zakresie przedmiotów: fizjologia człowieka, fizjologia człowieka z elementami pierwszej pomocy przedmedycznej, fizjologia wysiłku fizycznego, fizjologia starzenia się, fizjologia pracy i wypoczynku, neurofizjologia, sport osób niepełnosprawnych, biomedyczne podstawy rozwoju i wychowania, problemy zdrowia w skali międzynarodowej, żywienie i higiena człowieka, edukacja zdrowotna, zdrowy styl życia,



biomedyczne podstawy odnowy biologicznej, odnowa biologiczna w sporcie, diagnostyka laboratoryjna, dietetyka sportowa, antropomotoryka, oraz metodyka piłki nożnej.

Habilitant pełnił/pełni liczne funkcje organizacyjne w strukturach uczelni wyższej oraz instytucjach sportowych, m.in.:

2022–2023 członek zespołu ds. przygotowania wniosku o utworzenie jednolitych 5-letnich studiów magisterskich na kierunku Fizjoterapia – studia stacjonarne,

2021–2022 członek zespołu ds. przygotowania wniosku o utworzenie kierunku Dietetyka – studia stacjonarne II stopnia (zgodnie z uchwałą Senatu UWM z 2020 r.),

od 2021 członek grupy roboczej „Health” w Europejskiej Sieci Współpracy Regionów na rzecz Badań i Innowacji (The European Regions Research and Innovation Network, ERRIN),

od 2021 funkcja opiekuna roku studiów stacjonarnych pierwszego stopnia na kierunku dietetyka, realizowanego w Szkole Zdrowia Publicznego, Collegium Medicum, na UWM w Olsztynie

2020–2021 konsultant merytoryczny ds. koncepcji funkcjonowania i wyposażenia laboratorium diagnostyczno-sportowego w ramach innowacyjnego projektu Rest&Learn w Ogonkach,

2019–2020 funkcja Wydziałowego Koordynatora ds. ECTS na Wydziale Nauk o Zdrowiu,

2018–2019 obsługa jednego z działów repozytorium danych o polskiej nauce i szkolnictwie,

2018–2019 funkcja koordynatora europejskiego programu wymiany ERASMUS+,

2016–2020 członek Wydziałowego Zespołu ds. Zapewnienia Jakości Kształcenia (OSW),

2016–2017 organizacja w Centralnym Laboratorium Badawczym (CLB) dwóch edycji (część I oraz II) szkolenia pt. „Kontrola efektów treningu”, składającego się z zajęć teoretycznych oraz warsztatów. Szkolenia były dedykowane trenerom, w tym trenerom personalnym i absolwentom/studentom OSW,

2016 opiekun przez 3 miesiące 4 studentów kierunku Dietetyka z UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia (Hiszpania) w ramach europejskiego programu wymiany ERASMUS+,

2014 r.).



### Podsumowanie

Model kariery akademickiej i zawodowej Doktora Michała Boraczyńskiego jest imponujący, oparty o spójny obszar naukowo-badawczy, ściśle powiązany z wykształceniem i doświadczeniem zawodowym. Przedstawiony do oceny dorobek naukowy i dydaktyczno-organizacyjny jest wartościowy, stanowi oryginalny wkład w rozwój nauk o kulturze fizycznej. Uwzględniając przyjęte miary oceny dorobku naukowego i dydaktyczno-organizacyjnego, m.in. sumaryczną wartość bibliometryczną przedłożonych do oceny „osiągnięć naukowych”, liczbę cytowań i wartość indeksu H, czy aktywny udział w konferencjach naukowych, jednoznacznie wyrażam przekonanie, że przedstawiony do oceny dorobek naukowy, dydaktyczny i organizacyjny Doktora Michała Boraczyńskiego jest wystarczający do ubiegania się o nadanie stopnia doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej, na podstawie ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. - Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce. (Dz. U. 2018 poz. 1688, z późn. zm.).

Recenzent

Prof. dr hab. Paweł Zalewski