

RECENZJA

w postępowaniu w sprawie nadania stopnia doktora habilitowanego dr Arturowi Kruszewskiemu w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej. Jako osiągnięcie naukowe Kandydat przedstawił cykl powiązanych tematycznie pięciu artykułów naukowych, zgodnie z art. 219 ust. 1. Pkt 2b Ustawy, pod wspólnym tytułem „**Uniwersalny wymiar sportów walki w aspekcie wartości utylitarnych, sportowych i zdrowotnych**”.

Procedurę rozpoczęto w dniu 28.09.2023r. wnioskiem dr Artura Kruszewskiego do Rady Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie za pośrednictwem Rady Doskonałości Naukowej o przeprowadzenie postępowania o nadanie stopnia doktora habilitowanego.

Rada Doskonałości Naukowej, działając na podstawie art. 221 ust. 4 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2022 r. poz. 574), po dokonaniu formalnej oceny wniosku Kandydata (14.10.2023) zwróciła się do rektora AWF Warszawa o przeprowadzenie postępowania w sprawie nadania stopnia doktora habilitowanego dr Arturowi Kruszewskiemu w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej.

Sylwetka Kandydata i rozwój akademicki

Dr Artur Kruszewski ukończył studia na Wydziale Wychowania Fizycznego, Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie w 1994 roku. Uzyskał dyplom po 4 letnich jednolitych studiach magisterskich stacjonarnych (1990 – 1994). W 2003 roku osiągnął stopień naukowy doktora nauk o kulturze fizycznej. Tytuł rozprawy doktorskiej: „**Czynniki inspirujące i ograniczające uprawianie sportów i sztuk walki w Polsce**”, promotor: prof. dr hab. Roman Maciej Kalina. Od 1994 roku do dnia dzisiejszego zatrudniony jest w macierzystej uczelni w Zakładzie Sportów Walki i Podnoszenia Ciężarów, najpierw jako asystent stażysta, następnie asystent i od 2003 roku zostaje zatrudniony na stanowisku adiunkta. Obecnie pełni funkcję adiunkta badawczo-dydaktycznego w Katedrze Sportów Indywidualnych AWF Warszawa.

Od 1994 systematycznie podnosi kwalifikacje trenerskie, zwieńczone w 2008 roku uzyskaniem tytułu trenera klasy mistrzowskiej w zapasach.

Rozwijając kompetencje w innych specjalnościach, ukończył kurs instruktorski, zdobywając tytuł instruktora narciarstwa alpejskiego oraz uprawnienia kierownika obozów wędrownych a także kierownika placówek wypoczynku dzieci i młodzieży.

W zakresie rozwoju naukowego zainteresowania Kandydata ewoluowały od działań badawczych o charakterze aplikacyjnym, głównie w sportach walki, w tym zapasach, po badania naukowe z obszaru psychofizjologicznych uwarunkowań efektywności szkolenia, również w sporcie osób starszych. Szczególnie w dekadzie 2000-2010 aktywność publikacyjna dr Artura Kruszewskiego dotyczy analizy walki sportowej na podstawie rejestracji walk zapaśniczych w zawodach wysokiej rangi. Znaczna część dociekań badawczych związana jest z obszarem uwarunkowań somatycznych w powiązaniu z techniką, oceną równowagi posturalnej oraz rolą zdolności koordynacyjnych w sportach i sztukach walki. W podanym okresie publikuje w czasopismach i wydawnictwach krajowych m. in. w *Sporcie Wyczynowym*, *Physical Education and Sport*, *Medicina Sportiva*. Istotną część doniesień naukowych stanowią wydawnictwa konferencyjne z których należy wymienić „Kierunki doskonalenia treningu i walki sportowej” (red. A. Kuder, K. Perkowski, D. Śledziwski) oraz “Coordination motor abilities in scientific research” (red. J. Sadowski, T. Niżnikowski).

Drugi nurt badawczy w latach 2010-2023, któremu hołduje Autor dotyczy zagadnień biomedycznych. Wiele miejsca poświęca na badania wskaźników funkcji krążeniowo-oddechowych sportowców z różnych dyscyplin sportowych. Ważny element penetracji badawczych stanowią zachowania prozdrowotne osób starszych. W eksperymentach o zasięgu międzynarodowym podejmuje problematykę poprawy wskaźników układu sercowo-naczyniowego i morfo-strukturalnego mężczyźni w wieku produkcyjnym po wielotygodniowym programie treningowym z elementami Muay Thai. W odniesieniu do sportu wyczynowego swoją uwagę jako badacza koncentruje na wdrożeniach do praktyki szkoleniowej. Podejmuje analizy zróżnicowania morfologicznego oraz złożoności walki sportowej w odniesieniu do zapaśników, biorących udział w procesie treningowym oraz w rywalizacji na zawodach wysokiej rangi. Uzyskane rezultaty badań pozwoliły na wypracowanie modelowych charakterystyk budowy ciała zawodników w różnych kategoriach wagowych. Ponadto przyczyniły się do optymalizacji procesu szkolenia w zapasach, prowadząc do istotnego progresu w rywalizacji na poziomie krajowym i międzynarodowym. Wyniki badań znalazły odzwierciedlenie w publikacjach indeksowanych w uznanych bazach naukowych, głównie Web of Science Core Collection. Dotyczy to m. in. takich periodyków naukowych jak *Archives of Budo* (wielokrotnie), *International Journal of Environmental Research and Public Health* oraz *Nutrients*.

Należy podkreślić, że dr Artur Kruszewski równolegle rozwija aktywność jako trener w klubie AZS AWF Warszawa, sekcja zapaśnicza, w której jego podopieczni osiągają znaczące wyniki w mistrzostwach Europy i Świata oraz na Uniwersjadach. W tym czasie obejmuje w Polskim Związku Zapaśniczym stanowisko koordynatora przygotowań do Igrzysk Olimpijskich w Tokio 2021. Aktualnie kontynuuje współpracę z PZZ, współpracując w przygotowaniach polskiej reprezentacji olimpijskiej do Igrzysk Olimpijskich w Paryżu 2024.

Ocena osiągnięć w zakresie bibliometrii

Zgodnie z danymi naukometrycznymi, potwierdzonymi przez Ośrodek Informacji Naukowej AWF Warszawa, według Journal Citation Reports, Kandydat zgromadził sumaryczny Impact Factor: 24,665 pkt. Publikacje w ramach monotematycznego cyklu stanowiły: 14,876 IF i poza cyklem monotematycznym: 9,789 IF. Jak podaje baza Web of Science odnotowano 140 cytowań (bez autocytowań 115), indeks Hirscha wyniósł = 4. W zakresie liczby punktów ministerialnych (MNiSW) stwierdzono 3325 pkt. Zaprezentowane dane pochodzą z dnia 26.09.2023 roku.

Weryfikując przedstawione wskaźniki w dniu 28.02.2024 należy zauważyć, iż w poszczególnych parametrach występuje wyraźna poprawa, bowiem cytowania wzrosły do 182, indeks H=6, natomiast w opcji „average per item” odnotowano wartość 6,28, co świadczy o rezonansie publikacji w obszarze międzynarodowym w zakresie doniesień naukowych, dotyczących procesu szkolenia sportowego. Chciałbym podkreślić, iż analiza opcji Web of Science Categories pokazuje, że system zaliczył 75, 86% publikacji do dyscypliny Sport Sciences. Pozostały procentowy wymiar należał do obszarów Biophysics, Engineering Biomedical i Hospitality Leisure Sport Tourism. Przyjmując, że pojęcie „Sport Sciences” w nauce anglosaskiej stanowi równoważnik polskiej dyscypliny nauki o kulturze fizycznej, można jednoznacznie stwierdzić, iż publikacje Kandydata ewidentnie nakierowane są właśnie na kulturę fizyczną. Ponadto zgodnie z tym co podaje Web of Science Core Collection odnotowano 29 pozycji Autora w 8 różnych czasopismach. Reasumując dr Artur Kruszewski spełnił ustawowe kryteria w zakresie wymogów naukometrycznych, przy czym na szczególną uwagę zasługuje koncentracja dorobku publikacyjnego na polu jego szczególnych kompetencji, badań zawodników uprawiających sporty i sztuki walki.

Ocena osiągnięć naukowych i monotematycznego cyklu ośmiu prac naukowych, zgodnie z wymogami ustawy

Habilitant realizując wytyczne ustawowe przedstawił również monografię naukową, wydaną po uzyskaniu stopnia doktora w 2004 roku. Książka zatytułowana „**Zapasy, podstawy teorii i praktyki treningu**” została wydana w oficynie wydawniczej Centralnego Ośrodka Sportu w Warszawie. Stanowi opracowanie naukowo-badawcze z zakresu teorii treningu sportowego, wszechstronnie odnosząc się do struktury treningu zapaśniczego na różnych etapach szkolenia sportowego. W pracy Autor wiele uwagi poświęcił zagadnieniom programowania treningu zapaśniczego w oparciu o współczesne zasady cykliczności szkolenia w sportach walki, kładąc nacisk na bezpośrednie przygotowanie formy sportowej do głównych zawodów cyklu treningowego. Znaczną część publikacji stanowią opisy prawidłowej techniki zapaśniczej w oparciu o nowoczesne metody diagnozowania pożądanych wzorców ruchu w etapie ukierunkowanym, specjalistycznym i mistrzowskim szkolenia sportowego w sporcie zapaśniczym. Autor jako pierwszy w Polsce podejmuje ujednolicenie terminologii stosowanej w procesie nauczania i doskonalenia techniki zapaśniczej. Ponadto opracowuje środki treningowe, stosowane w szkoleniu zapaśniczym w celu optymalizacji systemu rejestracji obciążeń treningowych. Wdrożenie programu analizy obciążeń treningowych zostało przyjęte przez Polski Związek Zapaśniczy i obligatoryjnie wprowadzone do metodyki szkolenia we wszystkich kategoriach wiekowych w zapasach w Polsce. Warto podkreślić, iż przedstawiona książka zyskała uznanie w środowiskach sportowych i jej nakład został szybko wyczerpany.

Jako główne osiągnięcie naukowe Kandydat przedstawił jednotematyczny cykl ośmiu oryginalnych prac naukowych, opublikowanych po uzyskaniu stopnia doktora nauk o kulturze fizycznej pod wspólnym tytułem „Uniwersalny wymiar sportów walki w aspekcie wartości utylitarnych, sportowych i zdrowotnych”

W czterech pracach cyklu publikacji dr Artur Kruszewski jest pierwszym autorem, a pozostałe artykuły stanowią prace wieloautorskie, jako efekt międzynarodowej współpracy, głównie w obszarze sportów walki a także problematyki dobrostanu osób w wieku senioralnym. W zdecydowanej większości prac Kandydat posiadał istotny udział w ich przygotowaniu, w zakresie kreowania koncepcji pracy, wykonania badań, formułowania hipotez, obliczeń statystycznych oraz przygotowania manuskryptów. Przedstawione publikacje dotyczyły następujących problemów badawczych:

- charakterystyki walki zapaśniczej w kontekście tradycji, sportu i widowiska,
- dynamiki działań zapaśników w różnych kategoriach wagowych na podstawie MŚ 2021,
- wpływu suplementacji przedtreningowej kofeiną na wydajność ćwiczeń siłowych,
- analizy różnic działań technicznych kobiet i mężczyzn na przykładzie MŚ w zapasach w Rzymie w 2020 roku,
- oceny naturalnych wzorców walki wręcz po unikalną terapię przyszłości,
- efektów tradycyjnych chińskich ćwiczeń na doskonalenie funkcji poznawczych osób starszych,
- nauczania bezpiecznych upadków jako osobistej prewencji przed kontuzjami osób w wieku senioralnym w zależności od budowy ciała,
- efektów ćwiczeń tai chi w redukcji nadciśnienia tętniczego i hiperlipidemii.

Podsumowując monotematyczny cykl publikacji zauważalny jest wyjściowy koncept Habilitanta, eksponowana trzech głównych wątków badawczych: utylitarnych, sportowych i zdrowotnych aspektów uprawiania sportów walki. Autor formułuje hipotezy, które w toku wnikliwych analiz naukowych zostały zweryfikowane. W odniesieniu do wartości utylitarnych wychodzi z teorii „agonologii” sformułowanej przez Kotarbińskiego o doniosłości fizycznej i etycznej człowieka opartej na teorii walki. Ów pogląd jest przedmiotem metaanalizy w odniesieniu do współczesności. Z jednej strony Kandydat podkreśla unikalne wartości edukacyjne i wychowawcze sportów walki, z drugiej, akcentuje upadek zasad w kierunku gladiatorstwa i promowania przez media brutalnych form walki.

W odniesieniu do sportu Autor konkluduje, iż w ostatnich latach dochodzi do istotnych przeobrażeń w zakresie techniki i taktyki walki. Istotne zmiany wiążą się z nowymi wymaganiami w obszarze wydolności fizycznej w kierunku przewagi procesów anaerobowych. W tym sensie podkreśla rolę suplementacji przed i w czasie procesu treningowego, wskazując mimo kontrowersji na korzyści wynikające z powysiłkowej utraty masy ciała zawodników w zapasach. Jednocześnie podkreśla wysoki poziom

dyspozycji energetycznych, głównie wytrzymałości specjalnej co znalazło wyraz w stężeniu mleczanów we krwi, sięgających w końcowej części walki wartości 15-20 mmol/l. W sensie taktycznym akcentuje zaobserwowaną tendencję mniejszej ilości działań technicznych zawodników stylu grecko-rzymskiego w porównaniu do stylu wolnego. Jednocześnie odnotowuje w obydwu stylach zapaśniczych zjawisko dominacji działań technicznych w pozycji stojącej zarówno u kobiet jak i u mężczyzn.

Wiele miejsca w omawianych publikacjach Habilitant poświęca zagadnieniu wpływu uprawiania sportów walki na poprawę zdrowia i ogólnie dobrostanu osób starszych. Tym samym wpisuje się we współczesne trendy aktywizacji osób w wieku senioralnym w zakresie fizjoprofilaktyki i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym. Problematyka jest mocno obecna w światowej literaturze naukowej i kojarzona z pojęciami „ageing” i „frailty”, wyrażającymi starzenie się i „kruchość”, jako przejawy negatywnych procesów zachodzących w ontogenezie człowieka. Kandydat szczególną uwagę kieruje na etiologię upadków osób starszych, które to zjawisko dotyczy 35% osób starszych po 75 roku życia. Jednocześnie przedstawia autorski program w postaci specjalnych ćwiczeń i testów bezpiecznego upadania. Wychodzi przy tym z założenia, że edukacyjne działania w kierunku zwiększania świadomości zagrożeń u osób starszych są niewystarczające. Postuluje zatem upowszechnienie programu zajęć fizycznych, zróżnicowanych pod względem fizjologicznym i psychomotorycznym w dostosowanych do wieku badanych. Powyższe propozycje edukacyjne zostały w praktyce wdrożone na dwóch wydziałach wychowania fizycznego polskich uczelni.

Realizacja projektów i staży naukowych oraz działania dydaktyczno-organizacyjne i popularyzujące naukę

Dr Artur Kruszewski był autorem i wykonawcą licznych projektów badawczych w AWF Warszawa z udziałem zagranicznych badaczy, które zostały skwitowane 19 publikacjami wieloautorskimi. M.in. dotyczyły one wpływu ćwiczeń siłowych, stosowanych w sportach walki w warunkach statyki i dynamiki. Część przedsięwzięć miała kontekst profilaktyki uszkodzeń narządu ruchu w świetle odnowy powysiłkowej i oceny skuteczności metod wspomagających trening sportowy.

Jednakże wartym szczególnego wyróżnienia jest grant stricte naukowy w ramach konkursu MNiSW „Rozwoju Sportu Akademickiego” zatytułowany „Analiza stosowanej diety w sporcie wyczynowym i jej związek z poziomem sportowym, zmianami somatycznymi, wydolnością fizyczną, zdolnością wysiłkową, równowagą kwasowo-zasadową i gospodarką wodno-elektrolitową”. Grant wykonywany jest na Uniwersytecie im. Jana Długosza w Częstochowie. Habilitant pełni w nim rolę wykonawcy projektu. Okres realizacji 2013-2016.

Kandydat przejawiał aktywność w zakresie uczestnictwa w zespołach oceniających wnioski o finansowanie badań. W 2023 roku pełnił rolę członka Rady Programowej szkolenia sportowego w Akademii Wincentego Pola w Lublinie.

Dr Artur Kruszewski odbył liczne staże metodyczno-szkoleniowe w kraju i zagranicą, również przy okazji zawodów wysokiej rangi w zapasach. Z naukowo-badawczego punktu widzenia najważniejszy to 2,5 miesięczny staż naukowy w Instytucie Sportu. Instytut Badawczy w Warszawie - realizowany w terminie 1.03-15.05.2023. Staż przeprowadzono we

współpracy z Polskim Związkiem Zapaśniczym. Tematem stażu była bieżąca kontrola obciążeń treningowych kadry narodowej Polski kobiet w zapasach. Proces diagnostyczny obejmował zgrupowania szkoleniowe w Spale, Zakopanem oraz Bezpośrednie Przygotowanie Sportowe (BPS) przed ME seniorek w Zagrzebiu, 2023r. W trakcie realizacji jednostek treningowych pobierano od zawodniczek próbki krwi, analizując markery zmęczenia CK (kinazy kreatynowej) oraz poziomu PH jako odpowiedzi organizmu na zastosowane obciążenia treningowe. Wyniki badań pozwoliły na modyfikację obciążeń treningowych zawodniczek, indywidualizując koncepcję BPS-u.

Kandydat wykazał aktywny udział w ośmiu międzynarodowych konferencjach naukowych w kraju i zagranicą oraz w jedenastu konferencjach metodyczno-szkoleniowych. Jako reprezentatywne należy wymienić wystąpienie ustne pt. "Wrestling the gentle form of self-defence" na I Światowym Kongresie Sportów i Sztuk Walki w Rzeszowie (2006), wystąpienie ustne pt. "The ability of keeping body balance by people practicing karate" na konferencji w Białej Podlaskiej (2008) – „Coordination motor abilities in scientific research”

Kandydat cyklicznie i aktywnie bierze udział w konferencjach i warsztatach organizowanych przez Akademię Trenerską Instytutu Sportu w Warszawie, dotyczących szkolenia olimpijskiego i paraolimpijskiego w kontekście zbliżających się Igrzysk Olimpijskich - Paryż 2024.

Jako organizator czynnie uczestniczył w przygotowaniu VI Interdyscyplinarnej Konferencji Naukowej Doktorantów w AWF Warszawa w maju 2012. Regularnie pełni rolę członka komitetu organizacyjnego konferencji metodyczno-szkoleniowych Polskiego Związku Zapaśniczego w latach 2019-2022.

Według wykazu zrecenzowanych prac naukowych odnotowano, iż dr Artur Kruszewski zredagował osiemnaście recenzji, prac indeksowanych w kilku bazach naukowych. Były to prace oryginalne z dziedziny nauk o kulturze fizycznej. Zakres tematyczny obejmował eksperymenty badawcze oceniające skutki stosowania programów prozdrowotnych oraz suplementacji w procesie treningu sportowego oraz podnoszenia poziomu aktywności fizycznej osób w wieku poprodukcyjnym. Ponadto część prac traktowała o efektywności szkolenia w tym nauczania i doskonalenia techniki w sportach i sztukach walki w szczególności w zapasach. Recenzje dotyczyły artykułów w takich periodykach naukowych jak: *Biomedical Human Kinetics*, *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, *Archives of Budo*, *Plos One*, *Behavioral Sciences* i in.

Całość działań dydaktycznych Kandydata ma miejsce w Katedrze Sportów indywidualnych macierzystej uczelni, AWF-u Warszawa, nieprzerwanie od 1995 roku. Prowadzi wykłady, ćwiczenia i seminaria, zajęcia fakultatywne na wszystkich stopniach studiów stacjonarnych i niestacjonarnych. Jako trener klasy mistrzowskiej w zapasach jest również prowadzącym specjalizacje trenerskie i instruktorskie. W ramach aktywności dydaktycznej należy wyróżnić Jego nowatorską koncepcję programu dydaktycznego (15 godz./sem.), który stanowi rodzaj propedeutyki w.f., odnoszącej się do nauczania form sportów walki, mających zastosowanie w zapobieganiu niebezpiecznym upadkom. Ponadto istotnym zwartym opracowaniem dydaktycznym był wydany w AWF Warszawa (2008) skrypt pt. „Zapasy styl wolny podstawy techniki”.

Kandydat regularnie uczestniczy w przedsięwzięciach popularyzujących naukę. Zaliczyć do nich należy coroczne Pikniki Naukowe Polskiego Radia i Centrum Nauki Kopernik, Pikniki Olimpijskie w dzielnicy Żoliborz, Narodowe Dni Sportu oraz spotkania ze społecznością dzielnic Bielany i Białoleka. Podczas tych wydarzeń promuje zdrowy styl życia, aktywność fizyczną, wdrażając zasady fair play wobec współwiczających, w tym osób starszych.

Dr Artur Kruszewski jest cenionym członkiem społeczności Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie. Wiele miejsca poświęca działalności społecznej. W tym zakresie uczestniczy w opiniowaniu Statutu Uczelni, konsultowaniu zmian regulaminowych oraz zasad wynagradzania pracowników. Systematycznie uczestniczy w gremiach statutowych uczelni jak: Kolegium Rectorskie, Senat AWF, Rada Wydziału Wychowania Fizycznego.

W uznaniu Jego aktywności naukowej i dydaktycznej wielokrotnie był nagradzany. W latach 2020 i 2021 został laureatem Nagrody Rektora AWF Warszawa za osiągnięcia naukowe. W tym samym czasie odebrał najbardziej prestiżowe wyróżnienie, otrzymując nagrodę I stopnia Ministra Sportu i Turystyki za szczególne osiągnięcia w pracy szkoleniowej.

Podsumowanie i rekomendacje

Dokonując oceny całokształtu osiągnięć naukowo-badawczych, organizacyjnych i dydaktycznych Habilitanta nasuwa się spostrzeżenie, iż wypełnił on przewidziane regulacjami prawnymi wymogi i kryteria aplikując do stopnia samodzielnego pracownika nauki. Dr Artur Kruszewski jawi się jako wszechstronny badacz, swobodnie poruszający się w obszarze diagnostyki laboratoryjnej oraz praktyki sportowej, skutecznie aplikujący wyniki badań do procesu szkolenia w sportach i sztukach walki. Publikując w wielu zespołach krajowych i międzynarodowych dał dowód na spójność swoich zainteresowań naukowych z pozostałymi atrybutami aktywności akademickiej: projektami, stażami, publikacjami zwartymi i szeroko rozumianą popularyzacją nauki.

Chciałbym zwrócić uwagę na oryginalne podejście do konceptu głównego osiągnięcia Kandydata, jakim jest monotematyczny cykl ośmiu artykułów. Autor prezentuje „szerszą perspektywę”, można rzec holistyczną wychodząc od agonistycznej teorii walki, sformułowanej przez Kotarbińskiego. Teoria posiada rodowód antyczny, wszakże „agonistikos” to z greki „zapaśniczy”. W tym sensie zawarte w tytule jednotematycznego cyklu publikacji określenia „wartości użytkowe, sportowe i zdrowotne” jako wyzwania badawcze charakteryzują się wspólnymi podstawami teoretycznymi.

Biorąc pod uwagę przedstawione wyżej fakty i argumenty, kierując się przesłankami zawartymi w art.219 ust 1 pkt, 2 i 3 ustawy z dnia 20.07.2018 r., przedkładam co następuje. Oceniam dorobek naukowy oraz monotematyczne osiągnięcie naukowe Kandydata pt. „Uniwersalny wymiar sportów walki w aspekcie wartości użytkowych, sportowych i zdrowotnych” pozytywnie. Jednocześnie rekomenduję Radzie Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, dalsze procedowanie przewodu habilitacyjnego dr Artura Kruszewskiego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej.