

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE  
WROCŁAWIU  
ZAKŁAD BIOSTRUKTURY



Rok założenia 1946

prof. dr hab. Zofia Ignasiak

al. I. J. Paderewskiego 35 51-612 Wrocław  
tel. 713473471/fax 713473034  
e-mail: [zofia.ignasiak@awf.wroc.pl](mailto:zofia.ignasiak@awf.wroc.pl)

Wrocław, dnia 27.08.2021 r.

## Recenzja

rozprawy doktorskiej mgr inż. Marty Ołpińskiej-Lischka  
pt.: „Wpływ 24 godzinnego snu na wybrane elementy  
sprawności psychofizycznej w zależności od płci”

Uchwałą Rady Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu z dnia 06.07.2021 zostałam powołana jako recenzent w przewodzie doktorskim mgr inż. Marta Ołpińskiej-Lischka. O decyzji Rady Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu zostałam powiadomiona pismem Pana prof. dr hab. Janusza Celichowskiego, Przewodniczącego Rady Naukowej, z dnia 09.07.2021 roku. Do pisma została dołączona praca doktorska w formie pisemnej pt. "Wpływ 24 godzinnego snu na wybrane elementy sprawności psychofizycznej w zależności od płci". Zgodnie z Ustawą podjęłam się opracowania opinii rozprawy doktorskiej mgr inż. Marty Ołpińskiej-Lischka.

Podstawą rozprawy doktorskiej są dwie opublikowane prace w czasopismach posiadających Impact Factor, poświęcone problemowi oceny związków snu bądź jego zaburzeń na wybrane aspekty sprawności psychofizycznej oraz dymorfizmu płciowego.

Pierwsza praca autorstwa Ołpińska-Lischka M, Kujawa K, Wirth JA, Antosiak-Cyrak KZ, Maciaszek J pt.: „The Influence of 24 Sleep Deprivation on Psychomotor Vigilance in Young Women and Man” została opublikowana w czasopiśmie Nature and Science of Sleep. 2020; 12:125-134. IF: 3.054, MNiSW: 70 pkt.

Druga praca autorstwa Ołpińska-Lischka M, Kujawa K, Maciaszek J. pt.: “Differences in the Effect of Sleep Deprivation on the Postural Stability among Men and Women” została opublikowana w czasopiśmie International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021; 18(7):3796. IF: 2.849; MNiSW: 70 pkt.

W obu zespołowych pracach Doktorantka jest pierwszym autorem. Łączna liczba punktów według listy Ministerstwa wynosi 140, a sumaryczna wartość Impact Factor 5,903.

W pierwszej z tych prac na stronie 126 body mass index (BMI) został podany w latach – winno być  $\text{kg/m}^2$ . Na stronie 128 w analizie statystycznej zamianie uległy symbole średniej i mediany winno być średnia – M mediana – Me – błąd komputerowy czy przeoczenie?

W pracy numer dwa w tabeli 1 (str. 3 z 14) zostało mylnie podane miano wysokości ciała – jest (cm) a wartość jest podana w metrach (m).

Są to drobne uwagi, które nie mają wpływu na wartościowe naukowo opracowania.

Do obu prac dołączone są oświadczenia współautorów. Mają one charakter bardzo ogólny i trudno jest wypowiedzieć się na temat wkładu pracy poszczególnych autorów. Zważywszy jednak, że Doktorantka jest pierwszym autorem można wnosić, że Jej wkład jest

znaczący. Jednocześnie prace zespołowe dowodzą umiejętności pracy w grupach badawczych co w mojej opinii jest dużą zaletą.

Dołączone do przesłanych mi materiałów dwie oryginalne i twórcze prace zostały w redakcjach czasopism poddane procedurze recenzji, tak więc swoją uwagę skupiłam głównie na autoreferacie opracowanym przez mgr inż. Martę Ołpińską-Lischka. Przedstawiony autoreferat składa się z typowych dla prac empirycznych części: wstęp, cel badań, metody i protokół badań oraz zastosowane metody statystyczne, analiza wyników połączona jest z ich omówieniem (dyskusja), a całość opracowania kończą wnioski i piśmiennictwo. W wykazie skrótów błędnie jest oznaczona średnia (M) oraz mediana (Me) i ten błąd powtarza się w dalszych częściach autoreferatu.

Wstęp a raczej wprowadzenie napisane jest zwięźle i rzeczowo, i pozwala czytelnikowi docenić jak ważna jest podjęta przez badaczy problematyka snu. Ewentualne zaburzenia snu przekładają się na codzienne funkcjonowanie człowieka tak w szkole, na studiach jak i w pracy zawodowej w fizjologii rutynowych czynności dnia. Mgr inż. Marta Ołpińskiej-Lischka ukazuje odmiennie często poglądy badaczy na zjawisko snu czym dowodzi konieczności prowadzenia dalszych badań i pogłębionych analiz. Autorzy i badacze wskazują, że istotna jest tak długość snu, jego jakość jak i występujące coraz częściej zaburzenia snu, ponieważ wiąże się to z zaburzeniami poznawczymi, koncentracją uwagi a także zaburzeniami motorycznymi.

Cel badań sformułowany jest jasno i wiąże się z prowadzonymi badaniami i analizami przeprowadzonymi w dalszej części pracy.

Metody badań zostały dobrane poprawnie i adekwatnie do tematu pracy. Zważywszy, że do badań włączony został autorski kwestionariusz, mam pytanie czy był on standaryzowany.

Opisując protokół badań Doktorantka pominęła bardzo istotne informacje dotyczące naboru grup badawczych, ich liczebności oraz warunków włączenia lub wykluczenia osób z badań. Te informacje

znajdują się w obu publikacjach, tak więc jaki był powód nie uwzględnienia ich w autoreferacie. Proszę również o wyjaśnienie jaki był powód oceny dobowej aktywności fizycznej z wykorzystaniem akcelerometrów tylko w grupie eksperymentalnej i pominięcie tego pomiaru w grupie kontrolnej.

Analiza wyników własnych jest połączona z dyskusją. Jest to zabieg trochę ryzykowny bo może zacierać granice między osiągnięciami autorów badań (wyniki własne) a wynikami innych badaczy. Niemniej na podkreślenie zasługuje fakt, że Doktorantka pokazała wyraźnie, że pozyskane w badaniach wyniki wyjaśniły wybrane aspekty zależności między brakiem snu i aktywnością fizyczną podkreślając, że u osób aktywnych fizycznie jakimi są studenci wydziału Wychowania Fizycznego skutki braku snu są na ogół mniejsze w porównaniu z osobami nieaktywnymi (dane z piśmiennictwa). Równocześnie zastrzega, że ten problem winien być tematem przyszłych, rozszerzonych badań.

Wnioski odpowiadają na wcześniej postawione hipotezy badawcze, są zwięzłe i jasne.

Dołączone piśmiennictwo (79 pozycji) dobrane jest adekwatnie do postawionego problemu badawczego i w przewadze są to opracowania z ostatnich lat, czyli bardzo aktualne.

## **Wniosek końcowy**

Podsumowując, mimo zawartych w recenzji drobnych uwag, formalną i merytoryczną stronę dysertacji doktorskiej oceniam pozytywnie. Pani mgr inż. Marta Ołpińska-Lischka spełnia w sposób podstawowy wymogi stawiane kandydatom do stopnia naukowego doktora zawarte w Ustawie. Wnoszę do Wysockiej Rady Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w

Poznaniu o dopuszczenie mgr inż. Marty Ołpińskiej-Lischka do dalszych etapów przewodu doktorskiego i wnioskuję o nadanie stopnia doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej.

Z wyrazami szacunku



Prof. dr hab. Zofia Ignasiak