

Katowice, 18.09.2023

mgr Angelina Ignatjeva

Akademia Wychowania Fizycznego

im. Jerzego Kukuczki w Katowicach

Szanowny Pan Recenzent

dr hab. Łukasz Radziński prof. AWFIS

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu

Im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku

Odpowiedź na recenzję rozprawy doktorskiej

Szanowny Panie Profesorze, bardzo dziękuję za wnikliwą ocenę merytoryczną mojej pracy doktorskiej, pozytywne opinie, jak również zawarte uwagi krytyczne. Stanowią one istotne wskazówki, służące poprawie jakości realizowanych przeze mnie przyszłych prac badawczych. Poniżej zamieściłam odpowiedzi na postawione przez Pana pytania oraz odniosłam się do uwag zamieszczonych w recenzji.

Uwagi krytyczne i dyskusyjne:

1. *„Rozdziały trzeci oraz czwarty natomiast, poruszają tematykę periodyzacji treningowej. Mgr Angelina Ignatjeva w swojej pracy oparła się o klasyczną klasyfikację zaproponowaną przez Bompę i Haff'a. Ta część pracy zawiera szczegółową charakterystykę poszczególnych składowych procesu treningowego. Natomiast, brakuje mi tu nieco odniesienia do realiów, w których były wykonywane badania. Jestem przekonany, że opis struktury czasowej treningu piłkarskiego w odniesieniu do 1 ligi polskiej (podział sezonu na dwie rundy, dwa okresy przygotowawcze, startowe i przejściowe itd.) znacząco wzbogaciłby treść pracy”.*

Odpowiedź

Zgadzam się z uwagą Pana Profesora. Należało dodać w dysertacji, że struktura czasowa treningu piłkarskiego 1 ligi polskiej zawiera: dwie rundy (jesienną i wiosenną), dwa okresy przygotowawcze (zimowy i letni), dwa startowe oraz dwa okresy przejściowe. Okres przygotowawczy zimowy trwa zazwyczaj około 7 tygodni, natomiast okres przygotowawczy letni trwa około 6 tygodni. Pierwszy okres startowy (runda jesienna) trwa około 19-20 tygodni, natomiast drugi okres startowy (runda wiosenna) trwa zazwyczaj 11-12 tygodni. Okres przejściowy po rundzie jesiennej trwa około 2 tygodnie (w zależności od stanu wytrenowania zawodników), natomiast okres przejściowy po rundzie wiosennej trwa przeważnie 2 tygodnie.

2. *„Badani piłkarze zostali podzieleni na 2 podgrupy. Program treningu siły dla obu tych grup obejmował 5 ćwiczeń, a zmienną różnicującą był zastosowany opór zewnętrzny (wyrażany jako %RM). W tym miejscu chciałbym dopytać czy dla wszystkich ćwiczeń wykonano testy siły maksymalnej oraz w jaki sposób różnicowano obciążenie podczas choćby podciągania czy podporu z wykorzystaniem taśm TRX? Z doświadczenia wiem, że indywidualizacja dodatkowego oporu bywa w tego typu ćwiczeniach kłopotliwa”*

Odpowiedź

W programie treningu siły test siły maksymalnej był wykonany dla następujących ćwiczeń: przysiad z sztangą na barkach *Back Squat (High Bar)*, wyciskanie sztangi leżąc *Bench Press*, wykroki ze sztangą na barkach *Barbell Lunge*. Natomiast takie ćwiczenia jak podciąganie na drążku nachwytem i podchwytem *Pull ups* oraz podpór przodem na przedramionach z wykorzystaniem taśmy TRX (w podwieszeniu) *Plank* były wykonane bez obciążenia.

3. *„Ciekawy jestem również, czy trening realizowano z wykorzystaniem aparatury Keisera, czy też w inny sposób?”*

Odpowiedź

Przysiad z sztangą na barkach, wyciskanie sztangi leżąc, wykroki z sztangą na barkach były wykonane z wykorzystaniem aparatury *ELEIKO* (Halmstad, Szwecja), podciąganie na drążku nachwytem i podchwytem oraz podpór przodem na przedramionach z wykorzystaniem taśmy TRX (w podwieszeniu) z wykorzystaniem aparatury *HOIST* (San Diego, California, Stany Zjednoczone).

4. *„Żałuję nieco, że w tak dobrze opisanej części metodologicznej Autorka nie umieściła szczegółowej charakterystyki badanych grup (wiek, wysokość i masa ciała), tym bardziej, że na początku badań wykonano analizę składu ciała”*

Odpowiedź

Zgadzam się z uwagą Pana Profesora. Średni wiek piłkarzy wyniósł: $25,0 \pm 2,5$ lat. Średnia wysokość ciała wynosiła: 180.6 ± 6.76 cm. Masa ciała: 75.5 ± 5.45 kg.

5. *„Pomimo faktu, że w całej rozprawie mgr Angelina Ignatjeva prawidłowo stosuje bardzo liczne odniesienia do literatury, to w jeszcze jednym miejscu sugerowałbym dodanie stosownej pozycji. W drugim akapicie na str. 73 można znaleźć informację, że 31% urazów w piłce nożnej jest spowodowanych nieprawidłowym upadkiem. Podanie źródła tej informacji wydaje się zasadne”*

Odpowiedź

Zgadzam się z uwagą Pana Profesora. Moje niedopatrzenie. Powyższą informację można znaleźć w pracach Andersen, Larsen, Tenga, Engebretsen, Bahr (2003), Grimmer i Williams (2003) oraz Scase, Cook, Makdissi, Gabbe, Shuck (2006).

Pozdrawiam i łączę wyrazy szacunku,
Angelina Ignatjeva

PIŚMIENNICTWO:

Andersen, T. E., Larsen, Ø., Tenga, A., Engebretsen, L., Bahr, R. (2003). Football incident analysis: a new video based method to describe injury mechanisms in professional football. *British journal of sports medicine*, 37(3), s. 226–232.

Grimmer, K., Williams, J. (2003). Injury in junior Australian Rules footballers. *Journal of science and medicine in sport*, 6(3), s. 328–338.

Scase, E., Cook, J., Makdissi, M., Gabbe, B., Shuck, L. (2006). Teaching landing skills in elite junior Australian football: evaluation of an injury prevention strategy. *British journal of sports medicine*, 40(10), s. 834–838.