

Miłosz Drozd
Akademia Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki w Katowicach

Dr hab. Adam Kawczyński. Prof. AWF
Katedra Sportu Paraolimpijskiego AWF we Wrocławiu

Odpowiedź na recenzję rozprawy doktorskiej

Szanowny Panie Profesorze, bardzo dziękuję za ocenę merytoryczną i redakcyjną mojej pracy doktorskiej oraz za wiele pozytywnych opinii.

Zgadzam się z Panem Profesorem, iż MMA jest bardzo wszechstronnym sportem bazującym na bardzo wielu zmiennych treningowych. Dlatego jako osoba zajmująca się przygotowaniem motorycznym skupiłem się, jak to podkreślił Pan Profesor, na kończynach dolnych w kontekście postawy wyjściowej, która inicjuje większość działań techniczno-taktycznych zawodnika oraz może posłużyć do praktycznych implikacji w periodyzacji treningu sportowego zawodników MMA. Dlatego, biorąc pod uwagę różną intensywność i charakter walki, która warunkuje dana kategoria wagowa, skupiłem się w swojej pracy na procentowych wartościach obciążenia zewnętrznego zawodników MMA w kontekście generowanej szczytowej mocy kończyn dolnych, odnosząc się do przyjętej pozycji wyjściowej zawodników.

Zgadzam się również z Panem Profesorem, iż otrzymane wyniki wskazują na kontrolowanie masy ciała w całym makrocyklu treningowym, gdyż jak to podkreślił Pan Profesor „szaleńcze zbijanie wagi” niesie za sobą ogromne ryzyko zdrowotne, takie jak np. nudności, wymioty, bóle głowy, skurcze, drgawki, zwiady, objawy grypopodobne. Sportowcy dążą do rywalizacji zwykle przy najniższej możliwej masie ciała osiągniętej zazwyczaj szybkimi metodami odchudzania, bardzo często będące efektem przewlekłego odwodnienia (np. sauny, dresy, diuretyki, gorące kąpiele, itp). Mając na uwadze to, iż ważenie odbywa się dzień wcześniej (24–36 godzin przed) zawodami, daje to sportowcom czas „postrzegany” jako wystarczający na nawodnienie i uzupełnienie energii (Crighton i wsp. 2015). Podkreślając ryzyko „szaleńczego zbijania wagi” pozwolę posłużyć się przykładem brazylijskiego

zawodnika MMA Leandro Souza, który w 2013 zmarł podczas próby utraty 20% masy ciała (około 15 kg) w ciągu 5 dni.

Dziękuję również za uwagę, dotyczącą praktycznych implikacji pracy, gdyż poszukiwanie nowych metod diagnostycznych i ich interpretacja oraz praktyczne zastosowanie niewątpliwie, może posłużyć w procesie optymalizacji przygotowania motorycznego zawodników MMA tym bardziej, że jest to relatywnie młody sport walki. Ponadto w przyszłości dogłębna diagnostyka potencjału motorycznego może posłużyć za stworzenie modelu mistrzowskiego zawodnika MMA.

Dziękuję Panu Profesorowi za docenienie zastosowanych przeze mnie metod, jak i pozytywne opinie dotyczące zaplanowania, przeprowadzenia badań oraz wykonania rozprawy doktorskiej.

Jednocześnie, dziękuję za podkreślenie pewnych uchybień, których podczas pisania pracy nie udało mi się uniknąć Wymienione uwagi dotyczące wklejania zdjęć wykresó, oraz pamiętanie o praktycznych implikacjach zostaną zmienione zgodnie z sugestią Pana Profesora, co pozwoli mi poprawnie przygotować pracę do publikacji.

Z poważaniem,

Miłosz Drozd