

Curriculum Vitae

Dane personalne:

Nazwisko: Ossowski

Imię: Zbigniew

e-mail: zbigniew.ossowski@awf.gda.pl

ORCID: 0000-0002-3226-2430



Wykształcenie:

- 1996-2000 Akademia Wychowania Fizycznego w Gdańsku - kierunek Zdrowie publiczne, specjalność Rekreacja ruchowa.
1999-2002 Medyczne Studium Zawodowe nr 2 w Gdańsku, kierunek Fizjoterapia.
2000-2001 Uniwersytet Gdański, Studia Podyplomowe - „Szkoła zarządzania”.
2020-2021 Wyższa Szkoła Zdrowia w Gdańsku, Studia Podyplomowe - „Dietetyka”
2008 Doktor nauk o kulturze fizycznej.
2020 Doktor habilitowany nauk o kulturze fizycznej, tytuł rozprawy habilitacyjnej: *Trening zdrowotny a sarkopenia u kobiet w okresie pomenopauzalnym.*

Zatrudnienie:

- od 2002 Pracownik badawczo-dydaktyczny w Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku. Zatrudnienie na stanowisku asystenta (2002-2010), adiunkta (2010-2020) następnie prof. AWFIS w Zakładzie Rekreacji Ruchowej (2020-obecnie).
od 2003 Nauczyciel akademicki, Zakład Fizjoterapii, Gdański Uniwersytet Medyczny, zatrudnienie w ramach umowy zlecenie.
2007-2021 Sekretarz Generalny Polskiej Federacji Nordic Walking, Gdańsk.
od 2016 Członek Rady Fundacji Uniwersytetu Trzeciego Wieku (UTW), od 2021 r. Wiceprezes UTW.
2009-2013 Adiunkt w Europejskiej Szkole Wyższej w Sopocie.

Staż:

- 21-24.04.2015 Lithuanian University of Educational Science, Wilno (współpraca: prof. Vida Juskeliene)
08-28.08.2013 Lithuanian Sports University, Kowno (współpraca: prof. Saulius Sukys, prof. Vida J. Cesnaitiene)
21-28.04.2013 Latvian Academy of Sport Education, Ryga (współpraca: prof. Juris Grants)
10-17.01.2013 University of Malaga, Hiszpania, (współpraca: dr Oscar R. Ramos)
15-22.04.2012 Lithuanian Academy of Physical Education, Kowno
02-23.01.2012 Lithuanian University of Educational Science, Wilno

W latach 2013-2018, naukowa współpraca z dr Teresą Tomas oraz dr Beatriz Fernandes z Lisbon School of Health Technology w Portugalii.

Projekty badawcze:

- "Active lifestyles and predictors of risk for incapacity on senior population – Falls Prevention". Patronat: European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing, nr RISINC2013 – FALLS
- "Frailty and Functional Decline". Patronat: European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing, nr RISINC2013 – FRAILITY
- „Optymalizacja i indywidualizacja treningu zdrowotnego ludzi w różnym wieku o różnym charakterze wysiłku fizycznego”. Finansowanie: badania statutowe Wydziału Turystyki i Rekreacji AWF i S
- „Nordic Walking szansą zachowania zdrowia przez Polaków”. Finansowanie: firma POLNORD SA
- „The Analysis of Students Physical Activity Needs and the Accessibility of Infrastructure at Universities”. Finansowanie: Ministry of Education and Science of the Republic of Lithuania

Programy dydaktyczne:

- „Trzeci Wiek w Zdrowiu”, Organizator: Gdański Ośrodek Promocji Zdrowia,
- „Outdoor Sports and Recreation Education Summer School (OSRESS)” Organizator: Latvian Academy of Sport Education, Latvian Association of Outdoor Education and Recreation.

Zainteresowania badawczo-dydaktyczne:

- Uwarunkowania aktywności i sprawności fizycznej osób w wieku średnim i starszym.
- Rola zróżnicowanych programów treningu zdrowotnego w profilaktyce upadków, sarkopenii, nadciśnienia, otyłości, osteoporozy oraz w kształtowaniu jakości życia kobiet w okresie pomenopauzalnym.
- Tematyka aktywności fizycznej i sportu osób niepełnosprawnych.
- Żywnienie w aktywności fizycznej.

Prowadzone przedmioty: teoria i metodyka treningu zdrowotnego, promocja zdrowia, zdrowie publiczne, kinezygerontoprofilaktyka, organizacja imprez turystycznych i rekreacyjnych, bungy pump, zabawy i gry ruchowe, biegi na orientację, turystyka aktywna, pedagogika czasu wolnego, aktywność osób niepełnosprawnych, sport osób niepełnosprawnych.

Informacje dodatkowe:

- trener Nordic Walking; instruktor bungy pump,
- instruktor rekreacji ruchowej,
- instruktor fitness w różnych formach gimnastyki,
- instruktor fitness - ćwiczenia siłowe,
- instruktor kajakarstwa,
- instruktor sportu w orientacji sportowej,
- organizator ponad 80 imprez sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży, osób dorosłych i starszych oraz osób niepełnosprawnych,
- od 2021 Management Committee Member w akcji COST „Network on evidence-based physical activity in old age” (COST CA20104; UE),
- Członek Pomorskiej Rady ds. Polityki Senioralnej (kadencja 2021-2025),
- odznaczenia: brązowy krzyż zasługi (2013), brązowa odznaka za zasługi dla sportu (2016).