

CV

Dane personalne:

Imię i nazwisko: Krzysztof Prusik
Stopień naukowy: prof. nadzw. dr hab
e-mail: prusik6471@gmail.com

Dziedzina: nauki medyczne, nauki o zdrowiu

Dyscyplina: nauki o kulturze fizycznej

Specjalizacja badawcza:

ogólna: kultura fizyczna
szczegółowa: trening sportowy, trening zdrowotny

Wykształcenie (tytuł, kierunek studiów, rok ukończenia):

- 1) mgr wychowania fizycznego, 1988
- 2) dr nauk o kulturze fizycznej, 1995
- 3) dr hab. nauk o kulturze fizycznej, 2004

Doświadczenie zawodowe (nazwa zakładu/instytucji, stanowisko, lata pracy):

- 1) Szkoła Podstawowa w Olszewce, nauczyciel, 1983-1984
- 2) Zespół Szkół Zawodowych nr 7 w Gdańsku, nauczyciel, 1997-1998
- 2) Szkoła Sportowa nr 75 w Gdańsku, nauczyciel-trener, 1991-1993
- 4) Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku, nauczyciel, od 1989
- 5) Wyższa Szkoła Bankowa w Toruniu, nauczyciel, od 2016

Dorobek naukowy

Dorobek naukowy mieści się w zakresie nauk o kulturze fizycznej i obejmuje 345 prac opublikowanych z łączną liczbą punktów 1033, w tym publikacje z punktacją MNiSW lista A i B 584 w tym IF 24.431, autorstwo 3 monografii naukowych i 62 rozdziałów monografii naukowych za łączną sumę 253 punktów.

I. Kierowanie projektami badawczymi

1. **Temat: „Optymalizacja i indywidualizacja treningu zdrowotnego o różnym charakterze wysiłku fizycznego ludzi w różnym wieku”** – Temat realizowany w ramach działalności statutowej Wydziału Turystyki i Rekreacji w latach 2008-2012 w AWFIS Gdańsk.
2. **Temat: „Optymalizacja treningu zdrowotnego o różnym charakterze wysiłku”**. Temat realizowany w ramach działalności statutowej Wydziału Turystyki i Rekreacji w latach 2008-2010 w AWFIS Gdańsk.
3. **Temat: „Teoretyczne i metodyczne podstawy indywidualizacji treningu sportowego zawodników na przykładzie cyklicznych dyscyplin sportowych”**. Temat realizowany w ramach projektu badawczego dofinansowanego ze środków KBN w ramach działalności statutowej na rok 2003 w AWFIS Gdańsk pt. „*Możliwości człowieka do wysiłków fizycznych o różnej intensywności – rola treningu sportowego jako wyznacznika granic przystosowania*” - kierowanym przez prof. dr hab. Wadima Zaporozanow

4. **Temat: „Optymalizacja treningu sportowego lekkoatletów, pływaków i biegaczy na orientację na podstawie indywidualnych predyspozycji i możliwości zawodników”** Temat realizowany w ramach badań statutowych AWFIS w Gdańsku pt. **„Trening sportowca jako sytuacja zmiany adaptacyjnej i transgresyjnej”**, kierowanego przez dr hab. prof. nadzw. Annę Szczęsną-Kaczmarek, w podtemacie **„Trening sportowca jako sytuacja zmiany motorycznej i biomechanicznej na etapach przygotowania specjalistycznego i mistrzowskiego”** kierowanym przez dr hab. prof. nadzw. Włodzimierza Erdmana

II. Udział w realizacji projektów badawczych

1. **Temat: „Trening zdrowotny osób w wieku 50-80 lat w prewencji zmian inwolucyjnych”** – Temat realizowany w ramach badań własnych AWFIS w latach 2008-2010. Od 2011 roku projekt realizowany w ramach badań statutowych Wydziału Turystyki i Rekreacji AWFIS w Gdańsku.
2. **Temat: “Position of tourism and residential activities in the natural enviroment in the way of life of young population between the age of 12-15 at the beginning of new century”**. Projekt realizowany przez Katedrę Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Mateja Bela w Bańskiej Bystrzycy na Słowacji w latach 2005-2007.
3. **Temat: „Reakcje organizmu na obciążenia treningowe w rocznym cyklu treningowym u zawodników uprawiających różne dyscypliny sportowe”** - kierownik tematu: prof. dr hab. Iwan Čillik – (2003-2004 rok)
4. **Temat: „Indywidualne predyspozycje ćwiczących a kierunki optymalizacji treningu sportowego”** – kierownik projektu: dr hab. Kazimierz Kochanowicz – (2004-2006 rok); projekt realizowany w ramach tematu badań statutowych AWFIS w Gdańsku pt. **„Trening sportowy – próba określenia możliwości adaptacyjnych człowieka do wysiłku fizycznego”**, kierowanych przez dra hab. Stanisława Sawczyńa

Inne projekty

- 1) Udział w projekcie badawczym krajowym NCN 2014/15/B/NZ7/00976 – 2013-2015rok
- 2) Udział w projekcie badawczym międzynarodowym VEGA č. 1/2539/05-2008-2010 ROK
- 3) Udział w projekcie badawczym krajowym pt. Dynamiczni seniorzy z energią – od 2017 roku
- 4) Udział w projekcie badawczym krajowym „Ekstra Fan” od 2015
- 5) Projekt - Sieć Naukowa pt. **„Polacy Aktywni i Zdrowi”**, zawiązana pomiędzy Akademią Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku a Gdańskim Uniwersytetem Medycznym (od sierpnia 2011 r. do dnia dzisiejszego)- inicjator i członek Rady Sieci Naukowe.

Doktoranci:

- dr Zbigniew Ossowski – AWFIS Gdańsk, 2008

Tytuł: Ukierunkowany trening zdrowotny a równowaga ciała u kobiet w wieku 50 – 75 lat.

- dr Błażej Stankiewicz – AWFIS Gdańsk, 2010

Tytuł: Zdolności wysiłkowe a obciążenia treningowe w procesie szkolenia biegaczy na średnich dystansach w wieku 16-19 lat.

- dr **Monika Wiech - AWFIS Gdańsk, 2015**

Tytuł: Zróżnicowany trening zdrowotny realizowany w formie nordic walking a wybrane wskaźniki morfofunkcjonalne kobiet w wieku 60-74 lat

- dr **Jakub Kortas - AWFIS Gdańsk, 2015**

Tytuł: ZRÓŻNICOWANY TRENING ZDROWOTNY A POZIOM WYTRZYMAŁOŚCI KOBIET W WIEKU 60 - 78 LAT

Członkostwo w zespołach redakcyjnych i organizacjach

1. Członek European College of Sport Sciences
2. Członek Polskiej Komisji Akredytacyjnej w latach 2008-2011
3. Od 2011 - ekspert Polskiej Komisji AKredytacyjnej
4. Członek zespołu redakcyjnego czasopisma naukowego pt. „Pedagogika, Psihologia ta Mediko-Biologiczni Problemi Fizicnogo Vihovanna i Sportu”. Charków, Ukraina. ISSN: 1818-91-72
5. Członek zespołu redakcyjnego czasopisma naukowego pt. „Slovak journal of sports sciences” (Slovensky casopis o vedach o sporie) Exercitatio Corpolis-Motus-Salus. Univerzita Mateja Bela v Nanskej Bystrici, Fakulta Humanitnych Vied, Katedra Telesnej Vychovy a Sportu. ISSN: 1337-7310
6. Członek zespołu redakcyjnego czasopisma naukowego pt. „Fizyczeskoje Wospitanije Studentow (Physical Education of Students)”. Charków, Ukraina. ISSN: 2075-5279
7. Członek zespołu redakcyjnego czasopisma naukowego pt. „Journal of Outdoor Activities - **Journal Profile**” ISSN 1802-3908 / Ev. no. MK ČR 17372 / The magazine is included in the EBSCO database.
8. Członek zespołu redakcyjnego czasopisma naukowego pt. „Turystyka i Rekreacja”, Copyright by Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Wydawnictwo AWF Warszawa, ISSN: 1895-3700

Pobyty i staże zagraniczne

1. LLP Erasmus program (Teaching Staff Mobility) Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 07-17/05/2009
2. LLP Erasmus program (Teaching Staff Mobility) Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 10-16/02/2010

3. LLP Erasmus program (Teaching Staff Mobility) Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 17-23/01/2011
4. LLP Erasmus program (Teaching Staff Mobility) Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 04-12/02/2012
5. LLP Erasmus program (Teaching Staff Mobility) Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 03-9/03/2013
6. Staż dydaktyczny, Univerzita Mateja Bela in BanskaBystica, Słowacja,termin: 15.08.-3.09.2013
7. Staż dydaktyczny, Państwowy Uniwersytet Gospodarki Wodnej i Zasobów Ziemi, Ukraina, Równe, termin: 3-6.11.2013

Wykaz działań związanych z popularyzacją osiągnięć naukowych i dydaktycznych

- Współpraca z Domami Pomocy Społecznej Gdańska i Gdyni;
- Współpraca z Gminą Przywidz w zakresie prowadzenia zajęć dla społeczności lokalnej z nordic walking, organizowanie grup ćwiczebnych (seniorzy) w środowisku lokalnym Gdańska-Oliwy i Sopotu;
- Organizowanie imprez turystycznych i rekreacyjnych dla seniorów i innych grup społecznych w środowisku lokalnym.
- Wykłady dla seniorów o promocji zdrowia i edukacja z zakresu działań optymalizacyjnych w treningu zdrowotnym;
- Popularyzacja wiedzy nt. roli vit. D3 w profilaktyce zdrowia;
- Nauczanie seniorów metodyki pomiarów domowych ciśnienia tętniczego krwi;
- Nauczanie seniorów rejestracji obciążeń treningowych i prowadzenia dziennika treningowego.