



NÁVRH HABILITAČNEJ KOMISIE

(Habilitačná komisia vyhodnotí plnenie podmienok podľa § 76 ods. 1, 2, č a 6 zákona č. 131/2002 Z.z. a v zmysle § 1 ods. 15 vyhlášky 246/2019 Z.z. o postupe získavania vedecko-pedagogických titulov alebo umelecko-pedagogických titulov docent a profesor)

1. VYHODNOTENIE PLNENIA KRITÉRIÍ UCHÁDZAČKY PODĽA MATERIÁLOV DODANÝCH UCHÁDZAČKOU

Pedagogická činnosť uchádzačky

Mgr. Lenka Tlučáková, PhD. je zamestnaná ako odborná asistentka na Fakulte športu PU v Prešove od roku 2012. Počas svojho pôsobenia na vysokých školách viedla 27 bakalárskych, 29 diplomových prác a 1 rigoróznú prácu. Z hľadiska odboru, v ktorom sa uchádza o vedecko-pedagogický titul docent, je významné jej pôsobenie na postoch odbornej asistentky, kde vyučuje a prednáša predmety na Fakulte športu, Fakulte humanitných a prírodných vied a Fakulte zdravotníckych odborov PU v Prešove, a to predmety: *Anatómia, Somatológia, Didaktika rekreačnej telesnej výchovy, Špecifiká športovania v ontogenéze človeka, Teória a didaktika športov v prírode, Animácia voľnočasových aktivít, Olympijské hnutie, Rekreačný šport 1, 2, 3, 4, Outdoorové činnosti; Metodika telovýchovnej záujmovej činnosti (FHPV PU); Optimálna pohybová aktivita, vrátane úpravy životného štýlu, ako liečebného a preventívneho prostriedku (FZO PU).*

V uvedených predmetoch viedla a vedie semináre, cvičenia a prednášky v bakalárskom aj magisterskom stupni štúdia, v dennej aj externej forme štúdia.

Je spoluautorkou jednej vysokoškolskej učebnice (AH 0,6) a dvoch vysokoškolských učebných textov (AH 6,54).

Vedecko-výskumná a expertízna činnosť uchádzačky

Vedecko-výskumné zameranie Mgr. Lenky Tlučákovej, PhD. reprezentuje niekoľko ťažiskových oblastí, najmä: problematika tvorby pohybových programov pre seniorov, monitorovanie ich pohybových aktivít a analýza telesného zloženia. Výskum bol v priebehu jeho realizácie podporený nasledovnými grantovými úlohami riešenými na Fakulte športu Prešovskej univerzity v Prešove - VEGA 1/3658/06 - *Motorické, psychické a sociálne aspekty pohybovej aktivity seniorov*; VEGA1/0706/17 - *Vzťah pohybovej aktivity a obezity starších žien* a grantovou úlohou riešenou v spolupráci s Fakultou telesnej kultury v Olomouci - GAČR 18-16423S - *Vliv obezity na změny v dlouhodobé pohybové aktivitě starších žen v kontextu zastavěného prostředí*. V týchto výskumoch sa venovala analýze pohybového režimu senioriek s hľadaním súvislostí medzi objemom realizovanej pohybovej aktivity, frekvenciou a intenzitou jej vykonávania. Taktiež sa zameriavala na monitorovanie pohybových aktivít objektívnymi metódami v kontexte s plnením všeobecne uznávaných odporúčaní pre realizáciu pohybových aktivít a vybranými zdravotnými ukazovateľmi telesného zloženia. Na základe dlhodobej práce s rovnakou skupinou probandov predložila longitudinálnym výskumom podložené fakty o význame poklesu pohybovej aktivity a náraste obezity v kontexte ich



vzájomných vzťahov. Výsledky jej práce môžu byť užitočné najmä pri navrhovaní pohybových intervencií pre seniorskú populáciu. Taktiež môžu slúžiť ako základná vedecká databáza, najmä v príprave podkladov národných odporúčaní, k realizácii pohybových aktivít a tvorbe komunikačnej stratégie zameranej na cieľovú skupinu seniorov.

Ďalšou oblasťou výskumných aktivít je monitorovanie telesného, motorického a funkčného rozvoja detí, žiakov a študentov v kontexte determinácie pohybového režimu, socioekonomického statusu a kooperatívnej edukácie. Táto oblasť jej výskumov je podporená nasledujúcimi grantmi: VEGA 1/0237/13 - *Telesný, motorický a funkčný rozvoj detí predškolského veku v reflexii štátneho vzdelávacieho programu ISCED 0*; APVV-0768-11 - *Telesný, funkčný a motorický rozvoj stredoškolskej mládeže v reflexii jej pohybovej aktivity*; VEGA1/0840/17 - *Socioekonomický status a stav infraštruktúry pre pohybové aktivity ako determinanty pohybového režimu, telesného a motorického vývinu žiakov*.

Svoju odbornú spôsobilosť si habilitantka prehlbila na viacerých zahraničných mobilitách:

- 2010 International Olympic Academy, Grécko,
- 2013 Erasmus, Teaching Staff mobility, FTVS KU Česká republika,
- 2015 The 11th International session for educators and officials of higher institutes of physical education, Grécko,
- 2016 Erasmus, Faculty of Physical Education, Rzesow, Polsko,
- 2016 University of Education Schwabisch Gmund, SRN,
- 2018 a 2019 Universitat Politecnica de Valencia, Španielsko.

Habilitantka bola členkou komisie záverečnej oponentúry KEGA (2015 – 2017), bola poverená vypracovaním oponentských posudkov VEGA a KEGA, je členkou Komisie pre ženy a šport pri Slovenskom olympijskom a športovom výbore.

Bola jej dvakrát udelená cena rektora (2019 a 2020) za vedecký výstup pre zamestnanca do 40 rokov za publikovanie príspevkov v karentovaných časopisoch v skupine vedných odborov vedy o športe.

Uchádzačka vo všetkých sledovaných scientometrických ukazovateľoch požadovaných Prešovskou univerzitou v Prešove spĺňa a v niektorých prekračuje predmetné požiadavky. Je spoluautorkou dvoch vedeckých monografií vydaných v domácich vydavateľstvách. Ďalej je autorkou 49 vedeckých prác, 20 z nich je domácich a 29 zahraničných; z toho v databázach Web of Science je 6 výstupov, v databáze SCOPUS je 7 publikácií. Celkovo eviduje 73 publikačných výstupov. Na svoje práce uchádzačka eviduje 72 ohlasov, z toho je 62 zahraničných a 45 z nich je v databázach Web of Science a SCOPUS. Uchádzačka eviduje aj svoju participáciu vo výskumných projektoch VEGA (4x), APPV (1x) a GAČR (1x), z toho 5x ako spoluriešiteľka a 1x ako hlavná riešiteľka. Z predložených publikačných a výskumných charakteristík je jasná monotematická orientácia na pohybovú aktivitu /inaktivitu seniorov. Uvedený prehľad dokumentuje, že uchádzačka, Mgr. Lenka Tlučáková, PhD., spĺňa kritériá na udelenie titulu docent a je uznávanou vedeckou a pedagogickou osobnosťou.

2. ZÁVERY OPONENTSKÝCH POSUDKOV NA HABILITAČNÚ PRÁCU (v súvislosti s § 1 ods. 10 vyhlášky)

Na habilitačnú prácu Mgr. Lenky Tlučákovvej, PhD. vypracovali posudky:

- prof. PaedDr. Elena Bendíková, PhD., Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici, Filozofická fakulta, Katedra telesnej výchovy a športu
- doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Pedagogická fakulta, Katedra telesnej výchovy a športu
- doc. Mgr. Milan Sedliak, PhD., Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu

prof. PaedDr. Elena Bendíková, PhD. - záver posudku:

Predložená habilitačná práca Mgr. Lenky Tlučákovvej, PhD. pod názvom: „Udržateľnosť úrovne svalovej sily senioriek pohybovou intervenciou“ je prínosom v študijnom odbore športová edukológia. Zároveň, na základe predloženej práce a po úspešnej obhajobe, navrhujem, aby bol Mgr. Lenke Tlučákovvej, PhD. udelený vedecko-pedagogický titul „docent (doc.)“ v študijnom odbore športová edukológia.

doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD. – záver posudku:

Práca má svoje limity, ktoré autorka v závere popisuje, nachádza sa v nej niekoľko nedostatkov (spomenuté vyššie), avšak konštatujem, že prináša nové poznatky dlhodobého sledovania úrovne a udržania pohybovej schopnosti sily u seniorov. Práca s ovplyvňovaním úrovne sily u seniorov sú známe nielen v zahraničí, ale aj u nás, avšak práca s tak dlhodobým (longitudinálnym) sledovaním u nás absentovala. Z hľadiska vedného odboru vidím prínos práve v dlhodobom sledovaní, v rozšírení poznatkov dlhobodej udržateľnosti svalovej sily u seniorov, s čím súvisí oddialenie funkčnej mobility a tým predĺženie ich samostatnosti. Výsledky sú využiteľné pri koncipovaní rôznych odporúčaní pre cieľovú skupinu seniorov na národnej, ale i medzinárodnej úrovni. Habilitačná práca Mgr. Lenky Tlučákovvej, PhD na tému: „Udržateľnosť úrovne svalovej sily senioriek pohybovou intervenciou“ spĺňa požiadavky štandardne kladené na habilitačnú prácu v odbore športová edukológia. Po úspešnej prednáške a obhajobe navrhujem Mgr. Lenke Tlučákovvej, PhD., udeliť vedekopedagogický titul „docent“.

doc. Mgr. Milan Sedliak, PhD. - záver posudku:

Autorka vo svojej habilitačnej práci preukázala schopnosť samostatnej vedeckej tvorivej práce. Predloženú habilitačnú prácu hodnotím ako celok z hľadiska interdisciplinarity, medzinárodnej spolupráce, ako aj aktuálnosti témy a zvolených metód a publikovaných výsledkov pozitívne. Práca je originálna. Na základe vyššie uvedeného navrhujem Mgr. Lenku Tlučákovú, PhD. na udelenie vedekopedagogického titulu „docent“ v odbore habilitačného konania.

3. ODBORNÉ POSÚDENIE HABILITAČNEJ PREDNÁŠKY A OBHAJOBY HABILITAČNEJ PRÁCE – ZÁVER HABILITAČNEJ KOMISIE

Habilitačná prednáška odznela na tému „Možnosti ovplyvnenia biologického veku z pohľadu epigenetiky“. Uchádzačka v prednáške prezentovala faktor veku ako najdôležitejšiu charakteristiku starnutia, ktorý môžeme deliť na kalendárny, biologický a funkčný. Rozdiely medzi kalendárnym a biologickým vekom sú vysoko individuálne. Dlhovekí ľudia demonštrujú potrebu rozlišovať medzi fyziologickým a patologickým (predčasným) typom starnutia. Ďalej vysvetlila, že biologický vek charakterizuje organizmus z hľadiska jeho reálneho stupňa zostarnutia a má vyššiu výpovednú hodnotu o osobe ako kalendárny vek. Mgr. Lenka Tlučáková, PhD. tiež uviedla, že presným stanovením biologického veku sa zaoberá medicína už niekoľko rokov. Aj napriek poznaniu faktorov, ktoré starnutie spomaľujú, či naopak urýchľujú, nie je určenie biologického veku jednoduché a stále chýba všeobecne uznávaná metóda. V záveroch habilitantka akcentovala fakt o tom, že pohybová aktivita pôsobí na ľudský organizmus tzv. ochranným efektom a ako nefarmakologická intervencia je jednou z najúspešnejších metód na prevenciu vzniku sarkopenickej obezity a krehkosti starších ľudí. Za výslednú hodnotu biologického veku nesieme v prevažnej miere zodpovednosť sami na základe toho, ako sa v priebehu života o seba staráme.

V rozprave k habilitačnej prednáške vystúpili viacerí diskutujúci:

doc. RNDr. Viktor Bielik, PhD. – spýtal sa, čo habilitantka v súvislosti so stanovenou témou habilitačnej prednášky skúmala, resp. ktorú z metód sledovania génov (globálna metilácia génov alebo výber len separátnych génov) by pri skúmaní epigenetických faktorov zvolila? Doplnil, že habilitačná prednáška by mala odzrkadľovať aj vlastné práce autorky.

prof. PaedDr. Jozef Liba, PhD. – vyjadril súhlas s doc. Bielikom, zdôraznil, že prednáška bola pomerne všeobecná a poukázal, že tézy uvedené pre habilitačnú prednášku neboli naplnené.

prof. PhDr. Beáta Balogová, PhD. – vyzdvihla aktivity habilitantky aj počas realizácie projektu univerzity tretieho veku, rovnako pozitívne hodnotí aj výstupy súvisiace s touto činnosťou, ktoré boli súčasťou medzinárodného projektu.

MUDr. František Németh, PhD. – pogrataloval za zdravotníkov k prednáške a tiež činnosti, ktorú doteraz habilitantka viedla v tejto oblasti výskumu. Vyzdvihol aj mieru práce z pohľadu dĺžky trvania cvičebného programu s vlastnou skupinou senioriek. Zároveň sa v súvislosti s niektorými predrečníkmi opýtal, či je možné ovplyvniť gény prostredníctvom realizácie pohybovej aktivity.

prof. PhDr. Iveta Kovalčíková, PhD. – požiadala, aby habilitantka vybrala z vlastných výskumov jeden výstup, ktorý si najviac váži, resp. ktorý preukázal najvýznamnejšie výsledky z pohľadu riešenej problematiky. Doplnila, aby aspirantka definovala atribúty z pohľadu metodiky tohto výskumu (skupina, sledované faktory a ich metodika skúmania) a predstavila jeho výsledky.

doc. RNDr. Viktor Bielik, PhD. – v diskusii doplnil, že jeho predchádzajúce vystúpenie, ako aj prehovory prof. Libu a MUDr. Németha, mali viesť k rozprave, či dokážeme ovplyvniť epigenetiku cez pohybovú aktivitu.

prof. MVDr. Janka Poráčová, PhD. – doplnila diskusiu o súvislosť metabolických procesov a veku. V predhovore poukázala na známe fakty, že práve oblasť stravovania a metabolizmus sú jednými zo zásadných faktorov starnutia.

Následne aspirantka predstavila vlastnú habilitačnú prácu na tému „Udržateľnosť úrovne svalovej sily senioriek pohybovou intervenciou“. Vychádzajúc z teoretických východísk formulovala cieľ a hypotézy práce. Následne predstavila najzásadnejšie výsledky uvedené vo vlastnej práci. V záveroch formulovala odporúčania pre vedný odbor a prax, rovnako konštatovala prijatie alebo zamietnutie hypotéz a naplnenie cieľov habilitačnej práce.

Do vedeckej rozpravy sa, okrem oponentov habilitačnej práce, zapojili a formulovali svoje otázky či pripomienky:

prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD. – v úvode pochválil dlhodobú prácu aspirantky s touto skupinou. Nadviazal na problematiku nejasností v metodike výskumu, ktoré sú spôsobené objektívnymi charakteristikami, ale aj možnými nedostatkami práce autorky. Položil otázky: Aká bola homogenita súboru v zmysle účasti aktívnych a menej aktívnych senioriek? Ako bola táto problematika pokrytá? Ďalšou otázkou bola sezónnosť testovania výkonu v pozorovanej skupine. Boli sledovania realizované z pohľadu sezóny identické?

prof. Mgr. Marián Vanderka, PhD. – čo by autorka zmenila, aby mal výskum lepšiu vnútornú validitu? Aby to vo väčšej miere zodpovedalo metodologickým požiadavkám a boli odstránené nedostatky popísané v posudkoch habilitačnej práce?

prof. PaedDr. Jozef Liba, PhD. – položil otázku, prečo sa autorka opierala o publikácie, ktoré majú 20 rokov a dominujú v práci autorky? Nie sú k dispozícii z pohľadu problematiky, či už noriem, alebo možnosti ovplyvňovania zdravia seniorov novšie informačné zdroje?

Mgr. Lenka Tlučáková, PhD. zodpovedala otázky k spokojnosti členov komisie. Habilitantka v prednáške prezentovala svoj odborný názor na tému možnosti ovplyvnenia biologického veku z pohľadu epigenetiky.

Uchádzačka odborne a erudovane zodpovedala a vysvetlila otázky a pripomienky z posudkov na habilitačnú prácu, objasnila svoj prístup v predmetnej problematike. Habilitantka pri obhajobe práce prezentovala longitudinálny výskum o udržateľnosti úrovne svalovej sily senioriek v závislosti od jej vstupnej úrovne, veku a dĺžke pohybovej intervencie. Následne podrobne popísala poznatky získané štatistickým spracovaním údajov, ktoré analyzovala vzhľadom na stanovený cieľ a hypotézy. Habilitantka zodpovedala otázky k spokojnosti členiek a členov habilitačnej komisie. Vo svojich odpovediach čiastočne dokázala zdôvodniť svoje názory. Habilitantka nie úplne preukázala osobný prínos pre rozvoj vedného odboru.

Habilitačná komisia hodnotí prednášku a obhajobu habilitačnej práce Mgr. Lenky Tlučákovvej, PhD. pozitívne. Uchádzačka preukázala primeranú odbornú erudovanosť a pedagogickú spôsobilosť.

4. NÁVRH UDELIŤ UCHÁDZAČOVI TITUL DOCENT V ODBORE ŠPORTOVÁ EDUKOLÓGIA

Habilitačná komisia pracovala v súlade s postupom ustanoveným Zákonom č.131/2002 Z.z. o vysokých školách a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a Vyhláškou Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky č. 246/2019 Z. z. o postupe získavania vedecko-pedagogických titulov a umelecko-pedagogických titulov docent a profesor.



PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE
FAKULTA ŠPORTU

17. novembra 15, 080 01 Prešov

Habilitačná komisia na základe posúdenia všetkých predložených dokladov a dokumentov, plnenia scientometrických kritérií a ostatných kritérií Prešovskej univerzity v Prešove týkajúcich sa vedeckej, pedagogickej a organizátorskej činnosti uchádzača, posudkov oponentov, prednesenej habilitačnej prednášky a výsledku obhajoby habilitačnej práce konštatuje, že Mgr. Lenka Tlučáková, PhD. spĺňa všetky podmienky stanovené všeobecne záväznými právnymi predpismi, ako aj vnútornými predpismi Prešovskej univerzity v Prešove na udelenie titulu docent v odbore športová edukológia.

Na základe uvedeného habilitačná komisia predkladá predsedovi Vedeckej rady Fakulty športu Prešovskej univerzity v Prešove tento návrh a odporúča Vedeckej rade Fakulty športu Prešovskej univerzity v Prešove schváliť návrh na udelenie vedecko-pedagogického titulu „docent“ Mgr. Lenke Tlučákovovej, PhD. v odbore habilitačného konania a inauguračného konania športová edukológia.

Habilitačná komisia:

<i>Predseda habilitačnej komisie</i>	Podpis:
Prof. PaedDr. Jaromír Sedláček, PhD.	
<i>Členovia habilitačnej komisie</i>	
Prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.	
Doc. PaedDr. Róbert Rozim, PhD.	

Miesto a dátum: Prešov, 21.02.2022