

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Przyszła biolog z UJ bada uwarunkowania fizyczne łyżwiarzy figurowych

Łyżwiarstwo figurowe wymaga rozpoczęcia treningu we wczesnym dzieciństwie. Mimo intensywnej pracy zdarza się jednak, że zmiany fizyczne w okresie dojrzewania wykluczają dalszą karierę. Nadmierny przyrost masy ciała, wzrostu lub zmniejszenie wytrzymałości

**organizmu sprawiają, że zawodnik nie robi postępów, a nawet nie utrzymuje formy. Wielu dramatów można by było uniknąć, gdybyśmy potrafili z góry określić przydatność dziecka do wybranej dyscypliny sportu. Metod biologicznych, które mogłyby wspomóc rodziców i trenerów w takich decyzjach szuka Monika Heród, studentka Wydziału Biologii i Nauk o Ziemi Uniwersytetu Jagiellońskiego.**



Monika Heród specjalizuje się w biologii człowieka i przygotowuje pracę magisterską pod kierunkiem dr. hab. Henryka Głęba z Zakładu Antropologii UJ. Jej mentorką jest także dr Iwona Wronka, zajmująca się ontogenezą, czyli nauką o rozwoju człowieka po okresie płodowym - od narodzin do samej starości.

"Antropologia sportowa to na naszej uczelni grunt mało zbadany, niewiele osób zajmowało się w swojej pracy naukowej uwarunkowaniami fizycznymi u osób, które uprawiają sport zawodowy. Dlatego moja praca wymaga samodzielnego zgromadzenia materiału do analiz. Mam nadzieję na ciekawe wyniki ankiet prowadzonych w klubach łyżwiarskich i w rodzinach młodzieżowych polskich łyżwiarzy" - tłumaczy studentka.

Jej praca ma dać odpowiedź na pytanie, czy to trening, czy też dokonana w odpowiednim momencie selekcja zawodników wpływa na to, że dorośli łyżwiarze figurowi są specyficznej budowy. Mają na przykład większą masę mięśniową od tkanki tłuszczowej, są lekkiej budowy i umiarkowanego wzrostu.

"Chcę ustalić, czy w pewnym momencie życia łyżwiarzy jest czas na taką selekcję i jakie kryteria należałoby wziąć pod uwagę. Można sobie bowiem wyobrazić, że dziecko dojrzewa zbyt szybko, nie ma siły na intensywny trening, a jego ciało zmienia się w znaczący sposób. Wówczas fizycznie nie pasuje do wybranej przez siebie dyscypliny i odpada. Chciałabym wiedzieć, czy można pokonać te trudności odpowiednim planem treningowym i dietą. Bo warto pamiętać, że nastoletni łyżwiarz czy łyżwiarka mają za sobą wiele lat ciężkiej pracy i trudno jest pogodzić się z zakończeniem zawodowego uprawiania tej dyscypliny" - mówi Monika Heród.

Biolożkę interesuje, co ma większy wpływ na to, jak wyglądają łyżwiarze będąc już juniorami i seniorami - trening czy geny. Dlatego rozpoczęła gromadzenie informacji o rodzicach i rodzeństwie młodych łyżwiarzy. Analizom podda ich wysokość ciała i masę ciała, wiek dojrzewania płciowego, a ponadto weźmie pod uwagę fakt, czy w dzieciństwie oni również uprawiali zawodowo jakiś sport i jaki obecnie prowadzą tryb życia.

Zdaniem rozmówczyni takie informacje pomogą przewidzieć, jak szybko dziecko będzie dojrzewać, czy będzie wysokie czy niskie, ciężkie czy lekkie. Monika Heród zaznacza, że osoby dojrzewające wcześniej są statystycznie niższe od tych, które dojrzewają później. Z masą ciała już tak nie jest. Wpływ na masę i wysokość ciała mają nie tylko geny, ale również środowisko i sposób odżywiania się, mimo to istnieją przesłanki, które pozwalają badaczom przewidzieć w granicach błędów, czy obecny 6-7 latek będzie wysoki.

"Badania z udziałem małych sportowców prowadzi się w USA. Na podstawie analiz budowy kości

w przybliżeniu określa się wysokość ciała i masę dziecka w przyszłości, aby sprawdzić, czy może ono nastawić się na wybrany sport zawodowy. W Polsce prac tego rodzaju jest niewiele, dlatego chętnie nawiążę kontakt z badaczami, którzy są zainteresowani tą tematyką" - deklaruje studentka.

Dodaje, że sama dopiero się uczy i w pracy magisterskiej nie zdecydowała się na stosowanie narzędzi pomiarowych takich jak antropometr - urządzenie do badania długości kończyn, wysokości i proporcji. Opracowuje jedynie anonimowe ankiety. W jej badaniach wezmą udział dzieci i młodzież z trzech klubów łyżwiarskich. Będą to dwa kluby sportowe z Warszawy - Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy EURO6, Uczniowski Klub Łyżwiarstwa Figurowego Ochota oraz Uczniowski Klub Łyżwiarstwa Figurowego Unia Oświęcim.

Niektóre dzieci w Polsce rozpoczynają trening w wieku 4-5 lat i niemal od początku startują w zawodach młodzików. Praca z dzieckiem na lodzie trwa na początku jedną, później dwie godziny i jest uzupełniana zajęciami imitacyjnymi i ogólnorozwojowymi. W okresie dojrzewania przeciętny czas treningu lodowego to trzy godziny.

Monika Heród planuje zbadać, czy sukces w tym sporcie odnoszą osoby szczupłe i wysokie, czy też o umięśnionych, silnych nogach, a może o innych specyficznych cechach fizycznych. Ankiety będą uzupełniane o podstawowe informacje umieszczane w licencjach młodych zawodników wydawanych przez Polski Związek Łyżwiarstwa Figurowego. W opracowaniu wyników magistrantka zamierza stosować metody statystyczne.

Źródło: <http://www.naukawpolsce.pap.com.pl/> Katarzyna Olszewska

Fot.: PAP

<https://laboratoria.net/aktualnosci/12733.html>



13-04-2026

## [Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## **Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie**

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## **Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu**

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## **W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja**

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## **Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...**

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## [Ruszyła Akademia Energii Jądrowej](#)

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

## [Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona](#)

Chorych będzie coraz więcej

**Informacje dnia:** [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u](#)

[seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#)  
[Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W](#)  
[nagłych przypadkach](#) [ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza](#)  
[ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

## **Partnerzy**