



dr n. o k. f. Agata Mroczek

agata.mroczek@uni.opole.pl

Mgr:

Uniwersytet Wrocławski, Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych, Pedagogika – specjalność: poradnictwo zawodowe i coaching kariery, tytuł zawodowy magister, 2015.

Akademia Świętokrzyska w Kielcach (obecnie Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach), Wydział Nauk o Zdrowiu, Fizjoterapia, tytuł zawodowy magister, 2007.

Dr (dyscyplina)

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wydział Wychowania Fizycznego, stopień naukowy doktora nauk o kulturze fizycznej, 2012.

Zatrudnienie:

Adiunkt badawczo-dydaktyczny, Instytut Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Opolski

Funkcje:

- Członkini Uczelnianej Komisji Wyborczej
- Opiekun Studenckiego Koła Naukowego Antropokinetyki
- Koordynator programu Erasmus+ na kierunku fizjoterapia

Staż naukowe i inne:

Erasmus+ Mobility Staff for teaching and training

2022 – Harokopio University, Athens, Greece

2022 – University of Sassari, Sardinia, Italy

2021 – University of Health Sciences, Istanbul, Turkey

2021 – Prof. D-R Assen Zlatarov University, Burgas, Bulgaria

2020 – University of Ostrava, Czech Republic

2019 – European University Cyprus, Nicosia, Cyprus

2019 – Polytechnic Institute of Coimbra, Portugal

2018 – University of Crete, Heraklion, Greece

2017 – Medical University, Plovdiv, Bulgaria

2012 – Medical University, Plovdiv, Bulgaria

2010 – Medical University, Plovdiv, Bulgaria

Nagrody:

Trener fitness roku

Nagroda Rektora III stopnia

Aktualne badania naukowe/ zainteresowania badawcze:

- anatomia,
- antropokinetyka,
- analiza składu ciała
- funkcjonalny trening medyczny
- metodologia badań klinicznych
- biostatystyka i analiza danych biomedycznych

Współpraca krajowa/ zagraniczna:

Klaipėdos Universitetas (Litwa)

Universidad de Cadiz (Hiszpania)

University of Health Sciences (Turcja)

European University Cyprus (Cypr)

Harokopio University (Grecja)

Najnowsze publikacje:

- 1 Matusiak B., Kaczorowska A., Mroczek A.: Aktywność fizyczna studentek fizjoterapii i pielęgniarstwa. W: Zachowania prozdrowotne jako element aktywności życiowej człowieka / Bejda Grzegorz, Lewko Jolanta, Krajewska-Kułak Elżbieta (red.), 2022, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku; ISBN 978-83-963859-3-2, s. 435-442.
- 2 Mroczek A., Golachowska M., Kaczorowska A.: Anthropometry and body composition of young soccer players. *Medical Science Pulse* 2022 July 19. DOI: 10.5604/01.3001.0015.9298 [Epub ahead of print]
- 3 Kaczorowska A., Szwamel K., Fortuna M., Mroczek A., Lepsy E., Katan A.: Assessment of Physical Fitness and Risk Factors for the Occurrence of the Frailty Syndrome among Social Welfare Homes' Residents over 60 Years of Age in Poland, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 19, nr 12, 2022, s. 1-17, DOI:10.3390/ijerph19127449
- 4 Kaczorowska A., Kornek M., Mroczek A., Lepsy E., Radajewska A.: The angle of trunk rotation and symmetry of a lower limb loading in musicians of a symphony orchestra in Poland: a pilot study concerning instrument-specific results, *Medycyna Pracy*, vol. 73, nr 2, 2022, 85–93, DOI:10.13075/mp.5893.01230
- 5 Szwamel K., Kaczorowska A., Lepsy E., Mroczek A., Golachowska M., Mazur E., Panczyk M.: Predictors of the Occupational Burnout of Healthcare Workers in Poland during the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 19, nr 6, 2022, s. 1-21, DOI:10.3390/ijerph19063634
- 6 Żurek G., Kasper-Jędrzejewska M., Dobrowolska I., Mroczek A., Delaunay G., Ptaszkowski K., Halski T.: Vibrating Exercise Equipment in Middle-Age and Older Women with Chronic Low Back Pain and Effects on Bioelectrical Activity, Range of Motion and Pain Intensity: A Randomized, Single-Blinded Sham Intervention Study, *Biology, Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI)*, vol. 11, nr 2, 2022, s. 1-17, DOI:10.3390/biology11020268
- 7 Kaczorowska A., Rusek S., Lepsy E., Katan A., Mroczek A.: Evaluation of balance and fall risk in geriatric ward patients, *Medical Science Pulse*, vol. 15, nr 1, 2021, s. 19-23, DOI:10.5604/01.3001.0014.8273
- 8 Kaczorowska A., Mroczek A., Lepsy E., Kornek M., Kaczorowska A., Kaczorowska M., Lepsy K.: Musculoskeletal pain in professional symphony orchestra musicians, *Medical Science Pulse*, vol. 15, nr 3, 2021, s. 38-43, DOI:10.5604/01.3001.0015.0633
- 9 Kaczorowska A., Kaboth J., Lepsy E., Mroczek A.: The effects of physiotherapy using proprioceptive neuromuscular facilitation techniques on the gait of patients after hip and knee arthroplasty: a case report, *Medical Science Pulse*, vol. 15, nr 3, 2021, s. 49-55, DOI:10.5604/01.3001.0015.2789
- 10 Mroczek A., Kaczorowska A., Lepsy E.: Assessment of selected body composition parameters and nutritional habits of American football players in Poland: a prospective and

- observational study, *Pomeranian Journal of Life Sciences*, Pomorski Uniwersytet Medyczny w Szczecinie, vol. 67, nr 3, 2021, s. 48-54, DOI:10.21164/pomjlifesci.739
- 11 Mroczek A., Dobrowolska I., Golachowska M.: Body composition and health behaviors among older women attending regular fitness classes: a pilot study, *Medical Science Pulse*, vol. 15, nr 1, 2021, s. 41-49, DOI:10.5604/01.3001.0014.8294
 - 12 Dereń K., Mroczek A., Kaczorowska A.: Efektywność ćwiczeń indywidualnych i masażu klasycznego w przewlekłych, niespecyficznych bólach odcinka lędźwiowego kręgosłupa, W: *Interdyscyplinarne wyzwania nauk o zdrowiu / Cybulski Mateusz, Łukaszuk Cecylia, Krajewska-Kułak Elżbieta (red.)*, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-962852-0-1, s. 583-592
 - 13 Knopczyk J., Kaczorowska A., Mroczek A.: Wpływ miesięczkowania na ból odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa u kobiet w wieku 20-35 lat, W: *Holistyczny wymiar współczesnej medycyny. T. 8 / Krajewska-Kułak Elżbieta [i in.] (red.)*, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-959846-8-6, s. 973-982
 - 14 Lepsy E., Żurek G., Mroczek A., Kaczorowska A.: Aktywność fizyczna osób w podeszłym wieku. Analiza badań przeprowadzonych wśród mieszkańców województwa opolskiego, dolnośląskiego i śląskiego, W: *Medycyna, zdrowie a styl życia. Człowiek wobec wyzwań współczesnego świata II / Naumowicz Monika (red.)*, 2021, Wydawnictwo Naukowe ArchaeGraph Diana Łukomiak, ISBN 978-83-66709-70-6, s. 41-55
 - 15 Matusiak D., Kaczorowska A., Mroczek A., Katan A.: Ocena wpływu zmęczenia po wysiłku fizycznym na proces utrzymania równowagi i stabilności posturalnej, W: *Interdyscyplinarne wyzwania nauk o zdrowiu / Cybulski Mateusz, Łukaszuk Cecylia, Krajewska-Kułak Elżbieta (red.)*, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-962852-0-1, s. 609 - 617
 - 16 Mroczek A., Kucharek K., Olszowa M., Dzięgielewska S., Kaczorowska A., Lepsy E.: Aktywność fizyczna studentek kierunków medycznych, W: *Zachowania prozdrowotne jako element aktywności życiowej człowieka / Bejda Grzegorz, Lewko Jolanta, Kujawska-Kułak Elżbieta (red.)*, vol. 2, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-959846-5-5, s. 517-524
 - 17 Mroczek A., Dobrowolska I., Dobrowolska P., Kaczorowska A., Golachowska M., Lepsy K.: Analiza składu ciała studentek fizjoterapii i dietyki, W: *Zachowania prozdrowotne jako element aktywności życiowej człowieka / Bejda Grzegorz, Lewko Jolanta, Kujawska-Kułak Elżbieta (red.)*, vol. 2, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-959846-5-5, s. 188-197
 - 18 Pawłowska-Woźniak P., Mroczek A., Lepsy E.: Ocena jakości życia pacjentek z reumatoidalnym zapaleniem stawów, W: *Holistyczny wymiar współczesnej medycyny. T. 8 / Krajewska-Kułak Elżbieta [i in.] (red.)*, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-959846-8-6, s. 335-339
 - 19 Ptak E., Mroczek A., Lepsy E.: Efektywność masażu tkanek głębokich i masażu klasycznego w poprawie elastyczności taśmy powierzchownej tylnej u kobiet amatorsko trenujących piłkę siatkową, W: *Interdyscyplinarne wyzwania nauk o zdrowiu / Cybulski Mateusz, Łukaszuk Cecylia, Krajewska-Kułak Elżbieta (red.)*, 2021, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, ISBN 978-83-962852-0-1, s. 593-601
 - 20 Kaczorowska A., Noworyta K., Mroczek A., Lepsy E.: Effect of the MobilityWOD training program on functional movement patterns related to the risk of injury in CrossFit practitioners, *Acta Gymnica*, Palacky University, vol. 50, nr 1, 2020, s. 3-8, DOI:10.5507/ag.2020.002
 - 21 Mroczek A., Kaczorowska A., Kaczmarzyk M.: Body structure and physical fitness assessed by the Senior Fitness Test: a cross-sectional study in a sample of Polish seniors, *Medical Science Pulse*, vol. 14, nr 4, 2020, s. 67-74, DOI:10.5604/01.3001.0014.6553
 - 22 Mroczek A., Chawałek M.: The changes in proportion and body composition of a woman practicing group fitness training for three months, *Medical Science Pulse*, vol. 14, nr 1, 2020, s. 47-50, DOI:10.5604/01.3001.0014.0926
 - 23 Mroczek A., Kicka K., Kaczorowska A.: Intergenerational differences in the body build of women, *Medical Science Pulse*, vol. 13, nr 2, 2019, s. 44-48, DOI:10.5604/01.3001.0013.2793

- 24 Mroczek A., Wybraniec Z.: The effectiveness of therapeutic massage in treating back pain: a case report, *Medical Science Pulse*, vol. 13, nr 4, 2019, s. 44-47, DOI:10.5604/01.3001.0013.7441
- 25 Pilis K., Stec K., Pilis A., Mroczek A., Michalski C., Pilis W.: Body composition and nutrition of female athletes, *Roczniki Państwowego Zakładu Higieny*, vol. 70, nr 3, 2019, s. 243-251, DOI:10.32394/rpzh.2019.0074
- 26 Steuer M., Jędrzejewski G., Dolibog P., Mroczek A., Kaczorowska A.: Deep tissue massage and flexibility in the structural components of the superficial back line of professional volleyball players: a pilot study, *Medical Science Pulse*, vol. 13, nr 3, 2019, s. 29-34, DOI:10.5604/01.3001.0013.5238

Granty/ projekty:

- **Kierownik merytoryczny projektu** – AKCJA 2 Partnerstwa strategiczne w ramach sektora Szkolnictwo wyższe w programie Erasmus+ (KA203-HED)

Numer: 2020-1-PL01-KA203-81905

Tytuł projektu: Innowacyjne kształcenie studentów nauk medycznych i nauk o zdrowiu, wynikające z lepszego dostosowania oferty dydaktycznej w aspekcie potrzeb zdrowotnych kobiet w ciąży i po porodzie.

Lider: Uniwersytet Opolski.

Partnerzy: Universidad de Cadiz (Hiszpania), Klaipedos Universitetas (Litwa).

Czas trwania 01.09.2020 – 31.08.2023

Dofinansowanie z programu Erasmus+: 300 926,00 euro

- **Kierownik merytoryczny projektu** AKCJA 2 Partnerstwa na rzecz współpracy, Partnerstwa współpracy o budżecie 400 000 euro w ramach sektora Szkolnictwo wyższe w programie Erasmus+ (KA220-HED)

Numer: 2022-1-PL01-KA220-HED-000089283

Tytuł projektu: A European Collaborative and Innovative Partnership to Promote Physical Activity for Patients with Chronic Respiratory Conditions.

Lider: Uniwersytet Opolski.

Partnerzy: Klaipedos Universitetas (Litwa), Sveuciliste U Zadru (Chorwacja), Eia - Ensino E Investigacao E Administracao Sa (Portugalia), Pixel - Associazione Culturale (Włochy), Turun Ammattikorkeakoulu Oy (Finlandia)

Czas trwania: 1.11.2022-31.10.2025

Dofinansowanie z programu Erasmus+: 400 000,00 euro

Inne zainteresowania/ hobby:

- narciarstwo zjazdowe
- bieganie (ukończyła kilkadziesiąt biegów na różnych dystansach od sprintów do ultramaratonów górskich). Zdobyła Koronę Półmaratonów Polski i Koronę Maratonów Polskich. Reprezentując uczelnię wywalczyła 1 i 3 miejsce w sztafetach firmowych podczas Maratonu Opolskiego
- zarządzanie organizacją i zarządzanie projektami