

Tematy prac licencjackich - kierunek sport i wellness - rok akademicki 2026/2027

STUDIA I STOPNIA			
Lp.	Tytuł, stop. nauk., nazwisko i imię promotora (jeżeli pracownik niesamodzielny - podać z czyjej puli)	Temat	Charakter pracy
1.	prof. dr hab. Elżbieta Żbikowska	Malaria bagażowa - fakt czy mit?	teoretyczna
2.	prof. dr hab. Elżbieta Żbikowska	Zagrożenia parazytologiczne w kuchniach świata – produkty zdrowe, ale czy bezpieczne?	teoretyczna
3.	dr hab. Andrzej Arażny, prof. UMK	Sezonowa zmienność aktywności fizycznej a warunki bioklimatyczne w Polsce	teoretyczna z badaniami własnymi
4.	dr hab. Andrzej Arażny, prof. UMK	Droga od amatora do zawodowca na przykładzie Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Toruniu	teoretyczna z badaniami własnymi
5.	dr hab. Krzysztof Domagalski prof. UMK	Wpływ aktywności fizycznej na jakość życia i odporność przeciwwzakaźną	teoretyczna
6.	dr hab. Tomasz Jędrzejewski, prof. UMK	Wpływ grzybów medycznych na odporność osób aktywnych fizycznie	teoretyczna
7.	dr hab. Janusz Niedojadło, prof. UMK	Aktywność fizyczna jako czynnik regulujący ekspresję genów	teoretyczna
8.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK	Aktywność fizyczna a jakość życia osób dorosłych	teoretyczna
9.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK	Znaczenie rekreacji ruchowej w życiu osób pracujących	teoretyczna
10.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK	Aktywność fizyczna dzieci i młodzieży jako element kształtowania nawyków zdrowotnych	teoretyczna
11.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK	Rola prawidłowego żywienia w kształtowaniu zdrowego stylu życia	teoretyczna
12.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK	Znaczenie nawodnienia organizmu podczas wysiłku fizycznego	teoretyczna
13.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK (pula prof. dr hab. J.Rogalska)	Suplementacja koenzymem Q10 a poziom stresu oksydacyjnego?	teoretyczna
14.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK (pula prof. dr hab. J.Rogalska)	Rola koenzymu Q10 w procesach antyoksydacyjnych organizmu?	teoretyczna

Tematy prac licencjackich - kierunek sport i wellness - rok akademicki 2026/2027

15.	dr hab. Anna Nowakowska, prof. UMK (pula prof. dr hab. J. Rogalska)	Suplementacja koenzymem Q10 i jej wpływ na wydolność fizyczną osób aktywnych.	teoretyczna
16.	dr hab. Sylwia Wrotek prof. UMK	Zastosowanie sauny w leczeniu kontuzji sportowców	teoretyczna
17.	dr hab. Sylwia Wrotek prof. UMK	Zastosowanie krioterapii w leczeniu kontuzji sportowców	teoretyczna
18.	dr hab. Magdalena Hagner-Derengowska, prof. UMK	Dobrostan psychiczny sportowców a stosowanie technik regeneracji mentalnej (mindfulness, relaksacja, trening oddechowy)	teoretyczna
19.	dr hab. Magdalena Hagner-Derengowska, prof. UMK	Wpływ jakości snu na dobrostan psychofizyczny i wyniki sportowe zawodników amatorskich i półprofesjonalnych	teoretyczna
20.	dr hab. Magdalena Hagner-Derengowska, prof. UMK	Skuteczność wybranych strategii recovery (np. rolowanie, kąpiele lodowe, stretching) w percepcji i praktyce sportowców	teoretyczna
21.	dr Anna Dubownik	Fanoturystyka sportowa jako czynnik rozwoju turystyki miejskiej na przykładzie wybranego wydarzenia sportowego	praktyczna
22.	dr Anna Dubownik	Turystyka kajakowa jako forma aktywnego wypoczynku – zachowania i preferencje uczestników spływów	praktyczna
23.	dr Anna Dubownik	Aktywność fizyczna w podróży a dobrostan turystów – znaczenie oferty sport & wellness w wyborze destynacji	praktyczna
24.	dr Małgorzata Grabowska	Porównanie skuteczności różnych form treningu aerobowego i anaerobowego w redukcji tkanki tłuszczowej	teoretyczna
25.	dr Małgorzata Grabowska	Wpływ regularnej aktywności fizycznej na profil lipidowy i ryzyko chorób sercowo-naczyniowych	teoretyczna
26.	dr Małgorzata Grabowska	Ciechocinek i jego walory uzdrowiskowo-turystyczne.	teoretyczna
27.	dr Agnieszka Ludwiczak (pula dr hab. T. Jędrzejewski, prof. UMK)	Probiotyki a redukcja masy tłuszczowej i poprawa kondycji u osób trenujących	teoretyczna
28.	dr Justyna Maliszewska (pula dr hab. J. Wyszowska, prof. UMK)	Wpływ kofeiny na zdolności wysiłkowe oraz funkcje poznawcze u osób aktywnych fizycznie	teoretyczna

Tematy prac licencjackich - kierunek sport i wellness - rok akademicki 2026/2027

29.	dr Justyna Maliszewska (pula dr hab. J. Wyszowska, prof. UMK)	Kreatyna jako suplement stosowany w sporcie	teoretyczna
30.	dr Justyna Maliszewska (pula dr hab. J. Wyszowska, prof. UMK)	Kapsaicyna jako składnik bioaktywny o znaczeniu prozdrowotnym	teoretyczna
31.	dr Justyna Maliszewska (pula dr hab. J. Wyszowska, prof. UMK)	Znaczenie kwasów omega-3 w funkcjonowaniu organizmu sportowca	teoretyczna
32.	dr Anna Michalska	Związek między poziomem wiedzy zdrowotnej a ryzykiem przetrenowania u osób aktywnych fizycznie.	teoretyczna
33.	dr Anna Michalska	Rola edukacji zdrowotnej w kształtowaniu nawyków regeneracyjnych u młodych sportowców	teoretyczna
34.	dr Anna Michalska	Rola trenera w edukacji zdrowotnej i kształtowaniu zachowań prozdrowotnych zawodników	teoretyczna
35.	dr Olga Smoleńska	Turystyka aktywna/sportowa w wybranej formie aktywności/dyscyplinie sportowej, w tym projekty szlaków i/lub gier turystycznych i zastosowanie nowych technologii w turystyce i sporcie (w tym innowacje i problem dopingu elektronicznego itp.)	teoretyczno-praktyczna
36.	dr Olga Smoleńska	Wpływ sportów mentalnych/gry w szachy itp. na wybrane aspekty rozwoju człowieka/dzieci/osób niepełnosprawnych, w tym głównie wpływ na rozwój funkcji poznawczych oraz rozwój osobisty i zawodowy	teoretyczno-praktyczna
37.	dr Olga Smoleńska	Wpływ aktywności fizycznej na zdrowie oraz czynniki wpływające na zdrowie psychiczne, w tym profilaktyka demencji i chorób neurologicznych oraz aktywności mentalnej i stymulacji mózgu na rzecz sportu i zdrowia	teoretyczno-praktyczna
38.	dr inż. Justyna Sobocińska (pula dr hab. S. Wrotek prof. UMK)	Modyfikacja odpowiedzi immunologicznej w warunkach stosowania środków wspomagających wydolność fizyczną	teoretyczna
39.	dr Paulina Spisz (pula dr hab. T. Jędrzejewski, prof. UMK)	Rola aktywności fizycznej w łagodzeniu zmęczenia nowotworowego	teoretyczna
40.	dr Piotr Wasąg (pula dr hab. M. Lenartowska, prof. UMK)	Molekularne podłoże specjalizacji mięśni na przykładzie wybranych białek aparatu kurczliwego.	teoretyczna

Tematy prac licencjackich - kierunek sport i wellness - rok akademicki 2026/2027

41.	dr Piotr Wasąg (pula dr hab. M. Lenartowska, prof. UMK)	Wpływ diety na funkcjonowanie i adaptację mięśni szkieletowych.	teoretyczna
-----	---	--	-------------