



PRZEWODNIK KIERUNKOWY · FIZJOTERAPIA

Jak napisać pracę magisterską z fizjoterapii

Od pytania klinicznego do obrony: projekt badania, narzędzia pomiaru,
statystyka, opis przypadku i przegląd systematyczny.

Spis treści

Jak korzystać z tego przewodnika	1
1 Specyfika pracy z fizjoterapii	2
1.1 Praktyka oparta na dowodach	2
1.2 Typy prac	2
1.3 Badanie ankietowe na fizjoterapii	3
1.4 Co wyróżnia dobrą pracę	3
2 Temat i pytanie kliniczne	5
2.1 Schemat PICO	5
2.2 Cel, problemy i hipotezy	5
2.3 Znaczenie kliniczne	6
3 Wyszukiwanie i ocena literatury	7
3.1 Bazy danych	7
3.2 Strategia wyszukiwania	7
3.3 Czytanie krytyczne	7
3.4 Jak pisać przegląd	8
4 Projekt badania własnego	9
4.1 Rodzaje projektów	9
4.2 Dlaczego przed i po to za mało	9
4.3 Grupa kontrolna w realiach pracy magisterskiej	10
4.4 Wytyczne raportowania	10
5 Komisja bioetyczna i zgody	11
5.1 Kiedy potrzebna jest komisja bioetyczna	11
5.2 Świadoma zgoda uczestnika	11
5.3 Zgoda placówki	12
5.4 Ochrona danych o zdrowiu	12
6 Dobór uczestników i wielkość próby	13
6.1 Kryteria włączenia i wyłączenia	13
6.2 Rekrutacja	13
6.3 Wielkość próby	13
6.4 Utrata uczestników	14
7 Narzędzia pomiaru	15
7.1 Rodzaje narzędzi	15
7.2 Rzetelność i trafność	15
7.3 Protokół pomiaru	16
7.4 Znaczenie kliniczne zmiany	16

8	Opis interwencji	18
8.1	Lista kontrolna TIDieR	18
8.2	Dawkowanie ćwiczeń	18
8.3	Grupa porównawcza też wymaga opisu	19
8.4	Czynniki towarzyszące	19
9	Analiza statystyczna i prezentacja wyników	21
9.1	Typy danych	21
9.2	Dobór testu	21
9.3	Wielkość efektu i znaczenie kliniczne	22
9.4	Tabele i wykresy	22
9.5	Opis wyników słowami	22
10	Opis przypadku	24
10.1	Kiedy opis przypadku ma sens	24
10.2	Wytyczne CARE	24
10.3	Pomiar w opisie przypadku	25
10.4	Dyskusja i wnioski	25
11	Przegląd systematyczny	27
11.1	Przegląd systematyczny a narracyjny	27
11.2	Protokół	27
11.3	Wyszukiwanie i selekcja	27
11.4	Ocena jakości badań	28
11.5	Synteza wyników	28
12	Dyskusja	30
12.1	Układ dyskusji	30
12.2	Porównanie z literaturą	30
12.3	Znaczenie kliniczne	30
12.4	Ograniczenia	31
12.5	Wnioski	31
13	Struktura pracy i część teoretyczna	32
13.1	Układ pracy badawczej	32
13.2	Część teoretyczna bez podręcznika	32
13.3	Proporcje	33
13.4	Wstęp i cel	33
13.5	Streszczenie	33
14	Redakcja, terminologia i cytowanie	34
14.1	Terminologia	34
14.2	Jednostki i liczby	34
14.3	Skróty	34
14.4	Styl cytowania	34
14.5	Ryciny i tabele	35
15	Finisz: ostatnie tygodnie	36
15.1	Kolejność	36
15.2	Aneksy	36
15.3	Formatowanie	37
15.4	Antyplagiat i złożenie pracy	37

16	Obrona	38
16.1	Prezentacja	38
16.2	Pytania do pracy	38
16.3	Pytania z zakresu studiów	39

Jak korzystać z tego przewodnika

Ten przewodnik powstał dla studentki lub studenta fizjoterapii, który ma przed sobą pracę magisterską i chce ją napisać dobrze. Nie powtarza rad o „pracach dyplomowych w ogóle”. Każdy rozdział, przykład i checklista dotyczą fizjoterapii: pytań klinicznych, badań z udziałem pacjentów, skal i testów funkcjonalnych, opisów przypadków, przeglądów literatury i tego, jak wyniki tych badań uczciwie opisać.

Fizjoterapia jest zawodem medycznym, a praca magisterska z tego kierunku jest oceniana według standardów nauk o zdrowiu. Recenzent oczekuje pytania badawczego, które ma znaczenie dla praktyki, projektu badania dobrane do tego pytania, pomiarów wykonanych rzetelnie i według protokołu, zgody komisji bioetycznej tam, gdzie jest wymagana, i wniosków, które nie wykraczają poza to, co pokazały dane. To dużo, ale każdy z tych elementów da się zaplanować krok po kroku.

Przewodnik obsługuje najczęstsze typy prac na tym kierunku: badanie własne (przekrojowe albo oceniające efekt terapii), opis przypadku i przegląd systematyczny. Rozdziały od pierwszego do trzeciego i od dwunastego do szesnastego są wspólne dla wszystkich. Rozdziały od czwartego do dziewiątego dotyczą badania własnego, dziesiąty opisu przypadku, a jedenasty przeglądu systematycznego.

Po drodze spotkasz pięć rodzajów ramek. **Definicje** porządkują pojęcia. **Przykłady z praktyki** pokazują, jak zasada wygląda w gotowym tekście. **Pułapki** opisują błędy, które powtarzają się w pracach z fizjoterapii. **Checklisty** pozwalają sprawdzić rozdział przed wysłaniem go promotorowi. Ramki **Okiem recenzenta** pokazują, na co patrzy osoba, która wystawi ocenę.

Liczby, nazwy skal i wytyczne podane w przewodniku zostały sprawdzone w źródłach w 2026 roku. Protokoły pomiarów i wymagania komisji bioetycznych różnią się jednak między ośrodkami, dlatego zawsze sprawdzaj aktualne wytyczne swojej uczelni i placówki, w której prowadzisz badanie.

Powodzenia. Dobrze napisana praca magisterska z fizjoterapii uczy tego samego, czego wymaga praca z pacjentem: rzetelnego pomiaru, krytycznego czytania dowodów i ostrożności w ocenie, czy terapia naprawdę pomogła.

01

Specyfika pracy z fizjoterapii

Fizjoterapeuta w Polsce wykonuje samodzielny zawód medyczny, uregulowany ustawą z 25 września 2015 r. o zawodzie fizjoterapeuty. Kształcenie odbywa się na pięcioletnich jednolitych studiach magisterskich według standardu określonego rozporządzeniem Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z 26 lipca 2019 r. Praca magisterska jest więc pracą z obszaru nauk o zdrowiu i oceniana jest według jego reguł. Ten rozdział wyjaśnia, co to oznacza w praktyce.

1.1 Praktyka oparta na dowodach

Współczesna fizjoterapia opiera się na praktyce opartej na dowodach naukowych (ang. *evidence-based practice*, EBP). Decyzja terapeutyczna łączy w niej najlepsze dostępne dowody z badań, doświadczenie kliniczne terapeuty i preferencje pacjenta. Praca magisterska jest ćwiczeniem pierwszego z tych elementów. Pokazuje, że umiesz znaleźć i ocenić dowody, a jeśli prowadzisz badanie, że potrafisz sam wytworzyć dowód o znanej sile i znanych ograniczeniach.

Siła dowodu

Nie każde badanie daje równie mocny dowód. Najwyżej w hierarchii stoją przeglądy systematyczne i metaanalizy dobrze przeprowadzonych badań z randomizacją, niżej pojedyncze badania z randomizacją, dalej badania bez randomizacji i obserwacyjne, a na końcu opisy przypadków i opinie ekspertów. Praca magisterska nie musi być badaniem z randomizacją. Musi jednak uczciwie nazwać, jaki typ dowodu wytwarza, i nie wyciągać wniosków, na które ten typ nie pozwala.

1.2 Typy prac

Typ pracy	Pytanie w centrum	Przykładowy temat
Badanie przekrojowe	Jaki jest stan, częstość, zależność w danej grupie?	Zakres ruchu odcinka szyjnego a czas pracy przy komputerze u pracowników biurowych
Badanie efektu terapii	Czy i jak bardzo zmienił się stan pacjentów po interwencji?	Wpływ ćwiczeń stabilizacyjnych na niepełnosprawność u pacjentów z przewlekłym bólem krzyża
Opis przypadku	Jak przebiegała fizjoterapia u konkretnego pacjenta i czego to uczy?	Postępowanie fizjoterapeutyczne u pacjenta po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego

Typ pracy	Pytanie w centrum	Przykładowy temat
Przegląd systematyczny	Co mówią wszystkie dostępne badania na dany temat?	Skuteczność treningu równowagi w zapobieganiu upadkom u osób po udarze: przegląd systematyczny
Badanie ankietowe	Co wiedzą, deklarują lub sądzą ludzie?	Wiedza rodziców o wadach postawy u dzieci w wieku szkolnym

Uczelnie różnią się w tym, które typy dopuszczają. Część wydziałów wymaga badania własnego, inne akceptują dobrze wykonany przegląd systematyczny albo opis przypadku. Sprawdź to w regulaminie i u promotora, zanim wybierzesz temat.

1.3 Badanie ankietowe na fizjoterapii

Ankieta o wiedzy czy nawykach jest najłatwiejsza organizacyjnie i dlatego popularna. Pamiętaj, że fizjoterapia jest kierunkiem, na którym potrafisz mierzyć: zakres ruchu, siłę, równowagę, wydolność, niepełnosprawność za pomocą standaryzowanych skal. Praca, która łączy pomiar z kwestionariuszem, jest zwykle oceniana wyżej niż praca oparta wyłącznie na deklaracjach.

⚠ Praca z anatomii

Pierwszy rozdział liczy trzydzieści stron anatomii kręgosłupa, biomechaniki i patofizjologii bólu, przepisanych z podręczników. Badanie własne zajmuje piętnaście stron na końcu. Recenzent zna anatomie i nie ocenia jej streszczenia. Część teoretyczną ogranicz do tego, co potrzebne, żeby zrozumieć problem, narzędzia pomiaru i interwencję, a stan badań nad Twoim pytaniem opisz dokładniej niż budowę stawu.

1.4 Co wyróżnia dobrą pracę

Dobra praca magisterska z fizjoterapii zaczyna się od pytania, które ma znaczenie kliniczne. Stosuje projekt badania dobrany do tego pytania, mierzy za pomocą narzędzi o znanej rzetelności według opisanego protokołu, ma zgodę komisji bioetycznej i zgody pacjentów, a interwencję opisuje tak dokładnie, że inny fizjoterapeuta mógłby ją powtórzyć. Wyniki analizuje statystycznie, ocenia ich znaczenie kliniczne i uczciwie opisuje ograniczenia.

💬 Okiem recenzenta

Najpierw patrzę na metodologię: jaki projekt badania, ilu pacjentów, jakie narzędzia i czy jest grupa kontrolna. Potem czytam wnioski. Jeśli badanie przed i po terapii w jednej grupie kilkunastu osób kończy się zdaniem, że „metoda X jest skuteczna i powinna być stosowana”, wiem, że autor nie rozumie siły dowodu, który wytworzył.

☑ Zanim zaczniesz

- ☐ Wiesz, jakie typy prac dopuszcza Twoja uczelnia
- ☐ Wybrałeś typ pracy i rozumiesz siłę dowodu, jaki daje
- ☐ Masz dostęp do pacjentów lub grupy badanej albo do baz danych literatury

- ☐ Wiesz, jakie zgody (komisja bioetyczna, placówka) będą potrzebne
- ☐ Umiesz w jednym zdaniu powiedzieć, co z pracy wyniknie dla praktyki