

CURRICULUM VITAE

Dane osobowe

Imię i nazwisko: Natalia Grzebisz-Zatońska

E-mail: natalia.grzebisz@awf.edu.pl



Wykształcenie

10.2013- 09.2018 AWF Katowice biochemia – studia doktoranckie

Doktor Nauk o Kulturze Fizycznej

Temat pracy: Endokrynne i odpornościowe reakcje pośredniczące w adaptacji do wysiłku w makrocyklu kolarzy

2008-2013 Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach

Mgr wychowania fizycznego (specjalizacja gimnastyka korekcyjna)

Mgr turystyki i rekreacji (Temat pracy magisterskiej: Profilaktyka otyłości i nadwagi)

Kurs dietetyki w zakresie odżywiania i suplementacji

Trener biegów narciarskich PZN (II klasa)

Trener narciarstwa alpejskiego PZN (II klasa)

Doświadczenie zawodowe

Od 2023

Wykładowca: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

Od 2026

Prodziekan ds. nauki, Wydział Rehabilitacji, Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie

2022-2023

Pełnomocnik Rektora ds. Jakości Kształcenia Wyższa Szkoła Inżynierii i Zdrowia

2019 - 2024

Wykładowca: Wyższa Szkoła Inżynierii i Zdrowia w Warszawie

Kierunek: kosmetologia.

Prowadzone przedmioty: biochemia, immunologia z alergologią, trening zdrowotny, physiology of physical effort, kształtowanie sylwetki i postawy ciała, laboratory of dietetics and diet planning

2020

Wykładowca: Uczelnia Medyczna im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie

Prowadzone przedmioty: Zdrowy styl życia, podstawy dietetyki

04.-0.9.2021

Kierownik w projekcie badawczo-rozwojowym, którego głównym celem było wprowadzenie na rynek nowego suplementu diety w postaci shotów HERBI SHOTS

Od 01.10.2016 do 30.12.2021

Wykładowca: Szkoła Główna Turystyki i Rekreacji w Warszawie

Kierunek: dietetyka w języku polskim (teoria treningu sportowego, dietetyka sportowa, fizjologia z elementami anatomii, biochemia sportu) i angielskim (prowadzony przedmiot w języku angielskim: biochemistry with enzymology)

Kierownik badań naukowych:

- 1) Zmiany adaptacyjne w organizmie w odpowiedzi na powtarzany wysiłek u osób amatorsko uprawiających sport
- 2) Wpływ aktywności fizycznej oraz diety na wybrane parametry wydolnościowe osób o podwyższonej aktywności fizycznej

1.10.2018- 30.09.2019

Wykładowca: Uczelnia Łazarskiego

Kierunek: lekarski. Prowadzony przedmiot: wpływ sportu wyczynowego na zdrowie

Od 06.2016

Trener i dietetyk w Stowarzyszeniu Narciarskim Klasyk Warszawa

Od 10.2016- 10.2017

Instytut Sportu w Warszawie

Realizacja projektu „Identyfikacja młodych talentów w kolarstwie” fizjolog, przeprowadzanie badań wydolnościowych

Od 2015

Publikowanie artykułów popularnonaukowych m.in. o diecie i suplementacji w sporcie, fizjologii wysiłku, biochemicznym, monitorowaniu organizmu w portalach: bieganie.pl, magazynbieganie.pl, biegambolubie.com.pl oraz w „Gazecie Wyborczej”, „Magazynie Trenera”, „Diecie i Treningu” i magazynie „Bieganie”, „BikeBoard”.

Doświadczenie sportowe

Reprezentowanie kraju w biegach narciarskich na zimowych uniwersjadach w Val di Fiemme (2014), Szczyrbskim Plesie (2015), Mistrzostwach Świata Młodzieżowców (Otepææ 2011), Pucharze Świata w biegach narciarskich w Szklarskiej Porębie (2012 i 2014), zwycięstwo w Biegu Piastów (2014) oraz Letnim Biegu Piastów (półmaraton 2014 oraz maraton 2015).

Uczestnictwo w maratonach i ultramaratonach narciarskich.

Dodatkowe informacje

Języki obce

- język angielski
- język niemiecki

Dodatkowe informacje

1. Laureatka Stypendium Ministra Nauki dla wybitnych młodych naukowców w roku 2025.
2. Laureatka Stypendium Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego za znaczące osiągnięcia sportowe.
3. Cambridge English Certificate in EMI Skills.
4. Wykładowca podczas wyjazdów dydaktycznego w ramach programu ERASMUS.
5. Kurs dietetyki sportowej w zakresie odżywiania i suplementacji,
6. Szkolenia „Increasing attractiveness of classes involvment of students by design thinking method” oraz „Preparation of lecturers for teaching soft and multicultural competences”
7. Inne wybrane szkolenia:

„Predyspozycje genetyczne - jak spersonalizować zalecenia dietetyczne?”, „Współczesne koncepcje treningu w warunkach hipoksji”, „Najnowsze wytyczne Światowej Agencji Antydopingowej przed igrzyskami olimpijskimi i paraolimpijskimi w Tokio”, „"Powrót do gry"-strategia bezpiecznego powrotu do treningów przez zawodników post COVID-19”. „Interpretowanie wyników badań diagnostycznych w sporcie”, „Trening siły w grach zespołowych”, „Etap bezpośredniego przygotowania przed IO w Tokio – doświadczenia trenerów olimpijskich”, „Jak rozmawiać z zawodnikami o diecie i redukcji masy ciała?”, „Niedozwolony doping w sporcie”, „Dietetyka sportowa”, „Aspekty medyczne sportu związane z COVID maj 2022”, „Warsztaty z pierwszej pomocy 2022”, „Szkolenie z metod komunikacji i zachowania przy współpracy z osobami z niepełnosprawnościami 2022”, „Szkolenie UE z pomocy świadczonej osobom z niepełnosprawnościami 2022”, „Szkolenie UE z metod aktywizacji i organizacji osób z niepełnosprawnościami 2022”.

8. Instruktor fitness jogging, fitness nowoczesne formy gimnastyki, instruktor pływania i biathlonu
9. Stypendystka Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego
10. Recenzent w czasopismach naukowych
11. Czynna uczestniczka międzynarodowych konferencji naukowych oraz autorka publikacji naukowych
12. Autorka publikacji naukowych z IF