

Guidelines for Contributors

Instruction to Authors

The *Polish Journal of Sport and Tourism* quarterly published manuscripts in Polish and English from various fields of medical and natural as well as humanistic sciences linked with sport, physical and health education, tourism and physiotherapy. It covers the following types of papers:

- *original research papers* (maximum 12 standard pages of typescript, including tables, figures, references and abstract),
- *review papers* commissioned by the Editor (maximum 20 standard pages of typescript, including documentation),
- *short communications* (maximum 3 standard pages of typescript plus one table or figure and up to 5 references),
- *letters to the Editor* delivering an opinion or a comment to published manuscripts (maximum 2 standard pages of typescript),
- *current news* (information on conferences, abstracts of Ph.D. theses and Post-Doc. theses, book reviews, biographical notes),
- *advertisements* that may be covered on separate pages of the quarterly (prices are subject to individual negotiations).

Papers must be accompanied by the following submission letter (form available at journal's website), signed by all Authors: "The undersigned Authors transfer the ownership of copyright to the *Polish Journal of Sport and Tourism* should their work be published in this journal. Authors state that the article is original, has not been submitted for publication in other journals and has not already been published except in abstract form, preliminary report or thesis. Authors state that they are responsible for the research that they have carried out and designed; that they have participated in drafting and revising the manuscript submitted, which they approve in its contents. Authors also state that the reported article (if it involves human experiments) has been approved by the appropriate ethical committee and was undertaken in compliance with The Helsinki Declaration."

Papers submitted for publication should be sent to the Editorial Office in duplicate typescripts in A4 format. They should be single-page typed in *Times New Roman* (12 points), with the following margins: 3 cm on the left, 2 cm on the right, 2 cm on the top and 2 cm on the bottom, with 1.5 line spacing, without justification nor formatting. Indentations should be made of 3 characters not using a tabulator. Subsequent pages should be numbered with a pencil. Authors are recommended to enclose an electronic form of the manuscript (CD-ROM disc) prepared in WORD XP-2007 text editor. The disc should be labeled with the name of the file containing the manuscript (acceptable file formats: *.doc). Manuscripts may also be submitted via electronic mail (a cover letter with attached manuscript) to the e-mail address provided at the end of *Instruction to Authors*.

Research papers and short communications will be sent anonymously to two reviewers. Depending on the reviewers' opinion, the Editors will make a decision on their acceptance or rejection. The Editors' decision is ultimate.

Title page should contain: title of the paper, short title (maximum 40 characters), first and last names of authors with affiliation, first and last name of corresponding author with postal address, telephone, fax and e-mail.

Abstract (up to 250 words) consisting of the following sections: justification and aim of the study, material and methods, results, conclusions as well as 3-6 key words, should be provided before the body text.

Body text should be sectioned into: Introduction, Material and Methods, Results, Discussion, Conclusions, Acknowledgements (if necessary), and References. In articles of other types, the text should follow in a logical sequence and headings of its particular sections should reflect issues discussed therein.

Introduction – should be short and concise; it should introduce readers into research problems addressed in the study as well justify undertaking the research and specify its objective.

Material and methods – should describe the subject of the study (in the case of human subjects data should include their number, age, sex and any other typical characteristics) and methods applied in a sufficiently exhaustive way to enable readers to repeat the experiments or observations. For generally known methods only references should be given, whereas detailed descriptions are to be provided for new or substantially modified methods.

Results – should be presented in a logical sequence in the text, tables and figures. Data collated in tables and figures should not be repeated in the text which should summarize the most important observations.

Discussion – should emphasize new or important aspects of experimental results and discuss their implications. Results of own studies are to be compared with findings described in the respective domestic and international references used by the Authors.

Conclusions – should be stated in points or descriptively and should be logically connected with objectives stated in the *Introduction*. Statements and conclusions not derived from own observations should be avoided.

Acknowledgements – should list persons or institutions that helped the Author(s) in preparing the manuscript or provided financial support or technical assistance.

References – should list only to those quoted in the text and connected directly with the topic of the study (not more than 25 references in original papers and not more than 50 references in review papers). They should be presented in an alphabetical order, according to authors' names. In quoting them in the text only their respective number from the list of *References* should be given in parentheses. References quoted in tables and figures are to be included in the list of *References*. Non-published works should be avoided. References should include up-to-day world literature. Manuals etc. may be quoted, but exceptionally. Each reference entry should provide as follows: last names of authors and initials of their first names, year of publication, full title of manuscript, title of periodical in accepted abbreviation, volume, first and last page of the manuscript. In case of non-periodicals (e.g. books), the author's (authors') name(s) should be given followed by year of publication, chapter's title in collective works, book's title, editor's name, publisher's name, place of publication, and from-to pages of the chapter. When there are five or less authors, list all of them; when there are six or more, list the first five and add: et al. If article is not in English, authors should translated the title into English and enclose the language of translation in square brackets. Do not translate the title of the journal or the name of a publishing house. The authors' names and the title of the article written in Cyrillic alphabet should be transcribed in Latin. Referring for articles in electronic form is admissible.

EXAMPLES:

Article in periodical

Sunnegarth J., Bratteby L.E., Hagman U., Samuelson G., Sjolín S. (1986) Physical activity in relation to energy intake and body fat in 8-13-year-old children in Sweden. *Acta Paediatr. Scand.*, 75, 955-963.

Szyguła Z., Pilch W., Borkowska Z.Ł., Bryła A. (2006) Wpływ terapii dietetyczno-ruchowej na skład ciała u średnio otyłych kobiet i mężczyzn. *Roczn. PZH*, 57, 283-293.

Books and monographs

Karski J.B. (2003) *Promocja zdrowia*. CeDeWu, Wydanie I, Warszawa.

Chapter in a book

McPherson R., Stiller G.A. (1996) Effects of dietary fatty acids and cholesterol on cardiovascular risk factor in man. [in:] *Handbook of Lipids in Human Nutrition*, G. A. Spiller (ed.) CRC Press, New York, 41-48.

Conference communication

Wolański N., Siniarska A. (2005) Urban-rural and ethnic differences in body build and fitness of school children in Yucatan, Mexico. 9th International Scientific Conference "Scientific Fundamentals of Human Movement and Sport Practice", September 16th-18th 2005, Rimini, Italy, pp.

Tables – should be prepared on separate pages (saved in separate files) and numbered using subsequent Arabic letters. They should be provided with titles (above). Every column in a table should have a brief heading and more extensive explanation should be given under the table, e.g. statistical measures of variability.

Figures – should be prepared in an electronic form and saved in separate files. A separate page should be provided with legends to figures, authors' names, manuscript's title, and consecutive number of figure with "bottom" or "top" identification. Photographs or other illustrative materials may be submit-

ted in an electronic form (*.tif, *.jpg, image resolution: 300 or 600 dpi) or any other form suitable for final technical typesetting by the Editorial Office.

In the appropriate places in the text consecutive numbers of tables or figures should be provided in parentheses, e.g. (Tab. 1) or (Fig. 1). Places of insertion of the illustrative material should be marked with pencil on the margin of the typescript.

General principles – the Editorial Office reserves for itself the right to correct stylistic errors and to make necessary changes (abridgements) in the text without Author's knowledge. Articles not accepted for publication are not returned. Manuscripts not prepared following *Instruction to Authors* will be sent back to Authors for revision. Galley proofs of manuscripts will be sent to Authors for proofreading. It is the Author's responsibility to return the proof within one week. Each Author will receive free-of-charge one copy of the issue in which their work appears.

Manuscripts are liable to copyright resulting from the Berne Convention for the Protection of Literary and Artistic Works and from the Universal Copyright Convention. Any part of the manuscript may be reproduced, archived nor transferred in any form without consent of the copyright owner.

Editorial Office/Publisher Office address:

The Josef Pilsudski University of Physical Education
in Warsaw
Faculty of Physical Education in Biała Podlaska
2 Akademicka Street
21-500 Biała Podlaska
tel.: +48 83 3428787
fax: +48 83 3428800
e-mail: sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl

Instrukcja dla Autorów

Kwartalnik *Polish Journal of Sport and Tourism (Sport i Turystyka)* zamieszcza prace w języku polskim i angielskim z różnych dziedzin nauk medyczno-przyrodniczych i humanistycznych związane ze sportem, wychowaniem fizycznym i zdrowotnym, turystyką oraz fizjoterapią. W czasopiśmie publikowane są następujące rodzaje prac:

- *oryginalne prace badawcze* (nie więcej niż 12 stron znormalizowanego wydruku komputerowego włączając tabele, ryciny, piśmiennictwo i streszczenie),
- *prace przeglądowe* zamawiane tylko przez Redakcję (nie więcej niż 20 stron wydruku komputerowego wraz z dokumentacją),
- *krótkie doniesienia naukowe* (nie więcej niż 3 strony wydruku komputerowego plus jedna tabela lub rycina i do 5 pozycji piśmiennictwa),
- *listy do Redakcji* zawierające opinie lub komentarz na temat opublikowanych wcześniej prac (do 2 stron wydruku komputerowego),
- *wiadomości bieżące* (informacje o konferencjach, streszczenia prac doktorskich i habilitacyjnych, recenzje książek, notki biograficzne),
- *reklamy*, które mogą być umieszczone na oddzielnych stronach czasopisma; ceny reklam będą negocjowane indywidualnie.

Do maszynopisu musi być dołączony list przewodni (deklaracja do pobrania na stronie internetowej czasopisma), podpisany przez wszystkich autorów, następującej treści: „Niżej podpisani przenoszą prawa autorskie na *Polish Journal of Sport and Tourism* w przypadku gdy praca będzie opublikowana w tym czasopiśmie. Autorzy stwierdzają, że nadesłany artykuł jest oryginalny, nie był przesłany do publikacji w innym czasopiśmie i nie był do tej pory publikowany w innej formie niż abstrakt, krótkie doniesienie lub praca doktorska. Autorzy stwierdzają, że odpowiadają za przeprowadzone badania i że brali udział w planowaniu i redagowaniu przesłanego do redakcji artykułu, który aprobują w tym kształcie. Autorzy stwierdzają również, że nadesłany artykuł (w przypadku gdy dotyczy badań inwazyjnych na ludziach) był zatwierdzony przez właściwą komisję etyczną i że badania zostały przeprowadzone zgodnie z Deklaracją Helsińską.”

Praca przeznaczona do druku powinna być nadesłana do Redakcji w 2 egzemplarzach wydruku komputerowego, w formie A4, pisana jednostronnie z zachowaniem marginesów: lewy 3 cm, prawy 2 cm, górny 2 cm, dolny 2 cm i 1,5 interlinii, bez justowania i formatowania, złożona 12-punktowym piśmem *Times New Roman*. Akapity należy wcinąć na 3 znaki nie używając tabulatora. Poszczególne strony powinny być ponumerowane ołówkiem. Wskazane jest załączenie kopii artykułu w formie elektronicznej (płyta CD-ROM). Na płycie powinny być podane: nazwa pliku, na którym zarejestrowany jest artykuł. Dopuszczalne są płyty przygotowane w edycji tekstu WORD XP-2007 (format zapisu *.dok). Prace można nadsyłać również pocztą elektroniczną jako załączniki do listu przewodniego na adres podany na końcu *Regulaminu*.

Prace badawcze i krótkie doniesienia są oceniane anonimowo przez dwóch recenzentów. W zależności od sugestii osób oceniających, Redakcja podejmuje dalszą decyzję o losie pracy. Decyzja Redakcji jest ostateczna.

Strona tytułowa. Należy kolejno podać: tytuł pracy, skrócony tytuł artykułu (nie więcej niż 40 znaków), imiona i nazwiska autorów z afiliacją, imię i nazwisko autora do korespondencji wraz z adresem, numerem telefonu, faksu i e-mailem.

Streszczenie (do 250 słów) o następującym układzie: uzasadnienie i cel pracy, materiał i metody, wyniki, wnioski oraz 3-6 słów kluczowych należy umieścić przed tekstem głównym pracy.

Tekst główny pracy powinien zawierać: Wstęp, Materiał i metody, Wyniki, Dyskusja, Wnioski, Podziękowania (jeżeli potrzebne), Piśmiennictwo. W pracach innego typu należy zachować logiczną ciągłość tekstu, a tytuły poszczególnych części powinny odzwierciedlać omawiane w nich zagadnienia.

Wstęp – powinien być krótki i zwięzły, w którym należy wprowadzić czytelnika w tematykę oraz uzasadnić cel podjęcia badań i wyraźnie go sprecyzować.

Materiał i metody – należy podać informację dotyczącą przedmiotu badań (w przypadku osób podać liczebność, wiek, płeć i inne cechy charakterystyczne) oraz zastosowanych metod w sposób na tyle wyczerpujący, aby umożliwić czytelnikowi powtórzenie badań lub obserwacji. Dla powszechnie znanych metod należy podać jedynie pozycje piśmiennictwa. Dla metod mniej znanych, podać krótki opis z pozycjami piśmiennictwa, natomiast dla nowych lub istotnie zmodyfikowanych metod podać ich pełny opis.

Wyniki – należy podać w logicznej sekwencji w tekście, tabelach i rycinach. Danych z tabel i rycin nie należy powtarzać w tekście, w którym najważniejsze obserwacje powinny być podsumowane. Należy unikać przedstawiania tych samych danych w tabelach i na rycinach.

Dyskusja – należy podkreślić nowe lub ważne aspekty wyników badań i omówić implikacje wynikające z ich przeprowadzenia. Wyniki własnych badań powinny być ocenione na tle piśmiennictwa krajowego i światowego.

Wnioski – należy sprecyzować w punktach lub podać w formie opisowej. Powinny one łączyć się logicznie z celami pracy przedstawionymi we *Wstępie*. Należy unikać stwierdzeń i wniosków nie wynikających z własnych obserwacji.

Podziękowania – można wymienić osoby lub instytucje, które pomogły autorowi (autorom) w przygotowaniu pracy bądź wspierały go finansowo lub technicznie.

Piśmiennictwo – należy ograniczyć tylko do pozycji cytowanych w tekście i mających bezpośredni związek z tematem pracy, nie więcej niż do 25 pozycji (w pracach przeglądowych do 50 pozycji). Pozycje piśmiennictwa powinny być ułożone w porządku alfabetycznym, według nazwisk autorów. Przy cytowaniu prac w tekście należy podawać w nawiasach kwadratowych tylko liczbę porządkową odnośnej publikacji w spisie piśmiennictwa. W *Piśmiennictwie* należy również podać pozycje cytowane w tabelach lub legendach rycin oraz unikać cytowania niepublikowanych prac. *Piśmiennictwo* powinno uwzględniać światową literaturę. Podręczniki itp. można cytować tylko wyjątkowo. W wykazie piśmiennictwa należy zachować następującą kolejność: nazwiska autorów i pierwsze litery ich imion, tytuł pracy w pełnym brzmieniu, tytuł czasopisma w uznanym skrócie, rok, tom, pierwsza i ostatnia strona pracy. Dla wydawnictw nieperiodycznych (np. książek) należy podać: autora (ów), tytuł rozdziału w pracach zbiorowych, tytuł książki, nazwisko jej redaktora, wydawcę, miejsce i rok wydania oraz strony cytowanego rozdziału. Gdy autorami artykułu jest pięć lub mniej osób należy wymienić wszystkie nazwiska, jeżeli jest ich sześć lub więcej, należy podać pięć pierwszych, a następnie zastosować skrót: et al. Tytuł artykułu w języku innym niż angielski autorzy powinni przetłumaczyć na język angielski, a w nawiasach kwadratowych podać język oryginału. Tytuł czasopisma lub wydawnictwa należy zostawić w oryginalnym. W przypadku nazwisk autorów i tytułu pracy napisanych cyrylicą, należy dokonać transkrypcji na alfabet łaciński. Dopuszczalne jest powołanie się na artykuły opublikowane w formie elektronicznej.

PRZYKŁADY:

Artykuł z czasopisma

Sunnegarth J., Bratteby L.E., Hagman U., Samuelson G., Sjolín S. (1986) Physical activity in relation to energy intake and body fat in 8-13-year-old children in Sweden. *Acta Paediatr. Scand.*, 75, 955-963.

Szyguła Z., Pilch W., Borkowska Z.Ł., Bryła A. (2006) Wpływ terapii dietetyczno-ruchowej na skład ciała u średnio otyłych kobiet i mężczyzn. *Roczn. PZH*, 57, 283-294.

Książki i monografie

Karski J.B. (2003) *Promocja zdrowia*. CeDeWu, Wydanie I, Warszawa.

Rozdział w książce

Mc Pherson R., Spiller G.A. (1996) Effects of dietary fatty acids and cholesterol on cardiovascular risk factor in man. [w]: G.A. Spiller (red.) *Handbook of Lipids in Human Nutrition*. CRC Press, New York, 41-48.

Doniesienie z konferencji

Wolański N., Siniarska A. (2005) Urban-rural and ethnic differences in body build and fitness of school children in Yucatan, Mexico. 9th International Scientific Conference "Scientific Fundamentals of Human Movement and Sport Practice", September 16th-18th 2005, Rimini, Italy, s.

Tabele – należy przygotować na oddzielnych stronach (zapisane w oddzielnych plikach) i ponumerować kolejnymi cyframi arabskimi. Powinny one być zaopatrzone w tytuły (u góry), a każda kolumna tabeli powinna posiadać krótki nagłówek. Szersze wyjaśnienia powinny być umieszczane w odnośnikach pod tabelą, np. statystyczne miary zmienności.

Ryciny – powinny być wykonane w formie elektronicznej i zapisane w oddzielnych plikach. Na oddzielnej kartce należy zamieścić podpisy pod ryciny, nazwiska autorów, tytuł pracy, kolejny numer ryciny oraz oznaczyć *dół*, *góra*. Fotografie lub

inne materiały ilustracyjne można dostarczyć w formie elektronicznej (*.tif, *.jpg – gęstość punktów obrazu 300 lub 600 dpi) bądź w postaci nadającej się do ostatecznego opracowania przez Redakcję.

W odpowiednich miejscach tekstu należy podać w nawiasach kolejne numery tabel lub rycin np. (Tab. 1), (Ryc. 1). Miejsca włączania materiału ilustracyjnego powinny być zaznaczone ołówkiem na marginesie wydruku komputerowego.

Zasady ogólne – Redakcja zastrzega sobie prawo poprawiania usterek stylistycznych oraz dokonania koniecznych skrótów bez porozumienia z autorem. Redakcja nie zwraca artykułów nie przyjętych do druku. Prace przygotowane niezgodnie z *Regulaminem* będą odsyłane autorom do poprawy. Artykuł po opracowaniu redakcyjnym zostanie przesłany do autora w celu naniesienia korekty. Obowiązkiem autora jest odesłanie korekty w ciągu jednego tygodnia. Autorzy otrzymują bezpłatnie jeden egzemplarz zeszytu, w którym ukazał się ich artykuł.

Publikacje podlegają prawu autorskiemu wynikającemu z Konwencji Berneńskiej i z Międzynarodowej Konwencji Praw Autorskich. Żadna część publikacji nie może być reprodukowana, archiwizowana ani przekazywana w jakiegokolwiek formie bez pozwolenia właściciela praw autorskich.

Adres Redakcji/Wydawcy:

Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie
Zamiejscowy Wydział Wychowania Fizycznego
ul. Akademicka 2
21-500 Biała Podlaska
tel.: 083 3428787
fax: 083 3428800
e-mail: sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl