

## *Guidelines for Contributors*

### **Instruction to Authors**

The *Polish Journal of Sport and Tourism* publishes manuscripts in Polish and English from various fields of medical and natural as well as humanistic sciences linked with sport, physical education, tourism and physical recreation.

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 to published manuscripts or a comment connected with journal's issues (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.** The 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 characters) 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 Literature. 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.

*Literature* – 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 the order, in which they are cited in the text. In quoting them in the text only their respective number from the list of *Literature* should be given in parentheses. References quoted in tables and figures are to be included in the list of *Literature*. Non-published works should be avoided. References should include up-to-day world literature. Manuals etc. may be quoted, but exceptionally. When there are six or less authors, list all of them; when there are seven or more, list the first six and add: et al. If article is not in English, authors

should translate 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:

##### Journal Article (one author)

Sartorio, A.E. (2001). Plasma and urinary GH following a standardized exercise protocol to assess GH production in children. *J. Endocrinol. Invest.* 24(6), 515-521. DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Journal Article (two or more authors)

Sunnegarth, J., Bratteby L.E. & Samuelson G. (2005). Physical activity in relation to energy intake and body fat in 8-13 year-old children in Sweden. *Acta Paediatr. Scand.* 75(12), 955-963. DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Journal Article from an online database

Czajgucki, Z., Zimecki M. & Andruszkiewicz R. (2006, December). Effects of some plant preparations on physical performance of long-distance athletes [Abstract]. *Biol. Sport.* 19(3), 125-131. Retrieved December 6, 2006, from PubMed database on the World Wide Web: <http://www.pubmed.gov> DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Proceedings from a conference

Wolański, N. & Siniarska A. (2005). Urban-rural and ethnic differences in body build and fitness of school children in Yucatan. In 9<sup>th</sup> International Scientific Conference "Scientific Fundamentals of Human Movement and Sport Practice", 16-18 September 2005 (pp. 59-62). Rimini, Italy: Bologne University.

##### Book (one author)

Karski, J.B. (2003). *Health Promotion* (1st edition). Warsaw: CeDeWu. [in Polish]

##### Book (two or more authors)

Dallen, J.T., Boyd T.S. & Tansey R.G. (2003). *Heritage tourism* (1st edition). N.Y., USA: Academic Press.

##### Book chapter or article in an edited book

McPerson, R. & Spiller G.A. (1996). Effects of dietary fatty acids and cholesterol on cardiovascular risk factor in man. In G.A. Spiller & H.L. Edge (Eds.), *Handbook of lipids in human nutrition* (pp. 41-48). New York, USA: CRC Press.

##### Doctoral thesis

Kłobukowski, P. (2008). *School tourist events organization under applicable regulations*. Doctoral thesis, Akademia Wychowania Fizycznego, Wrocław. [in Polish]

##### Government publication

Ministry of Science and Higher Education. (2001). *Ordinance on higher education and academic degrees*. Warsaw: Journal of Laws, no. 135, item 1516. [in Polish]

**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 submitted 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 *Instructions 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 and Sport  
in Białą Podlaska  
2 Akademicka Street  
21-500 Białą Podlaska  
tel.: +48 83 3428787  
fax: +48 83 3428800  
e-mail: [sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl](mailto:sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl)

### Instrukcja dla Autorów

**Polish Journal of Sport and Tourism (Sport i Turystyka)** zamieszcza prace w języku polskim i angielskim z różnych dziedzin nauk medyczno-przyrodniczych i humanistycznych związanych ze sportem, wychowaniem fizycznym, turystyką i rekreacją.

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 na temat opublikowanych wcześniej prac lub komentarz związany z problematyką poruszaną w czasopiśmie (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.

Autorzy z Polski powinni nadsyłać do Redakcji artykuły w języku angielskim lub polskim. W przypadku artykułu nadesłanego tylko w języku polskim ustalono opłatę za tłumaczenie tekstu na język angielski, która aktualnie wynosi 32,40 PLN + VAT za stronę maszynopisu wliczając w to tabele i ryciny. W skład jednej strony wchodzi 1500 znaków drukarskich plus spacje. W opłatę włączona jest korekta pod względem poprawności językowej i zwięzłości tekstu przez wyspecjalizowanego tłumacza. Artykuł będzie tłumaczony na język angielski tylko w przypadku pozytywnych recenzji. Autor po otrzymaniu informacji z Redakcji dotyczącej wysokości wpłaty powinien dokonać natychmiastowego przelewu na numer konta bankowego WWFIS: 63 1240 2177 1111 0000 3570 3633 z dopiskiem: Pol. J. Sport Tourism. Do obowiązków Autora należy również nadesłanie pokwitowania na adres Redakcji, że przelew został dokonany.

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 próbują 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 pismem *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 *Instrukcji dla Autorów*.

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 pozycję 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 prezentowane w kolejności, w jakiej są cytowane w tekście. 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. Gdy autorami artykułu jest sześć lub mniej osób należy wymienić wszystkie nazwiska, jeżeli jest ich siedem lub więcej, należy podać sześć 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 oryginale. 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 CYTOWANIA:

##### Artykuł z czasopisma (jeden autor)

Sartorio, A.E. (2001). Plasma and urinary GH following a standardized exercise protocol to assess GH production in children. *J. Endocrinol. Invest.* 24(6), 515-521. DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Artykuł z czasopisma (dwóch lub więcej autorów)

Sunnegarth, J., Bratteby L.E. & Samuelson G. (2005). Physical activity in relation to energy intake and body fat in 8-13 year-old children in Sweden. *Acta Pediatr. Scand.* 75(12), 955-963, DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Artykuł z czasopisma w wersji elektronicznej

Czajgucki, Z., Zimecki M. & Andruszkiewicz R. (2006, grudzień). Effects of some plant preparations on physical performance of long-distance athletes [Streszczenie]. *Biol. Sport.* 19(3), 125-131. Wyszukane 6 grudnia 2006, z baz danych PubMed na the World Wide Web: <http://www.pubmed.gov> DOI: 10.2478/s11696-006-0068-y.

##### Doniesienie z konferencji

Wolański, N. & Siniarska A. (2005). Urban-rural and ethnic differences in body build and fitness of school children in Yucatan. W 9<sup>th</sup> International Scientific Conference „Scientific Fundamentals of Human Movement and Sport Practice”, 16-18 wrzesień 2005 (str. 59-62). Rimini, Italy: Bologne University.

##### Książki (jeden autor)

Karski, J.B. (2003). *Promocja zdrowia* (wyd. 1). Warszawa: CeDeWu.

##### Książki (dwóch lub więcej autorów)

Dallen, J.T., Boyd T.S. & Tansey R.G. (2003). *Heritage tourism* (wyd. 1). N.Y., USA: Academic Press.

##### Rozdział w książce

McPerson, R. & Spiller G.A. (1996). Effects of dietary fatty acids and cholesterol on cardiovascular risk factor in man. W G.A. Spiller & H.L. Edge (Red), *Handbook of lipids in human nutrition* (str. 41-48). New York, USA: CRC Press.

##### Praca doktorska

Kłobukowski, P. (2008). *Organizacja szkolnych imprez turystycznych w świetle obowiązujących regulacji prawnych*. Praca doktorska, Akademia Wychowania Fizycznego, Wrocław.

##### Publikacja rządowa

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego. (2011). *Ustawa o szkolnictwie wyższym i stopniach naukowych*. Warszawa: Dz. U. Nr 135, poz. 1516.

**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. Szerze 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 ryciną, 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 nanieśnięcia 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  
Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu  
w Białej Podlaskiej  
ul. Akademicka 2  
21-500 Biała Podlaska  
tel.: 83 3428787  
fax: 83 3428800  
e-mail: [sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl](mailto:sekcja.nauki@awf-bp.edu.pl)