

# Guidelines to Authors

---

## Instruction to Authors

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

The journal publishes 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* expressing an opinion on previously published manuscripts or a comment connected with the journal's issues (maximum 2 standard pages of typescript),
- *news* (information on conferences, abstracts of Ph.D. theses and Post-Doc. theses, book reviews, biographical notes),
- *advertisements* that may be printed on separate pages of the periodical (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 periodicals 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 an appropriate ethical committee and was undertaken in compliance with The Helsinki Declaration". The journal does not have article processing changes (APCs) now article submission changes.

Authors are required to declare their individual contribution to the article (study design, funds collection, data collection, results analysis, statistical analysis, data interpretation, literature search, manuscript preparation) on a special form sent to the Editorial Office. Author, who submits the paper, bears the main responsibility for given data. "Ghostwriting" and "guest authorship" are the symptoms of scientific dishonesty, and all discovered cases will be exposed, including informing suitable entities.

Authors are also required to fill in De Gruyter Open Access License. The form should be sent to the Editorial Office via electronic mail to the e-mail address: [pjst@awf-bp.edu.pl](mailto:pjst@awf-bp.edu.pl) ("License to publish" is available at journal's website).

Papers submitted for publication should be sent to the Editorial Office as a file prepared in text editor (acceptable file formats: \*.doc or \*.docx). 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. Manuscripts submitted via e-mail address: [pjst@awf-bp.edu.pl](mailto:pjst@awf-bp.edu.pl) are preferred (a cover letter with an attached manuscript). An Author who sends the paper in a printed version by traditional mail is recommended to enclose an electronic form of the manuscript (CD-ROM disc).

Articles will be sent to two independent and anonymous referees from outside of the institution from which the paper was sent ("double-blind review process"). Depending on the reviewers' opinion, the Editors will make a decision on their acceptance or rejection, which is ultimate. The list of referees is published in the last issue of the volume. Evaluation sheet is available at journal's website.

**Title page** should contain the title of the paper, first and last names of authors with affiliation as well as 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: introduction (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 as 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 be restricted only to works quoted in the text and connected directly with the topic of the study. 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 may be quoted, but only 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 an 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 to articles published in electronic form is admissible.

#### EXAMPLES:

##### Article within a journal

Bilodeau B., Boulay M.R., Roy B. (1992). Propulsive and gliding phases in four cross-country skiing techniques. *Medicine and Science in Sports and Exercises* 24, 917-925.

##### Article within a journal (more than six authors)

Pate R.R., Pratt M., Blair S.N., Haskell W.L., Macera C.A., Bouchard C. et al. (1995). Physical activity and public health. a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *The Journal of the American Medical Association* 273, 402-407.

##### Article or book not in English

Falk E. (1920). *Theoretical educational gymnastics: Notes of excerpts from Elin Falk's Healthy Gymnastics*. Stockholm: Hedberg & Björklund. [in Swedish]

##### Complete book

Baker C. (2005). *Cultural studies: Theory and practice*. London: Sage.

##### Book chapter, or article within a book

Hendrick H. (2003). Constructions and reconstructions of British childhood: An interpretative survey, 1800 to the present. In A. James, A. Proust (eds), *Constructing and reconstructing childhood: Contemporary issues in the sociological study of childhood* (pp. 35-40). London: Routledge Falmer.

##### Whole conference proceedings / article within conference proceedings

Boruszczak M. (ed.) (2000). *Policy of territorial self government in the scope of tourism*. Collection of post-conference materials. International Scientific Conference "Self Governmental Policy in the Field of Tourism", 26-27 April 2000. Ostrzyce, Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku. [in Polish]

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

##### PhD thesis

Olsson G. (2003). *A Gap: A study in physical and mental development of communication based on a primary school class*. Doctoral Thesis, Stockholm University. [in Swedish]

##### PC program

FaceReaderTM. (2010). *Tool for automatic analysis of facial expression*. Manual Version 3, Noldus Information Technology.

**Tables** – should be prepared on a separate page (underneath the text of the article) and numbered using subsequent Arabic letters. They should be provided with titles (above). Every column in a table should have a brief heading and a 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 on a separate page (underneath the text of the article). Photographs or other illustrative materials may be submitted in separate files 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).

**General principles** – the Editorial Office reserves 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 article 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 not be reproduced, archived or transferred in any form without consent of the copyright owner.

##### **Editorial Office/Publisher Office address:**

The Józef Piłsudski 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: pjst@awf-bp.edu.pl

### Instrukcja dla Autorów

W *Polish Journal of Sport and Tourism (Sport i Turystyka)* publikowane są prace w języku polskim i angielskim z dziedziny nauk medycznych i przyrodniczych związane ze sportem, wychowaniem fizycznym, medycyną sportową, jak również 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 i polskim. W przypadku artykułu nadesłanego tylko w języku polskim opłata za tłumaczenie tekstu na język angielski aktualnie wynosi około 50,00 złotych (w zależności od złożoności tekstu) za stronę maszynopisu wliczając w to tabele i ryciny. Istnieje możliwość wystawienia faktury VAT (cena za stronę + VAT). W skład jednej strony wchodzi 1800 znaków drukarskich plus spacje. W opłatę włączona jest korekta poprawności językowej i zwięzłości tekstu przez wyspecjalizowanego tłumacza. Artykuł zostanie tłumaczony na język angielski tylko w przypadku pozytywnych recenzji. Autor po otrzymaniu informacji z Redakcji dotyczącej wysokości wpłaty powinien niezwłocznie dokonać 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 manuskryptu powinien 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”. Redakcja czasopisma nie pobiera opłat za publikację oraz przyjęcie artykułu do procesu redakcyjnego.

W nadesłanym do Redakcji formularzu, Autorzy są zobowiązani zadeklarować swój wkład w powstanie publikacji (przygotowanie projektu badań, pozyskiwanie środków finan-

sowych, zbieranie danych, opracowanie wyników, obliczenia statystyczne, interpretacja wyników, wyszukiwanie literatury, udział w pisaniu pracy). Główną odpowiedzialność za podane dane ponosi Autor zgłaszający pracę. „*Ghostwriting*”, „*guest authorship*” są przejawem nierzetelności naukowej, a wszelkie wykryte przypadki będą demaskowane, włącznie z powiadomieniem odpowiednich podmiotów.

Autorzy są również zobowiązani do wypełnienia i przesłania do Redakcji na adres [pjst@awf-bp.edu.pl](mailto:pjst@awf-bp.edu.pl) De Gruyter Open Access License (deklaracja „License to publish” do pobrania na stronie internetowej czasopisma).

Praca powinna być nadesłana do Redakcji w wersji elektronicznej lub papierowej (1 egz.) w formacie 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, pisana czcionką Times New Roman o rozmiarze 12. Akapity należy wcinać na 3 znaki nie używając tabulatora. Wersję elektroniczną należy wysłać mailem na adres [pjst@awf-bp.edu.pl](mailto:pjst@awf-bp.edu.pl). Dopuszczalne są pliki przygotowane w edytorze tekstowym Word (format zapisu \*.doc lub \*.docx).

Do oceny każdej publikacji powołuje się dwóch niezależnych, anonimowych recenzentów spoza jednostki, z której nadesłano pracę („double-blind review proces”). W zależności od sugestii osób oceniających. Redakcja podejmuje dalszą decyzję o losie pracy. Decyzja ta jest ostateczna. W ostatnim numerze tomu, podaje się do publicznej wiadomości listę recenzentów współpracujących. Formularz recenzji dostępny jest na stronie internetowej czasopisma.

**Strona tytułowa.** Należy kolejno podać: tytuł pracy, 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: wprowadzenie (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. 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 aktualną światową literaturę. Podręczniki można cytować tylko wyjątkowo. Jeżeli 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

Bilodeau B., Boulay M.R., Roy B. (1992). Propulsive and gliding phases in four cross-country skiing techniques. *Medicine and Science in Sports and Exercises* 24, 917-925.

##### Artykuł z czasopisma (więcej niż 6 autorów)

Pate R.R., Pratt M., Blair S.N., Haskell W.L., Macera C.A., Bouchard C. et al. (1995). Physical activity and public health. a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *The Journal of the American Medical Association* 273, 402-407.

##### Artykuł lub książka w innym języku niż angielski

Falk E. (1920). *Theoretical educational gymnastics: Notes of excerpts from Elin Falk's Healthy Gymnastics*. Stockholm: Hedberg & Björklund. [in Swedish]

##### Książka

Baker C. (2005). *Cultural studies: Theory and practice*. London: Sage.

##### Rozdział lub artykuł w książce

Hendrick H. (2003). Constructions and reconstructions of British childhood: An interpretative survey, 1800 to the present. In A. James, A. Proust (eds), *Constructing and reconstructing childhood: Contemporary issues in the sociological study of childhood* (pp. 35-40). London: Routledge Falmer.

##### Materiały pokonferencyjne / artykuł w materiałach pokonferencyjnych

Boruszczak M. (ed.) (2000). *Policy of territorial self government in the scope of tourism*. Collection of post-conference materials. International Scientific Conference "Self Governmental Policy in the Field of Tourism", 26-27 April 2000. Ostrzyce, Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku. [in Polish]

Wolański N., Siniarska A. (2005). *Urban-rural and ethnic differences in body build and fitness of school children in Yucatan*. In 9th International Scientific Conference "Scientific Fundamentals of Human Movement and Sport Practice", 16-18 September 2005 (pp. 59-62).

Rimini, Italy: Bologna University.

##### Praca doktorska

Olsson G. (2003). *A Gap: A study in physical and mental development of communication based on a primary school class*. Doctoral Thesis, Stockholm University. [in Swedish]

##### Program komputerowy

FaceReaderTM. (2010). *Tool for automatic analysis of facial expression*. Manual Version 3, Noldus Information Technology.

**Tabele** – należy przygotować na oddzielnej stronie pod tekstem artykułu i ponumerować kolejnymi cyframi arabskimi. Powinny one być zaopatrzone w tytuły (u góry), a każda ko-lumna 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 na oddzielnej stronie pod tekstem artykułu. Fotografie lub inne materiały ilustracyjne można dostarczyć w oddzielnych plikach 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).

**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 *Instrukcją dla Autorów* 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  
Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu  
w Białej Podlaskiej  
ul. Akademicka 2  
21-500 Biała Podlaska  
tel.: 83 3428787  
fax: 83 3428800  
e-mail: pjst@awf-bp.edu.pl