

1. Manuskrypt wydawniczy przygotowany w edytorze tekstów Word dla Windows z zastosowaniem następujących zasad:
 - rozmiar czcionki – 12 punktów,
 - krój pisma –Times New Roman CE,
 - sposób wyrównywania tekstu – wyjustowany, akapity i wcięcia przy użyciu tabulatora,
 - sposób wyrównywania tytułów – wyśrodkowany, - bez specjalnej oprawy graficznej,
 - interlinia – półtora,
 - układ strony – wszystkie marginesy ok. 2,54 cm.

należy **złożyć w formie elektronicznej na nośniku** oraz – opcjonalnie na prośbę recenzenta – w formie wydruku jednostronnego.

Manuskrypt ma być opatrzony numeracją stron na dole, począwszy od strony tytułowej.

Należy unikać stosowania automatycznych spisów treści, źródeł, tabel, rycin itp.

Streszczenie na oddzielnej stronie nie dłuższe niż 120 słów.

Na oddzielnej kartce Autor podaje swoje dane: afiliację, adres do korespondencji, telefon kontaktowy.

2. Tabele (opisane numerem i tytułem nad tabelą) powinny być przygotowane w osobnym pliku z zaznaczeniem miejsca umieszczenia ich w tekście. Format WORD, EXCEL, STATISTICA nie większe niż kolumna dokumentu.

UWAGA:

- Znakiem oddzielającym całość od ułamków dziesiętnych jest w tekstach polskich przecinek (nie kropka),
- po tytule tabeli nie stawiamy kropki.

Tabele winny być opatrzone źródłem.

3. Rysunki, wykresy, fotografie, schematy i inne pliki graficzne należy określać jednym terminem, np. Rys. lub Ryc.

- Wykresy powinny być wykonane w programach Excel, Statistica, Corel (nie większe niż kolumna dokumentu).
- Rysunki i fotografie skanowane (o rozdzielczości min. 300dpi) powinny być zachowane w formacie *.TIFF, *.JPG, *BMP.

NIE WOLNO umieszczać skanowanych obiektów w edytorze tekstów Word (powoduje to nieodwracalne straty jakości). Można przekazać papierowe oryginały rycin do prawidłowego przeskanowania przez Wydawnictwo. Fotografie wykonane własnym aparatem cyfrowym należy zrzucić w oryginalnym formacie bezpośrednio z aparatu na CD.

Ryciny powinny być ponumerowane, opisane pod ryciną; na końcu tego opisu stawiamy kropkę (w tekście należy zaznaczyć optymalne miejsce osadzenia ilustracji).

Jeżeli fotografie przedstawiają rozpoznawalne sylwetki należy dołączyć zgodę osób fotografowanych na opublikowanie zdjęć z ich podobizną.

Pod ryciną należy podać źródło.

4. Do zrobienia indeksu nazwisk lub indeksu rzeczowego niezbędne jest przygotowanie przez autora wykazu haseł oraz zaznaczenie do jakiego obszaru tekstu mają się one odnosić.

5. Piśmiennictwo powinno być umieszczone na końcu pracy, ponumerowane i ustawione alfabetycznie według nazwisk autorów, a prace jednego autorstwa według lat wydania, od najstarszych do najnowszych dodatkowo odróżnione literami (a, b, c ...) przy roku wydania w przypadku tego samego roku wydania. W tekście jako odsyłacz występuje nazwisko autora i rok wydania ujęte w nawias okrągły, np. (Charzewski 1987, s. 15) lub w przypadku powołania na nr publikacji z listy piśmiennictwa, numer ujęty w nawias kwadratowy np. [16]. W pracach zbiorowych należy szczególnie konsekwentnie przestrzegać jednolitego zapisu piśmiennictwa we wszystkich rozdziałach. Opis bibliograficzny powinien zawierać następujące elementy:

- nazwisko i inicjał (lub inicjały) imienia autora (autorów) lub redaktora,
- rok wydania,
- tytuł pracy, tom, zeszyt,
- wydawca lub pełny tytuł czasopisma (rocznik, numer i strony),
- miejsce wydania (nie podaje się w przypadku czasopism).

Przykłady opisów bibliograficznych:

1. Kutzner-Kozińska M. [red.] (2002): *Proces korygowania wad postawy*. AWF, Warszawa, ss. 394.
2. Norkowski H. (2002): Intensywność wysiłku meczowego w piłce ręcznej u zawodników pełniących różne funkcje w grze. *Wychowanie Fizyczne i Sport* Tom XLVI, vol. 46, nr 2, s. 197-208.
3. Stupnicki R., Przewęda R., Milde K. (2002): *Centyłowe siatki sprawności fizycznej polskiej młodzieży wg testów Eurofit*. AWF, Studia i Monografie nr 87, Warszawa, ss. 67.
4. Trzcńska D. (2002): Gimnastyka osiowo-symetryczna trójplaszczynowa (GOST) – Metoda Hoppe. W: Kutzner-Kozińska M. [red.]: *Proces korygowania wad postawy*. AWF, Warszawa, s. 297-306.