

**WYTYCZNE DOTYCZĄCE PRZYGOTOWANIA PRAC DYPLOMOWYCH  
LICENCJACKICH I MAGISTERSKICH  
NA WYDZIALE WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

AKADEMII WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU  
IM. JĘDRZEJA ŚNIADECKIEGO W GDAŃSKU

**I. WYMAGANIA FORMALNE**

**1. OGÓLNA KONSTRUKCJA PRACY**

Zaleca się następującą strukturę pracy dyplomowej:

- **strona tytułowa** - praca powinna posiadać stronę tytułową napisaną w języku polskim (*załącznik 1*)
- **spis treści** - umieszcza się w nim - w kolejności występowania - wszystkie części składowe pracy dyplomowej z podziałem na rozdziały i podrozdziały, z podaniem stron, od których się zaczynają
- **wstęp** - stanowi wprowadzenie w problematykę pracy
- **rozdziały teoretyczne** - w ich treści student powinien wykazać się wiedzą zdobytą na studiach z zakresu podjętego tematu oraz znajomością aktualnej literatury dotyczącej rozpatrywanego problemu
- **założenia metodyczne badań / zagadnienia metodologiczne** - należy w nich uwzględnić hipotezy oraz szczegółowe pytania badawcze, zakres badań, zastosowane w pracy metody, techniki i narzędzia badawcze, scharakteryzować grupę badawczą oraz opisać przebieg badań
- **rozdział opisujący badania własne autora** - wyniki powinny być opisane i jeśli istnieje możliwość przedstawione w postaci tabel i rysunków
- **dyskusja / wnioski lub zakończenie** - należy wskazać na stopień realizacji celów badań, oraz zweryfikować postawione hipotezy badawcze i sformułować wnioski wynikające badań
- **streszczenie** - nie dłuższe niż na jedną stronę; należy umieścić w nim podstawowe informacje o pracy - opisać cel, tezy pracy oraz wnioski; streszczenie powinno być napisane w języku polskim oraz angielskim
- **spis literatury / bibliografia / piśmiennictwo** - powinien zawierać tylko takie pozycje, na które autor powoływał się w tekście przynajmniej raz; w spisie literatury muszą znaleźć się także adresy stron internetowych wykorzystywanych przy pisaniu pracy (zestawienie dodatkowe o nazwie źródła internetowe, po spisie literatury publikowanej w sposób tradycyjny)
- **aneks** - zawiera ponumerowane załączniki
- **oświadczenie promotora** (*załącznik 2*) - jako ostatnia kartka w oprawionej pracy
- **oświadczenie o przetwarzaniu prac pisemnych** (*załącznik 3*) - jako ostatnia kartka w oprawionej pracy
- **oświadczenie o samodzielnym wykonaniu pracy** (*załącznik 4*) - jako ostatnia kartka w oprawionej pracy
- **zgoda na udostępnienie pracy do wglądu** (*załącznik 5*) - jako ostatnia kartka w oprawionej pracy
- **płyty CD/DVDx 2 z elektroniczną wersją pracy** - jedna płyta CD przyklejona w kopercie do wewnętrznej strony okładki na końcu pracy a druga luzem w kopercie foliowej lub papierowej

## 2. OBJĘTOŚĆ I STRUKTURA PRACY

- objętość pracy zależy od przedmiotu badań oraz zastosowanej metodyki, decydujące zdanie należy do promotora
- poszczególne części pracy (rozdziały teoretyczne oraz rozdział opisujący badania własne autora) powinny pozostawać we właściwej proporcji wynikającej z tematu pracy i zastosowanej metodyki
- kolejne rozdziały powinny rozpoczynać się od nowej strony
- praca powinna być drukowana jednostronnie

## II. WYMAGANIA REDAKCYJNE

### 1. ZASADY OGÓLNE

- praca powinna być napisana przy użyciu edytora Microsoft Word 2000 i nowszy; wymagany odstęp między wierszami wynosi 1,5 rodzaj czcionki - Times New Roman, wielkość czcionki - 12 (w przypisach i podpisach 10), lewy margines 3,5 cm, prawy 2,5 cm, marginesy górny i dolny 2,5 cm
- na końcu wersów nie powinny znajdować się spójniki oraz przyimki
- tekst powinien być wyjustowany (wyrównany do prawej i lewej strony)
- nie należy korzystać z automatycznego dzielenia wyrazów
- numeracja stron prowadzona od strony tytułowej, umieszczona na dole i wyśrodkowana (na stronach tytułowych nie umieszczać ich numerów)
- numeracja rozdziałów i podrozdziałów hierarchiczna (*załącznik 6*)
- **tabele:**
  - w tekście należy umieścić odniesienie do zamieszczonej tabeli, następnie analizę oraz interpretację informacji wynikających z danych zawartych w tabeli
  - tabele w całej pracy powinny być opisywane w jednolity sposób (*załącznik 7*)
  - tabele powinny być jednolite pod względem konstrukcji
  - na końcu pracy umieszczamy ponumerowany spis tabel z wskazaniem numeru strony, na której występuje

Każda tabela powinna posiadać:

  - numer (np. Tabela 1) - nad tabelą, bez kropki na końcu; obowiązuje jedna numeracja tabel w całej pracy, nie numeruje się od początku tabel w poszczególnych rozdziałach
  - tytuł - umieszczony nad tabelą, wyśrodkowany, zapisany czcionką jak pozostały tekst, bez kropki na końcu
  - źródło, zapisane pod tabelą lub na końcu podpisu tabeli (*załącznik 7*) w formie powołania się na piśmiennictwo (jeśli tabela jest wiernym odtworzeniem z publikacji - autor, rok, strona; jeśli tabela jest samodzielnie zbudowana na podstawie opracowania literatury, należy podać autora i rok wydania publikacji); w przypadku tabel sporządzonych w oparciu o badania własne nie trzeba podawać źródła
- **rysunki:**
  - w pracy należy umieścić wyłącznie rysunki; nie ma potrzeby różnicowania części graficznej na wykresy, ryciny, fotografie, schematy, mapy itp.
  - w tekście należy umieścić odniesienie do zamieszczonego rysunku, następnie analizę i interpretację jego treści
  - rysunki w całej pracy powinny być opisywane w jednolity sposób (*załącznik 8*)
  - nie należy stosować wielu wzorów rysunków
  - na końcu pracy umieszczamy ponumerowany spis rysunków z wskazaniem numeru strony na której występuje

### Każdy rysunek powinien posiadać:

- numer (np. Ryc. 1.), umieszczony pod rysunkiem; bez kropki na końcu; obowiązuje jedna numeracja w całej pracy - nie numeruje się od początku rysunków w poszczególnych rozdziałach
- tytuł - umieszczony za numerem rysunku, wyśrodkowany, bez kropki na końcu
- źródło - zapisane pod rysunkiem lub na końcu podpisu rysunku (*załącznik 8*) w formie powołania się na piśmiennictwo (jeśli rysunek jest wiernym odtworzeniem z publikacji - autor, rok, strona; jeśli rysunek jest samodzielnie przygotowany na podstawie opracowania literatury, należy podać autora i rok wydania publikacji); w przypadku rysunków sporządzonych w oparciu o badania własne - nie trzeba podawać źródła.

## **2. POWOŁANIE SIĘ NA PIŚMIENICTWO**

- wydawnictwo zwarte - opracowanie jednego autora: w tekście w powołaniach na piśmiennictwo podajemy nazwisko oraz rok wydania, np.: (Ulatowski 2000)
- w przypadku gdy w tym samym miejscu cytowanych jest więcej pozycji, to kolejność cytowanych prac w nawiasie jest wg porządku alfabetycznego autorów: (Czerwiński 1998, Szwarz 2003)
- w przypadku gdy cytowana praca ma dwóch autorów, to w nawiasie podaje się oba nazwiska i rok (Laskowski, Ziemann 2006)
- jeśli przywołano kilka prac jednego autora opublikowanych w tym samym roku, należy je rozróżnić, uzupełniając rok wydania małymi literami: a, b, c, itd., np. (Ulatowski 2000a)
- w przypadku cytowania pozycji dwóch autorów piszemy oba nazwiska i rok, np.: (Kochanowicz, Miszczenko 2003), gdy cytowana praca ma więcej niż dwóch autorów, to w nawiasie podaje się nazwisko pierwszego autora i „i wsp.” np.: (Erdmann i wsp. 2003)

**Uwaga:** w spisie piśmiennictwa muszą natomiast widnieć nazwiska i inicjały imion wszystkich autorów, niezależnie od liczby autorów.

- źródła internetowe umieścić należy w osobnym zestawieniu o nazwie Źródła internetowe z podaniem adresu i daty np.: [www.men.gov.pl](http://www.men.gov.pl). 5.01.2009. Nie mogą one przeważać nad klasycznym piśmiennictwem
- dokumenty, ekspertyzy, akty prawne piszemy kursywą np.: (*Rozporządzenie Ministerstwa Edukacji...2000*)
- jeżeli powołanie w tekście dotyczy pracy zbiorowej, zamiast nazwiska autora przytacza się pełny lub skrócony tytuł pracy (*Przedsiębiorczość.... 2008*)
- przypisy umieszcza się u dołu strony zachowując numerację ciągłą
- źródła pod tabelami i rysunkami - czcionka „10”, kursywa.

## **3. SPIS PIŚMIENICTWA / BIBLIOGRAFIA**

- spis piśmiennictwa musi zawierać wyłącznie wykaz cytowanych w tekście pozycji
- końcowe zestawienie zapisuje się w porządku alfabetycznym (z kropką po każdej pozycji), z podaniem liczby porządkowej, według następującego schematu:
  - wydawnictwo zwarte (opracowanie jednego autora) - należy podać kolejno: nazwisko autora i pierwszą literę jego imienia, rok wydania, tytuł pozycji zapisany kursywą, wydawnictwo oraz miejsce wydania, np.: Naglak Z. 1974. *Trening sportowy. Teoria i praktyka*. PWN, Warszawa - Wrocław.
  - wydawnictwo zwarte (opracowanie kilku autorów) - należy podać kolejno: nazwiska wszystkich autorów i pierwszą literę ich imienia, rok wydania, tytuł pozycji zapisany kursywą, wydawnictwo oraz miejsce wydania, np.: Mleczko E., Trzmielewski R. 1999. *Biegi na orientację: technika, taktyka, trening*. AWF Kraków.
  - wydawnictwo zwarte (praca zbiorowa pod redakcją jednego z autorów) - należy podać kolejno nazwisko i pierwszą literę imienia redaktora, skrót (red.), nazwiska i pierwsze litery imion współautorów, rok wydania, tytuł pozycji napisany kursywą, wydawnictwo oraz miejsce wydania, np.: Kozłowski S., Nazar K. (red), 1999. *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, wyd. III.

- określona część lub rozdział pracy zbiorowej - należy podać kolejno: nazwisko autora i pierwszą literę jego imienia, rok wydania, tytuł podrozdziału zapisany kursywą, wydawnictwo oraz miejsce wydania,  
np.: Siwiński W. 2001. *Pedagogika czasu wolnego*. W: Kielbasiewicz -Drozdowska I., Siwiński W. (red.)  
Teoria i metodyka rekreacji. Zagadnienia wybrane. Wydawnictwo AWF, Poznań.
- artykuł zamieszczony w czasopiśmie - należy podać kolejno: nazwisko autora i pierwszą literę jego imienia, rok wydania, tytuł artykułu napisany kursywą, a następnie obowiązujący skrót tytułu czasopisma, tom, zeszyt (w nawiasie) oraz strony, które dany artykuł obejmuje,  
np.: Margaría R., Cerretelli, P., Aghemo, P., Sassi G. 1993. *Energy cost of running*. Journal of Applied Physiology, 18, s. 367-370.

#### 4. WYMAGANIA TECHNICZNO-ORGANIZACYJNE

- student ma obowiązek przedstawienia promotorowi ostatecznej wersji pracy - bez błędów językowych, ortograficznych i gramatycznych, w terminie co najmniej dwóch tygodni przed złożeniem pracy w Dziekanacie
- praca dyplomowa (licencjacka i magisterska), w wersji zaakceptowanej przez promotora, powinna być złożona w oprawie introligatorskiej (sztywnej) w dwóch egzemplarzach w Dziekanacie Wydziału
- wraz z egzemplarzami drukowanymi należy złożyć wersję elektroniczną pracy w postaci źródłowej w dwóch egzemplarzach; w edytorze tekstu Microsoft Word 2000 i nowszy.  
Obie płyty CD powinna być opisane (nazwisko, imię, tytuł pracy), podpisane przez Promotora i umieszczone w kopercie (nie w opakowaniu plastikowym),  
jedna płyta CD przyklejona do wewnętrznej strony okładki na końcu pracy a druga luzem w kopercie foliowej lub papierowej.
- student ma obowiązek złożenia pracy w terminie ustalonym przez Dziekana Wydziału
- warunki dopuszczenia do egzaminu, jego przebieg oraz sposób oceniania znajdują się w Regulaminie Studiów (& 37 - 40) - [www.awf.gda.pl](http://www.awf.gda.pl)

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU  
IM. JĘDRZEJA ŚNIADECKIEGO W GDAŃSKU**

(18, TIMES NEW ROMAN, DUŻE LITERY)

**Wydział Wychowania Fizycznego** (14, Times New Roman)

Kierunek : wychowanie fizyczne (14, Times New Roman)

Katedra ..... (12, Times New Roman)

Zakład ..... (12, Times New Roman)

Imię i Nazwisko (14, Times New Roman)

nr albumu (12, Times New Roman)

**TYTUŁ PRACY**

(18, TIMES NEW ROMAN, DUŻE LITERY)

praca licencjacka/magisterska wykonana  
pod kierunkiem .....

*tytuł naukowy, imię i nazwisko promotora)*

(14, Times New Roman)

Gdańsk rok

(16, Times New Roman)

**O Ś W I A D C Z E N I E**  
**(KIERUJĄCEGO PRACĄ)**

Oświadczam, że niniejsza praca została przygotowana pod moim kierunkiem.  
Stwierdzam, że spełnia ona warunki do przedstawienia jej w postępowaniu uzyskania  
kwalifikacji zawodowych.

Gdańsk, dnia . . . . .

.....  
*podpis kierującego pracą*

Załącznik nr 3 do Regulaminu określającego zasady funkcjonowania *Systemu Plagiat.pl* w Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku, wprowadzonego Zarządzeniem Rektora AWFIS nr 30/2014 z dnia 23 czerwca 2014 r.

## O Ś W I A D C Z E N I E

(STUDENTA)

Oświadczam, że poinformowano mnie o prawach i obowiązkach studenta Uczelni, a także o zasadach dotyczących kontroli samodzielności prac dyplomowych i zaliczeniowych. W związku z powyższym oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie\* moich prac pisemnych (w tym prac zaliczeniowych i pracy dyplomowej) powstałych w toku studiów i związanych z realizacją standardów kształcenia w Uczelni, a także na przechowywanie ich w celach realizowanej procedury antyplagiatowej w bazie cyfrowej Systemu Antyplagiatowego.

....., dn. ....

.....

*podpis studenta*

\* Przez przetwarzanie pracy rozumie się porównywanie przez System Plagiat.pl jej treści z innymi dokumentami (w celu ustalenia istnienia nieuprawnionych zapożyczeń), generowanie Raportu Podobieństwa oraz przechowywanie pracy w bazie danych Systemu Plagiat.pl.

## **O Ś W I A D C Z E N I E** **(STUDENTA)**

.....  
Imię i nazwisko studenta

.....  
nr albumu

Oświadczam, że moja praca pt.: .....

.....:

- a. została przygotowana przeze mnie samodzielnie,\*
- b. nie narusza praw autorskich w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 roku o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. 1994 nr 24 poz. 83 z późn. zm.) oraz dóbr osobistych chronionych prawem,
- c. nie zawiera danych i informacji, które uzyskałem w sposób niedozwolony,
- d. nie była podstawą nadania dyplomu uczelni wyższej lub tytułu zawodowego ani mnie ani innej osobie.

Ponadto oświadczam, że treść pracy przedstawionej przeze mnie do obrony, zawarta na przekazywanym nośniku elektronicznym, jest identyczna z jej wersją drukowaną.

....., dn. ....

.....  
*podpis studenta*

\* Uwzględniając merytoryczny wkład promotora (w ramach prowadzonego seminarium dyplomowego).



**O Ś W I A D C Z E N I E**  
**(STUDENTA)**

Nazwisko i Imię autora pracy .....

Tytuł pracy .....

Adres zamieszkania.....

..... na udostępnianie w/w pracy mojego autorstwa  
wyrażam zgodę / Nie wyrażam zgody przez Bibliotekę AWFIS w Gdańsku oraz w jej czytelni.

Gdańsk, dnia .....

.....  
*podpis studenta*

## Spis treści

WSTĘP (DUŻE LITERY) .....	3
1. TYTUŁ ROZDZIAŁU (DUŻE LITERY) .....	9
1.1. Tytuł podrozdziału (małe litery) .....	9
1.2 .....	17
1.3 .....	26
2. TYTUŁ ROZDZIAŁU (DUŻE LITERY) .....	35
2.1 Tytuł podrozdziału (małe litery).....	35
2.2 .....	42
2.3 .....	51
3. TYTUŁ ROZDZIAŁU (DUŻE LITERY) .....	60
3.1 Tytuł podrozdziału (małe litery).....	60
3.2 .....	66
3.3 .....	73
4. DYSKUSJA (ew. PODSUMOWANIE I WNIOSKI )	
STRESZCZENIE	
PIŚMIENNICTWO (ew. BIBLIOGRAFIA)	
SPIS TABEL	
SPIS RYSUNKÓW	
ANEKS	

Tabela 11. Ulubione formy aktywności ruchowej ankietowanych

Forma zajęć	Kobiety [%]	Mężczyźni [%]
Spinning	5	35
Siłownia	10	65
Pilates	30	-
TBC	10	-
Taniec	45	-

Jeśli tabela jest wiernym odtworzeniem z publikacji należy podać źródło: autor, rok, strona;  
Jeśli tabela jest zbudowana na podstawie opracowania literatury, należy podać autora i rok wydania publikacji według wzoru poniżej:

Źródło: ([www.costam.pl](http://www.costam.pl) 01.01.2009) lub (Kowalski 2008) lub (Kowalski 2008, s.12)  
lub umieszczając źródło bezpośrednio po podpisie tabeli:

Tabela 11. Ulubione formy aktywności ruchowej ankietowanych (Kowalski 2008, s.12)  
Jeśli tabela jest sporządzona w oparciu o badania własne, nie trzeba podawać źródła.



Ryc.1. Drzewo

Jeśli rysunek, fotografia, mapa jest wiernym odtworzeniem z publikacji należy podać źródło: autor, rok, strona;

Jeśli rysunek, fotografia, mapa jest samodzielnie wykonana na podstawie opracowania literatury, należy podać autora i rok wydania publikacji według wzoru poniżej:

Źródło: ([www.costam.pl](http://www.costam.pl) 01.01.2009) lub (Kowalski 2008, s.12) lub ( ze zbiorów autorki)

lub umieszczając źródło bezpośrednio po podpisie rysunku:

Ryc.1. Drzewo (Kowalski 2008, s.12