

## بخش اول (مشخصات نشریه):

فصلنامه علمی “مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش” عنوان نشریه دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه بیرجند است که پژوهش های اصیل و کاربردی در زمینه های **فیزیولوژی ورزشی، تغذیه ورزشی، علم تمرین، و سایر زمینه های مرتبط** با آن را منتشر می کند.

## بخش دوم (راهنمای نویسندگان)

نویسندگان محترم، نکات زیر را هنگام تهیه و ارسال مقاله رعایت نمایند:

الف - مقاله ها به صورت برخط (*online*) از طریق وب سایت [jpsbs.birjand.ac.ir](http://jpsbs.birjand.ac.ir) ارسال گردد. نویسندگان محترم می توانند از طریق پست الکترونیکی (ایمیل) نشریه به آدرس [jpsbs.birjand@gmail.com](mailto:jpsbs.birjand@gmail.com) با دفتر نشریه ارتباط داشته باشند.

ب - لازم است نویسنده مسئول مقاله پس از تکمیل فرم تعهد نویسندگان و فرم تعارض منافع بصورت جداگانه؛ امضای تمامی نویسندگان را نیز اخذ کرده و این فرم ها را همراه فایل های مقاله، در سامانه بارگذاری نماید. در ضمن، نویسندگان نباید تا مشخص شدن نتیجه نهایی داوری، مقاله خود را برای نشریه های دیگر ارسال نمایند.

ج - برای هر مقاله، ارسال فایل بدون نام نویسندگان (به شکل *word*) و فایل با نام نویسندگان ضروری است.

د - مقاله به صورت یک خط در میان (فاصله سطرها مناسب و حاشیه هر سمت ۲/۵ سانتیمتر) و با نرم افزار *Word 2003/2007* با قلم *B Nazanin* با رعایت کامل اصول آیین نگارش فارسی، تایپ شود. اندازه *B-14* برای عنوان مقاله، ۱۲ برای متن و *B-12* برای عنوان های داخل مقاله در نظر گرفته شود. متن و کلمات انگلیسی با قلم *Utsaah* اندازه ۱۲ تایپ شوند. شماره صفحه در پایین و وسط هر صفحه قرار گیرد.

ه- از تیرماه ۱۴۰۱، مبلغ ۲۰۰،۰۰۰ تومان (دویست هزار تومان) از نویسندگانی که مقالات آن ها برای انتشار در نشریه پذیرفته شود؛ اخذ خواهد گردید.

## بخش سوم: نحوه نگارش متن مقاله

الف - **صفحه اول:** عنوان کامل مقاله، نام نویسنده/نویسندگان، موسسه یا دانشگاه محل خدمت، رتبه علمی و عنوان دانشگاهی، گروه، دانشکده، دانشگاه، شهر، آدرس پستی و آدرس پست الکترونیکی (*e-mail*)، تلفن و نمابر ذکر شود. در این صفحه می بایست نویسنده مسؤول جهت پیگیری روند بررسی مقاله، مشخص شده باشد [توجه: نام موسسه، رتبه علمی و آدرس نویسندگان در همین صفحه **زیرنویس** شود]. چکیده فارسی مقاله که می بایست حداکثر ۲۵۰ تا ۳۰۰ کلمه باشد و ساختار بندی زیر را داشته باشد:

زمینه و هدف، روش تحقیق، یافته ها (باید با افعال گذشته نوشته شود و نتایج حاصل از مطالعه را به طور واضح و دقیق ارائه دهد) نتیجه گیری (در حد چند جمله در آخر متن) و واژه های کلیدی بین ۳ تا ۵ واژه.

ب - **متن مقاله:** شامل مقدمه، روش تحقیق، یافته ها، بحث، نتیجه گیری، تعارض منافع، قدردانی و تشکر و منابع است. تعداد صفحات متن نباید از حداکثر ۱۲ صفحه ۱۸ سطر یا ۴۰۰۰ کلمه تجاوز نماید. جدول ها باید تک ستونی بوده و دارای عنوان کامل باشند و همانند متن اصلی با نرم افزار *Word ۲۰۰۳/۲۰۰۷* با قلم *B Nazanin-10* تایپ شوند. چیدمان ستون های جدول به صورت وسط چین

بوده و با اعداد فارسی تایپ شوند. نمودارها نیز باید دارای عنوان کامل باشند و برای رسم آنها از نرم‌افزار *Excle 2007/2003* استفاده شود. فایل اصلی نمودارها همراه مقاله ارسال شود.

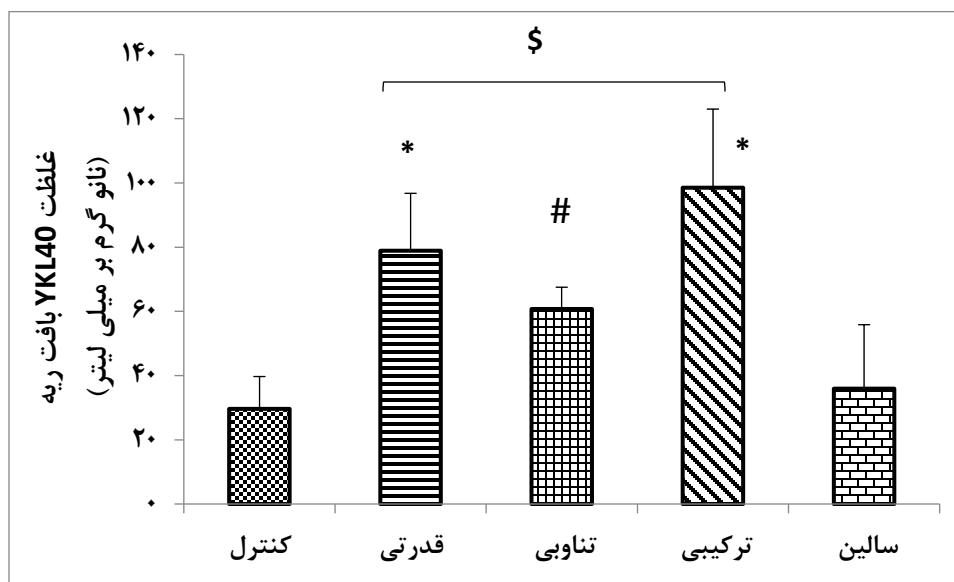
**نحوه تنظیم جدول ها:** برای آگاهی شما، در ادامه یک نمونه جدول طراحی شده در مقالات پیشین آورده می شود و از همه نویسندگان درخواست می شود، جدول ها را بدین صورت طراحی و تنظیم نمایند.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس یک سویه در خصوص مقایسه متغیرهای وابسته تحقیق .... (فونت بی نازنین ۱۰/ بولد)

متغیرها	شاخص / منابع	میانگین مربعات	درجه آزادی	F	p
متئورین (نانوگرم/میلی لیتر)	بین گروهی	۱۱/۵۳۲	۲	۲/۶۹	۰/۰۹
	درون گروهی	۴/۲۷	۲۱		
IL-6 (نانو گرم/میلی لیتر)	بین گروهی	۲۸۹۱/۰۵	۲	۹/۲۹	۰/۰۰۱*
	درون گروهی	۳۱۰/۹۶	۲۱		

\*نشانه تفاوت معنی داری بین گروه ها در سطح  $p \leq 0.05$ .

**نحوه تنظیم شکل ها (نمودارها):** برای آگاهی شما، در ادامه یک نمونه نمودار منتشر شده در مقالات پیشین آورده می شود و از همه نویسندگان درخواست می شود مک.دارها را بدین صورت طراحی و تایپ نمایند.



شکل ۲. مقایسه YKL40 بافت ریه در گروه‌های مورد مطالعه؛ \$ نشانه معنی دار با گروه کنترل؛ \* نشانه معنی دار با گروه سالین؛ # نشانه

معنی دار با گروه ترکیبی؛ سطح معنی داری  $p \leq 0.05$ . (فونت بی نازنین ۱۰/ بولد)

ج- صفحه آخر : عیناً مشابه صفحه اول حاوی عنوان مقاله، نام نویسندگان، نام موسسه، رتبه علمی و ... به زبان انگلیسی تایپ شود. چکیده انگلیسی مقاله نیز مطابق چکیده فارسی ترجمه شده و در این صفحه قرار گیرد.

**توجه:** تنها از کلمات اختصاری استاندارد استفاده شود و از به کار بردن اختصارات در عنوان و چکیده خودداری شود. لغات کامل هر کلمه اختصاری استاندارد، باید در اولین استفاده آن در متن، داخل پرانتز آورده شود؛ مگر این که یک واحد استاندارد اندازه گیری باشد. اصطلاحات انگلیسی حتی الامکان به فارسی برگردانده شوند و خود واژه انگلیسی به صورت زیرنویس در پایین صفحه آورده شود. اسامی خاص انگلیسی در متن مقاله، باید به فارسی آوا نویسی شود، مثل “ هاریسون به جای Harrison.”

## بخش چهارم: شیوه استناددهی و نگارش منابع

### الف - قواعد استناد درون متن

برای استناد دهی درون متنی به یک منبع یا مرجع، به ترتیب، نام خانوادگی نویسنده، ویرگول، سال انتشار در داخل پرانتز ذکر می شود و در متن مقاله، از ذکر شماره منابع خودداری شود. مانند: (مرادی، ۲۰۱۰). اگر تعداد مؤلفان دو نفر باشند، نام هر دو ذکر می شود. مانند: (مرادی و طیبی، ۲۰۱۰). اما اگر تعداد مؤلفان بیش از سه نفر باشند، تنها نام خانوادگی نویسنده اول ذکر شده و از عبارت “ و دیگران” استفاده می شود. مانند: (مرادی و دیگران، ۲۰۱۲). اگر به بیش از یک منبع در متن ارجاع داده شود، اسامی و سال انتشار با نقطه ویرگول از هم جدا می شوند. مانند: (مرادی، ۲۰۱۰؛ عابدی و دیگران، ۲۰۰۲). اگر به چند اثر یک نویسنده ارجاع داده می شود، بعد از ذکر نویسنده و سال انتشار، دیگر سالها با نقطه ویرگول از هم متمایز می شوند، مانند: (باکلند، ۱۹۶۷؛ ۱۹۷۸؛ ۱۹۸۸) اگر چند اثر یک نویسنده در یک سال انتشار یافته باشد، استفاده از نام خانوادگی نویسنده به صورت) حق شناس، (2001 a و یا) حق شناس، (2001 b) انجام می گیرد.

### ب - نحوه نگارش منابع در انتهای مقاله:

منابع باید بر اساس شیوه APA نوشته شوند. کلیه منابع باید به زبان انگلیسی نوشته شوند و منابع فارسی هم باید به طور دقیق از روی چکیده انگلیسی مقالات منتشر شده، به انگلیسی برگردانده شوند و از ترجمه مقالات (توسط خود نویسنده) جدا اجتناب شود. در انتهای چنین منابعی، در داخل پرانتز عبارت [In Persian] تایپ گردد. منابع به ترتیب حروف الفبا مرتب شوند و گذاشتن شماره لازم نیست. تعداد منابع استفاده شده از ۳۰ تا ۳۵ مورد تجاوز نکند. برای سهولت در کار منابع با استفاده از نرم افزار اندنوت (EndNote) شیوه (APA 6th - sections case) مرتب شوند.

### • استناد به مقالات مجلات

-مقاله با یک نویسنده:

Rutherford, B.J. (2006). Reading disability and hemispheric interaction on a lexical decision task. *Brain and Cognition*, 60, 55-63.

-مقاله با دو نویسنده:

Rutherford, B. J., & Rush, K. (2006). Reading disability and hemispheric interaction on a lexical decision task. *Brain and Cognition*, 60(4), 55-63.

-مقاله بیش از دو نویسنده:

Rush, K. L., Waldrop, S., Mitchell, C., & Dyches, C. (2005). The RN-BSN distance education experience: From educational limbo to more than an elusive degree. *Journal of Professional Nursing*, 21(5), 283-292.

در مقالات با بیش از شش نویسنده، اسامی شش نویسنده اول طبق ساختار نشریه نوشته می شود و بعد آن سه نقطه (...) گذاشته و در انتها نام نویسنده آخر ذکر می گردد. مثال:

de Witte, D., Wijngaarden, L. H., van Houten, V. A., van den Dorpel, M. A., Bruning, T. A., van der Harst, E., ... & Niezen, R.A. (2020). Improvement of cardiac function after Roux-en-Y gastric bypass in morbidly obese patients without cardiac history measured by cardiac MRI. *Obesity Surgery*, 30(7), 2475-2481.

• مقاله برگرفته از مجله الکترونیکی آنلاین (پیوسته):

Wells, P. (2009, July 28). Our universities can be smarter. *Macleans*'s. Retrieved from <http://www2.macleans.ca>

• استناد به کتاب:

Murphy, M. A., Lai, D., & Sookraj, D. (1997). *Evaluation of the neighborhood (congregate) meal program: Final report*. 2th Edition. Kelowna, BC: Kelowna Home Support Society.

-مجموعه مقالات همایش ها:

Billington, D. P. (1995). Performance of the Menai straits bridge before and after construction. In *Proceedings of the 13th structures congress*, Boston, Massachusetts, April 2-5, 1995. NY: ASCE. 1536-1549.

- کتاب بدون نویسنده:

*Merriam-Webster's collegiate dictionary* (1993). Springfield, MA: Merriam-Webster.

• استناد به پایان نامه و طرح پژوهشی

-پایان نامه:

Zolghadr Moghadam, R. (2001). *Effects of resistance training on the inflammatory markers*. Ph.D Thesis, Physical Education Department, Faculty of Physical Education & Sport Sciences. Birjand University. [In Persian]

-طرح پژوهشی:

Moghadam, R. (2001). *Effects of resistance training on the inflammatory markers*. Research Project. Physical Education Department, Faculty of Physical Education & Sport Sciences. Birjand University. [In Persian]

• استناد به منابع اینترنتی

-گزارش های آنلاین:

**Shields, M., & Wilkins, K. (2006).** *Findings from the 2005 National Survey of the Work and Health of Nurses (Report No. 83-003-XPE).* Retrieved from Canadian Institute for Health Information website: [http://secure.cihi.ca/cihiweb/products/NHSRep06\\_ENG.pdf](http://secure.cihi.ca/cihiweb/products/NHSRep06_ENG.pdf)

-یادداشت وبلاگ:

**Kiume, S. (2007, August 17).** Loneliness isn't good [Web log message]. Retrieved from <http://psychcentral.com/blog/archives/2007/08/17/loneliness-isnt-good/>

### بخش پنجم - فرآیند ارزیابی و چاپ مقاله:

مقاله ها ابتدا از نظر ساختاری و زمینه مطالعاتی و تخصصی، مورد بازبینی اولیه قرار می گیرند و مقالاتی که منطبق با شرایط نشریه باشند، بلافاصله برای حداقل ۲ داور (معمولاً ۳ داور) متخصص ارسال می گردند. پس از بررسی، نتایج داوری در هیأت تحریریه مطرح می شود و نتیجه به اطلاع نویسنده مسئول مقاله خواهد رسید. به منظور ارتقاء کیفیت و کمیت مقاله و رفع اشکالات احتمالی، مقاله داوری شده توسط ویراستارهای نشریه نیز بررسی می شود. اصلاحات درخواستی باید به طور شفاف و دقیق اعمال شوند و فایل نهایی در بازه زمانی تعیین شده، به دفتر نشریه عودت داده شود. مقاله تایید شده پس از این مرحله، به عنوان نسخه نهایی جهت چاپ در نظر گرفته می شود. شورای نویسندگان نشریه، در پذیرش، رد، اصلاح و خلاصه نمودن مقالات؛ آزاد است. رعایت نکات اخلاقی در پژوهش در تحقیقات بالینی یا بر روی حیوانات، ضروری است و مسؤولیت کامل منابع و مطالب چاپ شده از دیدگاه اخلاقی و حقوقی، بر عهده نویسنده/نویسندگان خواهد بود. چاپ و انتشار مطالب نشریه با ذکر مأخذ، مجاز می باشد. در صورت چاپ مقاله، نشریه به تعداد نویسندگان برای نویسنده مسؤول ارسال خواهد شد.