

Заглавие

Имена на автор¹, Имена на автор²

¹⁾ име на институция, град, държава

²⁾ име на институция, град, държава

Резюме. Times New Roman, 11 pt, подравнен с двустранно изравняване, максимум 300 думи
Ключови думи: Times New Roman, 11 pt, курсив, подравнен с двустранно изравняване, максимум 6 думи

1. Въведение

Правилата за форматиране се отнасят до вида, размера и стила на използваните шрифтове в различните части на статията, интервалите между редове и абзаци, отстъпите на началото на отделните абзаци и др.

2. Форматиране на заглавната част на статията

2.1. Форматиране на заглавието

Шрифтът на заглавието трябва да е Times New Roman, размер – 14 pt, центриран и получер.

2.2. Форматиране на списъка с авторите

Информацията за авторите трябва да е подравнена вдясно. За всеки автор се пише име и фамилия. Шрифтът е с големина 12 pt, а стилът е получер. Ако статията има повече от един автор, имената се разделят със запетая. След името на автора се слага горен индекс с номер, който ще укаже местоработата му.

2.3. Форматиране на местоработата на авторите

Абзаците за месторабота на авторите включват името на институцията, града (когато не е част от името на самата институция) и държавата (без посочване на академични и други титли). Ако авторите имат различна месторабота, тя се изрежда отделно една под друга. Ако двама автори имат една и съща месторабота, тя не се повтаря, а се използва един и същ индекс за двамата. Големината на шрифта за месторабота е 12 pt, а стилът е дясно подравнен и курсивен.

2.4. Резюме и ключови думи

Абзаците за резюмето и ключовите думи трябва да са форматиращи с големина на шрифта 11 pt и подравнени двустранно (Justify). Резюмето включва ясно изложение на целите на изследването, кратък преглед на използваните методи, най-важните резултати и заключение. Думата „Резюме“ е с получер стил, а „Ключови думи“ – в курсив. Останалият текст е с нормален стил. Ключовите думи се изреждат разделени с точка и запетая и са с малки букви (освен ако не включват имена). След последната ключова дума няма точка и запетая накрая. Ключовите думи трябва да отговарят в максимална степен на съдържанието на статията и да бъдат не повече от шест.

3. Форматиране на разделите на статията

Текст - Times New Roman, 12 pt.

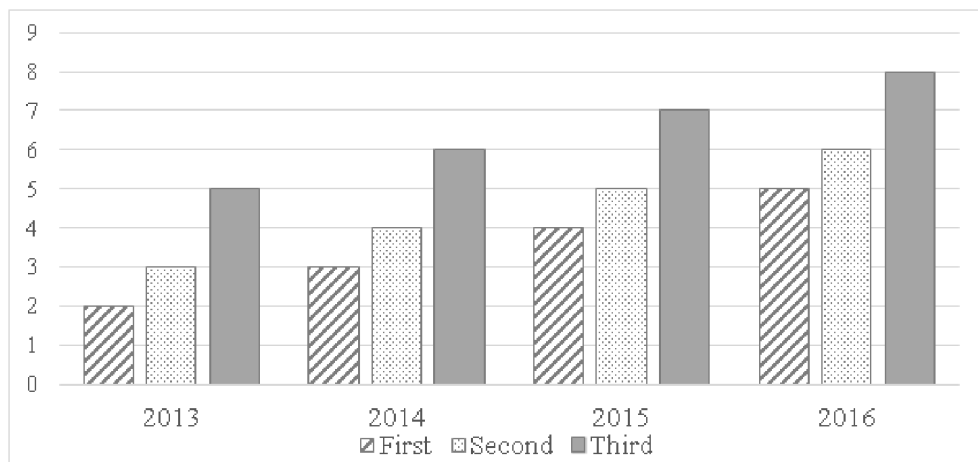
Текстът на статията се структурира в отделни раздели, разграничени със свои кратки заглавия, с ясна индикация за разликите в тяхната йерархия. Стандартната

структура на научната статия включва **Въведение** (представя темата и осигурява необходимия контекст/литературен обзор; формулира изследователския въпрос, хипотезата или целта на проучването); **Методология** (описва подробно как е проведено изследването, включва информация за инструментите, процедурите, събирането и анализа на данните); **Резултати** (представя обективно събраните данни и включва текст, таблици и фигури); **Дискусия** (интерпретира резултатите, сравнява ги с други проучвания и посочва ограниченията на изследването) и **Заклучение** (обобщава най-важните констатации и тяхното значение и може да предложи насоки за бъдещи изследвания).

Заглавието на всеки раздел трябва да е с големина на шрифта 12 pt, получер стил. Основният текст в разделите е с големина на шрифта 12 pt. Допустимо е разделянето на един раздел на подсекции. Ако има такива, тяхното заглавие трябва да е с големина на шрифта 12 pt и получер стил.

4. Фигури и таблици

Фигурите (илустрациите) се представят във формат, позволяващ обработка и корекции с масово използвани за подобни цели програми. По изключение, когато обемът на фигурите е голям и не позволява поставяне в основния текст, задължително трябва да бъде посочено мястото им в текста – фиг. 1, фиг. 2 и т.н. Заглавието на фигурата е с големина на шрифта 12 pt и центрирано. Текстът „Фигура“ и последващият го номер трябва да са с получер стил и отделени от заглавието на фигурата с един интервал. Текстът на заглавието на фигурата трябва да е с нормален стил. Номерацията и заглавията на фигурите се поставят под тях (Фиг. 1).



Фигура 1. Заглавие

Източник: Times New Roman, 10 pt, Italic, Centered

По възможност фигурите да бъдат направени с помощта на графични програми (Corel Draw, Adobe Illustrator, Adobe PhotoShop) или Excel. Заглавията на фигурите не трябва да са включени в изображението. Текстът и картинките на фигурите трябва да са достатъчно големи, за да могат да бъдат прочетени, когато се отпечата на хартия. Снимките и сканираните изображения да бъдат в отделни файлове с добро качество (поне 300 dpi), за предпочитане в JPG, JPEG, PNG или TIFF формат.

Таблично се представят числени данни, изразяващи функционални зависимости между величини или променливи. Текстовите таблици затрудняват печата и четенето на статиите, затова тяхната употреба не се препоръчва. Таблиците се изработват в Word Table или Excel. Заглавията на таблиците се форматират по същия

начин както фигурите, но се поставят над таблицата. Необходимите обяснения се дават под нея, като се означават със съответните символи/знаци (Табл. 1).

Таблица 1. Заглавие

	Заглавие на колона		
	Текст в таблицата – Times New Roman, 10 pt, Single line spacing		

Източник: Times New Roman, 10 pt, Italic, Centered

5. Бележки и Литература

Всяка препратка или цитат към източник, който не е научно рецензиран, трябва да бъде добавяна в раздел Бележки (Notes) , който се намира преди раздел Литература (References). Бележките могат да включват коментари¹, цитирани документи от архиви, закони, учебна документация, интернет източници и се изписват само на езика на основния текст на ръкописа. Бележките се изреждат в номериран списък. Мястото им се маркира в текста на статията с арабски цифри като горни индекси.

Научните източници се включват в неномериран списък в раздел Литература (References). Цитирането на литературните източници трябва да бъде в съответствие с Харвардската система и APA Style. За няколко статии от един и същ автор(и), статиите се подреждат в хронологичен ред, от най-ранната до най-новата. Литературните източници се подреждат по азбучен ред на фамилията на първия автор. Източниците на кирилица се изброяват в използваната литература чрез транслитерация или превод. Препоръчително е включването на DOI (ако е наличен) за всеки източник. Заглавията на списанията се представят изцяло, като се изписват с курсив (Italic).

В основния текст трябва да има препратка към всеки източник, който е изреден в използваната литература и обратно. В шаблона ще препратим към (Aliverti, 2025; Kaloferova, 2024; Raleigh, 2021; Smith & Kays, 2022; Warmenhoven et al., 2025; Yilli & Turgut, 2025).

Благодарност

Допълнителен текст с изказване на благодарности може да се добавя в заключителния раздел на статията. В този раздел се упоменават източниците на финансиране на научното изследване. Големината на шрифта е 12 pt, а стилът е двустранно подравнен и курсивен.

Бележки:

1. Примерна бележка. Поставя се горен индекс в текста.

ЛИТЕРАТУРА

Aliverti, A. (2025). Respiratory issues as part of elite athlete and team care. In: Y. P. Pitsiladis, P. S. Yung, F. Pigozzi (Eds.). *Sports Physician Handbook* (pp. 89-113). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-443-31638-8.00015-9>.

Kaloferova, B. (2024). *Project-oriented model for health education*. Plovdiv University Press. [In Bulgarian]

Raleigh, S. M. (Ed.). (2021). *Epigenetics of Exercise and Sports*. Academic Press.

Smith, L. H. & Kays, T. M. (2022). *Sports Psychology For Dummies*. (2nd ed.). Wiley.

Warmenhoven, J., Menaspà, P., Borg, D. N., Vazire, S., White, N., Sainani, K., Nimphius, S., Coutts, A. J., & Impellizzeri, F. M. (2025). Sports Metaresearch: An Emerging Discipline of Sport Science and Medicine. *Sports Medicine*, 55(4), 845–856. <https://doi.org/10.1007/s40279-025-02181-x>.

Yilli, S. & Turgut, E. (2025). Competitive swimming and shoulder adaptations: The role of stroke specialty in adolescent swimmers. *Physical Therapy in Sport*, 74, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2025.04.008>.

6. Краят на статията

В края на статията се дава списък с авторите. Данните за автора/ите се посочват на английски език с големина на шрифта 12 pt и включват пълни имена, академична длъжност и научна степен, месторабота (в т.ч. университет, институт), град и държава, персонален ID на автора (WoS Researcher ID, Scopus Author ID, ORCID iD), служебен пощенски адрес, и адрес на електронна поща.

Кореспонденция:

Проф. Имена на авторите, д-р
ORCID iD: 0000-0000-0000-0000

Име на катедра
Име на институция
Град, държава
Имейл:

Кореспонденция:

Проф. Имена на авторите, д-р
ORCID iD: 0000-0000-0000-0000

Име на катедра
Име на институция
Град, държава
Имейл: