



Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου
Σχολή Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής
Τμήμα Οργάνωσης & Διαχείρισης Αθλητισμού

Οδηγός Συγγραφής
Πτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας



Επιμέλεια: Αντώνης Κ. Τραυλός (Καθηγητής)
Παναγιώτης Ε. Δημητρόπουλος (ΕΕΠ)
Ιωάννης Κ. Αναγνωστόπουλος (ΕΕΠ)

(Απόφαση της 119^{ης} Συνέλευσης ΤΟΔΑ του Παν. Πελοποννήσου – 27-04-2021)

Περιεχόμενα

Περιεχόμενα.....	2
ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚΠΟΝΗΣΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.....	3
ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (ΠΔΕ) του ΤΟΔΑ.....	7
Γενικές Επισημάνσεις.....	10
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ.....	12
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΓΡΑΦΗΜΑΤΩΝ.....	13
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΙΚΟΝΩΝ.....	13
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ.....	13
Λογοκλοπή.....	14
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι.....	15
1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	15
1.1 Θεωρητική Βάση του υπό διερεύνηση θέματος της εργασίας.....	16
1.2 Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος.....	16
1.3 Σκοπός της έρευνας.....	16
1.4 Ερευνητικές υποθέσεις ή ερευνητικά ερωτήματα.....	16
1.5 Οριοθετήσεις – Περιορισμοί.....	17
1.6 Ορισμοί όρων.....	17
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ.....	18
2. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....	18
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ.....	19
3. ΜΕΘΟΔΟΣ.....	19
3.1 Συμμετέχοντες ή Δείγμα.....	19
3.2 Ερευνητικό(-α) εργαλείο(-α) ή Μέσα συλλογής δεδομένων.....	19
3.3 Διαδικασία.....	20
3.4 Στατιστική ανάλυση.....	20
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙV.....	21
4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	21
ΚΕΦΑΛΑΙΟ V.....	25
5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	25
ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI.....	26
6. ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	26
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	26
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΓΡΑΦΗΣ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ.....	28
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	34

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚΠΟΝΗΣΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

1. Είναι υποχρεωτική η εκπόνηση Πτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας (ΠΔΕ);

Η εκπόνηση της ΠΔΕ είναι υποχρεωτική για τους/τις φοιτητές/τριες¹ του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού (ΤΟΔΑ) για τη λήψη του πτυχίου.²

2. Πρέπει η ΠΔΕ να είναι πρωτότυπη;

Η ΠΔΕ πρέπει να είναι ως έναν βαθμό πρωτότυπη, με την έννοια ότι αποτελεί προσωπική σύνθεση του/της φοιτητή/τριας.³

3. Ποιος είναι ο σκοπός της ΠΔΕ;

Σκοπός της ΠΔΕ είναι: α) να διδαχθεί εμπειρικά ο φοιτητής την προσπάθεια σύνθεσης μιας πρώτης μεγάλης επιστημονικής πραγματείας και β) να αποδείξει στο τέλος την εξοικείωσή του με το αντικείμενο και τις ικανότητες του στην ερευνητική διαδικασία.

Η ΠΔΕ συνιστά αναπόσπαστο μέρος της όλης εκπαιδευτικής διαδικασίας, και αποτελεί το προϊόν συνεχούς συνεργασίας και επικοινωνίας του φοιτητή με τους εποπτεύοντες.⁴

4. Πως ξεκινάει η διαδικασία εκπόνησης της ΠΔΕ;

Ο φοιτητής θα πρέπει να επιλέγει την ΠΔΕ κατά το έβδομο (Ζ') εξάμηνο των σπουδών του υποβάλλοντας ηλεκτρονικά την προτίμησή του στον σύνδεσμο: http://195.251.113.134/formtools/modules/form_builder/published/Aitisi_ptyxiakis.php και μόνο όταν ορισθεί η περίοδος δήλωσης της ΠΔΕ και ο σύνδεσμος είναι ενεργός. Ο φοιτητής μπορεί να δηλώνει προτίμηση σε δύο επιστημονικά πεδία.⁵

5. Ποιο μπορεί να είναι το θέμα της ΠΔΕ;

Το θέμα της ΠΔΕ επιλέγεται από τα γνωστικά αντικείμενα που περιλαμβάνονται στο Πρόγραμμα Σπουδών του ΤΟΔΑ, και προτείνεται είτε από τον ίδιο τον φοιτητή σε συνεννόηση με τον επιβλέποντα/επόπτη (καθηγητή) του, είτε από τον δεύτερο.⁶

Ο τελικός τίτλος του θέματος της ΠΔΕ πρέπει να εγκριθεί προηγουμένως από τον επιβλέποντα/επόπτη της ΠΔΕ.

6. Ποιες οι τυπικές προϋποθέσεις συγγραφής της ΠΔΕ;

¹ Για λόγους αισθητικής των οδηγιών συγγραφής της ΠΔΕ χρησιμοποιείται μόνο το αρσενικό ή το θηλυκό γένος. Σε καμία περίπτωση ο/η αναγνώστης/στρια δεν πρέπει να υποθέσει ότι η χρησιμοποίηση του αρσενικού ή του θηλυκού γένους γίνεται για σεξιστικούς λόγους.

² Άρθρο 7, παράγραφος 7.1 Εσωτερικού Κανονισμού Λειτουργίας (ΕΚΛ) του ΤΟΔΑ.

³ Άρθρο 7, παράγραφος 7.2 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

⁴ Άρθρο 7, παράγραφος 7.2 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

⁵ Άρθρο 7, παράγραφος 7.8 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

⁶ Άρθρο 7, παράγραφος 7.3 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

Κάθε ΠΔΕ πρέπει να πληροί τις ελάχιστες επιστημονικές προϋποθέσεις και τους απαραίτητους ακαδημαϊκούς όρους. Πρέπει να είναι δακτυλογραφημένη (με διπλό διάστιχο), να υπάρχει πίνακας περιεχομένων και να ακολουθεί τη δομή που παρουσιάζεται παρακάτω. Οι πληροφορίες από τα βιβλία και τα περιοδικά θα αναφέρονται με τον συνήθη τρόπο (παραπομπές) και εκείνες από το διαδίκτυο θα σημειώνονται με ακριβή αναφορά σε ιστοσελίδα/ες (βλ. σχετική ενότητα παρακάτω). Για τη συγγραφή της ΠΔΕ⁷ χρησιμοποιείται ο τρόπος συγγραφής APA, 7^η έκδοση, ο οποίος παρουσιάζεται περιληπτικά στις παρακάτω σελίδες.

7. Τι έκταση πρέπει να έχει η ΠΔΕ;

Η ΠΔΕ από το ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι μέχρι και το τελευταίο κεφάλαιο πρέπει να είναι 8.000 - 10.000 λέξεις συμπεριλαμβανομένων των σημειώσεων/παραπομπών και της βιβλιογραφίας. Τυχόν Παραρτήματα δεν προσμετρώνται στο μέγιστο όριο των λέξεων.⁸ Περισσότερες λεπτομέρειες για τη σύνταξη και τη δομή της ΠΔΕ παρέχονται στον παρακάτω οδηγό συγγραφής, ο οποίος πρέπει να τηρηθεί πιστά.

8. Ποιος ο τρόπος εκπόνησης της ΠΔΕ

Στις πρώτες συναντήσεις του φοιτητή με τον επιβλέποντα/επόπτη, ο φοιτητής παρουσιάζει δείγμα της εργασίας του (συνιστάται να παρουσιάζεται το ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι της ΠΔΕ) και ο επιβλέπων/επόπτης του δίνει συγκεκριμένες οδηγίες. Όταν η εργασία λάβει την πρώτη ολοκληρωμένη μορφή της, υποβάλλεται για ανάγνωση και σχολιασμό στον επιβλέποντα/επόπτη. Με βάση τα σχόλια του ο φοιτητής δίνει την τελική μορφή και επιστρέφει την ΠΔΕ στον επιβλέποντα/επόπτη προς τελική έγκριση πριν την έναρξη της εξεταστικής περιόδου.⁹

Επομένως, η συγγραφή της ΠΔΕ γίνεται βήμα-βήμα με την επίβλεψη, συνεργασία και έγκριση του επιβλέποντα/επόπτη σε όλα τα στάδια αυτής. Γι' αυτό είναι απαραίτητο αρχικά να υποβληθεί στον επιβλέποντα/επόπτη ένα αρχικό σχέδιο που θα περιέχει τον τίτλο και το ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι της ΠΔΕ, ώστε να γίνονται επίκαιρες παρατηρήσεις, διορθώσεις και υποδείξεις, και να γνωρίζει ο φοιτητής εγκαίρως αν κινείται εντός ή εκτός των πλαισίων του θέματος της ΠΔΕ. Το ίδιο μπορεί να γίνεται και σε κάθε επόμενο στάδιο συγγραφής της ΠΔΕ.

Η διαδικασία κατάθεσης της ΠΔΕ μετά την ολοκλήρωσή της προβλέπεται αναλυτικά στον Κανονισμό Εσωτερικής Λειτουργίας (ΕΚΛ) του ΤΟΔΑ.¹⁰

9. Λογοκλοπή

Με τον όρο «λογοκλοπή» νοείται η παράνομη οικειοποίηση, κλοπή και δημοσίευση ενός άλλου προσώπου (συγγραφέα) της γλώσσας, των σκέψεων, των ιδεών, ή εκφράσεων και στην παρουσίαση αυτών ως αρχική εργασία κάποιου. Οι μορφές λογοκλοπής μπορεί να είναι: διαδικτυακή, προφορική, γραπτή ή με άλλο τρόπο.

⁷ Άρθρο 7, παράγραφος 7.4 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

⁸ Άρθρο 7, παράγραφος 7.5 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

⁹ Άρθρο 7, παράγραφος 7.12 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

¹⁰ Άρθρο 7 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

Σύμφωνα με το νόμο¹¹ και τους κανονισμούς του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και του ΤΟΔΑ,¹² η λογοκλοπή αποτελεί σοβαρό πειθαρχικό παράπτωμα, παράπτωμα ακαδημαϊκής δεοντολογίας ως ηθικά μεμπτή και αξιόποινη πράξη και συγχρόνως παράβαση δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας.¹³ Η λογοκλοπή τιμωρείται με πειθαρχικές κυρώσεις¹⁴ και ποινές¹⁵ αλλά, παράλληλα γεννά και αστικής φύσεως αξιώσεις.¹⁶

Ειδικότερα, η λογοκλοπή απάδει πλήρως από τις αρχές της ακαδημαϊκής δεοντολογίας, ενώ μπορεί να εμπεριέχει και παραβίαση της κείμενης νομοθεσίας περί πνευματικής ιδιοκτησίας.¹⁷ Απαγορεύεται ρητά η λογοκλοπή ή η αποσιώπηση της άμεσης ή έμμεσης συνεισφοράς άλλων προσώπων στο εκάστοτε αντικείμενο επιστημονικής ενασχόλησης ή έρευνας,¹⁸ καθώς και α) η χρήση των πνευματικών δημιουργημάτων τρίτων και η εμφάνισή τους από τους φοιτητές ως δικών τους, στην περίπτωση που θα πρέπει να εκπληρώσουν συγκεκριμένες υποχρεώσεις στο πλαίσιο είτε της διδακτικής, είτε της ερευνητικής διαδικασίας, β) η παρουσίαση εργασιών που έχουν εκπονηθεί συνεργατικά με άλλους φοιτητές, ως δημιούργημα ατομικό, γ) η υποβολή μέρους ή συνόλου εργασίας που ενώ έχει εκπονηθεί για την εκπλήρωση συγκεκριμένων διδακτικών ή ερευνητικών απαιτήσεων κατά το παρελθόν, επανυποβάλλεται για την εκπλήρωση άλλων ή νέων διδακτικών ή ερευνητικών απαιτήσεων. **Η παραβίαση των παραπάνω συνεπάγεται σοβαρές πειθαρχικές ποινές** για τους φοιτητές που υποπίπτουν στα συγκεκριμένα παραπτώματα.¹⁹

¹¹ Άρθρο 23, παράγραφος 2, περίπτωση β' Ν. 4777/2021.

¹² Άρθρο 8 παράγραφος 3 Κεφαλαίου 10 Εσωτερικού Κανονισμού Λειτουργίας Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΦΕΚ 1563 Β'/09.05.2019), άρθρο 7 παράγραφος 7.13 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ, άρθρο 5 παράγραφοι 2 και 3, άρθρο 6 παράγραφος 7, άρθρο 8 Κώδικα Δεοντολογίας και Καλής Πρακτικής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΦΕΚ 1563 Β'/09.05.2019), σελ. 13 του παρόντος Οδηγού Συγγραφής Πτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας ΤΟΔΑ.

¹³ Ν. 2121/1993.

¹⁴ Άρθρο 24 Ν. 4777/2021, άρθρο 23 Π.Δ. 160/2008.

¹⁵ Άρθρο 66, παράγραφος 1 Ν. 2121/1993.

¹⁶ Σε περίπτωση προσβολής πνευματικού έργου, ο δημιουργός μπορεί να εγείρει αναγνωριστική αγωγή του δικαιώματός του, αγωγή για άρση της προσβολής και παράλειψη αυτής στο μέλλον, αγωγή για απόδοση του αδικαιολογήτου πλουτισμού, αγωγή για απόδοση του κέρδους και αγωγή για αποζημίωση και χρηματική ικανοποίηση λόγω ηθικής βλάβης (βλ. ενδεικτικά Α.Π. 883/2010, ΝοΒ 58, σελ. 2288, Μον.Πρωτ.Αθ. 1721/2014, ΤΝΠ ΔΣΑ). Η κλασική μορφή προσβολής της πνευματικής ιδιοκτησίας (αλλά και των συγγενικών δικαιωμάτων) είναι η ανάληψη ξένου έργου, είτε πρόκειται για πιστή αναπαραγωγή του είτε για αναπαραγωγή του με αποκλίσεις και τροποποιήσεις (διασκευή, βλ. ΠΠρΘεσ/κης 22651/2007, Αρμ. 2008, σελ. 1650).

¹⁷ Άρθρο 5, παράγραφος 2 Κώδικα Δεοντολογίας και Καλής Πρακτικής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΦΕΚ 1563 Β'/09.05.2019), Ν. 2121/1993.

¹⁸ Άρθρο 23, παράγραφος 2, περίπτωση β' Ν. 4777/2021.

¹⁹ Σύμφωνα με το άρθρο 24, παράγραφος 1 Ν. 4777/2021, οι πειθαρχικές ποινές που επιβάλλονται σε φοιτητή, αν διαπράξει πειθαρχικό παράπτωμα, είναι οι εξής: α) έγγραφη επίπληξη, β) απαγόρευση συμμετοχής σε εξετάσεις ενός ή περισσότερων μαθημάτων, για μία ή περισσότερες εξεταστικές περιόδους, γ) προσωρινή ή μόνιμη απαγόρευση χρήσης εξοπλισμού ή εγκαταστάσεων του ιδρύματος, δ) προσωρινή αναστολή της φοιτητικής ιδιότητας από έναν (1) έως είκοσι τέσσερις (24) μήνες και ε) οριστική διαγραφή. Επίσης βλ. και Άρθρο 5, παράγραφος 3 Κώδικα Δεοντολογίας και Καλής Πρακτικής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (ΦΕΚ 1563 Β'/09.05.2019).

Εάν ο επιβλέπων/επόπτης εγκρίνει την ΠΔΕ στην τελική μορφή της, καταθέτει τον βαθμό της στη Γραμματεία του ΤΟΔΑ. Στην αντίθετη περίπτωση, η ΠΔΕ επιστρέφεται στον φοιτητή για βελτιώσεις. Επιστρέφεται, επίσης, εάν εντοπιστεί παράπτωμα λογοκλοπής.²⁰ Συμπερασματικά, απαγορεύεται απολύτως η αντιγραφή μεγάλων αυτούσιων περικοπών από άλλους συγγραφείς, διότι συνιστά αδίκημα λογοκλοπής. Τυχόν παράθεση αυτούσιων περικοπών γίνεται με την τήρηση των αυστηρών προϋποθέσεων που προβλέπει ο οδηγός συγγραφής²¹ και σε κάθε περίπτωση γίνεται έλεγχος αντιγραφής-λογοκλοπής με ειδικό λογισμικό που διαθέτει το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου.

10. Ποιος είναι ο τρόπος επικοινωνίας του φοιτητή με τον επιβλέποντα/επόπτη της ΠΔΕ;

Η επικοινωνία του φοιτητή με τον επιβλέποντα/επόπτη θα γίνεται κυρίως στις καθορισμένες ημέρες και ώρες γραφείου που έχουν καθορισθεί, είτε διά ζώσης στο ΤΟΔΑ είτε και ηλεκτρονικά μέσω του δηλωμένου e-mail του ή σε απολύτως επείγουσες περιπτώσεις μέσω του δηλωμένου κινητού του.

²⁰ Άρθρο 7, παράγραφος 7.13 ΕΚΛ του ΤΟΔΑ.

²¹ Βλ. σελίδα 13 Οδηγού Συγγραφής ΠΔΕ.

ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (ΠΔΕ) του ΤΟΔΑ

Η Π.Δ.Ε. περιλαμβάνει:

- Εξώφυλλο (βλ. Υπόδειγμα παρακάτω)
- Αφιέρωση (προαιρετικά)
- ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ (προαιρετικά)
- ΠΕΡΙΛΗΨΗ
- ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ (βλ. Υπόδειγμα παρακάτω)
- Κεφάλαιο I
 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ
- Κεφάλαιο II
 - ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ
- Κεφάλαιο III
 - ΜΕΘΟΔΟΣ
- Κεφάλαιο IV
 - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ
- Κεφάλαιο V
 - ΣΥΖΗΤΗΣΗ
- Κεφάλαιο VI
 - ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ
- ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ
- ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΚΑΙ
ΠΟΙΟΤΑΣ ΖΩΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Κενό 8 σειρών

Τίτλος ΠΔΕ με έντονα πεζά στοιχεία μεγέθους 14 στιγμών & οι λέξεις να μην υπερβαίνουν τις 10

Κενό 8 σειρών

Αριστοτελάκης Αριστοτέλης
A.M.: 6062200XXXXXXX

Κενό 10 σειρών

ΣΠΑΡΤΗ: 2021

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ	iv
ΠΕΡΙΛΗΨΗ	v
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....	vi
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΙΝΑΚΩΝ	ix
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΓΡΑΦΗΜΑΤΩΝ	xii
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι	1
1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
1.1. Ενότητα Α	1
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ	15
2. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ	15
2.1 Ενότητα Α	15
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ	20
3. ΜΕΘΟΔΟΣ	20
3.1 Ενότητα Α	20
3.1.1. Ενότητα ΑΒ	20
3.2 Ενότητα Β	25
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙV	56
4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	56
4.1 Ενότητα Α	56
4.2 Ενότητα Β	57
ΚΕΦΑΛΑΙΟ V	60
5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ	67
5.1 Ενότητα Α	67
ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI	80
6. ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	80
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	90
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	100

Γενικές Επισημάνσεις

Η Πτυχιακή Διπλωματική Εργασία (ΠΔΕ) γράφεται με τη γραμματοσειρά *Times New Roman*. Όλο το κείμενο είναι σε διπλό διάστημα με μέγεθος γραμματοσειράς 12 στιγμών. Όπου απαιτείται διαφορετική μορφοποίηση αναφέρεται στο παρόν υπόδειγμα. Στη διαμόρφωση σελίδας τα περιθώρια είναι 3 εκατοστά και στις τέσσερις πλευρές της κάθε σελίδας.

Μετά την εξέταση της ΠΔΕ από τον επιβλέποντα και την κατάθεση της βαθμολογίας στη Γραμματεία του Τμήματος, ο/η φοιτητής/τρια καταθέτει ένα (1) αντίτυπο της ΠΔΕ (βιβλιοδετημένο – θερμοκόλληση όχι σπιδάλ) στον κύριο επιβλέποντα της πτυχιακής εργασίας.

1. Εξώφυλλο

Στο πάνω μέρος του εξώφυλλου γράφονται τα παρακάτω:

Πρώτον,

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ (μέγεθος 18 στιγμών, έντονα)
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ (μέγεθος 16 στιγμών, έντονα).
ΤΜΗΜΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (μέγεθος 14 στιγμών, έντονα).

Δεύτερον,

Εισάγεται το έμβλημα του Πανεπιστημίου. Με έντονα κεφαλαία στοιχεία 14 στιγμών και κάτω από το έμβλημα γράφεται «ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ».

Τρίτον,

Σε απόσταση οκτώ (8) κενών σειρών, γράφεται ο «τίτλος της ΠΔΕ» (έντονα πεζά στοιχεία μεγέθους 14 στιγμών). Οι λέξεις που περιέχονται στον τίτλο της ΠΔΕ να μην υπερβαίνουν τις 10.

Τέταρτον,

Σε απόσταση οκτώ (8) κενών, ακολουθεί το «Όνοματεπώνυμο» του/της προπτυχιακού/κης φοιτητή/τριας με έντονα πεζά στοιχεία 12 στιγμών και στην επόμενη σειρά αναγράφεται ο ΑΜ του/της φοιτητή/τριας.

Πέμπτον,

Σε συνέχεια σε απόσταση 10 σειρών, αναγράφεται ο τόπος έδρας του Τμήματος και το έτος κατάθεσης της ΠΔΕ (Σπάρτη 202Χ) (μέγεθος 12 στιγμών).

Όλα όσα γράφονται στο εξώφυλλο είναι στο κέντρο (βλέπε Υπόδειγμα).

2. Σελίδα τίτλου και Επόπτη/Επιβλέποντα

Στη **σελίδα ένα (i)** μετά το εξώφυλλο, αναγράφεται μόνο ο **τίτλος** της ΠΔΕ, με έντονα πεζά στοιχεία μεγέθους 12 στιγμών στο κέντρο σε διάστημα δύο γραμμών.

Στη **σελίδα δύο (ii)** μετά το εξώφυλλο, στο μέσο της δεύτερης σελίδας αναγράφεται το **Όνοματεπώνυμο του επιβλέποντα της πτυχιακής εργασίας**, με έντονα πεζά στοιχεία μεγέθους 12 στιγμών, στο κέντρο σε διάστημα δύο γραμμών, ως εξής:

Κύριος Επιβλέπων

Όνοματεπώνυμο (ολογράφως), Ιδιότητα - Γνωστικό αντικείμενο, Τμήμα, Σχολή, Ίδρυμα.

Για παράδειγμα,

Επιβλέπων

Αντώνιος Κ. Τραυλός, Καθηγητής, Γνωστικό Αντικείμενο «Ψυχολογία του Αθλητισμού και Κινητική Μάθηση», Τμήμα Οργάνωσης & Διαχείρισης Αθλητισμού, Σχολή Επιστημών Ανθρώπινης Κίνησης και Ποιότητας Ζωής, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου.

3. Σελίδα αφιέρωσης της εργασίας

Στη **σελίδα τρία (iii)**, στο πάνω δεξιό μέρος αναγράφεται από τον/την υποψήφιο/α το πρόσωπο (ή τα πρόσωπα) που αφιερώνει την εργασία (*Times New Roman*, πεζά 12 στιγμών, πλαγιαστά), η οποία είναι προαιρετική).

4. Σελίδα αναγνώρισης (Acknowledgements)

Στη **σελίδα τέσσερα (iv)**, αναγράφονται Ευχαριστίες (τίτλος: **έντονα κεφαλαία** στοιχεία 14 στιγμών), των ατόμων που βοήθησαν για να εκπονηθεί η εργασία (κείμενο: *Times New Roman*, πεζά στοιχεία 12 στιγμών).

5. Σελίδα περίληψης στην Ελληνική γλώσσα

Στη **σελίδα πέντε (v)**, αναγράφεται η περίληψη στην Ελληνική γλώσσα. Η λέξη ΠΕΡΙΛΗΨΗ αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα σε απόσταση δύο εκατοστών από την κορυφή της σελίδας και στο κέντρο (τίτλος: **έντονα κεφαλαία** στοιχεία 14 στιγμών). Από κάτω αναγράφεται ο **τίτλος της εργασίας** και το **όνομα** του/της υποψηφίου/ιας (*Times New Roman*, πεζά στοιχεία 12 στιγμών).

Μετά από έναν στίχο αναγράφεται το κείμενο της περίληψης το οποίο πρέπει να είναι γραμμένο σε **μονό** διάστημα και μόνο σε μία παράγραφο. Η περίληψη γράφεται σε παρελθόντα χρόνο και αποτελεί σύντομη περιγραφή της εργασίας που δεν πρέπει να

υπερβαίνει τις 250-300 λέξεις. Με τη μικρότερη δυνατή σπατάλη χώρου επιχειρείται να αναφερθεί το επιστημονικό κενό που καλύπτει η διεξαγωγή της μελέτης, οι μέθοδοι, οι υποθέσεις, οι μεταβλητές, η στατιστική ανάλυση που χρησιμοποιήθηκε, τα αποτελέσματα των αναλύσεων και τα συμπεράσματα. **Σε περίπτωση που η εργασία βασίζεται σε ανασκόπηση της βιβλιογραφίας** θα πρέπει να παρουσιαστεί το σκεπτικό – σκοπός της ΠΔΕ, λίγα λόγια για το θεωρητικό πεδίο της ΠΔΕ, η μέθοδος αναζήτησης της βιβλιογραφίας, τα ευρήματα της ανασκόπησης και τα συμπεράσματα της ΠΔΕ. Η περίληψη πρέπει να είναι περιεκτική και ο αναγνώστης πρέπει να είναι σε θέση, μελετώντας τη, να αντιληφθεί τι πραγματοποίησε ο/η συγγραφέας.

Στο τέλος του κειμένου αναγράφονται μέχρι πέντε λέξεις-κλειδιά οι οποίες είναι σχετικές με το θέμα της ΠΔΕ, και απαραίτητες για την τεκμηρίωση. Οι λέξεις αυτές παρατίθενται σύμφωνα με τον παρακάτω τρόπο και δεν πρέπει να προέρχονται από το κείμενο της περίληψης.

Λέξεις κλειδιά: λέξη 1, λέξη 2, λέξη 3, λέξη 4, λέξη 5.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η περίληψη καλό είναι να μην ξεπερνά τη μία σελίδα.

6. Πίνακας Περιεχομένων

Στις **σελίδες αυτές** (vi, vii,.) αναγράφονται τα περιεχόμενα, με αντιστοίχιση του κάθε κεφαλαίου στην ανάλογη σελίδα. Χρησιμοποιείστε τις εντολές μορφοποίησης (Στυλ) του Word για να μπορέσετε να δημιουργήσετε με ευκολία τον Πίνακα Περιεχομένων.

Στα περιεχόμενα αναγράφονται όλα τα τμήματα της εργασίας, [εκτός από τις σελίδες του πρώτου μέρους (σελίδα εξωφύλλου, σελίδα τίτλου, κύριου επιβλέποντα, και σελίδα αφιέρωσης της ΠΔΕ)]. Ξεκινάμε από σελίδα αναγνώρισης, σελίδα περίληψης της ΠΔΕ, σελίδα Καταλόγου Πινάκων, σελίδα Καταλόγου Γραφημάτων, σελίδα Καταλόγου Εικόνων, σελίδα Καταλόγου Συντομογραφιών, σελίδα Καταλόγου Συμβόλων, Κεφάλαιο I, **Εισαγωγή** μέχρι και το/τα **Παράρτημα/ατα**.

Προσοχή: Στη συνέχεια κάθε **ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ** ξεκινάει από καινούργια σελίδα με **έντονα κεφαλαία στοιχεία 14 στιγμών**.

7. Σελίδα πινάκων

Στη **σελίδα αυτή** (viii) αναγράφονται οι πίνακες, που έχουν παρατεθεί στα αποτελέσματα, ή σε άλλο μέρος του κειμένου (όταν αυτό απαιτείται).

Για παράδειγμα, ...

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας	Τίτλος	Σελ.
1	Τίτλος	23

8. Σελίδα Γραφημάτων

Στη **σελίδα αυτή** (ix) αναγράφονται τα γραφήματα, που έχουν παρατεθεί στα αποτελέσματα, ή σε άλλο μέρος του κειμένου (όταν αυτό απαιτείται).

Για παράδειγμα, ...

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΓΡΑΦΗΜΑΤΩΝ

Γράφημα	Τίτλος	Σελ.
1	Τίτλος	23

9. Σελίδες Εικόνων

Στη **σελίδα αυτή** (x) αναγράφονται οι εικόνες, που έχουν παρατεθεί στα αποτελέσματα, ή σε άλλο μέρος του κειμένου (όταν αυτό απαιτείται).

Για παράδειγμα, ...

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΙΚΟΝΩΝ

Εικόνα	Τίτλος	Σελ.
1	Τίτλος	23

10. Σελίδα Συντομογραφιών

Στη **σελίδα αυτή** (xi) αναγράφονται οι συντομογραφίες που υπάρχουν στο κείμενο (όταν αυτό απαιτείται).

Για παράδειγμα, ...

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΩΝ

Συντόμευση	
ΠΔΕ	Πτυχιακή Διπλωματική Εργασία

Λογοκλοπή

Πρόσθετες πληροφορίες για την Ακαδημαϊκή Δεοντολογία και την αποφυγή της λογοκλοπής.

ΠΡΙΝ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ ΝΑ ΓΡΑΦΕΤΕ ΤΗΝ ΠΔΕ, ΜΕΛΕΤΗΣΤΕ ΜΕ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗ ΠΡΟΣΟΧΗ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΕΝΟΤΗΤΑ

Η επιστημονική γνώση αντιπροσωπεύει τα διαχρονικά επιτεύγματα πολλών ερευνητών. Ένα κρίσιμο σημείο στη διαδικασία συγγραφής μιας ΠΔΕ ή οποιασδήποτε άλλης εργασίας (επιστημονικής και μη), είναι η ακριβής απόδοση της συμβολής των ερευνητών στην τεκμηρίωση της επιστημονικής γνώσης. Κατά τη συγγραφή της ΠΔΕ δεν πρέπει να γράφονται αυθαίρετα οι σκέψεις μας, και οι απόψεις - ευρήματα άλλων ερευνητών. Γράφονται οι απαραίτητες παραπομπές, οι οποίες υποδηλώνουν ότι τα ευρήματα ή οι επισημάνσεις που παραθέτονται έχουν γίνει από τους ερευνητές της παραπομπής. Σε περίπτωση που παρουσιάζονται φράσεις (-προτάσεις, ευρήματα τοποθετήσεις κά) άλλων ερευνητών στην ΠΔΕ χωρίς τις απαραίτητες παραπομπές, ελλοχεύει ο κίνδυνος της κατηγορίας για λογοκλοπή – plagiarism και αυτο-λογοκλοπή self-plagiarism (για περισσότερες πληροφορίες βλ APA, 2020, Κεφ. 8, σελ 253-278).

Οι συγγραφείς δεν παρουσιάζουν το έργο άλλου συγγραφέα σαν να είναι δική τους εργασία. Είτε παραφράζοντας, είτε παραθέτοντας τα γραφόμενα ενός συγγραφέα ακριβώς όπως έχουν δημοσιευθεί, είτε περιγράφοντας μια ιδέα που επηρέασε το έργο του συγγραφέα της ΠΔΕ, πρέπει να γίνει αναφορά στην πηγή (παραπομπή).

Για περισσότερες πληροφορίες, οι συγγραφείς μπορούν να ανατρέξουν στα προτεινόμενα συγγράμματα του μαθήματος της Μεθοδολογίας. Σε γενικές γραμμές η λογοκλοπή (plagiarism) μπορεί να οριστεί ως ως:

«Η χρήση ιδεών ή φράσεων άλλων και η παρουσίαση αυτών ως δικές σας, σκόπιμα ή κατά λάθος».

«Η χρήση ή η στενή παράφραση της γλώσσας και των ιδεών άλλων συγγραφέων και η παρουσίαση τους ως πρωτότυπης δουλειάς».

«Όλα τα παρακάτω θεωρούνται λογοκλοπή: η παρουσίαση δουλειάς άλλων ως δικής σας, η αντιγραφή λέξεων ή ιδεών από άλλους χωρίς παραπομπή, η μη χρήση εισαγωγικών σε φράσεις που έχουν γράψει άλλοι, η χρήση παραπομπών που δεν ισχύουν, οι παραλλαγές φράσεων άλλων συγγραφέων χωρίς να κάνετε παραπομπή σε αυτούς, η εκτεταμένη αντιγραφή και παραλλαγή προτάσεων ή και παραγράφων χωρίς ή με παραπομπή».

«Η λογοκλοπή περιλαμβάνει την κλοπή και παρουσίαση ιδεών ή λέξεων/φράσεων άλλων ως δικές σας, και την χρήση ιδεών ή λέξεων χωρίς παραπομπή».

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στη συγγραφή της ΠΔΕ, ο/η φοιτητής/ρια ΔΕΝ χρησιμοποιεί υποσημειώσεις. Οι υποσημειώσεις ενσωματώνονται κατάλληλα στο κείμενο.

Μέρος δεύτερο: Η συγγραφή της εργασίας

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι τίτλοι των Κεφαλαίων της ΠΔΕ αναγράφονται με έντονα κεφαλαία στοιχεία 14 στιγμών και πάντοτε τοποθετούνται σε καινούργια σελίδα, ενώ οι τίτλοι των ενοτήτων αναγράφονται με έντονα πεζά στοιχεία 12 στιγμών. Η επισήμανση **ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι** είναι στο κέντρο της γραμμής και η **ΕΙΣΑΓΩΓΗ** τοποθετείται στην αριστερή πλευρά (όπως παραπάνω). Όταν αρχίζουμε να γράφουμε το κείμενο αρχίζουμε με tab (όπως στην έναρξη αυτής της παραγράφου).

Γενικές επισημάνσεις του Κεφαλαίου της Εισαγωγής

1. Παρουσιάζεται το πρόβλημα και η ερευνητική προσέγγιση.
2. Γίνεται μια προκαταρκτική και σύντομη ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με το πρόβλημα.
3. Παρουσιάζεται το θεωρητικό υπόβαθρο της έρευνας που συμβάλλει στη δημιουργία κατάλληλων ερευνητικών υποθέσεων και αιτιολογεί τα πιθανά ευρήματα της έρευνας (προβλέψεις της θεωρίας ή των θεωριών).
4. Γίνεται αναφορά της σημασίας της έρευνας, καθώς και της πρωτοτυπίας (ή αναγκαιότητας της ΠΔΕ)
5. Καταλήγει με τον σκοπό, όπου σε 4-5 σειρές αναφέρονται με ακρίβεια ο σκοπός (ή οι σκοποί) της συγκεκριμένης έρευνας.
6. Γράφονται οι στατιστικές υποθέσεις (H_0): και οι εναλλακτικές (οι ερευνητικές) υποθέσεις (H_a): της έρευνας. Σε περίπτωση ανασκοπικής μελέτης γράφονται οι ερευνητικές ερωτήσεις.
7. Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου αναφέρονται οι περιορισμοί και οι οριοθετήσεις της έρευνας.
8. Επίσης, αναφέρονται οι θεωρητικοί και λειτουργικοί ορισμοί που χρησιμοποιούνται στη συγκεκριμένη ΠΔΕ.

(Επισημάνσεις για την πρώτη παράγραφο ή τις πρώτες παραγράφους του ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ Ι)

Η συγγραφή της εισαγωγής έχει σαν στόχο να βοηθήσει τον αναγνώστη να κατανοήσει το επιστημονικό υπόβαθρο της εργασίας. Η εισαγωγή ορίζει το ερευνητικό πρόβλημα και την ερευνητική προσέγγιση, ακόμα και εάν η έρευνα είναι ανασκοπική. Εδώ παρουσιάζεται επιστημονική βιβλιογραφία με ερευνητικά ευρήματα που σχετίζονται με το πρόβλημα και καταλήγει στις πιο σχετικές έρευνες με το θέμα της πτυχιακής. Πρέπει να εστιαστεί μόνο σε εκείνες τις προγενέστερες ερευνητικές μελέτες, τις άμεσα σχετιζόμενες με την τρέχουσα μελέτη και δεν πρέπει να επιχειρηθεί να παρατεθεί όλη η έρευνα σε μια ευρεία περιοχή (Γενικές Επισημάνσεις 1 και 2).

1.1 Θεωρητική Βάση του υπό διερεύνηση θέματος της εργασίας (π.χ. τίτλος Ενότητας Α του ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ Ι)

Στην Ενότητα αυτή περιγράφονται οι θεωρίες που είναι σχετικές με τις έννοιες που διαπραγματεύεται η εργασία. Η ανάπτυξη των θεωριών γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή. Η σωστή παρουσίαση της θεωρίας ή των θεωριών θα σας βοηθήσει να δημιουργηθούν οι κατάλληλες ερευνητικές υποθέσεις (ή ερευνητικά ερωτήματα για εργασία ανασκόπησης) και να αιτιολογηθούν τα ευρήματα της έρευνας (**Γενική Επισήμανση 3**).

1.2 Προσδιορισμός και οριοθέτηση του προβλήματος (π.χ. τίτλου Ενότητας Β)

Βασικός στόχος, μετά από τον εντοπισμό μιας σειράς μελετών, είναι να αποφασιστεί ποιες μελέτες συσχετίζονται με το θέμα. Αυτό μπορεί να γίνει με την προσεκτική μελέτη πρόσφατων άρθρων και κυρίως άρθρων με ανασκόπηση της βιβλιογραφίας (review) ή μετα-ανάλυσης. Μόλις προσδιοριστούν μερικές βασικές μελέτες, μια προσεκτική ανάγνωσή τους θα παραγάγει συνήθως διάφορες ιδέες και εκκρεμείς ερωτήσεις.

Στην Ενότητα αυτή, ο ερευνητής-συγγραφέας αναφέρει με πιο τρόπο τα αποτελέσματα της έρευνας θα συμβάλλουν στη βελτίωση του επιστημονικού «κενού στη γνώση». Αυτό θα το πετύχει με κατάλληλη επιχειρηματολογία και χρησιμοποίηση των αντικρουόμενων αποτελεσμάτων προηγούμενων ερευνών, που είναι σχετικές με το θέμα της διεξαχθείσας μελέτης και των περιορισμών που επισημάνθηκαν σ' αυτές. Είναι φανερό, ότι αν καταφέρει ο/η ερευνητής-συγγραφέας να πείσει τον/την αναγνώστη/τρια, ότι για το διερευνούμενο θέμα δεν έχουν δοθεί ικανοποιητικές απαντήσεις, αυτό θα ενίσχυε τη σημαντικότητά του (**Γενική Επισήμανση 4**).

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στην ενότητα αυτή πρέπει να φαίνεται με λεπτομέρεια το «κενό στη γνώση» και να προκύπτει η αναγκαιότητα της έρευνας.

1.3 Σκοπός της έρευνας

Όταν η ερευνήτρια-συγγραφέας γράψει με ανάλογη τέχνη τις παραπάνω ενότητες και προσδιορίσει με ακρίβεια το πρόβλημα, ο αναγνώστης καταλήγει μόνος του στον σκοπό της εργασίας. Στον σκοπό της έρευνας προσδιορίζει συνοπτικά και παρουσιάζει τι ακριβώς επιδιώκεται με την έρευνα σε σχέση με το πρόβλημα που οριοθέτησε στην προηγούμενη ενότητα. Παρουσιάζει τους ειδικούς σκοπούς που πρόκειται να πετύχει με τη διεξαγωγή της έρευνας. Ο σκοπός της έρευνας προσδιορίζει τα όρια της ερευνητικής πρότασης και καθορίζει τόσο τις ανεξάρτητες όσο και τις εξαρτημένες μεταβλητές (**Γενική Επισήμανση 5**).

1.4 Ερευνητικές υποθέσεις ή ερευνητικά ερωτήματα

Σ' αυτή την ενότητα καταγράφονται οι υποθέσεις (στατιστικές ή/και ερευνητικές) ή οι ερευνητικές ερωτήσεις (για ανασκοπική μελέτη) ανάλογα με το τι απαιτεί το είδος και ο σχεδιασμός της έρευνας. Οι υποθέσεις προκύπτουν φυσικά από όλα όσα προηγούνται. Αν ένας αναγνώστης θεωρεί ότι μερικές ή όλες οι υποθέσεις (ή ερωτήματα) «αποτελούν έκπληξη», αυτό φανερώνει πως η εισαγωγή δεν έχει δομηθεί σωστά και ο ερευνητής-

συγγραφέας έχει αποτύχει να προσδιορίσει τη λογική για την τρέχουσα ερευνητική ή ανασκοπική μελέτη (**Γενική Επισήμανση 6**).

1.5 Οριοθετήσεις – Περιορισμοί

Κάθε μελέτη έχει περιορισμούς, που είναι οι πιθανές ανεπάρκειες ή επιδράσεις, που ή δεν μπορούν να ελεγχθούν ή είναι τα αποτελέσματα των οριοθετήσεων που επιβάλλονται από τον/την ερευνητή/τρια. Μερικοί περιορισμοί αναφέρονται στον σκοπό της ΠΔΕ, που συνήθως επιβάλλεται από τον/την ερευνητή/τρια (**Γενική Επισήμανση 7**).

1.6 Ορισμοί όρων

Γράφονται οι θεωρητικοί και λειτουργικοί ορισμοί της σημαντικότερης ορολογίας που χρησιμοποιείται στην έρευνα. Οι ορισμοί πρέπει να έχουν και **αναφορά** στην επιστημονική βιβλιογραφία (όπου απαιτείται) (**Γενική Επισήμανση 8**).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

2. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Στο κεφάλαιο αυτό, ο ερευνητής-συγγραφέας συνοψίζει όσα είναι γνωστά για την επιστημονική περιοχή που θα καλύψει με την έρευνά του. Ήδη για να τεκμηριώσει την ερευνητική του πρόταση, απέκτησε το βασικό θεωρητικό υπόβαθρο που απαιτείται, βρίσκοντας πολλές εργασίες που είναι σχετικές με το θέμα που επεξεργάζεται, τις διάβασε με προσοχή και κατέγραψε τις προτάσεις των ερευνητών. Σε γενικές γραμμές το κεφάλαιο αυτό περιλαμβάνει μια εκτενή συζήτηση της σχετικής βιβλιογραφίας, όσο το δυνατόν πιο πρόσφατης. Αναλυτικότερα,

1. Το κεφάλαιο αυτό περιλαμβάνει μια εκτενή συζήτηση της σχετικής βιβλιογραφίας όσο το δυνατόν πιο πρόσφατης.
2. Θα πρέπει όμως να παραμείνετε προσηλωμένοι/νες στο συγκεκριμένο θέμα και να περιορίσετε την περιγραφή μελετών με πιο γενικά συμπεράσματα.
3. Κατά την περιγραφή παλαιότερων ερευνών, αποφύγετε τις μη σημαντικές λεπτομέρειες.
4. Δώστε έμφαση στα σχετικά ευρήματα, στα σχετικά μεθοδολογικά θέματα και στα σημαντικότερα συμπεράσματα.
5. Αναπτύξτε τα ερευνητικά πορίσματα έτσι ώστε να μπορεί να γίνουν κατανοητά από το ευρύ επιστημονικό κοινό και όχι μόνο από τους πολύ ειδικούς.
6. Κρατήστε μια κριτική στάση απέναντι στις έρευνες, αλλά αντιμετωπίστε με δίκαιο τρόπο τα αμφιλεγόμενα συμπεράσματα.
7. Σε περίπτωση που η θεωρητική βάση δεν αναπτύχθηκε με σαφήνεια στην εισαγωγή της εργασίας, συνιστάται η δημιουργία ξεχωριστής ενότητας όπου πρέπει να αναπτυχθεί η θεωρία ή οι θεωρίες που είναι σχετικές με την έρευνα.

Διευκρινιστικά, επισημαίνεται ότι ο ερευνητής-συγγραφέας κατά τη συγγραφή του κεφαλαίου της ανασκόπησης, πρέπει να αναφέρει μόνο τις πληροφορίες που παρουσιάζουν ενδιαφέρον και να μη επεκταθεί σε πάρα πολλές λεπτομέρειες από προηγούμενες έρευνες. Από κάθε δημοσιευμένη εργασία πρέπει να περιγράψει: το δείγμα, τη μεθοδολογία, τη στατιστική ανάλυση (επιγραμματικά), τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα. Στις περισσότερες εργασίες η ανάλυση αυτή δεν ξεπερνά τους 6 με 8 στίχους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

3. ΜΕΘΟΔΟΣ

Στο κεφάλαιο της Μεθόδου περιγράφεται λεπτομερώς ο τρόπος που έχει διεξαχθεί η έρευνα, συμπεριλαμβάνοντας τους εννοιολογικούς και λειτουργικούς ορισμούς των μεταβλητών που χρησιμοποιήθηκαν. Ο ερευνητής-συγγραφέας δεν πρέπει να ξεχνάει ότι διαφορετικά είδη έρευνας απαιτούν διαφορετικές μεθόδους. Μια πλήρης και σωστά δομημένη περιγραφή των μεθόδων που χρησιμοποιήθηκαν επιτρέπει στον αναγνώστη να αξιολογήσει την καταλληλότητα των μεθόδων, καθώς και την εγκυρότητα και την αξιοπιστία των οργάνων που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα.

Όταν όμως η ΠΔΕ είναι ανασκοπική, τότε η ερευνήτρια - συγγραφέας δεν ακολουθεί την παρακάτω δομή. Στο κεφάλαιο της μεθοδολογίας της ανασκοπικής ΠΔΕ, η συγγραφέας προσδιορίζει με σαφήνεια τον τρόπο αναζήτησης και επιλογής της επιστημονικής βιβλιογραφίας. Περιγράφει με ακρίβεια και παραθέτει τις ηλεκτρονικές – διαδικτυακές πηγές αναζήτησης, καθώς και όλες εκείνες τις πηγές που χρησιμοποίησε για τον εντοπισμό της βιβλιογραφίας που χρησιμοποιήθηκε για τη συγγραφή της ΠΔΕ.

3.1 Συμμετέχοντες ή Δείγμα

Ο κατάλληλος προσδιορισμός των συμμετεχόντων στην έρευνα είναι βασικός και ύψιστης σημασίας. Συμβάλλει σημαντικά στη γενίκευση των πορισμάτων και στη σύγκριση με άλλα ερευνητικά ευρήματα που χρησιμοποίησαν παρόμοιο δείγμα. Περιγράφονται τα χαρακτηριστικά των ατόμων, που έλαβαν μέρος στη έρευνα, καθώς και ο τρόπος που επιλέχθηκε το δείγμα, συμπεριλαμβάνοντας τη μέθοδο δειγματοληψίας (εάν ένα συστηματικό σχέδιο χρησιμοποιήθηκε για τη δειγματοληψία) (βλ. βιβλίο και σημειώσεις του μαθήματος της μεθοδολογίας). Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα χαρακτηριστικά του δείγματος που μπορεί να έχουν επίπτωση στην ερμηνεία και τη γενίκευση των αποτελεσμάτων.

Για παράδειγμα,

«Στην έρευνα συμμετείχαν 200 άνδρες, ηλικίας 25 χρόνων ($TA = 3.50$) και 185 γυναίκες, ηλικίας 24.5 χρόνων ($TA = 2.48$) από την ευρύτερη περιοχή της περιφέρειας Πελοποννήσου. Όλα τα άτομα ήταν νόμιμοι μετανάστες από την Αλβανία και διέμεναν στην Ελλάδα για τα τελευταία 10 χρόνια και επιλέχθηκαν»

3.2 Ερευνητικό(-α) εργαλείο(-α) ή Μέσα συλλογής δεδομένων

Περιγράφεται με λεπτομέρεια το μέσο συλλογής των δεδομένων (ερωτηματολόγιο, συνέντευξη, παρατήρηση, κλπ) και ο έλεγχος της εγκυρότητας, αντικειμενικότητας και αξιοπιστίας (όταν είναι εφικτό, αναφέρονται οι δείκτες εγκυρότητας και αξιοπιστίας), συνοδευόμενη από τις κατάλληλες βιβλιογραφικές αναφορές.

Για παράδειγμα,

«Στην έρευνα χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο για την εργασιακή ικανοποίηση (ESI) (Koustelios, 1991; Koustelios & Bagiatis, 1997). Το ESI αποτελείται από 24 ερωτήσεις που μετρούν έξι πτυχές της εργασίας: το *επάγγελμα* (τέσσερις ερωτήσεις, όπως η αξία που αποδίδω στην εργασία μου), ο *μισθός* (τέσσερις ερωτήσεις, όπως πληρώνομαι ανάλογα με αυτό που κάνω) και η *οργάνωση συνολικά* (τέσσερις ερωτήσεις, όπως ο οργανισμός

ενδιαφέρεται για τους εργαζομένους του). Το ερωτηματολόγιο ESI βρίσκεται στο Παράρτημα Α. Σύμφωνα με τους Koustelios και Bagiatis, (1997) οι δείκτες προσαρμογής του μοντέλου είναι σε ικανοποιητικό επίπεδο ($\chi^2(232) = 583.917$, CFI = 0.845).»

3.3 Διαδικασία

Στην ενότητα αυτή καταγράφονται οι διαδικασίες διεξαγωγής της έρευνας. Ο τρόπος συγγραφής πρέπει να είναι λεπτομερής και να παρέχει τη δυνατότητα στον αναγνώστη να κατανοεί πλήρως την πορεία της διαδικασίας (**προσέγγιση βήμα-βήμα**). Η συγγραφέας περιγράφει τη διαδικασία κατά τέτοιο τρόπο που να μπορεί ο/η κάθε ερευνητής/τρια, διαβάζοντας τη διαδικασία, να επαναλάβει την έρευνα κατά τον ίδιο ακριβώς τρόπο.

Για παράδειγμα,

«Με τη μέθοδο της δειγματοληψίας κατά στρώματα (Creswell, 2016), από τις τρεις νομαρχίες του νομού Αττικής και με κλήρωση, επιλέχθηκε τυχαία η Από τέσσερις ιστοσελίδες, www.xo.gr, www.gymnastirio.gr, <http://www.acci.gr/acci/SearchBusinessNames/CatalogBusinessMembersofACCI/tabid/156/language/el-GR/Default.aspx> και www.siga.gr που αντιστοιχούν στον χρυσό οδηγό επαγγελματιών, ιδιωτικής εταιρείας παροχής υπηρεσιών σε ιδιωτικά γυμναστήρια, τον σύλλογο ιδιοκτητών γυμναστηρίων Αττικής και του Εμπορικού και Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Αθηνών (ΕΒΕΑ), εντοπίστηκαν 201 ιδιωτικά γυμναστήρια. Από αυτά, επιλέχθηκαν με κλήρωση, τυχαία τα 101. Από τα 101 γυμναστήρια που είχαν προεπιλεγεί, τα 16 απάντησαν αρνητικά, τα 8 είχαν κλείσει σαν επιχειρήσεις, και τα 77 απάντησαν θετικά ως προς τη συμμετοχή τους. Λόγω των καλοκαιρινών διακοπών του Αυγούστου, τα γυμναστήρια υπολειπόμενα, δεν είχαν πλήρες πρόγραμμα και έκλειναν για διακοπές. Ο ερευνητής διένειμε τα ερωτηματολόγια (βλ. Παράρτημα Α, Παράρτημα Β, Παράρτημα Γ), στην κάθε συνάντηση αυτοπροσώπως και ενημέρωνε τον υπεύθυνο ή την υπεύθυνη ότι η συλλογή τους θα πραγματοποιούνταν και πάλι προσωπικά από τον ερευνητή μετά από δεκαπέντε ημέρες. Ο αριθμός των ερωτηματολογίων που παρέδιδε κάθε φορά ο ερευνητής, ήταν αυτός που υποδείκνυε ο ιδιοκτήτης ή ο/η υπεύθυνος/νη του γυμναστηρίου»

3.4 Στατιστική ανάλυση

Στη στατιστική ανάλυση περιγράφεται αναλυτικά το πειραματικό σχέδιο ή η μέθοδος ανάλυσης που χρησιμοποιήθηκε για την επεξεργασία των δεδομένων. **ΠΡΟΣΟΧΗ:** Η στατιστική ανάλυση έχει άμεση σχέση με τις υποθέσεις της έρευνας.

Για παράδειγμα,

«Η στατιστική ανάλυση έγινε με τη χρήση του Στατιστικού Πακέτου Κοινωνικών Επιστημών IBM SPSS 26.0 (SPSS, Chicago, IL) και περιλάμβανε: (1) παραγοντική ανάλυση του ερωτηματολογίου, (2) ανάλυση συσχέτισης (Pearson r) των μεταβλητών μεταξύ τους και έλεγχο της εσωτερικής συνοχής των παραγόντων του ερωτηματολογίου (Cronbach's α), (3) μη συσχετισμένο έλεγχο t (independent samples t-test) για την εξέταση τυχόν διαφορών στις μεταβλητές του ερωτηματολογίου με βάση το φύλο, και (4) ανάλυση διακύμανσης (ANOVA) για την εξέταση της επίδρασης στους παράγοντες του ερωτηματολογίου και έλεγχος των στατιστικά σημαντικών ευρημάτων με τη μετά – ANOVA (*post hoc*) μέθοδο Bonferroni με βάση (α) τους τίτλους σπουδών, (β) τη διδακτική εμπειρία, (γ) την ηλικία, και (δ) τη διοικητική εμπειρία».

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

4. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Είναι το σημαντικότερο μέρος της έρευνας. Η εισαγωγή, η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας και η μεθοδολογία εξηγούν για ποιο λόγο και με ποιο τρόπο πραγματοποιήθηκε η μελέτη, αλλά τα αποτελέσματα δείχνουν ότι, αν αυτό που βρήκε ο ερευνητής-συγγραφέας είναι σημαντικό και συμβάλλει στην παραγωγή νέας γνώσης. Έτσι τα αποτελέσματα γράφονται σε ξεχωριστό κεφάλαιο με κάποια σειρά, που έχει σχέση με τις ερευνητικές υποθέσεις και τη στατιστική τους ανάλυση (ενότητα μεθόδου). Στην αρχή, η συγγραφέας παρουσιάζει την περιγραφική στατιστική αναφέροντας μέσους όρους (M) και τυπικές αποκλίσεις (TA ή \pm) για όλες τις εξαρτημένες μεταβλητές και για όλες τις πειραματικές συνθήκες. Αν τα δεδομένα αυτά είναι πάρα πολλά, στο τμήμα των αποτελεσμάτων καταχωρούνται μόνο οι σημαντικοί πίνακες και οι υπόλοιποι μπαίνουν σε Παράρτημα. Στη συνέχεια, αναφέρονται οι διαφορές μεταξύ των μεταβλητών, το επίπεδο σημαντικότητας και οι πιθανές συσχετίσεις μεταξύ τους. Για να γίνουν ευκολότερα κατανοητοί οι στατιστικοί δείκτες, αναγράφονται με πλάγια γράμματα, ενώ για κάθε δείκτη (r , t , F , χ^2) αναφέρονται οι βαθμοί ελευθερίας (df) και η σημαντικότητα (p). Αν ο ερευνητής-συγγραφέας χρησιμοποιήσει *post hoc* ανάλυση, αυτό πρέπει να αναφερθεί (π.χ., Bonferroni, Tukey, Scheffe κλπ). Για να γίνουν πιο κατανοητά τα αποτελέσματα, η περιγραφή τους συνδυάζεται με πίνακες και διαγράμματα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στο κεφάλαιο αυτό παρουσιάζονται ΜΟΝΟ τα στατιστικά ευρήματα και δεν ΣΥΖΗΤΙΟΥΝΤΑΙ τα αποτελέσματα. Παρουσιάζονται τα στατιστικά (και μη-) ευρήματα και μόνο. Επίσης, η κάθε στατιστική μέθοδος, ΑΠΑΙΤΕΙ διαφορετικό τρόπο παρουσίασης των δεδομένων (βλ. βιβλία στατιστικής και μεθοδολογίας της έρευνας).

Για παράδειγμα, στις **Αναλύσεις Διασποράς (ANOVA)**, ...

«Η απλή ανάλυση διασποράς (ANOVA) για ανεξάρτητα δείγματα στην εξαρτημένη μεταβλητή Εκπαιδευτική Επάρκεια – TSES, σε σχέση με τη βαθμίδα σπουδών των γονέων (Α/θμια, Β/θμια, και Γ/θμια εκπαίδευσης), παρουσίασε στατιστικά σημαντικές διαφορές [$F(2, 226) = 3.158, p = .044$]. Η Bonferroni μετά-ανάλυση ANOVA έδειξε ότι οι εκπαιδευτικοί ΦΑ που η βαθμίδα εκπαίδευσης των γονέων ήταν Β/θμιας εκπαίδευσης, είχαν υψηλότερες τιμές επαγγελματικής επάρκειας ($M = 7.05 \pm 0.87$) από τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής που η βαθμίδα εκπαίδευσης των γονέων ήταν Γ/θμιας εκπαίδευσης ($M = 6.57 \pm 1.17$)».

Για τον έλεγχο t

Οι μέσες τιμές της Ορμόνης X πριν ($M = 166.00 \pm 26.97$) και μετά την άσκηση ($M = 172.90 \pm 26.83$) παρουσίασαν στατιστικά σημαντική διαφορά ($t(9) = -2.33, p < .05$), μετά από δίπλευρο (ή μονόπλευρο) έλεγχο της σημαντικότητας.

Όταν έχουμε να παρουσιάσουμε χ^2

Τα αποτελέσματα παρουσιάζονται όπως παρακάτω: «Υπήρξε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ της πραγματικής και της αναμενόμενης συχνότητας μεταξύ των ανδρών και γυναικών σε ότι αφορά τις τρεις αιτίες θανάτου ($\chi^2(2) = 135.18, p < .001$)».

Για συντελεστή συσχέτισης Spearman (r_s) ή Pearson (r_s)...

Στην επεξήγηση των δεδομένων, η ερευνήτρια μπορεί να επισημάνει: «Υπήρξε στατιστικά σημαντική αρνητική συσχέτιση μεταξύ των σειρών κατάταξης των ποσοστών εμβολιασμού και του ρυθμού θνησιμότητας των παιδιών κάτω των 5 χρόνων στις 10 χώρες (r_{ho} ή $r_s(8) = -.71, p < .05$). Όταν είναι Pearson r τότε $r(8) = .81, p < .05$ ».

Για περισσότερες πληροφορίες και παρουσίαση άλλων στατιστικών μεγεθών, ο/η αναγνώστης/στρια μπορεί να ανατρέξει στη σχετική βιβλιογραφία (βλ. παρακάτω)

American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Washington, DC: Author.

Βαγενάς, Γ. Κ. (2019). *Στατιστικές εφαρμογές στην αθλητική επιστήμη με παραδείγματα στο SPSS (7^η Έκδοση)*. Αθήνα: Τζιόλας.

Field, A. (2016). *Η διερεύνηση της στατιστικής με τη χρήση του SPSS της IBM*. Αθήνα: Προπομπός.

Παπαϊωάννου, Α., Ζουρμπάνος, Ν., & Μίνος, Ν. (2016). *Εφαρμογές της Στατιστικής στις επιστήμες του Αθλητισμού & της Υγείας*. Θεσσαλονίκη: Δίσιγμα.

Τραυλός Α. Κ. (2008). Κλινική Στατιστική. Στους Γ. Ι. Μπαλτόπουλος & Π. Ευαγγελοπούλου (Επ.), *Πρακτικά του 11^{ου} Θεματικού Συνεδρίου Εντατικής Θεραπείας και Επείγουσας Ιατρικής: Κλινικές περιπτώσεις και σπάνια νοσήματα*. (σελ 153-172). Αθήνα, Αττικής: Πασχαλίδης.

Επίσης, με τις ανάλογες λέξεις κλειδιά, ο αναγνώστης μπορεί να ανατρέξει στο διαδίκτυο και να βρει τον τρόπο παρουσίασης των στατιστικών που δεν παρουσιάζονται στο παρόν υπόδειγμα.

Παρουσίαση Πινάκων

Η μορφή του Πίνακα είναι όπως παρακάτω. Ο τίτλος πρέπει να αποδίδει με ακρίβεια τι παρουσιάζεται στον Πίνακα. Επίσης, ο Πίνακας παρουσιάζεται σε μία σελίδα και βρίσκεται αμέσως μετά από την παράγραφο που αναφέρονται στοιχεία του Πίνακα. Για Παράδειγμα όταν επισημαίνεται ότι «οι μέσες τιμές και οι τυπικές αποκλίσεις παρουσιάζονται στον Πίνακα X και απεικονίζονται στο Διάγραμμα X», ο αναγνώστης περιμένει να δει τον Πίνακα ή/και το Διάγραμμα στην ίδια σελίδα ή την αμέσως επόμενη.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο παρουσίασης των Πινάκων, καθώς και παραδείγματα, ο αναγνώστης μπορεί να ανατρέξει στο παρακάτω σύγγραμμα:

American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Washington, DC: Author.

ή σε διαδικτυακές πύλες που παρέχουν πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο αναφοράς βιβλιογραφικών πηγών σύμφωνα με τον τρόπο γραφής APA.

Πίνακας 1. Μέσες τιμές (M) και τυπικές αποκλίσεις (TA) της ομάδας ελέγχου και άσκησης για τις μετρήσεις μετά την πρώτη, τρίτη, πέμπτη και έκτη ώρα διδασκαλίας στις εξαρτημένες μεταβλητές ταχύτητας και ακρίβειας.

Πειραματικές Ομάδες		Μετρήσεις ^a				
		Πρώτη	Τρίτη	Πέμπτη	Έκτη	Σύνολο ^b
Ελέγχου Ταχύτητα	<i>M</i>	62.96	63.88	65.21	62.63	63.67
	<i>TA</i>	7.52	6.09	11.38	10.76	8.96
Ελέγχου Ακρίβεια	<i>M</i>	60.04	61.13	62.71	59.63	60.88
	<i>TA</i>	8.00	6.36	11.18	11.30	9.22
Άσκηση Ταχύτητα	<i>M</i>	71.17	72.33	75.75	57.83	69.27
	<i>TA</i>	8.31	7.30	9.92	9.68	11.00
Άσκηση Ακρίβεια	<i>M</i>	68.17	69.83	73.58	54.33	66.48
	<i>TA</i>	8.72	7.03	9.67	10.49	11.45

Σημείωση: ^a*n* = 12; ^b*N* = 48

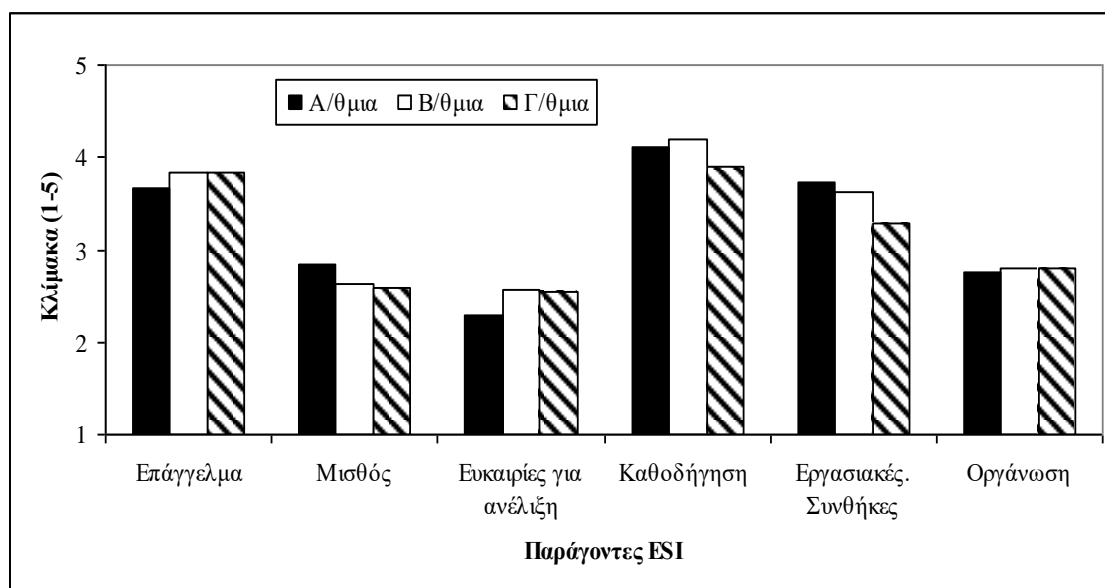
Παρουσίαση Σχημάτων ή Γραφημάτων ή Εικόνων

Ο Τίτλος του Σχήματος ή Γραφήματος ή Εικόνων αποδίδει με ακρίβεια τι παρουσιάζεται και βρίσκεται κάτω από Σχήμα ή Γράφημα ή Εικόνα. Επίσης, μπορεί να χρησιμοποιηθούν και άλλα είδη γραφήματος, όπως Πίτες, γραμμικά κά. Αυτό εξαρτάται από το είδος της έρευνας, της εξαρτημένης μεταβλητής και άλλους παράγοντες που αναφέρονται στους τρόπους καλύτερης και έγκυρης απεικόνισης των αποτελεσμάτων.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο παρουσίασης των Πινάκων, καθώς και παραδείγματα, ο αναγνώστης μπορεί να ανατρέξει στο παρακάτω σύγγραμμα:

American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Washington, DC: Author.

ή σε διαδικτυακές πύλες που παρέχουν πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο αναφοράς βιβλιογραφικών πηγών.



Σχήμα 4. Μέσες τιμές των παραγόντων Επάγγελμα, Μισθός, Ευκαιρίες για ανέλιξη (-στη διοικητική ιεραρχία), Καθοδήγηση, Εργασιακές Συνθήκες, και Οργάνωση ανάλογα με τη βαθμίδα εκπαίδευσης των γονέων των εκπαιδευτικών της ΦΑ.

Ανασκοπική ΠΔΕ: Όταν η ΠΔΕ είναι ανασκοπική, παραλείπουμε το ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ και δημιουργούμε το ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV – ΣΥΖΗΤΗΣΗ (φυσικά αλλάζοντας την αρίθμηση των παρακάτω κεφαλαίων). Στο κεφάλαιο της συζήτησης, ο ερευνητής – συγγραφέας, συζητά διεξοδικά τα ευρήματα των ερευνών που παραθέτει στο κεφάλαιο ανασκόπησης της βιβλιογραφίας και δίνει τεκμηριωμένες απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν στο κεφάλαιο της εισαγωγής (σκοπός της εργασίας – έρευνας, ερευνητικά ερωτήματα).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Ένα άλλο σημαντικό κεφάλαιο στη συγγραφή μιας εργασίας είναι αυτό της συζήτησης. Ο σκοπός της συζήτησης είναι να δοθούν επιστημονικές εξηγήσεις για τα αποτελέσματα και να εξαχθούν συμπεράσματα. Στο κεφάλαιο αυτό ο/η ερευνητής/τρια-συγγραφέας απαντά στις ερευνητικές υποθέσεις ή στα ερευνητικά ερωτήματα για ανασκοπικές πτυχιακές εργασίες.

Το ξεκίνημα του κεφαλαίου γίνεται πάντα με τον σκοπό της εργασίας και συνοπτική αναφορά των αποτελεσμάτων (χωρίς να παρουσιάζονται στατιστικοί δείκτες). Στη συνέχεια επιχειρείται αιτιολόγηση των ευρημάτων της έρευνας. Η επιχειρηματολογία που χρησιμοποιείται έχει στόχο να αποδείξει την υπεροχή της διεξαχθείσας μελέτης λαμβάνοντας υπόψη όλους τους περιορισμούς και τις αδυναμίες της. Επίσης, δεν διατυπώνονται υποθέσεις, σε σχέση με ποια θα ήταν τα αποτελέσματα αν είχαν χρησιμοποιηθεί διαφορετικές μέθοδοι. Στην ενότητα αυτή της συζήτησης αναφέρονται όλα τα μεθοδολογικά προβλήματα, που πιθανόν να προέκυψαν κατά τη διάρκεια της έρευνας. Ο/Η ερευνητής/τρια-συγγραφέας δεν πρέπει να αποδίδει στα προβλήματα τα αποτελέσματα που δεν είχαν προβλεφθεί, γιατί φαίνεται ότι δεν πραγματοποίησε σωστά τη μελέτη.

Ο/Η συγγραφέας χρησιμοποιεί φράσεις κατανοητές και χωρίς να αφορίζουν. Αυτό σημαίνει ότι δεν πρέπει να είναι απόλυτος κατά την ερμηνεία των ευρημάτων. Συνήθως χρησιμοποιεί λέξεις σύμφωνα με την εικόνα που παρατηρήθηκε, πιθανότατα, όπως φαίνεται κ.ά. Επίσης, πρέπει να είναι προσεκτικός όταν δικαιολογεί τη σχέση αιτίας-αποτελέσματος. Ακόμα και αν η διαφορά που προέκυψε, είναι σε στατιστικά σημαντικό βαθμό, δεν πρέπει να αποδοθεί σαν κλασσική σχέση αιτίας-αποτελέσματος, γιατί μπορεί να οφείλεται σε τρίτη μεταβλητή, που δεν έχει συμπεριληφθεί στις ανεξάρτητες μεταβλητές της έρευνας. Αυτό ο/η συγγραφέας επιχειρεί να το δικαιολογήσει κι όχι να αναφέρει ρητά και αφοριστικά, ότι το αποτέλεσμα είναι αυτό και δεν επιδέχεται τίποτα άλλο.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Στη συζήτηση αιτιολογούνται τα στατιστικά ευρήματα της μελέτης, σύμφωνα με τις υπάρχουσες έρευνες και θεωρίες. Δεν επιχειρείται να αναπτυχθεί το σκεπτικό αιτιολόγησης των αποτελεσμάτων που δεν συμβαδίζει με το θεωρητικό και ερευνητικό σκεπτικό της έρευνας (παρουσιάστηκε στην εισαγωγή και στην ανασκόπηση της βιβλιογραφίας). Επίσης, από τα ευρήματα της έρευνας προκύπτουν και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες. Όπου αυτό προκύπτει καλό είναι να επισημαίνεται με σωστά δομημένη πρόταση στο τέλος της παραγράφου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI

6. ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στο κεφάλαιο αυτό της εργασίας, ο/η ερευνητής/τρια-συγγραφέας γράφει τα συμπεράσματα. Η αναφορά αυτή γίνεται χωρίς σχόλια για κάθε ένα απ' αυτά. Στη συνέχεια επισημαίνονται οι περιορισμοί της έρευνας, για να ληφθούν υπόψη από μελλοντικούς ερευνητές σε σχέση με τη γενίκευση των συμπερασμάτων. Μετά την παράγραφο αυτή, ο/η ερευνητής/τρια αναφέρεται στο κενό που υπάρχει στην επιστημονική περιοχή που διερεύνησε και που δεν κατέστη δυνατόν να μελετηθεί με λεπτομέρεια. Εδώ προτείνει τη συνέχιση της έρευνας που πραγματοποίησε με εξέταση άλλων μεταβλητών, σε μεγαλύτερο δείγμα, με καλύτερη στατιστική ανάλυση κλπ.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΠΔΕ

Για την καλύτερη συγγραφή της ΠΔΕ σας συνιστάται να συμβουλευέστε τα συγγράμματα και την ύλη των μαθημάτων της Μεθοδολογίας και της Στατιστικής καθώς και την εγχειρίδιο συγγραφής της APA (7^η έκδοση, 2020).

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Το κεφάλαιο αυτό περιλαμβάνει όλες τις πηγές που βοήθησαν τον/την ερευνητή/τρια-συγγραφέα να ολοκληρώσει την ερευνά του/της. Επισημαίνεται ότι πρέπει να αναφερθούν όλα τα άρθρα, βιβλία, περιλήψεις κλπ, που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη συγγραφή της Πτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας (ΠΔΕ).

Όλες οι αναφορές που παρατίθενται στο κείμενο, πρέπει να συμπεριλαμβάνονται στη βιβλιογραφία.

Η συγγραφή-παρουσίαση της βιβλιογραφίας γίνεται με πολλούς τρόπους. **Πληρέστερος θεωρείται αυτός που ακολουθεί η APA (American Psychological Association)** (για αναλυτική παρουσίαση βλ APA 7^η έκδοση, 2020).

Η παραπομπή των χρησιμοποιούμενων βιβλιογραφικών αναφορών γίνεται με δυο τρόπους:

- 1) Όταν ο συγγραφέας είναι ένας, γράφεται το επώνυμό του και ακολουθεί η χρονολογία έκδοσης του άρθρου ή του βιβλίου σε παρένθεση. Σε περίπτωση που οι συγγραφείς είναι δύο, τα επώνυμά τους γράφονται με τη σειρά που βρίσκονται στη δημοσίευση. Όταν οι συγγραφείς είναι πάνω από 2, τότε, σε όλες τις περιπτώσεις γράφεται μόνο το πρώτο επώνυμο με τη συντόμευση et al., όταν είναι σε παρένθεση και et al. όταν είναι εκτός.

Σημαντική Επισήμανση: Ο/Η συγγραφέας πρέπει να δώσει ιδιαίτερη προσοχή στον τρόπο παραπομπής όταν βρίσκεται σε παρένθεση ή στο τρέχον κείμενο. Το **&** και το **και** στην παράθεση αποτελούν μέρος του τρόπου γραφής σύμφωνα με το APA. Στο κείμενο της ΠΔΕ, εντός παρένθεσης χρησιμοποιούμε το **&**, και εκτός παρένθεσης το **και**. Στο κεφάλαιο της βιβλιογραφίας χρησιμοποιούμε μόνο το **&**.

Παραδείγματα.

1. Για **έναν ερευνητή** στο κείμενο: Ο Strigas (2005) διατύπωσε την άποψη ότι ο εθελοντισμός.....
 2. Για **έναν ερευνητή** σε παρένθεση: Ως εθελοντισμός μπορεί να οριστεί (Strigas, 2005).
 3. Για **2 ερευνητές** στο κείμενο: Οι Strigas και Travlos (2020) διατύπωσαν την άποψη ότι ο εθελοντισμός.....
 4. Για **2 ερευνητές** σε παρένθεση: Ως εθελοντισμός μπορεί να οριστεί (Strigas & Travlos, 2020).
 5. Για **>2 ερευνητές** στο κείμενο: Οι Strigas et al. (2005) διατύπωσαν την άποψη ότι ο εθελοντισμός
 6. Για **>2 ερευνητές** σε παρένθεση: Ως εθελοντισμός μπορεί να οριστεί (Strigas et al., 2005).
- 2) Σε κάθε περίπτωση που ο/η συγγραφέας χρησιμοποιεί τις διαπιστώσεις κάποιου άλλου ερευνητή ή ερευνητών και δεν ακολουθείται ο παραπάνω τρόπος αναφοράς - παράθεσης, τότε η διαπίστωση παραφράζεται και γίνεται η παραπομπή στην πηγή που χρησιμοποιήσαμε. Όταν ο συγγραφέας χρησιμοποιήσει περισσότερες από μία αναφορές, τότε οι παραθέσεις γράφονται με αλφαβητική σειρά, χωρίζοντας την κάθε μία από την επόμενη μ' ένα ελληνικό ερωτηματικό (;).
- 3) Αν ο συγγραφέας χρησιμοποιήσει περισσότερες από μία αναφορές του ίδιου συγγραφέα ή των ίδιων συγγραφέων, τότε αυτές γράφονται με χρονολογική σειρά. Πρώτη γράφεται η παραπομπή που δημοσιεύθηκε παλιότερα. Σε περίπτωση που γίνεται παραπομπή σε ομάδα συγγραφέων που την αποτελούν περισσότερα από δύο άτομα, αναγράφεται μόνο το επίθετο του 1^{ου} συγγραφέα (βλ. παρακάτω παράδειγμα και Πίνακες 1 και 2).

Παραδείγματα.

1. Τις τελευταίες δεκαετίες υποστηρίχθηκε ότι δεν περιορίζονται στο μικρόκοσμο του σχολείου (Sergiovanni, 2017), αλλά υπάρχει ένας «τρίτος τομέας» που προβολή των εκπαιδευτικών στα ΜΜΕ (Dinham & Scott, 1998, 2000a, b).
2. Χαρακτηριστικές συνέπειες είναι η αλλαγή στη συμπεριφορά των εργαζομένων (Evers et al., 2002; Heuven & Bakker, 2003; McGrath et al., 1989; Rose et al., 2004). (Όπως μπορείτε να παρατηρήσετε, οι παραπομπές παρουσιάζονται με αλφαβητική σειρά.)

Πίνακας 1. Βασικές Μορφές Παραπομπών στο κείμενο (εκτός παρένθεσης)

Είδος παραπομπής	Πρώτη παραπομπή στο κείμενο	Διαδοχικές παραπομπές στο κείμενο
Μία δημοσίευση ενός συγγραφέα	Τραυλός (2020)	Τραυλός (2020)
Μία δημοσίευση από δύο συγγραφείς	Τραυλός και Μουντάκης (2020)	Τραυλός και Μουντάκης (2020)
Μία δημοσίευση από τρεις και πάνω συγγραφείς	Dimitropoulos et al. (2019)	Dimitropoulos et al. (2009)
Μία δημοσίευση από τέσσερις και πάνω συγγραφείς	Δουβής et al. (2020)	Δουβής et al. (2020)

Μία δημοσίευση από πέντε και πάνω συγγραφείς	Δημητρόπουλος et al. (2021)	Δημητρόπουλος et al. (2021)
Ομάδες – Οργανισμοί (που αναγνωρίζονται από τις συντομεύσεις) ως συγγραφείς	National Institute of Mental Health (NIMH) (2003)	NIMH (2003)
Ομάδες – Οργανισμοί (χωρίς συντομεύσεις) ως συγγραφείς	Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου (2005)	Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου (2005)

Πίνακας 2. Βασικές Μορφές Παραπομπών στο κείμενο (εντός παρένθεσης)

Είδος παραπομπής	Πρώτη παραπομπή στο κείμενο	Διαδοχικές παραπομπές στο κείμενο
Μία δημοσίευση ενός συγγραφέα	(Τραυλός, 2020)	(Τραυλός, 2020)
Μία δημοσίευση από δύο συγγραφείς	(Τραυλός & Μουντάκης, 2020)	(Τραυλός & Μουντάκης, 2020)
Μία δημοσίευση από τρεις και πάνω συγγραφείς	(Dimitropoulos et al., 2019)	(Dimitropoulos et al., 2019)
Μία δημοσίευση από τέσσερις και πάνω συγγραφείς	(Δουβής et al., 2020)	(Δουβής et al., 2020)
Μία δημοσίευση από πέντε και πάνω συγγραφείς	(Δημητρόπουλος et al., 2021)	(Δημητρόπουλος et al., 2021)
Ομάδες – Οργανισμοί (που αναγνωρίζονται από τις συντομεύσεις) ως συγγραφείς	(National Institute of Mental Health [NIMH], 2003)	(NIMH, 2003)
Ομάδες – Οργανισμοί (χωρίς συντομεύσεις) ως συγγραφείς	(Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, 2005)	(Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, 2005)

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΓΡΑΦΗΣ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

ΓΙΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ (Journal):

- Martens, R. (1971). Anxiety and motor behavior: A review. *Journal of Motor Behavior*, 3, 151–179.
- Sibley, B. A., & Etnier, J. L. (2003). The relationship between physical activity and cognition in children: A meta-analysis. *Pediatric Exercise Science*, 15, 243–256.
- Souglis, A. G., Chryssanthopoulos, C. I., Travlos, A. K., Zorzou, A. E., Gissis, I. T., Papadopoulos, C. N., & Sotiropoulos, A. A. (2013). The effect of high vs. low carbohydrate diets on distances covered in soccer. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(8), 2235-2247.
- Travlos, A. K. (2010). High intensity physical education classes and cognitive performance in eighth-grade students: An applied study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(3), 302-311.

Στις περιπτώσεις που υπάρχει doi, ο συγγραφέας μετά την τελεία (.) βάζει και το doi. της δημοσίευσης (π.χ. doi:10.1037/0278-6133.24.2.235). Για π.χ.

Travlos, A. K. (2009). Effects of submaximal steady-state aerobic exercise and fitness in random number generation test. *Biology of Exercise*, 5(2), 45-54. doi.org/10.4127/jbe.2009.0029

ΓΙΑ ΒΙΒΛΙΟ:

Coakes, S., & Steed, L. (1999). *SPSS analysis without anguish*. New York, NY: John Wiley & Sons.

Foster, J. (1998). *Data analysis using SPSS for windows*. London, UK: Sage.

French, E., & Lehsten, N. (1973). *Administration of physical education for schools and colleges* (2nd ed.). New York, NY: The Roland Press.

Keppel, G. (1991). *Design and analysis: A researcher's handbook* (3rd ed.). New York, NY: Prentice-Hall.

Slack, T. (1997). *Understanding sport organizations: The application of organizational theory*. Champaign, IL: Human Kinetics.

ΓΙΑ ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΣΕ ΒΙΒΛΙΟ:

Marcoen, A. (1999). Social development. In Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, & R. Seiler (Eds.), *Psychology for physical educators* (pp. 293–320). Champaign, IL: Human Kinetics.

Tomprowski, P. D. (2006). Physical activity, cognition, and aging: A review of reviews. In L. W. Poon, W. J. Chodzko-Zajko, & P. D. Tomporowski (Eds.), *Active living, cognitive functioning, and aging* (pp. 15–32). Champaign, IL: Human Kinetics.

ΓΙΑ ΔΙΑΤΡΙΒΗ:

Όταν έχουμε ολοκληρή τη διατριβή και δεν την ανακτήσαμε από συγκεκριμένο site.

Jamienson, L. (1981). *A competency analysis of recreational sports personnel in selected institutional settings* (Unpublished doctoral dissertation). Indiana University, Indianapolis, IN, USA.

Όταν ανακτήσαμε τη διατριβή ή τη μεταπτυχιακή εργασία από συγκεκριμένο site.

Johnson, S. (2004). *Financial variables and merger premiums: Evidence from bank mergers*. Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No. 3025476)

Όταν χρησιμοποιείτε την περίληψη της διατριβής.

Cannon, C. (2004). Does moral education increase moral development? A re-examination of the moral reasoning abilities of working adult learners. *Dissertation Abstracts International: Section A*, 61(12), 4851A. (UMI No. 9999321)

ΓΙΑ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ ΣΕ ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ:

Δημοσιευμένο άρθρο σε πρακτικά συνεδρίου

Gibson, C. C. (2005). Impact of the larger social context on the distance learner. In S. Allsop (Ed.), *International Council for Distance Education: One world many voices: Quality in open and distance learning* (pp. 279-282). Chicago: Milton Keynes.

ΓΙΑ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΣΕ ΣΥΝΕΔΡΙΟ:

Hoeber, O., Riemer, H., Oorsch, K., & Hoeber, I. (2005). *The application of web-based survey research methods to longitudinal designs* (Abstract). North American Society for Sport Management Conference, Regina, Saskatchewan, Canada. June 2-5.

ΓΙΑ ΟΠΤΙΚΟΑΚΟΥΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΜΕΣΑ

The Rolling Stones. (1986). *Hot Rocks 1964-1971* [CD].

American Psychological Association. (1992). *Psychology: Understanding ourselves; understanding each other* [video cassette]. (Available from the American Psychological Association Book Store, Washington, DC)

CBS Evening News. (1998, September 17). New York: CBS.

ΓΙΑ ΑΛΛΕΣ ΠΗΓΕΣ

Raulin, M. L., & Graziano, A. M. (2004). *Student Resource CD to research methods: A process of inquiry* [CD-ROM]. Boston: Allyn and Bacon. (Included free with the textbook)

Hall, M., & Robinson, D. (1998). *The human brain* [CD-ROM]. New York: Springer-Verlag Electronic Media.

Turbo Pascal for Windows 1.5. (1992). Borland International.

Για άρθρο σε ηλεκτρονική διεύθυνση (τυπωμένο και online)

Ku, G. (2008). Learning to de-escalate: The effects of regret in escalation of commitment [Electronic version]. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 105(2), 221-232. doi:10.1016/j.obhdp.2007.08.002

Για άρθρο σε ηλεκτρονική διεύθυνση (online μόνο)

Moerman, D. E. (2003, June). "Placebo" versus "meaning": The case for a change in our use of language. *Prevention & Treatment*, 6(1). doi:10.1037/1522-3736.6.1.67c

Για άρθρο σε ηλεκτρονική διεύθυνση (από βάση δεδομένων-database)

Colvin, G. (2008, July 21). Information worth billions. *Fortune*, 158(2), 73-79. Retrieved from Business Source Premier database.

Για άρθρο σε ηλεκτρονική διεύθυνση (online εγκυκλοπαίδεια)

Containerization. (2008). In *Encyclopædia Britannica*. Retrieved May 6, 2008, from Encyclopædia Britannica Online: <http://search.eb.com>

Ηλεκτρονικό περιοδικό

Cumming, J., & Maxwell, G. (1999). Contextualising authentic assessment. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 6 (2). Retrieved September 30, 2004, from <http://www.articleplace.org/84567.html>

Επαγγελματική/Εταιρική Ιστοσελίδα

National Renewable Energy Laboratory. (2008). *Biofuels*. Retrieved May 6, 2008, from: http://www.nrel.gov/learning/re_biofuels.html

Αρχείο/άρθρο διαθέσιμο σε ιστοσελίδα πανεπιστημιακού προγράμματος ή πανεπιστημιακού τμήματος

Victor, N. M. (2008). *Gazprom: Gas giant under strain*. Retrieved July 2, 2008, from Stanford University, Program on Energy and Sustainable Development Web site: http://pesd.stanford.edu/publications/gazprom_gas_giant_under_strain/

Ολόκληρη ιστοσελίδα

Witchcraft In Europe and America is a site that presents the full text of many essential works in the literature of witchcraft and demonology (<http://www.witchcraft.psmmedia.com/>).

Άρθρο σε Blog

Arrington, M. (2008, August 5). The viral video guy gets \$1 million in funding. Retrieved from <http://www.techcrunch.com>

Για περισσότερες πληροφορίες, τρόπους αναφοράς άλλων πηγών (π.χ. ηλεκτρονικά μέσα, online περιοδικά, περιοδικό τύπο, εφημερίδες, κτλ) καθώς και παραδείγματα, ο αναγνώστης μπορεί να ανατρέξει στο παρακάτω σύγγραμμα:

American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). Washington, DC: Author.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η βιβλιογραφία στο τέλος της ΠΔΕ παρατίθεται με αλφαβητική σειρά σύμφωνα με το επίθετο του πρώτου συγγραφέα, σε διπλό διάστημα και με τον τρόπο παρουσιάζεται παρακάτω. Η δεξιά εσοχή (1 εκατοστό) μετά την πρώτη γραμμή της κάθε αναφοράς, τα πλάγια γράμματα, τα κόμματα, οι τελείες, το &, τα κεφάλαια και τα πεζά γράμματα αποτελούν μέρος του σωστού τρόπου γραφής μίας επιστημονικής εργασίας και είναι σύμφωνα με τον τρόπο γραφής APA.

Υπόδειγμα Βιβλιογραφίας από δημοσιευμένο άρθρο που έχει γραφεί σε μορφή APA

Asmussen, E., & Mazin, B. (1978). A central nervous component in local muscular fatigue. *European Journal of Applied Physiology*, 38, 9–15.

- Bortz, W. M., Angwin, P., Mefford, I. N., Boarder, M. R., Noyce, N., & Barchas, J. D. (1981). Catecholamines, dopamine, and endorphin levels during extreme exercise. *New England Journal of Medicine*, *305*, 466–467.
- Bransford, J. D., & Stein, B. S. (1993). *The ideal problem solver* (2nd ed.). New York: W. H. Freeman.
- Carlson, S. A., Fulton, J. E., Lee, S. M., Maynard, L. M., Brown, D. R., Kohl III, H. W., & Dietz, W. H. (2008). Physical education and academic achievement in elementary school: data from the early childhood longitudinal study. *American Journal of Public Health*, *98*, 721–727.
- Caterino, M. C., & Polak, E. D., (1999). Effects of two types of activity on the performance of the second-, third-, and fourth-grade students on a test of concentration. *Perceptual and Motor Skills*, *89*, 245–248.
- Chodzko-Zajko, W. J. (1991). Physical fitness, cognitive performance, and aging. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *23*, 868–872.
- Coe, D. P., Pivarnik, J. M., Womack, C. J., Reeves, M. J., & Malina, R. M. (2006). Effect of physical education and activity levels on academic achievement in children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *38*, 1515–1519.
- Etnier, J. L., & Landers, D. M. (1995). Brain function and exercise: Current perspectives. *Sports Medicine*, *19*, 81–85.
- Etnier, J. L., Salazar, W, Landers, D. M., Pertuzello, S. J., Han, M., & Nowell, P. (1997). The influence of physical fitness and exercise upon cognitive functioning: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *19*, 249–277.

O
.
.
.

O

- Telama, R. (1999). Moral development. In Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, & R. Seiler (Eds.), *Psychology for physical educators* (pp. 321–342). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Tomporowski, P. D., & Ellis, N. R. (1986). Effects of exercise on cognitive processes: A review. *Psychological Bulletin*, *99*, 338–346.
- Tomporowski, P. D. (2003a). Cognitive and behavioural response to acute exercise in youths: A review. *Pediatric Exercise Science*, *15*, 348–359.
- Tomporowski, P. D. (2003b). Effects of acute bouts of exercise on cognition. *Acta Psychologica*, *112*, 297–324.
- Tomporowski, P. D. (2006). Physical activity, cognition, and aging: A review of reviews. In L. W. Poon, W. J. Chodzko-Zajko, & P. D. Tomporowski (Eds.), *Active living, cognitive functioning, and aging* (pp. 15–32). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Tomporowski, P. D., Davis, C. L., Miller, P. H., & Naglieri, J. A. (2008). Exercise and children's intelligence, cognition and academic achievement. *Educational Psychological Review*, *20*, 111–131.
- Travlos, A. K., & Marisi, D. Q. (1995). Information processing and concentration as a function of fitness level and exercise-induced activation to exhaustion. *Perceptual and Motor Skills*, *80*, 15–26.
- Vereijken, B., & Bongardt, R. (1999). Complex motor skill acquisition. In Y. V. Auweele, F. Bakker, S. Biddle, M. Durand, & R. Seiler (Eds.), *Psychology for physical educators* (pp. 233–288). Champaign, IL: Human Kinetics.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Στο κέντρο της σελίδας γράφεται η λέξη ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ή ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ με **έντονα κεφαλαία στοιχεία 14 στιγμών**.

Στο κέντρο της αμέσως επόμενης σελίδας γράφεται ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α και από κάτω ο τίτλος του παραρτήματος.

Στην επόμενη σελίδα επισυνάπτεται το Παράρτημα.

Ακολουθείται η ίδια διαδικασία για όλα τα Παραρτήματα.