



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



TEFAA

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΕΡΡΩΝ



ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΚΑΙ ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΩΝ ΔΙΑΤΡΙΒΩΝ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ
ΕΡΕΥΝΑ ΚΑΙ ΔΙΑΒΙΒΑΣΙΜΟΤΗΤΑ



ΠΑΙΔΕΙΑ ΜΠΡΟΣΤΑ
2^ο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Δια βίου
Μαθησιακής Κοινωνίας

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Εισαγωγή	4
Γενικοί Κανονισμοί	5
I. Διαδικαστικοί Κανονισμοί	5
Μεταπτυχιακή Διατριβή και Διδακτορική Διατριβή	5
II. Λειτουργικές Διαδικασίες	5
Διανομή Διατριβών	5
III. Διαδικασίες σχετικές με τα πνευματικά δικαιώματα (Copyright)	6
Τα πνευματικά δικαιώματα (Copyright) στις Μεταπτυχιακές και Διδακτορικές διατριβές	6
Χρήση Υλικού με κατοχυρωμένα πνευματικά δικαιώματα (Copyright) για Μεταπτυχιακές και Διδακτορικές Διατριβές	6
IV. Χρήση Δημοσιευμένου Υλικού Παρελθόντων Ετών	7
V. Μορφή	7
VI. Τύπος Γραφής	18
VII. Εξισώσεις	18
VIII. Φωτογραφίες και Εικονογραφήσεις	19
IX. Περιθώρια	19
X. Εκτύπωση και διαμόρφωση παραγράφου	19
XI. Σελιδοποίηση	20
XII. Υποσημειώσεις και Τελικές Σημειώσεις	20
XIII. Βιβλιογραφία	21
XIV. Παραρτήματα	21
XV. Σελίδες Μεγαλύτερου Μεγέθους	22
XVI. Σελίδα Τίτλου	22
XVII. Σελίδα πνευματικών δικαιωμάτων (Copyright)	24
XVIII. Περίληψη	24

XIX. Πίνακας Περιεχομένων	25
XX. Κατάλογος Πινάκων	26
XXI. Κατάλογος Σχημάτων	27
XXII. Κατάλογος Συντομεύσεων	27
XXIII. Κατάλογος Συμβόλων	28
Παράρτημα Α : Οδηγίες συγγραφής επιστολής για την παροχή άδειας χρήσης κατοχυρωμένου υλικού	
Παράρτημα Β : Υποδείγματα	30
Υπόδειγμα Επιστολής για απόκτηση άδειας	30
Υπόδειγμα της Σελίδας Τίτλου: Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή	31
Υπόδειγμα της Σελίδας του Copyright	32
Υπόδειγμα Περίληψης: Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή	33
Υπόδειγμα Περίληψης στην Αγγλική γλώσσα: Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή	34
Υπόδειγμα Πίνακα Περιεχομένων Α	35
Υπόδειγμα Πίνακα Περιεχομένων Β	36
Υπόδειγμα Καταλόγου Πινάκων	37
Υπόδειγμα Καταλόγου Σχημάτων	38
Υπόδειγμα Καταλόγου Συντομεύσεων	39
Υπόδειγμα Μορφής Πίνακα	40
Υπόδειγμα Μορφής Σχήματος	41
Κατάλογος Ελέγχου	42

Εισαγωγή

Η συγγραφή της μεταπτυχιακής και της διδακτορικής διατριβής αποτελεί ένα από τα ουσιαστικότερα κριτήρια λήψης ενός μεταπτυχιακού διπλώματος. Για την καλύτερη και δικαιότερη αξιολόγηση μιας διατριβής η συγγραφή της θα πρέπει να ακολουθεί κάποιους συγκεκριμένους κανόνες. Αυτοί οι κανόνες παρουσιάζονται στο Οδηγό Συγγραφής Μεταπτυχιακών και Διδακτορικών Διατριβών που κρατάτε στα χέρια σας.

Οι κανονισμοί αυτοί έχουν ως βάση τον ακαδημαϊκό και επιστημονικό τρόπο συγγραφής και παρουσίασης ερευνητικών αποτελεσμάτων, απόψεων και μεθόδων με απώτερο στόχο την ορθή δημοσιοποίηση των αποτελεσμάτων και χρήση τους από άλλους ερευνητές. Άλλωστε αυτό αποτελεί τη βάση και το στόχο της ερευνητικής διαδικασίας.

Γενικοί Κανονισμοί

I. Διαδικαστικοί Κανονισμοί *Μεταπτυχιακή Διατριβή και Διδακτορική Διατριβή*

Πρέπει να κατατεθούν τρία αντίγραφα, στην τελική μορφή και μετά από τον οριστικό έλεγχο, σε αποδεκτής ποιότητας φύλλο χαρτιού, διαστάσεων "Α 4" με βιβλιοδεσία "σπιράλι". Σε κάθε αντίτυπο της διατριβής πρέπει να αναφέρονται οι παρακάτω πληροφορίες:

1. Το Πανεπιστημιακό Τμήμα & η κατεύθυνση σπουδών
2. Ο πλήρης τίτλος της διατριβής
3. Το όνομα και ο αριθμός ειδικού μητρώου (ΑΕΜ) του υποψηφίου
4. Το επίπεδο σπουδών (π .χ . Μεταπτυχιακό)

II. Λειτουργικές Διαδικασίες *Διανομή των Διατριβών (Μεταπτυχιακών /Διδακτορικών)*

Το Τμήμα κρατά, μετά την λήξη της αποφοίτησης τις διατριβές. Κατόπιν τα αντίγραφα διανέμονται ως εξής:

Μεταπτυχιακές Διατριβές

Ένα βιβλιοδετημένο αντίγραφο στη Βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου και ένα στη Βιβλιοθήκη του Τμήματος.

Διδακτορικές Διατριβές

Ένα βιβλιοδετημένο αντίγραφο στη Βιβλιοθήκη του Τμήματος και ένα στην Βιβλιοθήκη του Ε.Ι.Ε./Ε.Κ.Τ.

III. Διαδικασίες σχετικές με τα πνευματικά δικαιώματα (Copyright) Τα πνευματικά δικαιώματα (Copyright) στις Μεταπτυχιακές και Διδακτορικές Διατριβές

Εάν επιθυμείτε να κατοχυρώσετε τα πνευματικά δικαιώματα στην διατριβή σας, θα πρέπει να συμπεριλάβετε την σελίδα των πνευματικών δικαιωμάτων (Copyright), η οποία θα ακολουθεί την σελίδα τίτλου, συνοδευόμενη με τις παρακάτω πληροφορίες οι οποίες θα αναγράφονται χαμηλά και στο μέσον της σελίδας:

© Έτος
Πλήρες Νόμιμο Ονοματεπώνυμο
ALL RIGHTS RESERVED

Εάν ο εκτυπωτής σας δεν μπορεί να παράγει το σύμβολο του Copyright © μπορείτε να εκτυπώσετε το ένα c ανάμεσα σε ένα ζευγάρι από παρενθέσεις. Η εκτύπωση της λέξης copyright είναι επίσης αποδεκτή, αλλά προτιμήστε το c στις παρενθέσεις. Βλέπε το υπόδειγμα του Copyright στην σελίδα 21 του οδηγού αυτού.

Η σελίδα του Copyright διασφαλίζει από μόνη της τα δικαιώματά σας σε περίπτωση προσφυγής ή παράβασης, βάσει του Ν2121/93 (Φ.Ε.Κ. Α 25).

Χρήση υλικού με κατοχυρωμένα πνευματικά δικαιώματα (Copyright) για Μεταπτυχιακές και Διδακτορικές Διατριβές

Η χρήση μη πρωτότυπου υλικού σε μεταπτυχιακές ή διδακτορικές διατριβές θα πρέπει να γίνεται μόνο όταν είναι απολύτως αναγκαίο. Συνιστάται η αποφυγή τους. Σε περίπτωση που χρησιμοποιηθεί υλικό το οποίο είναι κατοχυρωμένο για πνευματικά δικαιώματα θα πρέπει να διασφαλίσετε την λήψη άδειας χρήσης του υλικού αυτού. Το πανεπιστήμιο ή το Τμήμα δεν φέρει καμία υποχρέωση κάλυψης των τυχών εξόδων που χρειάζονται για την διαδικασία αυτή. Ο φοιτητής υποχρεούται να προσκομίσει μαζί με την μεταπτυχιακή του διατριβή και αντίγραφα της

γραπτής άδειας που έχει λάβει για τη χρήση τέτοιου υλικού.

Παράδειγμα επιστολής για απόκτηση άδειας εμφανίζεται στα παραρτήματα Α και Β. Το Τμήμα διαθέτει αντίγραφα του Ν2121/93 (ΦΕΚ Α25) για την προστασία της πνευματικής ιδιοκτησίας, το οποίο εξηγεί τα νόμιμα δικαιώματά σας και τις υπευθυνότητές σας.

IV. Χρήση Δημοσιευμένου Υλικού Παρελθόντων Ετών

Το Τμήμα δεν επιτρέπει να συμπεριληφθούν στην διατριβή σας αυτούσια άρθρα ή υλικό που έχει δημοσιευθεί ή έχει εγκριθεί για δημοσίευση, ή έχει με κάποιον άλλιο τρόπο παρουσιαστεί στο κοινό εκτός και αν συντρέχουν ειδικοί λόγοι απορρέοντες από το θέμα της εργασίας και εφόσον δεν έρχονται σε αντίθεση με τον νόμο περί ιδιοκτησίας πνευματικών δικαιωμάτων.

V. Μορφή

Σαν συγγραφείς έχετε εξ' ολοκλήρου την υπευθυνότητα ώστε να διασφαλίσετε ότι όλα τα αντίγραφα της μεταπτυχιακής ή διδακτορικής διατριβής σας παρουσιάζουν την σωστή μορφή. Θα πρέπει η διατριβή να είναι ευανάγνωστη και ακριβής. Πριν καταθέσετε την διατριβή σας στο Τμήμα, βεβαιωθείτε ότι η σελιδοποίηση έγινε με την παρακάτω σειρά:

- Σελίδα Τίτλου
- Σελίδα του Copyright (εάν συμπεριληφθεί)
- Περίληψη στην Ελληνική γλώσσα
- Περίληψη στην Αγγλική γλώσσα
- Πρόλογος (προαιρετικός), με ευχαριστίες, αφιερώσεις κ .τ .λ
- Πίνακας Περιεχομένων, με σελίδα -ες παραπομπών
- Κατάλογος Πινάκων, με σελίδα παραπομπών
- Κατάλογος Σχημάτων, με τίτλους και σελίδα παραπομπών
- Κατάλογος Συντμήσεων

- Κατάλογος Συμβόλων
- Κείμενο

(α) Εισαγωγικό

(β) Κύριο μέρος (με τα μεγαλύτερα κεφάλαια και τα πλέον σημαντικά υποκεφάλαια στη συνέχεια συναφών επικεφαλίδων)

Παραπομπές

(α) Βιβλιογραφία (εάν τα παραρτήματα είναι βιβλιοδετημένα σε χωριστό τόμο, η βιβλιογραφία θα πρέπει να βρίσκεται με το κείμενο στον πρώτο τόμο)

(β) Παραρτήματα (εάν υπάρχουν)

Η **Περίληψη** θα πρέπει να είναι:

- Ακριβής, σύντομη και περιεκτική ώστε να φαίνεται ο σκοπός και το περιεχόμενο της έρευνας.
- Αυτόνομη, δηλαδή να περιγράφει όλα τα τμήματα της έρευνας (σκοπός, μεθοδολογία, αποτελέσματα, συμπεράσματα)
- Την ελληνική περίληψη θα πρέπει να ακολουθεί, σε ξεχωριστή σελίδα, η περίληψη στην Αγγλική γλώσσα.

Το **κυρίως κείμενο** θα πρέπει να περιλαμβάνει τις εξής ενότητες:

1. **Εισαγωγή**, στην οποία πρέπει να αναφέρετε το **ευρύτερο πρόβλημα** που οδηγεί στην λύση ή την καλύτερη κατανόηση στοχεύει να συνεισφέρει η ερευνητική σας εργασία. Αναφέρετε το λόγο για τον οποίο εκπονείτε την εργασία.

- Αρχίζει χωρίς την λέξη "Εισαγωγή" αλλά με τον τίτλο της έρευνας ως κεντρική επικεφαλίδα
- Παρουσιάζεται το πρόβλημα
- Γίνεται μια αναφορά της σημασίας της έρευνας

2. **Ανασκόπηση της Βιβλιογραφίας**

Το κεφάλαιο αυτό περιλαμβάνει μια εκτενή συζήτηση της σχετικής βιβλιογραφίας. Θα πρέπει όμως να παραμείνετε προσηλωμένοι στο συγκεκριμένο θέμα και να περιορίσετε την περιγραφή μελετών με πιο γενικά συμπεράσματα.

- Υπογραμμίστε τη θεωρία/ες που θέλετε να ακολουθήσετε και περιγράψτε τους **θεωρητικούς μηχανισμούς** που θα δικαιολογήσουν τις ερευνητικές σας υποθέσεις.
- Ανασκοπήστε τις σχετικές έρευνες στην περιοχή και υποδείξτε το **κενό** που πρέπει να καλυφθεί από τη δική σας εργασία.
- Καταλήξτε με τον σκοπό, όπου σε 4-5 σειρές αναφέρονται με ακρίβεια οι στόχοι της συγκεκριμένης έρευνας
- Ο σκοπός θα πρέπει να είναι σαφής και να καλύπτει ακριβώς τις μεταβλητές που θα εξεταστούν στην έρευνα
- Αναπτύξτε σύντομα την σημασία και πρωτοτυπία της προτεινόμενης έρευνάς σας. Προσπαθείστε να είστε όσο το δυνατό πιο ακριβείς γίνεται.
- Καταγράψτε τις μηδενικές υποθέσεις της έρευνας. Προσέξτε η διατύπωση να είναι τέτοια ώστε να μπορείτε να απαντήσετε σε κάθε μία υπόθεση στο κεφάλαιο Συζήτηση.
- Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου αναφέρονται οι οριοθετήσεις της έρευνας
- Επίσης, παραθέτονται οι θεωρητικοί και λειτουργικοί ορισμοί της σημαντικότερης ορολογίας

Μερικές συμβουλές είναι οι εξής:

- Κατά την περιγραφή παλαιότερων ερευνών, αποφύγετε τις μη σημαντικές λεπτομέρειες
- Δώστε έμφαση στα σχετικά ευρήματα, στα σχετικά μεθοδολογικά θέματα και στα σημαντικότερα συμπεράσματα
- Ακολουθήστε μια λογική συνέχεια ανάμεσα στις παλαιότερες και στις νεότερες έρευνες καθώς και ανάμεσα σε έρευνες με διαφο-

ρετική θεωρητική και εννοιολογική βάση

- Υιοθετήστε μια κριτική στάση απέναντι στις έρευνες, αλλιά αντιμετώπιστε με δίκαιο τρόπο τα αμφιλεγόμενα συμπεράσματα

3. Μεθοδολογία

Ο τίτλος στην μέση της σελίδας. Το κείμενο ξεκινά από κάτω σε εσοχή και συνήθως περιλαμβάνει τα παρακάτω υποκεφάλαια **με πλάγια γραφή** και είναι στοιχισμένα αριστερά.

Δείγμα

1. Περιγράψτε τον τρόπο επιλογής των συμμετεχόντων και παρέχετε πληροφορίες σε όσα περισσότερα δημογραφικά χαρακτηριστικά τους είναι δυνατό και χρειάζεται.
2. Αναφέρετε αριθμούς ατόμων, μέσους όρους ($M.O. = 3.07$), τυπικές αποκλίσεις ($T.A. = .61$), και ποσοστά επί τοις εκατό των συμμετεχόντων σε σχέση με κάθε ένα δημογραφικό χαρακτηριστικό που αξιολογήθηκε, όπου χρειάζεται. Για παράδειγμα, “. . . υπήρχαν 40 άνδρες (50%) και 40 γυναίκες (50%) . . .” (δημογραφικό χαρακτηριστικό “φύλου”) ή “. . . ο μέσος όρος του βαθμού αντιλαμβανόμενης δυσκολίας του προγράμματος των συμμετεχόντων ήταν 2.3 ($T.A. = .25$) αξιολογήσιμος σε μία 5-βάθμια κλίμακα τύπου Likert με εύρος από 1 (“Καθόλου δύσκολο”) έως 5 (“Πάρα πολύ δύσκολο”).
3. Σε πειραματικές έρευνες αναφέρετε το ύψος, σωματική μάζα των ατόμων αλλιά και τη κατάσταση υγείας των εξεταζόμενων.
4. Πρέπει να αναφέρετε τις διαδικασίες εξασφάλισης ρητής συναίνεσης των συμμετεχόντων για συμμετοχή στην έρευνα. Σε περίπτωση εξέτασης ανηλίκων, γραπτή συναίνεση θα πρέπει να λαμβάνεται από τους κηδεμόνες /γονείς.

Παράδειγμα 1: Από ένα δείγμα 300 ποδοσφαιριστών, 10 άτομα επιλέχθηκαν με στατιστικώς τυχαία δειγματοληψία. Συγκεκριμένα, δέκα άνδρες ερασιτέχνες ποδοσφαιριστές (ηλικία: $M.O. = 22.6$, $T.A. = 2.0$ ετών, σωματική μάζα: $M.O. = 70.2$, $T.A. = 8.1$ kg, ύψος: $M.O. = 177.7$, $T.A. = 5.6$ cm) συμμετείχαν εθελοντικά στην έρευνα. Το κάθε άτομο

είχε προπονητική εμπειρία τουλάχιστον 6 χρόνια ($M.O. = 8.7$, $T.A. = 5.2$). Όλοι οι παίκτες δήλωσαν ως πόδι προτίμησης το δεξί, ενώ δεν είχαν τραυματισμούς 2 μήνες πριν την εξέταση. Όλοι οι συμμετέχοντες υπέγραψαν γραπτό ενημερωτικό έντυπο συναίνεσης πριν τη συμμετοχή τους στην έρευνα.

Παράδειγμα 2: Συνολικά, συλλέχθηκαν δεδομένα από 4 γυμναστήρια της ευρύτερης περιοχής της Θεσσαλονίκης. Το δείγμα αποτέλεσαν 450 ενήλικοι ασκούμενοι, εκ των οποίων 225 (50%) ήταν γυναίκες και 225 (50%) ήταν άντρες. Όλοι συμμετείχαν σε οργανωμένα προγράμματα άσκησης ιδιωτικών γυμναστηρίων της ευρύτερης περιοχής της Θεσσαλονίκης και είχαν ασκηθεί τουλάχιστον 6 φορές στο συγκεκριμένο γυμναστήριο. Η ηλικία των ερωτηθέντων κυμάνθηκε από 20 έως 53 έτη ($M.O. = 30.06$ έτη, $T.A. = 8.13$ έτη), ενώ η εμπειρία τους στην άσκηση κυμάνθηκε από 0 έως 28 έτη ($M.O. = 8.18$ έτη, $T.A. = 7.30$ έτη). Επίσης, οι ερωτηθέντες δήλωσαν ότι γυμνάζονται από 1 έως 6 ημέρες την εβδομάδα ($M.O. = 3.80$ ημέρες, $T.A. = 1.12$ ημέρες) και για 1 ώρα και 30 λεπτά περίπου τη φορά ($M.O. = 82.50$ λεπτά, $T.A. = 29.45$ λεπτά) ενώ ο μέγιστος χρόνος ημερήσιας άσκησης που καταγράφηκε ήταν 4 ώρες.

Εργαλεία Μέτρησης

1. Περιγράψτε με λεπτομέρεια τα εργαλεία μέτρησης που χρησιμοποιήθηκαν.
2. Σε περίπτωση μηχανημάτων αναφέρετε το πλήρες όνομα του μηχανήματος και σε παρένθεση το όνομα του κατασκευαστή και χώρα προέλευσης.

Π.χ. Για την μέτρηση της καρδιακής συχνότητας χρησιμοποιήθηκε τηλεμετρικό σύστημα καταγραφής (Polar Sport tester, Healthcare Technology Ltd., Taiwan)

3. Δώστε σύντομες περιγραφές και βιβλιογραφικές αναφορές για

γενικώς αποδεκτές επιστημονικές μεθόδους μετρήσεων και σύντομες περιγραφές για μεθόδους που έχουν δημοσιευτεί αλλά δεν είναι ευρέως γνωστές.

4. Περιγράψτε με λεπτομέρεια νέες ή σημαντικά τροποποιημένες μεθόδους, αιτιολογήστε τη χρήση τους και αξιολογήστε τους περιορισμούς τους.
5. Περιγράψτε όλες τις ουσίες που πιθανώς χρησιμοποιήθηκαν, δοσολογία και τρόπους χορήγησης.
6. Δώστε το όνομα του εργαλείου μέτρησης, την βιβλιογραφική αναφορά, τον σκοπό χρήσης του, τις πιθανές διαστάσεις του (π.χ. υποκλίμακες σε ερωτηματολόγιο), περιγραφή της κλίμακας απαντήσεων (π.χ., 5-βάθμια κλίμακα τύπου Likert σε ερωτηματολόγιο) όπως και στοιχεία αξιοπιστίας και εγκυρότητάς τους.

Διαδικασίες

Περιγράψτε τις διαδικασίες συλλογής των δεδομένων με επαρκή λεπτομέρεια ώστε άλλοι ερευνητές να μπορούν να αναπαράγουν την έρευνα. Αναφέρετε για άδειες που χρειάστηκαν να χορηγηθούν, τόπο συλλογής δεδομένων, τρόπο συλλογής δεδομένων και λεπτομέρειες πειραματικών πρωτοκόλλων.

Ανάλυση Δεδομένων

Αναφέρετε τις ποσοτικές ή ποιοτικές ή άλλες μεθόδους που θα χρησιμοποιηθούν για την ανάλυση των δεδομένων και την εξαγωγή των συμπερασμάτων. Περιγράψτε τα βήματα που θα ακολουθηθούν στην ανάλυση των δεδομένων, τα συγκεκριμένα στατιστικά τεστ ή άλλες μεθόδους που θα χρησιμοποιήσετε (π.χ., ανάλυση/κωδικοποίηση κειμένου), τους στατιστικούς δείκτες στους οποίους θα δοθεί έμφαση για την εξαγωγή των συμπερασμάτων σχετικά με την απάντηση του ερευνητικού ερωτήματος όπως και πιθανά αριθμητικά όρια των δεικτών αυτών τα οποία οδηγούν στην απόρριψη ή αποδοχή των μηδενικών υποθέσεων που εξετάζονται από τα στατιστικά τεστ.

4. Αποτελέσματα

Ο τίτλος στην μέση της σελίδας και θα πρέπει να αναφέρονται τα παρακάτω:

- Παρουσίαση των στατιστικών αποτελεσμάτων και των δεικτών τους με πλάγια μορφή (*Italics*) και των βαθμών ελευθερίας όπως για παράδειγμα μέσα στο κείμενο αναφέρονται ως εξής: $F(3,150) = 5.75, p > .05$.
- Όταν περιλαμβάνονται πίνακες, ο τίτλος πρέπει να είναι στοιχισμένος αριστερά και τονισμένος πάνω από τον πίνακα π.χ. Πίνακας 1, και από κάτω ο τίτλος του Πίνακα με πλάγια γράμματα. Στα Παραρτήματα υπάρχει υπόδειγμα μορφής πίνακα (βλ. σελ. 29).
- Όταν υπάρχουν σχήματα να υπάρχει υπότιτλος κάτω από την εικόνα στοιχισμένος αριστερά που δηλώνει τον αριθμό του σχήματος και την επεξήγησή του π.χ. Σχήμα 1. Ποσοστά συμμετοχής των δυο φύλων στην αθλητική δραστηριότητα του jogging. Στα "Παραρτήματα" υπάρχει υπόδειγμα μορφής σχήματος (βλ. σελ. 30).
- Στα σχήματα και στους πίνακες θα πρέπει να παρουσιάζονται όχι μόνο τα στατιστικά-μέτρα - θέσεις (μέσος όρος, διάμεσος, κορυφή κλπ.) αλλά και τα μέτρα διασποράς (τυπική απόκλιση κλπ.)

5. Συζήτηση

1. Επαναλάβετε συνοπτικά το σκοπό της έρευνάς σας και περιγράψτε τα αποτελέσματά σας πάντα στο πλαίσιο της θεωρίας το οποίο περιγράφηκε στην Ανασκόπηση Βιβλιογραφίας.
2. Δομείστε την συζήτηση με τέτοιο τρόπο ώστε να εξετάζετε τις αρχικές υποθέσεις της έρευνας.
3. Η συζήτηση πρέπει να δείχνει εάν οι υποθέσεις υποστηρίχτηκαν ή απορρίφθηκαν.
4. Συγκρίνετε τα αποτελέσματά σας με αυτά άλλων ερευνών στην επιστημονική περιοχή και αναφέρετε κατά πόσο συμφωνούν ή αντικρούουν αυτά άλλων ερευνών.

5. Δώστε έμφαση στις νέες και **σημαντικές πλευρές** των ευρημάτων σας και στα σχετικά συμπεράσματα.
6. Περιγράψτε τα θεωρητικά και πρακτικά επακόλουθα της έρευνάς σας για τον αθλητισμό / φυσική αγωγή / φυσική δραστηριότητα όπως και τους περιορισμούς της έρευνας και τα επακόλουθα για σχετικές μελλοντικές έρευνες.
7. Τέλος προτείνετε πρακτικές εφαρμογές που **πηγάζουν συγκεκριμένα** από τα δικά σας ευρήματα.

6. Συμπεράσματα

Τα συμπεράσματα θα πρέπει να είναι απλά, σαφή και να δίνουν άμεση απάντηση στον στόχο και τα ερευνητικά ερωτήματα της εργασίας.

7. Βιβλιογραφία

Η βιβλιογραφία μέσα στο κείμενο

Βασικό χαρακτηριστικό της ερευνητικής συγγραφής είναι το να υποστηρίζουμε βιβλιογραφικώς τα δεδομένα τα οποία παρουσιάζουμε. Για το λόγο αυτό δεν θα πρέπει να δηλώνεται κάτι χωρίς να στηρίζεται βιβλιογραφικά.

Οι αναφορές μέσα στο κείμενο γράφονται με πρώτο το όνομα του συγγραφέα και ακολουθεί η ημερομηνία (Wann, 2004). Θα πρέπει να αναφέρονται μέσα σε παρένθεση. Αναφερθείτε στους συγγραφείς μόνο κατά επίθετο και ημερομηνία, π.χ.

η Jackson (1996) έδειξε ότι ...

ή οι Hu και Bentler (1999) ανέφεραν ότι ...

ή Πρόσφατες έρευνες (Li, 1999. Biddle, 2002) έδειξαν ότι ...

Σε αναφορές όπου συμπεριλαμβάνονται **περισσότεροι από δύο συγγραφείς, έπειτα από την πρώτη φορά που αναφέρεται η συγκεκριμένη εργασία** δεν πρέπει να αναφέρονται όλοι οι συγγραφείς στο κεί-

μενο. Έτσι την δεύτερη φορά η αναφορά θα γραφτεί ως - επίθετο πρώτου συγγραφέα ακολουθούμενο από 'et al.', εάν η αναφορά είναι Αγγλική ή 'κ.α.' εάν η αναφορά είναι Ελληνική.

Η βιβλιογραφία στο τέλος της έρευνας

Η λίστα της βιβλιογραφίας πρέπει να περιλαμβάνει κάθε συγγραφέα που αναφέρεται στο κείμενο, στη βιβλιογραφική μορφή του APA (5η έκδοση). Η σειρά παράθεσης της βιβλιογραφίας καθορίζεται αλφαβητικά με βάση το αρχικό γράμμα του επιθέτου του πρώτου συγγραφέα.

Παραδείγματα Γραφής Βιβλιογραφίας

Για άρθρο από επιστημονικό περιοδικό

Jackson, S. A., Kimiecik, J. C., Ford, S. K., & Marsh, H. W. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 20*, 358-378.

Για άρθρο από επιστημονικό περιοδικό που υπάρχει τυπωμένο αλλά το διαβάσατε από το ίντερνετ ηλεκτρονικώς

Jackson, S. A., Kimiecik, J. C., Ford, S. K., & Marsh, H. W. (1998). Psychological correlates of flow in sport [Ηλεκτρονική έκδοση]. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 20*, 358-378.

Για άρθρο από επιστημονικό περιοδικό που υπάρχει μόνο στο ίντερνετ

Fredrickson, B. L. (2000, 7 Μαρτίου). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment, 3*, Άρθρο 0001α. Ανιχνεύθηκε 20 Νοεμβρίου, 2000, από <http://journals.apa.org/prevention/volume3/pre0030001a.html>

Για βιβλίο

Vincent, W. J. (1995). *Statistics in kinesiology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Για κεφάλαιο από βιβλίο

Marsh, H. W., & Grayson, D. (1995). Latent variables models of Multitrait-Multimethod data. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 177-198). Thousand Oaks, CA: Sage.

Για διδακτορική διατριβή

Finegan, D. (1983). *Factors affecting performance*. Unpublished Doctoral Dissertation, Springfield College, MA.

Για πρακτικά συνεδρίων

Clark, K. B. (Ed.). (1995). *Proceedings of the 5th Congress on Sports Medicine*.

Champaign, IL: Sports Medicine Center, University of Illinois.

8. Παραρτήματα

1. Τα παραρτήματα πρέπει να είναι κατάλληλα, να έχουν ξεκάθαρους τίτλους και να συμπεριλαμβάνονται στον Πίνακα Περιεχομένων.
2. Στα Παραρτήματα θα πρέπει **υποχρεωτικά** να παρουσιάζονται τα **πρωτογενή ερευνητικά δεδομένα** που συλλέχθηκαν κατά την έρευνα. Σε έρευνες όπου δεν υπήρξε συλλογή δεδομένων, θα πρέπει να παρατίθενται αποδείξεις για εύρεση και χρήση των πηγών, οι οποίες αποφασίζονται από τον εκάστοτε επιβλέποντα-ουσα καθηγητή/τρια της εργασίας.

3. Στα παραρτήματα μπαίνουν τύποι ερωτηματολογίων, περιγραφές λογισμικών προγραμμάτων, οδηγίες, περιγραφές πολύπλοκων δοκιμασιών κλπ

Ορισμένες Χρήσιμες Γλωσσικές Παρατηρήσεις

Γραμματική και στυλ συγγραφής

Η συγγραφή της εργασίας πρέπει να γίνεται με επιστημονικό τρόπο και πρέπει να χρησιμοποιείται ο κατάλληλος χρόνος σε κάθε κεφάλαιο της εργασίας (βλέπε Πίνακα 1).

Πίνακας 1

Χρήση των Χρόνων σε Διάφορα Τμήματα της Εργασίας

Τμήμα εργασίας	Χρόνος που απαιτείται
Εισαγωγή	Ενεστώτας
Ανασκόπηση βιβλιογραφίας	Αόριστος
Μέθοδος	Αόριστος
Αποτελέσματα	Αόριστος
Συζήτηση	Ενεστώτας
Συμπεράσματα	Ενεστώτας

Επίσης:

1. Η κάθε παράγραφος θα πρέπει να περιλαμβάνει περισσότερο από μια πρόταση
2. Πρέπει να χρησιμοποιείται το τρίτο πρόσωπο
3. Δεν πρέπει να προσωποποιούνται τα αποτελέσματα (πχ. Τα αποτελέσματα έδειξαν) αλλά (από τα αποτελέσματα φάνηκε)
4. Ο τρόπος γραφής πρέπει να συμπεριλαμβάνει τη χρήση και των δύο φύλων (για παράδειγμα 'οι αθλητές/τριες')

Αρίθμηση Κεφαλίδων

Το κείμενο της εργασίας μπορεί να δομηθεί με έναν από τους δύο παρακάτω τρόπους:

Πρώτος τρόπος, για κείμενο με τρία επίπεδα κεφαλίδων:

Πρώτο Επίπεδο

Δεύτερο Επίπεδο

Τρίτο επίπεδο. Το κείμενο ξεκινά από το σημείο αυτό. . .

Δεύτερος τρόπος, για κείμενο με τέσσερα επίπεδα κεφαλίδων:

ΠΡΩΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

Δεύτερο Επίπεδο

Τρίτο Επίπεδο

Τέταρτο επίπεδο. Το κείμενο ξεκινά από το σημείο αυτό. . .

Όταν μέσα στο κείμενο θέλουμε να αριθμήσουμε κάτι, τότε η αρίθμηση γίνεται πρώτα με γράμματα π.χ. α), β) κλπ αν στο κάθε ένα από αυτά τα α), β) πρέπει να αριθμήσουμε πάλι το κάνουμε με 1), 2) και αν μέσα στους αριθμούς θέλουμε να αριθμήσουμε το κάνουμε με τα λατινικά i), ii).

VI. Τύπος Γραφής

Ο τύπος γραφής θα πρέπει να είναι ευανάγνωστος (Times New Roman No 12) και η αντίθεση μεταξύ εκτύπωσης και χαρτιού θα πρέπει να είναι μεγάλη ώστε να εξασφαλίζει καθαρές φωτοτυπίες. Θα πρέπει να υπάρχει ένα διάστημα μετά την τελεία στην πρόταση. Οι επιγραφές και οι υποσημειώσεις θα πρέπει να είναι Times New Roman No 10.

VII. Εξιιώσεις

Η αναγραφή των εξισώσεων πρέπει να γίνεται ψηφιακά μέσα από τον επεξεργαστή κειμένου. Σε αντίθεση περίπτωση το κείμενο θα πρέπει να είναι ευανάγνωστο.

VIII. Φωτογραφίες και Εικονογραφήσεις

Οι φωτογραφίες που χρησιμοποιούνται στις διδακτορικές διατριβές θα πρέπει να είναι επαγγελματικής ποιότητας. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε έγχρωμες φωτογραφίες όπου κρίνεται απαραίτητο. Σε περίπτωση που χρησιμοποιηθούν έγχρωμες φωτογραφίες θα πρέπει να ανατυπωθούν σε όλα τα επίσημα αντίτυπα της διατριβής. Σε κάθε περίπτωση το τελικό αποτέλεσμα θα πρέπει να είναι ευανάγνωστο.

IX. Περιθώρια

Όλες οι σελίδες της μεταπτυχιακής ή της διδακτορικής διατριβής, θα πρέπει να έχουν τα παρακάτω περιθώρια:

Αριστερά

Όλα τα περιθώρια της διατριβής, από την πρώτη μέχρι την τελευταία σελίδα, πρέπει να είναι 3.5 εκατοστά. Το περιθώριο αυτό επιτρέπει αρκετό χώρο για την βιβλιοδεσία. Τα περιθώρια δεξιά, κάτω και επάνω θα πρέπει να είναι 2.5 εκατοστά.

X. Εκτύπωση και διαμόρφωση παραγράφου

Η εκτύπωση θα πρέπει να φαίνεται από την μία πλευρά μόνο της κάθε σελίδας. Δεν επιτρέπεται η χρήση πολλοπληθών στηλών. Το διάστιχο να είναι, **ένα και μισό**, εκτός των περιπτώσεων των παραπομπών, σημειώσεων και υποτίτλων οι οποίες θα είναι σε μονό διάστημα μ' ένα κενό μεταξύ των θεμάτων. Η χρήση του ενός και μισού διαστήματος είναι ιδιαίτερα σημαντική. **Το διάστημα στην μεταπτυχιακή / διδακτορική διατριβή πρέπει να είναι ομοιόμορφο.**

Οι εσοχές των παραγράφων θα πρέπει να έχουν πέντε διαστήματα σε όλη τη διατριβή. Οι παραπομπές θα πρέπει να έχουν αποστάσεις από τα αριστερά και τα δεξιά περιθώρια τουλάχιστον τέσσερα διαστήματα. Η εσοχή της πρώτης σειράς μίας διαχωρισμένης παραγράφου πρέπει να έχει απόσταση τεσσάρων διαστημάτων.

XI. Σελιδοποίηση

- Κάθε μία σελίδα της μεταπτυχιακής / διδακτορικής διατριβής πρέπει να αντιστοιχεί σ'έναν αριθμό αν και πολλές φορές αυτός μπορεί να μην αναγράφεται. Η πρώτη σελίδα που θα φαίνεται ένας αριθμός είναι η σελίδα "ii" (η σελίδα του copyright ή η πρώτη σελίδα της περίληψης), η σελίδα τίτλου υπολογίζεται ως η σελίδα "i", αλλιώς η αρίθμηση δεν αναγράφεται.
- Οι αραβικοί αριθμοί (1, 2, 3 κ.λ.π.) χρησιμοποιούνται για την αρίθμηση των υπολοίπων σελίδων του κειμένου, εικονογραφήσεων, παραρτημάτων, σημειώσεων, καταλόγου αναφορών ή βιβλιογραφίας.
- Οι σελίδες που περιέχουν οπτικό υλικό μπορεί να έχουν και κρυφή αρίθμηση.
- Αποφύγετε αριθμούς που περιέχουν γράμματα, ενωτικές γραμμές, περιόδους, ή παρενθέσεις [για παράδειγμα 1 α, 1-2, -1, I., και (1)].
- Η τοποθέτηση όλων των αριθμών των σελίδων πρέπει να είναι σταθερή κατά μήκος όλης της διατριβής, συμπεριλαμβανομένης της εισαγωγής, του κειμένου, των παραρτημάτων και της βιβλιογραφίας.
- Οι αριθμοί σελίδων τοποθετούνται στην επάνω δεξιά γωνία της σελίδας, 3 εκατοστά (4 γραμμές) από την κορυφή και 2,5 εκατοστά από την δεξιά άκρη

XII. Υποσημειώσεις και Τελικές Σημειώσεις

Υποσημειώσεις σχετικά με την έκδοση δημοσιευμένου ή αδημοσίευτου υλικού τοποθετούνται στο κάτω μέρος της σελίδας. Οι υποσημειώσεις αυτές θα πρέπει να ξεχωρίζουν από το υπόλοιπο κείμενο με μία μονή γραμμή μήκους 2,5 εκατοστών η οποία θα αρχίζει από το αριστερό περιθώριο από την πρώτη γραμμή κάτω από το κείμενο.

Εάν οι υποσημειώσεις έχουν περισσότερες από μία γραμμές θα πρέπει να έχουν μονό διάστημα και να ακολουθούν τους κανόνες μορ-

φοποίησης της παραγράφου. Μπορείτε επίσης να συμβουλευτείτε σχετικά το εγχειρίδιο που προτείνεται στον παρόντα Οδηγό (ΑΡΑ, έκδοση 5.0). Η διαίρεση μίας υποσημείωσης επιτρέπεται, εάν είναι πολύ μεγάλη και αν δεν μπορεί να διευθετηθεί στον εναπομείναντα χώρο στο τέλος της σελίδας. Μην υποδηλώνετε την συνέχιση της υποσημείωσης με φράσεις του τύπου "Συνεχίζεται στην επόμενη σελίδα".

Η χρήση των υποσημειώσεων στο κάτω μέρος της σελίδας πρέπει να προτιμάται σε σχέση με τις "τελικές" υποσημειώσεις, όπου αυτές τοποθετούνται στο τέλος κάθε κεφαλαίου. Η αρίθμηση των υποσημειώσεων πρέπει να γίνεται με ένα σταθερό τρόπο καθ' όλη τη διάρκεια της διατριβής.

XIII. Βιβλιογραφία

Η βιβλιογραφία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της διατριβής σας. Η βιβλιογραφία περιέχει συνήθως σ' ένα κατάλογο όλες τις αναφορές που έχετε συμβουλευτεί, τοποθετημένες σε αλφαβητική σειρά ανάλογα με το όνομα του πρώτου συγγραφέα. Στο κεφάλαιο V, υπάρχουν οδηγίες και παραδείγματα για τη μορφή των βιβλιογραφικών αναφορών. Η βιβλιογραφία πρέπει να έχει ένα και μισό διάστημα χωρίς επιπλέον κενό ανάμεσα στις αναφορές. Η πρώτη γραμμή της κάθε μιας αναφοράς πρέπει να είναι ευθυγραμμισμένη με το αριστερό περιθώριο ενώ οι ακόλουθες γραμμές θα πρέπει να έχουν εσοχή πέντε διαστημάτων προς τα δεξιά.

Η επικεφαλίδα που θα αναφέρεται στο κεφάλαιο αυτό της μεταπτυχιακής / διδακτορικής διατριβής πρέπει να είναι *Βιβλιογραφία*.

XIV. Παραρτήματα

Τα παραρτήματα, εάν υπάρχουν, πρέπει να εναρμονίζονται στις ρυθμίσεις σχετικά με τα περιθώρια οι οποίες αναφέρονται στο Κεφάλαιο IX του Οδηγού αυτού. Εάν η μεταπτυχιακή/διδακτορική διατριβή

περιέχει παραρτήματα πρέπει να εφαρμοστούν ορισμένες αρχές. Τα παραρτήματα τοποθετούνται στο τέλος της διατριβής, ποτέ όμως στο τέλος του αντίστοιχου κεφαλαίου όπου αναφέρονται. Όταν υπάρχουν περισσότερα από ένα, τοποθετήστε ένα σε κάθε μια σελίδα και ένα γράμμα ως επικεφαλίδα σε κάθε παράρτημα (π.χ., ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α) καθώς και έναν περιγραφικό τίτλο. Σε κάθε παράρτημα η επικεφαλίδα και ο τίτλος πρέπει να τοποθετούνται στο κέντρο της σελίδας και θα πρέπει να αναφέρονται στον πίνακα των περιεχομένων. Το φωτοτυπημένο υλικό είναι αποδεκτό στα παραρτήματα.

Όλες οι σελίδες των παραρτημάτων θα πρέπει να είναι αριθμημένες με αραβικούς αριθμούς χρησιμοποιώντας τις οδηγίες που περιγράφονται στο κεφάλαιο των σελιδοποιήσεων αυτού του *Οδηγού*. Η μορφοποίηση της σελίδας πρέπει να ακολουθεί τις ρυθμίσεις των περιθωρίων του κυρίως κειμένου.

XV. Σελίδες Μεγαλύτερου Μεγέθους

Όταν υπάρχουν χάρτες, σχήματα και πίνακες οι οποίοι είναι μεγαλύτεροι από το συνηθισμένο μέγεθος της σελίδας των "Α4" και δεν μπορεί να μειωθεί ώστε να ταιριάζει στην σελίδα, διπλώστε προσεκτικά την σελίδα-ες έτσι ώστε να είναι σύμφωνη με τις οδηγίες σχετικά με τα περιθώρια. Μη διπλώνετε την σελίδα -ες, εκτός του προαναφερθέντος αριστερού περιθωρίου που χρειάζεται για την βιβλιοδέτηση της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής σας. Εάν επιθυμείτε την χρήση ειδικών θηκών συγκράτησης των μεγάλων χαρτών, εύκαμπτων δισκετών, μαγνητοταινιών, λινόγραφιών κ.λ.π., πρέπει να προμηθευτείτε υλικά αποδεκτά στην βιβλιοδεσία.

XVI. Σελίδα Τίτλου

Η σελίδα τίτλου της μεταπτυχιακής /διδακτορικής διατριβής σας πρέπει να παρέχει τις παρακάτω οδηγίες:

- (α) Το όνομα του Πανεπιστημίου και του Τμήματος με κεφαλαία στο κέντρο στην κορυφή της σελίδας
- (β) Τον τίτλο της διατριβής με κεφαλαία, τοποθετημένο στο κέντρο 2.5 εκατοστά κάτω από την κορυφή της σελίδας.
- (γ) Το όνομά σας με μικρά γράμματα τοποθετημένο στο κέντρο 5 εκατοστά κάτω από τον τίτλο.
- (δ) Την ακόλουθη δήλωση μέσα σε ολόκληρα περιθώρια, 2,5 εκατοστά κάτω από το όνομά σας:
 "Διδακτορική (ή Μεταπτυχιακή) Διατριβή που υποβάλλεται στο καθηγητικό σώμα του Τμήματος για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων για την απόκτηση του διδακτορικού (ή μεταπτυχιακού) τίτλου στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Σερρών του Αριστοτελείου Παν/μίου Θεσ/νίκης"
- (ε) Στο χαμηλότερο μισό της σελίδας, τοποθετήστε στο κέντρο, τις παρακάτω λέξεις:
 Σέρρες
 200_ (Η χρονολογία της σελίδας τίτλου θα πρέπει ν' αναφέρεται στο έτος αποδοχής της διατριβής)
- (στ) Στην αριστερά πλευρά, τις παρακάτω λέξεις:
- Εγκεκριμένο από: Αναφέρετε το ονοματεπώνυμο του κάθε μέλους του καθηγητικού σώματος κάτω από την γραμμή της υπογραφής του.
 - Οι υπογραφές όλων των μελών (επτά) μιας διδακτορικής επιτροπής είναι επιτρεπτή και προαιρετική. Ένα αντίγραφο της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής πρέπει να περιέχει της αυθεντικές υπογραφές, ενώ τα υπόλοιπα αντίγραφα τις φωτοτυπημένες. Τα πλέον συχνά λάθη που παρατηρούνται στην σελίδα τίτλου σχετίζονται με την δήλωση (δ), καθώς συχνά οι φοιτητές μπερδεύουν την υποκειμενική τους περιοχή με την ακαδημαϊκή μονάδα που στεγάζεται το μεταπτυχιακό πρόγραμμα. Ο βαθμός σας παραχωρείται μέσω ενός ακαδημαϊκού προγράμματος, ή Τμήματος. Δεν παρέχεται από μία υποκειμενική περιοχή.

XVII. Σελίδα πνευματικών δικαιωμάτων (Copyright) (εάν χρειάζεται)

Εάν επιθυμείτε να κατοχυρώσετε την διατριβή σας πρέπει να συμπεριλάβετε την σελίδα του copyright, μετά από την σελίδα του τίτλου, με τις ακόλουθες πληροφορίες γραμμένες στο κέντρο του κάτω μισού μέρους της σελίδας:

© Έτος
Πλήρες Νόμιμο Όνομα
ALL RIGHTS RESERVED

(Βλέπε το Κεφάλαιο III του Οδηγού αυτού για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα πνευματικά δικαιώματα (copyright) της μεταπτυχιακής / διδακτορικής διατριβής σας. Βλέπε επίσης, το αντίστοιχο υπόδειγμα στην σελίδα 21 του Οδηγού αυτού).

XVIII. Περίληψη

Κάθε αντίγραφο της μεταπτυχιακής διατριβής σας πρέπει να περιέχει μία περίληψη στα Ελληνικά και μία στα Αγγλικά οι οποίες θα ακολουθούν την σελίδα του τίτλου (και την σελίδα του copyright, εάν υπάρχει) και θα πρέπει ν' αναφέρονται στον πίνακα των περιεχομένων. Η λέξη "ΠΕΡΙΛΗΨΗ" πρέπει να τοποθετείται κεντρικά σε απόσταση πέντε εκατοστών (5) κάτω από την κορυφή της σελίδας. Από κάτω ακολουθεί το όνομά σας και ο τίτλος της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής. Μέσα σε παρενθέσεις, στο κέντρο κάτω από τον τίτλο, τυπώστε την φράση (Κάτω από την επιβλεψη του _____) και συμπεριλάβετε το όνομα του επιβλέποντος /ουσας Καθηγητή /τριας σας. Αφήστε μία γραμμή κενή και αρχίστε το κείμενο της περίληψης. Θα πρέπει να υπάρχει 1 1/2 διάστιχο, και η εκτύπωση να είναι στην μία μεριά μόνον του χαρτιού - όλο σε μία παράγραφο. Τα περιθώρια της περίληψης πρέπει να ακολουθούν τις σχετικές οδηγίες που αναφέρονται στο Κεφάλαιο IX του Οδηγού αυτού.

Η περίληψη μίας μεταπτυχιακής διατριβής δεν θα πρέπει να υπερ-

βαίνει τις 200 λέξεις, ενώ εκείνη της διδακτορικής τις 350 λέξεις. Η περίληψη της διδακτορικής διατριβής η οποία είναι πολύ μεγάλη θα πρέπει να μειωθεί για να εναρμονιστεί στο όριο των 350 λέξεων πριν την αποδοχή της διατριβής. Ο τίτλος πρέπει να υπάρχει στην αρχή της περίληψης (βλέπε το υπόδειγμα στη σελίδα 22 του Οδηγού αυτού) και να έχει την ίδια μορφή γραμμάτων μ' εκείνο της σελίδας του τίτλου. Αποφύγετε μαθηματικούς τύπους, διαγράμματα, καθώς και άλλο εικονογραφικό υλικό. Η περίληψή σας θα πρέπει να είναι η περιληπτικότερη δυνατή περιγραφή της μεταπτυχιακής / διδακτορικής διατριβής σας. Μεγάλες επεξηγήσεις και προσωπικές απόψεις θα πρέπει ν' αποφεύγονται. Οι ίδιες οδηγίες ισχύουν και για την περίληψη της διατριβής στην Αγγλική Γλώσσα που θα πρέπει να ακολουθεί, σε ξεχωριστή σελίδα.

XIX. Πίνακας Περιεχομένων

- Ο πίνακας των περιεχομένων θα πρέπει ν' ακολουθεί την περίληψη (και τον πρόλογο αν υπάρχει). Η επικεφαλίδα πρέπει να λέει ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ. Εκτυπώστε την επικεφαλίδα με κεφαλαία και τοποθετήστε την στο κέντρο πέντε εκατοστά (5) κάτω από την κορυφή της σελίδας.
- Η δομή του πίνακα περιεχομένων μπορεί να έχει την μορφή του υποδείγματος Α (π.χ. ιστορική έρευνα) ή Β (πειραματική έρευνα) ανάλογα με το είδος της έρευνας.
- Ο πίνακας των περιεχομένων πρέπει να περιέχει όλα τα τμήματα της μεταπτυχιακής/ διδακτορικής διατριβής σας, με εξαίρεση τις προκαταρκτικές σελίδες (σελίδα τίτλου, περίληψη, ευχαριστίες, σελίδα του copyright, σελίδα ευχαριστιών και την επιγραφή).
- Στον πίνακα των περιεχομένων στην επικεφαλίδα του κάθε κεφαλαίου προηγείται η λατινική αρίθμηση. Σιγουρευτείτε ότι έχετε συμπεριλάβει την Βιβλιογραφία, όλα τα Παραρτήματα καθώς και τους αριθμούς σελίδας των υποδιαρέσεων τους.

- Αν η μεταπτυχιακή /διδακτορική διατριβή σας περιέχει υπότιτλους ενός ή και περισσότερων επιπέδων, πρέπει να συμπεριληφθούν στον πίνακα των περιεχομένων.
- Ο υπότιτλος/οι πρέπει ν' αρχίζει/ουν από παράγραφο τριών έως πέντε διαστημάτων προς τα δεξιά του περιθωρίου για τους τίτλους των κεφαλαίων.
- Οι τίτλοι που αναγράφονται στον πίνακα των περιεχομένων και αναφέρονται στα επιμέρους κεφάλαια, πρέπει να αντιστοιχούν ακριβώς μ' εκείνους που υπάρχουν στο εσωτερικό της διατριβής.
- Οι αριθμοί σελίδων στον πίνακα περιεχομένων πρέπει να τοποθετούνται στο δεξιό περιθώριο, ενώ το κενό διάστημα μεταξύ του τίτλου ή του υπότιτλου και του αριθμού της σελίδας θα πρέπει να καλύπτεται με μία ευθεία γραμμή από στιγμές.
- Εάν η αναφορά στο αντίστοιχο κεφάλαιο καταλαμβάνει περισσότερες από μία σειρές, διακόψτε την στα τρία τέταρτά της και συνεχίστε από κάτω σε δεύτερη σειρά με μονό όμως διάστημα. Διπλό διάστημα πρέπει να υπάρχει μεταξύ των διαφορετικών αναφορών. Βλέπε το υπόδειγμα του Πίνακα των Περιεχομένων στις σελίδες 24 και 25 του Οδηγού αυτού.

XX. Κατάλογος Πινάκων

Αριθμήστε τους πίνακες σας με αραβικούς αριθμούς. Μπορείτε να αριθμείτε διαδοχικά τους πίνακες σε όλη την εργασία σας (για παράδειγμα Πίνακας 1, Πίνακας 2, κ.τ.λ.), ή μπορείτε να ορίσετε έναν πίνακα με δυο τμήματα ενός αραβικού αριθμού, ο πρώτος αριθμός αναφέρεται στο κεφάλαιο όπου περιλαμβάνεται ακολουθεί μία τελεία, και στη συνέχεια ένας δεύτερος αριθμός ο οποίος προσδιορίζει την διαδοχική τοποθέτησή του μέσα στο κεφάλαιο. Για παράδειγμα, ο Πίνακας 3.2. αναφέρεται στον δεύτερο πίνακα του κεφαλαίου τρία. Η επικεφαλίδα για τον κατάλογο των πινάκων θα πρέπει να βρίσκεται 2,5 εκατοστά από την κορυφή της σελίδας και να είναι τοποθετημένη στο κέντρο

και γραμμένη με κεφαλαία: ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ. Το διάστημα μεταξύ της επικεφαλίδας και της πρώτης εσοχής πρέπει να είναι διπλό.

Ο αριθμός κάθε πίνακα (αραβικός) και του τίτλου του πρέπει να τοποθετείται στο αριστερό περιθώριο και να τους χωρίζουν δύο διαστήματα. Οι αριθμοί των σελίδων (αραβικοί) είναι τοποθετημένοι ακριβώς μέσα στο δεξιό περιθώριο. Το διάστημα μεταξύ της εσοχής και του αριθμού σελίδας καλύπτεται με μία διάστικτη γραμμή. Το διάστημα μεταξύ πίνακα και του τίτλου του είναι μονό εάν όμως ο τίτλος απαιτεί περισσότερες από μία γραμμές τότε το διάστημα είναι 1.5. Ο αριθμός του πίνακα και ο τίτλος του στο κατάλογο των πινάκων θα πρέπει να ταιριάζει ακριβώς με τους αντίστοιχούς τους στο εσωτερικό της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής σας. Βλέπε το υπόδειγμα του "Καταλόγου Πινάκων" στην σελίδα 26 του Οδηγού αυτού.

XXI. Κατάλογος Σχημάτων

Η επικεφαλίδα για τον κατάλογο των σχημάτων θα πρέπει να φαίνεται 2,5 εκατοστά κάτω από την κορυφή της σελίδας, τοποθετημένη στο κέντρο και γραμμένη με κεφαλαία: ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ. Για τις εικόνες ισχύουν οι ίδιες οδηγίες με αυτές για τα σχήματα (βλέπε σελίδα 27 του Οδηγού).

XXII. Κατάλογος Συντομεύσεων

Εάν χρησιμοποιείτε πολλή συντομογραφία στη μεταπτυχιακή/διδακτορική διατριβή σας, θα πρέπει να έχετε και ένα αντίστοιχο κατάλογο με τους ακριβείς ορισμούς. Η επικεφαλίδα για το κατάλογο συντομεύσεων θα πρέπει να φαίνεται 2,5 εκατοστά κάτω από την κορυφή της σελίδας, τοποθετημένη στο κέντρο και γραμμένη με κεφαλαία:

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΕΩΝ.

Βλέπε το υπόδειγμα του Καταλόγου Συντομεύσεων στην σελίδα 28 του Οδηγού αυτού.

XXIII. Κατάλογος Συμβόλων

Εάν χρησιμοποιείτε σύμβολα στην μεταπτυχιακή/διδακτορική διατριβή σας, μπορείτε να τα συνδυάσετε με τις συντομεύσεις, βάζοντας ως τίτλο ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΕΩΝ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΛΩΝ.

Η επικεφαλίδα για το κατάλογο των συμβόλων θα πρέπει να γράφεται 2,5 εκατοστά κάτω από την κορυφή της σελίδας, τοποθετημένη στο κέντρο και γραμμένη με κεφαλαία:

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΜΒΟΛΩΝ. Το διάστημα μεταξύ κάθε αρχής είναι μονό, ενώ μεταξύ των αρχών είναι διπλό.

Παράρτημα Α

Οδηγίες συγγραφής επιστολής για την παροχή άδειας χρήσης κατοχυρωμένου υλικού

1. Αναζητήστε τον νόμιμο κάτοχο των πνευματικών δικαιωμάτων (copyright).
2. Αναφέρετε: Τα πλήρη στοιχεία της πηγής από την οποία θελίτε να χρησιμοποιήσετε υλικό όπως επίσης και συγκεκριμένα μέρη τα οποία θέλίτε να αναπαράγετε.
3. Αναφέρετε εάν θα τα τροποποιήσετε όπως επίσης και σε ποια γλώσσα.
4. Αναφέρετε το σκοπό της χρήσης του υλικού.
5. Προσέξτε να κάνετε σαφές το όλο εύρος των αναγκών σας.
6. Κρατήστε στοιχεία αποδεικτικά των ενεργειών σας για την απόκτηση άδειας.
7. Το υπόδειγμα της φόρμας υπογραφής στο τέλος του υποδείγματος επιστολής είναι απαραίτητο όταν ένας ιδιώτης παρέχει την άδεια.
8. Όταν η άδεια παρέχεται από μία εταιρία, πολλές φορές η εταιρία σας παρέχει έτοιμη φόρμα. Εάν όχι τότε χρησιμοποιήστε την παρακάτω φόρμα αίτησης.

ΠΑΡΟΧΗ ΑΔΕΙΑΣ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΩΤΕΡΩ ΑΙΤΗΣΗ:

[Εκτυπώστε το όνομα της εταιρίας]

Από: _____

Τίτλος: _____

Ημερομηνία: _____

Παράρτημα Β

Υπόδειγμα επιστολής για απόκτηση άδειας

[Διεύθυνση για απαντητική επιστολή]

[Ημερομηνία]

[Όνομα και διεύθυνση παραλήπτη]

Αγαπητέ _____:

(Παράδειγμα αρχής της πρότασης:) Ολοκληρώνω μία διδακτορική (μεταπτυχιακή) διατριβή στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο της Θεσσαλονίκης με τίτλο "_____".

Θα ήθελα την άδεια σας για την επανεκτύπωση αποσπασμάτων από τα ακόλουθα τμήματα του έργου σας, στην διατριβή μου: [Εισαγάγετε πλήρη αναφορά της αρχικής εργασίας]

Τα αποσπάσματα που είναι για να επανεκτυπωθούν είναι: [Εισάγετε λεπτομερείς εξηγήσεις ή επισυνάψτε ένα αντίγραφο]. Η αίτηση για άδεια επεκτείνεται και για όλες τις μελλοντικές επανεκδόσεις της διδακτορικής διατριβής μου, συμπεριλαμβανομένων και των μη - αποκλειστικών παγκόσμιων δικαιωμάτων σε άλλες γλώσσες και τα δικαιώματα αυτά με κανέναν τρόπο δεν περιορίζουν την επανέκδοση του υλικού σ' άλλη φόρμα από εσάς ή κάποιους άλλους που έχουν εξουσιοδοτηθεί από εσάς. Η υπογραφή σας στην παρούσα επιστολή θα επιβεβαιώσει επίσης ότι κατέχετε [ή η εταιρία σας κατέχει] το copyright του υλικού που περιγράφεται παραπάνω. Εάν οι διευθετήσεις αυτές εγκρίνονται από εσάς, παρακαλώ υπογράψτε την παρούσα επιστολή στο σημείο που υποδεικνύεται παρακάτω και επιστρέψτε το σε μένα στην εσώκλειστη απαντητική επιστολή.

Σας ευχαριστώ πολύ.

Με Τιμή - ή Εκτίμηση

[Το όνομα σας και υπογραφή σας]

ΠΑΡΟΧΗ ΑΔΕΙΑΣ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΩΤΕΡΩ ΑΙΤΗΣΗ:

[Εκτυπώστε το όνομα και τη διεύθυνση του παραλήπτη κάτω από την γραμμή της υπογραφής]

Ημερομηνία: _____

Υπόδειγμα Σελίδας Τίτλου: Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΕΡΡΩΝ

ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΑΚΡΙΒΕΙΑΣ ΤΟΥ ΣΟΥΤ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

του
Γεωργίου Κωστόπουλου

Διδακτορική [ή Μεταπτυχιακή] διατριβή που υποβάλλεται
στο καθηγητικό σώμα για τη μερική εκπλήρωση των υποχρεώσεων για την απόκτηση
του διδακτορικού [ή μεταπτυχιακού] τίτλου του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού Σερρών του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

2005
Σέρρες

Εγκεκριμένο από το Καθηγητικό σώμα:

Επιβλέπων Καθηγητής: (Όνοματεπώνυμο)

Μέλος: (Όνοματεπώνυμο)

Μέλος: (Όνοματεπώνυμο)

➤ **Υπόδειγμα της Σελίδας των πνευματικών δικαιωμάτων (Copyright)**

© 2005
Γεωργίου Κωστόπουλου
ALL RIGHTS RESERVED

➤ **Υπόδειγμα Περίληψης: Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή**

ΠΕΡΙΛΗΨΗ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ:
Καθοριστικοί παράγοντες της ακρίβειας του σουτ στο ποδόσφαιρο
(Υπό την επίβλεψη του Αναπλ. Καθηγητή κ. Γεωργιάδη Δημήτρη)

Η περίληψη της διδακτορικής διατριβής δεν πρέπει να είναι μεγαλύτερη από 350 λέξεις, ενώ για την μεταπτυχιακή διατριβή μεγαλύτερη από 200 λέξεις. Η περίληψη πρέπει να είναι γραμμένη σε 1½ διάστιχο. Στο τέλος αναγράφονται έως 5 λέξεις-κλειδιά

Λέξεις κλειδιά: ποδόσφαιρο, σουτ, ακρίβεια

➤ **Υπόδειγμα Περίληψης στην Αγγλική Γλώσσα:
Διδακτορική ή Μεταπτυχιακή Διατριβή**

ABSTRACT

Georgios Kostopoulos: Determinants of shooting accuracy in soccer
(Under the supervision of Associate Professor Georgiadis Dimitrios)

[Η περίληψη της διδακτορικής διατριβής δεν πρέπει να είναι μεγαλύτερη από 350 λέξεις, ενώ για την μεταπτυχιακή διατριβή μεγαλύτερη από 200 λέξεις. Η περίληψη πρέπει να είναι γραμμένη σε 1½ διάστιχο. Στο τέλος αναγράφονται οι λέξεις-κλειδιά (Key-Words)]

Key words: soccer, shooting, accuracy

➤ **Υπόδειγμα Πίνακα Περιεχομένων Α**

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Σελίδα	
ΠΕΡΙΛΗΨΗ	i
ABSTRACT	ii
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	iii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ	v
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΕΩΝ	xi

Κεφάλαιο

I.	1
1.1.	2
1.1.1.	7
1.1.2.	12
1.2.	15
1.2.1.	19
1.2.2.	25
1.3.2.	

II.

2.1	
2.1.1	
2.1.2	
2.2	

IV. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	
V. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	

Υπόδειγμα Πίνακα Περιεχομένων Β

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ	
Σελίδα	
ΠΕΡΙΛΗΨΗ	i
ABSTRACT	ii
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	v
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ	vii
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ	ix
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΕΩΝ	xii
Κεφάλαιο	
I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ	1
Έκθεση του προβλήματος	10
II. ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ	11
.....	56
.....	120
III. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	121
Δείγμα	142
Εργαλεία Μέτρησης.....	143
Διαδικασίες.....	144
Ανάλυση δεδομένων	146
IV. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	147
Αποτελέσματα της εφαρμογής του πρωτοκόλλου Α.....	195
Αποτελέσματα της εφαρμογής του πρωτοκόλλου Β.....	205
.....	
V. ΣΥΖΗΤΗΣΗ	250
VI. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	270
VII. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	290
VIII. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	320

Υπόδειγμα Καταλόγου Πινάκων

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ	
Πίνακας 1.	
Συσχετίσεις των μεταβλητών Α και Β	111
Πίνακας 2.	
Ανάλυση της συνδιακύμανσης των μεταβλητών Α και Β	114
Πίνακας 3.	
Ανάλυση της συνδιακύμανσης των μεταβλητών Γ και Δ	118
Πίνακας 4.	
Επιβεβαιωτική παραγοντική ανάλυση των μεταβλητών Α έως Δ.....	129

➤ Υπόδειγμα Καταλόγου Σχημάτων

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ

Σχήμα 1. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των ομάδων στην εξαρτημένη μεταβλητή.....	123
Σχήμα 2. Κατηγοριοποίηση των αθλητών με βάση την μέθοδο..Α	125
Σχήμα 3.	126

➤ Υπόδειγμα Καταλόγου Συντομεύσεων

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΥΝΤΟΜΕΥΣΕΩΝ

M.O.	[επεξηγήσεις]
T. Σ.	[Τυπικό σφάλμα]

Υπόδειγμα Μορφής Πίνακα

Πίνακας 1.3

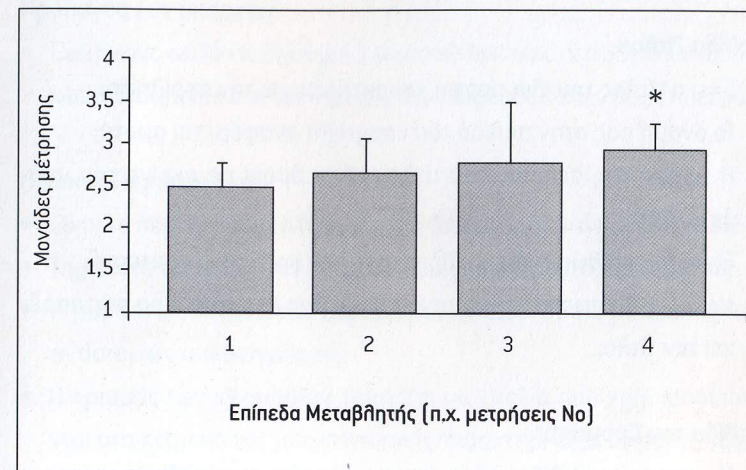
Παράδειγμα Παρουσίασης του Πίνακα

Εξαρτημένες
μεταβλητές

	Ομάδα ελέγχου		Πειραματική ομάδα 1		Πειραματική ομάδα 2	
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
Μεταβλητή Α	2.10	0.45	3.22 ^a	0.23	3.25	0.67
Μεταβλητή Β	3.33	0.45	2.31	1.09	3.35	0.99
Μεταβλητή Γ	2.34	1.21	2.16 ^a	0.55	3.59	0.56

Σημείωση. N = 110, * $p < .05$, ^aΜέσος όρος διαφέρει στατιστικώς σημαντικά από Πειραματική Ομάδα 2.

Υπόδειγμα Μορφής Σχήματος



Σχήμα 1.

Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των ομάδων στην εξαρτημένη μεταβλητή.

Ένα τυπικό παράδειγμα ενός γραφήματος με μπάρες (bar graph with error bars). Το ύψος κάθε μπάρας καθορίζεται από τον μέσο όρο, ενώ η κάθετη γραμμή στη μέση κάθε μπάρας δείχνει την τυπική απόκλιση. Ο αστερίσκος στην μπάρα Νο 4 δείχνει στατιστικά σημαντική διαφορά αυτής της τιμής σε σχέση με τις υπόλοιπες. Φροντίστε στη λεζάντα κάθε γραφήματος να επεξηγήσετε όλες τις συντημήσεις που υπάρχουν στο διάγραμμα. Αυτό γίνεται συνήθως μέσα σε μια παρένθεση π.χ. [* = στατιστικώς σημαντικά στο επίπεδο $p < .05$]. Για περισσότερες πληροφορίες για τη δημιουργία γραφημάτων error bars αλλιά και άλλων γραφημάτων, απευθυνθείτε στα βιβλία του MS OFFICE.

Κατάλογος Ελέγχου

Σελίδα Τίτλου

- Έχει ο τίτλος την ίδια μορφή χαρακτήρων με την περίληψη;
- Το όνομά σας στην σελίδα του copyright αναφέρεται σωστά;
- Η μορφή της σελίδας του τίτλου είναι όμοια με εκείνη του υποδείγματος;
- Είναι το περιθώριο της σελίδας από την κορυφή 5 εκατοστά;
- Αναφέρεται σωστά το Τμήμα και ο κύκλος σπουδών που σας παρέχει τον τίτλο;

Σελίδα του Copyright

- Η μορφή της σελίδας είναι όμοια με εκείνη του υποδείγματος;
- Έχει τοποθετηθεί η σελίδα αυτή αμέσως μετά την σελίδα του τίτλου;

Περίληψη

- Ο τίτλος της είναι γραμμένος με την ίδια μορφή γραμμάτων με την σελίδα του τίτλου;
- Είναι το περιθώριο της σελίδας 5 εκατοστά από την κορυφή;
- Ταιριάζει η μορφή της περίληψης με το αντίστοιχο υπόδειγμα;
- Είναι η περίληψή σας μεγαλύτερη από 200 λέξεις (μεταπτυχιακή διατριβή) ή από 350 λέξεις (διδακτορική διατριβή);
- Έχει τοποθετηθεί η σελίδα αυτή αμέσως μετά την σελίδα του copyright ή μετά την σελίδα τίτλου εάν δεν επιθυμείτε να κατοχυρώσετε την μεταπτυχιακή σας διατριβή;

- Ακολουθεί η περίληψη στην αγγλική γλώσσα σε ξεχωριστή σελίδα;

Πρόλογος (αν υπάρχει)

- Έχει η κάθε σελίδα το λιγότερο 3 εκατοστά αριστερό περιθώριο και τουλάχιστον 5 εκατοστά από την κορυφή, το κάτω μέρος και την δεξιά πλευρά;

Πίνακας Περιεχομένων

- Είναι το περιθώριο από την κορυφή 5 εκατοστά στην πρώτη σελίδα;
- Τηρήσατε τα περιθώρια σελίδων που αναγράφονται στον οδηγό;
- Η μορφή του πίνακα των περιεχομένων είναι όμοια με εκείνη των αντίστοιχων υποδειγμάτων;
- Ο ορισμός των κεφαλαίων ταιριάζει με εκείνα που χρησιμοποιούνται στο κείμενο της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής σας;
- Έχει κάθε αρχή μονό διάστημα και 1^{1/2} μεταξύ των αρχών;
- Είναι οι αριθμοί των σελίδων οι σωστοί;
- Έχετε χρησιμοποιήσει μία διάστικτη γραμμή για να γεμίσετε το κενό μεταξύ κάθε αρχής και του αντίστοιχου αριθμού σελίδας;
- Τοποθετήσατε τον “Πίνακα Περιεχομένων” μετά την “Περίληψη” (ή μετά τον “Πρόλογο”, εάν υπάρχει);

Κατάλογος Πινάκων, Εικονογραφήσεων, Συντομεύσεων και Συμβόλων

- Η μορφή του καταλόγου των πινάκων, σχημάτων, συντομεύσεων και συμβόλων ταιριάζει με τα αντίστοιχα υποδείγματα;
- Έχει η κάθε σελίδα 3.5 εκατοστά αριστερό περιθώριο και 2,5 εκατοστά κάτω, επάνω και δεξί περιθώριο;
- Έχει ο κάθε κατάλογος μια επικεφαλίδα με κεφαλαία (π.χ. ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ);

- Είναι σωστή η αρίθμηση στους καταλόγους πινάκων κ.τ.λ., ένας δεδομένος τίτλος και μια διαδοχική αρίθμηση;
- Υπάρχει στην κάθε αρχή κάθε καταλόγου μονό διάστιχο μεταξύ των σειρών του ίδιου τίτλου, και $1\frac{1}{2}$ μεταξύ των αρχών;
- Έχει χρησιμοποιηθεί μια διάστικτη γραμμή για να γεμίσει το κενό μεταξύ κάθε αρχής και του αντίστοιχου αριθμού σελίδας; Είναι ο κατάλογος των συντομεύσεων σε αλφαβητική σειρά;
- Έχουν τοποθετηθεί οι σελίδες αυτές αμέσως μετά των πίνακα των περιεχομένων;

Κεφάλαια

- Αρχίζει η πρώτη σελίδα μόνο κάθε κεφαλαίου 5 εκατοστά από την κορυφή της σελίδας;
- Έχει η κάθε σελίδα 3.5 εκατοστά αριστερό περιθώριο και 2.5 εκατοστά περιθώριο από κάτω, την κορυφή και την δεξιά πλευρά;
- Έχουν όλα τα κεφάλαια την ίδια μορφή γραφής και μία κάθετη στήλη στο κείμενο;
- Υπάρχει $1\frac{1}{2}$ διάστιχο εκτός των περιπτώσεων των υποσημειώσεων και επεξηγήσεων;
- Διαχωρίζονται οι παράγραφοι με ομοίμορφο τρόπο σε όλο το κείμενο;
- Έχετε αριθμήσει τις υποσημειώσεις (ή τις τελικές σημειώσεις) σε κάθε κεφάλαιο χωριστά ή σ' όλο το κείμενο ακολουθώντας ενιαίο τρόπο γραφής και αρίθμησης;
- Είναι οι αριθμοί σημειώσεων στην σωστή τους μορφή;
- Οι συντομεύσεις σας είναι οι ίδιες που χρησιμοποιούνται στην βιβλιογραφία;

- Υπάρχει μονό διάστημα στην κάθε σημείωση και διπλό διάστημα μεταξύ των σημειώσεων;
- Υπάρχει αρίθμηση στις εισαγωγικές σελίδες με μικρούς λατινικούς αριθμούς;
- Υπάρχει αρίθμηση στις υπόλοιπες σελίδες του κειμένου με Αραβικούς αριθμούς χωρίς πρόσθετη κεφαλαιοποίηση;
- Οι αριθμοί όλων των σελίδων είναι τοποθετημένοι στο ίδιο σημείο της σελίδας; Έχετε αφήσει δίχως αριθμό την σελίδα τίτλου, τις σελίδες οπτικού υλικού, και την πρώτη σελίδα του κάθε κεφαλαίου (παρόλο που υπολογίζονται στην συνολική αρίθμηση).

Βιβλιογραφία

- Έχει η κάθε σελίδα 3.5 εκατοστά αριστερό περιθώριο και 2.5 εκατοστά περιθώριο από κάτω, την κορυφή και την δεξιά πλευρά;
- Είναι όλες οι αναφορές τοποθετημένες σε αλφαβητική σειρά; Έχουν όλες οι αρχές $1\frac{1}{2}$ διάστημα μεταξύ τους;
- Είναι οι συντομεύσεις σε συμφωνία μ' εκείνες που χρησιμοποιούνται στις υποσημειώσεις (ή τις τελικές σημειώσεις);

Παραρτήματα

- Έχει η κάθε σελίδα 3.5 εκατοστά αριστερό περιθώριο και 2.5 εκατοστά περιθώριο από κάτω, την κορυφή και την δεξιά πλευρά;
- Έχετε βάλει σε κάθε παράρτημα έναν αριθμό και ένα τίτλο;
- Έχετε τοποθετήσει όλα τα παραρτήματα μετά την τελευταία σελίδα πριν από την βιβλιογραφία;

Αντίγραφα

- Έχετε αντίγραφο της μεταπτυχιακής/διδακτορικής διατριβής σας σε λευκό χαρτί illustration;
- Θυμηθήκατε να έχετε επιπλέον αντίγραφα της περίληψης και ένα της σελίδας τίτλου;
- Μεταπτυχιακή διατριβή: ένα επιπλέον αντίγραφο της σελίδας τίτλου. Διδακτορική διατριβή: ένα επιπλέον αντίγραφο της περίληψης και δύο της σελίδας τίτλου.
- Έχετε ελέγξει κάθε αντίγραφο για να σιγουρευτείτε ότι οι σελίδες είναι αριθμημένες σωστά και με την σωστή σειρά;
- Είναι η κάθε σελίδα καθαρή και ευανάγνωστη; Είναι καμία σελίδα τσαλακωμένη;
- Λείπει καμία σελίδα;
- Είναι οι σελίδες μεγάλου μεγέθους διπλωμένες έτσι ώστε με τα 3.5 εκατοστά του αριστερού περιθωρίου, να δένεται η διατριβή ανεμπόδιστα;