



Οδηγίες προς τους Συγγραφείς

Το ηλεκτρονικό περιοδικό Άθληση & Κοινωνία απευθύνεται σε όλους όσους ασχολούνται άμεσα ή έμμεσα με τη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό. Δημοσιεύει πρωτότυπες δημοσιεύτες ερευνητικές εργασίες ή τεκμηριωμένες ανασκοπήσεις που καλύπτουν γνωστικά αντικείμενα από όλο το φάσμα της φυσικής αγωγής, της άσκησης και της αθλητικής επιστήμης. Οι εργασίες αυτές υποβάλλονται σε σχολαστική διαδικασία κρίσης.

Τυπική διαδικασία

Το περιοδικό Άθληση & Κοινωνία, εκτός από εργασίες στα ελληνικά με περίληψη και στα αγγλικά, δημοσιεύει εργασίες και στα αγγλικά, με αντίστοιχη περίληψη στα ελληνικά. Οι εργασίες θα πρέπει να έχουν μέγιστη έκταση έως 6000 λέξεις (μαζί με τους πίνακες, σχήματα ή εικόνες και την ενότητα Βιβλιογραφία), να είναι γραμμένες σύμφωνα με τις αρχές του περιοδικού σε σελίδα Α4 (21 x 29 cm), σε 1,15 διάστιχο, με περιθώρια 2,54 εκ επάνω-κάτω και 2 εκ δεξιά-αριστερά, τύπο γραμμάτων 12, γραμματοσειρά Times New Roman, πλήρη στοίχιση και σύμφωνα με τις αρχές της γραμματικής και του συντακτικού.

Οι συγγραφείς παρακαλούνται να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες του περιοδικού και αν υπάρχουν αμφιβολίες για τη σωστή διατύπωση στο κείμενό τους, να καταφεύγουν σε φιλολογική επιμέλεια πριν υποβάλουν τις εργασίες τους για δημοσίευση. Ιδιαίτερη προσοχή ως προς τη γλώσσα και την έκφραση απαιτείται και για την περίληψη στα αγγλικά. Η υποβολή των εργασιών πρέπει να γίνεται σε ηλεκτρονική μορφή στην ιστοσελίδα του περιοδικού με τη χρήση του διαμορφωμένου προτύπου (template).

Στη συνέχεια, οι εργασίες ελέγχονται από δύο ή περισσότερους κριτές και η αποδοχή τους βασίζεται στη σπουδαιότητα, πρωτοτυπία, αξιοπιστία και εγκυρότητα του υλικού που παρουσιάζουν. Όταν κρίνεται αναγκαίο, οι εργασίες που εγκρίνονται, επιστρέφονται με το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στους συγγραφείς για διορθώσεις. Στην περίπτωση αυτή η εργασία διορθώνεται ανάλογα από τον συγγραφέα και αποστέλλεται για δεύτερη φορά (στην ίδια ηλεκτρονική διεύθυνση) μαζί με νέα επιστολή προς τον Εκδότη η οποία και τον ενημερώνει λεπτομερώς σχετικά με τις ενέργειες του συγγραφέα για καθένα από τα σχόλια των κριτών, ξεχωριστά.

Διαμόρφωση κειμένου

Γραμματοσειρά

- ✓ Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιηθεί η γραμματοσειρά Times New Roman.
- ✓ Ο τίτλος πρέπει να γραφεί στο πάνω μέρος με τονισμένα γράμματα και μέγεθος γραμματοσειράς 14.
- ✓ Η πιστή μεταφορά ενός κειμένου και οι υποσημειώσεις πρέπει να έχουν μέγεθος γραμματοσειράς 10.



- ✓ Η περίληψη, το παράρτημα και το κύριο σώμα του κειμένου πρέπει να έχουν μέγεθος γραμματοσειράς 11.

Παράγραφοι / αποστάσεις μεταξύ των γραμμών

- ✓ Η πρώτη σειρά όλων των παραγράφων πρέπει να έχει την εσοχή μεγέθους ενός διαστήματος (tab=0,5 εκ) από το αριστερό περιθώριο.
- ✓ Το κύριο κείμενο πρέπει να έχει πλήρη στοίχιση.
- ✓ Στο κύριο κείμενο το διάστιχο μεταξύ των σειρών πρέπει να είναι 1.15.
- ✓ Αφήστε μια σειρά κενή πριν από ένα τίτλο υποκεφαλαίου και όχι μετά.
- ✓ Μην αφήνετε σειρά κενή μεταξύ παραγράφων.

Αρίθμηση σελίδων

- ✓ Οι αριθμοί των σελίδων πρέπει να βρίσκονται κάτω και δεξιά σε κάθε σελίδα.
- ✓ Κάθε σελίδα πρέπει να αριθμείται σε συνεχόμενη σειρά. Αυτό περιλαμβάνει το κείμενο, τις βιβλιογραφικές αναφορές και το παράρτημα.

Αποσπάσματα –αυτούσια χωρία κειμένου

1. Σε περιπτώσεις αποσπασμάτων και αυτούσιων χωρίων, είναι απαραίτητο να αναφέρονται το όνομα του συγγραφέα, το έτος δημοσίευσης και οι συγκεκριμένες σελίδες του κειμένου που χρησιμοποιούνται.
2. Τα σύντομα αποσπάσματα (λιγότερες από 40 λέξεις) πρέπει να ενσωματώνονται στο κείμενο και να περικλείονται με εισαγωγικά.
3. Σε αποσπάσματα με λιγότερες από 40 λέξεις η τελεία μπαίνει μετά την αρίθμηση της σελίδας (δείτε το Παράδειγμα 1).

Παράδειγμα 1:

Οι Mc Ardle and Katch (2000) πιστεύουν ότι η παραγωγή γαλακτικού οξέος “με την άνοδο σε υψόμετρο και σε ένα συγκεκριμένο υπομέγιστο φορτίο άσκησης αυξάνει, σε σύγκριση με το επίπεδο της θάλασσας” (p.605).

4. Μεγαλύτερα αποσπάσματα (με περισσότερες από 40 λέξεις) θα πρέπει να εμφανίζονται ως ενιαίο σώμα, εκτός παραγράφου, χωρίς εισαγωγικά.
5. Τα αποσπάσματα θα πρέπει να ξεκινούν σε καινούρια γραμμή που θα βρίσκεται ένα διάστημα πιο μέσα από το αριστερό περιθώριο μεγέθους 0,5 εκ.
6. Όλες οι επόμενες σειρές πρέπει να ευθυγραμμίζονται με την αρχή της πρώτης.
7. Το μέγεθος της γραμματοσειράς είναι 10 με μονό διάστιχο.
8. Στο τέλος αφήνετε μια γραμμή κενή.
9. Σε αυτού του τύπου τα αποσπάσματα η τελεία μπαίνει μετά το τέλος του χωρίου και πριν τον αριθμό της σελίδας (δες παράδειγμα 2).

Παράδειγμα 2:

Οι Mc Ardle and Katch (2000) πιστεύουν ότι:



Με την άνοδο σε υψόμετρο, η παραγωγή γαλακτικού οξέος σε ένα συγκεκριμένο υπομέγιστο φορτίο άσκησης αυξάνει, σε σύγκριση με το επίπεδο της θάλασσας. Είναι πιθανό αυτό να είναι αποτέλεσμα της υποξίας λόγω του ύψους, με την επιπλέον εξάρτηση από την αερόβια γλυκόλυση. Έκπληξη προκαλεί το γεγονός ότι η παραγωγή γαλακτικού οξέος στην ίδια άσκηση (και στην μέγιστη άσκηση) μετά από εγκλιματισμό είναι μικρότερη, παρά την αποτυχία και της $\dot{V}O_{2max}$ και της τοπικής αιματικής ροής να αυξηθούν. (p.605)

Δομή Εργασίας

Σελίδες τίτλου-περίληψης. Η πρώτη σελίδα περιλαμβάνει τον πλήρη τίτλο της εργασίας, το όνομα ή τα ονόματα των συγγραφέων, το όνομα ή τα ονόματα του πανεπιστημίου ή του ιδρύματος στο οποίο ανήκουν οι συγγραφείς και την περίληψη με τις λέξεις κλειδιά στην Ελληνική γλώσσα. Στο υποσέλιδο, αναγράφεται η διεύθυνση αλληλογραφίας δηλ. το όνομα του 1^{ου} συγγραφέα, το όνομα του ιδρύματος στο οποίο ανήκει, το όνομα του πανεπιστημίου, η διεύθυνση και το e-mail του συγγραφέα για επικοινωνία. Στην τελευταία σελίδα γράφεται ότι και στην πρώτη αλλά στην αγγλική γλώσσα.

Ο τίτλος επιτρέπει στον αναγνώστη ενός επιστημονικού άρθρου να αποφασίσει αν θέλει να το διαβάσει ή να το χρησιμοποιήσει ως αναφορά στη δική του εργασία. Γι' αυτό θα πρέπει να είναι απόλυτα σαφής και περιεκτικός δηλ. να αποτελεί μια πάρα πολύ σύντομη 'περίληψη' της εργασίας, να πληροφορεί σχετικά με τις προς έρευνα μεταβλητές, τις σχέσεις μεταξύ τους και τον πληθυσμό από τον οποίο προέρχονται οι συμμετέχοντες.

Η περίληψη αποτελεί μια σύντομη σύνοψη της εργασίας, έχει μέγιστη έκταση 200 λέξεις και περιέχει πολύ συνοπτικά: το πρόβλημα, το σκοπό, τα σημαντικότερα χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων στην έρευνα, τα όργανα/εργαλεία αξιολόγησης, πολύ συνοπτικά τον ερευνητικό σχεδιασμό, τη στατιστική μέθοδο που χρησιμοποιήθηκε για την ανάλυση των δεδομένων, τα αποτελέσματα, τα συμπεράσματα που εξήχθησαν και την πρακτική εφαρμογή τους. Στο τέλος της περίληψης αναφέρονται λέξεις κλειδιά (μέχρι πέντε) που δεν αναφέρονται στον τίτλο.

Εισαγωγή

Η εισαγωγή αρχίζει με κάποιες γενικές έννοιες που βασίζονται σε θεωρίες και συνεχίζεται με πιο συγκεκριμένες έννοιες, οι οποίες έχουν πλέον σχέση με την έρευνα που παρουσιάζεται. Γίνεται συνοπτική ενημέρωση του αναγνώστη για τις έρευνες που έχουν γίνει στο παρελθόν, παραθέτοντας τα συμπεράσματα στα οποία κατέληξαν οι προηγούμενοι ερευνητές. Παρατίθενται επίσης τυχόν διαφωνίες μεταξύ των ερευνητών σχετικά με το θέμα. Συνήθως, στις αναφορές άλλων ερευνών εντοπίζονται μεταβλητές η σχέση των οποίων δεν έχει ελεγχθεί. Σε αυτό ακριβώς το στοιχείο στηρίζεται η διατύπωση του προβλήματος της προς δημοσίευση έρευνας. Η διατύπωση αυτή πρέπει να είναι σύντομη, αλλά σαφής ώστε να διευκολύνει τον καθορισμό του σκοπού της έρευνας, ο οποίος ακολουθεί την ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας.

Ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας σημαίνει λεπτομερή έρευνα στα επιστημονικά βιβλία και κυρίως στα ανάλογα, με την προς έρευνα περιοχή, επιστημονικά περιοδικά για να εντοπιστούν παρόμοιες έρευνες. Επιστημονικά περιοδικά θεωρούνται μόνον εκείνα που έχουν μια επιτροπή ειδικών επιστημόνων (reviewers), η οποία αξιολογεί το επιστημονικό ειδικό βάρος κάθε εργασίας πριν αυτή κριθεί αποδεκτή για δημοσίευση.



Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας καταλήγει στη διατύπωση του σκοπού, ή των σκοπών, της έρευνας, στον οποίο πρέπει να καθορίζονται τόσο οι ανεξάρτητες όσο και η εξαρτημένη ή οι εξαρτημένες μεταβλητές. Ακολουθούν οι ερευνητικές υποθέσεις, οι οποίες είναι εικασίες αναφορικά με τη σχέση μεταξύ δύο ή περισσότερων μεταβλητών. Ο έλεγχος των υποθέσεων αυτών έγκειται στην υιοθέτηση ή την απόρριψη -με κάποιο βαθμό σιγουριάς- των ερμηνειών που δίνονται για τη σχέση αυτή.

Μέθοδος

Η μέθοδος περιέχει τις πληροφορίες που χρειάζεται ο αναγνώστης για να κατανοήσει πώς έγινε η έρευνα και να μπορεί να επαναλάβει τη διαδικασία της συλλογής των δεδομένων, εάν το επιθυμεί. Περιλαμβάνει δε τις παρακάτω ενότητες: α) τους συμμετέχοντες, β) τα όργανα μέτρησης (μηχανήματα/όργανα, ερωτηματολόγια, τεστ), γ) τη διαδικασία (μέτρησης/συλλογής και καταγραφής των δεδομένων, η οποία εξαρτάται από το σχεδιασμό της έρευνας), δ) το σχεδιασμό και ε) τη στατιστική ανάλυση.

Συμμετέχοντες

Επειδή το μέγεθος του δείγματος είναι ένα από τα πιο σημαντικά στοιχεία που καθορίζει την ισχύ της έρευνας, πρέπει να αναφέρεται όχι μόνο ο ακριβής αριθμός των ατόμων που πήραν τελικά μέρος στην έρευνα, αλλά και ο αριθμός με τον οποίο οι συγγραφείς είχαν έρθει αρχικά σε επαφή. Αν κάποιοι συμμετέχοντες δεν ολοκλήρωσαν τα τεστ ή το πρόγραμμα στο οποίο συμμετείχαν, πρέπει να αναφερθεί ο αριθμός τους, όπως και οι λόγοι για τους οποίους δεν συνέχισαν να συμμετέχουν.

Επίσης, περιγράφεται ο τρόπος επιλογής του δείγματος και δεν αναφέρεται απλά ότι “το δείγμα επιλέχθηκε με τυχαία δειγματοληψία”, όπως και το σκεπτικό της προτίμησής του. Είναι απαραίτητο να αναφέρονται εκείνα τα χαρακτηριστικά των εξεταζόμενων που σχετίζονται με τις μεταβλητές της έρευνας. Ακόμη, επειδή τα κίνητρα για τη συμμετοχή τους στην έρευνα είναι ένα σημαντικό στοιχείο που επηρεάζει την απόδοσή τους, πρέπει να αναφέρεται αν ήταν εθελοντές ή τους δόθηκε κάποια αποζημίωση οποιασδήποτε μορφής. Ορισμένα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος είναι απαραίτητο να αναφερθούν, ανάλογα πάντοτε με το σκοπό της έρευνας. Σε αυτά περιλαμβάνονται το φύλο, η φυλή, η ηλικία ή η ηλικιακή κατηγορία, η εθνικότητα, ο τόπος κατοικίας, το επίπεδο μόρφωσης, το επάγγελμα και το εισόδημα. Αν κάποιο δημογραφικό στοιχείο αποτελεί μία από τις πειραματικές μεταβλητές, η περιγραφή του είναι πιο λεπτομερής.

Όργανα μέτρησης

Εδώ περιγράφονται τα μέσα που χρησιμοποιήθηκαν για τη συλλογή των δεδομένων. Αν πρόκειται για γραπτά τεστ αναφέρεται ο συντελεστής εγκυρότητας, αξιοπιστίας και αντικειμενικότητάς τους, συνοδευόμενα από αναφορές των ερευνητών που τα χρησιμοποίησαν, όπως και ο εκδοτικός οίκος από τον οποίο μπορούν να παραγγελθούν. Η ίδια περιγραφή χρειάζεται αν τα τεστ που χρησιμοποιήθηκαν μετρούν φυσικές ικανότητες (π.χ. ταχύτητα, δύναμη κλπ). Αν πρόκειται για μηχανήματα, περιγράφονται λεπτομερώς (ονομασία, τύπος, μοντέλο, οίκος κατασκευής κλπ), ενώ παρατίθεται φωτογραφία τους αν πρόκειται για ιδιοκατασκευή. Αν πρόκειται για μηχανήματα που έχουν χρησιμοποιηθεί προηγουμένως από πολλούς ερευνητές, περιγράφονται σύντομα και γίνεται αναφορά στους προηγούμενους χρήστες τους. Αν το μέσο συλλογής δεδομένων είναι το ερωτηματολόγιο, αναφέρεται ο αριθμός των ερωτήσεων, τα επιμέρους τμήματά του, ο τύπος των ερωτήσεων (κλειστές-ανοικτές) και ο τρόπος με τον οποίο απαντούν οι συμμετέχοντες. Ακόμη, αναφέρεται ο συντελεστής



εσωτερικής σταθερότητας α (Cronbach α) που υπολογίζεται με την ανάλυση των δεδομένων της έρευνας, ή που αναφέρεται από προηγούμενους ερευνητές που το χρησιμοποίησαν.

Διαδικασία

Εδώ περιγράφεται πώς ήρθαν στον τόπο μέτρησης οι συμμετέχοντες, τι προκαταρκτικές οδηγίες τους δόθηκαν, αν έγινε επίδειξη των μηχανημάτων ή των τεστ, αν υπήρξαν δοκιμαστικές προσπάθειες σε κάποιο μηχανήμα ή τεστ, αν χρειάστηκε προθέρμανση (όπως γίνεται στα κινητικά τεστ) κ.λ.π. Ακόμη, περιγράφεται ο τρόπος της τυχαίας κατανομής τους σε ομάδες, ή -αν αυτή δεν έγινε με τυχαίο τρόπο- άλλο ανάλογο κριτήριο κατανομής. Κατόπιν, αναφέρεται η σειρά των τεστ ή των προσπαθειών, καθώς και ο τρόπος εκτέλεσης στα κινητικά τεστ. Τέλος, περιγράφεται η διαδικασία συλλογής των δεδομένων για τα τεστ που είναι κοινά για όλους τους συμμετέχοντες και στη συνέχεια η διαδικασία εκείνων που διαφοροποιούνται στις διάφορες πειραματικές ομάδες.

Σχεδιασμός

Εδώ αναφέρεται η μορφή του σχεδιασμού της έρευνας, ανάλογα με τις ερευνητικές υποθέσεις, π.χ. παραγοντικός σχεδιασμός $2 \times 3 \times 2$ με το τελευταίο παράγοντα να επαναλαμβάνεται.

Στατιστική ανάλυση

Αναφέρονται όλες οι στατιστικές αναλύσεις που έγιναν και οι λόγοι που τις επέβαλαν (π.χ. χρήση μη παραμετρικών μεθόδων λόγω μη ομαλής κατανομής των δεδομένων).

Αποτελέσματα

Εδώ αναφέρεται τι βρέθηκε στην έρευνα και δίνονται σαφή αποδεικτικά στοιχεία για την υιοθέτηση ή την απόρριψη των ερευνητικών υποθέσεων που διατυπώθηκαν στην αρχή της έρευνας. Ακολουθείται η ίδια σειρά με εκείνη της στατιστικής ανάλυσης, πρώτα δηλαδή γράφονται τα στοιχεία της περιγραφικής στατιστικής (μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις), και στη συνέχεια τα αποτελέσματα από τις μεθόδους της επαγωγικής στατιστικής, διευκρινίζοντας το επίπεδο σημαντικότητας. Για κάθε διαδικασία που έγινε χρησιμοποιώντας μεθόδους επαγωγικής στατιστικής πρέπει να αναφέρεται αν υιοθετήθηκε η μηδενική υπόθεση ή η εναλλακτική της.

Για κάθε στατιστικό δείκτη (r , t , ή F , M , SD) πρέπει να ακολουθούνται οι συντομογραφίες που αναφέρονται στο APA (6^η έκδοση). Επίσης, πρέπει να αναφέρεται η τιμή που βρέθηκε, οι βαθμοί ελευθερίας σε παρένθεση (df), και το μέγεθος της σημαντικότητας (p). Αν χρησιμοποιήθηκαν post hoc αναλύσεις, θα πρέπει να αναφέρεται πρώτα το είδος της ανάλυσης (π.χ. Tukey test, Scheffe test κλπ.) και κατόπιν να παρατίθενται τα αποτελέσματά της.

Οι μέσες τιμές και οι τυπικές αποκλίσεις για όλες τις εξαρτημένες μεταβλητές κάτω από όλες τις πειραματικές συνθήκες θα πρέπει να παρουσιάζονται αν είναι δυνατόν με ένα πίνακα, ώστε να είναι εύκολη η σύγκριση με αντίστοιχα αποτελέσματα άλλων ερευνών.

Οι πίνακες αναφέρονται στο κείμενο και το συμπληρώνουν, και τοποθετούνται από το συγγραφέα μέσα στο κείμενο με ένα σύντομο τίτλο στο πάνω μέρος τους. Τα διάφορα σχήματα, όπως πολύγωνα συχνότητας, ιστογράμματα, στικτοδιαγράμματα “πίτες”, κλπ. που χρησιμοποιούνται για να δείξουν συσχετίσεις μεταξύ μεταβλητών, καθώς και συγκρίσεις μεταξύ διαφόρων κατανομών, τοποθετούνται



επίσης μέσα στο κείμενο και ένα σύντομο τίτλο στο κάτω μέρος τους. Απαγορεύεται η παρουσίαση πινάκων ή σχεδιαγραμμάτων άλλων συγγραφέων χωρίς έγγραφη άδεια, αντίγραφο της οποίας κατατίθεται στο περιοδικό.

Συζήτηση

Στο τμήμα αυτό αξιολογούνται, ερμηνεύονται τα αποτελέσματα, και εξάγονται συμπεράσματα. Επιχειρείται η σύγκριση της παρούσας έρευνας με άλλες παραπλήσιες έρευνες, η διαπίστωση πιθανών ομοιοτήτων και διαφορών τους. Επίσης, καταγράφονται πλεονεκτήματα και ανεπάρκειες της παρούσας έρευνας και τα ερωτήματα που ανακύπτουν από αυτήν. Αναφέρονται επίσης οι περιορισμοί και οι αδυναμίες της έρευνας και γίνονται υποθέσεις για το ποια θα ήταν τα αποτελέσματα με διαφορετικές μεθόδους και συνθήκες. Ακόμη, αναφέρονται όλα τα μεθοδολογικά προβλήματα που ενδεχόμενα προέκυψαν κατά τη διάρκεια της έρευνας.

Συμπεράσματα

Μετά τη συζήτηση αναφέρονται συνοπτικά τα συμπεράσματα που έχουν εξαχθεί στο τμήμα της συζήτησης. Η αναφορά αυτή γίνεται με τηλεγραφικό τρόπο, χωρίς δηλαδή συμπληρωματικά σχόλια για κάθε ένα από τα συμπεράσματα που εξήχθησαν. Συνήθως γίνεται μια υπόμνηση αναφορικά με τους περιορισμούς της έρευνας, ώστε να μη γίνει γενίκευση των συμπερασμάτων χωρίς να ληφθούν υπόψη αυτοί οι περιορισμοί από τους μελλοντικούς ερευνητές.

Στη συνέχεια, διατυπώνονται προτάσεις για μελλοντικές έρευνες, που σκοπό έχουν να διαφωτίσουν τα σημεία εκείνα που δεν κατέστη δυνατόν να εξεταστούν λεπτομερειακά στην έρευνα που παρουσιάζεται. Συνήθως, οι προτάσεις αυτές αφορούν στη μελέτη μεταβλητών που δεν συμπεριλήφθηκαν στην έρευνα ως ανεξάρτητες μεταβλητές.

Βιβλιογραφία

Η βιβλιογραφία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της εργασίας σας. Η βιβλιογραφία περιέχει συνήθως σ' ένα κατάλογο όλες τις αναφορές που έχετε συμβουλευτεί, τοποθετημένες σε αλφαβητική σειρά ανάλογα με το επώνυμο του πρώτου συγγραφέα. Γενικότερα οι ελληνικές και ξένες βιβλιογραφικές αναφορές θα πρέπει να παρατίθενται κατ' αλφαβητική σειρά μαζί, χωρίς να διαχωρίζονται. Η βιβλιογραφία πρέπει να είναι γραμμένη σε 1.5 διάστημα, με μία γραμμή απόσταση ανάμεσα σε κάθε νέα αναφορά. 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.

Τρόπος γραφής βιβλιογραφικών αναφορών μέσα στο κείμενο

Οι συγγραφείς αναφέρονται με το όνομα τους και το έτος έκδοσης του άρθρου είτε μέσα στο κείμενο ή στο τέλος της πρότασης μέσα σε παρένθεση π.χ. (Schmidt, 1982). Όταν γίνεται αναφορά σε ομάδα συγγραφέων – περισσότερα από δύο άτομα αλλά λιγότερα από έξι – γράφονται τα επίθετα όλων των συγγραφέων την πρώτη φορά της αναφοράς τους, ενώ όλες τις επόμενες φορές που γίνεται αναφορά σε αυτούς, γράφεται το επίθετο μόνο του πρώτου εξ αυτών και στη συνέχεια η λατινική φράση et al.

Παράδειγμα: (Schmidt et al., 1982)



Στην περίπτωση που η αναφορά περιλαμβάνει έξι ή περισσότερους συγγραφείς, ακόμη και την πρώτη φορά γράφεται το επίθετο του πρώτου στη σειρά συγγραφέα και η φράση et al.

Στην περίπτωση που η αναφορά είναι το υποκείμενο μιας πρότασης και οι συγγραφείς είναι περισσότεροι από δύο και έχουν αναφερθεί ήδη προηγούμενα, γράφεται το επίθετο του πρώτου συγγραφέα και ακολουθεί η φράση «και συν.» που είναι η ελληνική απόδοση του όρου et al.

Παράδειγμα: «Οι Schmidt και συν. (1986) τόνισαν...».

Όταν περισσότεροι από ένας συγγραφείς αναφέρονται μέσα στο κείμενο τότε γράφονται με αλφαβητική σειρά. Αν υπάρχουν περισσότερες από μια αναφορές διαχωρίζονται με το σύμβολο του ελληνικού ερωτηματικού";" π.χ. (Almond & Harris, 2002; Schmidt, 1989; Tayler, 1988).

Πίνακας 1. Βασικοί τρόποι αναφορών μέσα στο κείμενο

Είδος αναφοράς	Πρώτη αναφορά μέσα στο κείμενο (ως υποκείμενο)	Ακόλουθες αναφορές μέσα στο κείμενο (ως υποκείμενο)	Παρενθετική αναφορά, πρώτη αναφορά (στο τέλος της πρότασης)	Παρενθετική αναφορά, (στο τέλος της πρότασης), ακόλουθες αναφορές)
Μια εργασία από ένα συγγραφέα	Walker (2007)	Walker (2007)	(Walker, 2007)	(Walker, 2007)
Μια εργασία από δύο συγγραφείς	Walker και Alien (2004)	Walker και Alien (2004)	(Walker & Alien, 2004)	(Walker & Alien, 2004)
Μια εργασία από τρεις συγγραφείς	Bradley, Ramirez, και Soo (1999)	Bradley και συν. (1999)	(Bradley, Ramirez, & Soo, 1999)	(Bradley et al., 1999)
Μια εργασία από τέσσερις συγγραφείς	Bradley, Ramirez, Soo, και Walsh (2006)	Bradley και συν. (2006)	(Bradley, Ramirez, Soo, & Walsh, 2006)	(Bradley et al., 2006)
Μια εργασία από πέντε συγγραφείς	Walker, Alien, Bradley, Ramirez, και Soo (2008)	Walker και συν. (2008)	(Walker, Alien, Bradley, Ramirez, & Soo, 2008)	(Walker et al., 2008)



Μια εργασία από έξι ή περισσότερους συγγραφείς	Wasserstein και συν.(2005)	Wasserstein και συν. (2005)	(Wasserstein et al., 2005)	(Wasserstein et al., 2005)
Ομάδες ερευνητών, εταιρείες οργανισμοί ως συγγραφείς (εύκολα αναγνωρίσιμοι από συντομογραφίες)	National Institute of Mental Health (NIMH,2003)	NIMH (2003)	(National Institute of Mental Health [NIMH], 2003)	(NIMH, 2003)
Ομάδες ερευνητών συγγραφέων (χωρίς συντομογραφία)	University of Pittsburgh (2005)	University of Pittsburgh (2005)	(University of Pittsburg, 2005)	(University of Pittsburg, 2005)

Τρόπος γραφής της βιβλιογραφίας στο τέλος του άρθρου

Μόνο οι βιβλιογραφικές αναφορές που υπάρχουν στο κείμενο αναφέρονται στην βιβλιογραφία, με αλφαβητική σειρά και μετά χρονολογική με πρώτη την πιο πρόσφατη. Ο τίτλος "Βιβλιογραφία" γράφεται στην άκρη της σελίδας με πεζά γράμματα και οι βιβλιογραφικές αναφορές γράφονται κατά αλφαβητική σειρά επωνύμου των συγγραφέων. Σε περίπτωση που σε κάποιον συγγραφέα ανήκουν περισσότερες από μία αναφορές γράφονται κατά χρονολογική σειρά με την πιο πρόσφατη πρώτη. Γενικότερα οι ελληνικές και ξένες βιβλιογραφικές αναφορές θα πρέπει να παρατίθενται κατ' αλφαβητική σειρά μαζί χωρίς να διαχωρίζονται. Όταν ένας συγγραφέας αναφέρεται δυο φορές, την μια που είναι μόνος του μπαίνει πρώτη και δεύτερη αυτή που είναι με άλλους συγγραφείς. Όταν έχουν το ίδιο επίθετο, η σειρά καθορίζεται αλφαβητικά από το μικρό όνομα των συγγραφέων.

Παραδείγματα γραφής βιβλιογραφίας

Για άρθρο

Γράφονται κατά σειρά: Επίθετο, Αρχικό ονόματος. (Έτος σε παρένθεση). Τίτλος άρθρου.

Τίτλος περιοδικού με πλάγια γράμματα, τόμος με πλάγια γράμματα, (τεύχος σε παρένθεση), σελίδες πρώτη και τελευταία.

Παραδείγματα:

Fishbein, E. & Proctor, G. (1995). The relation of mental abilities with basketball performance. *Psychological Reports*, 23(3), 1-9.

Astrand, P. (1992). Why exercise? *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 24, 153-162.



Άρθρο περιοδικού, 3-6 συγγραφείς

Saywitz, K. J., Mannarino, A. P., Berliner, L., & Cohen, J. A. (2000). Treatment for sexually abused children and adolescents. *American Psychologist*, 55, 1040-1049.

Άρθρο περιοδικού, περισσότεροι από 6 συγγραφείς

Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I.N., Tein, J., Coatsworth, D., Lengua, L., et al. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child programs for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 843-856.

Άρθρο περιοδικού με DOI:

VanNess, V. (2009). Understanding the Vikings. *Journal of Norwegian History*, 24, 223-227. doi: xxxx

Άρθρο εφημερίδας, χωρίς συγγραφέα

New drug appears to sharply cut risk of death from heart failure. (1993, July 15). *The Washington Post*, p. A12.

Άρθρο εφημερίδας (μη συνεχόμενες σελίδες)

Schwartz, J. (1993, September 30). Obesity affects economic, social status. *The Washington Post*, pp. A1, A4.

Για βιβλίο

Γράφονται κατά σειρά: Επίθετο, Αρχικό ονόματος. (Έτος σε παρένθεση). Τίτλος βιβλίου με πλάγια γράμματα. Τόπος: εκδοτικός οίκος.

Παραδείγματα:

Schmidt, R. (1995). *Motor learning and performance*. Cham paign, IL: McGraw Hill.

Αυθίνος, Γ. (1998). *Άσκηση-άθληση κινητική αναψυχή οργανωτική διάσταση*. Αθήνα: Πατάκης.

Επιμέλεια βιβλίου

Gibbs, J. T., & Huang, L. N. (Eds.). (1991). *Children of color: Psychological interventions with minority youth*. San Francisco: Jossey-Bass.

Βιβλίο, ομάδα συγγραφέων (κρατική υπηρεσία)

Australian Bureau of Statistics. (1991). *Estimated resident population by age and sex, in statistical local areas, New South Wales, June 1990* (No. 3209.1). Canberra, Australian Capital Territory: Author.

Ηλεκτρονικό βιβλίο με DOI

Author, A.A. (year of publication). *Title of work*. doi: xxxxx

Rios, C.L. (2007). *Writing without fear*. doi: xxxx

Για κεφάλαιο από βιβλίο



Γράφονται κατά σειρά: Επίθετο, Αρχικό ονόματος.(Ετος σε παρένθεση). Τίτλος κεφαλαίου. Στο (σε περίπτωση ξενόγλωσσης αναφοράς: in) Αρχικό ονόματος.

Επίθετο, Τίτλος βιβλίου με πλάγια γράμματα (σελ. ή pp. σε περίπτωση ξενόγλωσσης αναφοράς και ακολουθεί η πρώτη και τελευταία σελίδα) Τόπος: Εκδοτικός οίκος.

Παραδείγματα:

Dishman, K. (1990). Determinants of participation in physical activity. In C. Bouchard, R. Shephard, T. Stephens, R. Sutton & B. McPherson. (Eds.), *Exercise fitness and health: A consensus of current knowledge* (pp. 75-10). London: Human Kinetics.

Carnahan, H., Vandervoort, A.A. & Swanson, L.R. (1993). The influence of aging on motor skill learning. In G. E. Stelmach & V. Homberg (Eds.), *Sensorimotor impairment in the elderly* (pp. 41-56). Netherlands: Kluwer Academic Publishers.

Μη Αγγλικό βιβλίο

Piaget, J., & Inhelder, B. (1951). *La genèse de l' idée de hasard chez l'enfant* [The origin of the idea of chance in the child]. Paris: Presses Universitaires de France.

Βιβλίο με Αγγλική μετάφραση

Laplace, P. S. (1951). *A philosophical essay on probabilities* (F. W. Truscott & F. L. Emory, Trans.). New York: Dover. (Original work published 1814)

Για διδακτορική διατριβή

Γράφονται κατά σειρά: Επίθετο, Αρχικό ονόματος. (Ετος σε παρένθεση). Τίτλος διατριβής με πλάγια γράμματα. Α δημοσίευτη Διδακτορική Διατριβή, Πανεπιστήμιο. Τόπος, Χώρα.

Παράδειγμα:

Watkins, M. (1986). *The influence of involvement and information search on consumer's choice of Recreation activities*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Oregon. Eugene, Oregon, USA.

Ανέκδοτη Μεταπτυχιακή Διατριβή

Almeida, D. M. (1990). *Fathers' participation in family work: Consequences for fathers' stress and father-child relations*. Unpublished master's thesis, University of Victoria, Victoria, British Columbia, Canada.

Για πρακτικά συνεδρίων της αλλοδαπής και ημεδαπής

Γράφονται κατά σειρά: Επίθετο, Αρχικό ονόματος. (Ετος). Τίτλος παρουσίασης. Πρακτικά τίτλος συνεδρίου με πλάγια γράμματα. Τόπος: Φορέας διοργάνωσης.

Παραδείγματα:

Clark, K. (1995). Assessing activity in joint replacement patients. *Proceedings of the 5th Congress in Sport Medicine*. London: University of London.



Παπαδόπουλος, Μ. (2003). Αξιολόγηση ταχυδυναμικών ικανοτήτων εκτινόντων μυών των κάτω άκρων σε αθλητές στίβου. *Πρακτικά 2ου Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής*. Αθήνα: ΤΕΦΑΑ, Πανεπιστήμιο Αθηνών. 15

Διαδικτυακό περιοδικό

Γράφονται κατά σειρά : Επίθετο, αρχικό ονόματος (έτος). Τίτλος άρθρου. *Τίτλος περιοδικού. Τόμος με πλάγια γράμματα*, (τεύχος σε παρένθεση), σελίδες πρώτη και τελευταία, Ανακτήθηκε (ακολουθεί η ημερομηνία) μήνας, ημέρα, έτος, από (ακολουθεί η ιστοσελίδα)
Author, A. A., Author, B. B., & Author, C. C. (2000). Title of article. *Title of Periodical*, xx, xxxxxx. Retrieved month day, year, from source.

VandenBos, G., Knapp, S., & Doe, J. (2001). Role of reference elements in the selection of resources by psychology undergraduates. *Journal of Bibliographic Research*, 5, 17-123. Retrieved October 13, 2001, from <http://journals.apa.org/prvention/volume3/pre0030001a.html>

Διαδικτυακά δημοσιευμένη εργασία

Γράφονται κατά σειρά : Επίθετο, αρχικό ονόματος (έτος). *Τίτλος εργασίας*. Ανακτήθηκε (ακολουθεί η ημερομηνία) μήνας, ημέρα, έτος, από (ακολουθεί η ιστοσελίδα)

Author, A. A. (2000). *Title of work*. Retrieved month day, year, from source

Hermann, W.A. (1989). *Teaching Writing with Peer Response Group: Encouraging Revision ERIC Digest*. Retrieved February 10, 2001, from http://www.ed.gov/databases/ERIC_Digest/ed307616.html

Ηλεκτρονικό αντίγραφο από άρθρο περιοδικού, ανακτημένο από βάση δεδομένων

Γράφονται κατά σειρά : Επίθετο, αρχικό ονόματος (έτος). Τίτλος άρθρου. *Τίτλος περιοδικού. Τόμος με πλάγια γράμματα*, (τεύχος σε παρένθεση), σελίδες πρώτη και τελευταία, Ανακτήθηκε (ακολουθεί η ημερομηνία) μήνας, ημέρα, έτος, από (ακολουθεί η βάση δεδομένων)

Borman, W. C., Hanson, M. A., Oppler, S. H., Pulakos, E. D., & White, L. A. (1993). Role of early supervisory experience in supervisor performance. *Journal of Applied Psychology*, 78(2), 443-449. Retrieved October 23, 2000, from PsycARTICLES database.

Οδηγίες ανασκόπησης

Η μελέτη ανασκόπησης πρέπει να καταλήγει σε κάποιο αξιόπιστο συμπέρασμα -αναφορικά με το θέμα το οποίο πραγματεύονται οι εργασίες που παρουσιάζονται - στο οποίο έχει καταλήξει ο ερευνητής που κάνει τη μελέτη ανασκόπησης. Το συμπέρασμα αυτό πρέπει να είναι προϊόν διεξοδικής μελέτης των αποτελεσμάτων των εργασιών που παρουσιάζονται, λαμβάνοντας υπ' όψη τις ιδιαίτερες συνθήκες κάτω από τις οποίες αυτές διεξήχθησαν. Μόνο τότε ο ερευνητής μπορεί να αποφανθεί αν σε ένα συγκεκριμένο θέμα υπάρχει ταυτότητα απόψεων μεταξύ των ερευνητών, οπότε το θέμα θεωρείται ότι έχει εξαντληθεί, ή αντίθετα υπάρχει διχογνωμία, οπότε προσφέρεται για περαιτέρω διερεύνηση.



Στη μελέτη ανασκόπησης, οι εργασίες που θα αναλυθούν επιλέγονται με το παρακάτω κριτήριο: σωστοί σχεδιασμοί που διαθέτουν μεγαλύτερα δείγματα, σωστότερες τυχαίες δειγματοληψίες από τον πληθυσμό, σωστότερες τυχαίες κατανομές σε πειραματικές και ομάδες ελέγχου, διπλή τυφλή διαδικασία και χαμηλότερα ποσοστά πειραματικής θνησιμότητας. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται σε ομάδες, οι οποίες σχηματίζονται με βάση τις ομοιότητες ή τις διαφορές που παρουσιάζουν στα αποτελέσματα.

Ακολουθεί η ανάλυση της κάθε εργασίας. Ανάλυση σημαίνει αξιολόγηση των αποτελεσμάτων με βάση τις πληροφορίες που παρέχει ο συγγραφέας, όσον αφορά στη μεθοδολογία που ακολουθήθηκε. Τέτοιες πληροφορίες περιλαμβάνουν το μέγεθος του δείγματος, τον τρόπο επιλογής του, τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των ατόμων του δείγματος, την εποχή που έγινε η έρευνα, τη χώρα στην οποία έγινε, τη διάρκεια παρέμβασης, το είδος των τεστ που χρησιμοποιήθηκαν, το πρωτόκολλο των τεστ, και γενικά κάθε πληροφορία η οποία μπορεί να επηρεάζει τα αποτελέσματα. Στη μελέτη ανασκόπησης δεν υπολογίζεται το μέγεθος της επίδρασης, ούτε χρησιμοποιείται κανενός είδους στατιστική ανάλυση. Περιλαμβάνει επίσης Περίληψη (από την οποία, απουσιάζουν όπως και στο πλήρες κείμενο, η Μεθοδολογία και τα Αποτελέσματα).

Εργασίες που δεν ακολουθούν τις παραπάνω οδηγίες επιστρέφονται αμέσως για διόρθωση, χωρίς να δοθούν σε κριτές, και υποβάλλονται ξανά.

Αυτή η ενέργεια εντάσσεται στην προσπάθεια διατήρησης του επιστημονικού τρόπου γραφής των εργασιών και στη συντόμευση τόσο της διαδικασίας αξιολόγησης όσο και της δημοσίευσης των εργασιών.

Για τον τρόπο γραφής της βιβλιογραφίας στις ιστορικές εργασίες ενημερωθείτε από την ιστοσελίδα: όπου είναι αναρτημένες οι [οδηγίες της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Ιστορικών Φυσικής Αγωγής \(CESH\)](#).

