



## Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα "Άσκηση και Ποιότητα Ζωής"

Κομοτηνή 1/11/2011

Αγαπητοί Μεταπτυχιακοί Φοιτητές /τριες,

Εκ μέρους και των δύο Πανεπιστημιακών Τμημάτων που διοργανώνουν το Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα "Άσκηση και Ποιότητα Ζωής", θα ήθελα να σε συγχαρώμε για την επιτυχία σας. Όπως ήδη γνωρίζετε η πρώτη επίσημη συνάντησή σας με τους διδάσκοντες θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 11 Δεκεμβρίου 2011, με σκοπό την έναρξη της διδασκαλίας των μαθημάτων "κορμού", αλλά και την ενημέρωσή σας σχετικά με το Πρόγραμμα.

Κατά την διάρκεια της ημέρας αυτής (11/12/2011) θα ενημερωθείτε σχετικά με τη φοίτησή σας στο πρόγραμμα και τους τρόπους διεξαγωγής των μαθημάτων κατά τα επόμενα εξάμηνα φοίτησης.

Είναι επίσης γνωστό, ότι τα μαθήματα «κορμού», τα οποία ήδη επιλέξατε, θα πραγματοποιηθούν κατά τη διάρκεια του πρώτου εξαμήνου και μάλιστα με τη μέθοδο των «εντατικών» μαθημάτων στην Κομοτηνή, ενώ παράλληλα θα ακούσετε τους όρους «εξ αποστάσεως εκπαίδευση», «σύγχρονα και ασύγχρονα μαθήματα» που όπως γνωρίζετε, ήδη τους χρησιμοποιούμε.

Η εντατική μέθοδος διδασκαλίας, όπως ήδη φαίνεται από το πρόγραμμα αλλά και από την ονομασία της, πραγματοποιείται εντός συμπυκνωμένου διδακτικού χρονικού διαστήματος. Για να είναι όμως αποτελεσματική απαιτείται ο φοιτητής(-τρια) να έρχεται στη διάλεξη προετοιμασμένος(-η). Γίνεται εύκολα αντιληπτό, ότι λόγω του περιορισμού του χρονικού διαστήματος, η προσφερόμενη στις διαλέξεις γνώση μπορεί να αφομοιωθεί μόνο όταν είναι ήδη σ' ένα μεγάλο ποσοστό γνωστή, και μόνο επιμέρους διευκρινήσεις και απορίες μπορεί κάποιος να ξεκαθαρίσει κατά την διάρκεια του "εντατικού" μαθήματος.

Για τον λόγο αυτό θα μπορέσετε να λάβετε μέσω της εκπαιδευτικής πλατφόρμας "eclass" αρκετές μέρες νωρίτερα τη διδακτέα ύλη των μαθημάτων "κορμού" που επιλέξατε. **(Θα σας σταλούν αναλυτικές οδηγίες πρόσβασης στην ταχυδρομική διεύθυνση αλληλογραφίας που καταθέσατε με την εγγραφή σας).**

Η εγγραφή στην πλατφόρμα «eclass» πρέπει να πραγματοποιηθεί εντός του Νοεμβρίου 2011 και αφού λάβετε τα σχετικά στοιχεία με επιστολή, έτσι ώστε αμέσως μετά, μέσω της πλατφόρμας αυτής, να λάβετε το εκπαιδευτικό υλικό για κάθε μάθημα. Με το που θα ολοκληρωθεί η διαδικασία εγγραφής όλων των φοιτητών που δήλωσαν το αντίστοιχο μάθημα, δηλαδή τέλος Νοεμβρίου 2011, οι διδάσκοντες θα αναρτήσουν το σχετικό υλικό το οποίο με επόμενη είσοδό σας στην πλατφόρμα «eclass» θα μπορέσετε να λάβετε – «κατεβάσετε».

Κάθε μάθημα έχει την ίδια δομή και υποστηρίζεται από αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό. Πρώτα υπάρχει ένα αρχείο (περίγραμμα μαθήματος) σχετικά με το περιεχόμενο των διαλέξεων, από το οποίο θα αποκτήσετε μια γενική εικόνα για το μάθημα.

Κατόπιν υπάρχουν αναλυτικά οι διαλέξεις σε μορφή φακέλων. Στο φάκελο κάθε διάλεξης υπάρχουν οι διαφάνειες που θα χρησιμοποιηθούν στο μάθημα ή στο εργαστήριο και πρόσθετα αρχεία υποστηρικτικής θεωρίας (σχετική βιβλιογραφία) που ο διδάσκων παρέχει ως βοήθημα στην κατανόηση του υλικού των διαλέξεων έτσι ώστε να αποκτήσετε ολοκληρωμένη εικόνα για το θεωρητικό αντικείμενο της. Πρόσθετα μπορείτε να βρείτε και άλλες υποστηρικτικές πληροφορίες όπως προτεινόμενη βιβλιογραφία και προτεινόμενη ερευνητική θεματολογία κ.ά.

Ο (η) φοιτητής (-τρια) θα πρέπει να έρχεται προετοιμασμένος (-η) σε κάθε συνάντηση, έχοντας μελετήσει το περιεχόμενο των μαθημάτων των αντίστοιχων διαλέξεων, που θα παρακολουθήσει.

Έτσι για να έρθετε προετοιμασμένοι για την πρώτη συνάντησή μας-μάθημά μας, τη Δευτέρα 12 Δεκεμβρίου 2011, θα πρέπει να έχετε μελετήσει τις πρώτες έξι διαλέξεις, όσες δηλαδή θα διδαχθείτε την πρώτη εβδομάδα (12-17/12/2011). Για τη δεύτερη συνάντησή μας, που θα πραγματοποιηθεί το τριήμερο 13-14-15 Ιανουαρίου 2012, θα πρέπει να έχετε μελετήσει τις αντίστοιχες διαλέξεις που θα διδαχθούν σ' αυτό το χρονικό διάστημα. Το ίδιο και για την τελευταία συνάντησή μας, στις 3-4-5 Φεβρουαρίου 2012.

Εκτός από τις πληροφορίες που θα πάρετε σχετικά με την ταυτότητα του μαθήματος και των διαλέξεων, την κύρια γνώση θα την αντλήσετε από τις διαφάνειες και την υποχρεωτική βιβλιογραφία. Το ένα συνεπικουρεί το άλλο. Η συνεχής ταυτοποίηση του περιεχομένου της θεωρίας με τις διαφάνειες, θα σας βοηθήσει στην κατανόηση του μαθήματος και θα σας προετοιμάσει για να το παρακολουθήσετε. Μην ξεχνάτε να παρακολουθείτε την ιστοσελίδα του μεταπτυχιακού μας προγράμματος, όπου θα υπάρχουν χρήσιμες πληροφορίες.

Σας εύχομαι μία δημιουργική ακαδημαϊκή χρονιά και καλή αντάμωση στην Κομοτηνή.

Με εκτίμηση

Η Διευθύντρια του Προγράμματος

Μαρία Μιχαλοπούλου,  
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ