



ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Άσκηση και Ποιότητα Ζωής»

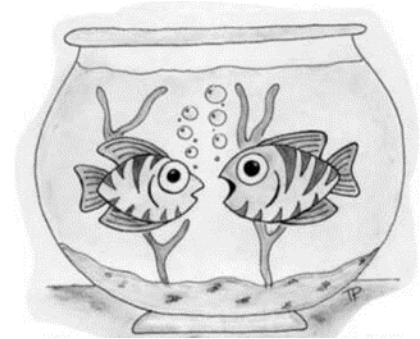


Οδηγίες προς ναυτιλλομένους φοιτητές...

Κομοτηνή, Δεκέμβριος 2016



...για να μην πελαγοδρομούν
στα "βαθιά" νερά...
του μεταπτυχιακού προγράμματος...



από Ε. Κιουμουρτζόγλου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΝΕΟΕΙΣΕΡΧΟΜΕΝΟΥΣ ΦΟΙΤΗΤΕΣ 5

1. Δεξιότητα χρήσης υπολογιστή 5
2. Τι είναι σύγχρονη και τί ασύγχρονη
εκπαίδευση..... 5
3. Τα μαθήματα κορμού και κατεύθυνσης και
η αντιμετώπιση τους..... 5
- Το πρόγραμμα από πλευράς μαθημάτων
χωρίζεται σε δύο ενότητες:..... 5
- α) τα μαθήματα κορμού. Κάθε φοιτητής 6
4. Τρόπος γραφής και παρουσίασης
εργασιών 6
5. Συνέπεια στην επιστροφή εργασιών 7
6. Συνέπεια στο διάβασμα των επόμενων
διαλέξεων 7
7. Επικοινωνία με τους διδάσκοντες και τον
υπεύθυνο καθηγητή / σύμβουλο 8
8. Πρόγραμμα Erasmus Plus 8

ΣΥΝΗΘΗ ΛΑΘΗ & ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΜΟΙ ΠΡΩΤΟΕΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ 9



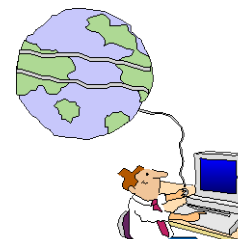
1. Το πρόγραμμα έχει υψηλό βαθμό δυσκολίας και πολλές απαιτήσεις!! 9
2. Εγώ που εργάζομαι πως θα καταφέρω να ανταποκριθώ; 9
3. Τι μαθήματα να διαλέξω από την κατεύθυνση; 10

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΟΙ ΔΕΥΤΕΡΟΕΤΕΙΣ ΦΟΙΤΗΤΕΣ 10

1. Κύριος επιβλέπων καθηγητής της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας 10
2. Η κατάθεση της ερευνητικής πρότασης για τη Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία 11
3. Η μαθητεία..... 13
4. Δημοσίευση άρθρου από τη Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία 14
5. Ολοκλήρωση της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας..... 15
6. Ολοκλήρωση φακέλου για απονομή τίτλου 16

ΣΥΝΗΘΗ ΛΑΘΗ & ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΜΟΙ ΔΕΥΤΕΡΟΕΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ..... 18

1. Η πρόθεση των φοιτητών, απόρροια ερευνητικής απειρίας, για μεγάλες και δύσκολες διατριβές (thesis)..... 18
2. Η αίσθηση ότι με τη συλλογή των δεδομένων σχεδόν τελείωσαν οι υποχρεώσεις. 18
3. Να περιμένει ο φοιτητής να ολοκληρώσει τη Μ.Δ.Ε. του και ύστερα να ξεκινήσει το γράψιμο και την προσπάθεια δημοσίευσης του άρθρου. 18
4. Η εντύπωση ότι με την υποβολή του άρθρου τελείωσε αυτή η υποχρέωση..... 19
5. Η λάθος εκτίμηση του χρόνου και του τρόπου πραγμάτωσης της μαθητείας 19
6. Τι χρειάζομαι τη μαθητεία αφού ήδη δουλεύω? 19



ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΝΕΟΕΙΣΕΡΧΟΜΕΝΟΥΣ ΦΟΙΤΗΤΕΣ

1. Δεξιότητα χρήσης υπολογιστή

Οι φοιτητές που εισάγονται στο Δ.Π.ΜΣ. είναι υποχρεωμένοι λόγω της δομής και λειτουργίας του προγράμματος να έχουν καλή γνώση χρήσης των υπολογιστών. Άμεσα θα πρέπει να πραγματοποιήσετε παρουσιάσεις στα μαθήματα και να «ψάχνετε» ηλεκτρονικά για την απαιτούμενη βιβλιογραφία και πάρα πολύ σύντομα θα συμμετάσχετε σε μαθήματα εξ αποστάσεως. Κατά συνέπεια, ο κάθε φοιτητής οφείλει να λύσει άμεσα το πρόβλημα πιθανών αδυναμιών του στο συγκεκριμένο θέμα.

2. Τι είναι σύγχρονη και τί ασύγχρονη εκπαίδευση

Τα μαθήματα εξ αποστάσεως με βάση τη διεθνή πραγματικότητα υλοποιούνται με δύο τρόπους. α) **τη σύγχρονη εκπαίδευση**, όπου οι διαλέξεις ενός εξ αποστάσεως μαθήματος

(με όλες τις απαιτήσεις) πραγματοποιούνται ενώ όλοι οι φοιτητές με το διδάσκοντα καθηγητή είναι συνδεδεμένοι on line μέσω των υπολογιστών σε συγκεκριμένη ώρα της εβδομάδος και πραγματοποιούν το μάθημα μιλώντας και βλέποντας ο ένας τον άλλον την ίδια στιγμή. Αυτό υλοποιείται μέσα από μια ηλεκτρονική πλατφόρμα και β) **την ασύγχρονη εκπαίδευση**, όπου μια συγκεκριμένη διάλεξη ενός εξ αποστάσεως μαθήματος με όλες τις απαιτήσεις του (επιπλέον σημειώσεις, εργασίες, βιβλιογραφία κλπ.) υπάρχει ανεβασμένη στην ηλεκτρονική πλατφόρμα. Αυτό δίνει τη δυνατότητα στο φοιτητή να μελετήσει με άνεση σε δικό του ρυθμό και φυσικά να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις του μαθήματος.

3. Τα μαθήματα κορμού και κατεύθυνσης και η αντιμετώπιση τους

Το πρόγραμμα από πλευράς μαθημάτων χωρίζεται σε δύο ενότητες:

α) τα μαθήματα κορμού. Κάθε φοιτητής υποχρεούται να παρακολουθήσει επιτυχώς 3 μαθήματα κορμού, που είναι υποχρεωτικά από σύνολο 6 μαθημάτων. Τα μαθήματα κορμού αποσκοπούν να βοηθήσουν το φοιτητή να δημιουργήσει ένα ισχυρό υπόβαθρο στο χώρο της οικίας επιστήμης, ανεξάρτητα από τη γνωστική κατεύθυνση. β) **τα μαθήματα κατεύθυνσης.** Το πρόγραμμα φοίτησης στις επιμέρους κατευθύνσεις περιλαμβάνει την επιτυχή παρακολούθηση σε 8 μαθήματα κατεύθυνσης, τα οποία επιλέγει ο φοιτητής από ένα αριθμό προτεινόμενων μαθημάτων. Τα μαθήματα αυτά αποσκοπούν να βοηθήσουν το φοιτητή να δημιουργήσει ένα ισχυρό υπόβαθρο στη συγκεκριμένη γνωστική περιοχή. Υπάρχει επίσης η δυνατότητα επιλογής, μέχρι και 2

μαθημάτων από άλλη ή άλλες κατευθύνσεις σύμφωνα με τα εξειδικευμένα ενδιαφέροντα του φοιτητή και εφόσον δεν δημιουργούνται λειτουργικά προβλήματα. Σε κάθε περίπτωση και ανεξάρτητα από τον οποιοδήποτε συνδυασμό η απαίτηση για ολοκλήρωση του προγράμματος από πλευράς μαθημάτων είναι τα 11 συνολικά. Σε κάθε εξάμηνο ο φοιτητής μπορεί να επιλέξει από 1 (ελάχιστο) μέχρι 4 μαθήματα (μέγιστο).

4. Τρόπος γραφής και παρουσίασης εργασιών

α) Ερευνητική εργασία. Σε πολλά μαθήματα και με σκοπό την εξοικείωση των φοιτητών με την έρευνα πραγματοποιούνται στο εργαστήριο μικρές ερευνητικές εργασίες για τις οποίες ζητείται από τους φοιτητές να τις γράψουν στα πλαίσια εργασιών σε μορφή ερευνητικού άρθρου. Οδηγίες για τον τρόπο

γραφής ερευνητικού άρθρου εκτός των εξειδικευμένων που μπορεί να δώσει ο καθηγητής υπάρχουν και στην ιστοσελίδα του Δ.Π.Μ.Σ.

β) Ανασκόπηση βιβλιογραφίας. Σε πολλά μαθήματα και με σκοπό την εξοικείωση των φοιτητών με εργασίες που έχουν γίνει από άλλους επιστήμονες μπορεί να ζητηθεί η ανασκόπηση και η συλλογή συμπερασμάτων από προηγούμενες εργασίες πάνω στο συγκεκριμένο θέμα. Οδηγίες για τον τρόπο γραφής άρθρου ανασκόπησης βιβλιογραφίας εκτός των εξειδικευμένων που μπορεί να δώσει ο καθηγητής υπάρχουν και στην ιστοσελίδα του ΔΠΜΣ

γ) Παρουσίαση άρθρου σε power point. Για την εξοικείωση των φοιτητών με την παρουσίαση εργασιών που είναι μια από τις κυρίαρχες δεξιότητες των επιστημόνων πρέπει ο φοιτητής να κατέχει τουλάχιστον τη

χρήση του power point που είναι το απλούστερο εργαλείο για αυτή την δουλειά.

5. Συνέπεια στην επιστροφή εργασιών

Όπου ζητείται εργασία και ορίζεται ημέρα επιστροφής για αυτή οι φοιτητές οφείλουν να συμμορφώνονται με την αυστηρή τήρηση των ημερομηνιών. Αυτό έχει σαν σκοπό την ισονομία στην προσπάθεια που καταβάλλεται από τους φοιτητές επειδή η πιθανή καθυστέρηση ουσιαστικά δίνει περισσότερο χρόνο σε αυτόν που καθυστέρησε για την πραγμάτωση της εργασίας.

6. Συνέπεια στο διάβασμα των επόμενων διαλέξεων

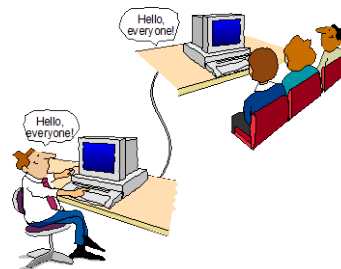
Σε πολλά μαθήματα αν όχι σε όλα ζητείται η προετοιμασία των φοιτητών στην επόμενη διάλεξη. Αυτό ουσιαστικά βοηθά τα μέγιστα στη διαδραστική πραγματοποίηση του μαθήματος κάτι που είναι βασικός παράγοντας της ποιοτικής μάθησης. Σχετική γνώση της

επόμενης διάλεξης βοηθά την ουσιαστική ανταλλαγή απόψεων και προβληματισμών μεταξύ καθηγητού και φοιτητών κάτι που διαχωρίζει στην πράξη τις μεταπτυχιακές από τις βασικές σπουδές. Κατά συνέπεια, όλοι οι φοιτητές οφείλουν να είναι προετοιμασμένοι για να βοηθήσουν τη διαλεκτική μέθοδο διδασκαλίας και να αποφευχθεί ο μονόλογος του καθηγητή που δεν οδηγεί σε αποτελεσματική μάθηση. Επιπλέον, ο «εντατικός» τρόπος διεξαγωγής των διαλέξεων σε συνδυασμό με τον όγκο των προς μάθηση πληροφοριών επιβάλλει την εκ των προτέρων μελέτη της διάλεξης έτσι ώστε να επέλθει η καλύτερη δυνατή αφομοίωση αυτής.

7. Επικοινωνία με τους διδάσκοντες και τον υπεύθυνο καθηγητή / σύμβουλο

Η γενικότερη δομή του προγράμματος αλλά και οι εξελίξεις στην επιστήμη και την τεχνολογία οδηγούν σε ευκολότερους και

αποτελεσματικότερους τρόπους επικοινωνίας με τους καθηγητές. Αυτός ο τρόπος είναι μέσω e-mail. Οι φοιτητές μπορούν να επικοινωνούν άμεσα και συνεχώς με τους καθηγητές τους στα προσωπικά τους e-mail. Αυτό προϋποθέτει την άμεση εξοικείωση των φοιτητών με τη διαδικασία αυτή, αφού με την είσοδο τους στο πρόγραμμα έχουν πάρει και το προσωπικό τους e-mail.



8. Πρόγραμμα Erasmus Plus

Οι φοιτητές δικαιούνται αν και εφόσον το επιθυμούν να πάνε σε άλλο Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο για ένα εξάμηνο σπουδών το

οποίο προσμετράτε στο εδώ πρόγραμμα σπουδών τους. Η Ευρωπαϊκή Ένωση συμβάλλει οικονομικά σχεδόν με πλήρη κάλυψη των απαιτούμενων εξόδων τους στο εξωτερικό. Περισσότερες πληροφορίες μπορεί κάποιος να πάρει από τη σχετική ιστοσελίδα του Δ.Π.Θ. (<http://erasmus.duth.gr>), τον υπεύθυνο καθηγητή/σύμβουλο ή τον ακαδημαϊκό υπεύθυνο του Τμήματος του προγράμματος Erasmus Plus.

ΣΥΝΗΘΗ ΛΑΘΗ & ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΜΟΙ ΠΡΩΤΟΕΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ

1. Το πρόγραμμα έχει υψηλό βαθμό δυσκολίας και πολλές απαιτήσεις!!

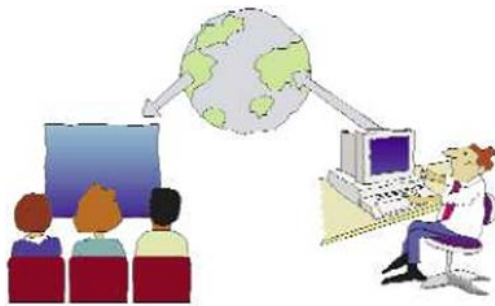
Κανείς δεν αμφιβάλει ότι το συγκεκριμένο πρόγραμμα είναι πολύ δύσκολο και έχει αρκετές απαιτήσεις και κατά μάθημα και στο σύνολο του. Τα δύο Τμήματα που σχεδίασαν και υλοποιούν το πρόγραμμα είναι υπερήφανα για αυτό επειδή είναι ένα από τα καλύτερα που

λειτουργούν στη χώρα. Έκαναν μεγάλη προσπάθεια για το σχεδιασμό και υλοποίηση του και συνεχίζουν να καταβάλλουν «ενέργεια» για την περαιτέρω βελτίωση του. Όποιος φοιτητής καταβάλλοντας την ανάλογη προσπάθεια ολοκληρώσει τις σπουδές του, θα είναι υπερήφανος και αυτός για ό,τι πέτυχε, για ό,τι έμαθε και για τη διαφορά που θα διαπιστώσει στη συνέχεια σε όποια επαγγελματική ή άλλη του δραστηριότητα.

2. Εγώ που εργάζομαι πως θα καταφέρω να ανταποκριθώ;

Το να εργάζεται κάποιος δεν είναι λόγος για "εκπτώσεις" σε ένα πρόγραμμα σπουδών. Φυσικά και χρειάζεται διπλή προσπάθεια για να ανταποκριθεί. Βέβαια υπάρχει και η δυνατότητα περάτωσης των σπουδών σε περισσότερο από δύο χρόνια αν άλλες υποχρεώσεις εμποδίζουν τον φοιτητή να διαθέσει τον απαιτούμενο χρόνο και

προσπάθεια για μελέτη και ανταπόκριση στις απαιτήσεις.



3. Τι μαθήματα να διαλέξω από την κατεύθυνση;

Είναι σαφής η δυσκολία που αντιμετωπίζουν οι φοιτητές προς αυτή την κατεύθυνση. Για αυτό το λόγο το πρόγραμμα για κάθε μεταπτυχιακό φοιτητή με την εγγραφή του στο Δ.Π.Μ.Σ. ορίζει έναν υπεύθυνο καθηγητή / σύμβουλο για την παρακολούθηση και τον έλεγχο της πορείας των σπουδών του. Ο πρωταρχικός ρόλος του Συμβούλου είναι να

καθοδηγεί τον μεταπτυχιακό φοιτητή σε ζητήματα που σχετίζονται με τη φοίτηση και τις δυνατότητες που προσφέρονται από το Πρόγραμμα. Πρέπει συνεχώς να έχετε στο μυαλό σας πριν από κάθε επιλογή ότι ο χρόνος που αφιερώνετε για τις μεταπτυχιακές σας σπουδές είναι μοναδική ευκαιρία να μάθετε περισσότερα πράγματα. Άρα το οφείλετε στον εαυτό σας να κάνετε τις καλύτερες δυνατές επιλογές σύμφωνα με τα ενδιαφέροντα και τους σκοπούς σας.

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΟΙ ΔΕΥΤΕΡΟΕΤΕΙΣ ΦΟΙΤΗΤΕΣ

1. Κύριος επιβλέπων καθηγητής της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας

Οι φοιτητές μετά το πέρας των δύο εξαμήνων παρακολούθησης και την επιτυχή ανταπόκριση τουλάχιστον σε έξι (6) μαθήματα και αφού έχουν ολοκληρώσει άποψη για τον ερευνητικό τους προβληματισμό έρχονται σε

επαφή με διδάσκοντα στη γνωστική περιοχή των ενδιαφερόντων τους για να ξεκινήσουν τη μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία τους (Μ.Δ.Ε.). Το θέμα της Μ.Δ.Ε. θα πρέπει να έχει σχετική συνάφεια με το γνωστικό αντικείμενο της κατεύθυνσης φοίτησης του φοιτητή.

2. Η κατάθεση της ερευνητικής πρότασης για τη Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία

Οι φοιτητές που έχουν συμπληρώσει τα απαιτούμενα μαθήματα και εξασφάλισαν δικαίωμα για έναρξη Μ.Δ.Ε. σε συνεργασία με τον Κύριο επιβλέποντα καθηγητή ετοιμάζουν **ερευνητική πρόταση** η οποία πρέπει να αναρτηθεί στη σχετική ενότητα στην ιστοσελίδα του Δ.Π.Μ.Σ. Σκοπός της ενέργειας αυτής είναι η κατοχύρωση του φοιτητή για τη δουλειά που θα κάνει. Ουσιαστικά η κατάθεση της *ερευνητικής πρότασης* της ΜΔΕ κατοχυρώνει τον φοιτητή και τη δουλειά του έναντι του επιβλέποντα ή της αποχώρησης

του τελευταίου από το Τμήμα για οποιονδήποτε λόγο.

Στην περίπτωση αυτή ακολουθούνται τα παρακάτω βήματα:

A.

Η **κατάθεση** της ερευνητικής πρότασης γίνεται σε 2 συγκεκριμένες χρονικές περιόδους του ακαδημαϊκού έτους:

- 10 Δεκεμβρίου έως 31 Ιανουαρίου
- 30 Απριλίου έως 31 Μαΐου

B.

1. Μετά την ολοκλήρωση της συγγραφής της *ερευνητικής πρότασης* από το φοιτητή, ο **Επιβλέπων Καθηγητής** την αποστέλλει μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας στους παρακάτω αποδέκτες:

- α) Στον υπεύθυνο της κατεύθυνσης σπουδών που ανήκει ο φοιτητής,
- β) Στα άλλα δύο μέλη της τριμελούς

συμβουλευτικής / εξεταστικής επιτροπής, και γ) Στην ηλεκτρονική διεύθυνση της Γραμματείας του Δ.Π.Μ.Σ. (interpg@phyed.duth.gr) με **κοινοποίηση στο φοιτητή**.

2. **Παράλληλα** με την ανωτέρω διαδικασία, ο **φοιτητής θα πρέπει να καταθέσει** υπογεγραμμένο ειδικό έντυπο (ΔΗΛΩΣΗ ΘΕΜΑΤΟΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ) στη Γραμματεία του Δ.Π.Μ.Σ. **σε έντυπη μορφή** (για να εγκριθούν από τη Γ.Σ. της Ειδικής Διατμηματικής Επιτροπής):

- α) Η σύνθεση της Τριμελούς Συμβουλευτικής / Εξεταστικής Επιτροπής, και
- β) Ο ενδεικτικός τίτλος της Μ.Δ.Ε. (διότι μπορεί να διαφοροποιηθεί κατά τη διαδικασία κρίσης που ακολουθεί).

3, Εντός τριάντα (30) το πολύ ημερών από τη στιγμή της κατάθεσης η *ερευνητική πρόταση* αξιολογείται με διαδικασία τυφλής κρίσης από ένα διδάσκοντα του Δ.Π.Μ.Σ. Στη συνέχεια

αποστέλλεται στο φοιτητή ειδικό έντυπο (σε ψηφιακή μορφή) με σχόλια και παρατηρήσεις που ως στόχο έχουν την αρτιότερη διαχείριση του ερευνητικού προβλήματος και αποφυγή μεθοδολογικών λαθών. Στη συνέχεια ο φοιτητής σε συνεργασία με τον Επιβλέποντα Καθηγητή προβαίνει στις προτεινόμενες αλλαγές και υποβάλλει (εάν απαιτείται) εκ νέου την *ερευνητική πρόταση*, με στόχο να λάβει την τελική έγκριση για την ορθότητα του σχεδιασμού και του γενικού περιεχομένου από τον *Υπεύθυνο της Κατεύθυνσης* στην οποία φοιτά. Ο Υπεύθυνος της Κατεύθυνσης αναρτά την εγκεκριμένη πρόταση σε ειδικό χώρο στην ιστοσελίδα του Δ.Π.Μ.Σ.

Προσοχή:

Όλες οι παραπάνω ενέργειες γίνονται μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας (e-mail).

4. Μετά το πέρας της κρίσης (ήτοι μέχρι 20/2 ή 15/6, ανάλογα με την περίοδο), ο μεταπτυχιακός φοιτητής θα πρέπει να

προσκομίσει στη Γραμματεία του Δ.Μ.Π.Σ., σε έντυπη μορφή, τον οριστικό τίτλο της Μ.Δ.Ε. στην περίπτωση που έγιναν τροποποιήσεις στον αρχικό τίτλο καθώς και υπογεγραμμένη υπεύθυνη δήλωση πνευματικών δικαιωμάτων και διαχείρισης ερευνητικών δεδομένων.

5. Ως ημερομηνία έναρξης της Μ.Δ.Ε. εάν η πρόταση γίνει αποδεκτή θα θεωρείται αυτή της αποστολής της.

Η διατριβή σαν μάθημα θα δηλώνεται από το φοιτητή στο αμέσως επόμενο ακαδημαϊκό εξάμηνο.

Γ.

Η πρόταση πρέπει να περιέχει:

- α. Τίτλο
- β. Σύντομη σχετική Εισαγωγή
- γ. Σκοπό
- δ. Πρακτική σημασία της έρευνας
- ε. Ερευνητικές & στατιστικές υποθέσεις

στ. Περιορισμούς & οριοθετήσεις

ζ. Λειτουργικούς ορισμούς

η. Μεθοδολογία (Συμμετέχοντες, Όργανα μέτρησης, Παρέμβαση, Διαδικασίες)

θ. Προβλεπόμενη διαχείριση δεδομένων (Στατιστική ανάλυση)

ι. Ενδεικτικό χρονοδιάγραμμα ολοκλήρωσης

ια. Βιβλιογραφία

Η μέγιστη έκταση της πρότασης θα είναι οκτώ (8) σελίδες χωρίς τα παραρτήματα.

Προσοχή:

Ο τρόπος γραφής της ερευνητικής πρότασης υπάρχουν αναλυτικά στην ιστοσελίδα του Δ.Π.Μ.Σ. στις «Οδηγίες για την Ερευνητική Πρόταση Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας».

3. Η μαθητεία

Το νόημα της *Μαθητείας* είναι η σύνδεση των μεταπτυχιακών σπουδών με την πρακτική εφαρμογή τους στο χώρο εργασίας. Η διάρκεια

της είναι 200 ώρες. Η πρόταση της *Μαθητείας* προετοιμάζεται από το φοιτητή με τη συνεργασία του επιβλέποντα καθηγητή της Μεταπτυχιακής Διατριβής. *Η Μαθητεία περιλαμβάνει την εφαρμογή νέων τεχνικών, μεθόδων ή στρατηγικών στον χώρο εργασίας.* Δεν θεωρείται 'Μαθητεία' η απλή εμπλοκή στις συνηθισμένες και τυπικές διαδικασίες ενός χώρου εργασίας. Η *Μαθητεία* είναι υποχρεωτική για τους μεταπτυχιακούς φοιτητές όλων των κατευθύνσεων.

Η *Μαθητεία* έχει άμεση συνάφεια με τα γνωστικά αντικείμενα των μαθημάτων κάθε κατεύθυνσης. Το θέμα της *Μαθητείας* καθορίζεται σε συνεργασία με τον Επιβλέποντα Καθηγητή της *Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας* και η παρακολούθηση του φοιτητή στη φάση υλοποίησης γίνεται από έναν *Επόπτη Καθηγητή*. Η διαδικασία συμμετοχής και αξιολόγησης της *Μαθητείας* είναι τυποποιημένη και οι υποψήφιοι

ακολουθούν συγκεκριμένη διαδικασία υποβολής χρησιμοποιώντας ειδικά έντυπα τα οποία παρέχονται ηλεκτρονικά.

4. Δημοσίευση άρθρου από τη Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία

Για να ολοκληρωθούν οι σπουδές και να απονεμηθεί ο τίτλος, ο φοιτητής έχει την υποχρέωση να δημοσιεύσει τη ΜΔΕ ή μέρος αυτής:

- Είτε σε έγκριτο Επιστημονικό Περιοδικό (έντυπο ή ηλεκτρονικό) της ημεδαπής ή αλλοδαπής [που να διαθέτει *Επιστημονική Επιτροπή* και τα άρθρα που δημοσιεύονται να κρίνονται με διαδικασία ανεξάρτητης ανώνυμης ('τυφλής') κρίσης],
- Είτε να την ανακοινώσει (προφορικά ή σε μορφή αναρτημένης ανακοίνωσης) σε κάποιο Επιστημονικό Συνέδριο της ημεδαπής ή αλλοδαπής, αρκεί να υπάρχει καταχώρηση στα Πρακτικά του Συνεδρίου (proceedings) σε

μορφή επιστημονικού άρθρου (long paper) ή σύντομου επιστημονικού άρθρου (short paper).

Πρωτεύων στόχος της ενέργειας αυτής είναι η δημοσιοποίηση και άρα η σχετική αναγνώριση της προσπάθειας και του έργου του κάθε φοιτητή.

Κατόπιν τούτων οι μεταπτυχιακοί φοιτητές θα πρέπει να λάβουν υπόψη τους τα κάτωθι:

1. Ο τρόπος γραφής του άρθρου καθορίζεται από τις οδηγίες του εκάστοτε περιοδικού.
2. Για το «Άθληση και Κοινωνία» υπάρχουν οδηγίες στην ιστοσελίδα του περιοδικού «Άθληση & Κοινωνία, Περιοδικό Αθλητικής Επιστήμης».
3. Βεβαίωση δημοσίευσης του άρθρου σημαίνει βεβαίωση άνευ παρατηρήσεων και διορθώσεων. Δηλαδή εάν υπάρξει επιστολή από τη διεύθυνση του περιοδικού ότι το άρθρο γίνεται δεκτό με παρατηρήσεις, θα πρέπει να

πραγματοποιηθούν οι διορθώσεις βάσει των παρατηρήσεων και να αποσταλεί εκ νέου έως ότου υπάρξει τελική βεβαίωση αποδοχής του άρθρου άνευ διορθώσεων.

4. Ο έλεγχος της αρτιότητας του άρθρου απαιτεί ένα χρονικό διάστημα, το οποίο θα πρέπει να συνυπολογιστεί από το φοιτητή στον προγραμματισμό του.

5. Τέλος, ο Κύριος Επιβλέπων καθηγητής της ΜΔΕ πρέπει να καταθέσει στη Γραμματεία του ΔΜΠΣ ενυπόγραφη βεβαίωση στην οποία αναφέρεται ρητά ότι *«το περιεχόμενο της δημοσίευσης αυτής είναι προϊόν της ερευνητικής δουλειάς που επιτέλεσε ο φοιτητής στο πλαίσιο εκπόνησης της Μ.Δ.Ε. του»*.

5. Ολοκλήρωση της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας

Μετά την εμπειριστατωμένη μελέτη του επιλεχθέντος θέματος, την προηγηθείσα κατάθεση και έγκριση της ερευνητικής πρότασης και τη συλλογή των δεδομένων οι

φοιτητές περνούν στο επόμενο στάδιο που είναι το γράψιμο της Μ.Δ.Ε.

Η έκταση της διατριβής δεν πρέπει να ξεπερνά τις δεκαπέντε χιλιάδες (15.000) λέξεις, χωρίς να συμπεριλαμβάνονται στον αριθμό αυτό η βιβλιογραφία και τα παραρτήματα (αν υπάρχουν).

Για την κατοχύρωση του βαθμού της Μ.Δ.Ε. θα αποστέλλεται στη Γραμματεία του Προγράμματος φάκελος μ' όλα τα σχετικά έγγραφα που αφορούν τη διατριβή (βλ. Οδηγίες Συγγραφής Μ.Δ.Ε) και επιπλέον τη βεβαίωση δημοσίευσης του άρθρου και ολόκληρο άρθρο.

Βεβαίως για να κριθεί η Μ.Δ.Ε. περατωμένη χρειάζεται και την τελική έγκριση και βαθμολόγησή της από την Τριμελή Επιτροπή. Για να διασφαλισθεί η ομοιομορφία των Μ.Δ.Ε. που κατατίθενται σχετικά με τη σελιδοποίηση, τον τρόπο γραφής των προκαταρκτικών σελίδων, τον τύπο γραφής του κειμένου και τη

μορφή των σελίδων, καθιερώθηκε ο τελικός έλεγχος της μορφής των Μ.Δ.Ε. Η απόλυτη συνέπεια με τις οδηγίες είναι αναγκαία διότι αυτό ελέγχεται και απαιτείται πριν την τελική βαθμολόγηση και αποδοχή της. Ο φοιτητής αφού ελέγξει προσεκτικά το τελικό αντίτυπο της ΜΔΕ, πρέπει να το υποβάλει για τον τελικό έλεγχο της μορφής στα εντεταλμένα άτομα.

Προσοχή:

Ο τρόπος γραφής της Μ.Δ.Ε. στην τελική της μορφή για την έκδοση του τόμου της, πάντοτε μετά την τελική έγκριση από την Τριμελή Επιβλέπουσα Επιτροπή, και όσες οδηγίες απαιτούνται για αυτό, υπάρχουν αναλυτικά στην ιστοσελίδα του Δ.Π.Μ.Σ. στις «Οδηγίες συγγραφής Μ.Δ.Ε.».

6. Ολοκλήρωση φακέλου για απονομή τίτλου

Για την έκδοση του Μεταπτυχιακού Διπλώματος πρέπει να καταθέσετε στη

Γραμματεία του Προγράμματος τα παρακάτω δικαιολογητικά (προσωπικά ή ταχυδρομικά):

Ταχυδρομικά στη διεύθυνση:

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού
Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών
"Άσκηση και Ποιότητα Ζωής"
Πανεπιστημιούπολη
69100 Κομοτηνή

Δικαιολογητικά: Προϋπόθεση για την έκδοση του Διπλώματός σας είναι η προσκόμιση όλων των δικαιολογητικών:

- Αίτηση
- Δύο (2) αντίτυπα της Μ.Δ.Ε.
- Κατάθεση δύο (2) ηλεκτρονικών αντιγράφων της Μ.Δ.Ε. (pdf αρχείο) σε ψηφιακό δίσκο (2 CD)
- Κατάθεση σε ψηφιακό δίσκο (CD) και σε

έντυπη μορφή καταλόγου με τις επιστημονικές εργασίες (ανακοινώσεις-δημοσιεύσεις) που πραγματοποιήθηκαν στο πλαίσιο εκπόνησης της ΜΔΕ.

- Περίληψη της Μ.Δ.Ε. και λέξεις-κλειδιά στην Ελληνική και Αγγλική γλώσσα σε έντυπη και ηλεκτρονική μορφή (σε δισκέτα ή CD.)
- Κατάθεση του επιστημονικού άρθρου ή του σύντομου επιστημονικού (short paper) με την αντίστοιχη βεβαίωση δημοσίευσης από το επιστημονικό περιοδικό ή το επιστημονικό συνέδριο.
- Κατάθεση βεβαίωσης του Κύριου Επιβλέποντα Καθηγητή σχετικά με το περιεχόμενο της δημοσίευσης του επιστημονικού άρθρου.
- Δήλωση σχετική με την Έγκριση Ηλεκτρονικής Δημοσίευσης της Μ.Δ.Ε.
- Βεβαίωση από τη Βιβλιοθήκη (για οφειλή βιβλίων).

Επιστροφή:

- Ακαδημαϊκής Ταυτότητας ή Δελτίου Αναγνωρίσεως φοιτητή (φοιτητική ταυτότητα)
- Βιβλιάριο Υγειονομικής Περιθαλψης Φοιτητή (εφόσον έχετε).

Προσοχή!!!

Σε περίπτωση απώλειας κάποιου από τα παραπάνω πρέπει να καταθέσετε δήλωση απώλειας στην Αστυνομία.

**ΣΥΝΗΘΗ ΛΑΘΗ & ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΜΟΙ
ΔΕΥΤΕΡΟΕΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**

1. Η πρόθεση των φοιτητών, απόρροια ερευνητικής απειρίας, για μεγάλες και δύσκολες διατριβές (thesis)

Ο φοιτητής σε συνεργασία με τον Κύριο Επιβλέποντα Καθηγητή οφείλει να επιλέξει θέμα του οποίου η ολοκλήρωση χρονικά και σε έκταση να μπορεί να πραγματοποιηθεί σε

διάρκεια ενός εξαμήνου. Η έκταση της μεταπτυχιακής διπλωματικής εργασίας συνιστάται να είναι 15.000 λέξεις ή 80 περίπου σελίδες.

2. Η αίσθηση ότι με τη συλλογή των δεδομένων σχεδόν τελείωσαν οι υποχρεώσεις.

Αν συλλεγούν τα δεδομένα και δεν αναλυθούν άμεσα ελλοχεύει ο κίνδυνος να χαθεί η «επαφή» με το θέμα και τη δουλειά που έχει γίνει, και ως εκ τούτου, να είναι πολύ δύσκολο να επανέρθει στη συνέχεια ο φοιτητής.

3. Να περιμένει ο φοιτητής να ολοκληρώσει τη Μ.Δ.Ε. του και ύστερα να ξεκινήσει το γράψιμο και την προσπάθεια δημοσίευσης του άρθρου.

Το λογικότερο και αποτελεσματικότερο είναι η συγγραφή του άρθρου να γίνεται ταυτόχρονα με το γράψιμο της Μ.Δ.Ε. ή και νωρίτερα από αυτό. Σε κάθε περίπτωση και επειδή η

δημοσίευση του άρθρου απαιτεί εύλογο χρονικό διάστημα συνίσταται η άμεση ανάλυση και ερμηνεία των δεδομένων με σκοπό την υποβολή του άρθρου.

4. Η εντύπωση ότι με την υποβολή του άρθρου τελείωσε αυτή η υποχρέωση

Είναι πολύ σπάνιες οι περιπτώσεις όπου ένα υποβληθέν άρθρο δεν χρειάζεται διορθώσεις για να δημοσιευθεί. Η υποχρέωση δεν ολοκληρώνεται μόνο με την επιστολή αποδοχής με διορθώσεις προς δημοσίευση αλλά απαιτούνται και οι διορθώσεις και η επανυποβολή όπου αυτή απαιτηθεί. Ουσιαστικά δηλαδή απαιτείται η τελική έγκριση.

5. Η λάθος εκτίμηση του χρόνου και του τρόπου πραγμάτωσης της μαθητείας

Οι ώρες, ο τρόπος και το θέμα της μαθητείας ορίζονται επακριβώς στην ιστοσελίδα του Μ.Π.Σ., άρα σε συνεργασία με τον Κύριο

Επιβλέποντα Καθηγητή της διατριβής που είναι και ο επιβλέπων της μαθητείας, αυτά πρέπει να ορισθούν και να πραγματοποιηθούν επακριβώς. Οφείλετε να υποβάλλετε σαφή σκοπό και τρόπο υλοποίησης αλλά και τελική έκθεση πραγμάτωσης της.

6. Τι χρειάζομαι τη μαθητεία αφού ήδη δουλεύω?

Πολλοί αναρωτιούνται για τη χρησιμότητα της μαθητείας στους ήδη εργαζόμενους φοιτητές. Η πραγματικότητα είναι ότι δίνεται η «ευκαιρία» μέσα από τη δομημένη μαθητεία η εφαρμογή καινοτόμων προγραμμάτων, που αλλιώς δεν θα εφαρμοζόταν, και ο φοιτητής δεν θα ανέπτυξε τη δημιουργικότητα προς νέες προκλήσεις και δεν θα εξοικειωνόταν με ένα από τα κυρίαρχα προσόντα που φιλοδοξεί να κτίσει σε αυτόν το πρόγραμμα. Του ηγέτη νεωτεριστή στο χώρο εργασίας του.



*Η στερνή,
η πιο ιερή μορφή της Θεωρίας
είναι η πράξη...
Αυτή μονάχα
μπορεί να δώσει απόκριση...
αυτή βρίσκει το συντομότερο δρόμο.
Όχι βρίσκει.
Δημιουργάει δρόμο...
(Καζαντζάκης, 1971)*

Επικοινωνία:

Γραμματεία Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών

Email: interpg@phyed.duth.gr

Τηλέφωνο: +30 25310 39622

Φαξ: +30 25310 39623



Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών
«Άσκηση & Ποιότητα Ζωής »

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Πανεπιστημιούπολη
69100, Κομοτηνή

<http://www.phyed.duth.gr/postgraduate>



<https://www.facebook.com/phyed.duth.gr/?ref=hl>

Νέες εγκαταστάσεις του ΤΕΦΑΑ – ΔΠΘ

