

**ΣΥΓΓΡΑΦΗ**  
**ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

# ΕΞΩΦΥΛΛΟ

- ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
- ΤΜΗΜΑ
- ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ
- ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
- ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ
- ΤΙΤΛΟΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (12-15 λέξεις )
- ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΦΟΙΤΗΤΗ Α.Μ.
- ΑΘΗΝΑ
- ΜΗΝΑΣ & ΕΤΟΣ ΚΑΤΑΘΕΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

# ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΛΗΨΗ

## (Πειραματική έρευνα)

- Σύντομη περιγραφή του θέματος
- Σύντομη αναφορά στο δείγμα  
(αριθμό, φύλο και ηλικία)
- Μέθοδος  
(Όργανα-διαδικασία συγκέντρωσης δεδομένων)
- Αποτελέσματα
- Συμπεράσματα
- 200 – 300 λέξεις (Διπλό διάστημα)

# ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΛΗΨΗ

## (Βιβλιογραφική έρευνα)

- Σύντομη περιγραφή του θέματος
- Σκοπός εργασίας
- Μέθοδος συγκέντρωσης βιβλιογραφίας
- Αποτελέσματα και συμπεράσματα
- Σημασία των αποτελεσμάτων για την επιστήμη και την πρακτική χρήση
- 200 – 300 λέξεις (Διπλό διάστημα)

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

## (Πειραματική έρευνα)

- Ορισμός και διατύπωση του προβλήματος
- Ερευνητικά ερωτήματα
- Ερευνητικές και στατιστικές υποθέσεις
- Οριοθέτηση και περιορισμοί
- Διευκρίνιση όρων

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ: ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

- Ο Lackey (1986) υποστήριξε πως οι συνέπειες της πίεσης μπορούν να γίνουν αντιληπτές σε αρκετές από τις προπονητικές λειτουργίες. Περίπου οι μισοί (47%) από τους διευθυντές πίστευαν πως αυτή η πίεση ήταν αρκετή για να οδηγήσει σε απόλυση και κατά προσέγγιση ένας στους τέσσερις προπονητές μετακινήθηκε από τη θέση του, μετά από δύο αγωνιστικές περιόδους. Οι λόγοι, που φαίνεται ότι οδήγησαν σε απολύσεις, διακρίνονται σε πέντε διαφορετικές κατηγορίες: (α) Περιορισμένες ανθρώπινες σχέσεις, (β) μικρό ποσοστό σε νίκες, (γ) μειωμένη απόδοση ως προς την καθοδήγηση της ομάδας, λόγω έλλειψης ικανοτήτων και γνώσεων, (δ) ακατάλληλη συμπεριφορά και συνεργασία με τους αθλητές και (ε) άλλες αιτίες όπως ανικανότητα στην αποτελεσματική διδασκαλία και απώλεια της εμπιστοσύνης των αθλητών.
- Σε μια σχετική έρευνα των Kroll και Gundersheim (1982-83) μελετήθηκαν οι παράγοντες που προκαλούν άγχος σε ένα δείγμα 93 προπονητριών γυμνασίων και λυκείων και σ' ένα ευρύ φάσμα αθλημάτων. Εφαρμόστηκαν οι μέθοδοι ερωτηματολογίου και συνέντευξης με σκοπό να διερευνηθούν οι συνθήκες οι οποίες προκάλεσαν ενδιαφέρον, κατανόηση, ανησυχία, και συναισθηματική αναστάτωση σ' αυτές τις προπονήτριες. Η μελέτη εστιάστηκε στους καθημερινούς στρεσογόνους παράγοντες, σχετικούς με την προπονητική και όχι στο αγωνιστικό άγχος. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι, το επάγγελμα του προπονητή είναι αγχώδες και πως ο βαθμός του συναισθηματικού άγχους που βίωναν οι συγκεκριμένες προπονήτριες ήταν αποτέλεσμα των πολλών και διαφορετικών προβλημάτων, που είχαν να αντιμετωπίσουν. Επιπλέον, οι περισσότερες από τις προπονήτριες αυτές δήλωσαν πως ένιωθαν ιλίγγους διαφορετικού βαθμού πριν την έναρξη των αγώνων. Ο σημαντικότερος παράγοντας άγχους ήταν η έλλειψη σεβασμού από τους αθλητές-τριες, ενώ ακολούθησαν σε σημαντικότητα τα αισθήματα αχαριστίας από μέρους των αθλητών-τριών, των διευθυντών και του κοινού γενικότερα. Επιπλέον άγχος φάνηκε ότι, προκαλούσαν τα διαφορετικά ενδιαφέροντα, που εμπόδιζαν την προσέγγιση με τους παίκτες, η εφαρμογή λανθασμένων στρατηγικών, καθώς και η συνεχής κριτική από την κερκίδα. (Kroll, & Gundersheim, 1982-83).

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

- **Το δείγμα** (αριθμός, τρόπος επιλογής, φύλο, ηλικία, ομάδες, δεοντολογία)
- **Όργανα** (λεπτομερής αναφορά, αιτιολόγηση επιλογής τους, δείκτες εγκυρότητας και αξιοπιστίας)
- **Σύλλογή και επεξεργασία δεδομένων** (μετρήσεις, όργανα μέτρησης, συνθήκες)
- **Στατιστική ανάλυση** (περιγραφική, σύνθετη, ελάχιστο επίπεδο σημαντικότητας  $p < 0.05$ )

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- Παρουσίαση των επεξεργασμένων στατιστικά αποτελεσμάτων όλων των μεταβλητών (στατιστικά σημαντικά και μη)
- Δεν σχολιάζεις τα αποτελέσματα
- Περιγραφική στατιστική (πίνακες ή σχήματα) Μέσες τιμές  $M=$ , Τυπικές αποκλίσεις  $\pm SD$ , Μέγιστες τιμές  $max$ , ελάχιστες τιμές  $min$ , επί τοις εκατό %
- Συγκρίσεις π.χ. ( $t - test$ ), (ANOVA), (MANOVA) (πριν και μετά, μεταξύ ομάδων, φύλων, αλληπάλληλων μετρήσεων)
- Συσχετίσεις μεταβλητών (pearson  $r$ )
- Πίνακες και σχήματα

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Ερμηνεία των αποτελεσμάτων
- Σχολιασμός
- Κριτική αξιολόγηση με άλλες συναφείς έρευνες
- Απαντήσεις στις ερευνητικές υποθέσεις
- Πιθανές ελλείψεις μεθοδολογικές, (προτάσεις, υποδείξεις)
- Αναγραφή των συμπερασμάτων της ερευνητικής εργασίας
- Συνοπτικά

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Οι συγγραφείς
- Έτος
- Τίτλος άρθρου
- Τίτλος περιοδικού ή βιβλίου ή πρακτικά συνεδρίων
- Τόμος, τεύχος, σελίδες, π.χ. 2(4), pp 253-256
- **Dalmonde A., Faina m., Cecioni N., Leonardi L.:**  
**(1985) Analysis of the inertial forces in towing using  
a force platform. *Human publishers*, pp 481-485.**

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

- Αναλυτικοί πίνακες
- Λεπτομερείς οδηγίες λειτουργίας προγραμμάτων
- Οδηγίες εξέτασης των δοκιμαζομένων
- Οδηγίες συμπλήρωσης ερωτηματολογίων
- Αναλυτική περιγραφή οργάνων μέτρησης

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

- ΕΙΣΑΓΩΓΗ
- ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ
- ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ
- ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ