

## Διεθνές Συνέδριο για την Ανοικτή & εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση

Τόμ. 9, Αρ. 2Α (2017)

Ο Σχεδιασμός της Μάθησης

**Τόμος 2, Μέρος Α**

### Πρακτικά

9<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο για την Ανοικτή  
& εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση

Αθήνα, 23 – 26 Νοεμβρίου 2017

### Ο Σχεδιασμός της Μάθησης

Επιμέλεια  
Αντώνης Λιοναράκης  
Σύλβη Ιωακειμίδου  
Μαρία Νιάρη  
Γκέλη Μανούσου  
Τόνια Χαρτοφύλακα  
Σοφία Παπαδημητρίου  
Άννα Αποστολίδου

ISBN 978-618-82258-7-9  
ISBN SET 978-618-82258-5-5



Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο  
Ελληνικό Δίκτυο Ανοικτής & εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης

Ο ρόλος της οργάνωση μελέτης στην εξ  
αποστάσεως εκπαίδευση

*Κυριακή Σφακιωτάκη*

doi: [10.12681/icodl.1365](https://doi.org/10.12681/icodl.1365)

## Ο ρόλος της οργάνωσης μελέτης στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση

### The importance of study organization in distance education

Κυριακή Σφακιωτάκη

Φιλολόγος

Med Σπουδές στην Εκπαίδευση ( Ε.Α.Π.)

[sfakkor@gmail.com](mailto:sfakkor@gmail.com)

#### Abstract

In the present study, the importance of study organizing in a distance learning environment and its connection with the autonomy and self-regulation of distance students, as well as the need for critical thinking as a prerequisite for organizing study, is presented. Firstly, skills are presented as tools of the learning pathway, that a trainee must have, which are at the same time the structural elements of critical thinking. In addition, suggestions from educational organizations and universities regarding the organization of the study, as well as its methods and strategies, are following. The importance of organizing study as the main pillar of the learning process, both in distance and conventional learning, arises, and the literature review shows that universities offering distance learning pay particular attention to critical thinking, autonomy and self-regulation of learners in relation to their learning outcomes and achievement of their goals. Finally, digital tools and methods of study organizing, are indicatively presented.

The purpose of the article is to present the role of the organization of study as the main pillar of how learners learn in distance education environment.

**Keywords:** *organization of study, distance education, critical thinking, autonomy, self-regulation*

#### Περίληψη

Στην παρούσα εργασία γίνεται προσπάθεια να διαφανεί ο ρόλος της οργάνωσης μελέτης σε εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά περιβάλλοντα, η σχέση της με την αυτονομία και αυτορρύθμιση ως δεξιότητες των εξ αποστάσεως φοιτητών, καθώς και η ανάγκη ύπαρξης κριτικής σκέψης ως προϋπόθεση για την οργάνωση της μελέτης. Αρχικά παρουσιάζονται οι δεξιότητες που πρέπει να διαθέτει ο εκπαιδευόμενος ως εργαλεία της μαθησιακής πορείας, οι οποίες αποτελούν ταυτόχρονα τα δομικά στοιχεία της κριτικής σκέψης. Στη συνέχεια παρουσιάζονται προτάσεις από εκπαιδευτικούς οργανισμούς και ιδρύματα συμβατικής και εξ αποστάσεως Ανωτάτης Εκπαίδευσης, σχετικά με την οργάνωση της μελέτης, όπως επίσης μέθοδοι και στρατηγικές της. Προκύπτει, η σπουδαιότητα της ύπαρξης οργάνωσης μελέτης ως βασικός πυλώνας στη διαδικασία της μάθησης, τόσο σε εξ αποστάσεως όσο και συμβατικά μαθησιακά περιβάλλοντα, ενώ από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση προκύπτει πως πολλά Ανώτατα Ιδρύματα που προσφέρουν εξ αποστάσεως εκπαίδευση, δίνουν ιδιαίτερη βαρύτητα στην κριτική σκέψη, την αυτονομία και αυτορρύθμιση των εκπαιδευομένων σε σχέση με τα μαθησιακά τους αποτελέσματα

και την επίτευξη των στόχων τους. Τέλος, παρουσιάζονται ενδεικτικά ψηφιακά εργαλεία και μέθοδοι οργάνωσης μελέτης.

Σκοπός του άρθρου είναι να παρουσιάσει το ρόλο που διαδραματίζει η οργάνωση της μελέτης ως βασικός πυλώνας του τρόπου μάθησης των εκπαιδευομένων σε περιβάλλον εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

**Λέξεις-κλειδιά:** οργάνωση μελέτης, κριτική σκέψη, αυτονομία, εξ αποστάσεως εκπαίδευση

### **Εισαγωγή**

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση σύμφωνα με τον Holmberg (2002), αποτελεί εκπαιδευτική καινοτομία, η οποία προσφέρει τη μεγίστη αυτονομία στους εκπαιδευομένους, καθώς μαθαίνουν, έχοντας το δικό τους ρυθμό, στοιχείο που χαρακτηρίζει την ατομική τους μελέτη. Σύμφωνα με τον Onwe (2013), η εξ αποστάσεως εκπαίδευση είναι ένα μαθητοκεντρικό σύστημα το οποίο επιτρέπει μεγαλύτερη ευελιξία στη μάθηση, με τους εκπαιδευομένους να εργάζονται αυτόνομα. Πιο συγκεκριμένα μπορεί να οριστεί ως «εκπαίδευση που διδάσκει και ενεργοποιεί το μαθητή, πώς να μαθαίνει μόνος του και πώς να λειτουργεί αυτόνομα προς μια ευρετική πορεία αυτομάθησης» (Λιοναράκης, 2005, σ. 26).

Σύμφωνα με τους Γιαγλή και Κουτσούμπα (2010), ο αυτόνομος φοιτητής βάζει στόχους και υιοθετεί μηχανισμούς οι οποίοι του επιτρέπουν να ελέγχει τις συμπεριφορές του αλλά και τη μαθησιακή του πορεία, καθώς δε διστάζει να αναζητήσει βοήθεια. Ουσιαστικά, η αυτονομία υπεισέρχεται σε όλες τις αποφάσεις τις οποίες ο εκπαιδευόμενος παίρνει προκειμένου να πετύχει τους μαθησιακούς του στόχους, καθώς και στην εφαρμογή τους στην πορεία της μάθησης (Morales & Holguin, 2009).

Σύμφωνα με τους Νικολακάκη και Κουτσούμπα (2013), σημαντικό ρόλο στην οργάνωση μελέτης σε φοιτητές εξ ΑΕ διαδραματίζει η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση καθώς οι εκπαιδευόμενοι έχουν τη δυνατότητα να οργανώνουν τις προσωπικές τους διαδικασίες. Ως στρατηγικές αυτορρύθμισης στα πλαίσια της οργάνωσης της μελέτης αναφέρεται η αυτοαξιολόγηση, επεξεργασία δεδομένων, στοχοθεσία, αναζήτηση πληροφοριών, τήρηση αρχείων και αυτοπαρακολούθηση, διαχείριση περιβάλλοντος, αυτοενίσχυση συμπεριφοράς, αναθεώρηση αρχείων, επανάληψη μελέτης και απομνημόνευσης, όπου χρειάζεται. Σύμφωνα με τους Bund & Wiemeyer (n.d), ο εκπαιδευόμενος μέσω της αυτορρύθμισης, αποκτά τον έλεγχο της μαθησιακής του πορείας, έτσι ώστε να γίνεται ενεργός συμμετοχος σε αυτήν. Σύμφωνα με τους Brak, Lan & Paton (2010), η αυτορρύθμιση αναφέρεται σε συμπεριφορές οι οποίες επηρεάζουν την οργάνωση μελέτης και δεν περιορίζονται μόνο στη στοχοθεσία, στη διαχείριση του χρόνου στον έλεγχο του περιβάλλοντος και στην αναζήτηση βοήθειας. Σύμφωνα με την Cazan (2013), αυτορρύθμιση είναι η διαδικασία κατά την οποία οι φοιτητές ενεργά και δημιουργικά παρακολουθούν κι ελέγχουν τη δική τους κινητοποίηση και συμπεριφορά, όσο αφορά την επίτευξη των μαθησιακών αποτελεσμάτων. Περιλαμβάνει τη διαχείριση του διδακτικού υλικού, τη στοχοθεσία, τη μελέτη σε βάθος, τη χρήση στρατηγικών μελέτης, την αυτοαξιολόγηση. Σύμφωνα με τον Mazumber (2014), αυτορρύθμιση και κριτική σκέψη αποτελούν βασικές δεξιότητες της οργάνωσης μελέτης. Σύμφωνα με τους Gurung, Weidert & Jeske (2010), οι δεξιότητες ή αλλιώς στρατηγικές, τεχνικές ή συμπεριφορές μελέτης, βοηθούν τον εκπαιδευόμενο να συνθέσει και να αξιολογήσει το περιεχόμενο του διδακτικού υλικού και σχετίζεται με τη στοχοθεσία, επιλογή του τι, πού και πώς θα

μελετήσει. Σύμφωνα με τους Kraft & McConnell (2013) ο κύκλος της αυτορρύθμισης περιλαμβάνει τρία βήματα: Τη σκέψη (τι ξέρουν και τι πρέπει να κάνουν), την πράξη (παρακολουθούν οι ίδιοι τις προσπάθειες τους, ελέγχουν το περιβάλλον τους), την αλληλεπίδραση (ελέγχουν τους στόχους τους, το χρόνο τους και αν χρειαστεί, αναζητούν βοήθεια και υποστήριξη).

Σύμφωνα με τη Μανούσου (2017), οι εκπαιδευόμενοι χρειάζονται την ύπαρξη όλου και περισσότερων δεξιοτήτων και κριτικής σκέψης προκειμένου να ανταπεξέλθουν στις απαιτήσεις των σπουδών τους. Η γνώση είναι προϊόν που ανακαλύπτεται από τον ίδιο τον ενδιαφερόμενο μέσα από πρακτικές και μεθόδους (Λιοναράκης, 2005) όπως και δεξιότητες οι οποίες λειτουργούν ως εργαλεία στη μαθησιακή του πορεία. Αυτά τα εργαλεία - δεξιότητες είναι η δημιουργικότητα, η κρίση, η σύγκριση, η αντιπαράθεση, η περιγραφή, η ερμηνεία, η ανάλυση, η επιχειρηματολογία, η αξιολόγηση, ο έλεγχος, η αμφισβήτηση, η παρατήρηση, η επίλυση προβλημάτων (Λιοναράκης 2005). Τα παραπάνω εργαλεία δεξιότητες αποτελούν ταυτόχρονα σύμφωνα με το Foundation for Critical Thinking (2007) δομικά στοιχεία της κριτικής σκέψης.

Οι εξ αποστάσεως εκπαιδευόμενοι στα πλαίσια της μελέτης τους καλούνται να διαχειριστούν δεδομένα, να χρησιμοποιήσουν την κριτική σκέψη και να οργανώσουν τη μελέτη τους, βασικό στοιχείο της μαθησιακής τους πορείας, το οποίο απαιτεί μεν χρόνο, είναι όμως αποτελεσματικό και αποδοτικό (Μανούσου, 2017), καθώς βασικός λόγος αποτυχίας στην επίτευξη των στόχων είναι η έλλειψη σωστών μεθόδων μελέτης (Sherafat & Venkatesha, 2016). Η οργάνωση μελέτης αφού συμβάλλει αποφασιστικά στη μάθηση, πρέπει να αποτελεί προτεραιότητα στις μαθησιακές διαδικασίες, καθώς ο εκπαιδευόμενος με τη βοήθεια της οργάνωσης εμπλέκεται ενεργά στη μαθησιακή διαδικασία (Gambill, Moss & Vercogni, 2008). Η ανάγκη αυτονομίας και το γεγονός πως οι εξ αποστάσεως φοιτητές μαθαίνουν μόνοι τους, απαιτεί δεξιότητες σχεδιασμού και οργάνωσης στα πλαίσια της μελέτης τους (Rougaz, 2013). Στις βασικές δεξιότητες για την ακαδημαϊκή επιτυχία συγκαταλέγονται δεξιότητες γνωστικές όπως στοχοθεσία, αξιολόγηση απόδοσης, παρατήρηση, κοινωνικές δεξιότητες, όπως επίλυση προβλημάτων και δεξιότητες αυτοδιαχείρισης, όπως άγχους και αναβλητικότητας. Όταν ο εκπαιδευόμενος διαθέτει αυτές τις δεξιότητες, οργανώνει τη μελέτη του και οδηγείται σε ακαδημαϊκή επιτυχία (Webb, et al, 2014). Για να ανταπεξέλθει ο φοιτητής θα πρέπει να είναι διαχειριστής του εαυτού του. Να εμπλέκεται ενεργητικά στη μάθηση του, να αλληλεπιδρά με το υλικό και να ακολουθεί στρατηγικές συστηματικής οργάνωσης, να διατηρεί το ηθικό του, να αποκλείει περισπασμούς να ενισχύει την αυτοπεποίθηση του και να διαχειρίζεται το «πολιτισμικό σοκ» που προκύπτει από τους νέους τρόπους σκέψης και επικοινωνίας (Northedge, 2005)

Παράλληλα, η οργάνωση της μελέτης και μάθησης, εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από το, ή τα μαθησιακό/α στυλ, όπως ταιριάζουν στον κάθε εκπαιδευόμενο. Σύμφωνα με την Purnell (2013), οι περισσότεροι άνθρωποι μελετούν και οργανώνονται με βάση κάποιο συγκεκριμένο μαθησιακό στυλ, όπως οπτικό, ακουστικό ή κινητικό. Σύμφωνα με τον Cagiroglou (2014), τα μαθησιακά στυλ αποτελούν τον προσωπικό τρόπο συγκέντρωσης, οργάνωσης και επεξεργασίας της πληροφορίας.

Η οργάνωση μελέτης προϋποθέτει δεξιότητες, οι οποίες είναι απαραίτητες για τη διαδικασία της μάθησης, όπως είναι η δημιουργία σημειώσεων, η διαχείριση του χρόνου, η επεξεργασία των πληροφοριών και η αναζήτηση τους, η αναζήτηση βοήθειας και υποστήριξης. Σε περιβάλλοντα εξ αποστάσεως εκπαίδευσης ο φοιτητής είναι αυτόνομος και αλληλεπιδρά με τη μάθηση. Ακολουθεί βήματα συγκεκριμένα

όπως 1) Σχεδιάζει τον τρόπο που θα μελετήσει με βάση τα μαθησιακά του στυλ στα οποία ανήκει α) serialistic vs holistic β) controlled vs impulsive γ) deep learner vs surface learner. 2) Αλληλεπιδρά με το διδακτικό υλικό και σημειώνει τί έχει κάνει και τί όχι. 3) Ξανασκεύφεται τον τρόπο μελέτης που ακολουθεί 4) Διαχειρίζεται το χρόνο του ( Northedge, 2005).

«Μαθαίνω» σημαίνει ανάπτυξη του τρόπου σκέψης και όχι τη δημιουργία ενός πιστού αντιγράφου από όσα έχουν μελετηθεί. Αυτό γίνεται φανερό στην πράξη, καθώς ξεπροβάλλουν νέες ιδέες, διατυπώνονται απορίες και αντιρρήσεις, «Μαθαίνω» σημαίνει απόκτηση νέων ιδεών στην προσπάθεια κατανόησης του διδακτικού υλικού και της σύνθεσης του με τις ήδη υπάρχουσες γνώσεις. Για να τα πραγματοποιήσει αυτά ένας φοιτητής, ακολουθεί την πορεία: Διαβάζω, Σκέφτομαι, Γράφω, ενώ ταυτόχρονα το μυαλό του προσαρμόζεται στην ιδιαιτερότητα του υλικού που μελετά. Η πορεία της μάθησης περιλαμβάνει την προσπάθεια να κατανοήσει ο φοιτητής τι διαβάζει, τη δημιουργία σημειώσεων, την οργάνωση των νέων γνώσεων στο χαρτί ή στον υπολογιστή, την επεξεργασία των σημειώσεων ( Northedge, 2005).

### **Στρατηγικές οργάνωσης μελέτης και μάθησης**

Από τη βιβλιογραφία που μελετήθηκε προκύπτει η ύπαρξη συνοπτικών οδηγιών οι οποίοι καθοδηγούν τους εκπαιδευόμενους στην οργάνωση της μελέτης και επίτευξης μαθησιακών αποτελεσμάτων τόσο από εκπαιδευτικούς οργανισμούς όσο και από ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα σε μία προσπάθεια να υποστηρίξουν τους φοιτητές τους στη μαθησιακή τους πορεία.

Έτσι, ο οργανισμός Study Guides and Strategies (n.d) παρέχει πληροφορίες σε ένα εύρος αναγκών. Πιο συγκεκριμένα, παρέχει τεστ για να κατανοήσει ο εκπαιδευόμενος τον τρόπο που μαθαίνει, τα οφέλη από τη συνεχή του συμμετοχή στην εκπαιδευτική διαδικασία, καθώς και τεστ, βάσει των οποίων οι εκπαιδευόμενοι ανακαλύπτουν το προσωπικό μαθησιακό τους στυλ. Επίσης, τεστ τα οποία οδηγούν τον εκπαιδευόμενο στη συνειδητοποίηση των αγαπημένων του συνηθειών μελέτης ενώ ταυτόχρονα υιοθετεί μεθόδους μελέτης, όπως το σύστημα Index και ASPIRE, τα flashboards με τη συνοδεία παραδειγμάτων και ασκήσεων. Ο οργανισμός επικεντρώνεται σε οδηγίες οι οποίες αφορούν τους τρόπους διαχείρισης του χρόνου αλλά και της μελέτης του διδακτικού υλικού, καθώς και τους τρόπους με τους οποίους ο εκπαιδευόμενος θα μπορεί να ακολουθεί τη μαθησιακή του πορεία βασισμένος σε συγκεκριμένο πρόγραμμα, αποφεύγοντας το φαινόμενο της αναβλητικότητας, επιλύοντας προβλήματα, παίρνοντας αποφάσεις. Ταυτόχρονα δίνει οδηγίες για τη συγγραφή εργασιών, καθώς και ιδιαίτερη έμφαση στη δημιουργική σκέψη, παρέχοντας οδηγίες για αναζήτηση εναλλακτικών λύσεων και «διαδρομών» κατά τη διάρκεια της μελέτης και οργάνωσης της. Πιο συγκεκριμένα, όσο αφορά την οργάνωση της μελέτης, παρουσιάζει στρατηγικές για ενεργοποίηση της υπάρχουσας γνώσης μέσω συζητήσεων και χρήσης εργαλείων όπως τα mind και concept maps, οδηγίες για την οργάνωση της μελέτης διδακτικού υλικού το οποίο δυσκολεύει τους φοιτητές ως προς την κατανόηση του, αλλά και οδηγίες για τη συγγραφή εργασιών.

Αντίστοιχα ο οργανισμός The Critical Thinking Community ( n.d), επικεντρώνεται σε οδηγίες προς τους εκπαιδευόμενους σε μια προσπάθεια υποστήριξης τους, ώστε να γνωρίσουν τον τρόπο που θα μελετούν και μαθαίνουν με σκοπό την επίτευξη θετικών μαθησιακών αποτελεσμάτων. Εστιάζει στην ανάγκη ενεργητικής συμμετοχής και διατύπωσης ερωτημάτων και αποριών, καθώς και στην ανάγκη κατανόησης των νέων ιδεών μελετώντας το διδακτικό υλικό.

Το Anglia Ruskin University (n.d.), στα πλαίσια οργάνωσης της μελέτης τονίζει την ανάγκη ενεργητικής συμμετοχής στη μελέτη και προτείνει τη μέθοδο SQ3R ( Survey,

Question, Read, Recall, Review), όπως επίσης και τη δημιουργία αναλυτικών προσωπικών σημειώσεων με σαφή, σύντομο, κατανοητό και δομημένο τρόπο. Στα ίδια πλαίσια κινείται και το Saint Benedict University (n.d.) δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στην ανάγκη ύπαρξης ενός ισορροπημένου προγράμματος, στην οργάνωση του χρόνου, στην ύπαρξη σημειώσεων και στη χρήση της μεθόδου SQ3R. Το Lynchbourg College (n.d.), πέρα από τα παραπάνω εστιάζει ιδιαίτερα στην αποδελτίωση του διδακτικού υλικού. Το Notre Dame University (n.d.), δίνει ιδιαίτερη έμφαση στη δημιουργία concept ή mind maps προκειμένου ο εκπαιδευόμενος να μπορεί να οπτικοποιεί τις γνώσεις και το υλικό του, ώστε στη συνέχεια να μπορεί να οργανώνει τη μελέτη του.

Το Columbia University (n.d.) παρέχει οδηγίες για οργάνωση μελέτης και επίτευξη μαθησιακών αποτελεσμάτων με βάση τα μαθησιακά στυλ των εκπαιδευομένων (οπτικό, ακουστικό, κινησιοαισθητικό). Τονίζει τη σπουδαιότητα της στοχοθεσίας αλλά και της οργάνωσης του χρόνου, ενώ δίνει οδηγίες για τρόπους μελέτης και κατανόησης του διδακτικού υλικού μέσα από συγκεκριμένα βήματα που πρέπει να ακολουθήσει ο φοιτητής. Προτείνει επίσης ως σημαντική μέθοδο οργάνωσης μελέτης τη μέθοδο SQ3R και τρόπους αποφυγής της αναβλητικότητας, ενώ παραθέτει στρατηγικές για σαφείς σημειώσεις κυρίως κατά τη διάρκεια των μαθημάτων. Επιπλέον, παραθέτει μεθόδους σημειώσεων όπως τη μέθοδο Cornell, σύστημα δημιουργίας σημειώσεων από το διδακτικό υλικό, η οποία δημιουργήθηκε από το πανεπιστήμιο Cornell. Επιπλέον, εστιάζει ιδιαίτερα στα μαθησιακά στυλ των εκπαιδευομένων σε σχέση με τους τρόπους οργάνωσης της μελέτης και μάθησης. Στο πανεπιστήμιο του York (n.d.) επισημαίνεται πως η τάση για αναβλητικότητα είναι ιδιαίτερα υπαρκτή και πως σημαντικό ρόλο στην οργάνωση του χρόνου και στην αποτελεσματική οργάνωση της μελέτης και της μάθησης είναι η παρακολούθηση από τους φοιτητές της πορείας μελέτης τους και η αυτοαξιολόγηση τους. Επίσης, τονίζει την ανάγκη ύπαρξης στοχοθεσίας στη μελέτη και τον κατακερματισμό του διδακτικού υλικού σε τμήματα, ώστε να είναι πιο κατανοητό και προσίτο από το φοιτητή, όπως και την ανάγκη ύπαρξης κινήτρων και κινητοποίησης του φοιτητή. Το Florida Atlantic University (n.d.), παρέχει οδηγίες για τη διατήρηση σημειώσεων ενώ τονίζει την ανάγκη οργάνωσης του χρόνου. Το Dartmouth University (n.d.), υιοθετεί ως στρατηγική οργάνωσης της μελέτης και μάθησης τη μέθοδο SQ3R, τη διαχείριση του διδακτικού υλικού, του περιβάλλοντος των εκπαιδευομένων, ενώ δίνει ιδιαίτερη έμφαση στα μαθησιακά στυλ και στην αυτοαξιολόγηση. Το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου, δίνει ιδιαίτερη σημασία στη δημιουργία σημειώσεων οργανωμένων με βάση τα μαθησιακά στυλ των φοιτητών.

Σύμφωνα με τον Lyall (2005), η μελέτη και η οργάνωση της αποτελεί τον πυρήνα της μάθησης και διακρίνεται σε τέσσερις υποκατηγορίες, των οποίων η ύπαρξη οδηγεί στην επίτευξη των μαθησιακών αποτελεσμάτων. Οι κατηγορίες της οργάνωσης μελέτης ορίζονται ως εξής 1) μελέτη σε βάθος με χρήση πολλαπλών πηγών 2) δημιουργία σημειώσεων 3) απομνημόνευση 4) κατανόηση του περιεχομένου του διδακτικού υλικού. Στην πρώτη κατηγορία εντάσσεται η μελέτη σε βάθος με τη χρήση παραδειγμάτων, δραστηριοτήτων και παρακολούθηση των οδηγιών μελέτης, καθώς και η μελέτη άλλων επιπλέον πηγών πέρα από το διδακτικό υλικό. Στη δεύτερη κατηγορία, η τεχνική της δημιουργίας προσωπικών σημειώσεων βοηθά το φοιτητή να θυμάται το περιεχόμενο του αντικειμένου μελέτης του, ιδιαίτερα σε περίοδο εξετάσεων και υποστηρίζεται από σημειώσεις του για τα πιο δυσνόητα κυρίως σημεία του διδακτικού υλικού. Στην τρίτη κατηγορία περιλαμβάνεται η δημιουργία λιστών με τα κυριότερα σημεία, η επανάληψη γραφής των σημαντικότερων σημείων από τον ίδιο το φοιτητή, καθώς και η τοποθέτηση

σημαντικών σημειώσεων σε σημεία που διευκολύνουν το φοιτητή να τα παρατηρεί άμεσα. Η τέταρτη κατηγορία της οργάνωσης χαρακτηρίζεται ως η πιο δύσκολη, καθώς οι εκπαιδευόμενοι καλούνται να θέσουν τους προσωπικούς στόχους μελέτης, όπως αυτοί προκύπτουν από τη δική τους δουλειά ή από προηγούμενες εργασίες και ταυτόχρονα να μπορέσουν να συνδέσουν τη νέα γνώση με την ήδη αποκτημένη αναζητώντας αν χρειαστεί εναλλακτικές πηγές. Επίσης, άλλη στρατηγική μελέτης είναι η συμμετοχή του φοιτητή στη διαδικασία επίλυσης των προβλημάτων που τυχόν αντιμετωπίζει. Στα πλαίσια αυτής της κατηγορίας εντάσσεται η δημιουργία σημειώσεων, όπως η μελέτη του υλικού σε τακτά χρονικά διαστήματα από μια διαφορετική οπτική. Σύμφωνα με τον Lyall (2005), η αυτοαξιολόγηση από τους φοιτητές αποτελεί σημαντικό στάδιο για την πορεία και οργάνωση της μελέτης, καθώς ενεργοποιεί την ανάκληση μνήμης, ωθεί το φοιτητή να μεταφέρει προφορικά τις γνώσεις του σε άλλους και μπαίνει στη διαδικασία επίλυσης προβλημάτων, γεγονός που ικανοποιεί, ενεργοποιεί τους εκπαιδευόμενους, τους κάνει αυτόνομους και υπεύθυνους για την πορεία της μάθησης τους στα πλαίσια της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

Σύμφωνα με τη Shirley (2010), η ενεργητική συμμετοχή στη μάθηση επιτυγχάνεται μέσα από στρατηγικές οργάνωσης, όπως οι δραστηριότητες, η επεξεργασία του διδακτικού υλικού (σημειώσεις, ερωτήσεις, περιλήψεις, κύρια σημεία, επικοινωνία και συζήτηση με άλλους).

Σύμφωνα με το Λιοναράκη (2001), ο φοιτητής στο εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό περιβάλλον πρέπει να γνωρίζει τι πρέπει να κάνει, γιατί το κάνει, τότε πρέπει να το κάνει, πώς να το κάνει και αν το έκανε σωστά.

### **Οργάνωση μελέτης σε εξ αποστάσεως Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα**

Κριτική σκέψη ορίζεται από το Open University (n.d.), ως διαδικασία κατά την οποία κάποιος παραθέτει τεκμηριωμένη και πειθαρχημένη σκέψη σε ένα θέμα. Η οργάνωση της μελέτης στηρίζεται στην πραγματοποίηση της μελέτης με τρόπο κριτικό. Προϋποθέτει την ύπαρξη των εξής σταδίων: 1) Ανάλυση και εξέταση βασικών σημείων και τον εντοπισμό των μεταξύ τους σχέσεων. 2) Σύγκριση των ιδεών 3) Σύνθεση των ιδεών και τη σύνδεση τους 4) Εύρεση πρόσθετου υλικού και αξιολόγηση του. Ταυτόχρονα παρέχει οδηγίες για τον τρόπο που διαχειριζόμαστε και οργανώνουμε το διδακτικό υλικό το οποίο επιφέρει συχνά δυσκολίες στην κατανόηση του (Northedge, 2005).

Παράλληλα, υποστηρίζεται από το Ανοικτό Πανεπιστήμιο της Αγγλίας, η ανάγκη παράθεσης εικόνων, γραφημάτων, καθώς με αυτόν τον τρόπο η οργάνωση της μελέτης γίνεται πιο ουσιαστική και σε βάθος. Επιπλέον, υπογραμμίζεται η ανάγκη ενεργητικής συμμετοχής στη μελέτη και οργάνωση της. Πιο συγκεκριμένα μέσω της ενεργητικής συμμετοχής ο φοιτητής μελετά το διδακτικό υλικό κάτι με σκοπό να το κατανοήσει και να το αξιολογήσει σε σχέση με τις μαθησιακές του ανάγκες. Προτείνονται ως τρόποι ενεργητικής συμμετοχής στη μελέτη και οργάνωση της, η δημιουργία σημειώσεων, καθώς βοηθούν το φοιτητή να κατανοεί τις δύσκολες έννοιες χρησιμοποιώντας δικά του λόγια, η καταγραφή ερωτήσεων, η αυτοαξιολόγηση, η μεταφορά της σε άλλους, με προφορικό τρόπο. Ως βασική μέθοδος οργάνωσης μελέτης υιοθετεί την SQ3R, μέθοδος η οποία ενισχύει την ενεργητική μελέτη, δηλαδή τη μελέτη κατά την οποία ο φοιτητής εστιάζει την προσοχή του στη μελέτη του υλικού, υπογραμμίζοντας τα κύρια σημεία ή κρατώντας σημειώσεις στα περιθώρια. Διατυπώνει ερωτήσεις με βάση τις σημειώσεις και τη μελέτη του, καθώς με αυτόν τον τρόπο ο φοιτητής μπαίνει σε διαδικασία σκέψης. Σε περίπτωση που συναντήσει δυσκολίες, επαναδομεί το υλικό που διάβασε, το χωρίζει

σε τμήματα, καταγράφει πιο αναλυτικές σημειώσεις, συντάσσει περιλήψεις και αναζητά πρόσθετες πληροφορίες από άλλες πηγές. Η οργάνωση της μελέτης συμβάλλει στην δημιουργική και ενεργητική εμπλοκή του φοιτητή με το υλικό. Η δημιουργία σημειώσεων δεν αποτελεί απλή καταγραφή πληροφοριών αλλά είναι διαδικασία με συγκεκριμένη δομή και συνιστά αποτέλεσμα προσωπικής μελέτης. Επίσης, συνδέεται με την απόκτηση της γνώσης, την οργάνωση της (μέσω γραφημάτων, πινάκων, συνδέσεων, mind maps), την υποστήριξη και ανάπτυξη της δημιουργικότητας, καθώς γεννιούνται νέες ιδέες και την εφαρμογή στρατηγικών μελέτης (απορίες ερωτήσεις, αξιολόγηση σημειώσεων μας). Οργάνωση μελέτης με τρόπο κριτικό σημαίνει πως ο φοιτητής δεν αποδέχεται τυφλά ό,τι μελετά αλλά αναζητά πληροφορίες σχετικά με τους συγγραφείς, τις πηγές, την έκδοση, την ύπαρξη τεκμηρίων και συμπερασμάτων τα οποία βασίζονται σε αποδείξεις και επιχειρήματα (Northedge, 2005)

Το Open University (n.d.) της Αγγλίας, εστιάζει στα μαθησιακά στυλ, καθώς και στη διαχείριση του χρόνου, της δουλειάς που παράγει ο φοιτητής και της διαχείρισης του ίδιου του εαυτού του. Ταυτόχρονα δίνει οδηγίες για τον τρόπο που πρέπει να οργανώνει κάποιος τους φακέλους της μελέτης, ενώ ταυτόχρονα εστιάζει στην κριτική μελέτη του διδακτικού υλικού. Βασικό τμήμα της οργάνωσης της μελέτης είναι η δημιουργία σημειώσεων με τρόπο τέτοιο ώστε να συγκεντρώνεται η γνώση, να υποστηρίζεται η μνήμη και η δημιουργικότητα.

Το Utah University (n.d.), επικεντρώνεται στη δημιουργία σημειώσεων του διδακτικού υλικού, ενέργεια η οποία στηρίζεται στη διαχείριση και επεξεργασία κάθε νέας πληροφορίας από τον εγκέφαλο. Ο εγκέφαλος «χτίζει» στην προηγούμενη γνώση, αναζητά φόρμες, ερμηνείες και οδηγεί τον εκπαιδευόμενο να οργανώνει τη μελέτη του έχοντας ενεργητικό ρόλο στη δημιουργία σημειώσεων και όχι παθητικό (απλή ανάγνωση). Η οργάνωση του υλικού προωθεί την ενεργητική μάθηση, παρέχει ακριβή πληροφορία και βοηθά στην αναδόμηση της.

Το τμήμα της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης του Ohio State University (n.d.), συνδέει την οργάνωση μελέτης με την ύπαρξη δεξιοτήτων και προηγούμενης εκπαιδευτικής εμπειρίας του φοιτητή. Επικεντρώνεται στη διαχείριση του εκπαιδευτικού υλικού, την παρακολούθηση της πορείας του και την αυτοαξιολόγηση.

Το Griffith University (n.d.) της Αυστραλίας, τονίζει πως για να μπορεί κάποιος να οργανώσει τη μελέτη του και τις εργασίες του, θα πρέπει να διαθέτει κριτική σκέψη, η οποία δε σχετίζεται με τη διάθεση κρίσης ή κριτικής αλλά πρόκειται για την ικανότητα χρήσης λογικής και τεκμηρίων από το φοιτητή για οποιαδήποτε θέση καλείται να στηρίξει. Πρόκειται επίσης για εξέταση των ιδεών του αλλά και των άλλων, αξιολόγηση, σύνθεση των διαφορετικών ιδεών και εφαρμογή τους σε διαφορετικές περιπτώσεις. Η κριτική σκέψη σύμφωνα με το Griffith University (n.d.), σε σχέση με το διδακτικό υλικό και την οργάνωση της μελέτης του περιλαμβάνει επτά βήματα: 1) Ανάλυση και ερμηνεία ερωτήσεων 2) Προσεκτική σε βάθος μελέτη 3) Διατύπωση ερωτήσεων 4) Δημιουργία links με βάση τις προϋπάρχουσες γνώσεις 5) Κατανόηση ύπαρξης και δυνατότητα χρήσης διαφορετικών επιλογών στη μελέτη του υλικού 6) Κατανόηση του ευρύτερου θεωρητικού πλαισίου 7) Ανάπτυξη και διατύπωση θέσεων και αντιρρήσεων με βάση το υλικό. Τη μέθοδο SQ3R την προτείνει ως ιδιαίτερα σημαντική για να μπορεί ο φοιτητής να μελετά με κριτικό τρόπο και να οργανώνει τη μάθηση του.

Το Open Polytechnic (n.d.) της Νέας Ζηλανδίας τονίζει πως η εξ αποστάσεως εκπαίδευση προσφέρει ευελιξία και εκπαίδευση δια βίου, όμως απαιτείται οργάνωση και πειθαρχία, κίνητρα και ενεργητική συμμετοχή. Απαιτείται αυτονομία στη μελέτη καθώς δεν υπάρχει προγραμματισμένο σχέδιο μελέτης. Η οργάνωση και διαχείριση

της πειθαρχίας απαιτεί σχεδιασμό, διαχείριση χρόνου, διαχείριση του διδακτικού υλικού, ανεύρεση συμπληρωματικού υλικού, επιβολή στόχων, καθώς και διαχείριση των παραπάνω με βάση τα μαθησιακά στυλ των εκπαιδευομένων, τα οποία επηρεάζουν τον τρόπο μελέτης και οργάνωσης της.

Το Appalachian State University (n.d.) εστιάζει στη σημασία των σημειώσεων και της μελέτης σε βάθος η οποία πραγματοποιείται με τη δημιουργία σημειώσεων. Προτείνει τρόπους καταγραφής σημειώσεων, όπως διαγράμματα, σύγκριση, concept maps, τη μέθοδο KWI (What I know, What I want to know, What I learned) και επίλυση προβλημάτων. Επίσης, οδηγίες για τη διαχείριση του χρόνου, οδηγίες για τη μελέτη πριν, κατά τη διάρκεια αλλά και το τέλος της. Όσο αφορά την εξ αποστάσεως εκπαίδευση, εστιάζει στη διαχείριση του χρόνου και την αποτελεσματικότητα της επανάληψης και ανασκόπησης της αποκτηθείσας γνώσης.

### **Ψηφιακά εργαλεία και Μέθοδοι οργάνωσης μελέτης**

Ενδεικτικά, αναφέρονται παρακάτω κάποια ψηφιακά εργαλεία και συστήματα σημειώσεων όπως: EverNote, Simple Note, Work Flowy, One Note, Spider Scribe, CoConqr, σύστημα Cornell και Outline ( discoverbusiness, n.d) και Wikibot, gFlash, Noteability, Mindmapping, Popplet (collegeatlas, n.d).

Επίσης μέθοδοι οργάνωσης μελέτης όπως: SQ3R( survey, question, read, recite, review), OQ4R(overview, key ideas, read, recall, reflect review),ASPIRE(approach-arrange, select-survey, piece together,investigate,reevaluate-reflect,evaluate-examine-explore), MURDER(mood, understand, recall, digest, expand) ROWAK (read, organize, write actively, read correctly, S-RUN (surrey, read, underline, notate( discoverbusiness, n.d).

### **Συμπεράσματα - Συζήτηση**

Το μοντέλο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης συνδέεται άρρηκτα με την αυτονομία και αυτορρυθμιζόμενη μάθηση του εκπαιδευομένου και τον τρόπο που μαθαίνει μόνος του. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η ύπαρξη δεξιοτήτων – εργαλείων όπως η κρίση, η σύγκριση η αντιπαράθεση, η περιγραφή, η ερμηνεία, η ανάλυση, η επιχειρηματολογία, η αξιολόγηση, ο έλεγχος η αμφισβήτηση η παρατήρηση και η επίλυση προβλημάτων. Αυτά τα εργαλεία αποτελούν ταυτόχρονα δομικά στοιχεία της κριτικής σκέψης, η οποία οδηγεί στην ενεργητική συμμετοχή του εκπαιδευομένου στη μαθησιακή του πορεία, στη διατύπωση ερωτημάτων, προβολή νέων ιδεών και επεξεργασία τους μέσω του διδακτικού υλικού. Τα δομικά αυτά στοιχεία της κριτικής σκέψης είναι απαραίτητα για την οργάνωση της μελέτης (Μανούσου, 2017), και αποτελούν τον πυρήνα της μάθησης (Lyall, 2005). Σύμφωνα με τη Shirley ( 2010), η ενεργητική συμμετοχή στη μάθηση επιτυγχάνεται μέσα από στρατηγικές οργάνωσης, όπως οι δραστηριότητες, η επεξεργασία του διδακτικού υλικού (σημειώσεις, ερωτήσεις, περιλήψεις, κύρια σημεία, επικοινωνία και συζήτηση με άλλους). Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα τα οποία προσφέρουν συμβατική αλλά και εξ αποστάσεως εκπαίδευση, εστιάζουν ιδιαίτερα στην ανάγκη στοχοθεσίας, στα μαθησιακά στυλ, στη διαχείριση του χρόνου, στην καταπολέμηση της αναβλητικότητας, στον καταμερισμό του διδακτικού υλικού, στην αποδελτίωση του, στη συγγραφή εργασιών, στη μελέτη κατά τη διάρκεια των εξετάσεων. Παρατηρείται, πως τα ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα που προσφέρουν εξ αποστάσεως εκπαίδευση, θεωρούν πέρα από τα παραπάνω, ως απαραίτητο στοιχείο στην οργάνωση της μελέτης, την κριτική μελέτη του διδακτικού υλικού, την αλληλεπίδραση με αυτό, την αυτοαξιολόγηση, τη σύγκριση και σύνθεση ιδεών με βάση τις προϋπάρχουσες γνώσεις, τη διαχείριση του εαυτού μας. Η οργάνωση της μελέτης στηρίζεται στην πραγματοποίηση της μελέτης

με τρόπο κριτικό (Open University, n.d.) και καθοδηγεί τον εκπαιδευόμενο στο τι πρέπει να κάνει, γιατί το κάνει, πότε το κάνει, πως το κάνει και στην εξέταση του αν το έκανε σωστά (Λιοναράκης, 2001). Η κύρια μέθοδος οργάνωσης μελέτης η οποία προτείνεται από πολλά ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα, είτε συμβατικά είτε εξ αποστάσεως είναι η SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, Review), μέθοδος η οποία θα αναμενόταν να στηρίζεται κυρίως από τα εξ αποστάσεως ιδρύματα, καθώς φαίνεται πως αυτά επιμένουν κυρίως στην κριτική σκέψη, ως προϋπόθεση για την οργάνωση της μελέτης. Επίσης, δίνεται ιδιαίτερη σημασία στη δημιουργία σημειώσεων, όχι ως μία διαδικασία αντιγραφής κυρίων σημείων του διδακτικού υλικού, αλλά ως διαδικασία η οποία προκύπτει από τη διαχείριση κάθε πληροφορίας και επεξεργασίας της στη βάση των προϋπαρχουσών γνώσεων, της αναζήτησης ερμηνειών, της ενεργητικής εμπλοκής του εκπαιδευόμενου στη μαθησιακή του πορεία (Utah University, n.d.).

Όσο αφορά τις μεθόδους οργάνωσης μελέτης, παρατηρείται πως βασίζονται στις δεξιότητες τις οποίες πρέπει να διαθέτει ένας εκπαιδευόμενος, οι οποίες ταυτόχρονα αποτελούν δομικά στοιχεία της κριτικής σκέψης και δεν επηρεάζεται η εφαρμογή τους από τη συμμετοχή τους σε εξ αποστάσεως ή συμβατικό εκπαιδευτικό περιβάλλον. Η έρευνα, οι ερωτήσεις, η επιχειρηματολογία, η μελέτη σε βάθος, η ανάκληση των γνώσεων, η αναθεώρηση, η συλλογή, ανάλυση, επανεξέταση, κατανόηση, εμπέδωση, η επίλυση προβλημάτων αποτελούν βασικούς πυλώνες της οργάνωσης μελέτης (Utah University, n.d.).

Από τη μελέτη της βιβλιογραφίας προκύπτει πως η οργάνωση μελέτης τόσο σε συμβατικά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα όσο και σε εξ αποστάσεως, δεν παρουσιάζει ιδιαίτερες διαφορές, καθώς τα περισσότερα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα συνδέουν την οργάνωση μελέτης με τη διαχείριση του χρόνου, του άγχους, του διδακτικού υλικού, των μαθησιακών στυλ, της στοχοθεσίας, της αυτοαξιολόγησης. Η κυρίαρχη μέθοδος μελέτης και στα συμβατικά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα είναι η SQ3R (survey, question, read, recite, review), μέθοδος η οποία προϋποθέτει την ενεργητική εμπλοκή του εκπαιδευόμενου, την ύπαρξη αυτονομίας και αυτορρύθμισης σε όλη την μαθησιακή του πορεία, αρχές που χαρακτηρίζουν τη φυσιολογία της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Η αυτονομία προϋποθέτει δεξιότητες που λειτουργούν ως εργαλεία στη μαθησιακή πορεία (Λιοναράκης, οπ. αν σε Μανούσου 2017). εργαλεία που ταυτόχρονα αποτελούν δομικά στοιχεία της κριτικής σκέψης. Η αυτονομία και η κριτική σκέψη, αποτελούν απαραίτητες συνιστώσες στην οργάνωση μελέτης (Μανούσου, 2017) Η ενεργητική συμμετοχή στη μάθηση, απαραίτητο στοιχείο της εκπαίδευσης, μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσα από στρατηγικές οργάνωσης, με τη βοήθεια των οποίων ο εκπαιδευόμενος γνωρίζει τι πρέπει να κάνει, το λόγο που το κάνει, το πότε θα το κάνει, τον τρόπο αλλά και τα αποτελέσματα των προσπαθειών του.

Επιπλέον, δεν αναφέρεται ο ρόλος της συνεργασίας των φοιτητών στο πλαίσιο της οργάνωσης μελέτης, αλλά ούτε ο ρόλος των διδασκόντων στη διαδικασία αυτή, είτε σε συμβατικά είτε σε εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά ιδρύματα.

### **Περιορισμοί έρευνας - προτάσεις**

Κατά την προσπάθεια προσέγγισης και μελέτης της βιβλιογραφίας σχετικά με το θέμα της οργάνωσης μελέτης στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, παρατηρήθηκε ένα σημαντικό κενό, καθώς δεν έχει διερευνηθεί αρκετά ούτε σε βάθος, ενώ παράλληλα το υπάρχον υλικό είναι περιορισμένο και τυποποιημένο. Επιπλέον, δεν αναφέρεται αναλυτικά και σε βάθος ο τρόπος με τον οποίο οι φοιτητές μπορούν να οργανώσουν

τη μελέτη τους με οδηγό τις δεξιότητες, την κριτική τους σκέψη και την ενεργητική τους συμμετοχή, ούτε οι προϋποθέσεις αυτής της οργάνωσης.

Από τη βιβλιογραφική επισκόπηση προκύπτουν πολλά ερωτήματα που θα μπορούσαν να διερευνηθούν όπως: Ποιοι παράγοντες επηρεάζουν την οργάνωση της μελέτης στην πράξη. Ποιες οι διαφορές αν υπάρχουν, ανάμεσα στην οργάνωση μελέτης σε εξ αποστάσεως και συμβατικά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα. Ποιες στρατηγικές και ψηφιακά εργαλεία μπορούν να εφαρμοστούν στα πλαίσια της οργάνωσης μελέτης. Ποιες οι διαφορές στην οργάνωση μελέτης στη σχολική και τριτοβάθμια εκπαίδευση.

### Βιβλιογραφικές αναφορές

- Anglia Ruskin University ( n.d.). <http://anglia.libguides.com/study-skills-plus/academic-skills>
- Appalachian State University ( n.d). Effective Study Skills Retrieved 5/9/2017 from <https://lap.appstate.edu/note-taking-tips>
- Brak, B., Lan. W., & Paton, O. (2010). Profiles in Self-Regulated Learning in the Online Learning Environment. Retrieved 1/9/2017 from <http://www.irrodl.org/index.php/irrodl/article/view/769/1480>
- Bund, A & Wiemeyer, J. ( n.d ) Self-controlled learning of a complex motor skill: Effects of the learners' preferences on performance and self-efficacy. Retrieved 6/9/2017 from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.503.9500&rep=rep1&type=pdf>
- Cagiorglou, U. (2014). Analyzing the Effect of Learning Styles and Study Habits of Distance Learners on Learning Performances: A Case of an Introductory Programming Course. *The International Review of Research in Open and Distance Learning v.15 n 4* Retrieved 4/9/2017 from <http://www.irrodl.org/index.php/irrodl/article/viewFile/1840/3053>
- Cazan, A ( 2013) Teaching Self Regulated Learning Strategies for Psychology Students Retrieved in 6/9/2017 from [http://ac.els-cdn.com/S1877042813009567/1-s2.0-S1877042813009567-main.pdf?\\_tid=b50d9570-930b-11e7-b6e6-00000aacb361&acdnat=1504706595\\_a286df49a00089d3f6fbc58e5a23216b](http://ac.els-cdn.com/S1877042813009567/1-s2.0-S1877042813009567-main.pdf?_tid=b50d9570-930b-11e7-b6e6-00000aacb361&acdnat=1504706595_a286df49a00089d3f6fbc58e5a23216b)
- Columbia College (n.d.) Retrieved 25/9/2017 from <https://www.ccis.edu/offices/academicresources/writingcenter/studyskills.aspx>
- Dartmouth University (n.d.). Received 30/8/2017 from <https://students.dartmouth.edu/academic-skills/learning-resources/learning-strategies/reading>
- Discoverbusiness ( n.d ).How to Study More Effectively – Top Methods for College Retrieved 3/9/2017 from <https://www.discoverbusiness.us/learning/>
- Florida Atlantic University ( n.d.) [https://www.fau.edu/uas/tips\\_academicssuccess.php](https://www.fau.edu/uas/tips_academicssuccess.php)
- Foundation for Critical Thinking. (2007). *The Thinker's Guide to Analytic Thinking* Retrieved from <http://www.criticalthinking.org/ctmodel/logic-model1.htm>
- Gambill, J., Moss, L., & Vercogni, Ch.( 2008). The impact of study skills and organizational methods on student achievement. Retrieved 6/9/2017 from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED501312.pdf>
- Griffith university (n.d.) Study Smart Retrieved 2/9/2017 from <https://www.griffith.edu.au/open-universities-australia/self-help-resources/study-smart>
- Gurung, R., Weidert, J., & Jeske, A. (2010) Focusing on how students study *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning, Vol. 10, No. 1.* Retrieved 2/10/2017from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ882123.pdf>
- Holmberg, B. (2002). *Εκπαίδευση εξ αποστάσεως. Θεωρία & πράξη* (2η έκδ.). Αθήνα: ΕΛΛΗΝ
- Kraft, K & McConnell, D. ( 2013) Helping students learn how to learn Retrieved 6/9/2017 from [https://serc.carleton.edu/sage2yc/self\\_regulated/activities.html](https://serc.carleton.edu/sage2yc/self_regulated/activities.html)
- Lyll (2005)The strategies used by distance education students when learning basic chemistry; implications for electronic delivery Received 20/9/2017 from [http://www.rsc.org/images/p3\\_Lyll\\_tcm18-33084.pdf](http://www.rsc.org/images/p3_Lyll_tcm18-33084.pdf)
- Lynchbourg college ( n.d.) Retrieved 20/8/2017 from <https://www.lynchburg.edu/academics/tutoring-academic-support/top-10-study-skills/>
- Mazumber, Q.( 2014). Student Motivation and Learning Strategies of Studentsfrom USA, China and Bangladesh *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE) Vol.3, No.4.* Retrieved 5/9/2017 from <http://iaesjournal.com/online/index.php/IJERE>
- Morales, J., & Holguín, B. (2009). Guidance in Reading Strategies: A First Step Towards Autonomous Learning in a Semi-Distance Education Program. *PROFILE Issues in Teachers' Professional*

- Development, 11(1), 41-56. Retrieved from <https://revistas.unal.edu.co/index.php/profile/article/view/10505/36782>
- Northedge, A. (2005). *The Good Study Guide*. Open University .Retrieved 28/9/2017 from <http://www.open.ac.uk/goodstudyguide/pages/look-inside.php>
- Notre Dame University ( n.d.) Retrieved 2/9/2017 from <https://l1atnd.wordpress.com/2011/05/10/best-tools-and-practices-for-concept-mapping/>
- Onwe, O. (2013). Policies and Practice of Open and Distance Learning Models in the Sub-Saharan African Countries: A Literature Survey. *American International Journal of Contemporary Research* (Vol. 3) (No. 8). Ανακτήθηκε 21 Αυγούστου 2017 από [http://www.ajcnet.com/journals/Vol\\_3\\_No\\_8\\_August\\_2013/15.pdf](http://www.ajcnet.com/journals/Vol_3_No_8_August_2013/15.pdf)
- Open Polytechnic ( n.d.) Retrieved 1/9/2017 from <https://www.openpolytechnic.ac.nz/current-students/study-tips-and-techniques/study-tips/>
- Open University (n.d.) Skills for OU Study <http://www2.open.ac.uk/students/skillsforstudy/>
- Poyraz, C. (2013). Investigating distance education students study skills *Turkish Online Journal of Distance Education* Vol 14 N. 4 Retrieved 2/10/2017 from [http://tojde.anadolu.edu.tr/makale\\_goster.php?id=921](http://tojde.anadolu.edu.tr/makale_goster.php?id=921)
- Purnell C 2013 Organize According to Your Learning Style. Retrieved 4/9/2017 from <http://www.apartmenttherapy.com/organize-according-to-your-learning-style-182638>
- Saint Benedict university (n.d.) Retrieved 30/8/2017 from <http://www.csbsju.edu/academic-advising/study-skills-guide>
- Sherafat, R., & Venkatesha, M.( 2016). A Study of Study Habits and Academic Achievement among Secondary and Senior Secondary School Students of Mysore City *The International Journal of Indian Psychology* Vol 3, No.3 Retrieved 20/9/2017 from <http://oaji.net/articles/2016/1170-1453806341.pdf>
- Shirley, R.( 2010). 7 Success strategies for distance learners <http://www.worldwidelearn.com/education-articles/distance-learning-success.htm>
- Study Guides and Strategies ( n.d.) Retrieved 20/8/2017 from <http://www.studygs.net/>
- Utah State University (n.d.) College Note Taking Another Academic Success Key! Retrieved 4/9/2017 from [http://www.usu.edu/asc/studysmart/pdf/Note\\_taking\\_examples.pdf](http://www.usu.edu/asc/studysmart/pdf/Note_taking_examples.pdf)
- York University (n.d.) Retrieved 15/9/2017 from <http://lss.info.yorku.ca/resources/university-time-management/#Planning>
- Webb, L. et. al ( 2014). Results of a Randomized Controlled Trial of Student Success Skills *Society for research on educational effectiveness* Retrieved 1/9/2017 from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED562995.pdf>
- Γιαγλή, Σ., Γιαγλής, Γ., & Κουτσούμπα, Μ. (2010). Αυτονομία στην μάθηση στο πλαίσιο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. *Open Education Journal* , - *The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology* 6(1 & 2), 93-106. Ανακτήθηκε 2/9/2017 από <https://ejournals.e-publishing.ekt.gr/index.php/openjournal/article/view/9753/9886>
- Λιοναράκης, Α. (2005). Ανοιχτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση και διαδικασίες μάθησης, στο Α. Λιοναράκης (Επιμ.) *Ανοιχτή και εξ αποστάσεως Εκπαίδευση, Παιδαγωγικές και Τεχνολογικές Εφαρμογές*, (σελ. 13-38). τόμος Δ', Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, Πάτρα.
- Λιοναράκης, Α. (2001). Ανοιχτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση: προβληματισμοί για μια ποιοτική προσέγγιση σχεδιασμού εκπαιδευτικού υλικού. Στο Α. Λιοναράκης (Επιμ.), *Απόψεις και προβληματισμοί για την ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση*. σελ. 33-52. Αθήνα: Προπομπός
- Μανούσου, Ε. (2017). *Οι δεξιότητες των φοιτητών που εκπονούν μεταπτυχιακή - ερευνητική εργασία*. Ελληνικό Δίκτυο Ανοικτής και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.
- Νικολακάκη, Ε., & Κουτσούμπα, Μ. (2013). Η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση στην εξΑΕ στο *Open Education - The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology* 9(1), 19-31 Ανακτήθηκε 5/10/2017 από <https://ejournals.e-publishing.ekt.gr/index.php/openjournal/article/view/9807/9932>
- Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (χ.η). Οργάνωση Μελέτης. Ανακτήθηκε 10/9/2017 από <https://www.cut.ac.cy/studies/counseling/success/studyManagement/>

