Εργασία Υγιεινής - Μικροβιολογίας – α΄εξάμηνο – ΟΔΗΓΕΙΕΣ

1. Γράψτε το όνομά σας!!
2. Επιλέξτε κάτι πολύ συγκεκριμένο (πχ Ατομική Υγιεινή – Ύπνος, ή Κοινωνική Υγιεινή - Κάπνισμα)
3. Μην ξεχάσετε να συμπεριλάβετε βασικά πράγματα, πχ, τα στάδια του ύπνου, τι σκοπιμότητες εξυπηρετεί, πόσες ώρες προτίνουν οι ειδικοί ανάλογα με την ηλικία, κτλ)
4. Εάν δεν βρείτε αρκετές πληροφορίες, κάντε συνδιασμό (πχ. Ατομική Υγιεινή – Διατροφή και Ύπνος)
5. Χρησιμοποιήστε εάν είναι δυνατόν έγκυρες ιστοσελίδες (πχ. Άρθρα γιατρών, κτλ)
6. Συμπεριλάβετε χρηστικές πληροφορίες, useful tips (πχ.κλείστε τα κινητά μία ώρα)
7. Γράψτε αιτιολογία όπου αυτό είναι δυνατον (πχ. Με την άσκηση το σώμα παράγει ενδορφίνες)
8. Να είστε ακριβής στην περιγραφή σας (μην αφήνετε ασάφειες)
9. Προσέξτε την έκφρασή σας (μην κάτετε συντακτικά λάθη)
10. Προσέξτε την ορθοργραφία (ξαναδιαβάστε πολλές φορές την εργασία σας και διορθώστε τυχόν εκφραστικά- ορθογραφικά λάθη)
11. Χρησιμοποιήστε έννοιες που έχουμε μάθει (πχ με τι ασχολείτε η Κοινωνική Υγιεινή)
12. Εάν είναι απαραίτητο, αντιμετωπίστε το θέμα σφαιρικά (από άποψη υγείας, πρόληψης, οικονομικής πλευράς, κτλ)
13. Η εργασία σας θα πρέπει να είναι περίπου 2 σελίδες (όχι πιο λίγο!!) Σε ξεχωριστή σελίδα, γράψτε την βιβλιογραφία που έχετε χρησιμοποιήσει (βιβλία, ιστοσελίδες, βιντεάκια από το internet). Εάν γράψετε αυτούσια τα λόγια κάποιου, τα γράφετε εντός εισαγωγικών. (πχ. Εάν τα πείτε με δικά σας λόγια, δεν χρειάζονται εισαγωγικά, αλλά θα πρέπει να γράψετε πχ Όπως αναφέρει ο Γεώργιος Παπαδόπουλος, οι ενδορφίνες αυξάνουν την αίσθηση χαράς.1 («οι ενδορφίνες προκαλούν θετικά συναισθήματα» 1, και στην βιβλιογραφία θα γράψετε 1. (και το link με copy-paste)
14. Η βιβλιογραφία είναι απαραίτητη, (εάν την χρησιμοποιήσετε), διότι εάν δανειστείτε κάτι χωρίς να αναφέρετε την πηγή, θεωρείτε λογοκλοπή, και είναι ποινικό αδίκημα.
15. Χρησιμοποιήστε γραμματοσειρά νούμερο 12 στο μεγαλύτερο μέρος της εργασίας σας (στους τίτλους μπορείτε και πιο μεγάλη). Αν θέλετε, χρησιμοποιήστε και χρώματα.
16. Για να είστε σίγουρη ότι έχετε γράψει μία καλή εργασία, μην διστάσετε να την διαβάσετε σε μια / έναν συμφοιτητή σας για να σας επισημάνει τυχόν ασάφειες, παραλείψεις, κτλ.
17. Κάντε ένα σχεδιάγραμμα πριν αρχίσετε (για να μην ξεχάσετε διάφορα πράγματα και να ξέρετε τι ακριβώς θα γράψετε.
18. Μην παρασέρνεστε και γράψετε πολλά!!!
19. Συμβουλευτείτε τα αρχεία που έχω ανεβάσει στο e-class. Ελέγξτε την εργασία σας έχοντας ανοιχτές τις σημειώσεις που έχω ανεβάσει!!
20. Ακολουθείστε το περίγραμμα που σας δίνω.

Την εργασία δεν την κάνετε μόνο για να πάρετε βαθμό, αλλά για να μάθετε να κάνετε έρευνα, να εμπλουτίσετε τις γνώσεις σας και να βελτιώσετε την δική σας ζωή με χρηστικές πληροφορίες, αλλά και του περιβάλλοντός σας.

Έχετε 2 βδομάδες να ολοκληρώσετε την εργασία σας.

Εάν θέλετε παράταση, πρέπει να έχετε σοβαρό λόγο (αλλίως, η καθυστέρηση μπορεί να επιρρεάσει τον βαθμό σας.)

Είμαι σίγουρη ότι θα γράψετε καταπληκτικές εργασίες!!!

Σας εύχομαι ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΊΑ!!

Όνομα: (Μαρία Γεωργιάδου) Ημερομηνία: 5 / 11 / 2022

Μάθημα: Υγιεινή – Μικροβιολογία (α΄εξάμηνο)

Τίτλος εργασίας:

(Ατομική Υγιεινή – Διαχείρηση Άγχους)

Ορισμός Άγχους:

Επιπτώσεις - Συνέπειες Άγχους:

* ……………………..
* ………………………………..
* ………………………………

Τρόποι Αντιμετώπισης τους Άγχους:

* …………………………………..
* ……………………………………………
* ………………………………………………….

(στην επόμενη σελίδα)

Βιβλιογραφία