

Piano di studio Materia medica popolare

Consigli sullo studio

Studio approfondito:

Unità di mass. 50 minuti, 10 min. di pausa
primo di proseguire con un altro argomento:

- 5 min. iniziali per indice e riassunti
- 40 min. di studio per ca. 9 pagine:
 - prima i disegni
 - poi il testo
 - appunti su scoperte e domande
- 5 min. conclusivi di riflessione sul tema
- spostare ad ogni ripresa p.es. di 3 pagine (3 riprese)

vedi anche: [Consigli sullo studio](#)

Rilettura:

Specialmente Thibodeau e dispense: sfogliare p.es.
prima di addormentarsi

Ripasso:

Specialmente dispense: in tempi morti e di attesa

MmP 15:

Questo incontro
tratta temi di
immunità
corporea

Nella prima
parte sono
trattati
elementi e
funzionamento
del sistema

Di seguito sono esposti i vari
disturbi immunitari e lo stress
(che coinvolge notevolmente
il sistema immunitario)

"Sistema immunitario"

	da pagina	a pagina	pagine	riprese	tempo per pagina	tempo complessivo min.	tempo complessivo ore	giorni di studio	impegno ca. ore al giorno	
Fitoterapia: Limone			1	3	5	15	0.3			
Lucidi:										
Programma serale	.pdf		1	1	5	5	0.1			
Introduzione al tema	.pdf		10	1	5	50	0.8			
Malattie linfatiche	.pdf		8	1	5	40	0.7			
Malattie immunitarie	.pdf		10	1	5	50	0.8			
Patologia dello stress	.pdf		10	1	5	50	0.8			
Thibodeau & Patton:										
		Sistema immunitario	632	687	55	1	5	275	4.6	
Dispense:										
		AF 4,19: Sistema linfatico			10	1	5	50	0.8	
		AF 4,20: Sistema immunitario			10	1	5	50	0.8	
		AF 4,21: Stress e sindrome di adattamento			5	1	5	25	0.4	
		PT 4,5: Malattie linfatiche			8	2	5	80	1.3	
		PT 4,6: Malattie immunitarie			15	2	5	150	2.5	
		PT 4,7: Patologia dello stress			9	2	5	90	1.5	
Materiale di lavoro:										
		Strumenti di lavoro			25	2	10	500	8.3	
		Domande di controllo:			5	2	2	20	0.3	
Totali					142		1450	24.2	14	1.7
Approfondimento; riserve lavorative ad libitum (materiale reperibile da Bianca Buser):										
• Lucidi relatore MmP15 (ordinabile da LASER, Mario Santoro)								ca. 50 pagine		
•		
•		
•		

[Ordinazione materiale MmP 15](#)