

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 2:		"Tecniche e metodi di studio"						
Questo incontro tratta tecniche e metodi di studio "autodidattico" per adulti in piena vita lavorativa	Non è solo importante abituarsi a regolari ritmi di studio, ma anche ad una visione meno nozionistica e più di comprensione e di supervisione	Come introduzione servono modelli grossolani fisiologici e anatomici. Viene aggiunta come esempio un'introduzione alla dietetica						
		da pagina	a pagina	pagine	riprese	tempo per pagina	tempo complessivo min.	tempo complessivo ore
Fitoterapia:	Menta piperita			1	1	5	5	0.1
Lucidi:	Programma serale	.pdf		1	1	5	5	0.1
	Lo studio di materia medica popolare	.pdf		5	1	5	25	0.4
	Modelli di anatomia e fisiologia	.pdf		13	1	5	65	1.1
	Introduzione alla nutrizione	.pdf		9	1	5	45	0.8
	Tecniche e metodi di studio	.pdf		4	1	5	20	0.3
	Modelli e rappresentazione di sistemi	.pdf		5	1	5	25	0.4
Thibodeau & Patton:	Sfogliare lentamente il volume			800	1	0.5	400	6.7
Dispense:	Tecniche e metodi di studio MN 1.1			12	2	5	120	2.0
	Modelli e rappresentazioni di sistemi Mn 1.2			30	2	5	300	5.0
Materiale di lavoro:	Due "analisi dietetiche"							1.0
	Esercizi "pensiero"			1	5	5	25	0.4
	StrumLav.: "sistemi e rappresentazione"			5	1	5	25	0.4
	StrumLav.: "modelli sistemici e basi del tirocinio"			7	1	10	70	1.2
	Domande di controllo:			5	2	2	20	0.3
Totali				860			1150	19.2
Approfondimento; riserve lavorative ad libitum (materiale reperibile da Bianca Buser):								14
	• Lucidi relatore							ca. 50 pagine
	• Testo di psicologia /psicoterapia							...
	•							...
	•							...

Ordinazione materiale MmP 2