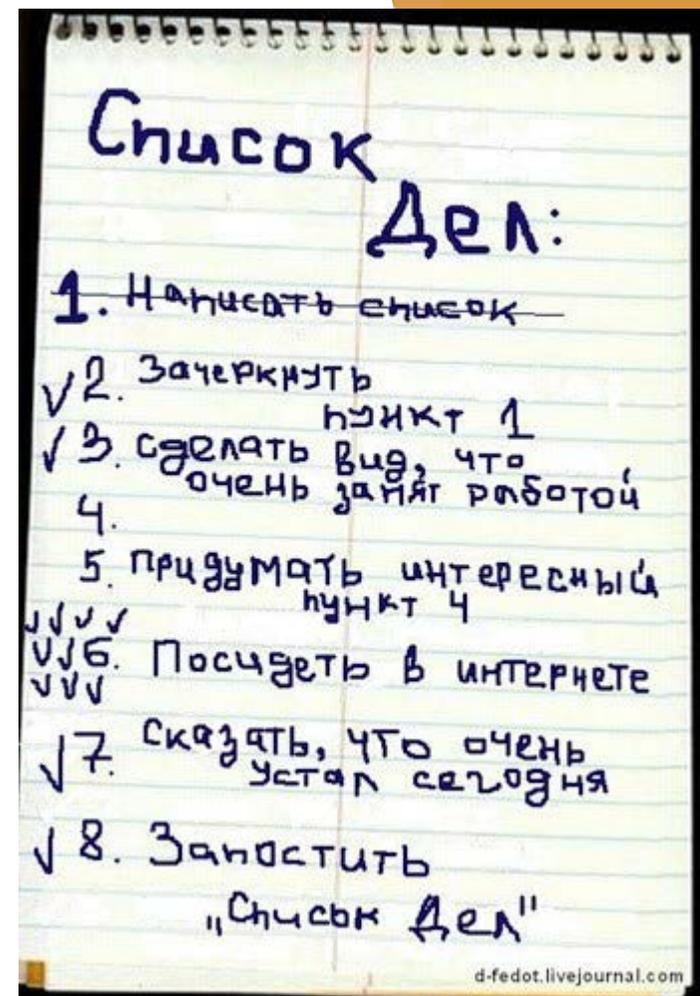


Помощь первашам или советы второшей

от 7 группы МПФ

Как распределить время?

- ▶ Составьте расписание на день
- ▶ ложиться и вставать в одно время
- ▶ Посмотрите в YouTube уроки по тайм-менеджменту



Как облегчить себе учёбу? Как побороть лень?

- ▶ для анатомии помогут видеоуроки в YouTube по определенной теме (Умный медик, Toranatomy)
- ▶ для латыни и иностранного помогут карточки (пишешь с одной стороны термин, с другой перевод и играешься с карточками)
- ▶ можно поощрять себя каким-либо образом за сделанную работу
- ▶ Убрать телефон подальше во время учёбы
- ▶ Совет лично от меня

Для того, чтобы побороть лень, надо поднять свою *m. gluteus maximus* с дивана и просто сесть учить



Физиологические
рефлексы
новорождённых



ПЕДИАТРИЯ



ТОРАНАТОМЫ

СООБЩЕСТВО МЕДИКОВ

TOPANATOMY TOPANATOMY TOPANATOMY

Как влиться в группу?

- ▶ просто общайтесь, разговаривайте с одноклассниками
- ▶ выпейте вместе что-то согревающее)

Например, кофе.



Что есть?

- ▶ Готовьте себе еду на неделю
- ▶ Варите каши
- ▶ Размораживайте мясо заранее
- ▶ Не покупайте много вредного, лучше фрукты
- ▶ Купите ромашку(успокаивающий эффект)



Рубрика «Советы от 7 МПФ»

- ▶ Не ешьте жёлтый снег
- ▶ Мойте тарелку после гречки сразу
- ▶ Заполните резиновую перчатку теплой водой и положите ее на свою руку когда вам будет одиноко

