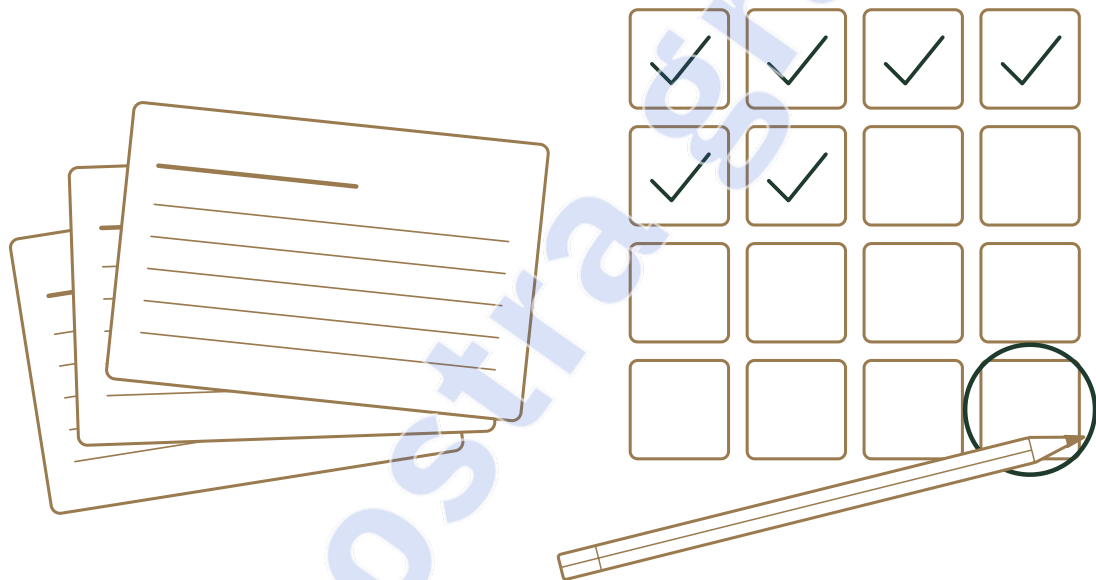




Meu cronograma de estudos

Cronograma reverso, repetição espaçada e fichas, para qualquer prova



Um plano, um passo de cada vez

Nome: _____

Prova: _____

Data da prova: _____

Versão para imprimir · A4

☑ Sumário

Minha prova	4	Fichas de revisão	19
Minha prova e minha contagem regressiva	4	Fazer uma ficha que ajuda de verdade	19
Minhas matérias e capítulos (1)	5	Ficha de conteúdo	20
Minhas matérias e capítulos (2)	6	Ficha de perguntas e respostas	21
Meu cronograma reverso	7	Ficha de fórmulas, datas e esquemas	22
Montar meu cronograma reverso	7	Caderno de erros	23
Cronograma reverso de 16		Aprender com os próprios erros	23
semanas: semanas 1 a 8	8	Meus erros e suas correções	24
Cronograma reverso de 16		Treinar com simulados	25
semanas: semanas 9 a 16	9	Treinar nas condições da prova	25
Cronograma reverso de 8 semanas	10	Controle de simulados	26
Minhas semanas	11	Sono e pausas	27
Minha semana modelo	11	O que se sabe, e o que	
Meu dia de estudos	12	estas páginas não fazem	27
Sessões cronometradas	13	Meu ritmo em 14 dias	28
Estudar em sessões cronometradas	13	Quando está pesado	29
Ficha de sessões (1)	14	Balanço antes da prova	30
Ficha de sessões (2)	15	Meu balanço a uma semana da prova	30
Repetição espaçada	16	A véspera	31
Repetição espaçada, sem complicação	16	O dia D	32
Diário de repetição espaçada (1)	17	Depois da prova	33
Diário de repetição espaçada (2)	18	Exemplos de provas	34
		Para quais provas?	34

☒ **Cronograma reverso de 16 semanas: semanas 1 a 8**

Escreva as datas de cada semana. Marque “Feito” quando a semana terminar, mesmo que nem tudo tenha sido feito: anote o que ficou pendente na semana seguinte.

Semana	De ... a ...	Capítulos para estudar	Revisões previstas	Feito
1	De _____ a _____			☐
2	De _____ a _____			☐
3	De _____ a _____			☐
4	De _____ a _____			☐
5	De _____ a _____			☐
6	De _____ a _____			☐
7	De _____ a _____			☐
8	De _____ a _____			☐

[illegible]

Matéria: _____ Capítulo: _____

[illegible]

electronarium

Cronograma de estudos para provas —
cronograma reverso, repetição espaçada
e fichas para preencher (PDF sem datas)

**Versão completa em
electronarium.com**

Esta amostra mostra 5 de 34 páginas.

O arquivo completo fica disponível para download
imediato após a compra.