

Plano de estudos: Dicas pra você montar o seu!

Criamos este modelo para que você crie um plano de estudos equilibrado, eficiente e que atenda seus objetivos.

É preciso considerar 4 pontos antes de preencher este modelo com os horários.

- ▶ Sua rotina
- ▶ Seu desempenho e dificuldades
- ▶ Pausas controladas e descanso
- ▶ Revisões e exercícios

Lembre-se que é importante estudar com qualidade! Seja realista ao preencher este plano, se você consegue poucos minutos de estudo por dia, organize-se pra tornar esses minutos muito produtivos.

Produtividade e concentração nos estudos tem a ver com planejamento. Se você tem pouco tempo disponível, reveja seu objetivo e foque no que é mais importante saber.

DICA: Estude ativamente, sempre. Faça anotações durante a videoaula ou leitura 😊

Bons estudos!



Plano de estudos Kultivi

SEGUNDA

08h30 - Tópico importante de Língua Portuguesa (além da videoaula inclua exercício)
9h15 - Pausa controlada
9h20 - Tópico importante de História
10h05 - Pausa controlada [...]

TERÇA

08h30 - Química
9h15 - Pausa controlada
9h20 - Biologia
10h05 - Pausa controlada [...]

QUARTA

20h - Física
20h50 - Pausa controlada
21h - Redação
21h50 - Pausa controlada
22h - Exercícios e revisão

QUINTA

[...]

SEXTA

[...]

SÁBADO

Foque na revisão do conteúdo da semana.

Além disso, faça exercícios para identificar suas dificuldades.

DOMINGO

Depende do seu tempo disponível, mas você pode usar para:

- Descanso;
- Simulado;
- Revisões;
- Planejar a próxima semana;
- Leituras.

ANOTAÇÕES

Anote aqui pontos importantes para planejar a sua próxima semana!

Por exemplo: Dúvidas sobre Oração Subordinada.
Erros nas questões de Porcentagem.



Plano de estudos Kultivi

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

ANOTAÇÕES