



**CRONOGRAMA DE  
ESTUDOS PARA A**

**ESCOLA DE  
SARGENTOS DAS  
ARMAS**

EU MILITAR



# EU MILITAR - ESCOLA DE SARGENTOS DAS ARMAS

Fala aí, pessoal. Tudo na boa?

Esse cronograma de estudos foi feito por nós (João, Andrews e Abrantes) especialmente para você, aluno(a) do EU MILITAR e futuro sargento do Exército Brasileiro.

Ele tem o objetivo de ser simples, direto e adaptado às suas necessidades. Sabemos que a falta de planejamento é uma das grandes dificuldades dos nossos alunos.

Os horários do dia nos quais você irá estudar são secundários. Eles vão se adaptar à sua rotina.

Ah, outra coisa, você precisa ter muita humildade para compreender as suas dificuldades, principalmente em relação aos conteúdos básicos.

Além disso, trouxemos aqui, algumas dicas de estudo preciosas e outras informações que vão acabar de uma vez por todas com qualquer dificuldade de organização.





EU MILITAR



## CRONOGRAMA DE ESTUDOS

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Revisão	4º (R)	3º (R)	1º (R)	2º (R)	5º (R)	6º (R)	Descanso
Matéria/Atividade A	1º	2º	3º	1º	2º	1º	Redação/Leitura
Matéria/ Atividade B	6º	5º	4º	Redação/Leitura	4º	3º	Descanso

### COMO MONTAR A TABELA

- **Numere as matérias do concurso de acordo com a sua ordem de prioridade, ou seja, priorize as matérias por de grau de dificuldade. As mais difíceis, em sua opinião, com mais tempo e as que você tiver mais facilidade/ afinidade com menos tempo.**  
*Na tabela o 1º item é o mais urgente e o 6º item é o menos urgente.*
- **Complete a tabela colocando as matérias de acordo com seus respectivos graus de prioridade.**
- **Divida o seu tempo total de estudo da seguinte maneira:**  
*Revisão: 20%*  
*Matéria A: 40%*  
*Matéria B: 40%*



EU MILITAR



## TABELA DE DIVISÃO DE TEMPO

Período total de Estudo	Revisar a matéria - 20%	Matéria/atividade A – 40%	Matéria/atividade B – 40%
1 hora	10 min (aproximadamente)	25 min (aproximadamente)	25 min (aproximadamente)
2 horas	25 min (aproximadamente)	50 min (aproximadamente)	50 min (aproximadamente)
3 horas	35 min (aproximadamente)	1 hora e 10 min (aproximadamente)	1 hora e 10 min (aproximadamente)
4 horas	50 min (aproximadamente)	1 hora e 35 min (aproximadamente)	1 hora e 35 min (aproximadamente)
5 horas	1 hora	2 horas	2 horas
6 horas	1 hora e 10 min (aproximadamente)	2 horas e 25 min (aproximadamente)	2 horas e 25 min (aproximadamente)
7 horas	1 hora e 20 min (aproximadamente)	2 horas e 45 min (aproximadamente)	2 horas e 45 min (aproximadamente)
8 horas	1 hora e 35 min (aproximadamente)	3 horas e 10 min (aproximadamente)	3 horas e 10 min (aproximadamente)
9 horas	1 hora e 50min (aproximadamente)	3 horas e 35 min (aproximadamente)	3 horas e 35 min (aproximadamente)
10 horas	2 horas	4 horas	4 horas



EU MILITAR



# EXEMPLIFICANDO

Digamos que o candidato tenha **5 (cinco) horas** de estudos por dia para a preparação para o concurso da ESA.

- 1 - Português
- 2 - Matemática
- 3 - Geografia
- 4 - História
- 5 - Literatura
- 6 - Inglês

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Revisão	História (R)	Geografia (R)	Português (R)	Matemática (R)	Literatura (R)	Inglês (R)	Descanso
Matéria/atividade A	Português	Matemática	Geografia	Português	Matemática	Português	Redação/Leitura
Matéria/ atividade B	Inglês	Literatura	História	Redação/Leitura	História	Geografia	Descanso

**Segunda à sábado:**

Revisão: 1h

Matéria A: 2h

Matéria B: 2h

**Domingo:**

Ler/Interpretar texto/Escrever redação: 2h

EU MILITAR



# MONTE O SEU CRONOGRAMA

Você tem \_\_\_ (\_\_\_\_\_) hora(s) de estudo(s) por dia de preparação para o concurso da ESA.

Português – Matemática – Geografia – História – Literatura - Inglês

1ª - \_\_\_\_\_ *(Matéria a qual você tem mais dificuldade)*

2ª - \_\_\_\_\_

3ª - \_\_\_\_\_

4ª - \_\_\_\_\_

5ª - \_\_\_\_\_

6ª - \_\_\_\_\_ *(Matéria a qual você tem menos dificuldade)*

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Revisão	4ª _____	3ª _____	1ª _____	2ª _____	5ª _____	6ª _____	Descanso
Matéria/atividade A	1ª _____	2ª _____	3ª _____	1ª _____	2ª _____	1ª _____	Redação/Leitura
Matéria/ atividade B	6ª _____	5ª _____	4ª _____	Redação/Leitura	4ª _____	3ª _____	Descanso

Segunda à sábado:

Revisão: \_\_\_\_\_

Matéria A: \_\_\_\_\_

Matéria B: \_\_\_\_\_

Domingo:

Ler/Interpretar texto/Escrever redação: 2h

EU MILITAR



# 20 DICAS PARA OTIMIZAR SEU PAPIRO – EU MILITAR

## LEIA

1. O edital do seu concurso
2. Jornais e conteúdos sobre atualidades

## ESTUDE

3. Lendo toda a TEORIA do assunto proposto
4. Resolvendo EXERCÍCIOS
5. Fazendo RESUMOS
6. Fazendo MAPAS MENTAIS
7. Em um local limpo e organizado

## REVISE

8. Lendo RESUMOS
9. Através dos seus MAPAS MENTAIS
10. Resolvendo EXERCÍCIOS

## ESCREVA

11. Seus próprios RESUMOS
12. Suas REDAÇÕES à mão

## SEJA

13. Disciplinado (*importantíssimo*)
14. Realista
15. Adaptável as condições adversas

## NÃO

16. Desanime
17. Deixe o conteúdo acumular
18. Ache que você vai aprender tudo num passe mágica

## CRIE

19. Seu próprio MÉTODO DE ESTUDO
20. Uma ROTINA DE ESTUDOS



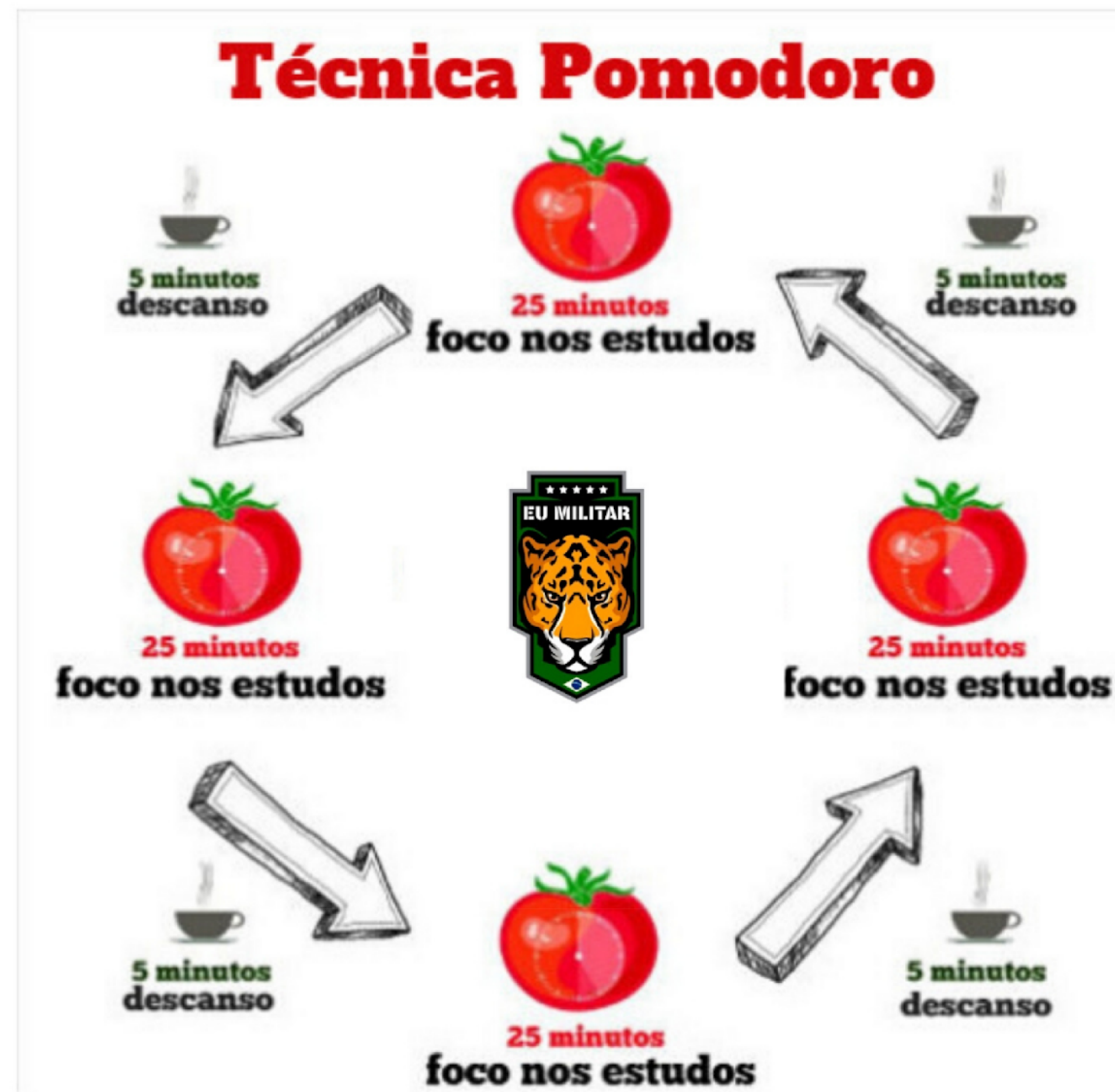
EU MILITAR



# MÉTODO POMODORO

O Método Pomodoro tem esse nome porque seu criador, Francesco Cirillo, usava um cronômetro em formato de tomate, que em italiano significa pomodoro. Esse método tem como ideia principal o uso de pausas frequentes que visam intensificar a agilidade mental.

Por exemplo, o aluno estuda durante 30 minutos e descansa 5 minutos e faz esse ciclo mais uma vez. Esses intervalos podem ser ajustados de acordo com as características de cada estudante. Se liga no esquema abaixo:



EU MILITAR



# PIRÂMIDE DE APRENDIZADO

A Teoria da Pirâmide de Aprendizado foi idealizada pelo psiquiatra americano William Glasser, e quebrou paradigmas, pois ao invés de adotar o estilo expositivo – no qual o estudante é um agente passivo no processo de aprendizagem, apenas um receptor de conteúdos; a teoria estimula a participação ativa para a construção do conhecimento do aluno.

Mas como usar a pirâmide estudando à distância? Você pode, por exemplo, usar os conteúdos aprendidos no seu curso EAD e explicá-los para pessoas que tenham o mesmo objetivo que o seu. E, além disso, praticar esses conhecimentos fazendo muitos exercícios.



EU MILITAR



## TOP 5 - ASSUNTOS QUE MAIS CAEM NA PROVA DA ESA

RANKING	MATEMÁTICA	PORTUGUÊS	HISTÓRIA	GEOGRAFIA	REDAÇÃO
1º	Geometria Analítica	Interpretação de texto	Expansão Ultramarina Portuguesa	Tipos de Vegetação	2019: A prática da empatia no mundo moderno
2º	Geometria Espacial	Orações Subordinadas	Período Joanino	Clima	2018: Ambição
3º	Geometria Plana	Acentuação	Brasil Império	Fontes de energia	2017: Desafio da doação de órgãos no Brasil
4º	Logaritmo	Figuras de Linguagem	República Velha	População	2016: Violência na sociedade brasileira
5º	Análise Combinatória	Sintaxe da Oração	Força Expedicionária Brasileira	Conceitos de Geografia	2015: Selfie – práticas perversas

EU MILITAR