



Aula 08

Revisão: como fazer e como encaixar no cronograma

Curso "Como estudar"

Marina Gonçalves

Sumário

1. Introdução	4
<i>Apresentação</i>	4
<i>Por que essas dicas são importantes?</i>	4
<i>Nosso objetivo com a aula 8</i>	5
2. A importância da revisão	5
<i>Sou veterano de estudos, preciso revisar mesmo assim?</i>	6
3. Como encaixar a revisão no cronograma	7
<i>Revisão diária</i>	8
<i>Revisão semanal/quinzenal</i>	8
Objetivo da revisão semanal/quinzenal	9
Como colocar em prática	9
<i>Revisão final/mais próxima da prova</i>	10
Objetivo da revisão final/próxima da prova	10
Como colocar em prática	12
4. Como fazer uma boa revisão?	13
5. O que revisar na revisão? Dá tempo de revisar tudo?	17
<i>Na revisão semanal/quinzenal</i>	18
<i>Na revisão final/ próxima da prova</i>	18
6. Preciso escolher apenas um método de revisão?	19
7. Dúvidas frequentes sobre a revisão	19
<i>Como arrumar tempo para fazer a revisão se há muito conteúdo atrasado?</i>	20
<i>Faço questões na revisão ou releio meu material?</i>	20
<i>É bom fazer revisão diária?</i>	21
<i>Como organizar a revisão? Se ficar longe da matéria muito tempo, esqueço</i>	21
<i>O que revisar quando já estou estudando há alguns anos?</i>	21
<i>Como encaixo o tempo de revisão no cronograma semanal?</i>	22



Como montar um cronograma de revisão final?.....	22
8. Cansaço mental na revisão final	23
9. Considerações finais.....	24



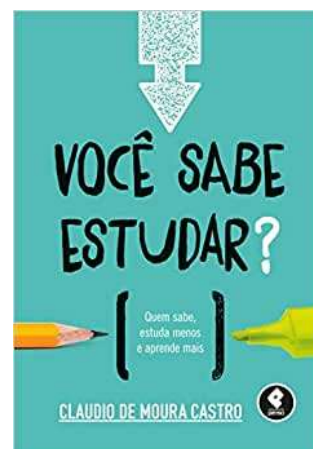
Introdução

Apresentação



Antes de começarmos de fato a aula, gostaria de me apresentar para vocês. Me chamo Marina e fiz 4 anos de preparatório antes de conseguir minha tão sonhada aprovação. O vestibular que eu queria era especificamente o do ITA, mas essas aulas não serão focadas apenas nessa preparação. Vamos discutir juntos várias questões referentes à vida do vestibulando e como a gente sofre um pouco, né?

Quando estava me preparando, passei muitas fases, vamos falar disso também mais para frente. Chegou um momento em que percebi que não se tratava apenas e exclusivamente de conteúdo. Estudar muito e sem estratégia e organização não seria o suficiente. Então, comecei a pesquisar bastante sobre o assunto de “como estudar”. Das minhas leituras e pesquisas, escolhi o livro “Você sabe estudar” do Cláudio Moura Castro para ajudar a guiar nossas aulas. É uma leitura que recomendo muito, inclusive.



Por que essas dicas são importantes?

Você pode estar se perguntando se essas dicas serão importantes. Acredite, elas serão sim. No estudo, há um círculo que pode ser vicioso ou virtuoso. Se você estuda do jeito errado, aprende pouco e se frustra com isso. O resultado é que estudar vira um momento desagradável. E também ameaçador, pois ninguém gosta de fracassar no que faz. Como é chato, você acaba escapulindo desse confronto com os livros. E fugindo, você aprende menos, tornando o processo ainda mais penoso.



Nosso objetivo com a aula 8

Agora que já finalizamos nossas aulas sobre “técnicas de estudo”, chegou o momento de falar como revisar esse estudo para não esquecer.

Essa aula aborda um ponto tão importante quanto o estudo dos conteúdos do edital: revisá-los. Como a preparação envolve alguns meses, é importante se preparar para estar afiado com todos os conteúdos na hora da prova, tanto os conteúdos recentes quanto os conteúdos estudados há meses.

Porém, se a revisão não for feita de maneira inteligente, você não lembra os conteúdos com qualidade, não dá tempo de rever tudo que precisa, você acelera demais o ritmo perto da prova e chega cansado, física e mentalmente, no dia que é para valer.

Nas aulas anteriores já construímos todo o caminho até aqui: autoconhecimento, mentalidade de aprovado, organização, divisão do tempo e métodos de estudo.

Assim, na aula 8, vamos discutir ferramentas para revisar de forma eficiente. Vamos abordar alguns pontos que você pode colocar em prática para estudar em casa e que podem fazer toda a diferença na sua produtividade.

É importante destacar que todas as informações das aulas anteriores serão utilizadas nessa aula. Então, se você ainda não conseguiu estudar as aulas de 1 a 7, talvez seja melhor finalizá-las primeiro antes de enfrentar a aula 8, já que a revisão envolve todos os conhecimentos anteriores que já construímos bem entendidos e bem aplicados.

Qualquer dúvida, não se esqueça que é só me chamar no Instagram!



@estudita_del

A importância da revisão

A primeira importância da revisão está em “relembrar”. É exatamente isso.

Vamos supor que você vai se preparar desde fevereiro para fazer uma prova que acontecerá em alguns meses. É ilusório pensar que, uma vez que a matéria foi estudada, ela será lembrada em



detalhes e com qualidade no momento da prova. Portanto, é necessário rever o panorama geral de conteúdos à medida em que a prova se aproxima.

A segunda importância da revisão é afiar as pontas exatamente para a sua prova. Não é mais a hora de aprender os conteúdos em massa e sim de ver com que cara cada um deles é abordado na prova que você deseja, já que as provas possuem estilos diferentes.

Agora, vamos esclarecer alguns detalhes. Quando digo “panorama geral de conteúdos” não quero dizer que na revisão é hora de estudar todos os conteúdos do edital. Essa é uma péssima ideia: não vai dar tempo e vai abalar sua confiança para a prova, dando a sensação equivocada de que você está menos preparado do que realmente está. Portanto, “panorama geral de conteúdos” significa os conteúdos mais recorrentes e relevantes para sua prova.

Nessa aula, a primeira coisa que devemos ter clara é que **revisão é feita com informação.** Não é eficiente fazer revisão sem controle detalhado de tempo e de conteúdos, revendo um pouquinho aqui ou ali quando se tiver vontade. Como você vai saber que revisou todos os conteúdos mais recorrentes para a sua prova? (Volte na aula sobre cronograma de estudos se você percebeu aqui que você não está controlando bem seu tempo e sua divisão de conteúdos!)



Ícone feito por Pixel Perfect em www.flaticon.com

Dessa forma, **a revisão eficiente é fruto de informação acerca da prova e acerca de si mesmo, para fazer da forma mais proveitosa: revisar os tópicos importantes, cuidar do emocional e não ficar cansado.**

Um dos principais erros da época de revisão é deixar o nervosismo estourar, prejudicando os estudos e gerando muito cansaço mental. Daí, no dia da prova mesmo, você está uma pilha de nervos e não lembra de nada.

Sou veterano de estudos, preciso revisar mesmo assim?

A resposta é sim.

Você ser veterano de preparação ou já ter batido o edital algumas vezes não significa que você domina todos os conteúdos ou que o emocional não está te prejudicando. Nesse momento, é



preciso bastante humildade para se fazer uma pergunta dolorosa: “se estou tão preparado a ponto de não precisar mais revisar, por que não fui aprovado ainda?”.



Ícone feito por Freepik em www.flaticon.com

Um erro muito comum aqui é pensar que a revisão se relaciona apenas com conteúdo, isso não é verdade.

A sua resposta à pergunta dolorosa que acabei de fazer pode ser algum conteúdo específico em que você percebeu necessidade de estudar mais, mas também pode ser (e normalmente ocorre bastante esse caso) o emocional. O nervosismo tão grande na prova que impede que você consiga colocar no papel tudo aquilo que você aprendeu com seu trabalho duro. **A revisão também é sobre emocional.**

Seja qual for a resposta em que você pensar, conteúdo ou emocional, nela precisa estar seu foco de atuação durante a revisão, afinal, esse está sendo seu ponto fraco. A revisão é hora de lapidar tudo que for essencial. Se é isso que você considera que te impediu de passar até agora, é essencial.

Agora vem mais um papo doloroso: olhar nossos pontos fracos não é agradável e muitas vezes temos medo, porém, ignorar sua dificuldade (nesse caso a dificuldade mais pronunciada, aquela que você considera que te derrubou) não é uma estratégia esperta. Na verdade, ignorar o que se precisa melhorar (e ainda há tempo para melhorar na revisão) é fechar os olhos e deixar ao encargo do destino se você vai ser aprovado. Não faça isso. Seja você o maior responsável pela sua preparação.

Como encaixar a revisão no cronograma

Agora vamos à parte prática da conversa. Como arrumar tempo para revisar?

Você deve ter percebido que, no exercício resolvido sobre cronograma que fizemos há algumas aulas, a revisão já havia sido encaixada. Aquele ainda não era o momento de discutir os detalhes acerca de revisão, mas agora vamos expandir essa discussão.



Ícone feito por Freepik em www.flaticon.com



Existem **2 tipos principais** de revisão que são muito importantes para a preparação de longo prazo. Esses tipos são a **revisão semanal/quinzenal** e a **revisão final**, que desempenham funções diferentes e devem ser usadas em momentos diferentes.

Aqui vamos discutir cada uma.

Revisão diária

Primeiramente, vamos tirar uma dúvida. Muitos estudantes perguntam se é bom fazer revisão diariamente. Para a maioria dos casos, provavelmente não.

Se você precisa tirar um tempo bacana para revisar todos os dias, é provável que seu progresso na matéria vá ficar prejudicado, pois não vai sobre tempo para estudar os conteúdos “novos”. E, pensando a longo prazo, pouco adianta se você revisou muito bem tudo do edital que conseguiu estudar, mas só tenha dado tempo de estudar 30% do edital quando a prova chegou.

Uma alternativa que não chega a ser uma revisão diária, mas que pode ser eficiente no sentido de revisar um pouquinho diariamente é a adoção de uma **prática de estudos conectada**. É bem simples de aplicar e a manutenção dela é um exercício de disciplina.

E no que consiste essa prática?

Basicamente, ao começar o estudo de um conteúdo naquele dia, dê dois passos para trás e releia a parte desse conteúdo que você revisou por último ou refaça 1 ou 2 questões sobre o último tópico. Isso vai ativar sua memória a respeito do último conteúdo visto naquela disciplina, além de conectá-lo com o atual tópico, que você já está para começar.

Essa prática contribui para que você constantemente ative sua memória de longo prazo para todas as disciplinas e a repetição ao longo do tempo vai ajudar a memorizar a maior parte do que você precisa, aliviando a “decoreba” desesperada próxima da prova.

Revisão semanal/quinzenal



Agora, vamos abordar os dois tipos principais de revisão. Vamos começar discutindo a revisão semanal/quinzenal.

Objetivo da revisão semanal/quinzenal

Quando a revisão é semanal ou quinzenal, **seu objetivo é ativar a memória de longo prazo para os conteúdos repetidamente até que a prova chegue**. Nessa revisão, não é o momento de focar a maioria dos seus esforços em provas antigas e resoluções de muitas questões se você ainda não está mandando bem na teoria e na base bem construída.

Aqui, o foco é em revisar os conteúdos (seja pela leitura ou pela resolução de algumas poucas questões) e verdadeiramente aprendê-los.

Como colocar em prática

A revisão semanal/quinzenal se parece com um horário comum de estudo do cronograma. Porém, é importante separar um tempo específico para a revisão a fim de evitar que ela não aconteça, caso algum outro conteúdo urgente e atrasado sempre seja priorizado à revisão “no tempo livre”.

Assim, você segue os mesmos passos que discutimos na aula sobre a montagem do cronograma: escolhe quanto tempo quer dedicar ao bloco de revisão de cada matéria e determina em qual momento do seu cronograma semanal ela irá acontecer.

É importante tentar colocar as revisões num horário lógico que destaque que “aquela é a hora de revisar”. Isso ajuda seu cérebro a compreender que é o momento da revisão.

O que estou dizendo?

Sua revisão vai ser mais eficiente, pois seu cérebro estará acostumado com o horário de revisar, se você colocar todos as revisões no sábado de manhã ou sempre como último horário do dia, por exemplo.



Isso é mais proveitoso do que não seguir padrão nenhum (na segunda revisão às 14h, na terça às 22h, na quarta às 17h, etc...), pois a ausência de padrão contribui para que seu cérebro não esteja completamente focado naquilo.

Agora você pode estar se perguntando sobre a parte “quinzenal” da revisão. Bom, as revisões semanal e quinzenal representam a mesma revisão, contudo, com divisões temporais diferentes de acordo com a quantidade de matérias da sua prova.

Por exemplo, se você está estudando para o ENEM, a quantidade de matérias é bem grande e pode não ser proveitoso para seu estudo (tal como na “revisão diária”) tirar o tempo necessário para revisar essas matérias semanalmente. Portanto, você faz isso de duas em duas semanas, percebe? Metade na primeira semana e outra metade na segunda.

Revisão final/mais próxima da prova

A revisão final, por sua vez, é aquela que ocorre diretamente antes da prova. Nesse momento, você já finalizou os conteúdos do edital e não tem mais “matéria nova” para ver. Então, fica o último mês antes da prova, por exemplo, revisando.

Objetivo da revisão final/próxima da prova

O objetivo dessa revisão não é memorizar os conteúdos. Se pararmos para pensar, isso nem seria eficiente, pois a prova está muito próxima para memorizar tantas informações.

Portanto, **o objetivo nesse momento é outro: ficar afiado no modelo da prova que você vai fazer.**

Agora é a hora de fazer bastantes provas antigas para identificar como os conteúdos que você estudou, conteúdos do ensino médio, serão cobrados.

Aqui entram os detalhes acerca de estratégia de prova. Você já vinha treinando sua estratégia de prova com questões e simulados, porém as provas antigas se aproximam mais da prova que você irá enfrentar para valer. Por isso, agora também é a hora de fazer ajustes na estratégia de prova.



ESTRATÉGIA DE PROVA

O que é estratégia de prova? É a maneira como você vai atacar sua prova no dia: em qual conteúdo você começa, se você muda de conteúdo quando atingiu um certo número de questões naquele conteúdo em que está ou após um certo número de minutos, se você faz pausa para o banheiro, etc...

E essa tal de estratégia de prova é importante? Ela é essencial!

Vou explicar:

Ícone feito por Freepik em
www.flaticon.com



A estratégia de prova é o que permite que você esteja no controle da sua prova dentro do que você pode controlar. Por exemplo, você não pode controlar que a prova venha sem erros de digitação, mas você pode montar uma estratégia de prova na qual você não fique agarrado em uma questão que não sai (e que pode estar dando errado por um erro de digitação).

Outro exemplo: a estratégia de prova é o que garante que você saberá lidar com a prova se ela vier um pouco mais difícil do que o esperado. Como sua estratégia de prova está dividida da forma com a qual você fica mais eficiente e mais tranquilo, você não vai desesperar e jogar tudo para o alto se alguma matéria vier muito difícil.

Foi isso que aconteceu comigo na primeira fase do ITA no ano em que passei. O vestibular havia mudado naquele ano e eu estava me preparando há 3,5 anos para um outro modelo. Em maio do meu quarto ano estudando a notícia da mudança saiu. E não foi uma mudança pequena, a prova foi toda reconfigurada.

Antes, eram 4 dias de prova seguidos, todos com duração de 4h, com 30 questões totais por dia de exatas (20 objetivas e 10 dissertativas) e 40 questões objetivas (20 de português e 20 de inglês) no dia de línguas, junto com a redação. Nesse formato, a prova não era uma prova de muita correria. Se você se preparou bem e sabia fazer o passo a passo das questões mais clássicas, o tempo dava certo sem muita afobação.

Porém, no novo modelo (que já sofreu pequenas modificações novamente), agora haveria 2 fases. A primeira seria totalmente objetiva: 60 questões totais para 4h, envolvendo inglês,

português, matemática, física e química. Ficou muito corrido, pois o tempo se manteve e a quantidade de questões dobrou.

Para completar, nessa prova em específico, a prova de química veio completamente fora de mão (sim, isso acontece). Contudo, enquanto eu fazia a prova, não consegui perceber isso. Tive dificuldade em química, mas segui minha estratégia de prova, fiz as questões que precisava – saltando as questões que não saiam com facilidade – e mudei de matérias.

Hoje tenho certeza que a única razão pela qual não tomei corte em química foi ter seguido minha estratégia de prova.

Muitos amigos não foram aprovados naquele ano por terem sido cortados em química, o que mostra como a estratégia de prova foi o fator decisivo para que eu não me deixasse abalar durante a prova e não tivesse meu rendimento afetado.

Como colocar em prática

A revisão final só será eficiente se a maior parte do conteúdo já estiver estudada. Por isso, não é muito proveitoso começar a fazer muitas provas antigas, por exemplo, 6 meses antes da prova real.

Claro que fazer uma prova antiga aqui ou ali como simulado não tem problema, porém, se você faz muitas sem ter visto grande parte da matéria seu resultado vai oferecer poucas informações confiáveis para você se basear, pois talvez seu número de acertos tenha a ver com falta de conteúdo que você ainda não viu. Assim, só vai servir para abalar sua autoestima, sem oferecer boas informações sobre sua velocidade, uso do tempo e média de acertos, por exemplo.

Além disso, você vai “queimar” questões. O que isso significa? Significa que quando chegar o momento adequado para fazer provas antigas em maior quantidade, você já terá visto as questões todas e isso tira o elemento surpresa da prova.

Na prova real, você não sabe o que vai encontrar e precisa conseguir lidar com o que vier – tanto em relação ao conteúdo quanto em relação ao emocional. Se você não treina sua habilidade



de lidar com o que você não espera, pode acreditar, na hora da prova essa habilidade não vai funcionar bem. O que provavelmente vai acontecer é que você vai travar e ficar super receoso e inseguro de ir atacar as questões. Esse é um enorme motivo de reprovação, não deixe de ficar atento a esse aspecto.

Sendo assim, no começo dos seus estudos, planeje por volta de quando pretende ter finalizado o edital. A partir desse momento até a prova é seu tempo de revisão final.

Como fazer uma boa revisão?

Uma dúvida muito comum é “como fazer uma boa revisão?”. A verdade é que a resposta para essa pergunta não é simplória. Não existe uma única receita que eu possa fornecer.

Contudo, existem alguns pontos principais. O primeiro deles é colocar o momento de revisar no cronograma e incluí-lo na rotina. Esse foi o tópico anterior. Porém, agora, vamos discutir como se preparar para uma boa revisão.

Pergunte a você mesmo: “já coloquei o horário semanal de revisão, de que materiais vou precisar?”.

As primeiras respostas que devem vir à sua mente devem ser: **notas de aulas bem feitas (ou resumos), exercícios para serem refeitos e pontos de dúvida para serem revistos**. Vamos detalhar como preparar cada um desses materiais, mas primeiro é necessário entender o motivo de serem importantes.

É bem simples se pararmos para pensar: qual a diferença do momento de revisão do cronograma se fizermos nele o que fazemos no horário de estudo comum? Portanto, esses materiais devem ser preparados para facilitarem o objetivo da revisão (tanto a semanal/quinzenal quanto a final).

Um erro bem comum é acreditar que vai ser possível “reestudar toda a preparação” durante a revisão. Não vai.

Assim, a preparação de materiais para a revisão ao longo do estudo comum é muito importante.

- **Notas de aula bem feitas (ou resumos)**



Esse material é essencial para a revisão semanal/quinzenal (inclusive também para as pequenas revisões, à medida em que vão sendo iniciados novos tópicos do conteúdo. Aqueles “dois passos para trás” que mencionei anteriormente no tópico “revisão diária”).

Se você possui um caderno organizado e bem feito, você pode simplesmente relê-lo durante a revisão da semana ou tentar entender melhor algum ponto específico que ficou pouco claro. Se, ao contrário, seu caderno está muito bagunçado para guiar seu estudo ou se você nem faz caderno, deixa tudo meio espalhado (fotos ou PDF's por todo lado misturados), como você irá revisar constantemente? E existe mais um prejuízo da bagunça: você vai perder muito tempo procurando o material que vai revisar.

Agora, você deve estar pensando: não vejo necessidade de fazer caderno se tenho todos os PDF's.

Bom, vamos pensar juntos: os PDF's parecem curtos para você? Você acha que conseguirá encontrar as informações mais relevantes ao seu estudo, mais específicas para a sua prova, revisando o PDF completo?

É um engano pensar que conseguirá. Na época da revisão final, principalmente, a quantidade muito grande de conteúdo (se você optar por reler e revisar pelos PDF's) pode ser um fortíssimo fator de nervosismo. É dar um tiro no próprio pé, já que na revisão final, quando a prova se aproxima, devemos fugir de quaisquer possibilidades de nervosismo e de instabilidade.

Não pense, porém, que essa questão da enorme quantidade de conteúdo é uma dificuldade inerente do estudo por meio de PDF's. Não é. Se você pensar em livros físicos, a dificuldade é a mesma: os livros trazem conteúdo completo e, portanto, excessivo para a época da revisão.

- **Exercícios a serem refeitos**

Aqui, a questão realmente é aumentar a eficiência, diminuir sua perda de tempo e otimizar seu rendimento.

Quando você está resolvendo a lista de exercícios, você pode marcar questões mais relevantes, mais recorrentes no seu vestibular ou que você achou mais difíceis. Isso simplifica seu trabalho: você deixa de perder tempo na hora da revisão revendo toda a lista à procura das questões

que você quer refazer (acredite em mim, quando as matérias forem acumulando, você não vai conseguir se lembrar depois da questão que chamou sua atenção enquanto você fazia a lista).

E quais questões devo selecionar?

Quando digo “selecionar questões para refazer”, é importante ter em mente que as questões aptas a serem selecionadas são aquelas muito comuns no seu vestibular (“todo mundo vai acertar, logo, você não pode errar”), as clássicas, com um passo a passo bem determinado. Essas que são importantes de estarem destacadas para a revisão.

Outro grupo apto é o de questões razoavelmente difíceis que podem aparecer na prova. Aqui é importante destacar que as questões devem ser “possíveis de aparecer na prova”. Não gaste tempo refazendo questões difíceis sem propósito, só porque são difíceis. Algumas questões difíceis são apenas para te ajudar a expandir a compreensão do conceito quando está estudando aquele conteúdo, mas possuem pouca chance de aparecer na sua prova.

E como devo registrar quais questões selecionei?

Existem muitos jeitos de registrar quais questões foram selecionadas. Você pode ter um caderno separado para questões, por exemplo. Se você conseguir copiar as questões de forma organizada e deixar evidente a qual conteúdo aquela questão se refere (isso é muito importante para a organização da sua revisão), pode ser um excelente método.

Eu não gostava desse método para mim, pois sou uma pessoa lenta para escrever. Por isso, considerava que a cópia da questão iria me tomar muito tempo, tempo que eu não tinha.

A estratégia que eu usava no lugar era marcar a questão com caneta colorida. Eu não marcava a questão inteira com marca texto, pois sou uma pessoa muito visual, o que significa que o marca texto fluorescente num enunciado maior me incomodava muito.

Portanto, eu apenas marcava o número da questão com o marca texto. Isso era suficiente para que eu entendesse que revisaria aquela questão, já que essa era a “legenda” que eu havia criado comigo.

(Percebe como se conhecer e saber qual seus pontos fortes e fracos como estudante faz toda a diferença? Pode te ajudar a otimizar no estudo, diminuir a lentidão e a perda de tempo. Se você não prestou atenção suficiente às primeiras aulas, nas quais discutimos esses assuntos, agora é o momento de voltar a elas e detalhadamente identificar suas características.)

É importante destacar que minha estratégia de apenas marcar o número da questão só funciona, porque meu sistema para organizar e guardar as listas era muito organizado e eficiente (você pode voltar e ler detalhadamente sobre ele nas aulas sobre organização do espaço de estudos). Não adianta você marcar as questões que você quer refazer nas próprias listas se você perde as listas ou guarda todas muito bagunçadas, sem dividir as disciplinas ou os professores.

Nesse caso, para você um único caderno onde copiá-las pode ser melhor. Assim, caso você não seja muito organizado com as listas e não as encontre, o caderno está ali seguro com você (é claro que você não pode perder o caderno também, senão todo o esforço de seleção de questões - enquanto faz a lista para facilitar na revisão- será em vão).

Agora, você pode estar pensando: “mas como essas dicas se aplicam se eu não tenho o hábito de imprimir os PDF’s e as listas?”.

Bom, sem pânico. É bem equivalente. Vamos lá!

Você pode marcar as questões que quer refazer no PDF sem precisar imprimi-lo, vários leitores de PDF permitem essa ferramenta de marcação. Então, se você marcar a questão, o esforço que terá que fazer é manter um registro detalhado de qual lista tem marcações. Se você não fizer isso, pense em quanto tempo vai perder procurando nas listas se elas têm marcação ou não.

Assim, tendo a anotação de qual lista possui questões marcadas, você abre diretamente a lista desejada, economizando tempo e impedindo que sua concentração se perca enquanto você procura.

Perceba que se você optar pela cópia em um caderno separado, também é necessário manter um registro detalhado das listas de onde cada questão saiu. Uma coisa importante a se pensar para ganhar tempo é copiar a questão logo que acabou de fazê-la e identificou que quer selecioná-la como uma das questões a serem refeitas.



Se você deixar para copiar a questão “depois”, você corre o risco de perder tempo procurando-a, além do risco de esquecer que gostaria de selecionar essa questão.

- **Pontos de dúvida**

Aqui estamos especificamente falando da revisão semanal/quinzenal. Não faz sentido “guardar” uma dúvida para a revisão final, em que o conteúdo já precisa ter sido razoavelmente estudado, pois o foco está nas provas antigas.

Portanto, se naquele momento você não está entendendo uma questão específica ou uma parte do conteúdo e já tentou entender por tanto tempo que parece que está saindo fumacinha das suas orelhas, é melhor deixar para tentar entender novamente essa questão daqui um tempinho. Além do estresse por estar tentando compreender algo a tanto tempo, agarrar nessa questão pode prejudicar os demais estudos daquele dia, atrasando-os.

Assim, você pode guardar uma dúvida para a revisão semanal e usar parte do tempo selecionado para a revisão daquela matéria procurando explicações na internet ou nas aulas.

Isso é mais eficiente por uma questão temporal, afinal, não é bacana ficar o dia todo empacado em um único conteúdo devido a uma dúvida específica. Além da questão temporal, pode ser que dali a alguns dias seu cérebro tenha processado melhor as informações e já consiga resolver o que não conseguia antes. Já falamos sobre isso na aula sobre técnicas de estudo: o estudo de 3 blocos de 2h do mesmo conteúdo é melhor do que o estudo direto de 6h.

O que revisar na revisão? Dá tempo de revisar tudo?

Já falamos sobre como separar um tempo para a revisão e sobre como preparar seus materiais para ir revisando-os. Portanto, o próximo passo é detalharmos o que revisar em cada tipo de revisão.

O primeiro esclarecimento é que **não dá tempo de estudar todos os conteúdos novamente**. Nem queremos isso, não é mesmo? Senão não seria uma revisão e sim um estudo normal.

Portanto, desejar estudar tudo novamente e se planejar para isso demonstra alguns problemas:



- **Você vai ficar frustrado** (o que não é desejável, principalmente se a prova estiver se aproximando) com a constante dificuldade em seguir o que planejou, já que não será mesmo possível estudar tudo novamente. Não há tempo suficiente;
- **Você vai atrasar o progresso em conteúdos que ainda não estudou** demorando mais do que o planejado revisando semanalmente (vai demorar mais do que o planejado, porque o que você planejou (estudar tudo de novo) vai levar muito mais tempo do que um momento de revisão semanal. Aqui você pode perguntar: mas e o momento da revisão final? Então, respondo com outra pergunta: você está separando um ou dois meses de revisão para reestudar o que levou 6 meses ou até mais para ser estudado - mesmo diminuindo a quantidade de exercícios -, a matemática de horas vai bater?).

Na revisão semanal/quinzenal

Na revisão semanal é adequado que você revise o equivalente daquele conteúdo na última semana ou quinzena. Portanto, você não terá um dia inteiro para revisar um único conteúdo (nem dá tempo se você pensar na semana). O **ideal seria 1h por conteúdo, penso que no máximo 2h de revisão semanal** se sua prova contiver uma quantidade menor de conteúdos programáticos.

Na revisão final/ próxima da prova

Na revisão final é a hora de focar em exercícios, aquelas que você selecionou, e provas antigas. Você pode revisar uma teoria ou outra quando perceber necessidade disso enquanto resolve as questões, porém, esse não pode ser o maior foco.

Na revisão final, você já aprendeu os conteúdos, portanto, agora precisa se tornar especialista na forma de cobrança da sua prova. **Separe os horários de sentar e fazer as provas antigas como se fossem simulados** (faça-as de uma vez só, com o tempo que tiver na prova real – até menos tempo se você quiser fazer um treino ainda mais rígido).

Porém, um erro muito comum é fazer as provas antigas desesperadamente e em grande quantidade, mas não corrigir direito. **Separe também os horários para fazer as correções.** Isso é



muito importante: de nada adianta fazer a prova antiga e não consertar o que errou. Você estará se prejudicando, pois se aquela questão já caiu na prova uma vez, ela pode cair de novo. Assim, você precisa se garantir nela.

Preciso escolher apenas um método de revisão?

Novamente temos uma pergunta com uma resposta definitiva e simples: não.

Como discutimos anteriormente, existem diferentes tipos de revisão e cada um dos tipos possui funções diferentes, sendo assim, você pode usar diferentes formas de revisão dependendo do que quer obter com cada forma.

Além de diferentes tipos de revisão, você precisa analisar também como se sente sobre cada matéria. A revisão para as matérias em que você tem mais facilidade possivelmente será diferente da revisão para aquelas em que você tem mais dificuldade.

Novamente, temos aqui um daqueles casos em que não existe receita e cada estudante precisa verificar o que funciona para você. Sei bem que muitas vezes ficamos aflitos durante os estudos e gostaríamos que existissem métodos prontos e certamente vitoriosos. Muitas vezes senti essa aflição durante meus estudos e queria que me dessem respostas e a receita, para que eu apenas seguisse.

Contudo, essa receita, repito, não existe. Várias vezes tentei aplicar métodos de outros aprovados aos meus estudos e os resultados não foram positivos. Algumas vezes, inclusive resultaram em reprovação. **Por isso que temos detalhado tantos métodos e observações pessoais a serem feitas aqui em nossas aulas: para que eu possa te ajudar a construir o método mais eficiente para você!**

Dúvidas frequentes sobre a revisão

Agora vou responder algumas das principais perguntas que recebo dos estudantes sobre revisão.



Como arrumar tempo para fazer a revisão se há muito conteúdo atrasado?

Sempre vai haver conteúdo atrasado. Essa é uma das situações em que o perfeccionismo é péssimo e em que é necessário saber abrir mão.

Todo o conteúdo atrasado é essencial e cai com frequência na sua prova? Provavelmente não.

Assim sendo, você precisará priorizar os conteúdos que caem mais e dispensar os conteúdos que caem menos ou estudá-los um pouco mais superficialmente.

Outro fator a ser levado em consideração é sua dificuldade em cada um desses conteúdos atrasados. Pergunte a você mesmo: não há nenhum desses conteúdos atrasados que já domino e apenas quero finalizar a lista sobre ele?

Se você conseguir identificar que sim, que existem conteúdos que você já domina e apenas quer finalizar a lista “por finalizar”, tente mudar esse hábito perfeccionista. Ele vai ser prejudicial. Lembre também que você pode deixar essa lista do seu lado e fazer 1 ou 2 questões dela por semana, ou a cada 15 dias. Isso vai contribuir para sua revisão, porém sem tomar tempo demais e prejudicar o andamento dos demais conteúdos.

Faço questões na revisão ou releio meu material?

Se você ainda não entendeu bem uma teoria ou se for uma matéria de bastante leitura, como história, você pode reler um pouco de teoria durante a revisão semanal. Como o objetivo dessa revisão é ajudar os conteúdos a se fixarem na memória de longo prazo, você pode reler o material se dessa forma aquele conteúdo fica melhor memorizado por você.

Porém, na revisão final, evite reler muita teoria e fazer poucas questões. Já nessa revisão, o foco é quase total em exercícios, principalmente provas antigas. Sendo assim, lendo teoria você não estará cumprindo a função a que a revisão final se propõe e a falta de familiaridade com o formato e com a cobrança da sua prova pode ser um fator causador de insegurança na hora H.



É bom fazer revisão diária?

Como já discutimos anteriormente, a revisão diária não é muito recomendada, pois ela ocupará grande parte das horas do seu dia e isso impedirá que você tenha um bom progresso nos estudos dos conteúdos que ainda não estudou.

Além disso, é bom para nosso cérebro que ele possa processar e absorver as matérias, principalmente durante o sono. Por isso, revisar alguns dias depois é mais benéfico.

Dessa forma, a revisão semanal é mais aconselhada que a revisão diária para que um conteúdo fique bem aprendido e memorizado na memória de longo prazo.

Como organizar a revisão? Se ficar longe da matéria muito tempo, esqueço

Se você possui uma memória mais fraca e percebe que esquece bastante os conteúdos, e rapidamente: a revisão semanal é para você. Foque bastante nela.

O foco da revisão semanal é trazer os conteúdos aprendidos para a memória de longo prazo. Se você já sabe que possui mais dificuldade para que as matérias passem a compor essa memória, invista em técnicas de memorização e de concentração associadas à revisão semanal. Tente tirar o máximo proveito da revisão semanal, não ignore todas as oportunidades que tiver de relembrar os conteúdos.

O que revisar quando já estou estudando há alguns anos?

Procure seus pontos fracos, tanto de teoria quanto de outros aspectos, como gestão de tempo, organização das questões dissertativas, emocional e ansiedade.

É um erro comum pensar que a revisão não irá acrescentar nada aos estudantes que já bateram o edital algumas vezes. Como a quantidade de matéria exigida em provas de vestibular é

muito grande, geralmente não conseguimos pegar todos os detalhes de todos os conteúdos. Isso é normal.

Porém, a revisão é sua oportunidade de atacar exatamente esses detalhes e pense comigo, isso vai colocar você na frente de muitos outros candidatos: enquanto os outros candidatos ainda estão revisando questões e construindo um primeiro contato com as provas antigas, você está um pouco adiantado, pois esse esforço você já fez.

Portanto, aproveite o tempo de revisão para se aperfeiçoar e lapidar ainda mais as arestas. Vai ser um diferencial em relação aos outros e vai te aproximar da aprovação.

Como encaixo o tempo de revisão no cronograma semanal?

Volte à aula sobre técnicas de estudo e gestão de tempo para verificar o passo a passo para a construção de um cronograma. Lá, deixei inclusive um “exercício resolvido” sobre montagem de cronograma que inclui a revisão semanal.

Como montar um cronograma de revisão final?

Você deve tomar algumas decisões:

Quando desejo ter finalizado o estudo de todos os conteúdos do edital?

Quantos anos de provas antigas desejo fazer?

Quantas horas vou dar a cada prova antiga? O mesmo da prova real? Menos?

Quanto tempo vou reservar para a correção de cada prova antiga? Vou corrigir no mesmo dia?

Quanto tempo diário/semanal quero dedicar a algumas revisões teóricas?

Quanto tempo diário/semanal quero dedicar às questões que selecionei?

Sobre a correção de provas antigas, sugiro que as correções sejam no mesmo dia ou, no máximo, no dia seguinte. Isso oferece duas vantagens. A primeira é que a questão estará mais fresca na sua cabeça e você lembrará se teve dúvida ou qual o raciocínio que levou ao erro. A segunda vantagem é que a correção rápida de um erro permite que você não o cometa novamente e acerte as questões sobre esse mesmo conteúdo que apareçam em outras provas antigas, ao invés de acumular várias questões com o mesmo erro para corrigir tudo depois.

Depois que você respondeu a essas perguntas, é hora de sentar com o calendário da data atual até a prova em mãos e preencher o que irá fazer em cada dia.

Não é um trabalho simples, é bem demorado planejar um mês inteiro ou até dois, mas agora vou falar um dos maiores bizus: é muito mais eficiente você fazer esse esforço e planejar tudo antes de a prova se aproximar demais do que deixar para decidir e montar o cronograma em tempo real quando a prova está próxima e seu nervosismo estará afetando suas decisões.

Ao planejar a revisão de maneira muito bem-feita antes de a prova se aproximar, você diminui a carga de nervosismo que pode acumular perto da prova, pois diminui o número de decisões que precisará tomar. Você já terá um guia bom preparado e precisará apenas seguir. Isso alivia muito.

Mais uma dica na montagem desse calendário para a revisão final: deixe alguns dias vazios. Não muitos dias, mas alguns poucos, para lidar com os imprevistos. Da mesma forma que falei isso na montagem de cronograma de estudos em uma de nossas aulas anteriores: se você não deixar nenhum espacinho sobrando, de “reserva”, não vai ter onde encaixar alguma prova antiga que você não conseguiu cumprir no horário planejado. Isso vai gerar ansiedade, pois você precisará encaixar essa prova em algum lugar e não há esse lugar.

Talvez você queira aumentar o número de horas de estudo por dia para conseguir encaixar essa tarefa faltante, mas essa ideia não é boa. A revisão final não é momento de “pisar no acelerador”, muito pelo contrário. Se você acelerar demais, pode ser que seu corpo resolva cobrar isso na hora da prova.

Cansaço mental na revisão final



Normalmente, o momento da revisão final pesa bastante em relação ao cansaço, pois já foram enfrentados vários meses de preparação. É normal se sentir cansado, porém isso não pode ser ignorado.

Não estude como se não estivesse cansado e não se cobre mais do que sabe que será saudável oferecer, porque seu corpo irá deixar a desejar durante a prova, devido à bomba de nervosismo e de adrenalina que você irá enfrentar no dia.

Descubra tudo que pode te ajudar a manter a calma e a controlar a ansiedade durante a revisão final (e no dia da prova): músicas calmas, meditação, exercícios de respiração, etc...

Como o cansaço desse final é mais mental do que físico, não acelere mais do que você aguenta na revisão. A revisão final ainda pode agregar alguns pontinhos, mas fique tranquilo, pois o grosso já foi feito durante todo o trabalho duro de durante o ano.

Porém, não se engane, a revisão final feita de forma maluca e desequilibrada pode destruir tudo que você construiu durante o ano. Pense comigo: a reprovação muitas vezes não significa que você não aprendeu os conteúdos, a maioria das vezes significa que naquele exato momento da prova você não estava muito bem e não conseguiu colocar tudo no papel.



Ícone feito por Freepik em www.flaticon.com

Portanto, se você descuidar da sua saúde mental e do emocional nesse final, suas chances de não conseguir dar seu melhor na hora da prova aumentam, percebe?

Considerações finais

Aqui chegamos ao final da aula 8 sobre revisão. Essa aula está muito completa e detalhada, não deixe de estudar com calma para montar bem sua revisão.

Além disso, fique à vontade para falar comigo, principalmente pelo Instagram.



@estudita_del

Não se esqueça de que também possuímos a plataforma no Telegram, para aqueles que comprarem algum dos nossos pacotes. Lá, há mais dicas e informações sobre como melhorar seu estudo, além de diversas novidades Estratégia chegando a vocês em primeira mão.



A frase que gostaria de deixar nessa aula reflete a importância de não deixar a peteca cair na reta final, de não diminuir a qualidade do bom trabalho, porque você já está cansado e porque já fez bem feito por tanto tempo:

“Se não puder voar, corra. Se não puder correr, ande. Se não puder andar, rasteje. Apenas continue em frente. ”

Martin Luther King Jr.

Trazendo esse pensamento para o mundo do vestibular, a mensagem que quero deixar é que você não pare de lutar quando está quase lá. Não desista quando falta pouco. Respire, respeite seu ritmo e trabalhe mais um pouco. A aprovação está quase chegando!

Grande beijo e até a próxima!

