



*aula 01*

***.como organizar e priorizar seus estudos***



*aula 01*

***.como organizar e priorizar seus estudos***



# aula 01

Essa aula é dividida em 2 partes, primeiramente vamos falar de atitudes bem simples para você conseguir realmente aplicar os estudos em casa e a segunda parte é relacionada ao desacomulador de matérias, onde você irá conseguir organizar de forma visual, simples e prática o que você poderá fazer nos próximos dias para dar continuidade aos seus estudos.

## Local

O primeiro passo para estabelecer corretamente seus hábitos de estudos em casa é ter um local fixo para estudar. Isso irá te ajudar a reforçar o hábito, pois sempre que você chegar ao seu local de estudos seu cérebro já estará preparado para estudar.



**Local Iluminado**  
**Cadeira confortável**  
**Limpo**  
**Sem Barulho**  
**Não estude na cama**

## Horário

Quando mais o estudo se tornar um hábito na sua vida, mais fácil será a sua jornada. Por isso, é fundamental que você estabeleça horários fixos para começar os estudos. Dessa forma seu cérebro terá previsibilidade. Defina tempos rígidos por disciplina (entre 60 e 120 minutos para cada uma), dê pausas de 5 minutos a cada 50 minutos sentado (para diminuir a pressão na lombar) e obedeça os horários.



# Aulas

Escolha um dos cursinhos online que você gosta e utilize para se preparar durante esse tempo. Hoje temos diversas opções de aulas lecionadas por excelentes professores com diferentes metodologias. Teste cada cursinho e veja qual faz mais seu estilo.



# Material

Na hora de estudar deixe a vista somente o que vai precisar daquela matéria, é um fato que o vestibulando de medicina [principalmente o que já tem alguns anos de cursinho] tende a acumular muitas apostilas e materiais dos anos de estudo, no entanto, na hora de sentar e estudar o ideal é estar somente com o que vai utilizar a vista, para que evite distrações e ansiedade lembrando do que falta estudar ainda.



# Atenção

Foco e concentração são fundamentais para entrar em um estado de flow e conseguir estudar o conteúdo de forma mais fluida e eficiente. Porém, nem sempre temos essa capacidade de nos manter focados nos nossos conteúdos, por isso o pomodoro é uma técnica que pode ser inserida na nossa rotina para ajudar nesses momentos.



# técnica 01

## .pomodoro

A técnica da qual eu estou falando é a **POMODORO**. Se você já ouviu falar ou já utiliza, tenho certeza que você vai descobrir coisas super intrigantes para melhorar significativamente sua performance. Se você nunca ouviu falar, também não precisa se preocupar, pois vou te ensinar tudo que você precisa saber para utilizar esta técnica no seu dia a dia e melhorar seus resultados.

### O que é:

A Técnica Pomodoro é um método de gerenciamento de tempo desenvolvido por Francesco Cirillo, um grande figurão da ciência de treinar o cérebro para aprender mais e de maneira mais consistente. A técnica utiliza um cronômetro para dividir o trabalho em períodos de 25 minutos chamados de 'pomodoros'.

#### .passo 01

Escolha a tarefa a ser executada

O primeiro passo é simples. Vou te dar um exemplo. Vamos supor que você precise estudar aquele capítulo de botânica urgente e que você decidiu escolher ele para começar. Assim que escolhido o conteúdo, você vai fazer uma análise bem rápida e fácil de quantos pomodoros você vai precisar para concluir aquela tarefa. Por exemplo, se o capítulo tem 20 páginas, você vai precisar de 4 pomodoros para finalizá-lo com qualidade. Lembrando que pomodoros são períodos de 25 minutos.

#### .passo 02

Ajuste o Pomodoro para 25 minutos

Esse passo é ainda mais simples. Para ter mais controle sobre o que você está fazendo sugiro que você baixe um aplicativo no seu celular para te ajudar a concluir as tarefas com êxito.

#### .passo 03

Focar naquela tarefa até que o alarme toque

Não importa o que aconteça, não saia do seu objetivo até que o alarme toque. Para que isso ocorra de maneira mais fácil, se livre de todas as distrações. Coloque o celular fora do alcance, desligue o wi-fi, tire da sua frente tudo que te desconcentra.

#### .passo 04

Fazer uma pausa curta (3 a 5 minutos)

Assim que timer tocar, deixe o que você está fazendo, levante-se e faça o que bem entender de 3 a 5 minutos. Descanse sem entrar em atividades que são viciantes para você.

#### .passo 05

A cada quatro "pomodoros" fazer uma pausa mais longa (15-30 minutos)

Da mesma forma que é importante que você faça uma pausa a cada pomodoro, é fundamental que a cada 4 pomodoros você faça uma pausa longa, que pode ser de 15 a 30 minutos.

[assista o vídeo completo no youtube](#)



# ferramenta 01

## .desacumulador de matérias

Para iniciar novos estudos ou novos ciclos e criar um planejamento para estudar em casa é necessário você encerrar os ciclos que foram iniciados nas suas aulas de cursinho ou ensino médio e não foram finalizadas.

Perceber aquilo que está atrasado é parte primordial para colocar seus estudos em dia. Analise todas as matérias que estão pendentes e faça uma lista com todas elas. Seja sincero e não deixe nenhuma matéria de fora.

Disciplina	Nome do Conteúdo
Matemática	Operações Básicas
Matemática	
Física	
Química	
Biologia	
Sociologia	
Filosofia	
História	
Literatura	
Geografia	
Português	
Língua Estrangeira	

**Disciplina** (seta azul apontando para cima)

**Conteúdo** (seta verde apontando para cima)

Programe-se.  
Faça uma planilha com todos os conteúdos que estão aberto e como está o ciclo de estudo referente aquele conteúdo.

Anote na frente de cada matéria o dia e o horário em que estudará. Primeiro, coloque as matérias extremamente urgentes. Em seguida, as que estão em segundo plano e, por último, aquelas que você tem mais facilidade.

Disciplina	Nome do Conteúdo	Conteúdo		Técnica		Exercícios		Nota
		Concluído	22/03	A.D.V.	22/03	Atrasado	31/03	88%
		Status da matéria	Data a ser estudada	Status da matéria	Data a ser feita	Status do exercício	Data a ser feita	% de acertos

# ferramenta 01

## **.desacumulador de matérias**

Para ter acesso a planilha e poder editar é só acessar o link aqui em baixo:

<https://bit.ly/33IVUmw>

Ou clicar no botão abaixo:

**[.desacumulador de matérias](#)**

---





*aula 02*

***.como selecionar os conteúdos e estudar***



## .como selecionar os conteúdos e estudar

O que é:

A partir da contribuição de várias teorias consideramos que a aprendizagem é um processo dinâmico, contínuo, global, pessoal, gradativo e cumulativo:

### Processo dinâmico

Por realizar-se somente com a atividade do ser aprendente. A aprendizagem não é um processo de absorção passiva, carece de atividade tanto externa (física) quanto interna (afetivo-emocional, intelectual e social). **Saia do piloto automático a estudar, pare de ler e chegar ao final da página nem lembrar qual era o começo, pare de copiar o que tá escrito no quadro sem nem saber o que tá escrito lá.**

### Processo contínuo

Porque está presente na vida do ser em todas as fases da vida: no início da vida, na infância, adolescência, idade adulta e no envelhecimento.

**Aprenda a matéria em ordem didática, comece dos conteúdos que são BASE da pirâmide.**

### Processo global

Por envolver todos os aspectos constitutivos da personalidade do ser no ato de aprender.

**Busque situações e aplicações daquele conteúdo na sua vida prática.**

### Processo pessoal

Visto que a aprendizagem é intransferível de pessoa para pessoa apesar da escola, movida por concepções antigas, ter acreditado que os professores ao ensinar os conteúdos de suas aulas levavam os alunos à aprenderem. **Cada aluno tem uma maneira de aprender, por isso temos alunos que tem tanta “facilidade” somente assistindo a aula, além disso, não é porque você foi a aula e viu o conteúdo que quer dizer que você aprendeu de fato aquela matéria**

### Processo gradativo

Por se realizar por meio de operações crescentemente complexas. A cada aprendizagem novos elementos são acrescentados às experiências anteriores (pontos de ancoragem) em dimensão gradativa e ascendente. **Comece do básico e vá avançando gradativamente.**

### Processo cumulativo

Visto que a experiência de aprendizagem atual utiliza-se das experiências anteriores.

# prioridades de matéria

## .matérias

## MATEMÁTICA

### MATEMÁTICA BÁSICA 1

OPERAÇÕES BÁSICAS  
POTENCIAÇÃO  
RADICIAÇÃO  
EXPRESSÕES NUMÉRICAS  
M.D.C E M.M.C  
FRAÇÕES

### MATEMÁTICA BÁSICA 2

EXPRESSÕES ALGÉBRICAS  
FATORAÇÃO DE EXPRESSÃO ALGÉBRICA  
EQUAÇÕES DO 1º GRAU  
TEORIA DOS CONJUNTOS  
CONJUNTOS NUMÉRICOS  
INTERVALOS REAIS  
SISTEMAS DE EQUAÇÕES DO 1º GRAU  
EQUAÇÕES DO 2º GRAU  
REGRA DE 3 SIMPLES  
REGRA DE 3 COMPOSTA  
RAZÕES E PROPORÇÕES  
SISTEMA DE MEDIDA  
PORCENTAGEM

### ALGEBRA

TEORIA DAS FUNÇÕES  
FUNÇÃO DO 1º GRAU  
FUNÇÃO DO 2º GRAU  
INEQUAÇÃO DO 1º GRAU  
INEQUAÇÃO DO 2º GRAU  
FUNÇÃO EXPONENCIAL  
LOGARITMO  
FUNÇÃO MODULAR  
PROGRESSÃO ARITMÉTICA - P.A  
PROGRESSÃO GEOMÉTRICA - P.G  
PROBABILIDADE  
ESTATÍSTICA  
ANÁLISE COMBINATÓRIA  
MATRIZES  
DETERMINANTES  
SISTEMAS LINEARES  
BINÔMIO DE NEWTON  
NÚMEROS COMPLEXOS  
POLINÔMIOS  
MATEMÁTICA FINANCEIRA  
JUROS SIMPLES  
JUROS COMPOSTOS

### TRIGONOMETRIA

TRIÂNGULO RETÂNGULO  
CICLO TRIGONOMÉTRICO  
FÓRMULAS TRIGONOMÉTRICAS  
INEQUAÇÕES TRIGONOMÉTRICAS  
FUNÇÕES TRIGONOMÉTRICAS

### GEOMETRIA PLANA

CONCEITOS BÁSICOS  
ÂNGULOS  
ÁREA E PERÍMETRO  
FIGURAS GEOMÉTRICAS PLANAS  
TRIÂNGULOS  
QUADRILÁTEROS  
POLÍGONOS REGULARES  
CÍRCULO E CIRCUNFERÊNCIA  
FUNÇÕES TRIGONOMÉTRICAS

### GEOMETRIA ESPACIAL

EXPRESSÕES ALGÉBRICAS  
PRISMA  
CILINDRO  
PIRÂMIDE  
CONES  
ESTERAS  
TRONCOS  
POLIEDRO

### GEOMETRIA ANALÍTICA

ESTUDO DAS RETAS  
FÓRMULAS DE DISTÂNCIAS  
ÁREAS  
POSIÇÃO RELATIVA  
CIRCUNFERÊNCIA  
VETORES  
CÔNICAS

# prioridades de matéria

## .matérias

### LINGUAGENS E CÓDIGOS

#### Português

##### MORFOLOGIA

SUBSTANTIVO  
ARTIGO  
ADJETIVO  
NUMERAL  
PRONOME  
FUNÇÕES DO PRONOME (SE)  
CONECTIVOS  
INTERJEIÇÃO  
VERBO  
ADVÉRBIO  
FUNÇÕES DA PALAVRA QUE  
ANÁLISE MORFOLÓGICA

##### FORMAÇÃO DE PALAVRA

COLOCAÇÃO DE PALAVRAS  
COLOCAÇÃO PRONOMINAL

##### SINTAXE

SUJEITO  
PREDICADO  
VOCATIVO  
TERMOS ASSOCIADOS AO VERBO  
TERMOS ASSOCIADOS AO NOME

##### CONCORDÂNCIA

VERBAL  
NOMINAL

##### REGÊNCIA

VERBAL  
NOMINAL

##### ORAÇÕES

ORAÇÕES SUBORDINADAS SUBSTANTIVAS  
ORAÇÕES SUBORDINADAS ADJETIVAS  
ORAÇÕES SUBORDINADAS REDUZIDAS  
ORAÇÕES COORDENADAS  
ORAÇÕES INTERCALADAS

##### ORTOGRAFIA

REGRAS DE PONTUAÇÃO  
DIVISÃO SILÁBICA  
REGRAS DE ACENTUAÇÃO  
CRASE

##### INTERPRETAÇÃO DE TEXTO

FUNÇÕES DE LINGUAGEM  
FIGURAS DE LINGUAGEM  
GÊNEROS TEXTUAIS E SUAS INTENÇÕES  
TEXTO NÃO-VERBAL  
GÊNEROS DIGITAIS

##### SEMÂNTICA

VARIAÇÕES LINGUÍSTICAS

#### Literatura

##### TEORIA LITERÁRIA

PROSA E POESIA  
GÊNEROS E ERAS LITERÁRIAS

##### FIGURAS DE LINGUAGEM

FIGURAS DE LINGUAGEM

##### ESCOLAS LITERÁRIAS

TROVADORISMO  
HUMANISMO  
CLASSICISMO (QUINHENTISMO)  
BARROCO  
NEOCLASSICISMO  
ROMANTISMO  
REALISMO  
PARNASIANISMO  
SIMBOLISMO  
PRÉ-MODERNISMO  
MODERNISMO EM PORTUGAL  
MODERNISMO NO BRASIL  
LITERATURA CONTEMPORÂNEA

##### MOVIMENTOS DE VANGUARDA

FUTURISMO  
CUBISMO  
DADAÍSMO  
EXPRESSIONISMO  
SURREALISMO  
MANIFESTAÇÕES ARTÍSTICAS  
INFLUÊNCIAS DAS MANIFESTAÇÕES  
FUNÇÕES DA ARTE

##### CONTEÚDOS ESTRUTURANTES

DA DANÇA  
DA MÚSICA  
DO TEATRO  
DO ESPORTE  
INCLUSÃO, DIVERSIDADE E  
MULTICULTURALIDADE NAS PRODUÇÕES  
ESTÉTICAS E ARTÍSTICAS DAS MINORIAS.



# prioridades de matéria

## .matérias

### CIÊNCIAS DA NATUREZA

#### Biologia

##### INTRODUÇÃO A BIOLOGIA

VISÃO GERAL DA BIOQUÍMICA  
ÁGUA  
SAIS MINERAIS  
CARBOIDRATOS  
LIPÍDIOS  
ÁCIDOS NUCLEICOS  
VITAMINAS  
PROTEÍNAS

##### CITOLOGIA

ENVOLTÓRIOS CELULARES  
CITOPLASMA  
ESTUDO DO NÚCLEO  
CICLO CELULAR  
DIVISÃO CELULAR  
GAMETOGÊNESE

##### BIOENERGÉTICA

FERMENTAÇÃO E RESPIRAÇÃO CELULAR  
FOTOSSÍNTESE E QUIMIOSSÍNTESE

##### CONTROLE CELULAR

VISÃO GERAL E CÓDIGO GENÉTICO  
MUTAÇÕES GENÉTICAS

##### HISTOLOGIA ANIMAL E HUMANA

TECIDO EPITELIAL  
TECIDO CONJUNTIVO  
TECIDO MUSCULAR  
TECIDO NERVOSO

##### FISIOLOGIA ANIMAL E HUMANA

EMBRIOLOGIA  
SISTEMA DIGESTÓRIO  
SISTEMA RESPIRATÓRIO  
SISTEMA CARDIOVASCULAR  
SISTEMA NERVOSO  
SISTEMA EXCRETOR  
SISTEMA TEGUMENTAR E MOTOR  
SISTEMA SENSORIAL  
SISTEMA ENDÓCRINO  
SISTEMA REPRODUTOR

##### ORIGEM DA VIDA

HIPÓTESES SOBRE A ORIGEM DO UNIVERSO  
TEORIAS DE EVOLUÇÃO  
EXPLICAÇÕES PRÉ-DARWINISTAS  
TEORIA EVOLUTIVA DE CHARLES DARWIN

##### CLASSIFICAÇÃO

SISTEMA CLASSIFICAÇÃO DOS SERES VIVOS  
VÍRUS E PRIONS  
REINO MONERA  
REINO PROTISTA  
REINO FUNGI

##### REINO ANIMAL

INTRODUÇÃO AO REINO ANIMAL  
PORÍFEROS  
CNIDÁRIOS  
PLATELMINTOS  
NEMATELMINTOS  
MOLUSCOS  
ANELÍDEOS  
ARTRÓPODES  
EQUINODERMOS  
CORDADOS

##### REINO VEGETAL

BRIÓFITAS  
PTERIDÓFITAS  
GIMNOSPERMAS  
ANGIOSPERMAS

##### MORFOLOGIA VEGETAL

RAIZ, CAULE E FOLHA  
TECIDOS VEGETAIS  
NUTRIÇÃO VEGETAL E TROCAS GASOSAS  
TRANSPORTE VEGETAL  
HORMÔNIOS VEGETAIS E FOTOPERIODISMO  
GERMINAÇÃO E MOVIMENTOS VEGETAIS

##### ECOLOGIA

CONCEITOS BÁSICOS  
MATÉRIA E ENERGIA NOS ECOSISTEMAS  
DINÂMICA DAS POPULAÇÕES

##### GENÉTICA

1º LEI DE MENDEL  
POLIALELIA E GRUPOS SANGUÍNEOS  
HERANÇA E SEXO  
2º LEI DE MENDEL  
LINKAGE  
INTERAÇÃO GÊNICA  
CITOGENÉTICA  
GENÉTICA DE POPULAÇÕES

##### PROGRAMA DE SAÚDE

CONCEITOS BÁSICOS SUS  
PARASITISMO  
PROBLEMAS FISIOLÓGICOS  
DROGAS  
SEXUALIDADE E DSTS



# prioridades de matéria

## .matérias

### CIÊNCIAS DA NATUREZA

#### Física

##### MECÂNICA - CINEMÁTICA

ORDEM DE GRANDEZA E VETORES  
GRANDEZA VETORIAL  
PROPRIEDADE VETORIAL  
VELOCIDADE  
MOVIMENTO UNIFORMEMENTE VARIADO  
MOVIMENTO VERTICAL  
MOVIMENTO OBLÍQUO  
MOVIMENTO CIRCULAR  
DESLOCAMENTO, VELOCIDADE E  
ACELERAÇÃO LANÇAMENTO VERTICAL  
LANÇAMENTO HORIZONTAL  
LANÇAMENTOS OBLÍQUOS

##### MECÂNICA - DINÂMICA

LEIS DE NEWTON  
FORÇA PESO  
FORÇA DE ATRITO  
FORÇA ELÁSTICA  
FORÇA CENTRÍPETA  
PLANO INCLINADO  
TRABALHO, ENERGIA E POTÊNCIA  
IMPULSO  
QUANTIDADE DE MOVIMENTO  
COLISÃO  
GRAVITAÇÃO  
ESTÁTICA E HIDROSTÁTICA

##### ELETRICIDADE

CARGA ELÉTRICA  
LEIS COULOMB  
CAMPO ELÉTRICO  
CORRENTE  
RESISTORES  
CAPACITORES  
EFEITO JOULE  
LEI DE OHM  
TENSÃO, CORRENTE, POTÊNCIA E ENERGIA  
CIRCUITO ELÉTRICOS SIMPLES  
CORRENTE CONTINUA E ALTERNADA

##### ELETROMAGNETISMO

CAMPO MAGNÉTICO  
FORÇA E INDUÇÃO  
ÍMÃS PERMANENTES  
CAMPO MAGNÉTICO TERRESTRE  
LEI DE FARADAY  
LEI DE LENZ

##### ÓPTICA

REFLEXÃO DA LUZ  
ESPELHO PLANO  
ESPELHO ESFÉRICO  
FORMAÇÃO DA IMAGEM  
LENSES

##### TERMOLOGIA

CALORIMETRIA  
TERMOMETRIA  
ENERGIA TÉRMICA  
EQUILÍBRIO E DILATAÇÃO TÉRMICA  
ESCALAS TERMOMÉTRICAS  
GASES  
ISOTÉRMICA, ISOBÁRICA, ISOVOLUMÉTRICA) 1  
1º E 2º LEI DA TERMODINÂMICA

##### ONDULATÓRIA

REFLEXÃO, REFRAÇÃO E DIFRAÇÃO  
MOVIMENTO HARMÔNICO SIMPLES  
EFEITO DOPPLER  
RESSONÂNCIA, POLARIZAÇÃO E ACÚSTICA

#### Química

##### ATOMÍSTICA

TEORIAS ATÔMICAS  
CLASSIFICAÇÃO PERIÓDICA  
PROPRIEDADES PERIÓDICAS  
LIGAÇÕES QUÍMICAS  
RADIOATIVIDADE

##### QUÍMICA GERAL E INORGÂNICA

SUBSTÂNCIAS PURAS  
FUNÇÕES INORGÂNICAS  
MISTURAS  
REAÇÕES INORGÂNICAS  
TIPOS DE FÓRMULAS QUÍMICAS  
CÁLCULO ESTEQUIOMÉTRICO  
GASES E POLUIÇÃO AMBIENTAL

##### FÍSICO QUÍMICA

SOLUÇÕES  
TERMOQUÍMICA  
CINÉTICA QUÍMICA  
EQUILÍBRIO  
ELETROQUÍMICA  
PILHAS  
ELETRÓLISE  
PROPRIEDADES COLIGATIVAS

##### QUÍMICA ORGÂNICA

NOMENCLATURA  
OXIGENADAS E HIDROGENADAS  
FUNÇÕES ORGÂNICAS  
SÉRIES ORGÂNICAS E CARACTERÍSTICAS  
CARACTERÍSTICAS DE COMPOSTOS  
ISOMERIA PLANA E ESPACIAL  
REAÇÕES ORGÂNICAS SUBSTITUIÇÃO  
REAÇÕES ORGÂNICAS ADIÇÃO  
REAÇÕES ORGÂNICAS ELIMINAÇÃO  
REAÇÕES ORGÂNICAS OXIDAÇÃO  
REAÇÕES ORGÂNICAS ÁLCOOIS  
POLÍMEROS



# prioridades de matéria

## .matérias

### CIÊNCIAS HUMANAS

#### *História*

##### **INTRODUÇÃO GERAL - PRÉ HISTÓRIA**

PRÉ HISTÓRIA

##### **IDADE ANTIGA**

ANTIGUIDADE ORIENTAL  
ANTIGUIDADE CLASSICA - GRÉCIA  
ANTIGUIDADE CLASSICA - ROMA

##### **IDADE MÉDIA**

IMPERIO BIZANTINO  
REINOS BÁRBAROS  
IMPÉRIO DOS FRANCOS  
CIVILIZAÇÕES ISLÂMICA  
FEUDALISMO  
CRUZADAS  
REASCIMENTO COMERCIAL E URBANO  
CRISE DO SÉCULO XIV  
MONARQUIAS NACIONAIS  
ASPECTOS CULTURAIS DA IDADE MÉDIA

##### **IDADE MODERNA**

REASCIMENTO CULTURAL  
REFORMA PROTESTANTE  
CONTRAR REFORMA  
ABSOLUTISMO  
MERCANTILISMO  
EXPANSÃO MARÍTIMA  
CIVILIZAÇÕES PRÉ-COLOMBIANAS  
COLONIZAÇÃO ESPANHOLA NA AMÉRICA  
COLONIZAÇÃO INGLESA NA AMÉRICA  
REVOLUÇÕES INGLÊS NO SÉCULO XVII  
ILUMINISMO  
REVOLUÇÃO INDUSTRIAL  
INDEPENDÊNCIA DOS ESTADOS UNIDOS

##### **IDADE CONTEMPORÂNEA**

REVOLUÇÃO FRANCESA  
ERA NAPOLEÔNICA  
CONGRESSO DE VIENA  
EXPANSÃO TERRITORIAL DOS E.U.A  
GUERRA DA SECESSÃO NOS E.U.A  
IDEIAS SOCIAIS E POLÍTICAS DO SÉCULO XIX  
UNIFICAÇÕES  
SEGUNDA REVOLUÇÃO INDUSTRIAL  
NEOCOLONIALISMO & IMPERIALISMO  
PRIMEIRA GUERRA MUNDIAL  
CRISE DE 1929  
PERÍODO ENTRE GUERRAS (NAZI FASCISMO)  
SEGUNDA GUERRA MUNDIAL  
GUERRA FRIA  
POPULISMO NA AMÉRICA LATINA  
DESCOLONIZAÇÃO NA AMÉRICA LATINA

##### **HISTÓRIA DO BRASIL - BRASIL COLÔNIA**

PERÍODO PRÉ COLONIAL  
INÍCIO DA COLONIZAÇÃO  
ECONOMIA AÇUCAREIRA  
PECUÁRIA E LAVOURA DE SUBSISTÊNCIA  
UNIÃO IBÉRICA  
INVASÕES HOLANDESES  
EXPANSÃO TERRITORIAL  
ECONOMIA MINERADORA  
REVOLTAS NATIVISTAS  
MOVIMENTOS EMANCIPACIONISTAS  
A FAMÍLIA REAL PORTUGUESA NO BRASIL  
INDEPENDÊNCIA DO BRASIL

##### **HISTÓRIA DO BRASIL-IMPÉRIO**

PRIMEIRO REINADO  
PERÍODO REGENCIAL  
SEGUNDO REINADO

##### **HISTÓRIA DO BRASIL-REPÚBLICA**

REPÚBLICA DA ESPADA  
REPÚBLICA DAS OLIGARQUIAS  
ERA VARGAS  
GOVERNO DUTRA  
SEGUNDO GOVERNO VARGAS  
GOVERNO JUSCELINO KUBITSCHEK  
GOVERNO JÂNIO QUADROS  
GOVERNO JOÃO GOULART  
REGIME MILITAR  
NOVA REPÚBLICA

#### *Filosofia*

##### **FILOSOFIA ANTIGA-ANTIGUIDADE**

OCIDENTAL  
INTRODUÇÃO AO MUNDO GREGO  
PRÉ-SOCRÁTICOS OU FILÓSOFOS DA  
NATUREZA  
SOFISTAS  
SOCRÁTICOS - SÓCRATES  
SOCRÁTICOS - PLATÃO  
SOCRÁTICOS - ARISTÓTELES

##### **TRANSIÇÃO DA IDADE MÉDIA**

FILOSOFIA HELENÍSTICA

##### **FILOSOFIA MEDIEVAL**

PENSAMENTO CRISTÃO

##### **FILOSOFIA MODERNA E CONTEMPORÂNEA**

CIÊNCIA MODERNA  
ÉTICA E MORAL  
VERDADE



# prioridades de matéria

## .matérias

### CIÊNCIAS HUMANAS

#### *Geografia*

##### **GEOGRAFIA DO BRASIL - GEOGRAFIA FÍSICA**

ASTRONOMIA  
GEOLOGIA E RELEVO  
CLIMA  
CARTOGRAFIA  
VEGETAÇÃO  
HIDROGRAFIA

##### **GEOGRAFIA DO BRASIL-TEMÁTICA**

RECURSOS NATURAIS  
ENERGIA  
AGROPECUÁRIA  
INDÚSTRIA  
TRANSPORTE

##### **GEOGRAFIA DO BRASIL - HUMANA**

POPULAÇÃO  
MIGRAÇÕES  
COMÉRCIO  
BRASIL NO MUNDO  
QUESTÕES AMBIENTAIS

##### **GEOGRAFIA DO BRASIL - REGIONAL**

DIVISÕES REGIONAIS  
AMAZÔNIA & REGIÃO NORTE  
REGIÃO NORDESTE  
REGIÃO CENTRO-OESTE  
REGIÃO SUDESTE  
REGIÃO SUL

##### **GEOPOLÍTICA-GLOBALIZAÇÃO**

FASES DO CAPITALISMO  
ÓRGÃOS INTERNACIONAIS  
BLOCOS SUPRA NACIONAIS

##### **GEOPOLÍTICA-CONFLITOS INTERNACIONAIS**

ESTADOS UNIDOS - GUERRA O TERROR  
CONFLITOS NA EX IUGOSLÁVIA  
CONFLITOS NA RÚSSIA  
ÍNDIA VERSUS PAQUISTÃO  
ISRAEL VERSUS PALESTINA

##### **GEOPOLÍTICA-CONFLITOS REGIONAIS**

CONCEITOS NA ESPANHA  
CONFLITOS NA IRLANDA  
PRIMAVERA ÁRABE  
CONFLITOS NA ÁFRICA  
TENSÃO NAS CORÉIAS  
CONFLITOS NA CHINA

#### *Sociologia*

##### **INTRODUÇÃO A SOCIOLOGIA**

O CONHECIMENTO E A CIÊNCIA

##### **NATUREZA E CULTURA**

NATUREZA E TRABALHO  
TRABALHO

##### **FUNDAMENTOS DA SOCIOLOGIA**

A MODERNIDADE  
O NASCIMENTO DA SOCIOLOGIA  
ESTUDO DA ANTROPOLOGIA  
O PODER DA POLÍTICA

##### **FUNDAMENTOS DA SOCIOLOGIA**

AUGUST COMTE  
EMILE DURKHEIM  
MAX WEBER  
KARL MARX



# como estudar as matérias

## .matérias

Como estudar os conteúdos:

Dividimos o ciclo de estudo em 3 partes essenciais para a compreensão, aprendizado e memorização dos conteúdos que você estuda.

### TÉCNICAS DE ESTUDO E APRENDIZAGEM



# como estudar as matérias

## .matérias

*Ao pular uma das etapas do aprendizado alguns erros podem ser identificados e vou citar alguns exemplos:*

### **Da Aula para os Exercícios**

*Ao Ver uma aula e ir direto aos exercícios, sem ao menos fazer uma auto explicação é muito provável que as chances de acertos fiquem pequenas e que você não compreenda o conteúdo como um todo e erre questões fáceis.*

*Lembre-se nosso aprendizado é gradativo e cumulativo*

*[considerando que você estudou um conteúdo novo ou que não tem conhecimento]*

### **Da Aula + Resumos sem exercícios**

*Ao Ver uma aula e fazer simplesmente um resumo é mais provável que seu conhecimento fique na memória de curto prazo, dando aquela sensação de que você já estudou mas não tem certeza sobre o conteúdo.*

*Geralmente é aquela matéria que você estudou e sempre fica no quase, sempre falta alguma informação para resolver o exercícios.*

*Lembre-se raciocinar e colocar em prático o que você aprendeu melhora muito a memorização, e isso não vale somente para os conteúdos de exatas.*

### **Ciclo Completo de estudo.**

*A maneira mais eficiente de entender e realmente aprender é fazer essas 3 etapas para construir o conhecimento em blocos.*

*Separe um tempo para cada uma das etapas e vá com tudo!*

**LEMBRE-SE O ALUNO QUE PASSOU ASSISTIU A MESMA AULA QUE VOCÊ , SENTOU AO SEU LADO, A DIFERENÇA NÃO ESTÁ NA AULA, MAS NA MANEIRA COM QUE VOCÊ ESTUDA!**

