

# MED *Planner*



Médico em construção...

Nome:

Dr(a)..:

e-mail: (CASO EU ME PERCA, ME *encontre!*)

Whats App:

EU SEREI APROVADO(A) EM *Medicina na:*







## Médico em construção...

Eu, \_\_\_\_\_, futuro **aprovado** em **medicina** na universidade \_\_\_\_\_ quero ser mais \_\_\_\_\_ até o dia \_\_\_\_\_ para que eu **possa** \_\_\_\_\_.

Eu vou **saber** que estou mais \_\_\_\_\_ quando \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ **acontecer**.

Eu me **comprometo** mentalmente e emocionalmente para que tudo isso seja possível, fazendo \_\_\_\_\_, frequentemente para que eu possa treinar e **conquistar** minha vaga.




# Senhas e Acessos

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

 PLATAFORMA

 E-MAIL

 SENHA

# Contatos



 NOME .....  NOME .....

 E-MAIL .....  E-MAIL .....

 WHATS .....  WHATS .....

 NOME .....  NOME .....

 E-MAIL .....  E-MAIL .....

 WHATS .....  WHATS .....

 NOME .....  NOME .....

 E-MAIL .....  E-MAIL .....









 WHATS .....  WHATS .....

 NOME .....  NOME .....

 E-MAIL .....  E-MAIL .....

 WHATS .....  WHATS .....

# MEUS *Vestibulares*

 FACULDADE: .....  
 INSCRIÇÃO: ..... \$: .....  
 1 FASE: / ..... 2 FASE: / .....  
 LOCAL DA PROVA: .....  
 NOTA DE CORTE: .....  
 CONCORRÊNCIA: .....  
 PESOS: .....  
 INICIO: ..... FINAL: .....

*to do*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....









*Observações*

.....

.....

.....



 FACULDADE: .....  
 INSCRIÇÃO: ..... \$: .....  
 1 FASE: / ..... 2 FASE: / .....  
 LOCAL DA PROVA: .....  
 NOTA DE CORTE: .....  
 CONCORRÊNCIA: .....  
 PESOS: .....  
 INICIO: ..... FINAL: .....

*to do*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Observações*

.....


.....


.....








# MEUS *Vestibulares*


 FACULDADE: .....


 INSCRIÇÃO: ..... \$: .....


 1 FASE: / 2 FASE: / .....

 LOCAL DA PROVA: .....

 NOTA DE CORTE: .....

 CONCORRÊNCIA: .....

 PESOS: .....

 INICIO: ..... FINAL: .....

*To do*

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....


*Observações*


.....


.....


.....





 FACULDADE: .....


 INSCRIÇÃO: ..... \$: .....


 1 FASE: / 2 FASE: / .....

 LOCAL DA PROVA: .....

 NOTA DE CORTE: .....

 CONCORRÊNCIA: .....

 PESOS: .....

 INICIO: ..... FINAL: .....

*To do*

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

*Observações*

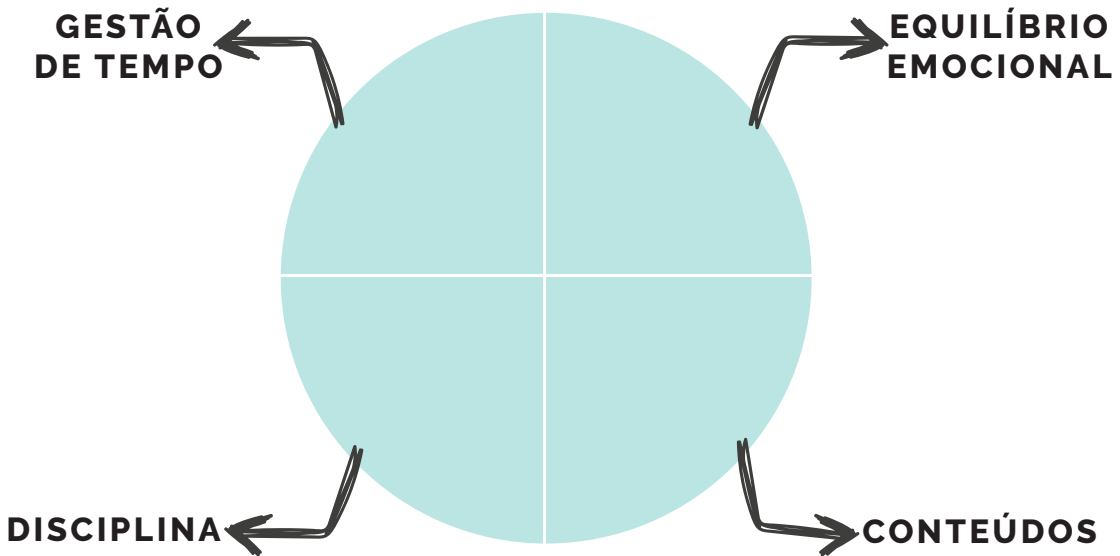
.....

.....

.....



# MEU *Diagnóstico da Aprovação*



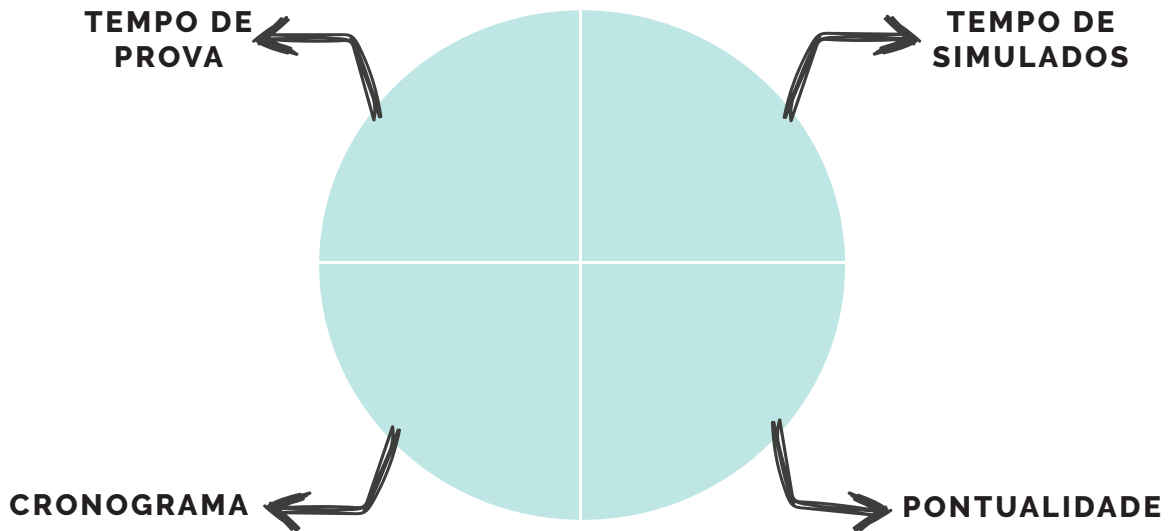
## IMPORTÂNCIA DA FERRAMENTA



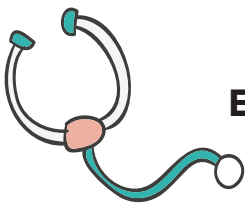
Com a ferramenta Diagnóstico da Aprovação você vai ter uma análise 360 de como você está se preparando para a sua aprovação e em quais áreas precisa melhorar e dar mais atenção. Ela analisa detalhadamente quatro competências: Gestão de Tempo, conteúdos, equilíbrio emocional e disciplina! Se auto-analise com sinceridade para poder avançar com consistência!



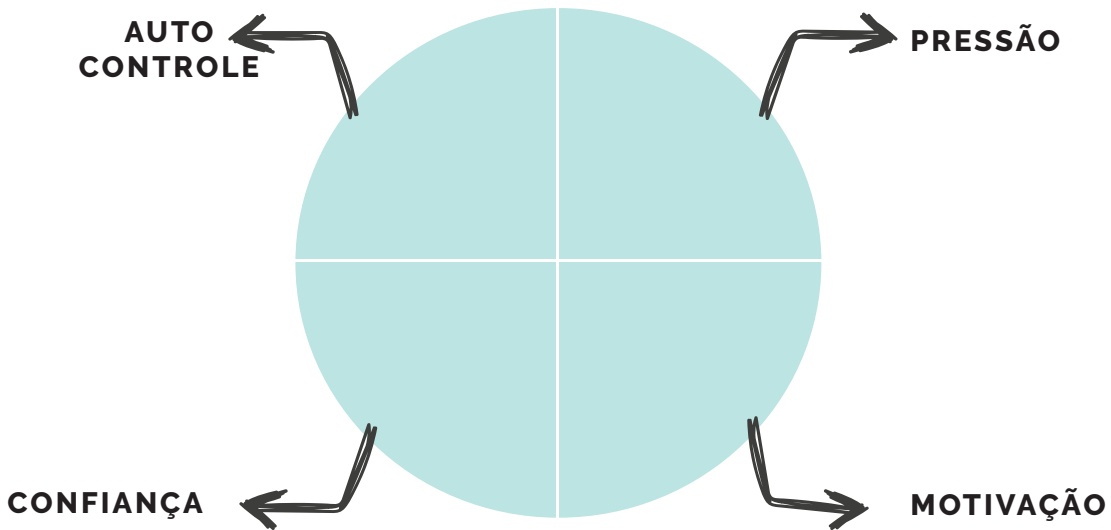
# DIAGNÓSTICO *Gestão de Tempo*



A GESTÃO DE TEMPO É UMA DAS CHAVES PARA A SUA APROVAÇÃO. COMO VOCÊ SE ORGANIZA, COMO VOCÊ MENSURA E DISTRIBUI SEU TEMPO TEM UM GRANDE PESO NA SUA JORNADA. ESSA FERRAMENTA FOI FEITA PARA QUE VOCÊ POSSA REFLETIR E DIAGNOSTICAR COMO ESTÁ SUA GESTÃO DE TEMPO COMO UM TODO, SEGUINDO OS 4 QUADRANTES: CRONOGRAMA, PONTUALIDADE, TEMPO DE PROVA E TEMPO NOS SIMULADOS.



# EQUILÍBRIO *Emocional*



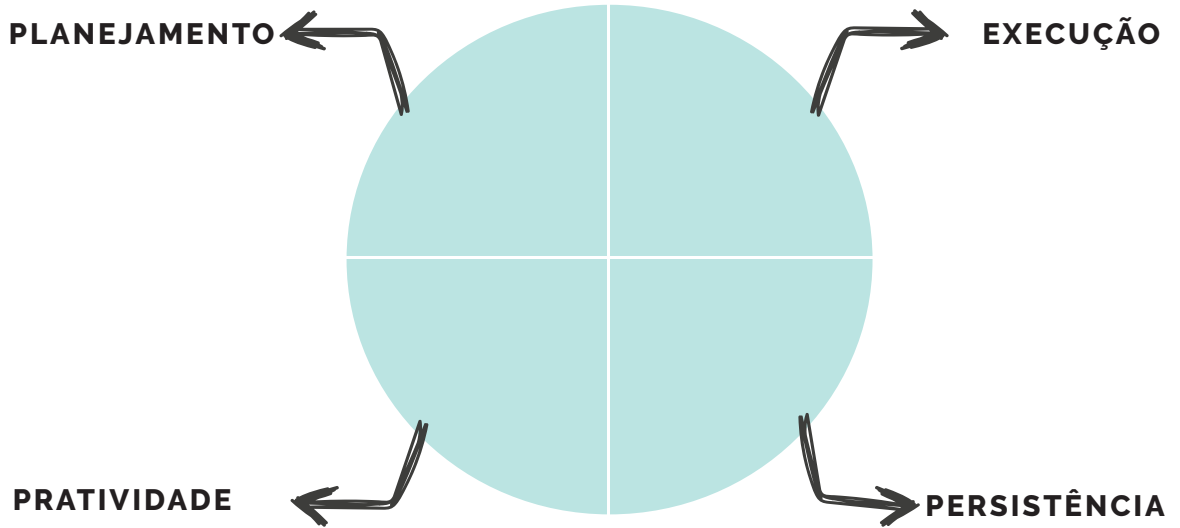
O EQUILÍBRIO EMOCIONAL TEM UM PAPEL FUNDAMENTAL NA SUA APROVAÇÃO. TANTO NA PREPARAÇÃO DURANTE TODO O ANO, QUANTO NO MOMENTO ESPECÍFICO DA PROVA! SEM ELA, TUDO PODE IR POR ÁGUA ABAIXO! ESSA FERRAMENTA FOI FEITA PARA QUE VOCÊ POSSA REFLETIR E DIAGNOSTICAR COMO ESTÁ SEU EQUILÍBRIO EMOCIONAL COMO UM TODO, SEGUINDO OS 4 QUADRANTES: PRESSÃO, AUTOCONTROLE, CONFIANÇA, MOTIVAÇÃO!





DIAGNÓSTICO

# *Disciplina*



A DISCIPLINA É A MÃE DE TODAS AS QUALIDADES. SEM ELA, NADA PODE SER FEITO COM EXCELÊNCIA. PARA AVANÇAR COM SEGURANÇA, VOCÊ PRECISA PRIMEIRAMENTE REFLETIR E DIAGNOSTICAR COMO ESTÁ SUA DISCIPLINA COMO UM TODO, SEGUINDO OS 4 QUADRANTES: PLANEJAMENTO, PROATIVIDADE, EXECUÇÃO E PERSISTÊNCIA.



# DIAGNÓSTICO *Conteúdos*

## REDAÇÃO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## PORTUGUÊS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## MATEMÁTICA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## FÍSICA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## QUÍMICA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## BIOLOGIA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## HISTÓRIA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## GEOGRAFIA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## SOCIOLOGIA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## FILOSOFIA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## LITERATURA

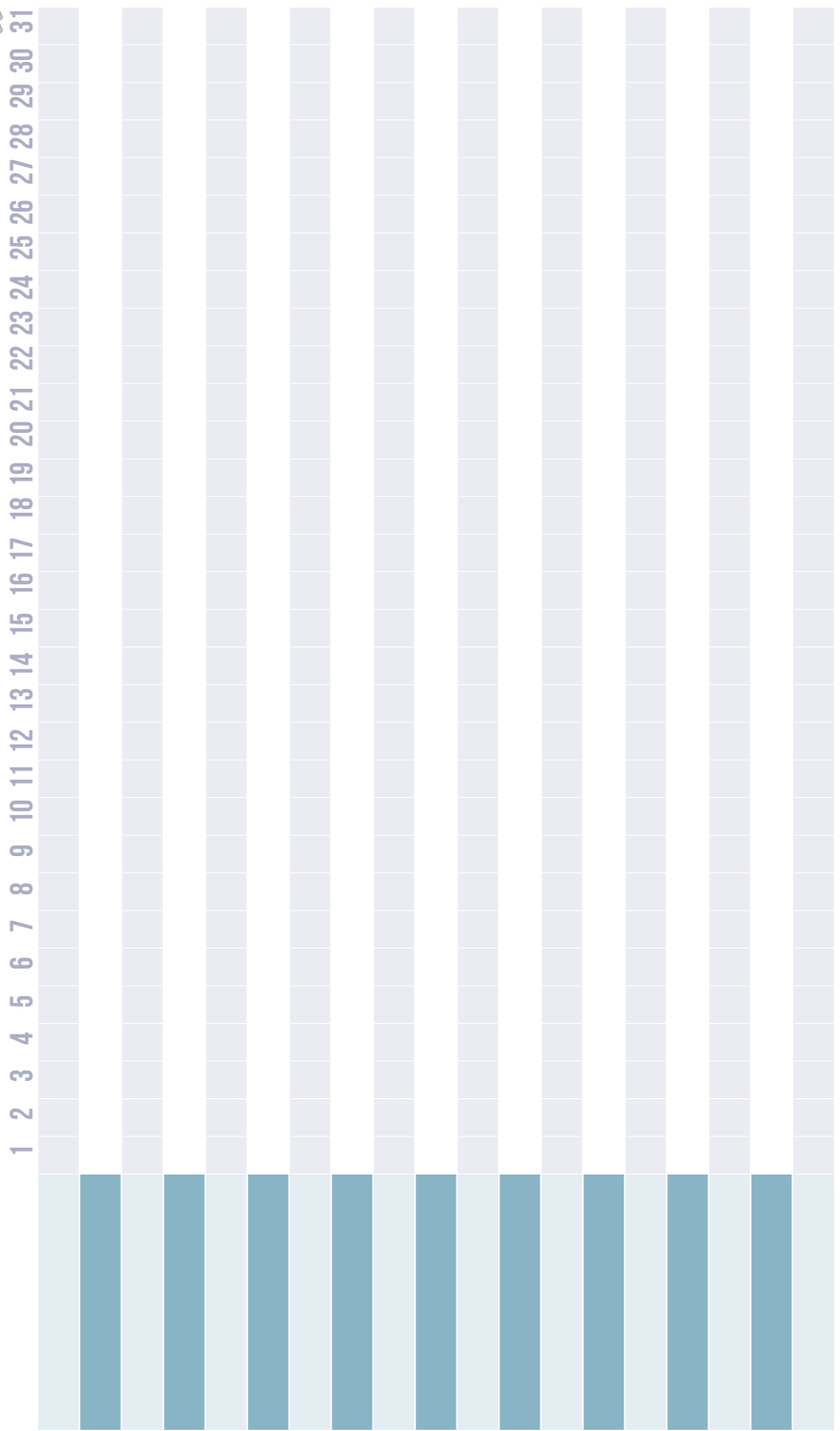
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

## LÍNGUA ESTRANGEIRA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



# *meu* HABIT TRACKER



# *minhas* REDAÇÕES



TEMA	GÊNERO	META	NOTA	DATA	CORRETOR	ESTUDAR:

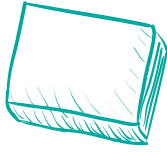


# *minhas* REDAÇÕES



TEMA	GÊNERO	META	NOTA	DATA	CORRETOR	ESTUDAR:

# minhas LEITURAS



OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAR EM:	RESUMO EXER:	FILME	REVISÃO
EVOLUÇÃO:						
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%
				70%	80%	90%
						100%

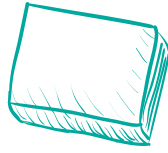
OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAR EM:	RESUMO EXER:	FILME	REVISÃO
EVOLUÇÃO:						
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%
				70%	80%	90%
						100%

OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAR EM:	RESUMO EXER:	FILME	REVISÃO
EVOLUÇÃO:						
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%
				70%	80%	90%
						100%

OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAR EM:	RESUMO EXER:	FILME	REVISÃO
EVOLUÇÃO:						
0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%
				70%	80%	90%
						100%

(CTP) TOTAL DE PÁGINAS: \_\_\_\_\_ (DUP) DIAS ÚTEIS ATÉ A PROVA: \_\_\_\_\_ FÓRMULA: TP/DUP = TOTAL DE PÁGINAS DE LEITURA POR DIA!

# minhas LEITURAS



OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAREM:	RESUMO EXER:	FILME REVISÃO
EVOLUÇÃO:					
0%	10%	20%	30%	40%	50%
			60%	70%	80%
				90%	100%

OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAREM:	RESUMO EXER:	FILME REVISÃO
EVOLUÇÃO:					
0%	10%	20%	30%	40%	50%
			60%	70%	80%
				90%	100%

OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAREM:	RESUMO EXER:	FILME REVISÃO
EVOLUÇÃO:					
0%	10%	20%	30%	40%	50%
			60%	70%	80%
				90%	100%

OBRA	PÁGINAS	AUTOR	PERIODO LITERÁRIO COMEÇAREM:	RESUMO EXER:	FILME REVISÃO
EVOLUÇÃO:					
0%	10%	20%	30%	40%	50%
			60%	70%	80%
				90%	100%

(TP) TOTAL DE PÁGINAS: \_\_\_\_\_ (DUP) DIAS ÚTEIS ATÉ A PROVA: \_\_\_\_\_ FÓRMULA: TP/DUP = TOTAL DE PÁGINAS DE LEITURA POR DIA!

# meus **SIMULADOS**



Disciplina	Meta	1° SIM	2° SIM	3° SIM	4° SIM	Média
	NOTA	_/ _	_/ _	_/ _	_/ _	
PORTUGUÊS						
LITERATURA						
FILOSOFIA						
SOCIOLOGIA						
HISTÓRIA						
GEOGRAFIA						
QUÍMICA						
FÍSICA						
MATEMÁTICA						
BIOLOGIA						
SOCIOLOGIA						
LÍNGUA ESTRANGEIRA						
RESULTADO						



# SIMULADOS

*meus*



<i>Disciplina</i>	META NOTA	1° SIM _/_	≠	2° SIM _/_	≠	3° SIM _/_	≠	4° SIM _/_	≠	<i>Média</i>
PORTUGUÊS										
LITERATURA										
FILOSOFIA										
SOCIOLOGIA										
HISTÓRIA										
GEOGRAFIA										
QUÍMICA										
FÍSICA										
MATEMÁTICA										
BIOLOGIA										
SOCIOLOGIA										
LÍNGUA ESTRANGEIRA										
RESULTADO										

# meus SIMULADOS *enem*



META NOTA	1° SIM	2° SIM	3° SIM	4° SIM	Média
	≠	≠	≠	≠	

MATEMÁTICA E SUAS  
TECNOLOGIAS

CIÊNCIAS HUMANAS E  
SUAS TECNOLOGIAS

LINGUAGENS E  
CÓDIGOS

CIÊNCIAS DA  
NATUREZA

REDAÇÃO

RESULTADO

# meus SIMULADOS *enem*



	META NOTA	1° SIM _/_	≠	2° SIM _/_	≠	3° SIM _/_	≠	4° SIM _/_	≠	Média
MATEMÁTICA E SUAS TECNOLOGIAS										
CIÊNCIAS HUMANAS E SUAS TECNOLOGIAS										
LINGUAGENS E CÓDIGOS										
CIÊNCIAS DA NATUREZA										
REDAÇÃO										
RESULTADO										



# MEU ANO DE 2020



## JANUARY

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## FEBRUARY

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

## MARCH

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## APRIL

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## MAY

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## JUNE

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

## JULY

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## AUGUST

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## SEPTEMBER

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## OCTOBER

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## NOVEMBER

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

## DECEMBER

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

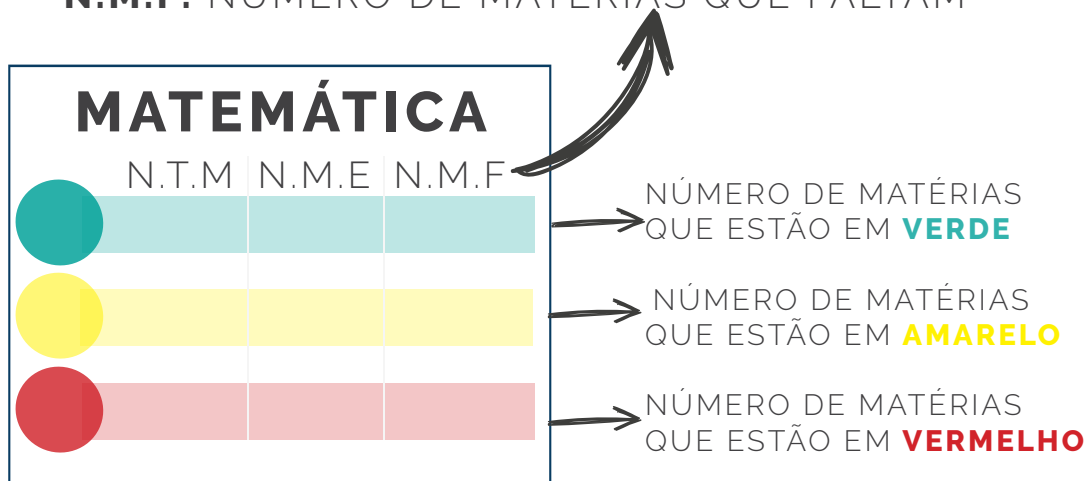
# MEU *Check-Up*

COMO *fazer* O MEU *check-up*:

**N.T.M:** NÚMERO TOTAL DE MATÉRIAS

**N.M.E:** NÚMERO DE MATÉRIAS ESTUDADAS

**N.M.F:** NÚMERO DE MATÉRIAS QUE FALTAM



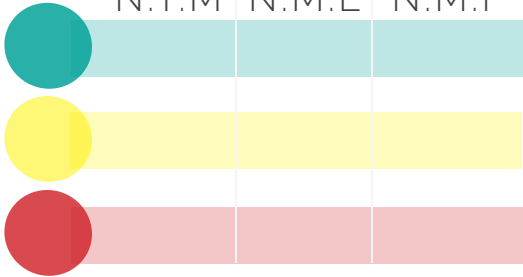
O CHECK UP É UMA FERRAMENTA QUE VAI PERMITIR TER UM DIAGNÓSTICO TOTAL E VISUAL DE COMO ESTÁ SUA EVOLUÇÃO, SEU DESENVOLVIMENTO E SEU PROGRESSO. POR MEIO DELE, VOCÊ VAI SABER EXATAMENTE QUANTOS MATÉRIAS RESTAM E QUANTO TEMPO VOCÊ VAI LEVAR PARA FINALIZAR O SEU PLANEJAMENTO DE FORMA PERFEITA. É UMA FERRAMENTA INDISPENSÁVEL PARA O SEU CONTROLE E PRODUTIVIDADE.! APROVEITE!

# MEU *Check-Up*

Data: \_\_/\_\_/\_\_

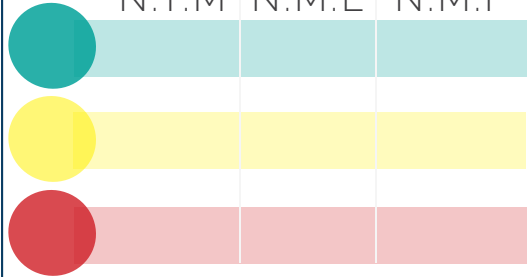
## MATEMÁTICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



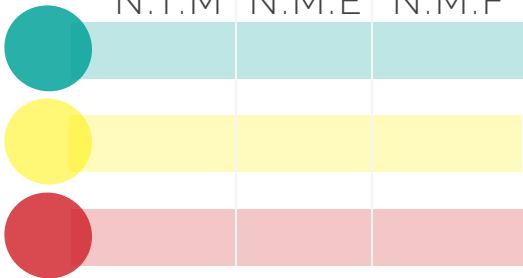
## FÍSICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



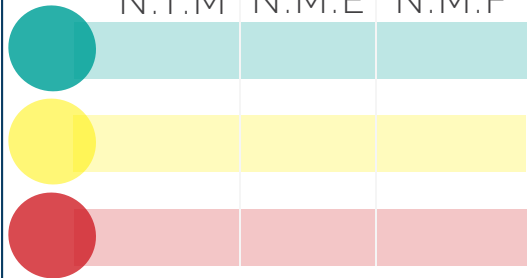
## QUÍMICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



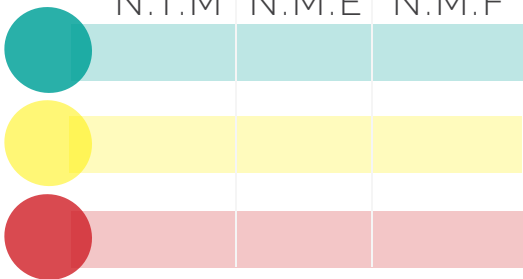
## BIOLOGIA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



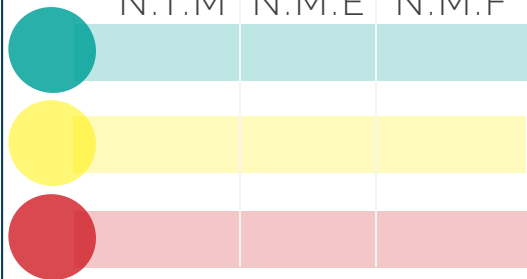
## SOCIOLOGIA

N.T.M | N.M.E | N.M.F








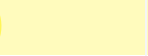
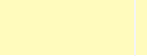
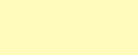




## HISTÓRIA






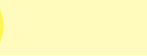
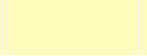
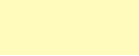




N.T.M | N.M.E | N.M.F



























# MEU *Check-Up*













Data: \_\_/\_\_/\_\_













<b>FILOSOFIA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>LITERATURA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>PORTUGUÊS</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>LÍNGUA ESTRANGEIRA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>GEOGRAFIA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

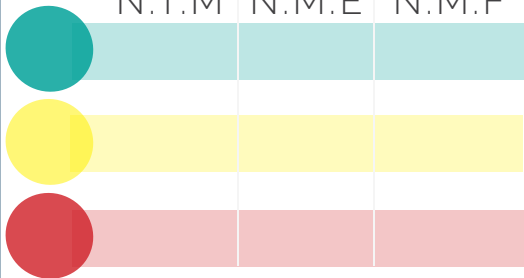
<b>REDAÇÃO</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

# MEU *Check-Up*

Data: \_\_/\_\_/\_\_

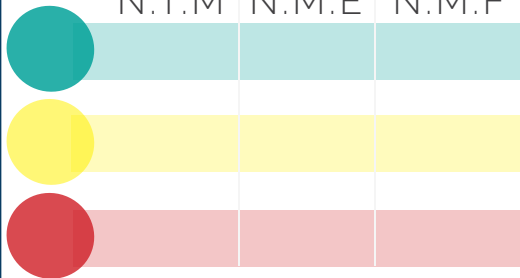
## MATEMÁTICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



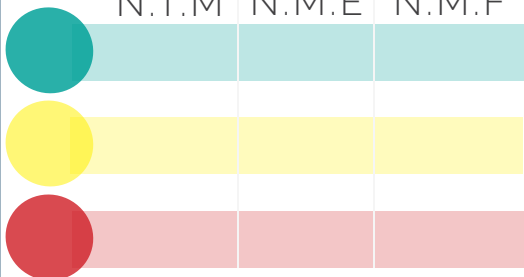
## FÍSICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



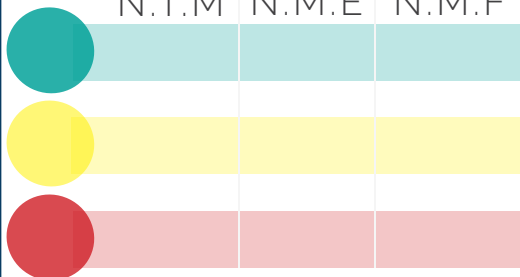
## QUÍMICA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



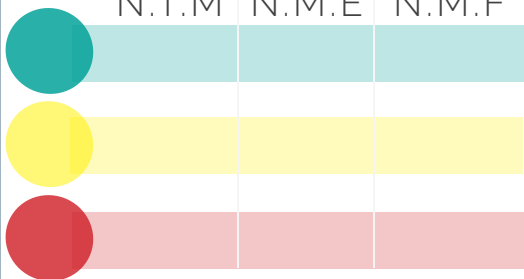
## BIOLOGIA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



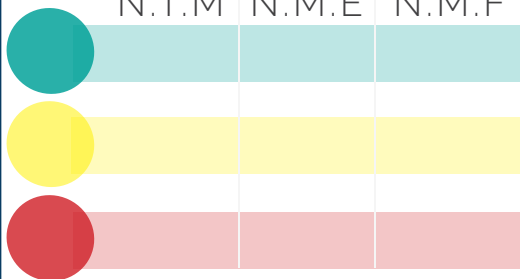
## SOCIOLOGIA

N.T.M | N.M.E | N.M.F



## HISTÓRIA






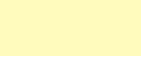
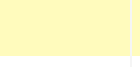
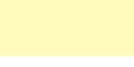




N.T.M | N.M.E | N.M.F






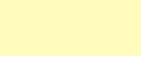
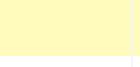
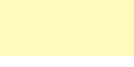











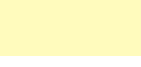
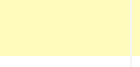
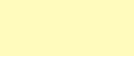











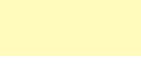
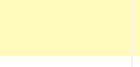
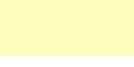




# MEU *Check-Up*






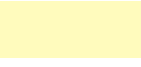
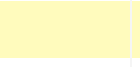
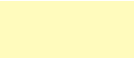




Data: \_\_/\_\_/\_\_






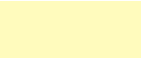
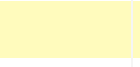
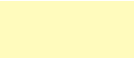




<b>FILOSOFIA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

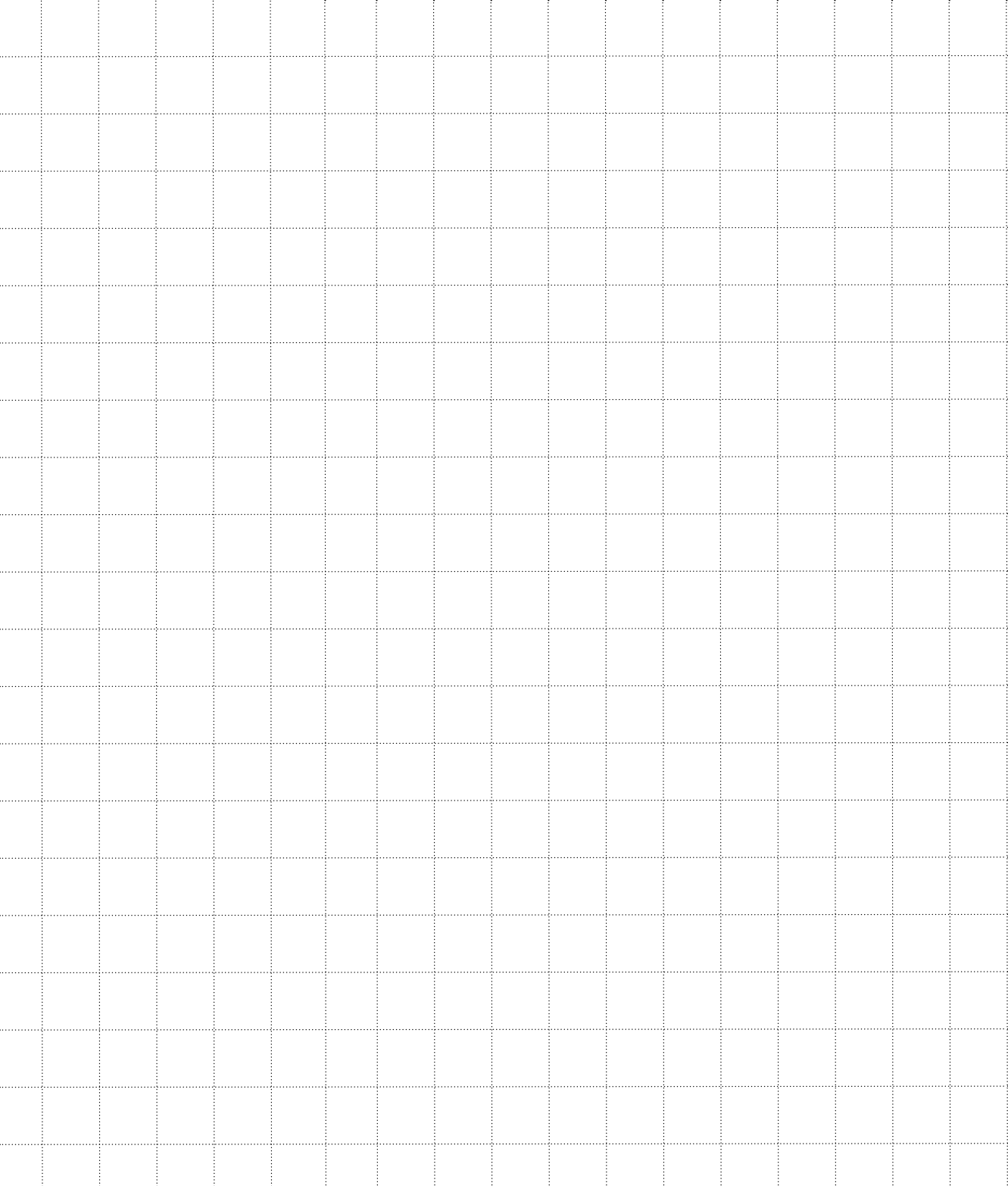
<b>LITERATURA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>PORTUGUÊS</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>LÍNGUA ESTRANGEIRA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

<b>GEOGRAFIA</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			

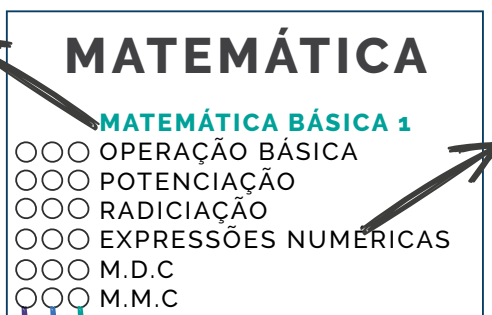
<b>REDAÇÃO</b>			
	N.T.M	N.M.E	N.M.F
			
			
			



# MINHA T.E.C *Triagem Estratégica de Conteúdo*

COMO *fazer* A MINHA T.E.C:

**MATEMÁTICA BÁSICA:** SEPARAÇÃO DAS ÁREAS DAS DISCIPLINAS



**CONTEÚDOS:** SEPARAÇÃO DETALHADA DAS DISCIPLINAS EM TÓPICOS

**CLASSIFICAÇÃO POR PERÍODOS:** CADA COLUNA CORRESPONDE A UMA CLASSIFICAÇÃO FEITA EM DATAS DIFERENTES

FAÇA UMA CLASSIFICAÇÃO INICIAL NO INÍCIO DO PROCESSO DE ESTUDOS PARA TER UMA PARÂMETRO REAL DE COMO ESTÃO SEUS CONTEÚDOS, RECOMENDAMOS QUE FAÇA UMA RECLASSIFICAÇÃO A CADA TRIMESTRE.

MATÉRIAS QUE VOCÊ SABE  
**VERDE**

MATÉRIAS QUE VOCÊ NÃO TEM CERTEZA SOBRE O CONTEÚDO  
**AMARELO**

MATÉRIAS QUE VOCÊ NÃO TEM CONHECIMENTO  
**VERMELHO**

## EIXOS COGNITIVOS (ENEM)

---

### **I. DOMINAR LINGUAGENS (DL):**

Dominar a norma culta da Língua Portuguesa e fazer uso das linguagens matemática, artística e científica e das línguas espanhola e inglesa.

### **II. COMPREENDER FENÔMENOS (CF):**

Construir e aplicar conceitos das várias áreas do conhecimento para a compreensão de fenômenos naturais, de processos histórico- geográficos, da produção tecnológica e das manifestações artísticas.

### **III. ENFRENTAR SITUAÇÕES-PROBLEMA (SP):**

Selecionar, organizar, relacionar, interpretar dados e informações representados de diferentes formas, para tomar decisões e enfrentar situações-problema.

### **IV. CONSTRUIR ARGUMENTAÇÃO (CA):**

Relacionar informações, representadas em diferentes formas, e conhecimentos disponíveis em situações concretas, para construir argumentação consistente.

### **V. ELABORAR PROPOSTAS (EP):**

Recorrer aos conhecimentos desenvolvidos na escola para elaboração de propostas de intervenção solidária na realidade, respeitando os valores humanos e considerando a

## 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

## 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.

## LINGUAGENS E CÓDIGOS

---

### *Inglês*

#### PRONOUNS

- PERSONAL
- REFLEXIVE
- INDEFINITIVE
- POSSESSIVE
- INTERROGATIVE

#### VERBS

- TO BE
- IMPERATIVE
- PRESENT
- PAST
- FUTURE

#### ADJECTIVES

- GENERAL VIEW
- GRAMMAR
- OTHER TOPICS
- GENERATIVE CASE

#### READING AND COMPREHENSION

- COMO LER TEXTO LONGOS
- DEFININDO PALAVRAS
- VOCABULÁRIO
- TEXTOS DE JORNAIS
- TEXTO DE POEMAS E MÚSICAS
- FALSO COGNATO
- PALAVRAS HOMÔNIMAS

### *Espanhol*

#### INTRODUÇÃO ESPANHOL

- CONJUNÇÕES
- VOCABULÁRIO
- ADVÉRBIOS
- PALAVRAS HOMÔNIMAS
- ARTIGOS DEFINIDOS
- ARTIGOS INDEFINIDOS SUBSTANTIVOS
- ADJETIVOS
- PRONOMES

#### VERBOS

- SER
- ESTAR
- HAVER

#### LEITURA E COMPREENSÃO

- COMO LER TEXTO LONGOS
- DEFININDO PALAVRAS
- VOCABULÁRIO
- TEXTOS DE JORNAIS
- TEXTO DE POEMAS E MÚSICAS
- FALSO COGNATO
- PALAVRAS HOMÔNIMAS

### *Redação*

#### REDAÇÃO

- GÊNEROS TEXTUAIS E SUAS INTENÇÕES
- ESTRUTURA TEXTO DISSERTATIVO-
- ARGUMENTATIVO ESTRUTURA PARÁGRAFO
- DISSERTATIVO-ARGUMENTATIVO
- PROCEDIMENTOS ARGUMENTATIVOS
- ELEMENTOS COESIVOS
- PRONOMES RELATIVOS
- PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

## CIÊNCIAS DA NATUREZA

### *Biologia*

#### **INTRODUÇÃO A BIOLOGIA**

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

#### **CITOLOGIA**

- ENVOLTÓRIOS CELULARES
- CITOPLASMA
- ESTUDO DO NÚCLEO
- CICLO CELULAR
- DIVISÃO CELULAR
- GAMETOGENESE

#### **BIOENERGÉTICA**

- FERMENTAÇÃO E RESPIRAÇÃO CELULAR
- FOTOSÍNTESE E QUIMIOSÍNTESE

#### **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 ANIMAL**

- INTRODUÇÃO AO REINO ANIMAL
- PORÍFEROS
- CNIDÁRIOS
- PLATELMINTOS
- NEMATÉLMINTOS
- 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
- POLIALÉLIA 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



## 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
- LENTES

#### **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 FORMULAS 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
-

## CIÊNCIAS HUMANAS

### *História*

#### INTRODUÇÃO GERAL - PRÉ HISTÓRIA

000 PRÉ HISTÓRIA

#### IDADE ANTIGA

000 ANTIGUIDADE ORIENTAL  
000 ANTIGUIDADE CLASSICA - GRÉCIA  
000 ANTIGUIDADE CLASSICA - ROMA

#### IDADE MÉDIA

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

#### IDADE MODERNA

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

#### IDADE CONTEMPORÂNEA

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

#### HISTÓRIA DO BRASIL - BRASIL COLÔNIA

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

#### HISTÓRIA DO BRASIL-IMPÉRIO

000 PRIMEIRO REINADO  
000 PERÍODO REGENCIAL  
000 SEGUNDO REINADO

#### HISTÓRIA DO BRASIL-REPÚBLICA

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

### *Filosofia*

#### FILOSOFIA ANTIGA-ANTIGUIDADE

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

#### TRANSIÇÃO DA IDADE MÉDIA

000 FILOSOFIA HELENÍSTICA

#### FILOSOFIA MEDIEVAL

000 PENSAMENTO CRISTÃO

#### FILOSOFIA MODERNA E CONTEMPORÂNEA

000 CIÊNCIA MODERNA  
000 ÉTICA E MORAL  
000 VERDADE

## 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

#### **GEPOLÍTICA-GLOBALIZAÇÃO**

- FASES DO CAPITALISMO
- ÓRGÃOS INTERNACIONAIS
- BLOCOS SUPRA NACIONAIS

#### **GEPOLÍTICA-CONFLITOS INTERNACIONAIS**

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

#### **GEPOLÍTICA-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**

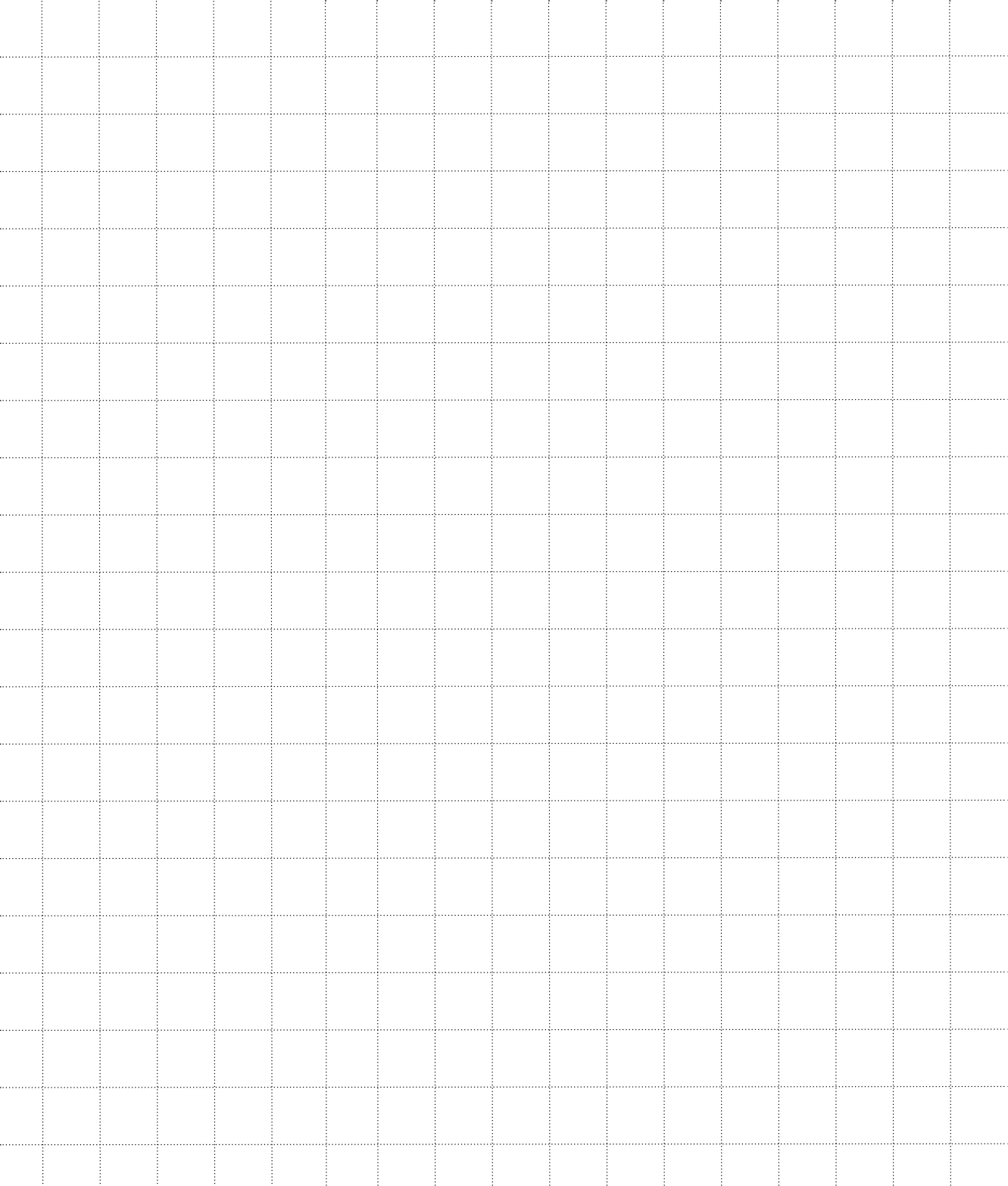
- NATUREZA E TRABALHO
- TRABALHO

#### **FUNDAMENTOS DA SOCIOLOGIA**

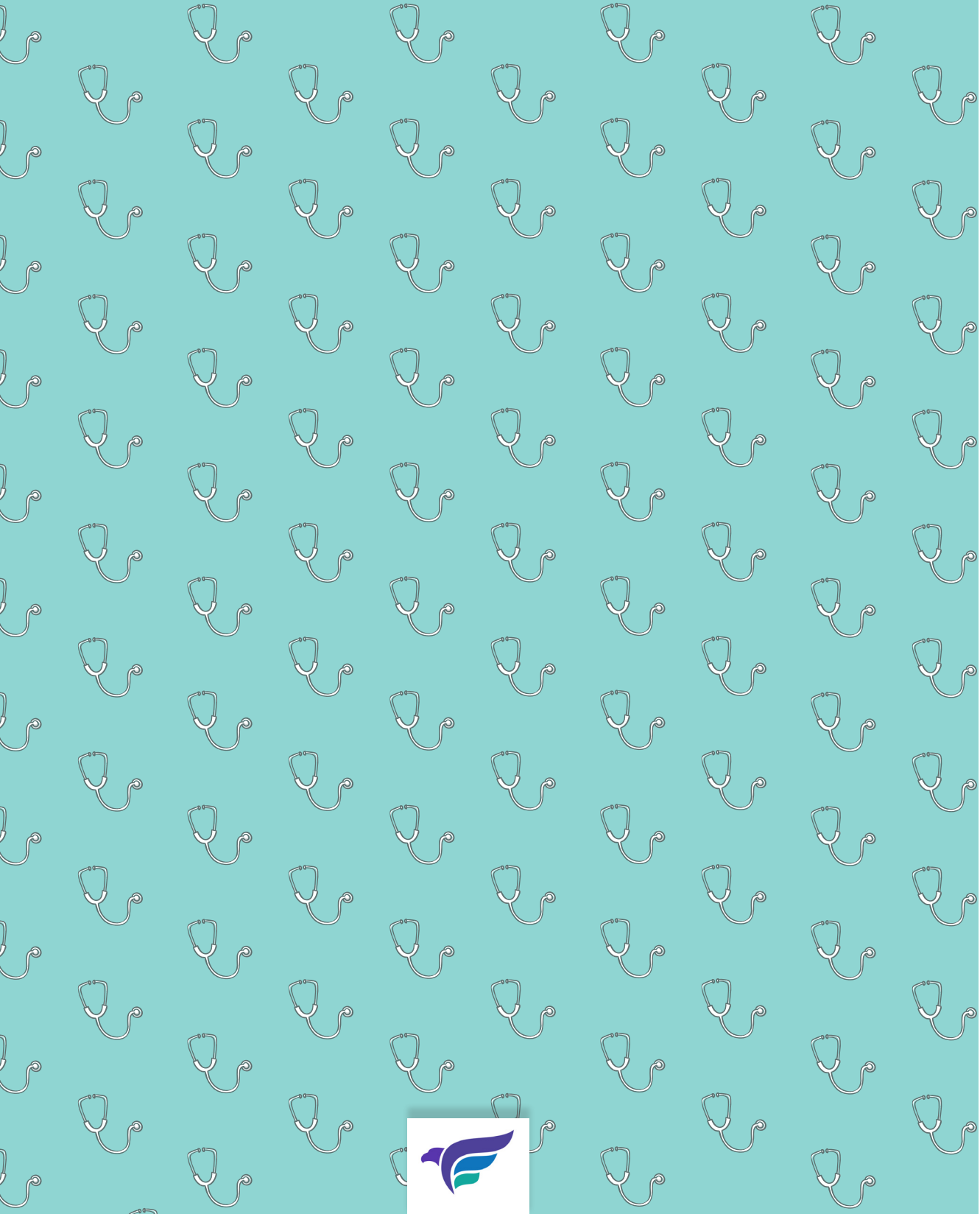
- A MODERNIDADE
- O NASCIMENTO DA SOCIOLOGIA
- ESTUDO DA ANTROPOLOGIA
- O PODER DA POLÍTICA

#### **FUNDAMENTOS DA SOCIOLOGIA**

- AUGUST COMTE
- EMILE DURKHEIM
- MAX WEBER
- KARL MARX

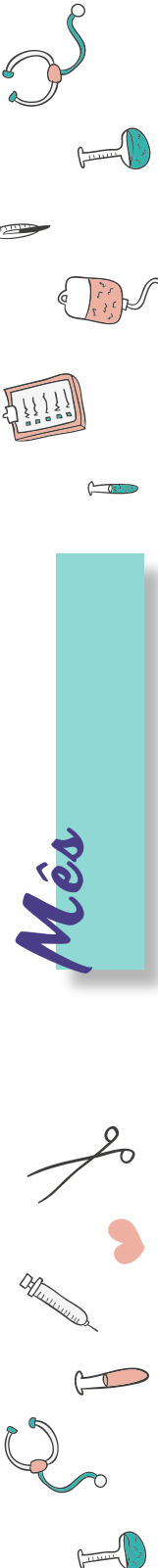








# Mês



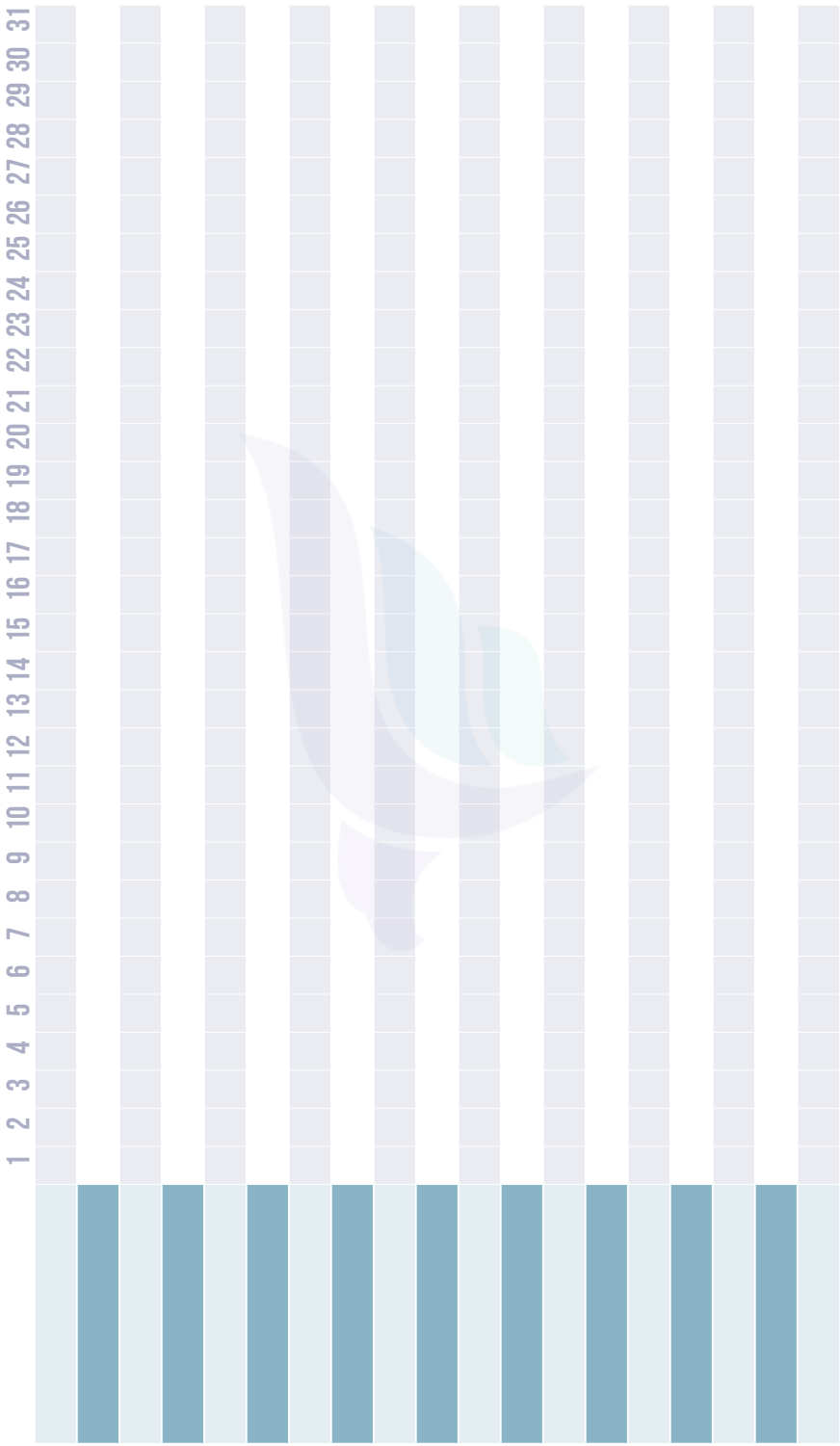
<i>Domingo</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>	<i>Sábado</i>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER





# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_


% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_







# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



to do list

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ Terça

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_\_/\_\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_









# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

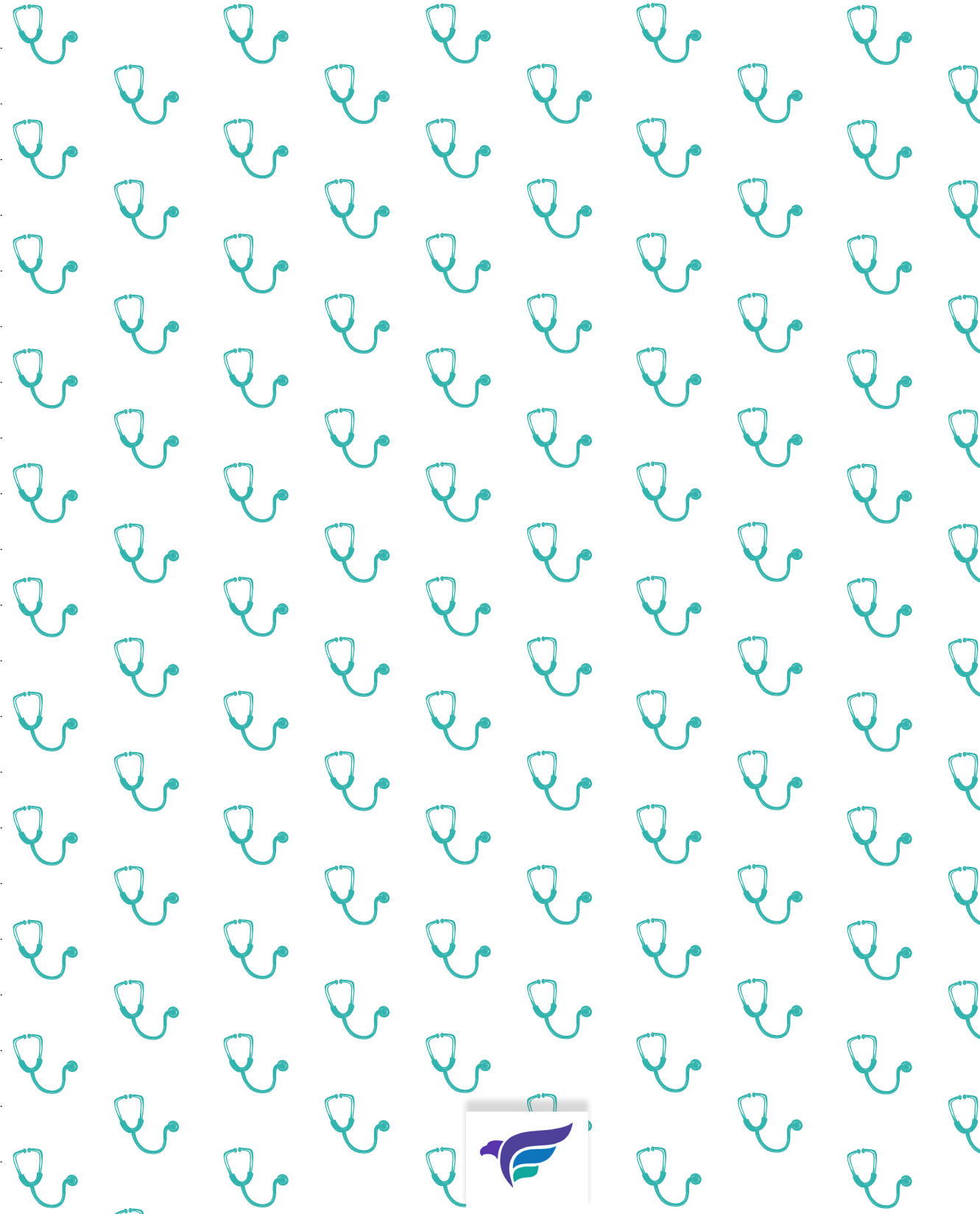
\_\_\_\_\_

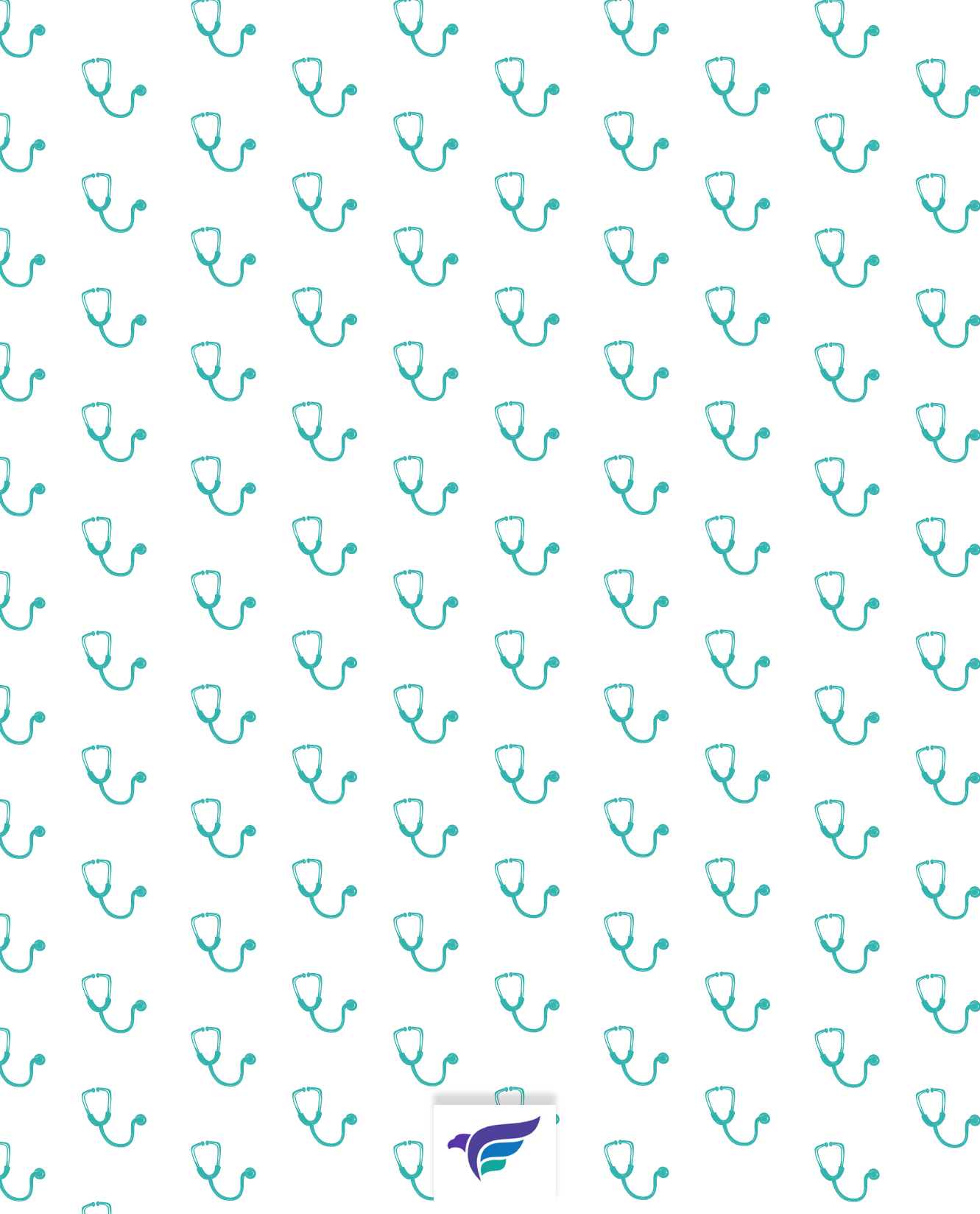
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



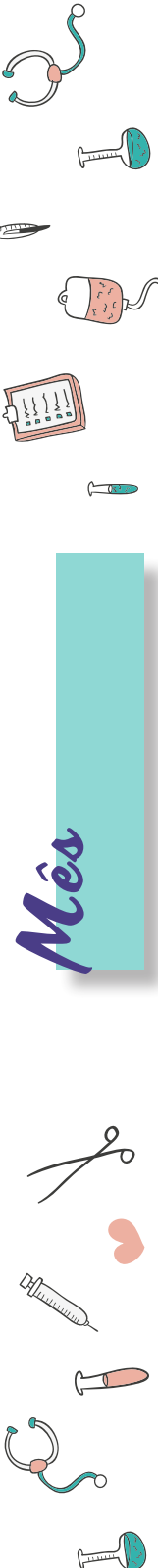








# Mês



Sábado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sexta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quarta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Terça	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Segunda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Domingo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER











# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA *fechar* A *semana*:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

## Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

to do list



## \_\_/\_\_/\_\_ Terça

to do list

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

---



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

*to do list*



*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

*to do list*

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_\_/\_\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	



\_\_\_/\_\_\_ Terça

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_\_/\_\_\_ Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_\_/\_\_\_



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget



Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-







# Mês

## Objetivos do Mês



.....  
.....  
.....

### TAREFAS PARA CADA *objetivo*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

*recompensa*

*recompensa*

*recompensa*

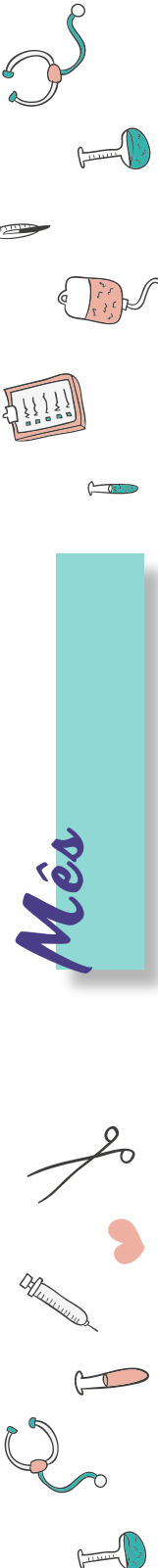
### COMPROMISSOS IMPORTANTES

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# things to do

Grid area for writing tasks.

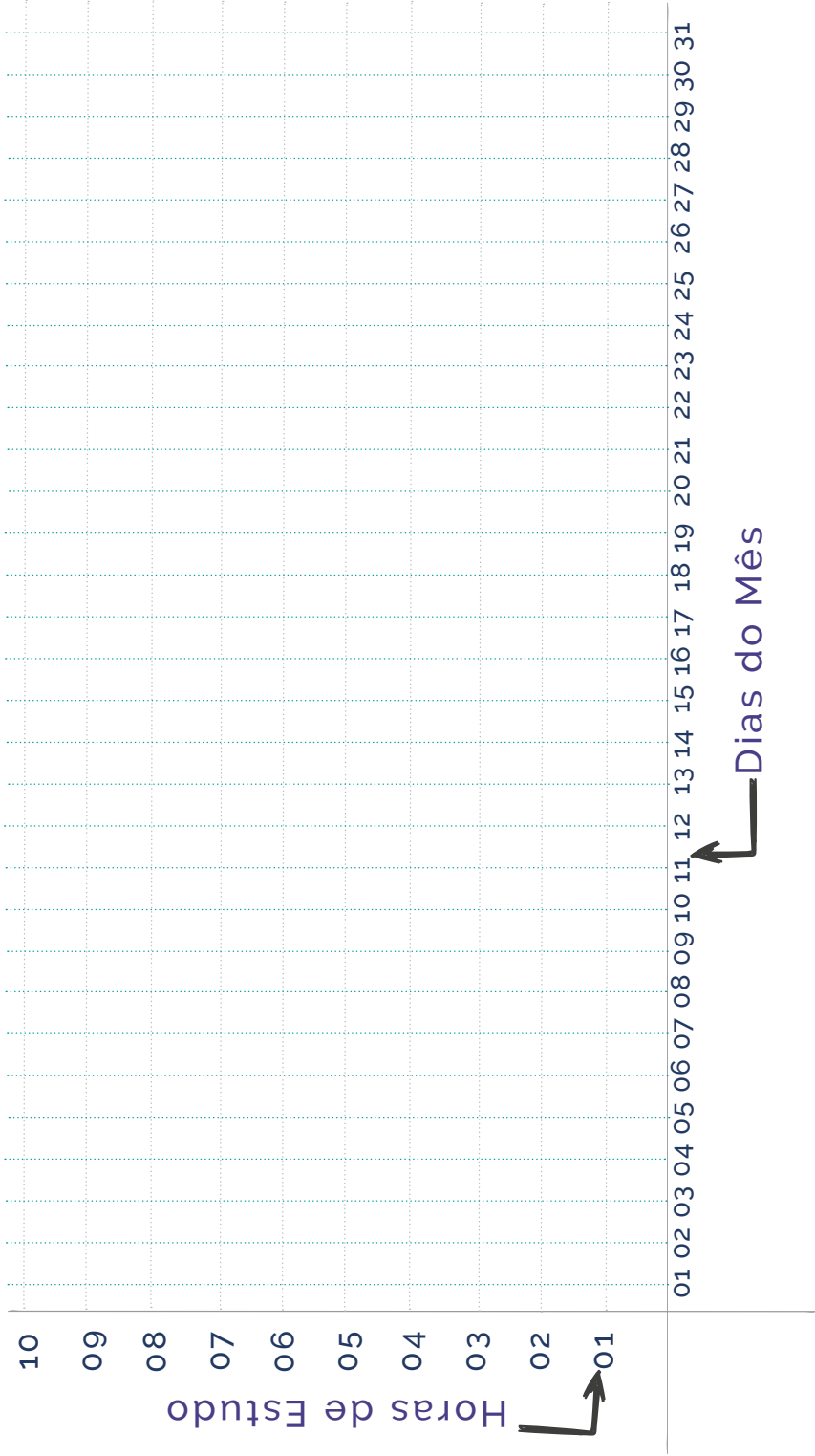
# Mês



<i>Domingo</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>	<i>Sábado</i>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER





# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 



*to do list*

\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*


- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

---

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 



\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ [checkbox] TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

*Aprendizados da semana*

---



---



---



---



---



---



---

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ ☑ TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

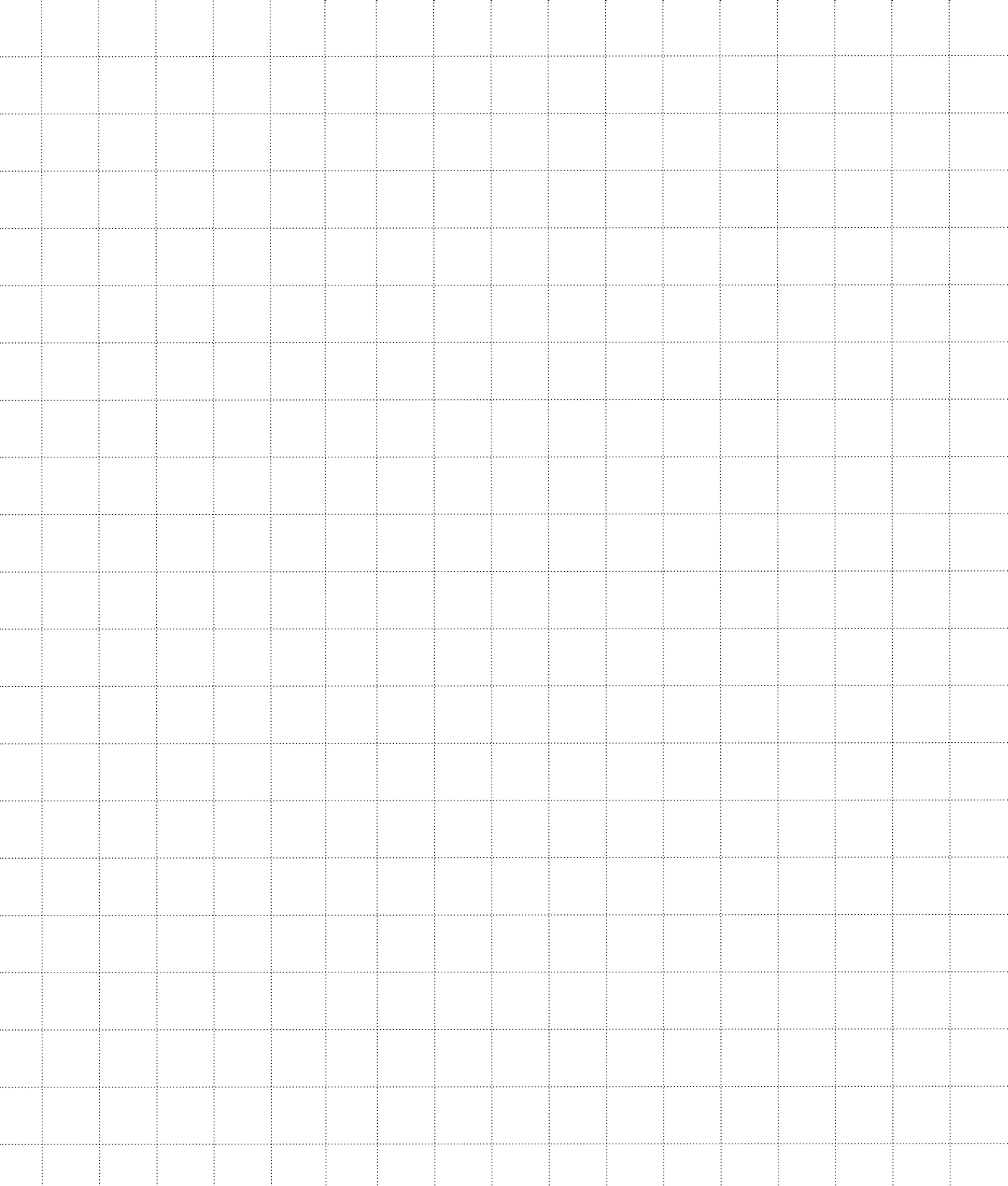
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



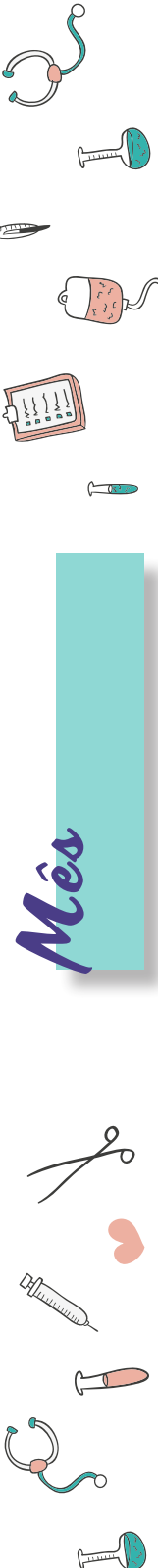








# Mês



<i>Domingo</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>	<i>Sábado</i>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER











# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

to do list

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>



to do list

\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

*Aprendizados da semana*

---



---



---



---



---



---



---

# Cronograma DIÁRIO



2° SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

to do list	
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

to do list

\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

to do list



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_\_/\_\_\_ Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_\_/\_\_\_



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget



Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

*to do list*



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	



<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

\_\_\_/\_\_\_ *Terça*

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

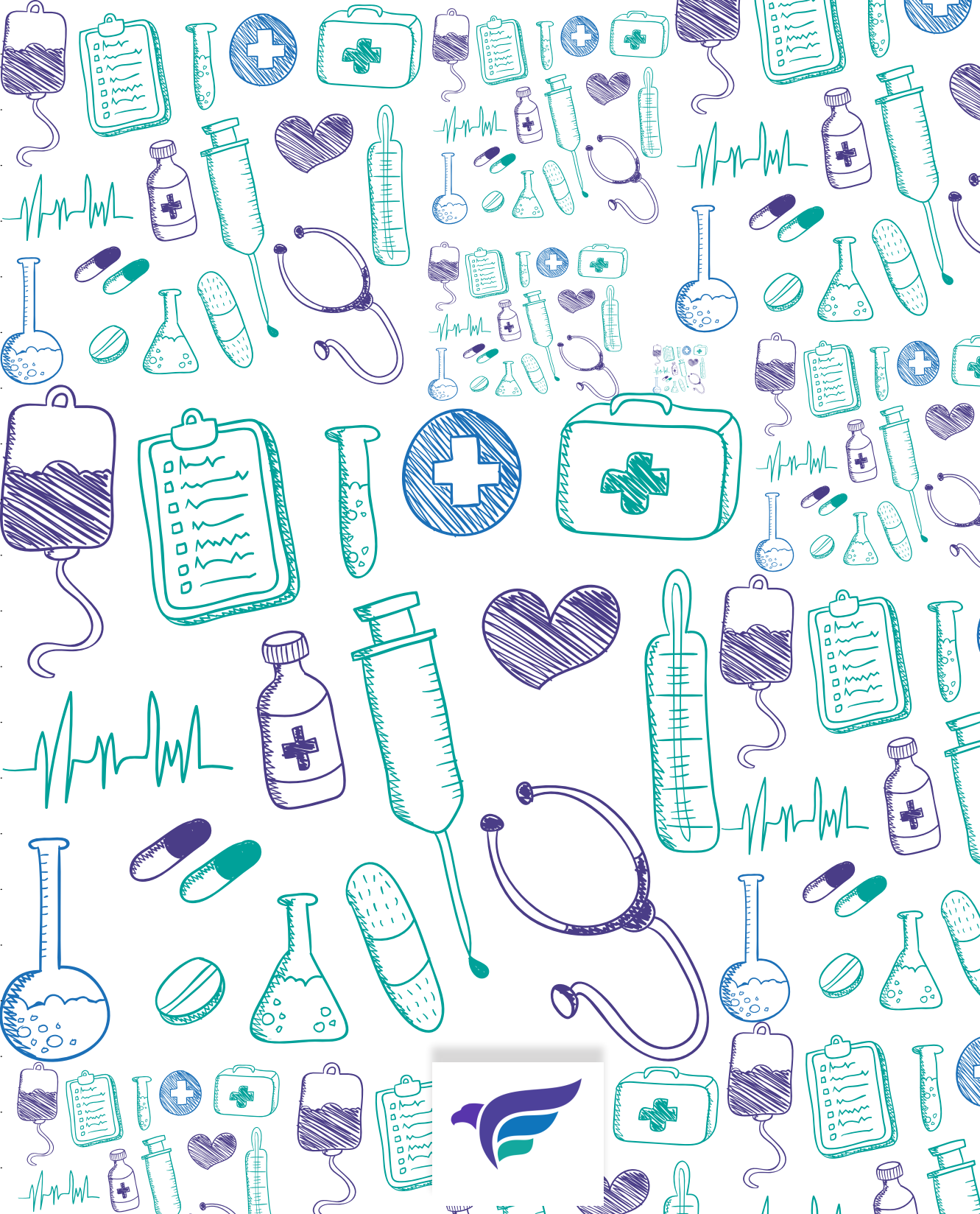
\_\_\_\_\_

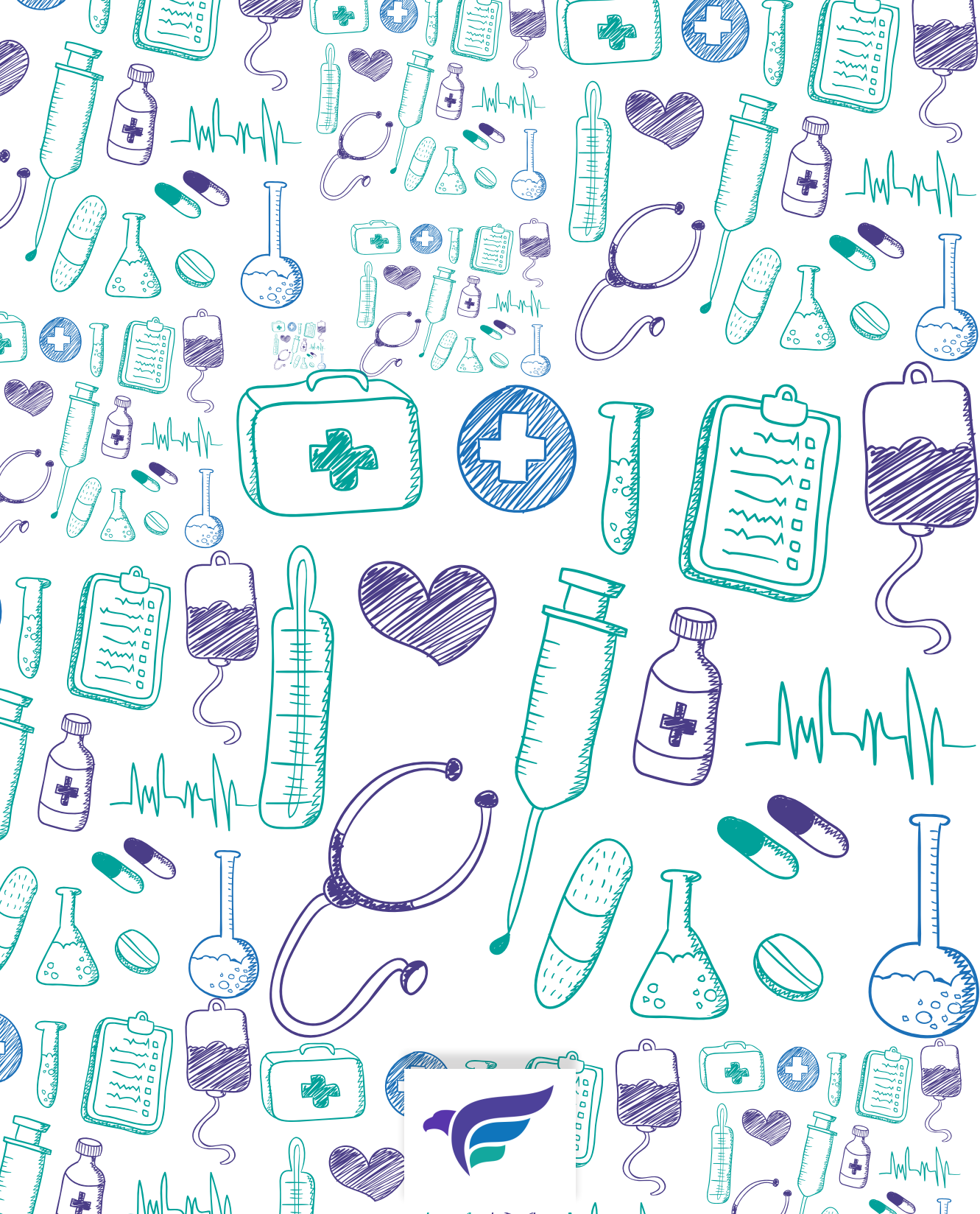
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

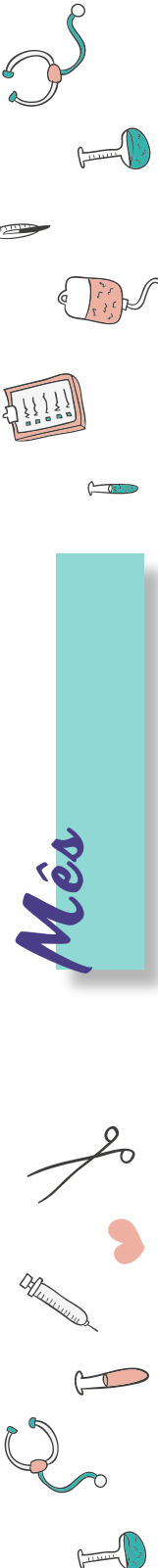








# Mês



<i>Sábado</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Sexta</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Quinta</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Quarta</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Terça</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Segunda</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Domingo</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER





# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

*to do list*



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*



\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/20\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_

MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_

TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_

MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_

NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2° SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*



\_\_\_/\_\_\_ Terça

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

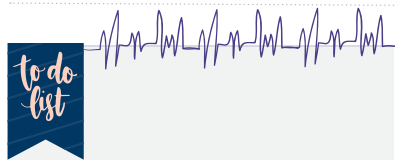
⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

*to do list*

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ *Domingo*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA *fechar* A *semana*:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*don't forget*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

to do list	
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_\_/\_\_\_ Terça

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA *fechar* A *semana*:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

5ª SEMANA

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_
- ⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_
- % RESULTADO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list	
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

to do list	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

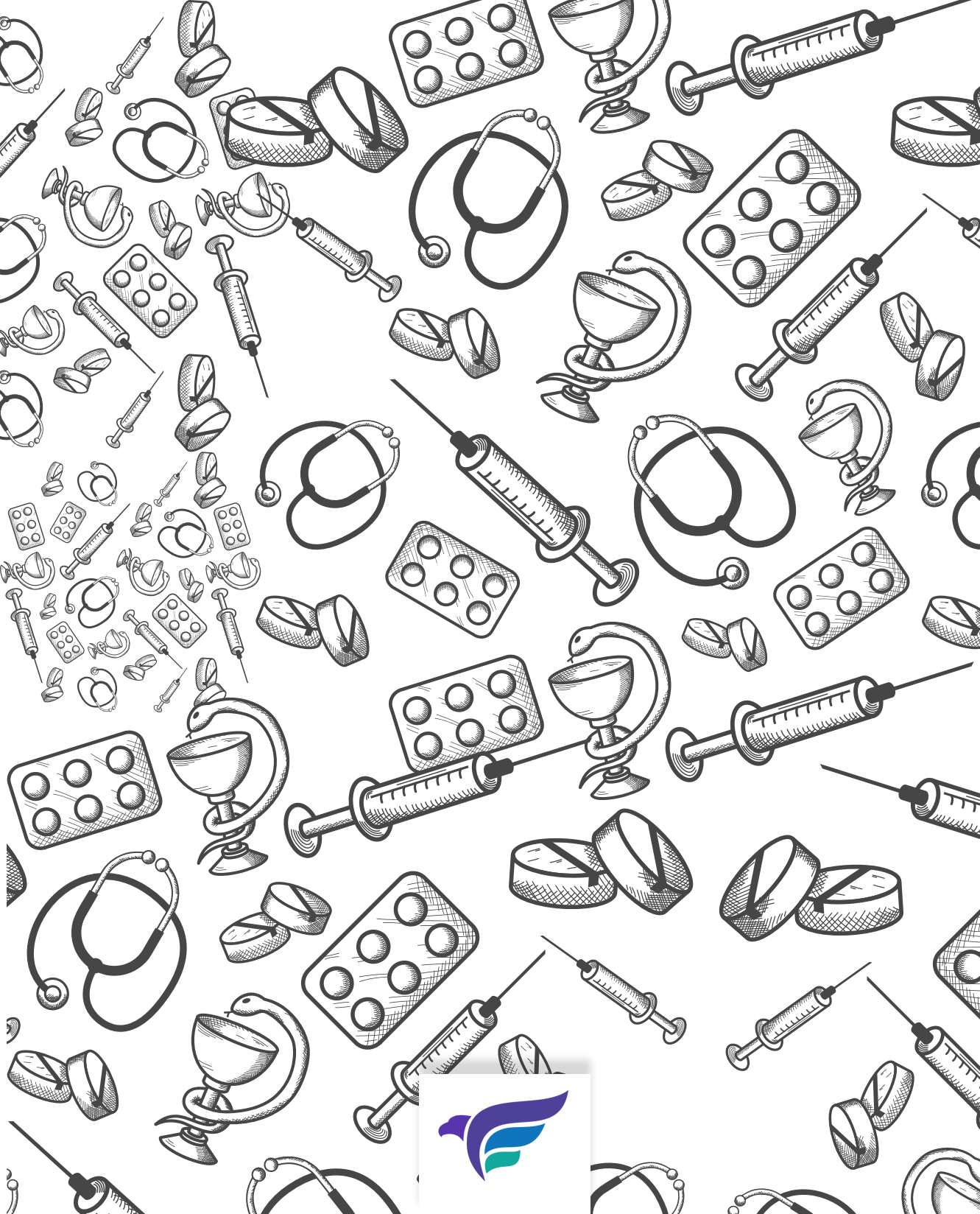
\_\_\_\_\_

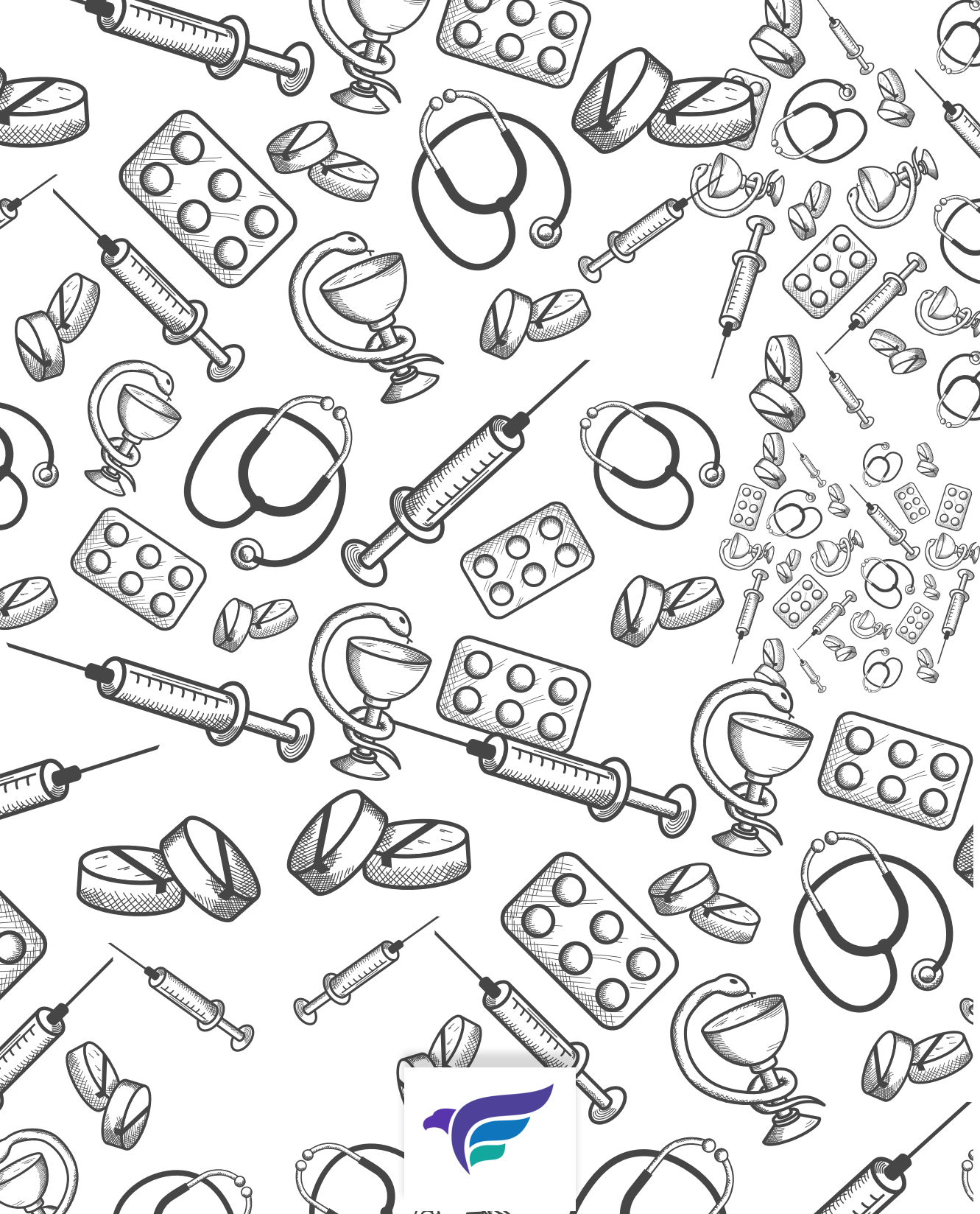
don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-









# Mês

## Objetivos do Mês



.....

.....

.....

### TAREFAS PARA CADA objetivo

.....

.....

.....

.....

.....

recompensa

recompensa

recompensa

### COMPROMISSOS IMPORTANTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# things to do

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

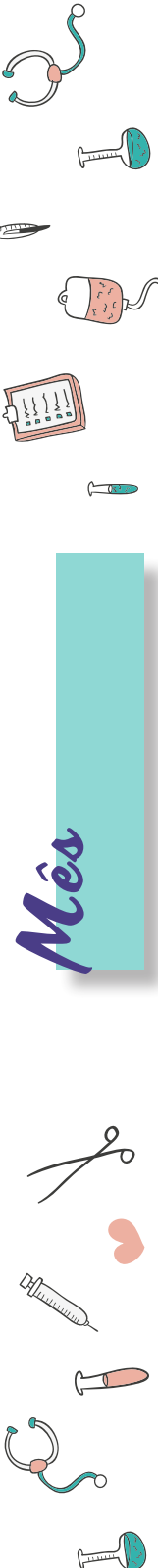
.....

.....

.....

.....

# Mês



Sábado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sexta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quarta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Terça	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Segunda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Domingo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# meus ESTUDOS



# *meu* HABIT TRACKER



# Plano SEMANAL



**1° SEMANA**      **2° SEMANA**      **3° SEMANA**      **4° SEMANA**      **5° SEMANA**


# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



1ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

*to do list*

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ *Domingo*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA *fechar* A *semana*:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

*Aprendizados da semana*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*don't forget*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

<i>to do list</i>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



2ª SEMANA

Sexta \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

to do list

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Sábado

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

*Aprendizados da semana*

---



---



---



---



---



---



---

# Cronograma DIÁRIO



3ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma **DIÁRIO**



3ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

Segunda \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ Terça

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



4ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

*to do list*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

*Segunda* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Terça*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_





# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/Quarta

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_


⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

Quinta \_\_/\_\_/



to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_

% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

# Cronograma DIÁRIO



5ª SEMANA

*Sexta* \_\_/\_\_/\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

*to do list*

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



\_\_/\_\_/\_\_ *Sábado*

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
% RESULTADO: \_\_\_\_\_  TEMPO: \_\_\_\_\_



# Cronograma DIÁRIO

to do list

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

\_\_/\_\_/\_\_ Domingo

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

⇒ CONTEÚDO: \_\_\_\_\_  
 % RESULTADO: \_\_\_\_\_ TEMPO:

PARA fechar a semana:

MATÉRIAS ESTUDADAS: \_\_\_\_\_  
 MATÉRIAS PENDENTES: \_\_\_\_\_  
 TOTAL EXERCÍCIOS FEITOS: \_\_\_\_\_  
 MÉDIA DE ACERTOS EXER.: \_\_\_\_\_  
 NÚMERO DE REDAÇÕES: \_\_\_\_\_

don't forget

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Aprendizados da semana

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



