Plano de estudos para prova com repetição espaçada

Sessões de estudo distribuídas em quatro semanas, com revisões que voltam em intervalos crescentes.

Repetição espaçada e prática de recordação, da pesquisa sobre aprendizagem: teste-se e distribua o estudo.

4 semanas antes

- [ ] **Fazer uma visão geral de todos os temas (1h)**
  Use o programa da disciplina ou provas anteriores. Uma linha por tema.
- [ ] **Estudar a parte 1 (1h 30m)**
- [ ] **Estudar a parte 2 (1h 30m)**

3 semanas antes

- [ ] **Testar-se na parte 1 sem anotações (30m)**
- [ ] **Estudar a parte 3 (1h 30m)**
- [ ] **Testar-se na parte 2 (30m)**
- [ ] **Estudar a parte 4 (1h 30m)**

2 semanas antes

- [ ] **Revisar a parte 1 de novo (30m)**
- [ ] **Testar-se nas partes 3 e 4 (45m)**
- [ ] **Fazer uma prova anterior em condições de prova (2h 30m)**
- [ ] **Estudar o que deu errado na prova anterior (1h 30m)**

1 semana antes

- [ ] **Revisar tudo, temas mais fracos primeiro (2h)**

4 dias antes

- [ ] **Segunda prova anterior (2h 30m)**

1 dia antes

- [ ] **Revisão leve e dormir cedo (45m)**

Data da prova

- [ ] **Prova**

Checklist grátis do Plenzu, o app de tarefas tranquilo que planeja só o que cabe. Planeje estes passos nos dias certos:
plenzu.com/pt/templates/exam-study-plan