

GRATUITO

# Modelo de Ciclo de Estudos

Organize matérias por prioridade, dificuldade, peso no edital e tempo disponível.

*por Pâmela Dayane*

Concurseira PCD

## O que é ciclo de estudos

O ciclo de estudos organiza matérias por prioridade, dificuldade, peso no edital e tempo disponível. Em vez de estudar sempre nos mesmos dias e horários, você segue uma sequência. Se perder um dia, retoma do ponto em que parou.

O ciclo é especialmente útil para rotinas instáveis: ele reduz culpa, evita abandono e dá uma visão objetiva do avanço.

### Antes de montar o ciclo

- Liste todas as matérias do edital ou da área escolhida.
- Marque o peso de cada matéria: alta, média ou baixa importância.
- Marque sua dificuldade: alta, média ou baixa.
- Defina quantas horas reais você tem na semana.
- Separe tempo para revisão e questões, não apenas conteúdo novo.

## Tabela de priorização

Matéria	Peso no edital	Minha dificuldade	Prioridade	Horas/semana
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Média <input type="checkbox"/> Baixa	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	

## Modelo de ciclo

Preencha os blocos na ordem em que devem ser estudados. Ao terminar o bloco 10, volte ao bloco 1. Caso precise revisar, insira revisões curtas entre os blocos.

Ordem	Matéria	Tipo	Tempo	Observações
1		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
2		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
3		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
4		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
5		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
6		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
7		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
8		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
9		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
10		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
11		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		
12		<input type="checkbox"/> Teoria <input type="checkbox"/> Questões <input type="checkbox"/> Revisão		

## Exemplo preenchido

Ordem	Matéria	Tipo	Tempo
1	Português	Teoria + 5 questões	50 min
2	Direito Constitucional	Teoria	50 min
3	Raciocínio Lógico	Questões	40 min
4	Direito Administrativo	Teoria + revisão	60 min
5	Revisão geral	Flashcards/caderno de erros	30 min

### Regras para ajustar o ciclo

- Matéria com alto peso e alta dificuldade aparece mais vezes.
- Matéria fácil, mas muito cobrada, não deve ser abandonada.
- Todo ciclo precisa de questões e revisão.
- Se o ciclo ficou impossível de cumprir, reduza blocos antes de desistir.
- Reavalie o ciclo a cada 2 ou 4 semanas.

### Ajustes do meu ciclo
