

GRID DE ESTUDO

Frase da Semana: Estuda-se para concursos até passar.

Semana de ____ a ____ de ____/2007

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
05 – 06							
06 – 07							
07 – 08							
08 – 09							
09 – 10							
10 – 11							
11 – 12							
12 – 13							
13 – 14							
14 – 15							
15 – 16							
16 – 17							
17 – 18							
18 – 19							
19 – 20							
20 – 21							
21 – 22							

DICA: Tente elaborar o seu horário o mais próximo da sua realidade, para que o mesmo não seja um horário fictício ou utópico, mas possível de ser seguido à risca! Seja metódico e disciplinado! Dose a carga horária das matérias de acordo com o peso da disciplina e de acordo com a sua dificuldade. A seguir, sugerimos algumas informações que podem constar em seu *grid*:

Lazer
Almoço
Descanso

Família
Cursinho
Estudo sozinho

Estudo em grupo
Trabalho
Disciplinas (liste-as no seu horário uma a uma)

TV - Jornal
Atividade Física - Academia
Revisão

Questões e Simulados
Horário Livre (outros)
Acesso ao site Companhia