

#2

maratona mege

MODELOS DE PLANEJAMENTOS DE ESTUDO

(4 e 6 horas): 1ª semana
26/03/2020 - 29/03/2020



<https://blog.mege.com.br/maratonamege>
#maratonamege #fiqueemcasa

OBSERVAÇÕES INICIAIS

- ✓ É importante entender a mentalidade do conceito de planejamento de estudo pensado para Maratona Mege. Sobre ele, nós gravamos uma live no Instagram do @cursomege com o professor Arnaldo Bruno Oliveira com as devidas explicações de cada tópico (ela seguirá disponível para visualização na página oficial do projeto: <https://blog.mege.com.br/maratonamege/>).
- ✓ A ideia de modelo de 4 e 6 horas de estudos diários poderá ser adaptada ao seu perfil (alunos do Mege devem continuar seus planejamentos específicos de turmas). É apenas um direcionamento realmente pensado para a situação peculiar de quarentena. Sem prejuízo que nossos alunos acompanhem tudo que será feito por aqui e também se sintam motivados pelo clima da maratona.
- ✓ Fiquem atentos aos grupos de Whatsapp e Telegram, enviaremos questões diárias em todos eles (19:30 será o horário estimado para publicações).
- ✓ Importante destacar que sugerimos que este tempo seja cronometrado para que possa ser medido de forma mais efetiva (estudo líquido). A nossa intenção é que cumpramos uma meta de horas por dia, sem a pressão de iniciarmos e concluirmos o estudo em horário rígido.
Como diria o doutrinador Bob Marley: *"Don't worry about a thing / 'Cause every little thing / Gonna be all right"*.
- ✓ Apenas sente quando puder, mentalize "#euvoestudar" e inicie!
- ✓ Sobre como selecionar o que ler exatamente em cada dia, nós enviaremos para página do projeto um outro arquivo com indicação de circuito a ser percorrido matéria a matéria (tópico a tópico). Será preciso apenas adequá-lo da melhor forma ao seu ritmo e nível de conhecimento em cada assunto.
- ✓ As programações da maratona mege foram mantidas no planejamento. As lives não deverão ser contabilizadas como horas de estudo. Pense que está assistindo uma série concurreira no Netflix; vai fazer sentido e ficar ainda mais leve em seu dia.
- ✓ É óbvio que vamos aproveitar esse período em casa para também usufruir de algum entretenimento. Isso precisa ser pauta para sua saúde mental. Sendo assim, selecione um tempo para ver filmes, ler um livro não jurídico, praticar atividade física, jogar videogame, o que bem entender... Respire e relaxe por bons momentos todos os dias.
- ✓ Faça do estudo um prazer. Muitos temas legais e ambientais às discussões jurídicas pertinente a este cenário foram selecionados.
- ✓ Vai ser divertido percorrer esse período de estudo juntos. Será ainda mais legal se marcarmos nossa Hashtag "maratonamege" em suas publicações de estudo. Vamos ficar atentos em todos os detalhes. Queremos muito receber o feedback de todos.

Contem com nosso total apoio!
#euvoestudar #maratonamege

CRONOGRAMA DE ESTUDOS – 4 HORAS

1ª SEMANA (26/03/2020 – 29/03/2020)

	SEGUNDA (23/03)	TERÇA (24/03)	QUARTA (25/03)	QUINTA (23/03)	SEXTA (27/03)	SÁBADO (28/03)	DOMINGO (29/03)
120 ¹ minutos (tempo de estudo para intervalo)			MARATONA	CONST.	CIVIL	ECA	PENAL
				Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (50 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)
120 minutos				Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)
			LIVE Lançamento da Maratona Mege 18:00 (Professor Arnaldo Bruno Oliveira)	LIVE Elaboração de Cronograma de estudo para quarentena - 20:00 (Professor Arnaldo Bruno Oliveira). Como potencializar o seu estudo de lei seca para concurso público? – 18:00 (professora Bárbara Saraiva)	LIVE Pilares da aprovação em carreiras jurídicas - 20:00 (Rafael Maia). LIVE Dicas para estudo de jurisprudência com eficiência para concursos públicos – 15:00 (professor Rodolfo Tomaz). LIVE Estudo para concursos e redes sociais – 18:00 (professora Rhaila Said).	LIVE Preparação e trajetória até aprovação para Delegado de Polícia – 15:00 (professor Thiago Rocha). Preparação e trajetória até aprovação para Promotor de Justiça – 18:00 (professor Raphael Nepomuceno). MATERIAL Súmulas do STF separadas por assunto (conteúdo atualizado).	LIVE Pacote anticrime: principais alterações processuais penais para concursos públicos – 20:00 (professor Vinícius Reis) LIVE Controle de ansiedade e a importância de uma postura positiva – 19:30 (Mege Entrevista: Priscilla Holanda e André Barbosa) VIDEOAULAS Juízo das Garantias (partes 1 e 2). MATERIAL Envio da programação da 2ª semana.
				ELETORAL	P. CIVIL	CONSUMIDOR	P. PENAL
				Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)
				Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)	Legislação (50 min) + Questões (10 min)

¹ Indicamos que seja feito um intervalo de 10 minutos após 60 minutos (1 hora) de efetivo estudo. E um intervalo maior após a conclusão de metade de sua jornada diárias escolhida.

CRONOGRAMA DE ESTUDOS – 6 HORAS

1ª SEMANA (26/03/2020 – 29/03/2020)

	SEGUNDA (23/03)	TERÇA (24/03)	QUARTA (25/03)	QUINTA (23/03)	SEXTA (27/03)	SÁBADO (28/03)	DOMINGO (29/03)
180 ² minutos (tempo de estudo para intervalo)			MARATONA	CONST.	CIVIL	ECA	PENAL
				Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)
180 minutos				Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)
			<p>LIVE Live de Lançamento da Maratona Mege 18:00 (Professor Arnaldo Bruno Oliveira)</p>	<p>LIVE Elaboração de Cronograma de estudo para quarentena - 20:00 (Professor Arnaldo Bruno Oliveira). Como potencializar o seu estudo de lei seca para concurso público? – 18:00 (professora Bárbara Saraiva)</p>	<p>LIVE Pilares da aprovação em carreiras jurídicas - 20:00 (Rafael Maia).</p> <p>LIVE Dicas para estudo de jurisprudência com eficiência para concursos públicos – 15:00 (professor Rodolfo Tomaz).</p> <p>LIVE Estudo para concursos e redes sociais – 18:00 (professora Rhaila Said).</p> <p>VIDEOAULAS Os 3 principais julgados de 2019 em Direito Constitucional.</p>	<p>LIVE Preparação e trajetória até aprovação para Delegado de Polícia – 15:00 (professor Thiago Rocha).</p> <p>Preparação e trajetória até aprovação para Promotor de Justiça – 18:00 (professor Raphael Nepomuceno).</p> <p>MATERIAL Súmulas do STF separadas por assunto (conteúdo atualizado).</p>	<p>LIVE Pacote anticrime: principais alterações processuais penais para concursos públicos – 20:00 (professor Vinícius Reis)</p> <p>LIVE Controle de ansiedade e a importância de uma postura positiva – 19:30 (Mege Entrevista: Priscilla Holanda e André Barbosa)</p> <p>VIDEOAULAS Juízo das Garantias (partes 1 e 2).</p> <p>MATERIAL Envio da programação da 2ª semana.</p>
				ELETORAL	P. CIVIL	CONSUMIDOR	P. PENAL
				Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)
				Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)	Legislação (70 min) + Questões (20 min)

² Indicamos que seja feito um intervalo de 10 minutos após 60 minutos (1 hora) de efetivo estudo. E um intervalo maior após a conclusão de metade de sua jornada diárias escolhida.

1. AÇÕES INDICADAS PARA O PLANEJAMENTO DA 1ª SEMANA

✓ 24 HORAS

Organizar seu local de estudo e definir o modo de leitura de lei seca.

✓ 48 HORAS

Iniciar atividade física em casa.

✓ PRIMEIROS 7 DIAS

Adaptar-se à rotina do planejamento de estudo (cumprir a meta diária pessoal de horas ajustadas).

2. SOCIAL

- ✓ 30 minutos de atividade física diária.
- ✓ Tentar não exceder o tempo máximo de 1 hora de distração em redes sociais (o instagram permite que esse tempo seja monitorado / Nem precisamos dizer que nossas lives não entram nesse limite, não é mesmo?).
- ✓ Cuidado com seu sono e alimentação. Tente manter um horário determinado para dormir bem e manter sua rotina de dieta diária. Ninguém precisa madrugar em quarentena. Tempo não falta!

CHEGOU A HORA!

(1ª Semana)

No primeiro momento, o foco será apenas reiniciar sua rotina de estudo. Ao longo da maratona, os conteúdos irão ter um viés mais voltados aos conteúdos do edital reduzido. É importante neste início alinharmos a devida orientação para que a sequência seja mantida em piloto automático. Com o estudo diário sendo mantido e o compromisso renovado.

Não teremos intervalos em sábados e domingos. Afinal, será possível preencher o tempo em finais de semana com naturalidade.

Agora ficou fácil, basta apenas selecionar sua meta diária e não perder nenhum detalhe de nossa maratona. Eu tenho certeza que você irá se surpreender com sua capacidade de manter o foco e seguir firme em seus objetivos.

Bons estudos!
#euvouestudar #maratona mege