



Genilva Campos



ESTRATÉGIAS

de **memorização e revisão.**

Aprenda a revisar com inteligência e fixar conteúdos com eficiência real.

Feramenta 6

Etapa 1

Técnica Feynman

Explique o conteúdo como se estivesse ensinando para alguém que nunca ouviu falar.

Etapa 2

Ciclo de Revisão 24h – 7 dias – 15 dias:

Registre a data em que estudou um conteúdo e programe suas revisões:

Conteúdo	Data estudo	24h	7 dias	15 dias

Frase de reflexão:

“Memorizar não é decorar, é entender,
revisar e repetir com intenção.”