Ciclei

Ciclo de estudos

Exemplo · Técnico do Seguro Social (INSS), edital de 2022

Data-alvo: 15 de março de 2027

126	19	249,5h	8
dias até a data-alvo	semanas	de estudo	simulados



Língua Portuguesa	15% · 14 sessões
Ética no Serviço Público	5% · 14 sessões
Noções de Direito Constitucional	9% · 14 sessões
Noções de Direito Administrativo	17% · 28 sessões
Noções de Informática	11% · 14 sessões
Raciocínio Lógico-Matemático	12% · 14 sessões
Seguridade Social	30% · 43 sessões

Como usar o seu ciclo

O ciclo é a ordem em que você estuda, sem dia fixo da semana. O calendário das próximas páginas é esse ciclo distribuído nas horas que você tem.

A ordem do ciclo

01	Seguridade Social	1h
02	Noções de Direito Administ…	1h
03	Seguridade Social	1h
04	Ética no Serviço Público	1h
05	Noções de Direito Constitu…	1h
06	Seguridade Social	1h
07	Noções de Informática	1h
08	Raciocínio Lógico-Matemá…	1h
09	Noções de Direito Administ…	1h
10	Língua Portuguesa	1h

Terminou a sessão 10? Volte para a 1. Cada volta leva por volta de uma semana.

As regras

Siga a ordem, não o dia. Acabou o tempo de hoje, pare. Amanhã continue da sessão seguinte. Perdeu um dia, não tente compensar tudo: siga o ciclo.

Comece o dia pelas revisões. Cada sessão volta 24 horas, 7 dias e 30 dias depois: 10 minutos para cada hora estudada. Revise resolvendo questões ou com seus resumos, não relendo tudo.

Teoria + questões. Estude o tópico e termine a sessão resolvendo questões dele. Anote cada erro e o porquê num caderno de erros.

Simulados, no tempo da prova. 8 simulados: a cada duas semanas a partir da semana 3 e toda semana na reta final. No dia seguinte, corrija e refaça o que errou. Na banca certo/errado, um erro anula um acerto: treine deixar em branco.

Reta final sem matéria nova. A partir de 1 mar: revisões, questões e simulados. A véspera é leve.

Atrasou ou mudou a rotina? Na página do plano, ajuste as horas ou recomece a partir de hoje: o calendário é refeito e o que você já estudou fica.

Quanto cada disciplina pesa no ciclo

Parte do ciclo = questões × peso × seu nível (fraco 1,5 · médio 1 · forte 0,65) × o volume de tópicos, com no máximo 30% para uma só disciplina.

Disciplina	Questõ…	Peso	Nível	% ciclo	Sessões	Horas
Língua Portuguesa	12	1	Forte	15%	14	15,5h
Ética no Serviço Público	5	1	Médio	5%	14	15h
Noções de Direito Constitucional	8	1	Médio	9%	14	14,5h
Noções de Direito Administrativo	10	1	Médio	17%	28	29h
Noções de Informática	8	1	Médio	11%	14	14,5h
Raciocínio Lógico-Matemático	7	1	Fraco	12%	14	13h
Seguridade Social	70	1	Fraco	30%	43	43,5h

Por que funciona

Estudar em sessões espaçadas e se testar com questões estão entre as técnicas com mais evidência: numa revisão de centenas de estudos, a prática distribuída e a prática com testes foram as duas de "alta utilidade", e reler e grifar ficaram entre as de baixa (Dunlosky et al., 2013, Psychological Science in the Public Interest 14(1)). O ganho de espaçar as revisões vem de mais de 300 experimentos (Cepeda et al., 2006, Psychological Bulletin 132(3)), e se testar fixa mais do que estudar de novo (Roediger e Karpicke, 2006, Psychological Science 17(3)). As revisões de 24 horas, 7 dias e 30 dias são a regra que os cursinhos usam para pôr isso em prática.

O calendário até a prova

De 9 de novembro de 2026 a 15 de março de 2027. Cada dia mostra a fase do plano.

Estudo · Reta final · Simulado · Descanso · Data-alvo

Novembro 2026

D	S	T	Q	Q	S	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Dezembro 2026

D	S	T	Q	Q	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Janeiro 2027

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Fevereiro 2027

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Março 2027

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

As semanas

Semana 1	9 nov a 15 nov	14h · 14 sessões
Semana 2	16 nov a 22 nov	14h · 9 sessões
Semana 3	23 nov a 29 nov	14h · 9 sessões · simulado
Semana 4	30 nov a 6 dez	14h · 13 sessões
Semana 5	7 dez a 13 dez	14h · 6 sessões · simulado
Semana 6	14 dez a 20 dez	13h45 · 7 sessões
Semana 7	21 dez a 27 dez	14h · 5 sessões · simulado
Semana 8	28 dez a 3 jan	13h45 · 8 sessões
Semana 9	4 jan a 10 jan	14h · 5 sessões · simulado
Semana 10	11 jan a 17 jan	13h45 · 7 sessões
Semana 11	18 jan a 24 jan	14h · 5 sessões · simulado
Semana 12	25 jan a 31 jan	13h35 · 8 sessões
Semana 13	1 fev a 7 fev	14h · 5 sessões · simulado
Semana 14	8 fev a 14 fev	13h45 · 7 sessões
Semana 15	15 fev a 21 fev	14h · 5 sessões · simulado
Semana 16	22 fev a 28 fev	13h35 · 7 sessões
Semana 17	1 mar a 7 mar	13h55 · 9 sessões · simulado · reta final
Semana 18	8 mar a 14 mar	13h40 · 12 sessões · reta final
Semana 19	15 mar a 15 mar	0 min · 0 sessões

Semana 1 de 19

faltam 126 dias

9 nov a 15 nov · 14h · 14 sessões · 10 revisões

Seg 9 nov
2h

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Seguridade Social: origem e evolução legislativa no Brasil; conceituação; organização e princípios constitucionais
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios (parte 1 de 2)

Ter 10 nov
2h

Revisões · 20 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Legislação Previdenciária: conteúdo, fontes, autonomia; aplicação, vigência, hierarquia, interpretação e integração
- [ ] **Ética no Serviço Público** 40 min · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 1 de 8)

Qua 11 nov
2h

Revisões · 15 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h · Teoria + questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais (parte 1 de 4)
- [ ] **Seguridade Social** 45 min · Teoria + questões
  Regime Geral de Previdência Social: segurados obrigatórios e facultativos, filiação e inscrição; trabalhadores excluídos

Qui 12 nov
2h

Revisões · 20 min
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Informática** 1h · Teoria + questões
  Conceitos de Internet e intranet (parte 1 de 2)
- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 40 min · Teoria + questões
  Conceitos básicos de raciocínio lógico: proposições, valores lógicos, sentenças abertas, tabela-verdade, conectivos (parte 1 de 2)

Sex 13 nov
2h

Revisões · 15 min
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios (parte 2 de 2)
- [ ] **Língua Portuguesa** 45 min · Teoria + questões
  Compreensão e interpretação de textos

Sáb 14 nov
4h

Revisões · 20 min
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Empresa e empregador doméstico: conceito previdenciário
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Direito administrativo: conceito, fontes e princípios (parte 1 de 2)
- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Financiamento da Seguridade Social: receitas, contribuições sociais, salário de contribuição, arrecadação e recolhimento
- [ ] **Ética no Serviço Público** 40 min · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 2 de 8)

Dom 15 nov Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 2 de 19

faltam 119 dias

16 nov a 22 nov · 14h · 9 sessões · 24 revisões

Seg 16 nov
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Teoria + questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais (parte 2 de 4)

Ter 17 nov
2h

Revisões · 40 min
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h20 · Teoria + questões
  Decadência e prescrição

Qua 18 nov
2h

Revisões · 35 min
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Informática** 1h25 · Teoria + questões
  Conceitos de Internet e intranet (parte 2 de 2)

Qui 19 nov
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Noções de Informática (24 h)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Teoria + questões
  Conceitos básicos de raciocínio lógico: proposições, valores lógicos, sentenças abertas, tabela-verdade, conectivos (parte 2 de 2)
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 30 min · Teoria + questões
  Direito administrativo: conceito, fontes e princípios (parte 2 de 2)

Sex 20 nov
2h

Revisões · 35 min
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h25 · Teoria + questões
  Tipologia textual

Sáb 21 nov
4h

Revisões · 50 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Crimes contra a seguridade social
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Organização administrativa da União; administração direta e indireta
- [ ] **Seguridade Social** 1h10 · Teoria + questões
  Recurso das decisões administrativas

Dom 22 nov Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 3 de 19

faltam 112 dias

23 nov a 29 nov · 14h · 9 sessões · 19 revisões

Seg 23 nov
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h15 · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 3 de 8)

Ter 24 nov
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h · Teoria + questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais (parte 3 de 4)
- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Teoria + questões
  Plano de Benefícios da Previdência Social: beneficiários, prestações, carência, salário de benefício, renda mensal, reajustamento

Qua 25 nov
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Informática** 1h · Teoria + questões
  Conceitos básicos e modos de utilização de tecnologias, ferramentas, aplicativos e procedimentos de informática
- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 30 min · Teoria + questões
  Tautologia (parte 1 de 2)

Qui 26 nov
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Agentes públicos: espécies, poderes, deveres; Regime Jurídico Único (Lei nº 8.112/1990); regime disciplinar; responsabilidades (parte 1 de 2)
- [ ] **Língua Portuguesa** 30 min · Teoria + questões
  Ortografia oficial

Sex 27 nov
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Manutenção, perda e restabelecimento da qualidade de segurado
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 30 min · Teoria + questões
  Agentes públicos: espécies, poderes, deveres; Regime Jurídico Único (Lei nº 8.112/1990); regime disciplinar; responsabilidades (parte 2 de 2)

Sáb 28 nov
4h

- [ ] **Simulado 1: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

Dom 29 nov
Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 4 de 19

faltam 105 dias

30 nov a 6 dez · 14h · 13 sessões · 20 revisões

Seg 30 nov — 2h

- [ ] Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê

Revisões · 30 min

- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Teoria + questões
  Serviços Previdenciários: serviço social; reabilitação profissional

Ter 1 dez — 2h

Revisões · 20 min

- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 4 de 8)
- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 40 min · Teoria + questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais (parte 4 de 4)

Qua 2 dez — 2h

Revisões · 30 min

- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Benefícios decorrentes de legislações especiais: pensões especiais (Talidomida, seringueiros, ex-combatente, Césio 137, Zika etc.)
- [ ] **Noções de Informática** 30 min · Teoria + questões
  Edição de textos, planilhas e apresentações com a suíte de escritório LibreOffice

Qui 3 dez — 2h

Revisões · 30 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (24 h)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Teoria + questões
  Tautologia (parte 2 de 2)
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 30 min · Teoria + questões
  Poderes administrativos: hierárquico, disciplinar, regulamentar, de polícia; uso e abuso do poder (parte 1 de 2)

Sex 4 dez — 2h

Revisões · 30 min

- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h · Teoria + questões
  Acentuação gráfica
- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Teoria + questões
  Seguro desemprego pescador artesanal – Seguro defeso – Lei nº 10.779/2003, Decreto nº 8.424/2015

Sáb 5 dez — 4h

Revisões · 15 min

- [ ] Língua Portuguesa (24 h)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Poderes administrativos: hierárquico, disciplinar, regulamentar, de polícia; uso e abuso do poder (parte 2 de 2)
- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Lei Orgânica da Assistência Social – LOAS: BPC/LOAS; Auxílio-Inclusão; Lei nº 8.742/1993; Lei nº 14.176/2021; Decreto nº 6.214/2007
- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 5 de 8)
- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 45 min · Teoria + questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988) (parte 1 de 4)

Dom 6 dez — Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 5 de 19

faltam 98 dias

7 dez a 13 dez · 14h · 6 sessões · 25 revisões

Seg 7 dez
2h

Revisões · 45 min
- ☐ Noções de Direito Adminis… (24 h)
- ☐ Seguridade Social (24 h)
- ☐ Ética no Serviço Público (24 h)
- ☐ Noções de Direito Constit… (24 h)
- ☐ Seguridade Social (7 dias)

☐ **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
Regimes Próprios de Previdência Social: CTC; contagem recíproca; compensação previdenciária; Lei nº 9.796/1999; Decreto nº 10.188/2019

Ter 8 dez
2h

Revisões · 30 min
- ☐ Ética no Serviço Público (7 dias)
- ☐ Noções de Direito Constit… (7 dias)
- ☐ Seguridade Social (24 h)

☐ **Noções de Informática** 1h · Teoria + questões
Conceitos e modos de utilização de sistemas operacionais Windows 7 e 10 (parte 1 de 2)

☐ **Raciocínio Lógico-Matemático** 30 min · Teoria + questões
Operação com conjuntos (parte 1 de 2)

Qua 9 dez
2h

Revisões · 45 min
- ☐ Seguridade Social (30 dias)
- ☐ Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- ☐ Seguridade Social (7 dias)
- ☐ Noções de Informática (7 dias)
- ☐ Noções de Informática (24 h)

☐ **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Teoria + questões
Ato administrativo: validade, eficácia, atributos, extinção, classificação, espécies; vinculação e discricionariedade

Qui 10 dez
2h

Revisões · 35 min
- ☐ Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- ☐ Seguridade Social (30 dias)
- ☐ Ética no Serviço Público (30 dias)
- ☐ Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- ☐ Noções de Direito Adminis… (7 dias)

☐ **Língua Portuguesa** 1h25 · Teoria + questões
Emprego das classes de palavras

Sex 11 dez
2h

Revisões · 45 min
- ☐ Noções de Direito Adminis… (24 h)
- ☐ Noções de Direito Constit… (30 dias)
- ☐ Seguridade Social (30 dias)
- ☐ Língua Portuguesa (7 dias)

☐ **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
Emenda Constitucional nº 103/2019

Sáb 12 dez
4h

☐ **Simulado 2: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- ☐ Seguridade Social (7 dias)
- ☐ Língua Portuguesa (24 h)
- ☐ Noções de Informática (30 dias)

Dom 13 dez
Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 6 de 19

faltam 91 dias

14 dez a 20 dez · 13h45 · 7 sessões · 27 revisões

Seg 14 dez
1h45

- [ ] **Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê**

Revisões · 45 min

- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)

Ter 15 dez
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Teoria + questões
  Serviços Públicos: conceito, classificação, regulamentação e controle; delegação: concessão, permissão, autorização (parte 1 de 2)

Qua 16 dez
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
  Lei Complementar nº 142/2013

Qui 17 dez
2h

Revisões · 40 min

- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h20 · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 6 de 8)

Sex 18 dez
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Teoria + questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988) (parte 2 de 4)

Sáb 19 dez
4h

Revisões · 1h30

- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Teoria + questões
  Lei nº 8.212/1991 e suas alterações
- [ ] **Noções de Informática** 1h · Teoria + questões
  Conceitos e modos de utilização de sistemas operacionais Windows 7 e 10 (parte 2 de 2)
- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 30 min · Teoria + questões
  Operação com conjuntos (parte 2 de 2)

Dom 20 dez Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 7 de 19

faltam 84 dias

21 dez a 27 dez · 14h · 5 sessões · 22 revisões

Seg 21 dez
2h

Revisões · 40 min
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h20 · Teoria + questões
  Serviços Públicos: conceito, classificação, regulamentação e controle; delegação: concessão, permissão, autorização (parte 2 de 2)

Ter 22 dez
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (7 dias)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h15 · Teoria + questões
  Emprego do sinal indicativo de crase

Qua 23 dez
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
  Lei nº 8.213/1991 e suas alterações

Qui 24 dez
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)
- [ ] Noções de Direito Constit... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Teoria + questões
  Controle e responsabilização da administração: administrativo, judicial, legislativo; responsabilidade civil; Lei nº 8.429/1992 (parte 1 de 2)

Sex 25 dez
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit... (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
  Decreto nº 3.048/1999 e suas alterações

Sáb 26 dez
4h

- [ ] **Simulado 3: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)

Dom 27 dez

Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 8 de 19

faltam 77 dias

28 dez a 3 jan · 13h45 · 8 sessões · 22 revisões

Seg 28 dez
1h45

- [ ] Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê

Revisões · 45 min

- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)

Ter 29 dez
2h

Revisões · 40 min

- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h20 · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 7 de 8)

Qua 30 dez
2h

Revisões · 35 min

- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h25 · Teoria + questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988) (parte 3 de 4)

Qui 31 dez
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
  Instrução Normativa PRES/INSS nº 128/2022

Sex 1 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Informática** 1h15 · Teoria + questões
  Noções básicas de ferramentas e aplicativos de navegação e correio eletrônico

Sáb 2 jan
4h

Revisões · 30 min

- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (24 h)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Teoria + questões
  Cálculos com porcentagens (parte 1 de 2)
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Teoria + questões
  Controle e responsabilização da administração: administrativo, judicial, legislativo; responsabilidade civil; Lei nº 8.429/1992 (parte 2 de 2)
- [ ] **Língua Portuguesa** 1h · Teoria + questões
  Sintaxe da oração e do período
- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Teoria + questões
  O servidor público como agente de desenvolvimento social

Dom 3 jan Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 9 de 19

faltam 70 dias

4 jan a 10 jan · 14h · 5 sessões · 22 revisões

Seg 4 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Teoria + questões
  Lei nº 9.784/1999 (Lei do Processo Administrativo)

Ter 5 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Teoria + questões
  Saúde e qualidade de vida no serviço público

Qua 6 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h15 · Teoria + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007 (parte 8 de 8)

Qui 7 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Teoria + questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988) (parte 4 de 4)

Sex 8 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 1 a 2: Seguridade Social: origem e evolução legislativa no Brasil; conceituação; organização e princípios constitucionais

Sáb 9 jan
4h

- [ ] **Simulado 4: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

Dom 10 jan
Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 10 de 19

faltam 63 dias

11 jan a 17 jan · 13h45 · 7 sessões · 19 revisões

Seg 11 jan
1h45

- [ ] **Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê**

Revisões · 45 min

- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)

Ter 12 jan
2h

Revisões · 35 min

- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Noções de Informática** 1h25 · Teoria + questões
  Noções básicas de segurança e proteção: vírus, worms e derivados

Qua 13 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h15 · Teoria + questões
  Cálculos com porcentagens (parte 2 de 2)

Qui 14 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios

Sex 15 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h15 · Teoria + questões
  Pontuação

Sáb 16 jan
4h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Questões
  Tópicos 3 a 4: Regime Geral de Previdência Social: segurados obrigatórios e facultativos, filiação e inscrição; trabalhadores excluídos
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Questões
  Direito administrativo: conceito, fontes e princípios
- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 5 a 6: Financiamento da Seguridade Social: receitas, contribuições sociais, salário de contribuição, arrecadação e recolhimento

Dom 17 jan Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 11 de 19

faltam 56 dias

18 jan a 24 jan · 14h · 5 sessões · 19 revisões

Seg 18 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Constit... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h15 · Questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007

Ter 19 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais

Qua 20 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 7 a 8: Crimes contra a seguridade social

Qui 21 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Constit... (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (7 dias)

- [ ] **Noções de Informática** 1h15 · Questões
  Tópicos 1 a 2: Conceitos de Internet e intranet

Sex 22 jan
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h15 · Questões
  Conceitos básicos de raciocínio lógico: proposições, valores lógicos, sentenças abertas, tabela-verdade, conectivos

Sáb 23 jan
4h

- [ ] **Simulado 5: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)

Dom 24 jan Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 12 de 19

faltam 49 dias

25 jan a 31 jan · 13h35 · 8 sessões · 17 revisões

Seg 25 jan
1h35

- [ ] Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê

Revisões · 35 min

- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

Ter 26 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Organização administrativa da União; administração direta e indireta

Qua 27 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h15 · Teoria + questões
  Concordância nominal e verbal

Qui 28 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 9 a 10: Plano de Benefícios da Previdência Social: beneficiários, prestações, carência, salário de benefício, renda mensal, reajustamento

Sex 29 jan
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Constit… (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Agentes públicos: espécies, poderes, deveres; Regime Jurídico Único (Lei nº 8.112/1990); regime disciplinar; responsabilidades

Sáb 30 jan
4h

Revisões · 30 min

- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Questões
  Tópicos 11 a 12: Serviços Previdenciários: serviço social; reabilitação profissional
- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h · Questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007
- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h · Questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988)
- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Questões
  Tópicos 13 a 14: Seguro desemprego pescador artesanal – Seguro defeso – Lei nº 10.779/2003, Decreto nº 8.424/2015

Dom 31 jan Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 13 de 19

faltam 42 dias

1 fev a 7 fev · 14h · 5 sessões · 20 revisões

Seg 1 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Noções de Informática** 1h15 · Questões
  Tópicos 3 a 4: Edição de textos, planilhas e apresentações com a suíte de escritório LibreOffice

Ter 2 fev
2h

Revisões · 40 min
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h20 · Questões
  Tautologia

Qua 3 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Poderes administrativos: hierárquico, disciplinar, regulamentar, de polícia; uso e abuso do poder

Qui 4 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h15 · Teoria + questões
  Regências nominal e verbal

Sex 5 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 15 a 16: Regimes Próprios de Previdência Social: CTC; contagem recíproca; compensação previdenciária; Lei nº 9.796/1999; Decreto nº 10.188/2019

Sáb 6 fev
4h

- [ ] **Simulado 6: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)

Dom 7 fev

Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 14 de 19

faltam 35 dias

8 fev a 14 fev · 13h45 · 7 sessões · 19 revisões

Seg 8 fev
1h45

- [ ] **Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê**

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Constit… (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (7 dias)

Ter 9 fev
2h

Revisões · 35 min

- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h25 · Questões
  Ato administrativo: validade, eficácia, atributos, extinção, classificação, espécies; vinculação e discricionariedade

Qua 10 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Informática (7 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 17 a 18: Lei Complementar nº 142/2013

Qui 11 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (24 h)
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h15 · Questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007

Sex 12 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát… (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais

Sáb 13 fev
4h

Revisões · 45 min

- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit… (24 h)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Questões
  Tópicos 19 a 20: Lei nº 8.213/1991 e suas alterações
- [ ] **Noções de Informática** 1h · Questões
  Tópicos 5 a 6: Noções básicas de ferramentas e aplicativos de navegação e correio eletrônico
- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h15 · Questões
  Operação com conjuntos

Dom 14 fev Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 15 de 19

faltam 28 dias

15 fev a 21 fev · 14h · 5 sessões · 18 revisões

Seg 15 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Noções de Informática (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Serviços Públicos: conceito, classificação, regulamentação e controle; delegação: concessão, permissão, autorização

Ter 16 fev
2h

Revisões · 40 min
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h20 · Teoria + questões
  Significação das palavras

Qua 17 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Noções de Direito Adminis... (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 21 a 22: Instrução Normativa PRES/INSS nº 128/2022

Qui 18 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)
- [ ] Noções de Direito Constit... (30 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h15 · Questões
  Controle e responsabilização da administração: administrativo, judicial, legislativo; responsabilidade civil; Lei nº 8.429/1992

Sex 19 fev
2h

Revisões · 45 min
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Saúde e qualidade de vida no serviço público

Sáb 20 fev
4h

- [ ] **Simulado 7: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Direito Constit... (7 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)

Dom 21 fev
Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 16 de 19

faltam 21 dias

22 fev a 28 fev · 13h35 · 7 sessões · 18 revisões

Seg 22 fev
1h35

- [ ] **Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê**

Revisões · 35 min

- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)
- [ ] Noções de Informática (7 dias)

Ter 23 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (30 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h15 · Questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007

Qua 24 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Adminis... (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 1h15 · Questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988)

Qui 25 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Ética no Serviço Público (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h15 · Questões
  Tópicos 2 a 3: Legislação Previdenciária: conteúdo, fontes, autonomia; aplicação, vigência, hierarquia, interpretação e integração

Sex 26 fev
2h

Revisões · 45 min

- [ ] Noções de Direito Constit... (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Noções de Informática** 1h15 · Questões
  Tópicos 1 a 2: Conceitos de Internet e intranet

Sáb 27 fev
4h

Revisões · 45 min

- [ ] Seguridade Social (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (24 h)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Questões
  Cálculos com porcentagens
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Questões
  Lei nº 9.784/1999 (Lei do Processo Administrativo)
- [ ] **Língua Portuguesa** 1h15 · Teoria + questões
  Redação de correspondências oficiais (conforme Manual de Redação da Presidência da República)

Dom 28 fev Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 17 de 19

faltam 14 dias

1 mar a 7 mar · 13h55 · 9 sessões · 17 revisões · reta final: sem matéria nova

Seg 1 mar
2h

Revisões · 1h10
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (24 h)
- [ ] Noções de Direito Adminis... (24 h)
- [ ] Língua Portuguesa (24 h)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 50 min · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 4: Seguridade Social: origem e evolução legislativa no Brasil; conceituação; organização e princípios constitucionais

Ter 2 mar
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Direito Constit... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] Ética no Serviço Público (7 dias)

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 3: Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios
- [ ] **Seguridade Social** 30 min · Revisão + questões
  Tópicos 5 a 8: Financiamento da Seguridade Social: receitas, contribuições sociais, salário de contribuição, arrecadação e recolhimento

Qua 3 mar
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Informática (30 dias)
- [ ] Noções de Direito Constit... (7 dias)

- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h · Revisão + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007
- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 30 min · Revisão + questões
  Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais

Qui 4 mar
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (30 dias)
- [ ] Seguridade Social (7 dias)

- [ ] **Seguridade Social** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 9 a 12: Plano de Benefícios da Previdência Social: beneficiários, prestações, carência, salário de benefício, renda mensal, reajustamento
- [ ] **Noções de Informática** 30 min · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 3: Conceitos de Internet e intranet

Sex 5 mar
2h

Revisões · 30 min
- [ ] Noções de Direito Adminis... (30 dias)
- [ ] Noções de Informática (7 dias)

- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 2: Conceitos básicos de raciocínio lógico: proposições, valores lógicos, sentenças abertas, tabela-verdade, conectivos
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 30 min · Revisão + questões
  Tópicos 4 a 6: Agentes públicos: espécies, poderes, deveres; Regime Jurídico Único (Lei nº 8.112/1990); regime disciplinar; responsabilidades

Sáb 6 mar
3h55

- [ ] **Simulado 8: 120 questões em 3h30, como no dia da prova**

Revisões · 25 min
- [ ] Língua Portuguesa (30 dias)
- [ ] Raciocínio Lógico-Matemát... (7 dias)

Dom 7 mar

Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 18 de 19

faltam 7 dias

8 mar a 14 mar · 13h40 · 12 sessões · 6 revisões · reta final: sem matéria nova

Seg 8 mar
1h40

- [ ] Correção do simulado · 1h: refaça as que errou e anote o porquê

Revisões · 40 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (7 dias)
- [ ] Língua Portuguesa (7 dias)
- [ ] Seguridade Social (30 dias)

Ter 9 mar
2h

- [ ] **Língua Portuguesa** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 6: Compreensão e interpretação de textos
- [ ] **Seguridade Social** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 13 a 16: Seguro desemprego pescador artesanal – Seguro defeso – Lei nº 10.779/2003, Decreto nº 8.424/2015

Qua 10 mar
2h

- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 7 a 9: Serviços Públicos: conceito, classificação, regulamentação e controle; delegação: concessão, permissão, autorização
- [ ] **Seguridade Social** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 17 a 20: Lei Complementar nº 142/2013

Qui 11 mar
2h

Revisões · 15 min

- [ ] Noções de Direito Adminis… (30 dias)
- [ ] **Ética no Serviço Público** 1h · Revisão + questões
  Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007
- [ ] **Noções de Direito Constitucional** 45 min · Revisão + questões
  Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988)

Sex 12 mar
2h

Revisões · 15 min

- [ ] Seguridade Social (30 dias)
- [ ] **Seguridade Social** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 21 a 23: Instrução Normativa PRES/INSS nº 128/2022
- [ ] **Noções de Informática** 45 min · Revisão + questões
  Tópicos 4 a 6: Conceitos e modos de utilização de sistemas operacionais Windows 7 e 10

Sáb 13 mar
4h

Revisões · 15 min

- [ ] Ética no Serviço Público (30 dias)
- [ ] **Raciocínio Lógico-Matemático** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 3 a 4: Operação com conjuntos
- [ ] **Noções de Direito Administrativo** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 1 a 3: Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios
- [ ] **Língua Portuguesa** 1h · Revisão + questões
  Tópicos 7 a 12: Sintaxe da oração e do período
- [ ] **Seguridade Social** 45 min · Revisão + questões
  Tópicos 2 a 5: Legislação Previdenciária: conteúdo, fontes, autonomia; aplicação, vigência, hierarquia, interpretação e integração

Dom 14 mar Descanso

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Semana 19 de 19

15 mar a 15 mar · 0 min · 0 sessões · 0 revisões

Seg 15 mar **Fim do plano: sua data-alvo**

Perdeu um dia? Siga a próxima sessão do ciclo, sem tentar compensar tudo. Revisões antes de matéria nova.

Edital verticalizado

Cada tópico do seu edital, na ordem, com a semana em que o plano começa a estudá-lo. Marque a teoria e cada revisão, e anote seus acertos nas questões.

Língua Portuguesa

12 tópicos · 12 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Compreensão e interpretação de textos	1	☐	☐	☐	☐	
2	Tipologia textual	2	☐	☐	☐	☐	
3	Ortografia oficial	3	☐	☐	☐	☐	
4	Acentuação gráfica	4	☐	☐	☐	☐	
5	Emprego das classes de palavras	5	☐	☐	☐	☐	
6	Emprego do sinal indicativo de crase	7	☐	☐	☐	☐	
7	Sintaxe da oração e do período	8	☐	☐	☐	☐	
8	Pontuação	10	☐	☐	☐	☐	
9	Concordância nominal e verbal	12	☐	☐	☐	☐	
10	Regências nominal e verbal	13	☐	☐	☐	☐	
11	Significação das palavras	15	☐	☐	☐	☐	
12	Redação de correspondências oficiais (conforme Manual de Redação da Presidência da República)	16	☐	☐	☐	☐	

Ética no Serviço Público

1 tópico · 5 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal: Decreto nº 1.171/1994 e Decreto nº 6.029/2007	1	☐	☐	☐	☐	

Noções de Direito Constitucional

2 tópicos · 8 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Direitos e garantias fundamentais: direitos individuais e coletivos, sociais, nacionalidade, cidadania, garantias constitucionais	1	☐	☐	☐	☐	
2	Administração pública (artigos de 37 a 41, capítulo VII, Constituição Federal de 1988)	4	☐	☐	☐	☐	

Noções de Direito Administrativo

9 tópicos · 10 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Estado, governo e administração pública: conceitos, elementos, poderes e organização; natureza, fins e princípios	1	☐	☐	☐	☐	
2	Direito administrativo: conceito, fontes e princípios	1	☐	☐	☐	☐	
3	Organização administrativa da União; administração direta e indireta	2	☐	☐	☐	☐	
4	Agentes públicos: espécies, poderes, deveres; Regime Jurídico Único (Lei nº 8.112/1990); regime disciplinar; responsabilidades	3	☐	☐	☐	☐	
5	Poderes administrativos: hierárquico, disciplinar, regulamentar, de polícia; uso e abuso do poder	4	☐	☐	☐	☐	
6	Ato administrativo: validade, eficácia, atributos, extinção, classificação, espécies; vinculação e discricionariedade	5	☐	☐	☐	☐	
7	Serviços Públicos: conceito, classificação, regulamentação e controle; delegação: concessão, permissão, autorização	6	☐	☐	☐	☐	
8	Controle e responsabilização da administração: administrativo, judicial, legislativo; responsabilidade civil; Lei nº 8.429/1992	7	☐	☐	☐	☐	
9	Lei nº 9.784/1999 (Lei do Processo Administrativo)	9	☐	☐	☐	☐	

Noções de Informática

6 tópicos · 8 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Conceitos de Internet e intranet	1	☐	☐	☐	☐	
2	Conceitos básicos e modos de utilização de tecnologias, ferramentas, aplicativos e procedimentos de informática	3	☐	☐	☐	☐	
3	Edição de textos, planilhas e apresentações com a suíte de escritório LibreOffice	4	☐	☐	☐	☐	
4	Conceitos e modos de utilização de sistemas operacionais Windows 7 e 10	5	☐	☐	☐	☐	
5	Noções básicas de ferramentas e aplicativos de navegação e correio eletrônico	8	☐	☐	☐	☐	
6	Noções básicas de segurança e proteção: vírus, worms e derivados	10	☐	☐	☐	☐	

Raciocínio Lógico-Matemático

4 tópicos · 7 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Conceitos básicos de raciocínio lógico: proposições, valores lógicos, sentenças abertas, tabela-verdade, conectivos	1	☐	☐	☐	☐	
2	Tautologia	3	☐	☐	☐	☐	
3	Operação com conjuntos	5	☐	☐	☐	☐	
4	Cálculos com porcentagens	8	☐	☐	☐	☐	

Seguridade Social

23 tópicos · 70 questões

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
1	Seguridade Social: origem e evolução legislativa no Brasil; conceituação; organização e princípios constitucionais	1	☐	☐	☐	☐	
2	Legislação Previdenciária: conteúdo, fontes, autonomia; aplicação, vigência, hierarquia, interpretação e integração	1	☐	☐	☐	☐	
3	Regime Geral de Previdência Social: segurados obrigatórios e facultativos, filiação e inscrição; trabalhadores excluídos	1	☐	☐	☐	☐	
4	Empresa e empregador doméstico: conceito previdenciário	1	☐	☐	☐	☐	
5	Financiamento da Seguridade Social: receitas, contribuições sociais, salário de contribuição, arrecadação e recolhimento	1	☐	☐	☐	☐	
6	Decadência e prescrição	2	☐	☐	☐	☐	
7	Crimes contra a seguridade social	2	☐	☐	☐	☐	
8	Recurso das decisões administrativas	2	☐	☐	☐	☐	
9	Plano de Benefícios da Previdência Social: beneficiários, prestações, carência, salário de benefício, renda mensal, reajustamento	3	☐	☐	☐	☐	
10	Manutenção, perda e restabelecimento da qualidade de segurado	3	☐	☐	☐	☐	
11	Serviços Previdenciários: serviço social; reabilitação profissional	4	☐	☐	☐	☐	
12	Benefícios decorrentes de legislações especiais: pensões especiais (Talidomida, seringueiros, ex-combatente, Césio 137, Zika etc.)	4	☐	☐	☐	☐	
13	Seguro desemprego pescador artesanal – Seguro defeso – Lei nº 10.779/2003, Decreto nº 8.424/2015	4	☐	☐	☐	☐	
14	Lei Orgânica da Assistência Social – LOAS: BPC/LOAS; Auxílio-Inclusão; Lei nº 8.742/1993; Lei nº 14.176/2021; Decreto nº 6.214/2007	4	☐	☐	☐	☐	
15	Regimes Próprios de Previdência Social: CTC; contagem recíproca; compensação previdenciária; Lei nº 9.796/1999; Decreto nº 10.188/2019	5	☐	☐	☐	☐	
16	Emenda Constitucional nº 103/2019	5	☐	☐	☐	☐	
17	Lei Complementar nº 142/2013	6	☐	☐	☐	☐	
18	Lei nº 8.212/1991 e suas alterações	6	☐	☐	☐	☐	
19	Lei nº 8.213/1991 e suas alterações	7	☐	☐	☐	☐	
20	Decreto nº 3.048/1999 e suas alterações	7	☐	☐	☐	☐	
21	Instrução Normativa PRES/INSS nº 128/2022	8	☐	☐	☐	☐	

#	Tópico	Semana	Teoria	24 h	7 d	30 d	Acertos
22	O servidor público como agente de desenvolvimento social	8	☐	☐	☐	☐	
23	Saúde e qualidade de vida no serviço público	9	☐	☐	☐	☐	

Reta final

A reta final começa em 1 de março de 2027.

Na reta final

- [ ] Nada de matéria nova: revisões, questões e simulados.
- [ ] Refaça as questões do seu caderno de erros.
- [ ] Durma bem: o sono fixa o que você estudou.

Na véspera

- [ ] No máximo 1 hora, só com seus resumos.
- [ ] Separe documento com foto e o cartão de confirmação.
- [ ] Caneta preta de material transparente (confira no edital o que é permitido).
- [ ] Confira o local e a hora da prova; vá antes, os portões fecham no horário.

Na prova

- [ ] Comece pelo que você domina e controle o tempo.
- [ ] Na banca certo/errado (como a Cebraspe), um erro anula um acerto: deixe em branco o que não sabe.
- [ ] Marque o gabarito com calma antes do fim.

Fontes do método

Cepeda, N. J. et al. (2006). Distributed practice in verbal recall tasks. Psychological Bulletin, 132(3), 354-380. doi:10.1037/0033-2909.132.3.354

Cepeda, N. J. et al. (2008). Spacing effects in learning: a temporal ridgeline of optimal retention. Psychological Science, 19(11), 1095-1102. doi:10.1111/j.1467-9280.2008.02209.x

Dunlosky, J. et al. (2013). Improving students' learning with effective learning techniques. Psychological Science in the Public Interest, 14(1), 4-58. doi:10.1177/1529100612453266

Roediger, H. L. e Karpicke, J. D. (2006). Test-enhanced learning. Psychological Science, 17(3), 249-255. doi:10.1111/j.1467-9280.2006.01693.x

O Ciclei organiza o seu estudo a partir do conteúdo que você colou do edital. Confira sempre o edital oficial: datas, conteúdo e regras são os que a banca publicar.