PM-ES

TÉCNICO

aprova concursos

Polícia Militar do Estado do Espírito Santo

Checklist de estudos

ORIENTAÇÕES PARA UTILIZAÇÃO

Olá, estudante!

O **Aprova Concursos** preparou um material exclusivo para você organizar as revisões ao longo da sua preparação. As revisões são fundamentais para retenção do conhecimento. Como há vários assuntos para serem estudados, é preciso organização quanto ao conteúdo que já foi revisado e o que ainda precisa ser revisto. A tabela que elaboramos pode ser usada para garantir o controle das revisões.

Vamos explicar como ela funciona.

REVISÕES

- Quando ocorrerão as revisões?
- A primeira revisão ocorrerá até 24 horas depois do dia que a aula foi assistida.
- A segunda, 7 dias após a visualização da videoaula.
- A terceira, 30 dias após, a visualização da videoaula.

PRIMEIRA REVISÃO	1	24 HORAS
SEGUNDA REVISÃO	2	7 DIAS
TERCEIRA REVISÃO	3	30 DIAS

Aqui colocamos um exemplo de como a tabela fica quando preenchida com as datas em que as revisões foram feitas. Se a videoaula foi assistida em 06/08, as revisões ficariam da seguinte forma:

MATEMÁTICA	REVISÕES		
	1 - 24h	2 - 7 dias	3 - 30 dias
Porcentagem	07/08	13/08	05/09

Depois de realizar a revisão, marque um "X" no quadro.

MATEMÁTICA	REVISÕES		
	1 - 24h	2 - 7 dias	3 - 30 dias
Porcentagem	~~07/08~~	13/08	05/09

Logo após a visualização da videoaula, para evitar esquecimento, anote as datas das revisões na tabela.

QUESTÕES

FIXAÇÃO DE CONHECIMENTO
É importante a resolução de questões **logo após a visualização da aula**.

NÚMERO DE QUESTÕES
Resolva, **no mínimo**, **10 questões** para cada assunto.

QUESTÕES DA BANCA QUE ORGANIZA O CONCURSO
Cada banca tem características próprias. **Utilize o site de questões do Aprova para filtrar questões da instituição que organiza o seu concurso (clique**

aqui). Caso não exista um edital em aberto no momento dos seus estudos, utilize como referência a banca que realizou o último concurso.

ANOTE O PERCENTUAL DE ACERTO NA TABELA

Assim que realizar as questões, **anote o percentual de acerto na tabela**. Sempre há itens que apresentam maior dificuldade de aprendizagem. O baixo percentual apontará quais são esses assuntos. Veja o exemplo:

QUESTÕES		
TOTAL	ACERTEI	%
20	14	70%

LÍNGUA PORTUGUESA	QUESTÕES			REVISÕES		
	TOTAL	ACERTEI	%	1ª - 24 h	2ª - 7 dias	3ª - 30 dias
1. Compreensão, interpretação e inferências de textos.						
2. Tipologia e Gêneros textuais.						
3. Variação Linguística.						
4. O processo de comunicação e as funções da linguagem.						
5. Relações semântico-lexicais, como metáfora, metonímia, antonímia, sinonímia, hiperonímia, hiponímia, reiteração, comparação, redundância e outras.						
6. Norma ortográfica.						
7. Morfossintaxe das classes de palavras: substantivo, adjetivo, artigo, pronome, advérbio, preposição, conjunção, interjeição,						
numerais e os seus respectivos empregos.						
8. Verbo.						
9. Concordância verbal e nominal.						
10. Regência nominal e verbal.						
11. Coesão e Coerência textuais.						

Sintaxe: relações sintático-semânticas estabelecidas entre orações, períodos ou parágrafos (período simples e período composto por coordenação e subordinação).						
12. Pontuação.						
13. Funções do "que" e do "se".						
14. Fonética e Fonologia: som e fonema, encontros vocálicos e consonantais e dígrafos.						
15. Formação de palavras.						
Uso da Crase.						
RACIOCÍNIO LÓGICO E MATEMÁTICO	**QUESTÕES**			**REVISÕES**		
	TOTAL	ACERTEI	%	1ª - 24 h	2ª - 7 dias	3ª - 30 dias
1. Estruturas lógicas.						
2. Lógica de argumentação.						
3. Diagramas lógicos.						
4. Teoria de conjuntos: conjuntos numéricos, números naturais, inteiros, racionais e reais.						
5. Relações, Equações de 1º e 2º graus, sistemas.						
6. Inequações do 1º e do 2º grau.						

7. Funções do 1º grau e do 2º grau e sua representação gráfica.						
8. Matrizes e Determinantes.						
9. Sistemas Lineares.						
10. Análise Combinatória.						
11. Geometria espacial.						
12. Geometria de sólidos.						
CONHECIMENTOS BÁSICOS DA SAÚDE PÚBLICA E GESTÃO DE SAÚDE	**QUESTÕES**			**REVISÕES**		
	TOTAL	ACERTEI	%	1ª - 24 h	2ª - 7 dias	3ª - 30 dias
1. Constituição da República Federativa do Brasil - Saúde.						
2. Evolução das políticas de saúde no Brasil.						
3. Sistema Único de Saúde - SUS (Lei nº 8.080/90 e Lei nº 8.142/90).						
4. Decreto nº 7.508 de 28 de junho de 2011.						
5. Contrato Organizativo da Ação Pública da Saúde – COAP.						
6. História natural e prevenção de doenças.						
7. Epidemiologia.						
8. Vigilância em Saúde e doenças de notificação compulsória.						
9. Indicadores de níveis de saúde da população.						

10. Sistemas de Informação em Saúde.						
11. Notificação de doenças e agravos.						
12. Participação popular e controle social.						
13. Os Conselhos de Saúde.						
14. Noções de planejamento em Saúde.						
15. Os direitos dos usuários.						
16. Humanização no SUS.						
17. Políticas e Programas em Saúde Pública, Licitações e Contratos.						
18. Princípios de Gestão de Materiais e Logística Aplicados.						
19. Sistema de informação e gestão tecnológica.						
20. Gestão de projetos em saúde.						
21. Gestão de custos.						
22. Planejamento Estratégico e Viabilidade de Investimentos em Saúde.						