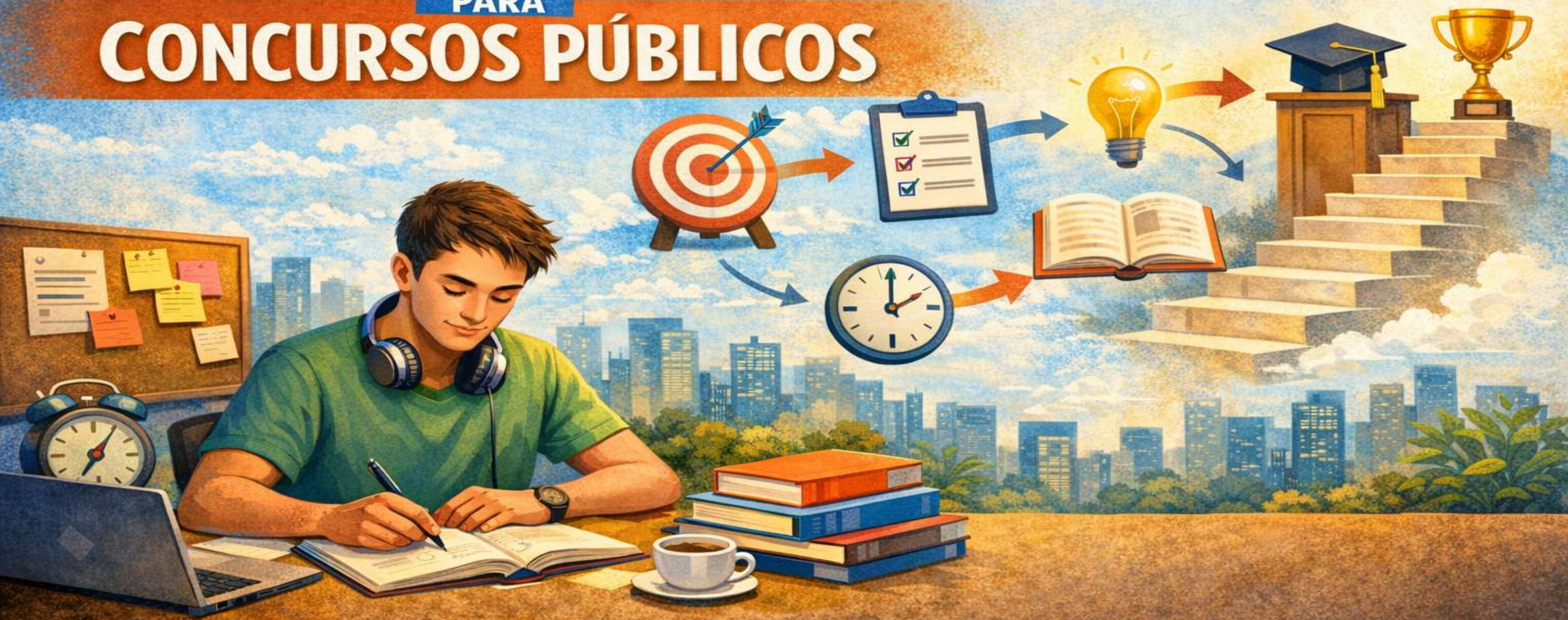


MANUAL ESTRATÉGICO DE AUTOGERENCIAMENTO PARA CONCURSOS PÚBLICOS



A preparação para concursos públicos exige mais do que **dedicação e horas de estudo**. Exige **organização, estratégia e capacidade de conduzir o próprio processo de aprendizagem**.

Este manual foi elaborado a partir de uma **questão central**.

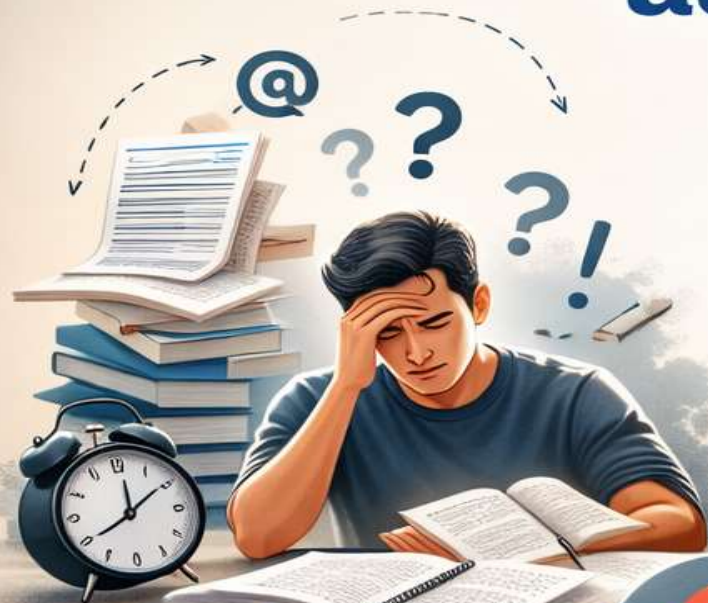




PROBLEMA



De que maneira o **autogerenciamento** pode influenciar o **desempenho** de **candidatos** em concursos públicos?



DESORGANIZAÇÃO



PLANEJAMENTO



FOCO



RESULTADOS



PROPÓSITO

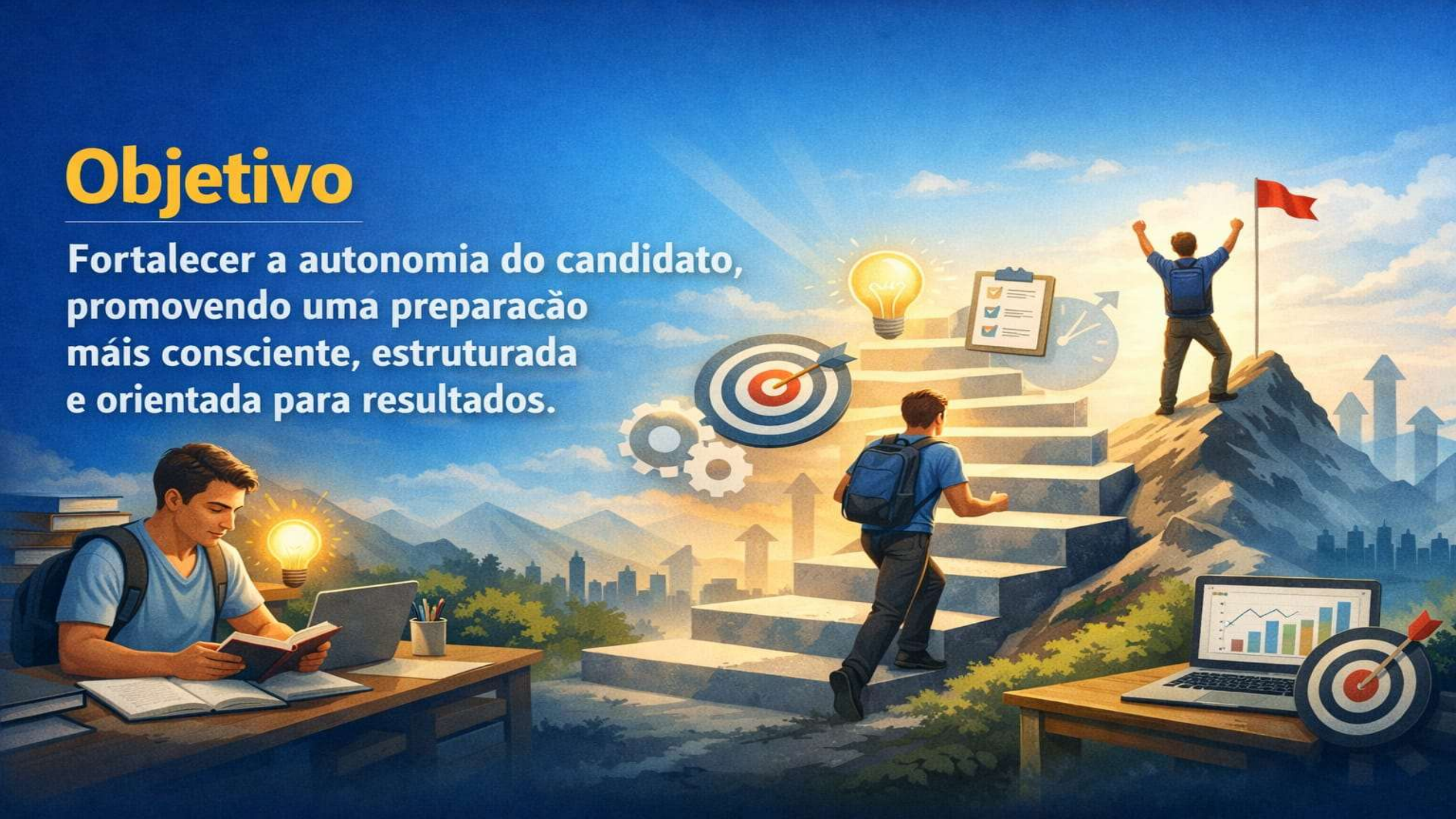
Apresentar um modelo estratégico que **auxilie o candidato a:**

- ✓ Compreender o edital de forma direcionada;
- ✓ Organizar um plano de estudos eficiente;
- ✓ Desenvolver equilíbrio emocional **durante** a preparação;
- ✓ Utilizar a **resolução de problemas** como ferramenta de **melhoria contínua**.



Objetivo

Fortalecer a autonomia do candidato, promovendo uma preparação mais consciente, estruturada e orientada para resultados.



O que é o autogerenciamento?



Autogerenciamento é a habilidade do indivíduo de **planejar, realizar, avaliar e ajustar** o seu próprio processo de aprendizagem e comportamento frente a um **objetivo**. Saber estudar é saber se autogerenciar.

(VELASCO, 2000)

O autogerenciamento se manifesta através de **quatro pilares temáticos** que representam as dimensões desse processo:



(1) Análise e
Interpretação
do Edital



(2) Otimização
do Plano de
Estudos



(3) Domínio
Emocional



(4) Prática de
Resolução de
Problemas.

PILAR 1

INTERPRETAÇÃO E LEITURA DO **EDITAL**

A LEITURA ESTRATÉGICA DO EDITAL
É A BASE DA PREPARAÇÃO!

EDITAL

☒ REGRAS

☒ CONTEÚDOS

☒ PESOS

☒ CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

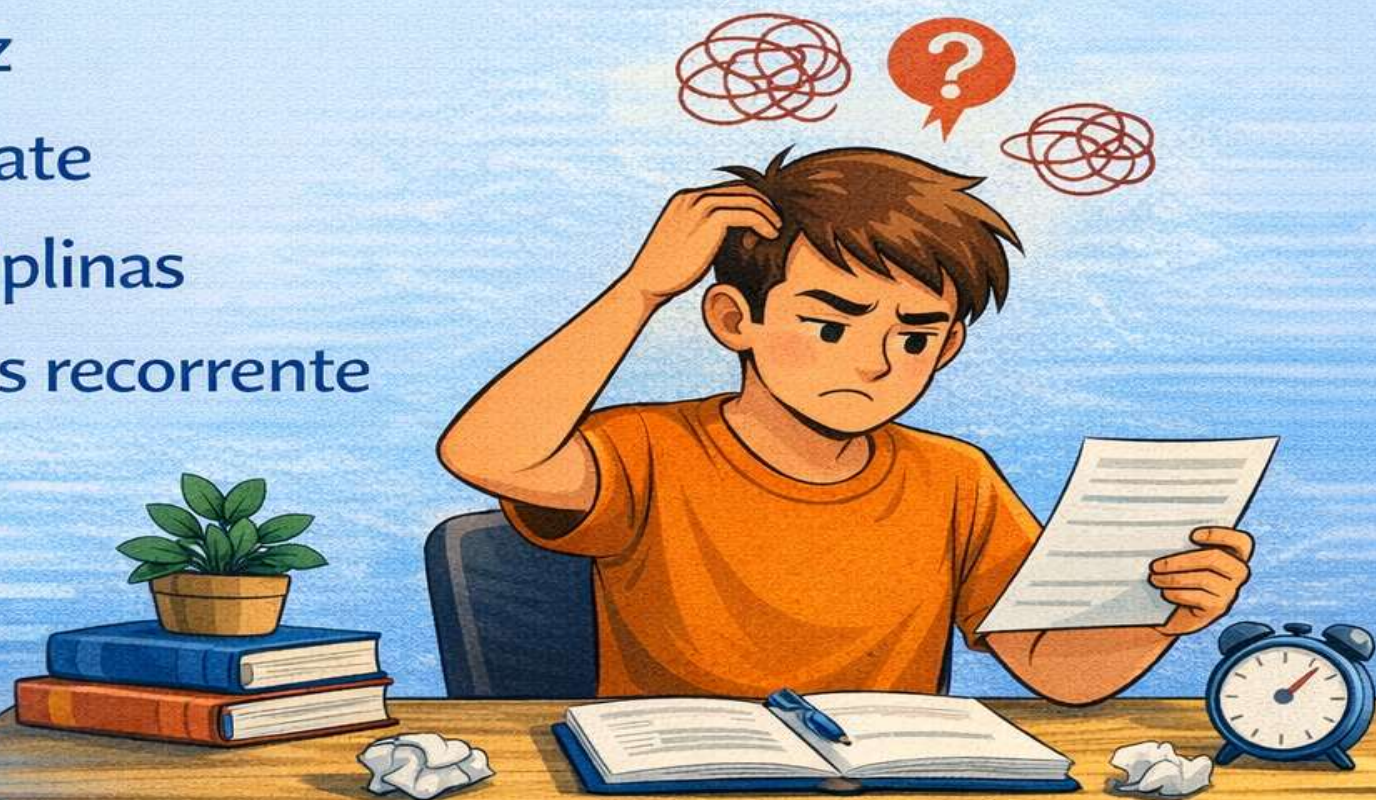
☒ DISCIPLINAS
☒ PONTUAÇÃO
☒ ETAPAS

PLANEJAMENTO

“QUEM NÃO INTERPRETA CORRETAMENTE O EDITAL,
ESTUDA SEM DIREÇÃO.”

Erros comuns

- ✓ Ler o edital apenas uma vez
- ✓ Ignorar critérios de desempate
- ✓ Não observar pesos das disciplinas
- ✓ Não identificar conteúdo mais recorrente



Ideia central

O edital não é um documento burocrático.
É o mapa da sua estratégia.



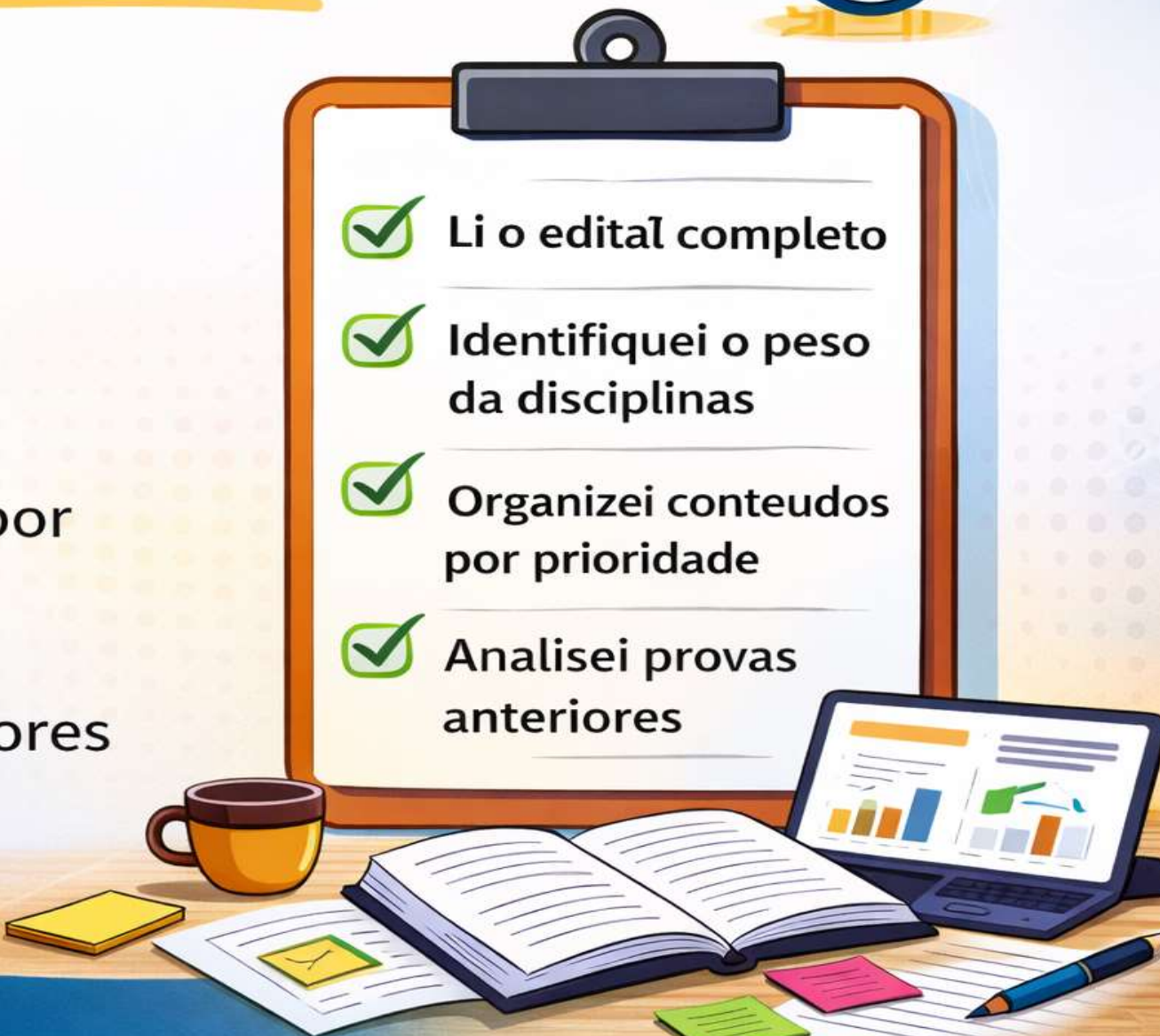
PASSO A PASSO ESTRATÉGICO



CHECKLIST DO PILAR 1



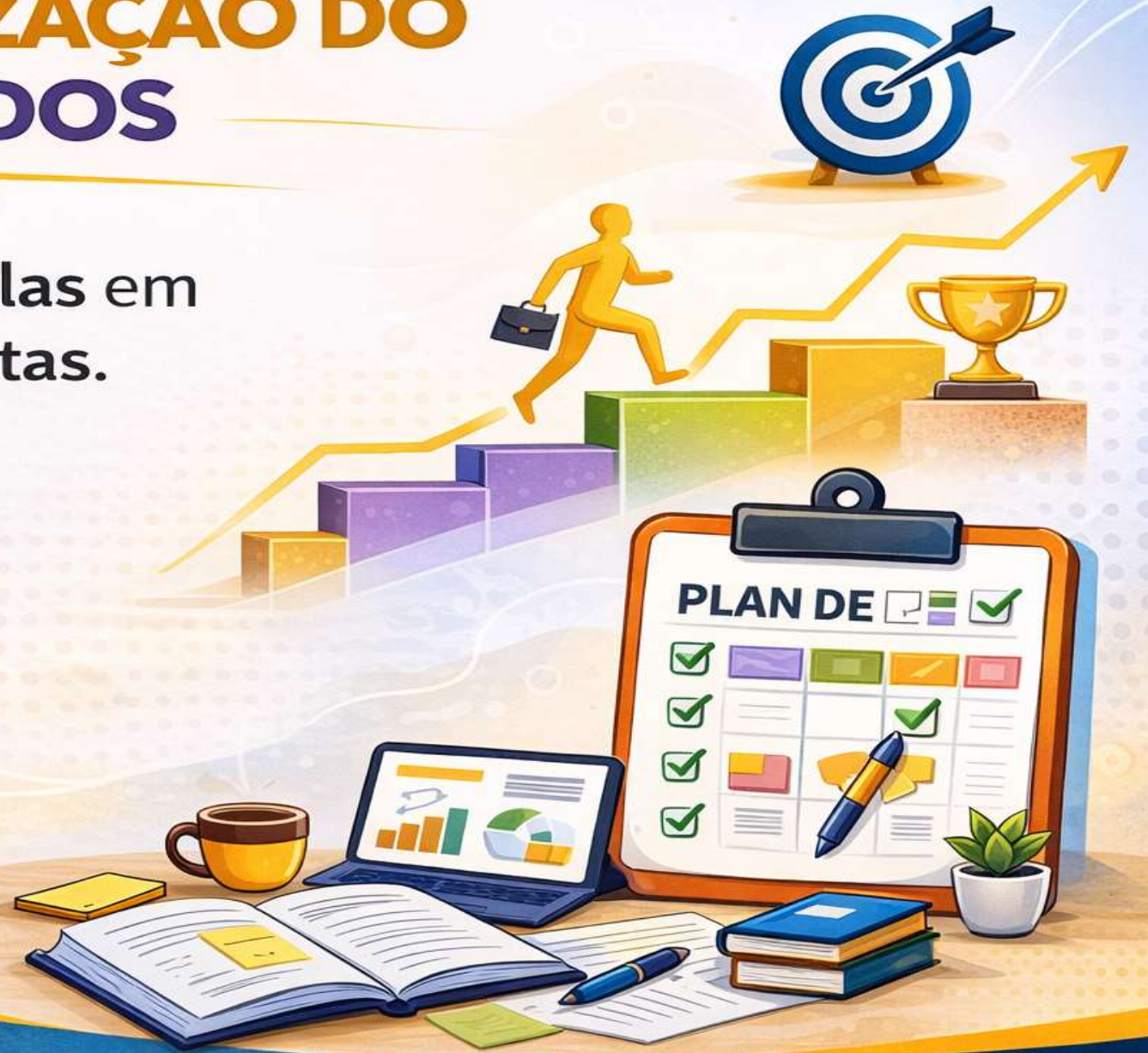
- ☒ Li o edital completo
- ☒ Identifiquei o **peso** da disciplinas
- ☒ **Organizei** conteúdos por prioridade
- ☒ Analisei provas anteriores

- 
- A detailed illustration of a study desk. It features a laptop displaying charts, an open book, a brown mug, a yellow sticky note, a blue pen, and several other colorful sticky notes (pink, green, yellow) scattered around. In the background, a large orange clipboard with a silver clip at the top holds a checklist with five items, each preceded by a green checkmark. The entire scene is set against a light blue and yellow background with a subtle pattern of dots and wavy lines.
- ☒ Li o edital completo
 - ☒ Identifiquei o peso da disciplinas
 - ☒ Organizei conteúdos por prioridade
 - ☒ Analisei provas anteriores

PILAR 2 – OTIMIZAÇÃO DO PLANO DE ESTUDOS

É transformar metas amplas em ações organizadas e realistas.

Estudar muito não significa estudar com estratégia.



Erros comuns

- ☒ Planejamento irreal
- ☒ Falta de revisão
- ☒ Estudar apenas disciplinas preferidas
- ☒ Não monitorar desempenho



Ideia central

Plano de estudo eficiente é **dinâmico**.
Ele deve ser ajustado continuamente.



PASSO A PASSO ESTRATÉGICO





CHECKLIST DO PILAR 2



Tenho metas semanais definidas



Incluo revisão no planejamento



Analiso meus erros



Ajusto o plano de estudo quando necessário

PILAR 3 – DOMÍNIO EMOCIONAL



É a capacidade de manter equilíbrio emocional durante a preparação e **no momento da prova.**

A instabilidade emocional compromete o desempenho cognitivo.



► Desafios comuns



Ansiedade



Procrastinação



**Comparação
excessiva**



**Medo da
reprovação**





Ideia central



**Controle emocional
é habilidade treinável.**





Passo a passo estratégico



1 Técnica de estudo em blocos

2 Registro de metas diárias



3 Redução de estímulos distratores



4 Autoavaliação semanal





Check list do pilar 3

- ☒ Tenho rotina organizada
- ☒ Evito distrações durante o estudo
- ☒ Reconheço meus momentos de baixa produtividade
- ☒ Desenvolvo constância





PILAR 4 – PRÁTICA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

A **Resolução de Problemas**, no contexto da preparação para concursos, não deve ser compreendida apenas como **treinamento mecânico de questões**, mas como um **processo cognitivo estruturado de tomada de decisão, Análise e Autorregulação**.





Erros comuns



Resolver grande volume de questões



Não analisar qualitativamente seus erros



Não identificar padrões de dificuldade



Não ajustar sua estratégia de estudo





Dimensão cognitiva

Ao resolver a questão, o candidato

- ✓ **Interpreta** informações
- ✓ **Seleciona** estratégias
- ✓ **Mobiliza** conhecimentos prévios
- ✓ **Avalia** a adequação da resposta





Passo a passo **estratégico**

1.

Qual **conteúdo** foi exigido?



2.

Onde ocorreu a **dificuldade**?



3.

O erro foi **recorrente**?



4.

O que precisa ser **revisado**?



5.

Em quanto **tempo** resolvi?



Aprender com os **erros** e **ajustar a estratégia!**





Relação com Autogerenciamento

A prática estratégica de resolução de questões envolve:

- ✓ **Planejamento** (antes de resolver)
- ✓ **Monitoramento** (durante a resolução)
- ✓ **Avaliação** (após a resolução)
- ✓ **Ajuste** (reorganização do estudo)





Ideia central

Resolver problemas não é etapa final do estudo.

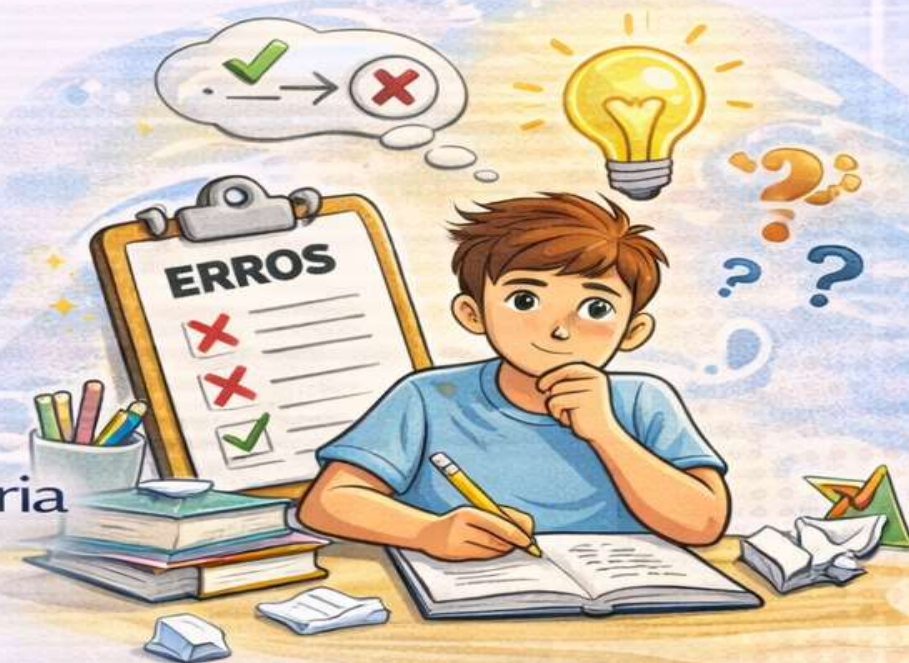
É mecanismo central de regulação da aprendizagem.





Check list do pilar 4

- ☒ Analiso meus erros
- ☒ Registro dificuldades recorrentes
- ☒ Refaço questões erradas
- ☒ Uso erros como estratégia de melhoria



INTEGRAÇÃO DOS PILARES

O Autogerenciamento integra:

- ✓ Edital
- ✓ Planejamento
- ✓ Emoção
- ✓ Resolução de Problemas

✦ A aprovação é produto de método, constância e autorregulação.



REFERÊNCIAS

- **DANTE**, Luiz Roberto. **Formulação e resolução de problemas de matemática:** Teoria e prática. 1. ed. São Paulo: ática, 2009
- **ONUCHIC**, Lourdes de la Rosa. Ensino-aprendizagem de **Matemática** através da resolução de problemas. In: **BICUDO**, M. A. V. (Org.) Pesquisa em Educação Matemática: Concepções e Perspectivas. São Paulo: Editora UNESP, 1999. cap. 12, p.199–218.
- **POLYA**, George. A arte de Resolver Problemas. Tradução de Heitor Lisboa de Araújo. Rio de Janeiro-Rj: Editora Interciência, 2006.
- **POSAMENTIER**, Alfred S., & **KRULIK**, Stephen (2015). Problem-solving strategies in mathematics. Singapura: World Scientific.
- **SOLE**, Isabel. Estratégias de leitura. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- **VELASCO**, Saulo Missiaggia. Autogerenciamento acadêmico: você no controle do seu estudo. EMAP, 2020. Disponível em: <https://www.emap.com.br/wp-content/uploads/2020/06/autogerenciamento-acade%CC82mico.pdf>. Acesso em: 23/08/2025.

Sobre o Autor



Higor Angelo dos Santos é licenciado em Matemática pela Universidade Católica de Goiás e atua há dezoito anos como servidor efetivo do Estado de Mato Grosso.

Ao longo de sua trajetória profissional, lecionou no ensino fundamental, médio, Educação de Jovens e Adultos e **ensino superior**, além de atuar em diferentes funções de gestão escolar, como diretor, assessor pedagógico e coordenador pedagógico – cargo que exerce atualmente.

Sua experiência docente inclui atuação em contextos diversos, incluindo turmas indígenas, o que ampliou sua compreensão sobre os diferentes modos de aprender e os desafios da organização do processo educativo.

Sua pesquisa concentra-se na relação entre autogerenciamento e resolução de problemas, buscando desenvolver modelos estratégicos aplicáveis à preparação para concursos públicos e à melhoria do desempenho acadêmico.