



MINISTÉRIO DA DEFESA
EXÉRCITO BRASILEIRO
DECEX DEPA
COLÉGIO MILITAR DA VILA MILITAR

PLANO DE ESTUDO SEMANAL

Horário	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado	Domingo
	 Horário em que acordo						
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							
23:30							
00:00							

Caro aluno, siga as dicas abaixo:

Preencha o quadro com os seus horários, já estabelecidos, desde a hora que você acorda até a hora de dormir.
Não se esqueça de incluir no plano todas as atividades realizadas durante a semana. (esporte, cursos, refeições, médico etc.) Por último, escolha seu horário de estudo diário.

Assuma esse compromisso consigo mesmo, invista em você!!!