



E-book

Mapa da Aprovação

**Estratégias e Cronograma
de Estudos para
Carreiras Bancárias**

APRESENTAÇÃO



Olá, querido aluno!

Aqui quem fala é Amanda Aires. Estou aqui para ajudá-los nessa jornada da aprovação nos concursos bancários. Para começar, quero me apresentar: Eu sou economista de formação, com mestrado e doutorado na área. Ao longo da minha formação acadêmica, eu me aproximei muito do mercado financeiro, tendo a minha dissertação de mestrado sendo premiada no III Prêmio de Economia Bancária, promovido pela Federação Brasileira de Bancos – Febraban. Além disso, trabalhei por um bom tempo na Agefepe – Agência de Fomento do Estado de Pernambuco e, atualmente, sou Secretária de Estado de Desenvolvimento Profissional e Empreendedorismo do Estado de Pernambuco e tenho Agefepe (agora denominada de AGE) como uma vinculada à minha secretaria. Assim, nunca me afastei do mercado financeiro.

Mas não vim aqui para falar sobre mim, não é mesmo? Vim aqui para conversar com você sobre sua aprovação. Os concursos bancários se fortaleceram ao longo dos anos e estamos aqui com o único compromisso de ajudá-lo nessa operação. Vamos juntos?

SUMÁRIO

ADMINISTRAÇÃO FINANCEIRA E ORÇAMENTÁRIA	5
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	5
INCIDÊNCIA ACUMULADA A CADA AULA	6
TEORIA GERAL DO PROCESSO	7
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	7
INCIDÊNCIA ACUMULADA A CADA AULA	7
DIREITO CONSTITUCIONAL	8
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	8
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	8
DIREITOS HUMANOS E ACESSIBILIDADE	9
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	9
INCIDÊNCIA ACUMULADA A CADA AULA	10
SUSTENTABILIDADE	11
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	11
INCIDÊNCIA ACUMULADA A CADA AULA	12
DIREITO PENAL	13
INCIDÊNCIA DE QUESTÕES POR AULA	13
INCIDÊNCIA ACUMULADA A CADA AULA	14

INTRODUÇÃO

O PRIMEIRO PASSO PARA SUA APROVAÇÃO

Você está prestes a dar um passo importante em direção a uma das conquistas mais transformadoras da sua vida: a aprovação em um concurso público para a área bancária. Este livro foi cuidadosamente elaborado para ser mais do que um simples manual de estudos; ele é um guia estratégico, motivacional e prático que irá acompanhá-lo em cada etapa desta jornada.

Nosso propósito aqui é claro: fornecer todas as ferramentas necessárias para que você não apenas estude, mas estude com eficiência, organização e foco. Sabemos que a preparação para concursos pode parecer, às vezes, um desafio intransponível. Mas acredite, milhares de pessoas já trilharam esse caminho e alcançaram a tão sonhada aprovação – e você também pode.

O setor bancário é conhecido por oferecer estabilidade, benefícios atrativos e oportunidades de crescimento. No entanto, conquistar uma vaga nesse cenário exige muito mais do que apenas dedicação; é preciso estratégia. É exatamente isso que este livro traz para você: o passo a passo de como planejar seus estudos, como superar as dificuldades mais comuns e como transformar cada dia de preparação em um avanço sólido em direção ao seu objetivo.

UMA MENSAGEM DE MOTIVAÇÃO

Pode ser que você já tenha dúvidas, receios ou até mesmo medo de não conseguir. Talvez sinta que não tem tempo suficiente, que está começando tarde demais ou que há pessoas mais preparadas competindo com você. Se esse é o caso, quero que você saiba algo fundamental: você é capaz de superar qualquer obstáculo. A aprovação em um concurso público não é privilégio de gênios ou de quem nunca comete erros. Ela é resultado de **persistência, planejamento e confiança no processo**.

Pense nos desafios como degraus. Cada página estudada, cada questão resolvida e cada revisão feita são passos importantes para chegar ao topo. O segredo está em acreditar no seu potencial e em construir, dia após dia, o caminho para o sucesso. Você não precisa ser perfeito, **só precisa ser consistente**.

POR QUE A PREPARAÇÃO ESTRATÉGICA É ESSENCIAL?

Estudar para concursos bancários não é simplesmente "estudar muito". É sobre estudar certo. Muitos candidatos passam horas e horas mergulhados em materiais e questões, mas acabam desanimando porque não veem progresso. Isso acontece porque falta a eles algo essencial: estratégia.

Com este livro, você aprenderá a organizar seu tempo, priorizar os assuntos mais importantes, utilizar técnicas eficazes de revisão e, acima de tudo, manter a motivação. Aqui, o foco é ensiná-lo a ser mais produtivo sem se sobrecarregar, para que você alcance a tão sonhada aprovação com mais tranquilidade e confiança.

Agora que você já conhece o propósito deste livro, está na hora de começar. Ajuste o foco, respire fundo e lembre-se: você não está sozinho nesta jornada. Com dedicação, estratégia e as ferramentas certas, sua aprovação está ao seu alcance. Vamos juntos transformar esse sonho em realidade!

CAPÍTULO 1: ENTENDENDO O JOGO

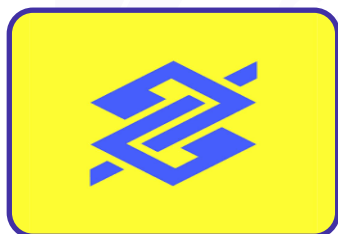
COMO FUNCIONAM OS CONCURSOS BANCÁRIOS?

Se você decidiu ingressar no universo dos concursos bancários, parabéns! Você está mirando um setor que oferece estabilidade, benefícios atrativos e possibilidades de crescimento. No entanto, para conquistar essa vaga, é essencial entender como o "jogo" funciona. Neste capítulo, você aprenderá sobre a estrutura geral dos concursos bancários e as principais bancas organizadoras, conhecendo suas características para se preparar de forma direcionada e eficaz.

ESTRUTURA GERAL DOS CONCURSOS BANCÁRIOS

Os concursos bancários, como os de instituições renomadas (Banco do Brasil, Caixa Econômica Federal, BNDES, entre outros), geralmente seguem um formato padronizado, composto por diferentes etapas. Cada uma dessas etapas é projetada para avaliar não apenas os seus conhecimentos técnicos, mas também sua capacidade de raciocínio, tomada de decisão e resiliência. Antes de analisar as principais fases, é importante lembrar o que já tivemos de concursos nos últimos anos:

Aqui está uma lista dos principais concursos bancários realizados no Brasil entre 2021 e 2024:



Concurso Banco do Brasil 2021 - O Banco do Brasil realizou um concurso em 2021, oferecendo 4.480 vagas para o cargo de Escriturário, subdividido em Agente Comercial e Agente de Tecnologia. A remuneração inicial foi de R\$ 3.022,37, além de benefícios.



Concurso Caixa Econômica Federal 2021 - A Caixa Econômica Federal lançou um edital em 2021 para o cargo de Técnico Bancário Novo, com 1.000 vagas imediatas e 100 para cadastro de reserva. A remuneração inicial foi de R\$ 3.000,00.



Concurso Banco da Amazônia (BASA) 2021 - O Banco da Amazônia realizou um concurso em 2021 para o cargo de Técnico Científico em TI, oferecendo 5 vagas imediatas e 100 para cadastro de reserva. A remuneração inicial foi de R\$ 3.145,79.



Concurso Banrisul 2022 - O Banco do Estado do Rio Grande do Sul (Banrisul) realizou um concurso em 2022 para o cargo de Escriturário, oferecendo 824 vagas. A remuneração inicial foi de R\$ 2.963,01, além de benefícios.



Concurso Banco do Brasil 2023 - Em 2023, o Banco do Brasil ofertou 6.525 vagas para o cargo de Escriturário, nas especialidades de Agente Comercial e Agente de Tecnologia. A remuneração inicial foi de R\$ 3.622,23, além de benefícios.



Concurso Banco do Nordeste (BNB) 2024 - O Banco do Nordeste realizou um concurso em 2024 para o cargo de Analista Bancário, oferecendo 410 vagas imediatas e 300 para cadastro de reserva. A remuneração inicial foi de R\$ 3.788,16.



Em 2024, a Caixa Econômica Federal realizou um concurso público de grande porte, oferecendo 4.050 vagas para cargos de níveis médio e superior. As oportunidades foram distribuídas da seguinte forma: **Técnico Bancário Novo (Tradicional)**: 2.000 vagas; **Técnico Bancário Novo – Tecnologia da Informação (TI)**: 2.000 vagas; **Médico do Trabalho**: 28 vagas; **Engenheiro de Segurança do Trabalho**: 22 vagas. Com salários variando entre R\$ 3.762,00 e R\$ 14.915,00.

Se você observar, entre 2021 e 2024, foram **17.794** vagas nos concursos bancários. São muitas oportunidades para você mudar de vida!

Agora, vamos ver as fases do concurso!

1. PROVAS OBJETIVAS

A prova objetiva é o coração de quase todos os concursos bancários. Nela, você encontrará questões de múltipla escolha que abrangem conteúdos básicos e específicos. A divisão mais comum é:

- **Conhecimentos Básicos:** Incluem disciplinas como Língua Portuguesa, Matemática, Raciocínio Lógico e Atualidades do Mercado Financeiro. Esses tópicos avaliam competências gerais que são fundamentais para o trabalho em qualquer instituição bancária.

- **Conhecimentos Específicos:** Abrangem disciplinas como Conhecimentos Bancários, Matemática Financeira, Vendas e Negociações entre outras. Esses conteúdos são diretamente relacionados à atuação bancária e exigem um estudo mais técnico.

A quantidade de questões e o peso de cada disciplina podem variar de acordo com a instituição e a banca organizadora. Por isso, é **crucial conhecer o edital a fundo**.

2. PROVAS DISCURSIVAS

Nem todos os concursos bancários exigem provas discursivas, mas quando elas estão presentes, costumam ser decisivas. Esse tipo de prova avalia:

- **Clareza na exposição de ideias:** Saber explicar conceitos com objetividade e organização é essencial.
- **Domínio técnico:** As questões podem envolver análises financeiras, legislação bancária ou até soluções para problemas práticos.
- **Uso do idioma:** A linguagem deve ser formal e adequada.

Uma redação ou estudo de caso bem estruturado pode ser o diferencial para sua aprovação.

Cada etapa tem sua importância e deve ser encarada com seriedade.

PRINCIPAIS BANCAS ORGANIZADORAS E SUAS CARACTERÍSTICAS

A escolha da banca organizadora é um dos fatores mais importantes de qualquer concurso. Ela define não apenas o conteúdo das provas, mas também o nível de dificuldade e o estilo das questões. Abaixo, detalhamos as bancas mais frequentes em concursos bancários:

1. FUNDAÇÃO CESGRANRIO

- **Características:**
 - Questões bem elaboradas e diretas.
 - Foco em interpretação de texto, cálculos matemáticos e raciocínio lógico.
 - Em Conhecimentos Bancários, costuma abordar temas atuais do mercado financeiro.
- **Dica de preparação:** Resolva provas anteriores, pois a CESGRANRIO tem um padrão recorrente, especialmente em concursos do Banco do Brasil.

2. FUNDAÇÃO CARLOS CHAGAS (FCC)

- **Características:**
 - Questões mais teóricas e extensas.
 - Forte presença de Direito e interpretação de textos complexos.
 - Em Matemática, prioriza cálculos e situações práticas.
- **Dica de preparação:** Domine o conteúdo teórico e pratique questões que exigem interpretação minuciosa.

3. CEBRASPE (ANTIGO CESPE/UNB)

- **Características:**
 - Provas no estilo “certo ou errado”, com penalização por erros.
 - Exige muita atenção aos detalhes, pois qualquer palavra fora do contexto pode alterar o sentido da questão.
 - Foco em análise crítica e contextualização.
- **Dica de preparação:** Leia cada questão com atenção e evite “chutar” respostas, pois o erro desconta pontos.

4. VUNESP

- **Características:**
 - Questões mais objetivas, com linguagem clara.
 - Forte ênfase em Português e Raciocínio Lógico.
 - Menor complexidade em comparação às bancas anteriores.

Dica de preparação: Ideal para iniciantes. Foque em conceitos básicos e treine resolução rápida.

5. FGV (FUNDAÇÃO GETULIO VARGAS)

- **Características:**
 - Questões longas e contextualizadas, principalmente em Português e Atualidades.
 - Exige boa capacidade de interpretação e aplicação prática de conceitos.
- **Dica de preparação:** Pratique leitura rápida e resolução de questões interpretativas.

O SEGREDO PARA ENTENDER O JOGO

Agora que você conhece a estrutura e os responsáveis pelas provas, um ponto crucial deve ser reforçado: estudar diretamente com base no estilo da banca escolhida é a chave para otimizar seu desempenho. Isso significa resolver provas anteriores, entender como os conteúdos são cobrados e se adaptar ao formato das questões.

Lembre-se: ao compreender como o “jogo” funciona, você estará muitos passos à frente da concorrência. Use essas informações como seu mapa e comece a traçar a melhor rota rumo à aprovação!

CAPÍTULO 2: PLANEJAMENTO DE ESTUDOS VENCEDOR

ESTRATÉGIAS PARA TRANSFORMAR SONHOS EM REALIDADE

Quando o objetivo é passar em um concurso público, especialmente em carreiras bancárias, planejar é tão importante quanto estudar. Sem um plano claro, você corre o risco de gastar tempo e energia em atividades pouco produtivas ou se sentir perdido no meio da jornada. Este capítulo é seu guia para criar um cronograma eficiente, adotar técnicas que potencializam o aprendizado e transformar metas em conquistas diárias.

COMO MONTAR UM CRONOGRAMA EFICIENTE

A base de um planejamento vencedor é um cronograma bem estruturado. Para isso, é necessário dividir seu tempo de forma equilibrada entre teoria, exercícios e revisões. Veja como organizar cada etapa:

1. DIVIDA O TEMPO ENTRE TEORIA, EXERCÍCIOS E REVISÃO

- **Teoria:** Reserve cerca de 50% do seu tempo inicial para estudar o conteúdo teórico, especialmente os tópicos que você ainda não domina.
- **Exercícios:** Dedique 30% do tempo para resolver questões. Isso ajuda a fixar o conteúdo e identificar áreas que precisam de reforço.
- **Revisão:** Use os 20% restantes para revisões regulares, como leitura de resumos, mapas mentais ou releitura de anotações.

2. ORGANIZE AS DISCIPLINAS POR PRIORIDADE

Liste todas as disciplinas do edital e classifique-as em três categorias:

- **Alta prioridade:** Disciplinas com maior peso na prova ou nas quais você tem mais dificuldade.
- **Média prioridade:** Disciplinas de peso intermediário ou que você já tem algum domínio.
- **Baixa prioridade:** Disciplinas com menor peso ou que você já domina bem.

Dedique mais tempo às disciplinas de alta prioridade, mas não negligencie as outras.

3. SEJA REALISTA COM SEU TEMPO DISPONÍVEL

Calcule o tempo real que você pode dedicar ao estudo. Não adianta planejar 8 horas de estudo diárias se sua rotina só permite 4. O importante é ter consistência, mesmo que o tempo seja limitado.

TÉCNICA DO CICLO DE ESTUDOS PARA MAXIMIZAR O TEMPO DISPONÍVEL

O ciclo de estudos é uma técnica eficiente para organizar sua rotina sem perder o ritmo. Em vez de estudar cada disciplina até "esgotá-la", você alterna entre elas em um ciclo contínuo.

COMO FUNCIONA O CICLO DE ESTUDOS?

1. **Crie uma lista de disciplinas:** Inclua todas as matérias do edital.
2. **Defina o tempo de estudo para cada disciplina:** Por exemplo, 2 horas para Português, 1 hora para Matemática, 1 hora para Conhecimentos Bancários, etc.
3. **Estude em blocos de tempo:** Comece pela primeira disciplina, siga para a próxima, e assim por diante. Quando terminar a última, recomece o ciclo.
4. **Adapte conforme necessário:** Se perceber dificuldade em uma disciplina, aumente o tempo dedicado a ela no ciclo seguinte.

VANTAGENS DO CICLO DE ESTUDOS

- Evita a monotonia, já que você alterna as matérias.
- Garante que todas as disciplinas sejam estudadas com frequência.
- Facilita a adaptação quando surgem imprevistos na rotina.

SEU MAPA DA APROVAÇÃO: MONTE SEU PLANO PERSONALIZADO

Depois de conhecer estratégias de estudo, técnicas de organização e métodos para manter o equilíbrio emocional, é hora de personalizar tudo isso de acordo com suas necessidades. Cada candidato tem uma rotina, pontos fortes e desafios específicos. Neste capítulo, você aprenderá como adaptar as estratégias apresentadas, organizar um plano personalizado e dar os primeiros passos rumo à aprovação com um *checklist* prático e um cronograma semanal detalhado.

COMO ADAPTAR AS ESTRATÉGIAS APRESENTADAS ÀS SUAS NECESSIDADES

Nenhum plano de estudos é "tamanho único". A eficácia da sua preparação dependerá da personalização do planejamento. Aqui estão os passos para adaptar as estratégias:

1. Avalie Sua Disponibilidade de Tempo

- **Quanto tempo você pode estudar por dia?** Se você tem apenas 2 horas, precisará priorizar as disciplinas de maior peso e seus pontos fracos.
- **Dias disponíveis:** Reserve dias para estudo intenso e outros para revisões mais leves ou pausas.

2. Identifique Seus Pontos Fortes e Fracos

- Faça um diagnóstico inicial resolvendo questões de todas as disciplinas.
- Você já classificou as matérias por nível e categoria. Agora está na hora de usar isso!

3. Adapte as Técnicas ao Seu Estilo de Aprendizagem

- Se você aprende melhor com imagens, invista em mapas mentais.
- Se prefere leitura, foque em resumos e fichas de revisão.
- Experimente técnicas e ajuste conforme o que funcionar melhor para você.

4. Planeje Reforços e Revisões

- Reserve mais tempo para revisar os conteúdos em que você teve mais erros.
- Use a técnica de revisão espaçada para reforçar o aprendizado de longo prazo.

CHECKLIST DE AÇÕES PARA COMEÇAR IMEDIATAMENTE

Aqui está uma lista prática para organizar sua rotina de estudos:

1. Estude o Edital do Concurso:

- ☒ Leia com atenção todos os tópicos cobrados.
- ☒ Marque as disciplinas de maior peso e destaque.

2. Organize Seu Material de Estudo:

- ☒ Separe apostilas, livros, simulados e recursos complementares (sites, vídeos, etc.).

3. Monte Seu Cronograma:

- ☒ Divida o tempo disponível entre teoria, exercícios e revisão.

4. Crie Ferramentas de Apoio:

- ☒ Prepare resumos, mapas mentais ou fichas de revisão para cada disciplina.

5. Resolva Questões:

- ☒ Comece resolvendo questões básicas para se familiarizar com os conteúdos.

6. Reserve Tempo para Simulados:

- ☒ Inclua simulados no cronograma desde o início e aumente a frequência ao longo da preparação.

7. Cuide do Equilíbrio:

- ☒ Inclua pausas, exercícios físicos e momentos de lazer na rotina.

8. Monitore Seu Progresso:

- ☒ Acompanhe seu desempenho nas questões e revise os erros regularmente.

A IMPORTÂNCIA DE METAS DIÁRIAS, SEMANAIS E MENSAIS

Definir metas claras é um dos segredos para manter o foco e o progresso constante.

1. METAS DIÁRIAS

- Estabeleça tarefas específicas, como "Estudar 2 horas de Conhecimentos Bancários", "Resolver 20 questões de Matemática", ou "Revisar os mapas mentais de Português".
- Mantenha as metas realistas para evitar frustração.

2. METAS SEMANAIS

- Avalie o que foi realizado na semana e ajuste as metas para a próxima. Por exemplo: "Completar 50% do conteúdo de conhecimentos bancários" ou "Fazer dois simulados completos".
- Use esses ajustes para reforçar disciplinas ou temas com baixo desempenho.

3. METAS MENSAIS

- Revise o planejamento geral e avalie seu progresso.
- Inclua metas mais amplas, como "Terminar a teoria de todas as disciplinas" ou "Aumentar meu acerto em simulados para 70%".

EXEMPLO DE CRONOGRAMA PARA UMA JORNADA DE 6 MESES

MÊS 1 E 2: FUNDAMENTOS E TEORIA

- **Meta:** Cobrir 70% do conteúdo teórico.
- **Cronograma semanal:**
 - 4 dias para teoria.
 - 2 dias para exercícios.
 - 1 dia para revisão.
- **Atividades complementares:** Fazer resumos, criar mapas mentais e resolver questões básicas.

MÊS 3 E 4: CONSOLIDANDO O CONHECIMENTO

- **Meta:** Finalizar a teoria e aumentar o foco em exercícios.
- **Cronograma semanal:**
 - 3 dias para teoria.
 - 3 dias para exercícios.
 - 1 dia para revisão.
- **Atividades complementares:** Resolver questões de provas anteriores e realizar simulados parciais.

MÊS 5 E 6: SIMULADOS E REVISÃO INTENSA

- **Meta:** Alcançar 80% de acertos nos simulados.
- **Cronograma semanal:**
 - 2 dias para revisão.
 - 4 dias para simulados e análise de erros.
 - 1 dia para reforçar conteúdos com maior dificuldade.
- **Atividades complementares:** Revisar pontos fracos identificados nos simulados.

COLOCANDO A MÃO NA MASSA: UM EXEMPLO DE PLANO DE ESTUDOS PARA O BANCO DO BRASIL:

Com base na pontuação e no número de questões de cada disciplina, podemos priorizar o estudo das matérias mais relevantes, sem negligenciar as menos pontuadas. Aqui está um cronograma detalhado para uma jornada de **6 semanas**, com estudo **5 dias por semana** (ideal para quem pode estudar cerca de **3 a 4 horas por dia**):

DISTRIBUIÇÃO DO PESO TOTAL

- **Língua Portuguesa:** 10 x 1,5 = 15 pontos
- **Língua Inglesa:** 5 x 1,0 = 5 pontos
- **Matemática:** 5 x 1,5 = 7,5 pontos
- **Atualidades do Mercado Financeiro:** 5 x 1,0 = 5 pontos
- **Matemática Financeira:** 5 x 1,5 = 7,5 pontos
- **Conhecimentos Bancários:** 10 x 1,5 = 15 pontos
- **Conhecimentos de Informática:** 15 x 1,5 = 22,5 pontos
- **Vendas e Negociação:** 15 x 1,5 = 22,5 pontos

Total de Pontos: 100

Com base na pontuação e relevância, disciplinas como **Informática** e **Vendas e Negociação** terão maior peso no cronograma, seguidas por **Língua Portuguesa** e **Conhecimentos Bancários**.

CRONOGRAMA DE ESTUDOS - 6 SEMANAS

SEMANA 1 E 2: FUNDAMENTOS TEÓRICOS

- **Foco:** Compreender os conceitos básicos e revisar conteúdos prioritários.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Língua Portuguesa (1h30min) + Matemática (1h30min)	3h
Terça	Informática (2h) + Atualidades (1h)	3h
Quarta	Vendas e Negociação (2h) + Língua Inglesa (1h)	3h
Quinta	Conhecimentos Bancários (2h) + Matemática Financeira (1h)	3h
Sexta	Simulado parcial com questões teóricas	3h

SEMANA 3 E 4: CONSOLIDAÇÃO COM EXERCÍCIOS

- **Foco:** Resolver questões e começar simulados temáticos.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Língua Portuguesa (1h) + Matemática (1h) + Informática (1h)	3h
Terça	Atualidades (1h) + Matemática Financeira (1h) + Conhecimentos Bancários (1h)	3h
Quarta	Vendas e Negociação (2h) + Língua Inglesa (1h)	3h
Quinta	Revisão e questões de Informática (2h) + Simulado específico (1h)	3h
Sexta	Revisão geral: análise de erros em questões resolvidas	3h

SEMANA 5 E 6: SIMULADOS E REVISÃO INTENSA

- **Foco:** Realizar simulados completos e reforçar pontos fracos.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Simulado parcial (2h) + Revisão (1h)	3h
Terça	Reforço em Vendas e Negociação (2h) + Atualidades (1h)	3h
Quarta	Reforço em Informática (2h) + Matemática Financeira (1h)	3h
Quinta	Revisão de Língua Portuguesa (1h) + Conhecimentos Bancários (2h)	3h
Sexta	Simulado final (3h) + Análise de erros	3h

Dicas Complementares

- **Simulados:** Faça pelo menos dois simulados completos por semana nas últimas três semanas. Isso ajuda na gestão do tempo e identifica áreas que precisam de atenção.
- **Revisão Periódica:** Reserve o último dia de cada semana para revisar conteúdos estudados.
- **Técnicas de Memorização:** Utilize mapas mentais e resumos para as disciplinas teóricas (Atualidades, Conhecimentos Bancários e Vendas e Negociação).
- **Prática de Questões:** Resolva questões específicas para cada disciplina, focando em bancas organizadoras relevantes, como CESGRANRIO ou FCC.

Com este cronograma, você conseguirá ter uma visão geral de todo o conteúdo, priorizar as disciplinas de maior peso e treinar para a prova de forma consistente. Vencidas essas primeiras 6 semanas, você está pronto para aprofundar os estudos. 🚀

CRONOGRAMA DE ESTUDOS PARA 6 MESES

O cronograma abaixo foi desenvolvido considerando uma jornada de **6 meses** de preparação, com foco em todas as disciplinas do concurso mencionado. A proposta é equilibrar o estudo teórico, a resolução de questões e as revisões ao longo do período.

ESTRUTURA SEMANAL

- **Dias de Estudo:** 5 dias por semana (segunda a sexta).
- **Tempo de Estudo por Dia:** 3 a 4 horas.
- **Metodologia:** Divisão entre teoria, exercícios e revisão.

MESES 1 E 2: FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Objetivo: Construir a base teórica em todas as disciplinas e iniciar a prática de questões simples.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Língua Portuguesa (1h) + Matemática (1h) + Informática (1h)	3h
Terça	Vendas e Negociação (1h30min) + Atualidades (1h)	2h30min
Quarta	Matemática Financeira (1h) + Conhecimentos Bancários (1h30min)	2h30min
Quinta	Língua Inglesa (1h) + Informática (1h30min)	2h30min
Sexta	Revisão da semana (2h) + Questões de todas as disciplinas (1h)	3h

Dicas:

- Faça resumos e mapas mentais para cada tópico estudado.
- Resolva pelo menos 10 questões por disciplina durante a semana.

MESES 3 E 4: CONSOLIDAÇÃO E PRÁTICA

Objetivo: Avançar para questões intermediárias e realizar simulados temáticos.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Conhecimentos Bancários (1h30min) + Informática (1h30min)	3h
Terça	Língua Portuguesa (1h) + Matemática Financeira (1h) + Atualidades (1h)	3h
Quarta	Vendas e Negociação (1h30min) + Matemática (1h30min)	3h
Quinta	Língua Inglesa (1h) + Revisão e questões (2h)	3h
Sexta	Simulado parcial (2h) + Análise de erros (1h)	3h

Dicas:

- Priorize as disciplinas em que você identificou maior dificuldade nos simulados.
- Amplie o número de questões para pelo menos 20 por disciplina por semana.

MESES 5 E 6: SIMULADOS E REVISÃO INTENSA

Objetivo: Realizar simulados completos semanalmente, revisar conteúdos e reforçar pontos fracos.

Dia	Disciplinas	Horas de Estudo
Segunda	Simulado parciais (2h) + Revisão dos erros (1h)	3h
Terça	Conhecimentos Bancários (1h) + Vendas e Negociação (1h30min) + Atualidades (30min)	3h
Quarta	Língua Portuguesa (1h) + Matemática (1h) + Informática (1h)	3h
Quinta	Matemática Financeira (1h) + Revisão geral de mapas mentais (2h)	3h
Sexta	Simulado temático de disciplinas prioritárias (2h) + Correção e ajustes (1h)	3h
Sábado ou domingo	Simulado completo (5h) → Aqui fazer já considerando as discursivas	5h

Dicas:

- Realize ao menos **2 simulados por semana**.
- Utilize os erros dos simulados como base para reforçar os pontos fracos.
- Faça revisões rápidas (30 minutos) dos resumos diariamente.

Dicas Finais

1. **Simulados Semanais:** A partir do mês 3, os simulados devem ser uma prioridade.
2. **Revisão Espacial:** Revise conteúdos de forma espaçada, revisitando temas já estudados nos meses anteriores.
3. **Acompanhamento de Progresso:** Mantenha um controle semanal de acertos nas questões, buscando evoluir o desempenho.

Este cronograma garante que você cubra todo o edital, com tempo suficiente para reforçar suas fraquezas e consolidar os pontos fortes antes da prova. 🚀

CONCLUSÃO DO CAPÍTULO

Planejar seus estudos não é apenas sobre organizar horários; é sobre criar um sistema que funcione para você e permita um progresso constante. Com um cronograma eficiente, metas bem definidas e a técnica do ciclo de estudos, você terá em mãos as ferramentas para transformar o sonho da aprovação em realidade. Agora, basta colocar essas estratégias em prática e manter a consistência!

CAPÍTULO 3: TÉCNICAS DE ESTUDO PARA CONCURSOS BANCÁRIOS

APRENDA MAIS E MELHOR

Estudar para um concurso bancário exige mais do que dedicação; exige estratégia. Para se destacar em meio a tantos candidatos, é crucial adotar métodos que otimizem o aprendizado, identifiquem pontos fracos e garantam a retenção do conteúdo até o dia da prova. Neste capítulo, você conhecerá técnicas práticas e eficazes para aprender mais e melhor, potencializando sua preparação.

RESUMOS, MAPAS MENTAIS E FICHAS DE REVISÃO

Uma das formas mais eficientes de fixar o conteúdo é transformar o material estudado em ferramentas visuais e objetivas. Cada técnica tem suas vantagens, e você pode adaptá-las às suas necessidades.

RESUMOS

Os resumos são úteis para consolidar o que você aprendeu e criar um material personalizado de revisão.

- **Como fazer:**
 1. Leia o conteúdo atentamente e identifique os pontos principais.
 2. Escreva com suas próprias palavras, focando nos conceitos-chave e nos tópicos mais cobrados.
 3. Use uma linguagem clara e objetiva.
- **Vantagem:** Ideal para revisões rápidas antes de simulados e provas.

MAPAS MENTAIS

Mapas mentais são representações gráficas que conectam informações de forma hierárquica.

- **Como criar:**
 1. Escolha um tema central e escreva no meio da folha.
 2. Adicione ramificações para subtemas e conceitos relacionados.
 3. Use palavras-chave, cores e símbolos para facilitar a memorização.
- **Vantagem:** Ótimos para disciplinas extensas, como Conhecimentos Bancários, pois ajudam a visualizar o todo.

FICHAS DE REVISÃO

Fichas de revisão são perfeitas para revisar tópicos específicos.

- **Como criar:**
 1. Use fichas pequenas e anote de forma resumida os pontos principais de cada assunto.
 2. De um lado, escreva uma pergunta ou palavra-chave; do outro, o conteúdo correspondente.
- **Vantagem:** São práticas, portáteis e podem ser usadas para revisões rápidas em qualquer lugar.

COMO RESOLVER QUESTÕES PARA IDENTIFICAR PONTOS FRACOS

Resolver questões não é apenas uma forma de treinar para a prova; é uma ferramenta essencial para diagnosticar suas dificuldades.

PASSO A PASSO PARA RESOLVER QUESTÕES DE FORMA ESTRATÉGICA

1. **Escolha questões por tema:** Inicie por assuntos que você acabou de estudar.
2. **Resolva com atenção:** Simule as condições da prova, respeitando o tempo e evitando consultar materiais.
3. **Analise os erros:** Após corrigir, identifique por que errou – foi falta de atenção, desconhecimento do tema ou interpretação equivocada?
4. **Registre os erros:** Anote os tópicos em que errou para focar nos estudos futuros.
5. **Refaça as questões:** Após revisar o conteúdo, tente resolver as mesmas questões.

VANTAGEM:

- Ajuda a priorizar os tópicos que mais precisam de reforço.
- Permite familiaridade com o estilo das questões e a linguagem das bancas organizadoras.

ESTRATÉGIAS DE REVISÃO: REVISÃO ESPAÇADA, SIMULAÇÕES E ESTUDOS FOCADOS EM ERROS

Revisar é tão importante quanto estudar. A retenção do conteúdo depende de revisões planejadas e estratégicas.

REVISÃO ESPAÇADA

A revisão espaçada é baseada no princípio de que revisitar o conteúdo em intervalos crescentes melhora a memorização.

- **Como aplicar:**
 1. Revise o conteúdo 24 horas após estudá-lo pela primeira vez.
 2. Faça uma nova revisão após 7 dias.
 3. Realize uma terceira revisão após 30 dias.
- **Vantagem:** Garante que o conteúdo seja mantido na memória de longo prazo.

SIMULAÇÕES

Os simulados são a melhor forma de avaliar seu desempenho geral.

- **Como realizar:**
 1. Faça simulados completos uma vez por semana nos dois últimos meses.
 2. Reproduza as condições reais da prova (tempo, local silencioso e sem consulta).
 3. Analise o desempenho, anotando os erros e temas que precisam de reforço.
- **Vantagem:** Ajuda na gestão do tempo e na identificação de lacunas no conhecimento.

ESTUDOS FOCADOS EM ERROS

Após cada revisão ou simulado, dedique um tempo especial para revisar os tópicos em que você teve mais dificuldade.

- **Como fazer:**
 1. Liste os erros em um caderno ou planilha.
 2. Estude novamente os tópicos correspondentes.
 3. Resolva questões adicionais sobre esses assuntos.
- **Vantagem:** Ajuda a eliminar os pontos fracos de forma eficiente.

ACOMPANHAMENTO DAS NOVIDADES NO MERCADO BANCÁRIO

A área bancária está em constante transformação, com novas tecnologias, regulamentações e produtos financeiros sendo introduzidos regularmente. Estar atualizado com essas mudanças pode ser um diferencial na prova, especialmente em disciplinas como Atualidades do Mercado Financeiro e Conhecimentos Bancários.

COMO ACOMPANHAR AS NOVIDADES

1. **Leia jornais e sites confiáveis:** Acompanhe veículos como Valor Econômico, Folha de S. Paulo, ou portais específicos sobre finanças.
2. **Use aplicativos e newsletters:** Inscreva-se em boletins informativos sobre economia e mercado financeiro.
3. **Siga órgãos oficiais:** Acompanhe o Banco Central, CVM, Febraban e outras instituições nas redes sociais.
4. **Participe de fóruns e grupos de estudo:** Trocar informações com outros candidatos pode ser enriquecedor.

DICA PRÁTICA:

Crie um resumo semanal com as principais notícias e tendências do mercado. Use essas anotações para revisar antes da prova.

CONCLUSÃO DO CAPÍTULO

Aprender mais e melhor não depende apenas do tempo que você dedica aos estudos, mas de como você utiliza esse tempo. Com técnicas eficazes como resumos, mapas mentais, resolução de questões e estratégias de revisão, você pode otimizar sua preparação. Além disso, manter-se atualizado sobre o mercado bancário é um diferencial importante. Com essas ferramentas, você estará cada vez mais próximo da aprovação.

CAPÍTULO 4: GESTÃO EMOCIONAL E MOTIVAÇÃO

MANTENHA A CABEÇA NO LUGAR

A jornada para aprovação em um concurso bancário é longa e, muitas vezes, desafiadora. Não é incomum que candidatos enfrentem ansiedade, desânimo ou até mesmo momentos de dúvida sobre sua capacidade de alcançar o objetivo. Neste capítulo, vamos abordar estratégias para manter o equilíbrio emocional, técnicas práticas para reduzir o estresse e histórias inspiradoras de quem superou dificuldades e conquistou a aprovação.

COMO LIDAR COM A ANSIEDADE E O DESÂNIMO

A ansiedade e o desânimo são desafios comuns durante a preparação, mas podem ser gerenciados com estratégias adequadas.

1. Reconheça Suas Emoções

- É normal sentir-se ansioso ou desanimado em alguns momentos. O primeiro passo é aceitar esses sentimentos sem se culpar.
- Lembre-se de que eles fazem parte do processo e que outros candidatos também passam por isso.

2. Estabeleça Rotinas Sólidas

- Ter uma rotina ajuda a reduzir a incerteza, que é uma grande causa de ansiedade.
- Inclua horários fixos para estudar, descansar e praticar atividades prazerosas.

3. Divida Seu Objetivo em Metas Menores

- Grandes metas podem parecer intimidantes, mas quando divididas em etapas menores, tornam-se mais alcançáveis.

- Por exemplo: em vez de pensar em “passar no concurso”, foque em completar as tarefas do dia ou da semana.

4. Evite Comparações

- Cada pessoa tem seu ritmo e sua jornada. Comparar-se a outros candidatos pode aumentar o estresse e diminuir sua autoconfiança.
- Foque no seu progresso e celebre suas conquistas, por menores que sejam.

5. Cuide do Corpo e da Mente

- Pratique exercícios físicos regularmente, mesmo que seja uma caminhada de 20 minutos.
- Mantenha uma alimentação equilibrada e durma o suficiente. O corpo bem cuidado ajuda a mente a funcionar melhor.

TÉCNICAS PRÁTICAS DE RELAXAMENTO E FOCO

Momentos de estresse são inevitáveis, mas técnicas práticas podem ajudá-lo a manter o foco e a calma.

1. *Mindfulness* (Atenção Plena)

Mindfulness é a prática de estar totalmente presente no momento, sem julgamentos.

- **Como praticar:**
 1. Sente-se em um lugar tranquilo.
 2. Feche os olhos e concentre-se na sua respiração. Inspire profundamente pelo nariz, segure por alguns segundos e expire pela boca.
 3. Se sua mente divagar, gentilmente volte o foco para a respiração.
- **Benefícios:** Reduz a ansiedade, melhora o foco e aumenta a sensação de bem-estar.

2. Técnica de Respiração 4-7-8

Essa técnica ajuda a acalmar rapidamente o sistema nervoso.

- **Como praticar:**
 1. Inspire pelo nariz contando até 4.
 2. Segure a respiração contando até 7.
 3. Expire pela boca contando até 8.
- **Benefícios:** Relaxa o corpo e diminui os níveis de estresse.

3. Pausas Ativas

Durante o estudo, faça pausas curtas para se movimentar ou realizar alongamentos.

- Levante-se, alongue os braços e as pernas, ou faça alguns agachamentos leves.
- Essas pausas ajudam a relaxar a mente e aumentam a produtividade.

CONCLUSÃO DO CAPÍTULO

A gestão emocional é tão importante quanto o estudo em si. Saber lidar com os altos e baixos, adotar técnicas de relaxamento e encontrar inspiração em histórias de superação são ferramentas que mantêm sua motivação e equilíbrio ao longo da jornada.

Lembre-se: você não está sozinho, e cada passo dado o aproxima do objetivo. O caminho pode ser desafiador, mas a recompensa vale cada esforço. Mantenha a cabeça no lugar, e você estará pronto para conquistar sua aprovação! 🚀

CONCLUSÃO

A JORNADA COMEÇA AGORA

Você chegou até aqui, e isso já é um grande passo. A decisão de estudar para um concurso bancário, investir tempo e esforço em sua preparação e buscar conhecimento já o coloca à frente de muitos. Agora, é hora de dar o próximo passo: transformar todo o aprendizado deste livro em ação.

A aprovação que você tanto deseja não é um sonho distante, mas um objetivo absolutamente possível. Ela não pertence apenas aos mais inteligentes ou aos que têm mais tempo, mas sim àqueles que persistem. A jornada não será fácil – haverá dias de cansaço, momentos de dúvida e até tropeços pelo caminho. Mas lembre-se: cada página estudada, cada questão resolvida e cada simulado feito o aproximam do seu objetivo.

Você tem o que é preciso. A capacidade de alcançar seu propósito está dentro de você. Sua dedicação, sua força de vontade e sua coragem para enfrentar os desafios são os pilares que sustentarão essa conquista. Não se preocupe com a perfeição; preocupe-se em continuar. Mesmo um pequeno avanço é um passo à frente.

Pense em todos os motivos que o trouxeram até aqui. Talvez seja a busca por estabilidade, um desejo de mudar de vida ou até mesmo o orgulho de mostrar a você mesmo que é capaz. Essas razões são o combustível para seguir em frente, mesmo quando o caminho parecer difícil.

Confie no processo. O caminho pode parecer longo, mas cada etapa importa. Confie no planejamento que você construiu, nas estratégias que aprendeu e no esforço diário que você está dedicando. Grandes conquistas são feitas de pequenos avanços consistentes.

Agora, é com você. Pegue seu cronograma, organize seu material, ajuste seu foco e comece. Não deixe o medo paralisá-lo nem a procrastinação o atrasar. Você é capaz de alcançar mais do que imagina, e o momento para começar é agora.

Lembre-se: cada aprovado que você admira já esteve exatamente onde você está agora – no começo da jornada. A diferença é que eles persistiram. E você pode fazer o mesmo.

Acredite no seu potencial. Este é o seu momento. Sua vaga está esperando por você. E quando você finalmente alcançar sua aprovação, vai olhar para trás com orgulho e perceber que todo o esforço valeu a pena.

A jornada começa agora. Vá e conquiste o que é seu! 🚀

APÊNDICES E RECURSOS ADICIONAIS

Os apêndices e recursos adicionais deste livro foram pensados para complementar sua preparação, oferecendo ferramentas práticas e inspiradoras. Aqui você encontrará sugestões de materiais de estudo confiáveis e uma seleção de frases motivacionais para manter seu foco e determinação ao longo da jornada.

LISTA DE RECURSOS

Para complementar seus estudos, aqui está uma seleção de livros, sites e plataformas confiáveis:

SITES E PORTAIS

1. **Estratégia Concursos** (www.estrategiaconcursos.com.br): Oferece simulados, aulas e materiais atualizados. O site que mais aprova no Brasil.
2. Aplicativos Úteis
3. **Anki**: Ideal para criar fichas de revisão e usar a técnica de revisão espaçada.
4. **Focus To-Do**: Um gerenciador de tempo baseado na técnica Pomodoro.
5. **Trello**: Útil para organizar cronogramas e tarefas de estudo.

FRASES MOTIVACIONAIS

Manter-se motivado é essencial durante toda a preparação. Aqui estão algumas frases inspiradoras para acompanhá-lo nos momentos desafiadores:

1. **"O sucesso é a soma de pequenos esforços repetidos dia após dia."** – Robert Collier
2. **"Você é mais forte do que imagina. Continue, porque a vitória está mais perto do que parece."**
3. **"Não é sobre vencer os outros; é sobre vencer a si mesmo."**
4. **"Grandes conquistas exigem tempo, mas cada pequeno avanço vale a pena."**
5. **"Sonhe grande, comece pequeno, mas, acima de tudo, comece agora."** – Simon Sinek
6. **"Se você cansar, aprenda a descansar, não a desistir."**
7. **"No meio da dificuldade encontra-se a oportunidade."** – Albert Einstein
8. **"Sua aprovação não é uma questão de sorte, mas de persistência."**
9. **"Os obstáculos existem para serem superados. Cada um deles te deixa mais forte."**
10. **"Lembre-se: cada questão respondida, cada página estudada te aproxima do seu objetivo."**

CONCLUSÃO DOS APÊNDICES

Os recursos apresentados neste apêndice são ferramentas valiosas para acompanhá-lo na jornada de estudos. Use os simulados para treinar, os materiais recomendados para aprofundar o conhecimento e as frases motivacionais para alimentar sua determinação.

Lembre-se: o sucesso é construído com dedicação, estratégia e um passo de cada vez. Continue firme em sua preparação e confie que, com esforço constante, a sua vaga está ao seu alcance!

Estude com quem mais aprova na Área Bancária!

Agora que você decidiu que quer se preparar para as carreiras bancárias, chegou o momento de tomar a decisão que será decisiva para o seu sucesso: **a escolha do material de estudo!**

Hoje em dia, para se destacar da multidão, *é fundamental estar munido das melhores ferramentas*, e você precisa ter a segurança de estudar com um *material que tenha tudo o que é necessário para ser aprovado*.

Sabe qual a melhor forma de fazer isso? Seguindo o mesmo caminho dos últimos concurseiros aprovados na Área Bancária: **seja aluno do Estratégia Concursos!**

**72% dos aprovados no BACEN
estudaram com a Coruja!**

O concurso do Banco Central do Brasil (Bacen) foi uma das provas mais difíceis do ano de 2024 e contou com uma concorrência altamente preparada.

Por isso, **quem utilizou os cursos do Estratégia saiu na frente** e conseguiu um lugar entre os melhores.

Mas esse resultado não foi por acaso. **Nós somos responsáveis por preparar 7 a cada 10 aprovados no país** e temos tudo o que você precisa para gabaritar a prova!

Nos nossos **Pacotes**, você garante:

Livros digitais contendo a teoria completa e atualizada.

Videoaulas para adequar os seus estudos à sua rotina e assistir em qualquer lugar.

Fórum de Dúvidas para falar diretamente com nossos professores.

Trilha Estratégica para guiar seus estudos semanalmente até o dia da prova. E muito mais!

Além disso, se você tem o desejo de se preparar para mais de um certame, mas não quer comprar um novo material a cada prova, você pode ser nosso assinante.

Com nossas assinaturas, você terá mais de 18 mil cursos à sua disposição!



“Os materiais do Estratégia são focados e completos. As aulas dos professores são excelentes, com didática impecável. Durante minha preparação, utilizei muito das videoaulas e o PDF. Para mim, o que sempre funcionou foi ler os PDFs, assistir às videoaulas, fazer meu próprio resumo e muitas questões.”

Jéssica Figueiredo, aprovada em 1º lugar no concurso Banco do Brasil na microrregião 21.

O melhor é que você pode iniciar hoje mesmo a sua preparação, sem riscos!

Com a nossa Garantia de Satisfação, **você pode testar os cursos por 30 dias**. Caso decida não continuar, nós devolveremos o seu dinheiro.

Além disso, se o seu edital ainda não foi publicado, você terá acesso a todas as atualizações no curso de forma GRATUITA até o dia da prova.

Com o Estratégia, você só tem a ganhar!

Clique no botão abaixo e tome a decisão que vai transformar a sua vida:

CONHEÇA NOSSOS CURSOS

Bons estudos!

O que você achou deste e-book?

Sua opinião é muito importante para nós! Conte-nos como foi sua experiência de estudo com este e-book.

<https://forms.gle/2wX6PbeYVn6t2qnH8>

Não é assinante?

Confira nossos planos, tenha acesso a milhares de cursos e participe gratuitamente dos projetos exclusivos. Clique no link!

<https://bit.ly/Estrategia-Assinaturas>

Conheça nosso sistema de questões!

Estratégia Questões nasceu maior do que todos os concorrentes, com mais questões cadastradas e mais soluções por professores. Clique no link e conheça!

<https://bit.ly/Sistemas-de-Questões>



Estratégia
Concursos

