

Sumário

Capítulo 1 – Técnicas de Aprendizagem Acelerada	1
Como a minha vida mudou com as técnicas de aprendizagem acelerada (por Felipe Lima)	1
Vestibular mais fácil: engenharia da computação x engenharia elétrica	1
A VIRADA: Li <i>Como passar em provas e concursos</i>	2
O Projeto Genius	2
CEFET: Aprovação x Exoneração	3
Maximus Treinamento & Consultoria + Projeto Genius	4
Aprendi a aprender	5
Como entrei no mundo das técnicas de aprendizagem acelerada (por William Douglas)	6
Introdução	6
Como se dar bem na vida	6
Dúvidas profissionais	8
Cuide das pessoas	9
Capítulo 2 – Fazendo as Técnicas de Aprendizagem Funcionarem..	13
Instituindo o hábito	13
Re-re-re-estudar	14
As dificuldades no início do uso das técnicas	15
Motivos de um, desculpas de outros	17
Analogia da venda dos sapatos	18
Aprendizagem > memória > lembrança	19

Estudo, esqueço, estudo, esqueço, estudo... Lembro!.....	22
Saiu da sala: lembrou!.....	22
Revisões parciais para lembrar do todo.....	23
Sequência de estudo	25
Orientação.....	25
Sequência de estudo recomendada	26
O medo de errar	27
Um passo à frente.....	28
Capítulo 3 – Mapas Mentais.....	31
Introdução aos Mapas Mentais	31
O que são Mapas Mentais.....	31
Resultados obtidos com a técnica dos Mapas Mentais.....	32
Por que Mapas Mentais funcionam – As leis da memória	33
Paul e Queithy (uso do termo “Porque”)	34
Analogia: Mapas Mentais x aprender a dirigir	36
Como fazer Mapas Mentais. As cinco Regras da Metodologia Genius ...	36
Material necessário para a elaboração dos mapas	36
Cores diferentes.....	36
Abreviações	37
Letras grandes	37
Escrever a partir do centro.....	38
Usar imagens	38
Outras informações importantes sobre Mapas Mentais	40
Cabeçalho.....	40
Princípio da simplicidade.....	40
Princípio da abrangência.....	40
Princípio da eficiência.....	40
Princípio visual	40
Princípio da velocidade.....	41
Sistemática de revisão dos mapas – Mantendo TUDO na memória ..	41
Metodologia de revisões	41
Visualizações diárias (caixa diária).....	42

Caixas de revisão	45
Revisões ainda mais rápidas	50
Revisão de mapas mentais no computador	51
Etapas de implantação dos mapas mentais nos estudos	52
Introdução	53
Passo a passo.....	54
Capítulo 4 – Exemplos de Tipos de Mapas Mentais	57
Direito Trabalhista.....	57
Exemplos de tipos de Mapas Mentais.....	59
Explicação do mapa	61
Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006 – “Lei Maria da Penha”	63
Constituição da República Federativa do Brasil.....	107
Concordância verbal	109
Sujeito composto – uso do verbo no singular	109
Código de ética da OAB	113
Sujeito composto – uso do verbo no singular.....	113
Direito do Consumidor.....	116
Direito Processual Civil.....	116
Capítulo 5 – Dúvidas Frequentes e Erros mais Comuns.....	117
Perguntas e Respostas.....	117
Erros mais comuns	124
Angulação das palavras	124
Medo da grande quantidade de Mapas Mentais	125
Começar pelos desenhos.....	125
Letras pequenas.....	126
Poluição visual.....	126
Perfeccionismo exagerado.....	127
Não usar a folha toda.....	127
Uso demasiado de siglas.....	128

Não posicionar a informação principal no centro geométrico da folha	128
Fazer os mapas apenas em casa, com base nas anotações das aulas	129
Usar termos dispensáveis como preposições, artigos e palavras centrais	130
Exemplos incorretos.....	130
Capítulo 6 – Agilidade em Mapas Mentais	135
É vantagem fazer Mapas Mentais? (relação custo x benefício)	135
Soltando os “freios de mão”	136
Capítulo 7 – Oficina de Desenhos	139
Regras para a elaboração dos desenhos	140
Regras para a oficina de desenhos.....	140
Exemplos de desenhos simples e rápidos.....	141
Sua vez!	143
Capítulo 8 – Memorização.....	149
Testando a memória.....	149
Introdução à Memorização.....	150
Competência para ser aprovado.....	150
A competência de evocar (lembrar).....	151
Fatores que influenciam a memória	152
Zonas cerebrais	152
Qualidade de vida proporciona benefícios à memória	154
Sono	154
Formas de melhorar a qualidade do sono.....	154
Brigando com o despertador.....	155
Malefícios de um sono ruim	155

Alongamentos básicos (*)	157
Exercícios físicos e os benefícios à memória.....	158
Alimentação	159
Introdução ao método do modelo binário	159
Benefícios da técnica do modelo binário.....	159
Mitos e falsos paradigmas	160
Demora muito.....	160
Quanto tempo é necessário para ganhar prática com a técnica?	160
Criatividade superfértil.....	160
A PNL aplicada ao método do modelo binário.....	161
Auditivo.....	161
Visual	162
Sinestésico.....	162
Canais sensoriais: as cordas do conhecimento	163
Uso simultâneo dos três canais	163
Pondo em prática: suba um degrau de cada vez.....	164
Exemplo de analogia	164
Exemplo da pizza: real x imaginário.....	165
Uso dos canais sensoriais	165
Faça acontecer!.....	167
Exemplos práticos de modelos binários	167
Seção IX – Da Fiscalização Contábil, Financeira e Orçamentária	167
Direito Administrativo	171
Direito Penal – Crimes.....	172
Português	177
Matemática financeira	177
Direito Penal.....	178
Direito Constitucional.....	179
Dúvidas frequentes e erros comuns	179

Exercícios de memorização	180
Exercício: Fui à feira e comprei.....	180
Exercício: Memorizar cumulativamente 10 palavras por dia, durante um mês	183
Capítulo 9 – Memorização Numérica	185
Introdução	185
Conversão numérica em consoantes.....	185
Tabela de padronização numérica	187
Exercício de memorização do calendário	188
Explicação da montagem da tabela acima.....	189
Exercício	190
Memorizando 2010, 2011 e 2012	190
Memorizando prazos, incisos e artigos.....	191
Observação	191
Alternativa para a memorização numérica	192
Capítulo 10 – Calendário do Sucesso.....	193
Como usar o Calendário do Sucesso	194
Referências	195
Anexo – Depoimentos de Sucesso	197