



Guia Prático

# 7 passos para conquistar nota máxima no ENEM

# Introdução

Neste ano, mais de 5 milhões de brasileiros estão inscritos no ENEM, que acontecerá nos dias 4 e 11 de novembro.

Para destacar-se diante de tantos participantes, é preciso manter a disciplina e a dedicação aos estudos.

Quer saber como? Neste e-book, apontaremos 7 passos para conquistar uma boa nota no ENEM 2018. Boa leitura!

**Boa leitura!**



# 1. ENTENDA O QUE É O ENEM



O ENEM é o Exame Nacional do Ensino Médio, que foi criado em 1998, pelo Ministério da Educação, com o intuito de avaliar a qualidade do ensino médio no Brasil, tanto das escolas públicas quanto das escolas particulares.

Desde o ano de 2009, o ENEM passou a ser um exame necessário para o processo de seleção dos programas do Governo Federal: Prouni, Sisu e Fies, que oferecem bolsas e outras facilidades para o ingresso e permanência em universidades públicas e privadas.

O ENEM pode ser feito por todas as pessoas que estão concluindo ou que já concluíram o ensino médio e desejam tentar uma vaga em universidade pública, financiamento estudantil do FIES, bolsas de estudo do Prouni ou apenas querem testar seus conhecimentos.

## 2. ENTENDA A PROVA



A prova do ENEM acontece uma vez ao ano e é dividida em dois domingos consecutivos. No primeiro dia, os candidatos fazem a prova de Linguagens, **Códigos e suas Tecnologias** e a **prova de Ciências Humanas e suas Tecnologias**. Cada uma possui 45 questões.

Além disso, os candidatos também fazem uma **redação dissertativo-argumentativa** no primeiro domingo do ENEM. O tema é proposto pela equipe técnica do exame e, geralmente, envolve alguma questão social relevante. Para responder as noventa questões e criar a redação no primeiro dia do ENEM, os candidatos têm 5 horas e meia.

No segundo domingo do ENEM, os estudantes respondem as provas de exatas. São 45 questões de **Matemática e suas Tecnologias** e 45 questões de **Ciências da Natureza e suas Tecnologias**. Para isso, os candidatos terão 5 horas de prova.

### Veja como as disciplinas são divididas:

Os nomes das provas podem parecer um pouco diferentes, mas as disciplinas que caem no ENEM são as mesmas que aprendemos no Ensino Médio. Veja como as matérias são divididas.

### Linguagens Códigos e suas Tecnologias:

Português, Língua Estrangeira, Artes, Literatura, Educação Física e Tecnologias da Informação e Comunicação.

### **Ciências Humanas e suas Tecnologias:**

Geografia, História, Filosofia e Sociologia.

### **Matemática e suas Tecnologias:**

Matemática.

### **Ciências da Natureza e suas Tecnologias:**

Biologia, Física e Química.

### **Redação:**

Texto dissertativo-argumentativo sobre o tema proposto.

## 3. ENTENDA QUAIS CONTEÚDOS CAEM NO ENEM



Existe um currículo base para as provas do ENEM, e – apesar desse conteúdo não necessariamente cair na íntegra no exame – é indicado que ele faça parte do seu roteiro de estudos. Veja:

### **Português e Linguagem:**

gramática; funções de linguagem; interpretação de texto; semântica; morfologia; norma culta e coloquial; gêneros textuais.

### **Literatura:**

movimentos literários (barroco, modernismo, quinhentismo), figuras de linguagem, obras literárias brasileiras, poesias concretas.

### **Artes:**

Renascimento, Cubismo, Artes Marciais, movimentos culturais e artísticos.

### **História:**

Revolução Industrial; Idade Média e moderna; Liberalismo; Primeira e Segunda Guerra Mundial; Nazismo e Fascismo; conflitos pós-Guerra Fria.

### **História do Brasil:**

Brasil Colônia; República; Era Vargas; Era populista; Escravidão; Ditadura Militar.

### **Geografia:**

Planos e blocos econômicos; geopolítica mundial; Agricultura brasileira; Contrastes sociais; Desenvolvimento humano e social; Migrações; Impactos no Meio Ambiente.

### **Filosofia/ Sociologia:**

Iluminismo; consequências da globalização; Existencialismo; Contratualismo; Marxismo; Cultura de massa; relações de trabalho; Movimentos sociais; pensadores da Grécia antiga;

### **Física:**

Leis de Newton, Princípios de Pascal, noção de força centrípeta e sua quantificação; hidrostática: aspectos históricos e variáveis relevantes; empuxo.

### **Química:**

estequiometria; unidades de concentração; pH e pOH; radioatividade; cadeias carbônicas; eletroquímica; soluções; oxidação.

### **Biologia:**

problemas ambientais; ecologia e sustentabilidade; imunização; evolução; ciclos do carbono, nitrogênio e água; genética e mutações; citologia.

### **Matemática:**

operações com frações; análise combinatória; porcentagem; matemática básica; análise de gráficos; análise de tabelas; estatística básica; progressões (PA e PG); plano cartesiano; retas; circunferências; paralelismo e perpendicularidade, sistemas de equações.

## 4. ORGANIZE UMA ROTINA DE ESTUDOS



Estudar para um exame tão disputado como o ENEM não é fácil. Mas, com organização, dedicação e planejamento, é possível criar uma rotina de estudos que facilite a assimilação de conteúdos e aumente suas chances de conseguir uma boa nota.

### **Defina o número de horas de estudos por dia e semana**

Antes de mais nada, você precisa definir quais são seus objetivos de estudo, avaliar seu calendário e criar um planejamento, levando em consideração as matérias que você tem maior e menor dificuldade.

Determine quantas horas por semana e por dia você terá para se dedicar aos estudos. Depois, partilhe esse tempo pelas matérias que você precisará estudar.

O ideal é separar uma média de 1 hora e meia para estudar cada matéria. Você pode dedicar mais tempo para estudar os conteúdos que tem mais dificuldade, tentando não ultrapassar o limite de 3 horas, para não prejudicar a assimilação do conteúdo.

### **Defina a hora de começar e parar de estudar**

Ter horário para começar e parar de estudar é importante para que seu cérebro se acostume com a rotina de estudos. Além disso, é preciso separar um tempo para o descanso e lazer, que também são fundamentais para seu bom rendimento.



Por isso, analise a sua rotina atual e escolha a hora ideal para começar e parar de estudar todos os dias. Lembre-se de levar isso como um compromisso.

### **Separe um tempo para descansar**

Muitos estudantes têm a falsa ideia de que devem dedicar todo o seu tempo livre aos estudos, sem aplicar pausas significativas e ocupando, inclusive, suas horas de descanso e sono. Porém, isso é algo prejudicial, tanto para sua saúde quanto para seu rendimento.

Sendo assim, faça pausas de 10 a 20 minutos nos intervalos entre cada matéria estudada e não abra mão de suas 8 horas de sono diárias. Elas são importantes para que sua mente esteja descansada, saudável e pronta para aprender cada vez mais.

### **Coloque todas as informações em uma planilha**

De nada adianta criar um plano de estudos elaborado e deixá-lo apenas em sua cabeça. Tê-lo sempre à mão o ajuda a visualizar a sua semana e, assim, não se perder no meio do caminho.

Crie uma planilha com todos os seus afazeres do dia. Deixe tudo bem detalhado, como por exemplo: o horário de comer, tomar banho, dormir, ler o conteúdo de uma matéria, assistir vídeo aulas, fazer exercícios, pausas para descanso e lazer.

Você pode montar o cronograma em uma planilha do Excel e imprimi-la para poder tê-la sempre à mão e não deixar nenhum item passar.



## 5. ESTUDE PARA A REDAÇÃO



A redação do ENEM tem um peso muito importante para a sua nota final. Além disso, os programas do Governo Federal, como o Prouni e o FIES, não permitem que os candidatos que zeraram na redação concorram às suas vagas.

Portanto, mandar bem na redação é fundamental para quem quer usar a nota do ENEM para entrar na faculdade.

### Como é a redação do ENEM?

No ENEM, você deverá redigir uma redação dissertativo-argumentativa em prosa. A redação dissertativo-argumentativa pode ser definida como um texto opinativo, ou seja, que apresenta uma ideia, opinião ou ponto de vista sobre um determinado assunto.

Com a finalidade de convencer o leitor que seu ponto de vista é correto, você deverá fundamentar suas ideias com argumentos e explicações embasadas, coerentes e bem apresentadas.

Atenção para evitar confusões: prosa é o nome que se dá aos textos escritos em parágrafos.

### O que é avaliado na redação do ENEM?

O ENEM considera 5 critérios específicos na correção da redação. São eles:

1. Demonstrar domínio da modalidade escrita formal da língua portuguesa;
2. Compreender a proposta de redação e aplicar conceitos das várias áreas de conhecimento para desenvolver o tema, dentro dos limites estruturais do texto dissertativo-argumentativo em prosa;
3. Selecionar, relacionar, organizar e interpretar informações, fatos, opiniões e argumentos em defesa de um ponto de vista;
4. Demonstrar conhecimento dos mecanismos linguísticos necessários para a argumentação;
5. Elaborar proposta de intervenção para o problema abordado, respeitando os direitos humanos.

### **Como se preparar para escrever uma boa redação?**

Treine muito. Tente fazer uma redação por semana, sempre considerando os critérios avaliados pelo ENEM. Quanto mais praticar, mais seguro você estará para escrever sua redação no dia da prova.

Além disso, é fundamental que você acompanhe os noticiários regularmente. Lembre-se de que a equipe técnica do ENEM escolhe um tema social para abordar na prova. Se você estiver bem informado, terá mais facilidade para desenvolver sua redação.

## O que pode zerar a redação do ENEM?

### 1 - Não respeitar o número mínimo de linhas

No ENEM, as redações com até 7 (sete) linhas são zeradas automaticamente. O número máximo de linhas é 30 (trinta).

### 2 - Não atender à estrutura da redação dissertativo-argumentativa

O edital do ENEM indica que você deverá produzir um texto dissertativo-argumentativo em prosa. Portanto, textos apresentados em outras modalidades textuais serão zerados.

### 3 - Copiar os textos motivadores

Você nunca deve copiar o conteúdo dos textos motivadores. Ao corrigir as provas, os avaliadores desconsideram as cópias e, quando em excesso, podem até mesmo zerar a nota da redação.

### 4 - Fugir do tema proposto

A compreensão do tema é um dos critérios de avaliação da nota. Quando o assunto indicado não é desenvolvido no texto, a redação é anulada.

### 5 - Apresentar parte do texto deliberadamente desconectada com o tema proposto

As redações que apresentarem desenhos ou trechos deliberadamente desconectados com o tema proposto serão zeradas pelos avaliadores.

## 6. CUIDE DA SUA SAÚDE



Seu desempenho no ENEM também depende do seu bem-estar físico. Portanto, cuide do seu corpo e da sua mente durante o período de preparação para o exame.

### Alimente-se bem

Você sabia que uma dieta desequilibrada e com carência de nutrientes pode prejudicar o seu rendimento nos estudos? Por isso, durante a rotina de preparação para o ENEM, procure alimentar-se bem e em horários regulares

### Controle sua ansiedade

A ansiedade é a maior inimiga dos estudantes que vão fazer a prova do ENEM. De acordo com pesquisas realizadas pela Organização Mundial de Saúde, mais de 18 milhões de brasileiros possuem algum tipo de transtorno causado pela ansiedade.

De fato, essa alarmante estatística apenas comprova a necessidade que temos de nos dedicar a práticas que nos ajudem a relaxar a mente e manter a concentração. Yoga, meditação e exercícios de respiração podem ajudar nesse ponto.

Além disso, procure praticar atividades prazerosas, como ouvir música, ir ao cinema ou andar de bicicleta. Assim, poderá relaxar e aliviar o estresse.

## Faça exercícios Físicos

De acordo com uma pesquisa desenvolvida pelo instituto de estudos biológicos Salk, pessoas que caminham pelo menos três vezes por semana melhoram em até 15% sua capacidade de concentração e aprendizado.

Além disso, a prática de exercícios físicos ajuda a aliviar o estresse e melhora a qualidade do sono. Estar calmo e descansado é fundamental para quem quer ter um bom desempenho no ENEM.

## 7. PREPARE-SE PARA O GRANDE DIA



Depois dos estudos, é hora de encarar os dois domingos de prova. Para não cometer erros, confira as nossas dicas.

### **Vista roupas confortáveis**

Você passará cerca de 5 horas fazendo a prova do ENEM na mesma cadeira. Então, vista roupas e sapatos confortáveis. Lembre-se também de levar um casaco, para não sofrer incômodo com a temperatura do ar-condicionado na sala de aula.

### **Não esqueça seu documento de identificação**

As regras da prova do ENEM são bastante rígidas. Se você esquecer seu documento de identificação original, não poderá realizar o exame. Sendo assim, vale colocar um alarme no celular com um lembrete.

### **Saia de casa com antecedência**

Ninguém se prepara o ano todo para perder a hora no dia da prova, né? Para evitar isso, tenha muita disciplina com seus horários no dia do exame. Planeje o tempo de trajeto da sua casa até o local da prova e saia com antecedência, para que nenhum imprevisto no trânsito tire a sua chance de fazer a prova do ENEM.

### **Beba água e leve snacks**

Beber água hidrata o organismo e ainda o ajuda a relaxar para a prova. Leve uma garrafinha de água (transparente e sem rótulo) para o local da prova. Leve também alguns alimentos leves (em embalagens lacradas) para matar aquela fominha que pode surgir durante o exame.

### **Leve mais de uma caneta preta**

O cartão de resposta só pode ser respondido com caneta esferográfica preta - que deve ser feita em material transparente. Para não correr o risco de ficar na mão, leve mais de uma caneta.

### **Mantenha o pensamento positivo**

Cultive uma atitude positiva e mantenha-se focado na prova. Evite os pensamentos negativos, principalmente enquanto lê os enunciados. Dê o seu melhor e faça o máximo possível.



## SOBRE O PROGRAMA ORIENTA



O Programa Orienta é uma iniciativa da Rede Laureate, que visa atuar como um grande parceiro de serviços, informações e experiências, auxiliando estudantes na preparação para o ENEM.

Para saber mais, acesse: [programaorienta.com.br/enem](http://programaorienta.com.br/enem)

