



7 Memory Tricks to Learn Anything Faster

English Transcript	Tradução
Hey everyone, and welcome to TopThink.	Olá a todos e bem-vindos ao TopThink.
Today, we are going to learn about 7 memory tricks to learn anything faster.	Hoje, vamos aprender sobre 7 truques de memória para aprender qualquer coisa mais rápido.
Now, let's begin.	Agora, vamos começar.
1. The Production Effect	1. O Efeito da Produção
Have you ever locked your car only to forget five minutes later whether you locked it or not?	Você já trancou seu carro apenas para esquecer cinco minutos depois se o trancou ou não?
Why do we have so much trouble remembering such obvious things?	Por que temos tanta dificuldade em lembrar de coisas tão óbvias?
Your memories are separated into two different categories: implicit and explicit.	Suas memórias são separadas em duas categorias diferentes: implícitas e explícitas.
Implicit memories are things you remember unconsciously.	Memórias implícitas são coisas que você lembra inconscientemente.
You don't recall brushing your teeth or eating breakfast most mornings, because you do these activities without thinking.	Você não se lembra de escovar os dentes ou tomar café da manhã na maioria das manhãs, porque faz essas atividades sem pensar.
Explicit memories, on the other hand, are things we consciously remember.	Memórias explícitas, por outro lado, são coisas que lembramos conscientemente.
When you study for a test, this information is a lot easier to recall, because you're making a conscious effort to learn.	Quando você estuda para um teste, essa informação é muito mais fácil de lembrar, porque você está fazendo um esforço consciente para aprender.
Habitual activities like locking your car fall into your implicit memory.	Atividades habituais como trancar o carro caem em sua memória implícita.
We do them so often, that it doesn't make sense to store each one as a conscious thought.	Nós as fazemos com tanta frequência, que não faz sentido armazenar cada uma delas como um pensamento consciente.
Since you're essentially doing it without thinking, it's hard to be 100% sure that it actually happened.	Como você está essencialmente fazendo isso sem pensar, é difícil ter 100% de certeza de que realmente aconteceu.
This is where the production effect comes into play.	É aqui que entra o efeito de produção.
It converts an implicit memory into an explicit memory by bringing your attention to your behavior.	Ele converte uma memória implícita em uma memória explícita, trazendo sua atenção para seu comportamento.
All you have to do is say what you're doing out loud.	Tudo o que você precisa fazer é dizer o que está fazendo em voz alta.
It's incredibly simple and takes no extra effort, but transforms your habitual recall.	É incrivelmente simples e não exige esforço extra, mas transforma sua lembrança habitual.
A 2010 study tested this exact phenomenon.	Um estudo de 2010 testou exatamente esse fenômeno.
They split participants up into two groups.	Eles dividiram os participantes em dois grupos.
One read words silently, while the other said every word out loud.	Um leu as palavras em silêncio, enquanto o outro falava cada palavra em voz alta.
Sure enough, the second group recalled content better than their counterparts, showing the huge impact that vocal production	Com certeza, o segundo grupo recordou o conteúdo melhor do que seus colegas, mostrando o enorme impacto que a produção



English Transcript	Tradução
has on recall.	vocal tem na recordação.
By incorporating this simple but powerful technique, you can start to instantly sharpen your memory.	Ao incorporar esta técnica simples, mas poderosa, você pode começar a aguçar instantaneamente sua memória.
2. The Power of Paper	2. O Poder do Papel
Over the years, pencil and paper have fallen out of favor.	Ao longo dos anos, lápis e papel caíram em desuso.
In most colleges and even some high schools, students are taking notes exclusively on computers.	Na maioria das faculdades e até mesmo em algumas escolas de ensino médio, os alunos fazem anotações exclusivamente em computadores.
Typing lets you copy down more information at a faster rate, but what if typing your notes is making it harder for you to learn?	Digitar permite copiar mais informações em um ritmo mais rápido, mas e se digitar suas anotações estiver dificultando o aprendizado?
A 2014 study compared the test scores of students who typed and wrote out their notes.	Um estudo de 2014 comparou os resultados dos testes de alunos que digitaram e escreveram suas anotações.
The researchers guessed that the pencil and paper students would perform better.	Os pesquisadores supuseram que os alunos de lápis e papel teriam um desempenho melhor.
Turns out, they were right.	Acontece que eles estavam certos.
Pencil and paper students out-performed typing students, because of how writing things out interacts with your brain.	Os alunos de lápis e papel superaram os alunos de digitação, por causa da forma como escrever coisas interage com seu cérebro.
This older method forces you to spend less time copying and more time processing.	Esse método mais antigo força você a gastar menos tempo copiando e mais tempo processando.
Many students can type as fast as their teachers talk.	Muitos alunos podem digitar tão rápido quanto seus professores falam.
Without realizing it, they do more transcribing than actual learning.	Sem perceber, eles fazem mais transcrição do que aprendizagem real.
Because pencil and paper is slower, you have to constantly condense and restructure new information.	Como lápis e papel são mais lentos, você precisa condensar e reestruturar constantemente novas informações.
In other words, you get a deeper understanding by writing less.	Em outras palavras, você obtém uma compreensão mais profunda escrevendo menos.
Pencil and paper also gets rid of the most detrimental key on the keyboard: delete.	Lápis e papel também eliminam a tecla mais prejudicial do teclado: delete.
You need to be able to make mistakes while you learn.	Você precisa ser capaz de cometer erros enquanto aprende.
When you type, it's too easy to mindlessly erase errors without understanding what was wrong.	Quando você digita, é muito fácil apagar erros sem pensar sem entender o que estava errado.
On paper, you're forced to make physical corrections.	No papel, você é forçado a fazer correções físicas.
That way, you're learning from your mistakes, instead of pretending they never happened.	Dessa forma, você está aprendendo com seus erros, em vez de fingir que eles nunca aconteceram.
3. Context Cues	3. Dicas de contexto
Context sharpens your memory, because it's encoded alongside the information you're trying to remember.	O contexto aguça sua memória, porque está codificado junto com as informações que você está tentando lembrar.



English Transcript	Tradução
Let's say you want to memorize a presentation for work.	Digamos que você queira memorizar uma apresentação para o trabalho.
While you're practicing a really difficult section, you start eating an apple.	Enquanto está praticando uma seção realmente difícil, você começa a comer uma maçã.
Your brain will naturally pair the apple and that part of the presentation in your memory.	Seu cérebro irá naturalmente associar a maçã e aquela parte da apresentação em sua memória.
The apple becomes a sort of cue that you can use to retrieve more complicated information.	A maçã torna-se uma espécie de deixa que você pode usar para recuperar informações mais complicadas.
These contextual cues can take pretty much any shape, but the most common is visual.	Essas dicas contextuais podem ter praticamente qualquer forma, mas a mais comum é visual.
Another study from 2010 examined the exact role of visual context in memorization.	Outro estudo de 2010 examinou o papel exato do contexto visual na memorização.
The researchers gave each participant a set of words to remember.	Os pesquisadores deram a cada participante um conjunto de palavras para lembrar.
Each word was paired with a certain type of picture.	Cada palavra foi associada a um certo tipo de imagem.
Group 1 saw pictures of normal faces, while group 2 saw pictures of scrambled faces.	O grupo 1 viu fotos de rostos normais, enquanto o grupo 2 viu fotos de rostos embaralhados.
As the researchers predicted, visual context significantly boosted recall.	Como os pesquisadores previram, o contexto visual aumentou significativamente a lembrança.
The first group, who saw pictures of normal faces, had a much easier time remembering their list of words.	O primeiro grupo, que viu fotos de rostos normais, teve muito mais facilidade em lembrar sua lista de palavras.
In each of these examples, there's been a noticeable stimulus, but context cues will work either way.	Em cada um desses exemplos, houve um estímulo perceptível, mas as dicas de contexto funcionarão de qualquer maneira.
The uniqueness of cues like the apple or the picture didn't actually matter.	A singularidade de pistas como a maçã ou a imagem não importava.
So you don't have to do a bunch of weird stuff while you study just to improve your memory.	Então você não precisa fazer um monte de coisas estranhas enquanto estuda apenas para melhorar sua memória.
Your brain encodes all types of context in the same way, so all you have to do is be aware of your environment.	Seu cérebro codifica todos os tipos de contexto da mesma maneira, então tudo que você precisa fazer é estar ciente do seu ambiente.
4. Spacing Effect	4. Efeito de espaçamento
Every student has been told at some point not to cram right before a test?	Todo aluno já ouviu em algum momento que não deve estudar muito logo antes de um teste?
Yet we've all done it anyway.	Mesmo assim, todos nós já fizemos isso de um jeito ou de outro.
You've known about the test for weeks, but try to re-learn an entire semester's worth of information in 24 hours.	Você sabe sobre o teste há semanas, mas tenta reaprender as informações de um semestre inteiro em 24 horas.
How does this strategy usually play out?	Como essa estratégia geralmente funciona?
You end up only remembering a fraction of what you studied.	Você acaba lembrando apenas de uma fração do que estudou.



English Transcript	Tradução
Your brain gets so overwhelmed and exhausted that it can't perform.	Seu cérebro fica tão sobrecarregado e exausto que não pode funcionar.
According to the Director of the Cognition and Education lab at Dartmouth College, our brain can only retain so much information at one time.	De acordo com o diretor do laboratório de Cognição e Educação do Dartmouth College, nosso cérebro só pode reter uma quantidade de informação de uma só vez.
We need extended periods of practice to make durable memories.	Precisamos de longos períodos de prática para fazer memórias duráveis.
Scientists call this the spacing effect, because the space in between practice sessions is what gives our brain the chance to encode and recover.	Os cientistas chamam isso de efeito de espaçamento, porque o espaço entre as sessões de prática é o que dá ao nosso cérebro a chance de codificar e se recuperar.
To test this, researchers looked at two different learning techniques: massed practice and distributed practice.	Para testar isso, os pesquisadores analisaram duas técnicas de aprendizado diferentes: prática intensiva e prática distribuída.
Think of massed practice like cramming.	Pense na prática intensiva como o estudo intenso em um período curto.
After being exposed to a stimulus, you try to retain all of that information by studying it immediately afterwards.	Depois de ser exposto a um estímulo, você tenta reter toda essa informação estudando-a imediatamente depois.
And just like cramming, it doesn't typically work.	E assim como estudar na véspera, normalmente não funciona.
Distributed practice is when you spread the learning process out over several shorter sessions.	A prática distribuída é quando você espalha o processo de aprendizado em várias sessões mais curtas.
By studying the same thing each time, you actually absorb the information, so you can recall it whenever necessary.	Ao estudar a mesma coisa todas as vezes, você realmente absorve a informação, para que possa recuperá-la sempre que necessário.
But why does spacing make such a big difference?	Mas por que o espaçamento faz uma diferença tão grande?
The best explanation is called study-phase retrieval theory.	A melhor explicação é chamada de teoria de recuperação da fase de estudo.
Each time you encounter a piece of information that you've learned before, your brain tries to retrieve any encoded memories.	Cada vez que você encontra uma informação que aprendeu antes, seu cérebro tenta recuperar quaisquer memórias codificadas.
When it successfully finds a memory, the information becomes harder for you to forget.	Quando ele encontra uma memória com sucesso, a informação se torna mais difícil de esquecer.
Distributed practice forces you to do this repeatedly while creating necessary space in between.	A prática distribuída força você a fazer isso repetidamente enquanto cria o espaço necessário no meio.
That way, you have time to remember something, forget it, and then remember it again.	Dessa forma, você tem tempo para lembrar de algo, esquecer-lo e, em seguida, lembrá-lo novamente.
Each time, the information becomes more pronounced.	Cada vez, a informação torna-se mais pronunciada.
It becomes easier and faster to recall, because it's sitting closer to the surface of your memory.	Torna-se mais fácil e rápido recordar, porque está mais perto da superfície da sua memória.
5. Mental Stretches	5. Alongamentos Mentais
Why do athletes always stretch or jog before practice?	Por que os atletas sempre se alongam ou correm antes do treino?
A good warm-up gives your muscles the	Um bom aquecimento dá aos seus músculos a



English Transcript	Tradução
flexibility and strength to perform at their best.	flexibilidade e força para ter o melhor desempenho.
For most people, this is second nature.	Para a maioria das pessoas, isso é uma segunda natureza.
Obviously, you can't just start sprinting right off the bat?	Obviamente, você não deve simplesmente começar a correr logo de cara?
so why do you expect your brain to do the same thing?	Então por que você espera que seu cérebro faça a mesma coisa?
Like any muscle, your brain needs the right warm up to maximize it's potential.	Como qualquer músculo, seu cérebro precisa do aquecimento certo para maximizar seu potencial.
It can't go from 0 to 100 instantly.	Não pode ir de 0 a 100 instantaneamente.
You can't transition from watching Netflix to learning some complex concept.	Você não pode fazer a transição de assistir Netflix para aprender algum conceito complexo.
If you do, you're going to feel hazy and slow.	Se você fizer isso, você vai se sentir nebuloso e lento.
You're going to have a hard time absorbing information, because your brain isn't ready.	Você terá dificuldade em absorver informações, porque seu cérebro não está pronto.
You can use mental stretches to prepare your brain to work, think, and encode memories efficiently.	Você pode usar alongamentos mentais para preparar seu cérebro para trabalhar, pensar e codificar memórias com eficiência.
Mental stretches are low intensity games that gradually get you brain up and running.	Alongamentos mentais são jogos de baixa intensidade que gradualmente colocam seu cérebro em funcionamento.
Concentration is a great example.	A concentração é um ótimo exemplo.
Not only is it quick and relatively fun, but it also focuses on boosting your ability to retain information.	Não é apenas rápido e relativamente divertido, mas também se concentra em aumentar sua capacidade de reter informações.
Just make sure you aren't going too hard too fast.	Apenas certifique-se de que você não está indo muito rápido demais.
Mental stretches shouldn't make you feel cloudy or cluttered.	Alongamentos mentais não devem fazer você se sentir confuso ou sobrecarregado.
If your warm-up is too intense, your brain will start feeling fatigued way faster than normal.	Se o seu aquecimento for muito intenso, seu cérebro começará a se sentir cansado muito mais rápido do que o normal.
Always keep things fun and simple to see improvements in your cognitive performance.	Sempre torne as coisas divertidas e simples para ver melhorias em seu desempenho cognitivo.
6. Interleaving	6. Intercalação
You can actually stimulate your memory by regularly alternating between different topics.	Você pode realmente estimular sua memória alternando regularmente entre diferentes tópicos.
Interleaving is the process of mixing multiple subjects to enhance your ability to learn.	Intercalar é o processo de misturar vários assuntos para melhorar sua capacidade de aprender.
You might, for example, start with math, transition to English, and then finish with history, all in the same study session.	Você pode, por exemplo, começar com matemática, fazer a transição para o inglês e terminar com história, tudo na mesma sessão de estudo.
On the surface, interleaving sounds pretty	Na superfície, intercalar soa bastante



English Transcript	Tradução
inefficient.	ineficiente.
It's exactly the opposite of blocking, which is probably the most common learning technique out there.	É exatamente o oposto do bloqueio, que é provavelmente a técnica de aprendizado mais comum por aí.
Blocking is when you dedicate an extended period of time to only one subject.	O bloqueio é quando você dedica um longo período de tempo a apenas um assunto.
You might spend Monday on math, Tuesday on English, and Wednesday on history.	Você pode passar a segunda-feira em matemática, a terça-feira em inglês e a quarta-feira em história.
Blocking makes more sense to most people, but interleaving is actually more effective.	Bloquear faz mais sentido para a maioria das pessoas, mas intercalar é realmente mais eficaz.
Rotating between topics forces your mind to stay active and adaptable.	A rotação entre os tópicos força sua mente a permanecer ativa e adaptável.
When you only learn one thing at once, your brain slacks off.	Quando você aprende apenas uma coisa de cada vez, seu cérebro afrouxa.
It pays less attention, because things are getting easier and more repetitive.	Ele presta menos atenção, porque as coisas estão ficando mais fáceis e repetitivas.
By jumping from subject to subject, you force your brain to completely shift gears each time.	Ao pular de assunto em assunto, você força seu cérebro a mudar completamente de marcha a cada vez.
These smaller, hyper-efficient chunks are easier to learn from, because they offer more of a unique challenge.	Esses pedaços menores e hipereficientes são mais fáceis de aprender, porque oferecem um desafio único.
But that isn't even the best part of interleaving.	Mas essa nem é a melhor parte da intercalação.
This learning technique compels you to draw broader connections in a way that blocking never will.	Essa técnica de aprendizado obriga você a traçar conexões mais amplas de uma maneira que o bloqueio nunca o fará.
You're giving your brain the opportunity to see the bigger picture.	Você está dando ao seu cérebro a oportunidade de ver o quadro maior.
To not only understand what something is, but also where it fits into the field as a whole.	Para não apenas entender o que é algo, mas também onde ele se encaixa no campo como um todo.
7. Self-Testing	7. Autoteste
Self-testing is another effective way to boost your memory.	O autoteste é outra maneira eficaz de aumentar sua memória.
Once you think you have something memorized, you shouldn't wait until your exam or presentation to test whether or not you studied enough.	Uma vez que você acha que memorizou algo, você não deve esperar até seu exame ou apresentação para testar se estudou ou não o suficiente.
Put yourself to the test beforehand to get an idea of how well you actually know the content.	Faça um teste de antemão para ter uma ideia de quão bem você realmente conhece o conteúdo.
9 times out of 10, you'll discover you're not as prepared as you thought.	9 em cada 10 vezes, você descobrirá que não está tão preparado quanto pensava.
Luckily, self-testing show you exactly where you're weakest.	Felizmente, o autoteste mostra exatamente onde você é mais fraco.
It tells you what you need to re-learn, but only if you do it right.	Ele lhe diz o que você precisa reaprender, mas apenas se você fizer certo.
Your tests won't do anything for you if you let yourself cheat.	Seus testes não farão nada por você se você se permitir trapacear.



English Transcript	Tradução
For example, when you're using flashcards, don't flip over the card before you answer.	Por exemplo, quando estiver usando flashcards, não vire o cartão antes de responder.
It's tempting to make excuses like, "Oh, that's what I meant," but you're only hurting yourself.	É tentador dar desculpas como: "Ah, é isso que eu quis dizer", mas você só está se prejudicando.
If you can't get the right answer in this low-stress situation, there's no way you will when the pressure's on.	Se você não conseguir a resposta certa nessa situação de baixo estresse, não há como conseguir quando a pressão estiver alta.
To make this doesn't happen, try to write down or say your answers out loud.	Para que isso não aconteça, tente escrever ou dizer suas respostas em voz alta.
It's easier to let an incorrect answer slip by when the test is in your head.	É mais fácil deixar escapar uma resposta incorreta quando o teste está na sua cabeça.
Thank you for watching TopThink, and be sure to subscribe, because more incredible content is on the way.	Obrigado por assistir ao TopThink e não se esqueça de se inscrever, porque mais conteúdo incrível está a caminho.



Contagem de palavras

A tabela abaixo exhibe as palavras encontradas neste vídeo, bem como o número de vezes em que aparecem.

Veja também: [Para que serve esta tabela?](#)

Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
80	you	72	to	59	the	41	your	36	is
35	of	32	it	31	and	28	a	23	are
19	not	17	do	16	brain	15	that	14	information
14	in	13	this	13	have	13	but	12	out
12	on	12	memory	11	time	11	because	10	more
10	learn	10	for	9	when	9	way	9	only
9	make	8	what	8	test	8	so	8	practice
8	or	8	each	8	can	8	by	7	will
7	study	7	recall	7	paper	7	most	7	learning
7	at	7	as	7	an	6	while	6	we
6	up	6	things	6	students	6	right	6	remember
6	memories	6	like	6	into	6	if	6	from
6	easier	6	context	6	all	6	actually	5	they
5	their	5	start	5	pencil	5	one	5	interleaving
5	does	5	cannot	4	work	4	words	4	without
4	with	4	why	4	too	4	these	4	sure
4	stretches	4	same	4	researchers	4	much	4	mental
4	let	4	just	4	implicit	4	group	4	going
4	get	4	faster	4	effect	4	cues	4	blocking
4	between	4	before	4	becomes	4	be	4	apple
3	yourself	3	where	3	warm	3	visual	3	typing
3	type	3	two	3	try	3	think	3	thing
3	there	3	than	3	testing	3	technique	3	subject
3	spacing	3	something	3	some	3	simple	3	self
3	say	3	saw	3	retain	3	remembering	3	production
3	presentation	3	pictures	3	picture	3	perform	3	over
3	other	3	notes	3	normal	3	need	3	loud
3	less	3	how	3	hard	3	forget	3	forces
3	faces	3	explicit	3	example	3	distributed	3	different
3	content	3	best	3	any	3	answer	3	also
2	writing	2	word	2	who	2	whether	2	watching
2	was	2	use	2	us	2	understanding	2	transition
2	topthink	2	topics	2	thought	2	thinking	2	then
2	surface	2	such	2	studying	2	studied	2	stimulus
2	spend	2	space	2	should	2	sessions	2	sense
2	see	2	second	2	retrieve	2	re	2	process
2	pretty	2	play	2	people	2	part	2	our
2	once	2	off	2	no	2	never	2	necessary
2	mistakes	2	might	2	math	2	massed	2	making
2	low	2	locked	2	instantly	2	history	2	has
2	harder	2	happened	2	habitual	2	gives	2	gets
2	fun	2	feel	2	fast	2	extended	2	exactly
2	exact	2	every	2	even	2	enough	2	english
2	encoded	2	encode	2	effort	2	effective	2	eating



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
2	down	2	doing	2	cramming	2	conscious	2	common
2	car	2	better	2	been	2	attention	2	anything
2	another	2	always	2	activities	2	about	2	ability
1	yet	1	years	1	wrote	1	wrong	1	write
1	would	1	worth	1	whole	1	which	1	whenever
1	were	1	well	1	welcome	1	weird	1	weeks
1	wednesday	1	weakest	1	want	1	wait	1	vocal
1	usually	1	using	1	until	1	uniqueness	1	unique
1	understand	1	unconsciously	1	typically	1	types	1	typed
1	turns	1	tuesday	1	trying	1	trouble	1	tries
1	tricks	1	transforms	1	transcribing	1	told	1	today
1	times	1	theory	1	them	1	thank	1	tests
1	tested	1	tempting	1	tells	1	teeth	1	techniques
1	teachers	1	talk	1	taking	1	takes	1	take
1	successfully	1	subscribe	1	subjects	1	stuff	1	student
1	stretch	1	stress	1	strength	1	strategy	1	store
1	stimulate	1	stay	1	sprinting	1	spread	1	split
1	sounds	1	sort	1	smaller	1	slower	1	slow
1	slip	1	slacks	1	situation	1	sitting	1	since
1	silently	1	significantly	1	showing	1	show	1	shorter
1	shift	1	sharpens	1	sharpen	1	shape	1	several
1	set	1	session	1	separated	1	semester's	1	section
1	scrambled	1	scores	1	scientists	1	schools	1	said
1	running	1	rotating	1	role	1	rid	1	retrieval
1	restructure	1	repetitive	1	repeatedly	1	relatively	1	regularly
1	recover	1	recalled	1	really	1	realizing	1	ready
1	read	1	rate	1	quick	1	put	1	pronounced
1	processing	1	probably	1	pretending	1	pressure's	1	prepared
1	prepare	1	predicted	1	practicing	1	powerful	1	power
1	potential	1	point	1	piece	1	physical	1	phenomenon
1	phase	1	periods	1	period	1	performed	1	performance
1	pays	1	participants	1	participant	1	paired	1	pair
1	overwhelmed	1	opposite	1	opportunity	1	older	1	oh
1	often	1	offer	1	obviously	1	obvious	1	now
1	noticeable	1	new	1	netflix	1	needs	1	nature
1	naturally	1	muscles	1	muscle	1	multiple	1	mornings
1	monday	1	mixing	1	minutes	1	mindlessly	1	mind
1	method	1	memorized	1	memorize	1	memorization	1	meant
1	maximize	1	matter	1	many	1	makes	1	luckily
1	lot	1	looked	1	locking	1	list	1	lets
1	learned	1	later	1	lab	1	known	1	know
1	keyboard	1	key	1	keep	1	jumping	1	jog
1	interacts	1	intensity	1	intense	1	instead	1	inefficient
1	incredibly	1	incredible	1	incorrect	1	incorporating	1	improvements
1	improve	1	impact	1	immediately	1	idea	1	i
1	hyper	1	hurting	1	huge	1	hours	1	high
1	hey	1	head	1	hazy	1	happen	1	hand
1	had	1	guessed	1	groups	1	great	1	gradually
1	good	1	go	1	giving	1	getting	1	gears
1	gave	1	games	1	fraction	1	forced	1	force



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	focuses	1	flip	1	flexibility	1	flashcards	1	five
1	fits	1	first	1	finish	1	finds	1	field
1	feeling	1	favor	1	fatigued	1	fallen	1	fall
1	extra	1	exposed	1	explanation	1	expect	1	exhausted
1	excuses	1	exclusively	1	examples	1	examined	1	exam
1	everyone	1	ever	1	essentially	1	errors	1	erase
1	environment	1	entire	1	enhance	1	end	1	encounter
1	encodes	1	either	1	efficiently	1	efficient	1	education
1	easy	1	durable	1	draw	1	done	1	discover
1	director	1	difficult	1	difference	1	did	1	detrimental
1	delete	1	deeper	1	dedicate	1	dartmouth	1	cue
1	creating	1	cram	1	counterparts	1	corrections	1	copying
1	copy	1	converts	1	contextual	1	constantly	1	consciously
1	connections	1	condense	1	concept	1	concentration	1	computers
1	complicated	1	complex	1	completely	1	compels	1	compared
1	comes	1	colleges	1	college	1	cognitive	1	cognition
1	cluttered	1	cloudy	1	closer	1	chunks	1	cheat
1	chance	1	challenge	1	certain	1	categories	1	card
1	called	1	call	1	bunch	1	brushing	1	broader
1	bringing	1	breakfast	1	boosting	1	boosted	1	boost
1	bigger	1	big	1	being	1	behavior	1	begin
1	beforehand	1	bat	1	aware	1	athletes	1	anyway
1	answers	1	alternating	1	alongside	1	again	1	afterwards
1	after	1	adaptable	1	actual	1	active	1	according
1	absorbing	1	absorb	1	able				