

CRONOGRAMA DE 90 DIAS - INSS 2026 PRÉ-EDITAL

Estrutura pensada para formar base antes do edital: Previdenciário todos os dias úteis, alternando Português, Direito Administrativo, Direito Constitucional, Informática, Raciocínio Lógico e Ética. O sétimo dia de cada semana é reservado para revisão e caderno de erros.

Dia	Semana	Fase	Bloco principal	Bloco complementar	Tempo	Tarefa
1	1	Fundação	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
2	1	Fundação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
3	1	Fundação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
4	1	Fundação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
5	1	Fundação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
6	1	Fundação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
7	1	Fundação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
8	2	Fundação	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
9	2	Fundação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
10	2	Fundação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
11	2	Fundação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
12	2	Fundação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
13	2	Fundação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
14	2	Fundação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
15	3	Fundação	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.
16	3	Fundação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
17	3	Fundação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
18	3	Fundação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.

Via da Aprovação - Cronograma 90 dias INSS Pré-Edital 2026

19	3	Fundação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
20	3	Fundação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
21	3	Fundação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
22	4	Fundação	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
23	4	Fundação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
24	4	Fundação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
25	4	Fundação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
26	4	Fundação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
27	4	Fundação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
28	4	Fundação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
29	5	Fundação	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
30	5	Fundação	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.
31	5	Consolidação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
32	5	Consolidação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
33	5	Consolidação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
34	5	Consolidação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
35	5	Consolidação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
36	6	Consolidação	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
37	6	Consolidação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
38	6	Consolidação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
39	6	Consolidação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.

Via da Aprovação - Cronograma 90 dias INSS Pré-Edital 2026

40	6	Consolidação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
41	6	Consolidação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
42	6	Consolidação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
43	7	Consolidação	Previdenciário - seguridade/princípios/segurados	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
44	7	Consolidação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
45	7	Consolidação	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.
46	7	Consolidação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
47	7	Consolidação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
48	7	Consolidação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
49	7	Consolidação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
50	8	Consolidação	Previdenciário - seguridade/princípios/segurados	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
51	8	Consolidação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
52	8	Consolidação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
53	8	Consolidação	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
54	8	Consolidação	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
55	8	Consolidação	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
56	8	Consolidação	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
57	9	Consolidação	Previdenciário - seguridade/princípios/segurados	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
58	9	Consolidação	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
59	9	Consolidação	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
60	9	Consolidação	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.

Via da Aprovação - Cronograma 90 dias INSS Pré-Edital 2026

61	9	Reta final	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
62	9	Reta final	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
63	9	Reta final	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
64	10	Reta final	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
65	10	Reta final	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
66	10	Reta final	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
67	10	Reta final	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
68	10	Reta final	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
69	10	Reta final	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
70	10	Reta final	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
71	11	Reta final	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
72	11	Reta final	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
73	11	Reta final	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
74	11	Reta final	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
75	11	Reta final	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.
76	11	Reta final	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
77	11	Reta final	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
78	12	Reta final	Previdenciário - seguridade/princípios/seguros	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
79	12	Reta final	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
80	12	Reta final	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
81	12	Reta final	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.

Via da Aprovação - Cronograma 90 dias INSS Pré-Edital 2026

82	12	Reta final	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
83	12	Reta final	Revisão acumulada de Previdenciário	Ética no Serviço Público	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
84	12	Reta final	Revisão semanal + caderno de erros	Simulado parcial ou revisão 24h/7d/30d	2h30 a 4h	Corrigir erros, atualizar planilha e refazer itens errados.
85	13	Reta final	Previdenciário - seguridade/princípios/segurados	Português	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
86	13	Reta final	Previdenciário - benefícios/carência/qualidade de segurado	Direito Administrativo	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
87	13	Reta final	Previdenciário - financiamento/salário de contribuição	Raciocínio Lógico	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
88	13	Reta final	Previdenciário - processo administrativo/recursos	Direito Constitucional	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
89	13	Reta final	Lei nº 8.112/1990 + Administração Pública	Informática	2h30 a 4h	Teoria objetiva, lei seca, 25 a 40 itens Cebraspe e revisão ativa.
90	13	Reta final	Simulado diagnóstico/parcial	Correção ativa e análise de desempenho	2h30 a 4h	Fazer prova cronometrada, calcular saldo Cebraspe e mapear 3 fraquezas.