RAIO-X DA TRI · ENEM 2026

Reta final do ENEM: plano de 10 dias pela TRI

Dez dias até o 1º dia de prova e mais seis até a Matemática. Em cada dia, as habilidades que mais separam o seu degrau do próximo, medidas com a nota real dos alunos do ENEM de 2021 a 2025.

Prof. Rafael Teixeira

Professor de Matemática · Pelotas/RS

profrafaelteixeira.com.br/raio-x-da-tri-do-enem

Como usar este plano

1. **Descubra o seu degrau** em cada área no dia 1, com o Simulador da TRI.
2. **Siga a coluna do seu degrau.** Cada dia traz uma habilidade por área. Revise o assunto e faça as questões indicadas em "Treine".
3. **Em Matemática, siga a trilha do seu nível:** 6 questões por dia, escolhidas para a sua nota, todas resolvidas no Banco. A lista com os links está em profrafaelteixeira.com.br/raio-x-da-tri-do-enem/trilha/
4. **Marque ☐ feito** quando terminar o dia. Se perder um dia, siga em frente: o dia 8 serve para recuperar.

O seu degrau

Área	Nota no simulador	Coluna que você vai seguir
Linguagens		☐ Abaixo de 600 ☐ 600 ou mais
Humanas		☐ Abaixo de 600 ☐ 600 ou mais
Natureza		☐ Abaixo de 600 ☐ 600 ou mais
Matemática		☐ Nível 500 (até 549) ☐ 600 (550 a 649) ☐ 700 (650 a 749) ☐ 800 (750 ou mais)

De onde vêm as habilidades

Usei os microdados do INEP do ENEM de 2021 a 2025: a nota de todos os alunos e a resposta de cada um em cada questão. Para cada habilidade da Matriz do ENEM, comparei quantos acertavam as questões dela entre os alunos com nota perto de 500, de 600 e de 700. A ordem dos dias segue essa diferença: no dia 2 vem a habilidade em que o degrau de cima mais acertava a mais.

"Treine: ENEM 2024, q. 30" é a questão 30 do caderno azul de 2024. Todas estão no modo prova do Simulador da TRI. As de Matemática estão resolvidas no Banco de Questões, com a pista e a pegadinha, na página de cada habilidade: profrafaelteixeira.com.br/matriz-enem/

As questões da trilha de Matemática seguem a mesma ideia: entra no nível 600 a questão que quem tinha perto de 600 acertou de 3 a 6 vezes em cada 10, e quem tinha 700 acertou bem mais. Elas vão da mais acessível (dia 1) para a menos acessível (dia 10).

Linguagens e Humanas caem no 1º dia (8/11). Natureza e Matemática, no 2º (15/11). Por isso a Natureza fica para a semana depois do 1º dia, e a Matemática vai todos os dias.

PARTE 1

Dez dias até o 1º dia

Dia 1 qui 29/10 Descubra o seu degrau

☐ feito

Faça no **Simulador da TRI** a prova de Linguagens e a de Humanas do ENEM 2025, no tempo (cerca de 2 h cada uma, pode ser em dois turnos). Se der, faça também a de Matemática. Anote a nota de cada área na página 2: ela diz em qual coluna você vai trabalhar nos próximos dias.

No fim do simulador, veja a lista "Onde você mais perdeu nota". Copie as duas primeiras habilidades de cada área para o seu caderno.

Matemática: trilha, dia 1

6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2015 q.176 · 2023 q.153 · 2023 q.156 · 2024 q.139 · 2020 q.177 · 2019 q.149

NÍVEL 600
2023 q.162 · 2020 q.148 · 2021 q.143 · 2024 q.147 · 2025 q.147 · 2016 q.157

NÍVEL 700
2020 q.168 · 2020 q.144 · 2017 q.138 · 2025 q.166 · 2020 q.162 · 2018 q.155

NÍVEL 800
2025 q.177 · 2023 q.142 · 2018 q.141 · 2023 q.136 · 2025 q.162 · 2025 q.180

Dia 2 sex 30/10 Habilidades nº 1 do seu degrau

☐ feito

Linguagens

40 min

ABAIXO DE 600
H7 Estruturas e uso social do texto estrangeiro
Treine: ENEM 2025, q. 1 (inglês) · 2021, q. 1 (inglês)

600 OU MAIS
H22 Comparar opiniões e temas entre textos
Treine: ENEM 2024, q. 30 · 2025, q. 10

Humanas

40 min

ABAIXO DE 600
H5 Diversidade do patrimônio cultural
Treine: ENEM 2024, q. 51 · 2025, q. 71

600 OU MAIS
H5 Diversidade do patrimônio cultural
Treine: ENEM 2023, q. 50 · 2021, q. 84

Matemática: trilha, dia 2

6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2025 q.163 · 2019 q.136 · 2017 q.155 · 2025 q.168 · 2025 q.146 · 2022 q.179

NÍVEL 600
2020 q.156 · 2024 q.156 · 2021 q.160 · 2015 q.160 · 2025 q.176 · 2024 q.145

NÍVEL 700
2015 q.146 · 2020 q.151 · 2019 q.148 · 2024 q.174 · 2024 q.177 · 2019 q.174

NÍVEL 800
2022 q.136 · 2022 q.153 · 2022 q.163 · 2023 q.160 · 2025 q.153 · 2017 q.173

Dia 3 sáb 31/10 Habilidades nº 2 do seu degrau

☐ feito

Linguagens 40 min

ABAIXO DE 600
H9 Movimento corporal e necessidades do grupo
Treine: ENEM 2024, q. 44 · 2023, q. 6

600 OU MAIS
H14 Diversidade artística entre grupos sociais
Treine: ENEM 2024, q. 21 · 2023, q. 32

Humanas 40 min

ABAIXO DE 600
H27 Sociedade e meio físico
Treine: ENEM 2022, q. 77 · 2021, q. 59

600 OU MAIS
H23 Ética e organização política
Treine: ENEM 2022, q. 57 · 2025, q. 60

Matemática: trilha, dia 3 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2023 q.179 · 2017 q.178 · 2016 q.153 · 2021 q.164 · 2016 q.138 · 2020 q.164

NÍVEL 600
2023 q.137 · 2025 q.154 · 2024 q.152 · 2015 q.177 · 2017 q.139 · 2015 q.173

NÍVEL 700
2016 q.176 · 2024 q.166 · 2021 q.155 · 2025 q.167 · 2024 q.159 · 2020 q.172

NÍVEL 800
2019 q.137 · 2024 q.151 · 2017 q.179 · 2015 q.175 · 2025 q.171 · 2024 q.180

Dia 4 dom 01/11 Habilidades nº 3 do seu degrau

☐ feito

Linguagens 40 min

ABAIXO DE 600
H17 Valores no patrimônio literário nacional
Treine: ENEM 2024, q. 38 · 2021, q. 40

600 OU MAIS
H15 Texto literário e seu momento histórico
Treine: ENEM 2022, q. 30 · 2024, q. 31

Humanas 40 min

ABAIXO DE 600
H16 Técnica e tecnologia no trabalho e na vida social
Treine: ENEM 2022, q. 61 · 2023, q. 82

600 OU MAIS
H26 Ocupação do meio físico e paisagem
Treine: ENEM 2025, q. 59 · 2021, q. 67

Matemática: trilha, dia 4 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2015 q.139 · 2025 q.143 · 2018 q.172 · 2016 q.142 · 2016 q.154 · 2020 q.139

NÍVEL 600
2018 q.168 · 2024 q.157 · 2025 q.148 · 2020 q.167 · 2018 q.147 · 2024 q.168

NÍVEL 700
2015 q.152 · 2017 q.171 · 2019 q.162 · 2018 q.145 · 2024 q.160 · 2023 q.146

NÍVEL 800
2016 q.167 · 2020 q.145 · 2024 q.136 · 2018 q.153 · 2020 q.165 · 2019 q.157

Dia 5 seg 02/11 Habilidades nº 4 do seu degrau

☐ feito

Linguagens 40 min

ABAIXO DE 600
H6 Usar a língua estrangeira para chegar à informação
Treine: ENEM 2024, q. 1 (inglês) · 2022, q. 3 (inglês)

600 OU MAIS
H16 Construção do texto literário
Treine: ENEM 2023, q. 31 · 2023, q. 25

Humanas 40 min

ABAIXO DE 600
H8 Estados, migrações e problemas sociais
Treine: ENEM 2025, q. 54 · 2022, q. 83

600 OU MAIS
H27 Sociedade e meio físico
Treine: ENEM 2023, q. 78 · 2021, q. 75

Matemática: trilha, dia 5 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2024 q.154 · 2025 q.159 · 2022 q.177 · 2020 q.176 · 2023 q.151 · 2023 q.169

NÍVEL 600
2023 q.159 · 2023 q.157 · 2016 q.148 · 2024 q.158 · 2025 q.150 · 2015 q.144

NÍVEL 700
2023 q.167 · 2018 q.148 · 2021 q.167 · 2017 q.165 · 2021 q.169 · 2016 q.156

NÍVEL 800
2023 q.168 · 2022 q.159 · 2016 q.178 · 2023 q.138 · 2016 q.165 · 2018 q.175

Dia 6 ter 03/11 Habilidades nº 5 do seu degrau

☐ feito

Linguagens 40 min

ABAIXO DE 600
H27 Norma padrão nas situações de comunicação
Treine: ENEM 2024, q. 39 · 2025, q. 13

600 OU MAIS
H18 Progressão e organização do texto
Treine: ENEM 2024, q. 28 · 2022, q. 18

Humanas 40 min

ABAIXO DE 600
H15 Conflitos ao longo da história
Treine: ENEM 2024, q. 64 · 2023, q. 70

600 OU MAIS
H11 Práticas de grupos sociais no tempo e no espaço
Treine: ENEM 2025, q. 74 · 2021, q. 88

Matemática: trilha, dia 6 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2016 q.144 · 2022 q.168 · 2015 q.138 · 2015 q.158 · 2025 q.179 · 2025 q.136

NÍVEL 600
2019 q.153 · 2024 q.144 · 2025 q.157 · 2025 q.161 · 2021 q.162 · 2019 q.151

NÍVEL 700
2023 q.154 · 2023 q.175 · 2018 q.143 · 2016 q.136 · 2021 q.146 · 2016 q.170

NÍVEL 800
2015 q.147 · 2024 q.169 · 2015 q.174 · 2022 q.174 · 2017 q.156 · 2023 q.163

Dia 7 qua 04/11 Habilidades nº 6 do seu degrau

☐ feito

Linguagens 40 min

ABAIXO DE 600
H5 Ligar palavras do texto estrangeiro ao tema
Treine: ENEM 2025, q. 4 (inglês) · 2022, q. 4 (inglês)

600 OU MAIS
H17 Valores no patrimônio literário nacional
Treine: ENEM 2021, q. 40 · 2025, q. 21

Humanas 40 min

ABAIXO DE 600
H30 Preservação e degradação do planeta
Treine: ENEM 2025, q. 80 · 2022, q. 49

600 OU MAIS
H1 Fontes históricas e geográficas sobre a cultura
Treine: ENEM 2025, q. 72 · 2022, q. 86

Matemática: trilha, dia 7 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2022 q.173 · 2022 q.171 · 2024 q.178 · 2020 q.153 · 2021 q.149 · 2015 q.148

NÍVEL 600
2020 q.180 · 2016 q.137 · 2022 q.162 · 2018 q.146 · 2019 q.139 · 2020 q.175

NÍVEL 700
2021 q.179 · 2021 q.180 · 2015 q.157 · 2025 q.137 · 2022 q.169 · 2024 q.141

NÍVEL 800
2019 q.141 · 2019 q.163 · 2015 q.170 · 2017 q.167 · 2018 q.138 · 2020 q.146

Dia 8 qui 05/11 Volte nos seus erros

☐ feito

Releia as questões que você errou nos dias 2 a 7. Para cada uma, escreva em uma linha o que faltou: leitura do texto, conceito ou atenção. Errar de novo a mesma coisa é o que mais custa na TRI.

Escreva uma redação completa no tempo de 1 h 10 min. Pode ser um tema de ENEM anterior.

Matemática: trilha, dia 8 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2017 q.164 · 2020 q.142 · 2025 q.142 · 2017 q.157 · 2023 q.159 · 2020 q.148

NÍVEL 600
2023 q.141 · 2022 q.154 · 2022 q.170 · 2018 q.177 · 2024 q.153 · 2023 q.143

NÍVEL 700
2017 q.151 · 2023 q.148 · 2018 q.157 · 2019 q.161 · 2021 q.161 · 2018 q.179

NÍVEL 800
2022 q.178 · 2016 q.168 · 2020 q.158 · 2023 q.178 · 2024 q.165 · 2018 q.169

Dia 9 sex 06/11 Ensaio da prova

☐ feito

Faça Linguagens ou Humanas do ENEM 2019 inteira no Simulador, no horário da prova (a partir das 13h30). Treine a ordem: primeira volta só nas que você resolve, segunda volta nas que travaram, e marque todas antes de acabar o tempo.

Matemática: trilha, dia 9 6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2023 q.162 · 2023 q.180 · 2024 q.147 · 2023 q.137 · 2021 q.136 · 2025 q.176

NÍVEL 600
2021 q.178 · 2019 q.165 · 2016 q.139 · 2017 q.144 · 2024 q.176 · 2020 q.174

NÍVEL 700
2020 q.166 · 2018 q.167 · 2021 q.171 · 2021 q.157 · 2022 q.149 · 2023 q.165

NÍVEL 800
2015 q.159 · 2025 q.144 · 2017 q.158 · 2025 q.178 · 2016 q.171 · 2020 q.149

Dia 10 sáb 07/11 Dia leve

☐ feito

Nada de conteúdo novo. Separe o documento com foto, o cartão de confirmação, a caneta preta de tubo transparente e o lanche. Confira o local de prova e quanto tempo leva para chegar. Confira no cartão de confirmação o horário em que os portões fecham (no ENEM 2025, foi às 13h, horário de Brasília).

Releia só a página "No dia da prova", no fim deste plano, e durma cedo.

PARTE 2

A semana da Matemática e da Natureza

Dia 11 seg 09/11 Corrija o 1º dia e siga

☐ feito

Marque as 90 respostas do 1º dia no **Corretor do ENEM 2026** e veja a faixa de nota provável. Depois, faça a Natureza do ENEM 2025 no Simulador, se ainda não fez, para saber o seu degrau em Natureza.

Matemática: trilha, dia 10

6 questões · 50 min

NÍVEL 500
2021 q.160 · 2018 q.140 · 2024 q.168 · 2025 q.150 · 2020 q.156 · 2025 q.141

NÍVEL 600
2020 q.169 · 2018 q.160 · 2024 q.140 · 2021 q.172 · 2018 q.171 · 2025 q.156

NÍVEL 700
2018 q.166 · 2016 q.162 · 2022 q.148 · 2019 q.164 · 2023 q.173 · 2020 q.179

NÍVEL 800
2023 q.170 · 2024 q.150 · 2019 q.152 · 2018 q.152 · 2016 q.180 · 2024 q.146

Natureza

40 min

ABAIXO DE 600
H3 Ciência e senso comum ao longo do tempo
Treine: ENEM 2022, q. 131 · 2024, q. 93

600 OU MAIS
H24 Linguagem e nomenclatura da química
Treine: ENEM 2021, q. 113 · 2023, q. 123

Dia 12 ter 10/11 Habilidades nº 2 do seu degrau

☐ feito

Natureza

40 min

ABAIXO DE 600
H28 Adaptações dos seres vivos ao ambiente
Treine: ENEM 2025, q. 93 · 2021, q. 93

600 OU MAIS
H20 Movimentos de partículas, objetos e astros
Treine: ENEM 2022, q. 103 · 2023, q. 100

Matemática

40 min

PERTO DE 500
H25 Problemas com dados de gráficos e tabelas
Treine: ENEM 2021, q. 147 · 2025, q. 163

PERTO DE 600
H19 Expressão algébrica que representa uma relação
Treine: ENEM 2021, q. 141 · 2024, q. 166

700 OU MAIS
H28 Problemas de estatística e probabilidade
Treine: ENEM 2024, q. 137 · 2023, q. 168

Dia 13 qua 11/11 Habilidades nº 3 do seu degrau

☐ feito

Natureza

40 min

ABAIXO DE 600
H12 Impactos ambientais de atividades humanas
Treine: ENEM 2023, q. 130 · 2023, q. 93

600 OU MAIS
H15 Modelos e experimentos em biologia
Treine: ENEM 2022, q. 120 · 2022, q. 114

Matemática

40 min

PERTO DE 500
H1 Significados e representações dos números
Treine: ENEM 2025, q. 151 · 2022, q. 175

PERTO DE 600
H25 Problemas com dados de gráficos e tabelas
Treine: ENEM 2021, q. 150 · 2021, q. 147

700 OU MAIS
H2 Padrões numéricos e contagem
Treine: ENEM 2025, q. 180 · 2024, q. 142

Dia 14 qui 12/11 Habilidades nº 4 do seu degrau ☐ feito

Natureza 40 min

ABAIXO DE 600
H4 Propostas de intervenção no ambiente e na biodiversidade
Treine: ENEM 2022, q. 132 · 2025, q. 104

600 OU MAIS
H22 Radiação e matéria
Treine: ENEM 2024, q. 125 · 2025, q. 110

Matemática 40 min

PERTO DE 500
H24 Tirar conclusões de gráficos e tabelas
Treine: ENEM 2022, q. 179 · 2023, q. 139

PERTO DE 600
H27 Média, moda, mediana e dispersão
Treine: ENEM 2021, q. 148 · 2024, q. 178

700 OU MAIS
H9 Argumentar com geometria no cotidiano
Treine: ENEM 2025, q. 171 · 2023, q. 148

Dia 15 sex 13/11 Habilidades nº 5 do seu degrau ☐ feito

Natureza 40 min

ABAIXO DE 600
H18 Propriedades dos materiais e para que servem
Treine: ENEM 2024, q. 91 · 2022, q. 104

600 OU MAIS
H21 Termodinâmica e eletromagnetismo
Treine: ENEM 2022, q. 95 · 2023, q. 119

Matemática 40 min

PERTO DE 500
H27 Média, moda, mediana e dispersão
Treine: ENEM 2025, q. 142 · 2023, q. 137

PERTO DE 600
H26 Argumentar com gráficos e tabelas
Treine: ENEM 2021, q. 143 · 2023, q. 166

700 OU MAIS
H8 Problemas de geometria
Treine: ENEM 2025, q. 149 · 2022, q. 174

Dia 16 sáb 14/11 Habilidades nº 6 do seu degrau ☐ feito

Natureza 40 min

ABAIXO DE 600
H22 Radiação e matéria
Treine: ENEM 2022, q. 130 · 2024, q. 125

600 OU MAIS
H10 Poluição: fontes, transporte e efeitos
Treine: ENEM 2023, q. 129 · 2021, q. 104

Matemática 40 min

PERTO DE 500
H4 Avaliar se um resultado numérico faz sentido
Treine: ENEM 2021, q. 173 · 2024, q. 158

PERTO DE 600
H28 Problemas de estatística e probabilidade
Treine: ENEM 2025, q. 137 · 2021, q. 146

700 OU MAIS
H15 Dependência entre grandezas
Treine: ENEM 2025, q. 169 · 2024, q. 161

No dia da prova

1. **Primeira volta nas que você resolve.** A TRI desconfia de quem erra as fáceis e acerta as difíceis. Garantir as fáceis vale mais do que brigar com uma difícil.
2. **Marque todas.** Questão em branco conta como erro. A chance típica de acertar sem saber é de 16%, e acertar nunca deixa a nota menor do que errar a mesma questão.

3. **Marque suas respostas também no caderno de questões.** Quem sai nos últimos 30 minutos pode levar o caderno para casa. À noite você corrige no Corretor do ENEM 2026.

Links

- **Simulador da TRI:** profrafaelteixeira.com.br/raio-x-da-tri-do-enem/simulador/
- **Corretor do ENEM 2026** (8/11 e 15/11 à noite): profrafaelteixeira.com.br/raio-x-da-tri-do-enem/corretor-2026/
- **Reta final pela TRI**, com as tabelas completas: profrafaelteixeira.com.br/raio-x-da-tri-do-enem/reta-final/
- **Matemática do ENEM 2026 resolvida** (15/11): profrafaelteixeira.com.br/enem-2026/

Dados: microdados do Enem 2021 a 2025 e ITENS_PROVA, INEP. É dado histórico, não previsão de nota. Plano feito pelo Prof. Rafael Teixeira.