



# **Roteiro de Estudos de Inglês para 2024**



# Conteúdo

## **03** Roteiro de Estudos de Inglês para 2023

- 04** Janeiro & Fevereiro
- 05** Março & Abril
- 06** Maio & Junho
- 07** Julho em diante (até o final do ano!)

## **09** A técnica do Estudo de Textos com Áudio

- 09** O que é a técnica do estudo de textos com áudio?
- 10** Quando devo usar a técnica? Ela serve para que nível?
- 10** Por quanto tempo devo estudar textos com áudio?
- 11** Quais são os materiais necessários para usar a técnica?
- 12** Como usar a técnica passo a passo!
- 18** O que fazer depois dos 5 passos?
- 19** Criando uma playlist com os áudios estudados
- 20** Exemplo de rotina de estudos

## **21** A técnica da Mineração de Sentenças

- 21** O que é a técnica da Mineração de Sentenças?
- 22** Mineração de Sentenças: O passo-a-passo!
- 30** Como colocar a Mineração de Sentenças na minha rotina de estudos?

## **31** A técnica do MAR



# Roteiro de Estudos de Inglês para 2023

INGLÊS COM A GRINGA

---

Seja bem-vindo ao Roteiro de Estudos Oficial do Projeto Inglês 2023. Neste guia, você aprenderá tudo o que precisa fazer mês a mês ao longo do ano para aprender inglês de forma simples e eficiente. Antes de qualquer outra coisa, certifique-se de entender bem como funcionam as seguintes técnicas de estudos:

**1 Técnica do  
Estudo de Textos  
com Áudio**

**2 Técnica da  
Mineração de  
Sentenças**

**3 Técnica  
do MAR**

As três técnicas foram ensinadas nas aulas no Projeto Inglês 2023 e também estão descritas em detalhes neste guia. Toda sua jornada de estudos será focada no uso dessas técnicas, assim, novamente, certifique-se de entender bem como cada uma delas funciona.

Segue na próxima página seu roteiro de estudos mês a mês:



## ➤ **Janeiro & Fevereiro**

**Durante seus dois primeiros meses de estudo, use somente a técnica do Estudo de Textos com Áudio e dedique 1 hora por dia aos estudos.**

De forma prática, procure na Internet por textos curtos em inglês e monte um “arquivo” com vários textos, que você estudará nos meses de janeiro e fevereiro.

Nesses dois meses iniciais, você terá dois objetivos:

**1**

Primeiro, você precisa dominar o uso da técnica do Estudo de Textos com Áudio, o que só acontecerá com a prática diária. As primeiras semanas podem ser um pouco desafiadoras, porém praticando diariamente (cerca de 1 hora por dia), dentro de algumas semanas você se sentirá bem mais confortável com o estudo dos textos. E não esqueça também de escutar os áudios dos textos regularmente! Essa é uma parte essencial da técnica que muitas pessoas negligenciam.

**2**

Já o segundo objetivo é criar uma “base”, uma “fundação” para seu inglês. A cada texto estudado, você aprenderá mais palavras em inglês e se familiarizará cada vez mais com a gramática e os sons do idioma. Criar essa base inicial será fundamental para os próximos meses de estudos.



## ➤ **Março & Abril**

### **Nos meses de março e abril, adicione a técnica da Mineração de Sentenças aos seus estudos.**

Observe que **você não deve parar de estudar textos com áudio!** Você continuará estudando textos com áudio e junto com isso fará a Mineração de Sentenças.

Comece aos poucos, minerando em torno de 5 palavras por dia, e aos poucos vá aumentando. O ritmo ideal, na minha opinião, é 10 palavras por dia.



Aqui será importante também gerenciar o seu tempo diário de estudos. Procure dividir seu tempo entre 50% textos com áudio e 50% mineração de sentenças. Por exemplo, se você tem uma hora por dia para estudar, divida o tempo em 30 minutos para estudo de textos e 30 minutos para mineração.

Seus objetivos nesses meses serão **aprender a usar bem a técnica da mineração de sentenças** e **continuar expandindo sua “base” no inglês** através do aprendizado constante de vocabulário e da exposição diária ao idioma através de textos, áudios e das sentenças mineradas.



## ➤ Maio & Junho

**Aqui as coisas começam a ficar interessantes, pois é hora de adicionarmos a técnica do MAR aos estudos. Preste bem atenção, você deverá fazer o seguinte:**

Continuar estudando textos com áudio e minerando sentenças.

Acrescentar inicialmente 30 minutos de MAR à sua rotina diária de estudos.

Nessa fase, dois fatores são importantes:

1

Primeiro, saiba que o MAR, no começo, pode ser muito desafiador. Mas não se apavore! É tudo uma questão de treino e foco no longo prazo. Para facilitar, você pode fazer o MAR com áudio em inglês e legendas também em inglês usando seriados em sites como Netflix, vídeos no YouTube (que tenham legendas em inglês) ou mesmo assistindo palestras em inglês em sites como [TED.com](https://www.ted.com) (que também têm legendas em inglês). Claro que, se quiser, você também pode fazer sem legenda nenhuma! O importante é **fazer MAR todos os dias**, inicialmente durante 30 minutos por dia, para ir aos poucos se acostumando com a coisa.

2

O segundo fator é que você precisará organizar bem o seu tempo diário de estudos para conciliar as três técnicas de estudos: textos com áudio, mineração e MAR. O ideal é dedicar no mínimo 30 minutos diários para cada uma das técnicas.



## ➤ **Julho em diante** (até o final do ano!)

### **A partir de julho você deverá:**

Parar de estudar textos com áudio.

Fazer sua meta de mineração diária.

Aumentar o tempo de MAR para no mínimo 1 hora por dia (se possível mais).

Acrescentar um tempo diário de leitura. OPCIONAL

O seu objetivo a partir de agora é expandir ao máximo o seu vocabulário e a sua compreensão oral do inglês, pois essas são de longe as duas habilidades mais importantes para o seu aprendizado e para que futuramente você se torne fluente.

Todos os dias, faça a sua mineração de sentenças e invista todo seu tempo restante em fazer MAR. Agora é hora de você fazer de fato uma imersão diária no idioma e assistir o máximo possível de filmes, seriados, vídeos, podcasts, palestras, noticiários, etc.

“

**Literalmente, quanto mais tempo  
você passar em contato com o  
inglês, mais você aprenderá.**



Você pode também, como opção, acrescentar a leitura à sua rotina de estudos. Nesse ponto, você já terá uma boa base de vocabulário para começar a ler websites, blogs, jornais e até mesmo livros em inglês.



Se você gosta de ler, simplesmente procure leituras sobre assuntos do seu interesse e dedique certo tempo do seu dia à leitura. Ao ler, você pode procurar as palavras que não sabe em um dicionário ou simplesmente ignorar todas as palavras desconhecidas e seguir em frente, procurando somente palavras desconhecidas que se repetirem muitas vezes no texto. Ambas as abordagens têm efeitos positivos no seu aprendizado.

Mas como eu disse, a leitura é opcional, o “roteiro oficial” é manter a mineração diária e **fazer o máximo possível de MAR todos os dias** até o final do ano.



Se você seguir esse guia à risca, no final do ano perceberá uma melhora muito grande no seu inglês, muito maior do que na grande maioria dos cursos e método tradicionais.

Mas como eu gosto de falar, este guia não é o “pó mágico do inglês”, ele exige que você não somente aprenda os métodos aqui ensinados, como também os coloque em prática diariamente ao longo de todo o ano. A boa notícia é que, se você fizer isso, os resultados são garantidos!

Nas próximas páginas, você encontrará descrições completas das três técnicas de estudos usadas neste guia.





# A Técnica do Estudo de Textos com Áudio

## GUIA PASSO A PASSO

---

### ... O que é a técnica do estudo de Textos com Áudio?

O estudo de Textos com Áudio é a técnica fundamental. Ela é a primeira técnica que você deve aprender e usar durante seus primeiros meses de estudos. É através dela que você desenvolverá a sua base no inglês, ou seja, você aprenderá o básico do vocabulário, da gramática, dos sons e do ritmo do idioma. Essa base inicial, por sua vez, será necessária para que você consiga progredir para as técnicas mais avançadas do método.

De forma simples, o estudo de textos com áudio consiste em usar pequenos textos em inglês acompanhados de arquivos de áudios (a narração dos textos).

E então estudar esses textos e áudios visando tornar-se capaz de ler e entender os textos e ouvir e compreender os áudios.



Uma vez que você desenvolver a capacidade de ler e entender um texto/áudio em inglês, você naturalmente (como consequência dos seus estudos) acabará aprendendo o vocabulário e a gramática usados no texto/áudio, bem como também se familiarizará com os sons e o ritmo do idioma.

### ... **Quando devo usar a técnica?** **Ela serve para que nível?**

A técnica do estudo de textos com áudio é ideal para iniciantes, incluindo tanto pessoas que sabem pouco inglês quanto pessoas que estão começando do absoluto zero.

Como já dito, o objetivo da técnica é criar uma base, uma fundação para seu inglês, que permita que você futuramente comece a usar as técnicas mais avançadas. Ainda assim, caso você já tenha um nível mais próximo ao intermediário ou mesmo intermediário, porém esteja começando agora, é recomendável estudar alguns textos com áudio para entender bem os fundamentos do método.

### ... **Por quanto tempo devo estudar textos com áudio?**

Eu recomendo estudar textos com áudio por volta de 1 hora por dia durante 2 a 6 meses.



A duração dos estudos (entre 2 a 6 meses) vai variar principalmente de acordo com quantos dias por semana você estuda. Se você estudar entre 5 a 7 dias por semana, por exemplo, 2 a 3 meses já serão suficientes para você desenvolver uma boa base no idioma. Caso estudar entre 2 e 3 dias por semana, já é melhor permanecer entre 4 e 6 meses estudando textos com áudio.

## ... Quais são os materiais necessários para usar a técnica?

### ➤ TEXTOS

Textos curtos em inglês (em torno de 30 segundos de duração ou menos, em termos de áudio, é ideal para começar).

### ➤ ÁUDIOS

Arquivos de áudio com a narração desses textos gravada preferencialmente por falantes nativos de inglês.

### ➤ DICIONÁRIOS

Bons dicionários de inglês-português, de preferência dicionários online (recomendação: <https://context.reverso.net/traducao>).

### ➤ TRADUÇÕES

A tradução em português dos textos. (OPCIONAL, MAS MUITO ÚTIL)

Dos materiais acima, os três primeiros são obrigatórios, já a tradução do texto é opcional, porém muito recomendada, pois facilitará bastante os



estudos. Observe também que os áudios dos textos devem ser preferencialmente gravados por falantes nativos de inglês e em velocidade normal de fala (não devem ser áudios lentos, nos quais o narrador fala mais lentamente para facilitar o entendimento), pois é essencial que você acostume seus ouvidos desde o princípio com o inglês “de verdade”, ou seja, o inglês falado na velocidade e com o ritmo dos falantes nativos. Já sobre os dicionários, dê preferência para dicionários online. Hoje em dia não há motivos ou vantagens em usar dicionários de papel, pois o tempo perdido para buscar cada palavra é muito grande quando comparado com dicionários online. Um ótimo dicionário para começar é o **Reverso Context** (<https://context.reverso.net/traducao>).

## ! COMO USAR A TÉCNICA PASSO A PASSO

Segue abaixo um guia passo a passo de como usar a técnica do estudo de textos com áudio:

1

### Escuta inicial do áudio

O primeiro passo é escutar somente o áudio (sem o texto) uma ou duas vezes apenas para ter uma ideia do quanto você consegue entender. Talvez você não entenda praticamente nada, talvez entenda somente algumas palavras, quem sabe até mesmo algumas frases. Tanto faz! O objetivo aqui é apenas ter uma ideia inicial do áudio e também verificar mais ou menos o quanto você entende, para que assim possamos fazer uma comparação após estudarmos todo o texto.



2

## Estudo linha a linha do texto

O segundo passo é fazer um estudo linha a linha do texto com objetivo de entender o significado de todas as frases do texto. Uma forma simples de entender o passo 2 é imaginar que você tem que “desvendar” ou “decifrar” o significado de cada uma das frases do texto. Para fazer isso, dois recursos serão extremamente importantes: a tradução do texto e dicionários de inglês-português. Vamos observar na prática como isso funciona. Abaixo temos um pequeno texto em inglês e sua tradução.

### » Texto em inglês

There was once a farmer and his wife. She had been married before, her first husband had died, and now she was married again. They lived on a remote farm in the west of England, and what a pair of fools they were!

### » Tradução em português

Era uma vez um fazendeiro e sua esposa. Ela tinha sido casada antes, o primeiro marido dela tinha morrido, e agora ela era casada novamente. Eles moravam em uma remota fazenda no oeste da Inglaterra, e que par de tolos eles eram!

Agora vamos observar somente a primeira linha do texto e sua tradução em português:

» **There was once a farmer and his wife.**

» **Era uma vez um fazendeiro e sua esposa.**



Veja que ao comparar a frase em inglês com a frase em português, você consegue aprender várias das estruturas (conjuntos de palavras) usadas na frase, como no exemplo colorido abaixo:

There was once	a farmer	and his wife.
Era uma vez	um fazendeiro	e sua esposa.

Ao realizar esse estudo/comparação entre a frase em inglês e português, é muito importante focar mais em estruturas do que em palavras soltas. Procure sempre identificar padrões e estruturas em vez de palavras soltas.

Vamos observar mais algumas frases e identificar padrões:

She had been married	before,
Ela tinha sido casada	antes,

her first husband	had died,
o primeiro marido dela	tinha morrido,

and now	she was married again.
e agora	ela era casada novamente.

Além de simplesmente comparar os dois idiomas, você também pode usar um dicionário para tirar dúvidas sobre palavras específicas. Apenas lembre-se de que nem sempre você conseguirá entender perfeitamente o significado exato de cada palavra através do dicionário. É justamente



por isso que você deve focar em entender estruturas (conjuntos de palavras) e usar mais a comparação entre os idiomas do que o dicionário. O dicionário será apenas um “reforço”.

Outro ponto importante é sempre ter em mente que seu foco é entender o significado de frases e estruturas, mesmo que você não conheça regras ou porquês. Por exemplo, vamos supor que após estudar a primeira frase (observe abaixo), você entendeu que **“There was once”** significa **“Era uma vez”**.

There was once	a farmer	and his wife.
Era uma vez	um fazendeiro	e sua esposa.

No entanto, talvez você não tenha entendido as regras gramaticais usadas nessa estrutura ou mesmo por que “There was once” significa “Era uma vez”. Isso não importa, apenas aprenda que “There was once” significa “Era uma vez” e siga em frente nos estudos. Um dos conceitos mais importantes para aprender inglês é lembrar que...

“

**Você não precisa saber as regras ou os porquês do inglês, a única coisa que você precisa é entender o significado de frases e estruturas.**



Dando continuidade ao passo a passo, realize então cuidadosamente o estudo linha a linha de todas as frases do texto e, quando terminar, passe para o passo 3.

3

### Treinamento de leitura + escuta

Uma vez que você estudou todas as linhas do texto e já tem uma boa noção do significado de cada frase, agora é hora então de treinar a sua leitura e escuta do texto. Você começará a fazer isso lendo e escutando o texto ao mesmo tempo, usando somente o texto em inglês (sem o português). Coloque o áudio do texto para tocar e, enquanto escuta o áudio, vá lendo o texto. Atenção: não é para ler em voz alta! Apenas “leia com os olhos”.

No começo pode ser um pouco difícil de acompanhar a velocidade do narrador, talvez você se perca ou mesmo esqueça o significado de várias frases ou palavras. **Não se apavore!** Isso tudo faz parte do processo de aprendizado. Lembre-se de que você está **TREINANDO**, assim será preciso ler e escutar o texto ao mesmo tempo várias vezes até que você consiga acompanhar tranquilamente.

E caso você esqueça o significado de alguma palavra, você pode consultar o texto em português para lembrar e depois retornar ao treino de leitura + escuta. Siga então fazendo o treino algumas vezes até conseguir ler + escutar com certa tranquilidade.

➤ **ATENÇÃO! Você não precisa entender tudo perfeitamente ou fazer o treino 50 vezes! Treine entre 5 e 10 vezes e você já perceberá uma boa melhora no seu entendimento.**





## 4

### Treinamento de escuta

Após finalizar o treinamento de leitura + escuta, agora é hora de fazer o treinamento somente de escuta! Simplesmente coloque o áudio para tocar e escute várias vezes sem olhar o texto. Seu foco é simplesmente entender o áudio, como se alguém estivesse lhe contando uma história. No começo será um pouco difícil, talvez você entenda bem pouco, talvez se perca por conta da velocidade do áudio, porém é tudo uma questão de treino, quanto mais repetições você fizer, mais entenderá.

Faça várias repetições até perceber que sua escuta já melhorou um pouco. Depois disso, caso tenha esquecido o significado de algumas frases ou palavras, consulte novamente o texto para “reaprender” o que esqueceu, e depois retorne ao treino somente de áudio e faça mais algumas repetições (recomendo de 5 a 10 repetições, mas você pode fazer mais caso queira).

Após as repetições, você notará que está entendendo melhor o áudio, embora possivelmente ainda não entenda tudo. Agora é hora então de ir para a última etapa!

## 5

### Avaliação de desempenho

Esta etapa é extremamente importante, pois é aqui que você perceberá o seu progresso nos estudos de textos com áudio. Inicialmente, lembre-se de quanto você entendia do áudio no Passo 1 (Escuta inicial). Agora compare seu entendimento prévio com seu entendimento atual (após finalizar o Passo 4).



Por exemplo: digamos que inicialmente, no Passo 1, você entendia somente 20% do áudio e agora, após concluir o Passo 4, você entende 60% do áudio do texto. Isso significa que seu entendimento do áudio literalmente triplicou! Não somente isso, além de melhorar seu entendimento, você também melhorou sua leitura, seu vocabulário e sua gramática do inglês, pois tudo isso faz parte do texto.



Atente-se também ao fato de que você não precisa entender 100% do áudio do texto, você precisa apenas **MELHORAR**. De fato, seu único objetivo é MELHORAR, é terminar um texto/áudio lendo melhor, entendendo melhor, sabendo mais palavras e mais familiarizado com as estruturas usadas no texto.

Outro ponto importante é não achar que você está entendendo o áudio ou mesmo o texto somente por que “decorou”. É muito comum, principalmente nos seus primeiros textos, você acabar decorando algumas frases do texto e achar que “não aprendeu, somente decorou”. Essa sensação faz parte dos estudos e passará com o tempo, principalmente conforme você estuda mais e mais textos. Assim, mesmo que no começo você acabe decorando algumas frases, simplesmente dê continuidade aos estudos e siga aprendendo mesmo que algumas partes sejam decoradas.



## O que fazer depois dos 5 passos?

Uma vez que você realizou os 5 passos com um texto, agora basta repetir o processo com outros textos.



**Eu recomendo, se possível, estudar 1 texto por dia, gastando não mais de 1 hora por dia em seus estudos.** Comece com textos curtos, com cerca de 30 segundos de duração ou até menos, e vá aumentando aos poucos conforme seu inglês melhora, porém mantendo seu tempo de estudos sempre em torno de 1 hora por dia.

Se você estudar 5 textos por semana, em um mês terá estudado 20 textos, e em três meses serão 60 textos, o que já te dará uma boa base inicial no idioma e um aprendizado muito mais efetivo e rápido do que métodos ou cursos tradicionais baseados em gramática e exercícios.

### **! CRIANDO UMA PLAYLIST COM OS ÁUDIOS ESTUDADOS**

Após finalizar o estudo de um texto, adicione o áudio do texto a uma playlist e todos os dias, além de estudar um texto, escute todos os áudios da sua lista.

Por exemplo, digamos que você já estudou 7 textos diferentes. Isso significa que a sua playlist conterà os áudios desses 7 textos. No dia em que você for estudar seu oitavo texto, além de gastar cerca de uma hora estudando o oitavo texto, gaste mais um tempo extra escutando toda a sua lista com os 7 áudios já estudados. Em outras palavras, sua rotina de estudos diária consistirá em estudar um texto novo e escutar sua playlist com os áudios dos textos já estudados. Observe abaixo um exemplo de rotina de estudos para seus primeiros dias.



## ➤ EXEMPLO DE ROTINA DE ESTUDOS

<b>1° DIA</b> Estudar texto 1.	<b>2° DIA</b> Estudar texto 2. Escutar sua playlist com os textos já estudados. (TEXTO 1)	<b>3° DIA</b> Estudar texto 3. Escutar sua playlist com os textos já estudados. (TEXTOS 1 E 2)
<b>4° DIA</b> Estudar texto 4. Escutar sua playlist com os textos já estudados. (TEXTOS 1, 2 E 3)	<b>5° DIA</b> Estudar texto 5. Escutar sua playlist com os textos já estudados. (TEXTOS 1, 2, 3 E 4)	<b>6° DIA</b> E assim por diante.

### RELEMBRANDO!

#### ☹ Por quanto tempo devo estudar textos com áudio?

Eu recomendo estudar textos com áudio por volta de 1 hora por dia durante 2 a 6 meses.

A duração dos estudos (entre 2 a 6 meses) vai variar principalmente de acordo com quantos dias por semana você estuda. Se você estudar entre 5 a 7 dias por semana, por exemplo, 2 a 3 a meses já serão suficientes para você desenvolver uma boa base no idioma. Caso estudar entre 2 e 3 dias por semana, já é melhor permanecer entre 4 e 6 meses estudando textos com áudio.



# A Técnica da Mineração de Sentenças

## GUIA PASSO A PASSO

---

### ... O que é a técnica da Mineração de Sentenças?

Ao aprender inglês (ou qualquer outro idioma), você deve sempre ter em mente que o vocabulário é a base do aprendizado, ou seja, quanto mais palavras você souber, mais fácil será entender e se comunicar no idioma. Por outro lado, se você tiver um vocabulário pequeno, ou seja, se souber poucas palavras no idioma, jamais sairá dos níveis básicos.

Existem várias maneiras de aumentar seu vocabulário, porém existe uma técnica em específico que se destaca: a técnica da Mineração de Sentenças.

**A Mineração de Sentenças é uma forma simples e altamente efetiva de expandir seu vocabulário em inglês, que se usada diariamente fará seu vocabulário simplesmente “decolar”!**

Não só isso, a técnica também aumentará muito o seu nível de conforto com o idioma, pois como você estará diariamente lendo e aprendendo novas palavras e frases no idioma, naturalmente você se sentirá cada vez



mais à vontade com o inglês. Neste guia, eu vou lhe explicar passo a passo como usar a técnica da Mineração de Sentenças. Preparado? Então vamos lá!

## **! MINERAÇÃO DE SENTENÇAS: O PASSO-A-PASSO!**

Podemos separar a técnica da Mineração de Sentenças em cinco passos:

**1** Definir uma meta diária de novas palavras para aprender.

·  
·  
·  
·  
·

**2** Encontrar palavras que você não conhece em inglês.

·  
·  
·  
·  
·

**3** Encontrar frases  $i+1$  com essas palavras.

**4** Anotar suas palavras e frases.

·  
·  
·  
·  
·

**5** Revisar diariamente suas palavras e frases.

·  
·  
·  
·  
·

**!** **Agora vamos aprender como funciona cada um dos passos.**



1

## Definir uma meta diária de novas palavras para aprender

O primeiro passo é definir quantas palavras você quer aprender por dia. Essa é uma etapa importante, pois a sua meta diária de palavras vai influenciar diretamente no tempo que você gastará por dia estudando.

Em outras palavras, se você definir uma meta muito alta, provavelmente terá que passar muito tempo por dia estudando. Por isso, o ideal é definir uma meta balanceada, alinhada com seu dia a dia e seu tempo livre, mas que ao mesmo tempo proporcione um bom ritmo de aprendizado. As minhas recomendações para sua meta de novas palavras por dia são as seguintes:

### ➤ **RITMO SUPER TRANQUILO** • **5 PALAVRAS NOVAS POR DIA**

Ritmo mais tranquilo, ideal para quem tem pouquíssimo tempo para estudar. Nesse ritmo você aprenderá cerca de 1500 palavras por ano.

### ➤ **RITMO IDEAL** • **10 PALAVRAS NOVAS POR DIA**

O ritmo ideal de estudos, nem muito, nem pouco, que proporcionará um ótimo aprendizado. Nesse ritmo você aprenderá cerca de 3000 palavras por ano.

### ➤ **RITMO INTENSO** • **15 A 20 PALAVRAS NOVAS POR DIA**

Ritmo mais acelerado e mais intenso. Recomendado somente para quem tem bastante tempo livre e já está bem acostumado com a técnica. Nesse ritmo você aprenderá cerca de 6000 palavras por ano.



Particularmente, se essa for a sua primeira vez usando a técnica, eu recomendo começar com 5 palavras por dia e aos poucos, conforme você se familiarizar com a técnica, aumentar o ritmo para 10 palavras por dia, que é o ritmo que eu considero ideal. Claro que, se você tiver tempo livre e quiser dar uma “acelerada”, sinta-se à vontade para aprender 15 ou mesmo 20 palavras por dia (porém não mais do que isso, pois após 20 palavras é melhor gastar seu tempo com outras técnicas como “textos com áudio” ou “MAR”).

## 2

### **Encontrar palavras que você não conhece em inglês**

Após definir a sua meta de palavras por dia, agora é hora de encontrar essas palavras. Felizmente, fazer isso é muito simples: você pode encontrar facilmente palavras que não conhece em inglês em todo e qualquer tipo de texto escrito em inglês. Livros, websites, jogos de videogame, legendas de seriados e filmes, qualquer coisa escrita em inglês serve como fonte de palavras!

Uma boa dica é procurar websites que falem sobre assuntos do seu interesse. Por exemplo, se você gosta de esportes, procure websites sobre esportes, se gosta de produtos de beleza, procure websites que falem sobre produtos de beleza, e assim por diante.

Outra dica interessante, principalmente para quem gosta de filmes e seriados, é procurar filmes e seriados no Netflix, Amazon Prime ou DisneyPlus, que contenham áudio e legendas em inglês, e usar justamente as legendas como fonte de palavras.





Uma vez que você encontrar algo do seu interesse, é hora então de começar a “mineração”. **Comece a ler o material e procure palavras que não conhece!** Quando você encontrar uma palavra que não conhece, anote-a e passe para o próximo passo...

3

### Encontrar frases $i+1$ com essas palavras

Agora que você “minerou” (encontrou) uma palavra que você não conhece, é hora de encontrar uma frase  $i+1$  com essa palavra. Neste momento você deve estar se perguntando: O que é uma frase  $i+1$  ?

Uma frase  $i+1$  é uma frase que contém somente uma palavra ou expressão em inglês que você não conhece.

Por exemplo, observe a frase abaixo:

The fork is on the table.

Para fins didáticos, vamos imaginar que a única palavra que você não conhece na frase acima é a palavra “**fork**”. Se a única palavra que você não conhece na frase acima é “**fork**”, e todo o resto da frase você entende sem problemas, isso significa que essa é uma frase “ $i+1$ ” para você.

No entanto, se a frase conter mais de uma palavra que você não conhece, ou mesmo se você conhecer todas as palavras da frase, em ambos esses casos, **ela não será  $i+1$ .**



➤ **LEMBRE-SE:** uma frase i+1 é uma frase que contém somente uma palavra ou expressão em inglês que você não conhece!

Seu trabalho agora é encontrar uma frase i+1 com a palavra que você “minerou” (encontrou) no Passo 2. Para fazer isso, eu recomendo usar um dicionário online chamado **Reverso Context** ([https:// context.reverso.net/traducao/](https://context.reverso.net/traducao/)). Outros dicionários também podem ser usados, porém para iniciantes o Reverso é um dos mais recomendados. Acesse o Reverso, selecione os idiomas “inglês para português” e faça uma busca pela palavra que você minerou. Novamente para fins didáticos, vamos supor aqui que você não sabia o significado da palavra “fork” e fez uma busca no Reverso. Observe os resultados na imagem abaixo:

fork

Conjugar este verbo

Sugestões: to fork fork over tuning fork fork out

Tradução de "fork" em português

Substantivo Verbo

garfo bifurcação forquilha talher cruzamento forqueta bifurcar fork encruzilhada mesa forçado

tridente empilhadeira faca entroncamento

Because here comes the double mind fork. Pois aí vem o "garfo na mente" em dobro.

Larry just sprayed Jeannie's fork with something. O Larry acabou de borrifar o garfo da Jeannie com qualquer coisa.

At fork road take RIGHT towards Monteverde directly. Na bifurcação tomar estrada à direita em direcção Monteverde diretamente.

It is this fork in the road we wish to explore. É essa bifurcação na estrada que queremos explorar.

Loosen the sub-soil slightly with a spading fork. Solte ligeiramente o subsolo com uma forquilha.

Good plates, an extra fork. Os melhores pratos, um garfo a mais...



Como é possível ver na imagem, o dicionário nos mostra não somente os diferentes sentidos da palavra “fork”, como também fornece várias frases de exemplo e suas traduções.

Você não precisa neste momento aprender todos os sentidos da palavra, simplesmente escolha aquele que lhe parecer mais comum ou mesmo aquele que você achar mais interessante e então procure por uma frase de exemplo, porém com o seguinte detalhe: **a frase de exemplo precisa ser i+1**. Isso significa que você precisa conhecer todas as palavras da frase de exemplo, com exceção da palavra que estamos aprendendo (aqui no caso “fork”). Isso significa também que a frase escolhida vai variar de pessoa para pessoa, pois cada pessoa tem um vocabulário diferente. Por exemplo, na imagem acima, eu poderia ter anotado a seguinte frase:

➤ **Good plates, an extra fork.**

➤ **Bons pratos, um garfo extra.**

Confesso que essa é uma frase meio sem sentido (pois não sabemos o contexto em que ela foi usada), mas ainda assim ela pode servir de frase i+1 caso você conheça todas as palavras, menos “fork”. Você também pode, se quiser, usar somente trechos de frases em vez de frases inteiras. Por exemplo, podemos pegar o seguinte trecho, no qual “fork” significa “bifurcação”:

➤ **It is this fork in the road...**

➤ **É essa bifurcação na estrada...**

Supondo que você saiba todas as palavras do trecho acima (menos “fork”), ele também pode ser usado como frase i+1.



## 4

### Anotar suas palavras e frases

O quarto passo é bem simples: anote as palavras e frases que você minerou. Você pode fazer isso basicamente de duas maneiras diferentes.

#### > OLD SCHOOL

A maneira mais “old school” é anotar em um caderno ou mesmo em um documento no computador. A vantagem de fazer dessa maneira é a simplicidade. Todo mundo sabe usar um lápis e um caderno para anotar palavras e frases. Anotar no computador também é bem semelhante e fácil.

#### > MODERNA

Já a maneira mais “moderna” é usar programas de computador que usam **Sistemas de Repetição Espaçada**. Esses programas funcionam mais ou menos como “cadernos eletrônicos de vocabulário”, nos quais você insere suas palavras e frases e depois pode revisar o conteúdo. A vantagem desse método é a eficiência dos programas, que ajuda muito na retenção e memorização das informações. A desvantagem é que o processo de aprender a usar os programas corretamente pode ser um pouco complicado.

No final das contas, você deve escolher a maneira que mais lhe agrada e que é mais confortável para você, pois essa será a mais eficiente! **Ambos os métodos funcionarão, assim escolha o que você gostar mais!**



5

## Revisar diariamente suas palavras e frases

O quinto passo é extremamente importante, pois é ele que vai garantir que você retenha grande parte das palavras e frases aprendidas. Se você não fizer o quinto passo, você simplesmente esquecerá a grande maioria das palavras que aprendeu. Felizmente o quinto passo também é bem simples: basta revisar suas palavras e frases diariamente!

Por exemplo, se você anotar suas palavras e frases em um caderno, basta uma vez por dia pegar seu caderno e reler as palavras e frases anotadas na última semana. Observe que você não precisa reler todo o seu caderno!

**Revise somente as frases da última semana.** O importante é garantir que todos os dias você faça suas revisões e que cada palavra/frase seja revisada algumas vezes ao longo de alguns dias.

“

**A ideia é simplesmente reforçar as frases e palavras na sua mente. Algumas delas você esquecerá, mas muitas você lembrará!**

Outro ponto essencial é o uso de frases  $i+1$ . Frases  $i+1$ , que você mesmo coletou, tornam o aprendizado ao mesmo tempo fácil e efetivo, justamente pelas frases serem “fáceis” (você sabe quase tudo nas frases) e ao mesmo tempo terem um “desafio” (a palavra desconhecida em cada frase). Caso você esteja usando um programa de repetição espaçada, basta fazer as revisões diariamente usando o programa.



## ! COMO COLOCAR A MINERAÇÃO DE SENTENÇAS NA MINHA ROTINA DE ESTUDOS?

Uma vez que você aprendeu os cinco passos da mineração, agora basta cumprir a sua meta diária de palavras **todos os dias** e fazer as suas revisões também **todos os dias**.

Em outras palavras, se você definiu como meta aprender 10 palavras por dia, simplesmente minere 10 palavras hoje (e uma frase i+1 para cada palavra), 10 amanhã, 10 depois de amanhã, e assim por diante. E faça as revisões todos os dias. Parece simples, mas nesse ritmo você aprenderá:

  
**300**  
**PALAVRAS**  
POR MÊS

  
**1.800**  
**PALAVRAS**  
EM 6 MESES

  
**3.600**  
**PALAVRAS**  
EM 1 ANO

De fato, a técnica da Mineração de Sentenças “não tem fim”. Você pode usar a técnica desde os níveis básicos até os mais avançados e o grande benefício será o mesmo: **o aumento constante e eficiente do seu vocabulário**, o que por sua vez ajudará em todas as outras áreas do aprendizado do idioma!



# A Técnica do **MAR**

## GUIA PASSO A PASSO

---

Um dos conceitos mais importantes para o aprendizado do inglês, **que você precisa entender muito bem**, é a diferença que existe entre estudar inglês (através de materiais, aulas, técnicas, métodos, etc.) e o inglês “de verdade” (o inglês que vemos em filmes, seriado, vídeos, etc.). Essa diferença pode ser mais facilmente compreendida quando pensamos na diferença entre “nadar em uma piscina” e “nadar no mar”.

### **Nadar em uma piscina...**

é muito mais fácil do que nadar no mar. Na piscina não há correnteza, nem ondas. Na piscina a água é clara, às vezes até mesmo aquecida. Na piscina, muitas vezes você consegue colocar o pé no chão, ou seja, não há risco de se afogar. Moral da história: a piscina é um ambiente controlado e mais confortável, é mais fácil nadar na piscina do que nadar no mar.

### **Já o mar é bem diferente...**

No mar há correnteza e ondas. No mar, a água é bem gelada e não tão clara como na piscina. Sem contar que o mar é profundo, você pode se afogar! Ou seja, nadar no mar é bem mais complicado e difícil do que nadar na piscina.



No entanto, caso você queira realmente aprender a nadar no mar, por mais que você pratique natação na piscina, para aprender a nadar no mar de verdade, você vai ter que praticar no mar. **E no aprendizado do inglês é exatamente a mesma coisa!**

Por mais que você estude inglês com métodos, técnicas, aulas e cursos, se você quiser entender o inglês de verdade, você vai ter que fazer uma imersão no inglês de verdade, em outras palavras, você vai ter que **“se jogar no MAR”**.

Em termos práticos, isso significa que além de fazer os seus estudos diários usando método e técnicas, você precisará todos os dias se expor ao inglês de verdade através de vídeos, seriados, filmes, podcasts, etc., ou qualquer outro tipo de **conteúdo feito por nativos para nativos**.

### ➤ **OBSERVE BEM...**

Conteúdos feitos para estudantes de inglês, sempre são mais fáceis e “controlados”. É mais fácil assistir uma aula de inglês em que o professor fala pausadamente e com clareza do que simplesmente ligar um filme sem legendas e sair entendendo tudo.

O primeiro caso, a aula é **“piscina”**. Já o segundo, o filme sem legenda, é **MAR**. E para aprender a nadar no MAR, você tem que se jogar no MAR, você tem que todos os dias passar um certo tempo em contato com o inglês de verdade.

Isso não significa que você vai parar de estudar! De maneira nenhuma, a “piscina”, o estudo, é essencial para seu aprendizado. De fato, é estudando





que você criará a base necessária para “sobreviver” e prosperar no MAR. Por exemplo, uma rotina diária simples, envolvendo as três técnicas de estudo, seria assim:



Outro ponto importante a ser mencionado é que, no começo, você pode assistir conteúdos que tenham áudio em inglês e legendas também em inglês. Só não pode ter português! Desde que for **tudo 100% em inglês**, o conteúdo é válido para você fazer MAR. Com as legendas em inglês, sua transição da “piscina para o MAR” será mais tranquila, é como se você entrasse no mar com uma boia para te ajudar.

Para finalizar esta parte do guia, vamos resumir o que é “fazer MAR”:

### ➤ **IMERSÃO**

Fazer MAR é simplesmente consumir conteúdo 100% em inglês como vídeos, seriados, filmes, podcasts, etc. No começo você pode usar conteúdos com áudio e legendas em inglês. Depois de certo tempo, quando ficar bem fácil com as legendas, você pode removê-las.

### ➤ **TÉCNICA**

Não adianta fazer só MAR, você precisa combinar o MAR com os estudos (textos com áudio + mineração).

### ➤ **DEDICAÇÃO**

Comece fazendo 30 minutos de MAR por dia e vá aos poucos aumentando o tempo. Não há limites para o MAR, quanto mais MAR, mais aprendizado.