Como estudar inglês nos próximos 30 dias

Um plano simples, de 30 minutos por dia,
para quem está começando.



Elisson Stein
Professor e fundador do Inglês 360

ANTES DE COMEÇAR

Por que 30 dias?

Porque é tempo suficiente para você sentir a diferença, e curto o bastante para não desistir no meio do caminho.

Nos próximos 30 dias, você vai estudar inglês sempre do mesmo jeito, com textos de verdade, sobre assuntos que você escolhe. Nada de decorar regra.

> **A única regra deste guia:** 30 minutos por dia, todos os dias. Pouco e sempre vale muito mais do que muito de vez em quando.

Como funciona

- Você estuda **um texto a cada 3 dias**, seguindo 6 passos. Cada dia tem os seus passos e o tempo certo de cada um.
- A cada **3 textos**, vem **um dia só de revisão**.
- No fim dos 30 dias, você terá estudado **9 textos** e revisado tudo três vezes.
- Os textos vêm de um site gratuito, o **News in Levels**: notícias curtas, de vários assuntos, com áudio.

Não precisa decorar nada disto. No fim do guia tem um **calendário** que mostra exatamente o que fazer em cada dia. É só seguir e marcar os quadradinhos.

OS 6 PASSOS

O que fazer com cada texto

1 Escolha o texto

Como você vai estudar por conta própria, é você quem encontra os seus textos. A minha sugestão é o site **News in Levels**: ele tem notícias curtas de vários assuntos, separadas por nível, cada uma com o texto e o áudio.

Escolha uma notícia de um assunto que te interesse, no nível indicado no calendário.

Para ter a tradução, copie o texto e cole no Google Tradutor ou na inteligência artificial que você usa no dia a dia. Deixe o texto em inglês e a tradução lado a lado.

2 Estude o texto

Leia o texto em inglês, frase por frase, conferindo cada uma na tradução. O objetivo aqui é entender **a mensagem**, não cada detalhe. Basta perceber que esta frase em inglês corresponde àquela em português.

Não fique tentando descobrir o porquê de cada palavrinha ou de cada estrutura: esses detalhes vão ficar claros sozinhos, com o tempo. Foque no contexto. Se você ficar travando em detalhes agora, vai perder tempo com o que não importa nesta fase.

3 Monte o seu caderno de frases

Escolha as **5 frases mais difíceis** do texto e anote num caderno. Faça isso com todo texto novo que estudar.

A cada 3 textos, você terá um **dia só de revisão**: leia todas as frases do caderno, tente lembrar o significado e fale cada uma em voz alta.

4 Fale junto com o áudio

Este é o momento de treinar a sua pronúncia. Coloque o áudio e leia em voz alta junto com ele, tentando imitar tudo: a velocidade, a entonação e as palavras que se juntam quando a pessoa fala rápido.

No começo você vai se atrapalhar e ficar para trás, e é assim mesmo. Treine o texto algumas vezes: a cada rodada fica mais fácil acompanhar. É assim que a sua fala começa a sair e o seu ouvido se acostuma com o inglês de verdade.

5 Vá e volte entre os idiomas

- **Ida:** esconda a tradução e olhe só o texto em inglês. Escolha um parágrafo curto e tente traduzir para o português com tudo o que você lembra. Sem colar: nada de espiar a tradução. Não sabe alguma parte? Deixe um espaço em branco e siga em frente. É normal muita coisa ficar para trás.
- **Correção:** terminou de traduzir o parágrafo? Agora sim, compare com a tradução original e corrija o que for preciso.
- **Volta:** agora faça o caminho contrário. Esconda o inglês, olhe só a tradução daquele mesmo parágrafo e tente traduzir para o inglês. Mesma regra: não vale colar, e o que não souber ou não lembrar, deixe em branco.
- **Correção:** quando terminar, agora sim, compare com o texto original e corrija.

> Esse exercício é essencial para você entender a lógica de como as frases são montadas em inglês. Ele faz o seu cérebro ir e voltar entre os dois idiomas até o ponto em que você para de traduzir palavra por palavra e começa a montar as frases do jeito que um nativo monta.

6 Leve o áudio para o seu dia

Baixe o áudio do texto no celular e coloque numa playlist. Ouça enquanto lava a louça, vai para a academia ou está no trânsito. Como você já estudou aquele texto, vai entender boa parte, e é aí que o seu ouvido treina sem esforço. A cada texto novo, a sua playlist cresce e fica mais variada.

O PLANO

O ciclo de cada texto

Cada texto leva 3 dias, sempre com 30 minutos por dia:

Dia 1	Escolher a notícia (passo 1)	10 min
	Estudar o texto (passo 2)	20 min
Dia 2	Anotar as 5 frases mais difíceis (passo 3)	5 min
	Falar junto com o áudio (passo 4)	10 min
	Ir e voltar entre os idiomas (passo 5)	15 min
Dia 3	Falar junto com o áudio (passo 4)	15 min
	Ir e voltar entre os idiomas (passo 5)	15 min
	Colocar o áudio na playlist (passo 6)	
Revisão	A cada 3 textos: revisar todas as frases difíceis (passo 3)	30 min

Qual nível escolher no News in Levels

Textos 1 a 3
Nível 1
Para construir a sua base.

Textos 4 a 6
Nível 1 ou 2
Suba quando o nível 1 ficar fácil.

Textos 7 a 9
Nível 2
Mais palavras e frases mais longas.

AULA BÔNUS

Shot Diário

Toda segunda, quarta e sexta sai um episódio novo do **Shot Diário** no meu canal do YouTube: aulas curtas com trechos de séries, filmes e entrevistas. Use como a sua aula bônus.

Assistir à playlist do Shot Diário →

OS SEUS 30 DIAS

Seu calendário

Marque cada quadradinho quando terminar. Não quebre a sequência.

Texto 1 nível 1	DIA 1 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 2 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 3 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 2 nível 1	DIA 4 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 5 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 6 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 3 nível 1	DIA 7 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 8 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 9 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Revisão	DIA 10 ☐ **Revisar todas as frases difíceis (3)**		
Texto 4 nível 1 ou 2	DIA 11 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 12 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 13 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 5 nível 1 ou 2	DIA 14 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 15 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 16 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 6 nível 1 ou 2	DIA 17 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 18 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 19 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Revisão	DIA 20 ☐ **Revisar todas as frases difíceis (3)**		
Texto 7 nível 2	DIA 21 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 22 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 23 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 8 nível 2	DIA 24 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 25 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 26 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Texto 9 nível 2	DIA 27 ☐ Escolher a notícia (1) ☐ Estudar o texto (2)	DIA 28 ☐ Anotar 5 frases (3) ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5)	DIA 29 ☐ Falar com o áudio (4) ☐ Ir e voltar (5) ☐ Áudio na playlist (6)
Revisão	DIA 30 ☐ **Revisar todas as frases difíceis (3)**		

E DEPOIS DOS 30 DIAS?

Tudo isso, pronto e mastigado

Se você gostou de estudar assim, o **Inglês 360** tem tudo pronto para você só aplicar: mais de 430 aulas com séries, filmes, músicas, entrevistas e podcasts, cada uma com a explicação, o material e um cronograma que mostra exatamente o que fazer em cada momento.

Você escolhe o conteúdo. O método cuida do resto.

Quero aprender inglês

Ficou com alguma dúvida? **Me chama no WhatsApp**, que eu te respondo pessoalmente.

Inglês 360