LIVROS DE IELTS GRATUITOS

The Minimum-Effort Path to 7.0

Onde parar de polir e começar a praticar — uma regra de parada para cada habilidade, uma verificação honesta de prontidão antes de marcar a prova e uma regra para onde vão as horas liberadas.

freeieltsbooks.net
Free to download, free to pass on · outubro de 2026

Clique aqui https://freeieltsbooks.net/pt-br/about/

Sumário

The Minimum-Effort Path to 7.0

Part 1 — Regras de parada, não atalhos

1.1 Por que mais prática numa habilidade já resolvida não aumenta a sua nota

1.2 O que “esforço mínimo” quer dizer de fato aqui

1.3 Os três desperdícios de tempo que este livro corrige

Part 2 — Esta habilidade está mesmo concluída?

2.1 Listening

2.2 Reading

2.3 Writing

2.4 Speaking

Part 3 — Você está mesmo pronto para marcar a prova?

3.1 A lista honesta antes da prova

3.2 O custo real de fazer a prova cedo demais

3.3 A falha oposta: esperar demais depois de estar pronto

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 4 — Redistribuindo o tempo que você acabou de liberar

4.1 Ordene o que sobrou pela conta, não pela preferência

4.2 Um modelo semanal de redistribuição

4.3 Retestar num calendário, não numa sensação

Part 5 — Montando o seu plano de parar/seguir

5.1 Situação por habilidade

5.2 Verificação de prontidão para a prova

5.3 O plano de uma página

Part 6 — O que muda em 2026

6.1 As mudanças no formato da prova, e a que muda os números deste próprio livro

Fim

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

The Minimum-Effort Path to 7.0

Free IELTS Books — freeieltsbooks.net Atualizado em outubro de 2026

Sobre o que é este livro

O título parece prometer um atalho. Não é um atalho.

Esforço mínimo, aqui, não quer dizer menos prática. Quer dizer **nenhuma prática desperdiçada** — nada de mais horas polindo uma habilidade que já passou da band de que você precisa, e nada de mais semanas de estudo depois do ponto em que estudar parou de mudar o resultado.

É uma afirmação estreita, e este livro não sai dela. Cada parte responde a uma pergunta só: *com o que você já sabe sobre a prova, onde você para de gastar tempo?* As respostas são regras de parada — condições concretas, que dá para conferir, e que dizem a você que uma habilidade está concluída ou que você já pode marcar a prova.

O que este livro não é

Ele não ensina Listening, Reading, Writing nem Speaking. Não explica como a band geral é calculada — *The Band 7.0 Blueprint*, também gratuito neste site, faz isso na sua Part 1, e este livro se apoia nessa conta citando-a pelo nome, sem repeti-la. Também não discute qual band você deveria ter como meta — *Why Band 7.0 Is Called the Golden Score* faz isso.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Este livro parte do princípio de que você já sabe o seu número-alvo e tem uma ideia de como a pontuação funciona, e começa daí.

Para quem é

Para quem já está se preparando, já está investindo horas e não tem mais certeza de que essas horas estão indo para o lugar certo. Se você estuda todas as habilidades por igual porque isso parece mais seguro, ou se vive adiando a inscrição até tudo parecer pronto, este livro foi feito para você.

Se você ainda não começou a se preparar, este não é o livro para começar. Volte quando tiver notas de simulados para olhar — quase tudo o que vem a seguir depende delas.

Como usar

A Part 1 explica a ideia. A Part 2 é o centro do livro: um autoteste por habilidade que diz se aquela habilidade está concluída. A Part 3 é a verificação inversa — se *você* está pronto para marcar a prova. A Part 4 trata de para onde vai o tempo liberado. A Part 5 é uma ficha de uma página que junta as Parts 2 e 3 numa folha só, para você guardar. A Part 6 cobre o que muda na prova em 2026 e a única mudança que afeta diretamente a conta da Part 3.

Você pode ler a Part 2 uma habilidade de cada vez, conforme cada uma se tornar relevante. Nada do que vem depois exige ter lido as quatro.

Uma observação honesta

Nada aqui é promessa de nota, e nada aqui é prazo. Este livro não vai dizer que uma habilidade leva seis semanas, nem que você vai chegar à

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

sua band numa data determinada. Esses números dependem do ponto de partida e de como você estuda, e qualquer livro que dê um número desses está chutando.

Os autotestes deste livro são uma forma de conferir o seu próprio progresso. Não são a prova real, e corrigir o seu próprio Writing é o elo mais fraco de todo o método — a Part 2 diz isso com todas as letras onde importa. Só um resultado oficial diz qual é de fato a sua band.

© 2026 OurSharedCode — freeieltsbooks.net. Este livro é uma publicação independente, distribuída gratuitamente para fins educacionais.

IELTS® é uma marca registrada de British Council, IELTS Australia Pty Ltd (de propriedade da IDP Education) e Cambridge English (parte da Cambridge University Press & Assessment) — em conjunto, os 'IELTS Partners'. Esta publicação e seu autor não possuem afiliação, patrocínio, endosso ou aprovação dos IELTS Partners; 'IELTS' aparece no título e no texto apenas para descrever o assunto deste livro.

Todas as questões, respostas modelo e explicações são obra original do autor; nenhum material oficial do IELTS é reproduzido. Para informações oficiais atuais sobre o teste, visite ielts.org.

Você pode compartilhar este livro livremente em sua forma completa e sem modificações. Ele não pode ser vendido. As doações voluntárias cobrem apenas os custos de hospedagem, domínios e tradução; nenhum material é vendido, e as doações não têm ligação com os IELTS Partners.

Part 1 — Regras de parada, não atalhos



1.1 Por que mais prática numa habilidade já resolvida não aumenta a sua nota

A sua band geral é a média das notas das quatro habilidades, arredondada. *The Band 7.0 Blueprint* explica o arredondamento na sua Part 1, com exemplos resolvidos; a versão curta é que uma média terminada em .25 sobe para a meia band seguinte e uma terminada em .75 sobe para a band inteira seguinte, então a nota geral se decide nos quartos de band.

Isso tem uma consequência que a maioria dos candidatos nunca aproveita.

Como as quatro notas viram média, a habilidade que segura a sua band geral para baixo é a mais fraca. Subir essa nota sobe a média. Subir a sua melhor habilidade sobe a média na mesma medida, no papel — mas a sua melhor habilidade é a que tem menos espaço sobrando, e os erros que

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

ainda a seguram são os pequenos e teimosos. A Part 1.3 do Blueprint desenvolve esse argumento por inteiro.

Agora leve isso um passo adiante, que é onde este livro começa.

Se uma habilidade já chegou à band de que você precisa, mais trabalho nela não apenas move menos a média. Muitas vezes não move o seu resultado em nada. Pense numa meta de 7.0 na geral. Um candidato com Listening 8.0, Reading 7.5, Writing 6.0 e Speaking 7.5 tem média 7.25, que arredonda para 7.5 — ele já passou da meta. Mais um mês dedicado ao Listening, levando o 8.0 em direção ao 8.5, muda a média para 7.375, que continua arredondando para 7.5. O mês não comprou nada.

O mesmo mês dedicado ao Writing, levando o 6.0 para 6.5, também leva a média a 7.375. Isso também arredonda para 7.5. Então, neste perfil, nenhum dos dois meses muda a band geral — mas só um deles a protege. O Writing em 6.0 é a nota com mais chance de cair no dia da prova, e é justamente a que uma exigência por habilidade vai pegar.

Esse último ponto pesa mais do que a média. Muitos dos sistemas listados em *Why Band 7.0 Is Called the Golden Score* — a Part 1 dele traz a lista — nem olham a sua band geral. Eles exigem uma nota mínima em *cada* uma das quatro habilidades. Nesses casos, um 6.0 em Writing reprova a candidatura inteira, por mais altas que sejam as outras três, e nenhuma quantidade de prática de Listening resolve isso.

A regra de parada que sai daqui: trabalhe numa habilidade enquanto subir essa nota mudar a sua band geral ou o cumprimento de uma nota mínima por habilidade. Quando deixar de mudar as duas coisas, essa habilidade está concluída, e cada hora a mais nela é uma hora que a habilidade abaixo da linha deixa de receber.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

1.2 O que “esforço mínimo” quer dizer de fato aqui

Seria fácil ler a Part 1.1 como uma licença para fazer menos. Não é.

O esforço total não diminui. O que muda é onde ele cai. Quem segue este livro não estuda menos horas do que quem não segue — estuda as mesmas horas, com uma parte maior delas apontada para a habilidade que de fato está segurando a nota.

Há um motivo para dizer isso. Praticar algo em que você já é bom é agradável. Praticar algo em que você é fraco não é. Sem ninguém decidir nada, a maioria dos planos de estudo vai escorregando para o lado agradável. Você termina uma bateria de Listening se sentindo competente, e essa sensação é um mau indicador de se a hora ajudou ou não.

Então “esforço mínimo”, aqui, é uma afirmação sobre desperdício, não sobre volume. Dois candidatos estudam quinze horas por semana. Um divide o tempo por igual entre as quatro habilidades. O outro testou cada habilidade, descobriu que duas já estão resolvidas e põe onze dessas horas nas duas que não estão. O segundo não está trabalhando menos. Está trabalhando com menos esforço jogado fora.

Este livro não vai mandar você estudar menos. Se a sua habilidade mais fraca está longe da meta, ela vai levar o tempo que levar, e nenhuma arrumação das horas muda isso. O que este livro pode fazer é impedir que você gaste essas horas no lugar errado.

1.3 Os três desperdícios de tempo que este livro corrige

Why Band 7.0 Is Called the Golden Score termina com uma Part 4 curta que aponta três formas de os candidatos desperdiçarem tempo correndo

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

atrás de uma nota mínima. Ele dá nome a elas, para por aí e indica este livro para o tratamento completo. Este é esse tratamento. Cada um dos três recebe um diagnóstico nas partes a seguir.

Preparar demais uma habilidade que já passa da linha. Apontado na 4.1 daquele livro. A correção é um autoteste por habilidade que diz se ela está concluída — a Part 2 deste livro, uma seção por habilidade.

Fazer a prova antes de estar pronto e perder uma data de prova. Apontado na 4.2. A correção é uma lista concreta de prontidão no lugar de uma sensação, mais um relato honesto do que fazer a prova cedo demais custa hoje — as Parts 3.1 e 3.2.

Entender errado qual nota mínima vale para você. Apontado na 4.3, e é o único que este livro *não* resolve de novo. Essa é uma pergunta sobre qual instituição define o seu número, e o livro da Golden Score responde a ela direito na sua Part 1. Se você não tem certeza de que a sua meta é a meta certa, pare aqui e leia aquilo primeiro. Toda regra de parada deste livro é medida contra a sua band alvo, então uma meta errada torna todas as regras erradas junto com ela.

Mais uma observação sobre o alcance. As regras de parada deste livro são gerais — funcionam do mesmo jeito se você começa em 5.5 ou em 6.5. O problema específico de estar travado em 6.5 sem conseguir chegar a 7.0 tem forma própria, e *Stuck at 6.5? The Half-Band Wall and How to Break It*, também neste site, foi escrito para ele. Se essa é a sua situação, o que vem a seguir continua valendo; só não foi escrito especificamente para você.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 2 — Esta habilidade está mesmo concluída?

Esta é a parte que sustenta o resto do livro. Quatro autotestes, um por habilidade, cada um respondendo a uma única pergunta: **esta habilidade já chegou à band de que eu preciso?**

Todos seguem os mesmos três passos — como aplicar, como corrigir e a regra de parada que resulta dele —, para você comparar as habilidades num relance. Os quatro só precisam do que você já tem: simulados oficiais, um cronômetro, um jeito de gravar a sua voz e os descritores de band públicos, que são publicados gratuitamente no ielts.org.

Duas regras valem para os quatro.

Um bom resultado não é um resultado. Uma nota alta isolada pode vir de uma prova fácil, de um tema conhecido ou de sorte nas questões que você chutou. Toda regra de parada abaixo pede dois resultados seguidos na meta, em simulados *diferentes*, e o motivo é esse.

Teste na sua meta, não acima dela. Estes autotestes perguntam se uma habilidade passou da band de que você de fato precisa. Não são uma busca pelo seu teto.

2.1 Listening

Como aplicar. Um simulado oficial completo de Listening, as quatro seções, quarenta questões, de uma vez só. Toque o áudio uma única vez — sem pausar, sem voltar, sem ouvir de novo. Dê a si mesmo o tempo de transferência que a prova real dá, e nem um minuto a mais. Faça isso

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

num lugar onde ninguém vai interromper você, com a qualidade de áudio que você espera ter no dia da prova.

Como corrigir. Conte os acertos, de quarenta, e converta com a tabela de bands impressa no livro de simulados. Não ajuste o número de cabeça depois por causa das duas que você "quase acertou" ou da seção em que o áudio estava ruim. Anote a nota bruta e a band, a data e qual simulado foi.

A regra de parada. O Listening está concluído quando você atinge a sua band alvo em **duas tentativas seguidas, com dois simulados diferentes**, nas condições de tempo acima. Se uma tentativa acerta a meta e a seguinte erra, nenhuma das duas conta — comece o par de novo.

O Listening é a mais mecânica das quatro habilidades para testar, o que faz dele o resultado mais confiável deste livro. Costuma ser a primeira habilidade a voltar "concluída", e é para onde vão, sem alarde, a maior parte das horas desperdiçadas da Part 1.

2.2 Reading

Como aplicar. Um simulado oficial completo de Reading, três textos, quarenta questões, sessenta minutos, incluindo o tempo de transferir as respostas. Mantenha uma folha ao lado enquanto trabalha: anote o número da questão sempre que precisar parar e procurar de volta no texto por mais tempo do que parece confortável.

Como corrigir. Converta a nota bruta em band exatamente como na 2.1 — mas, no Reading, o total não é a resposta inteira. Separe os seus erros por tipo de questão: True/False/Not Given, matching headings, múltipla escolha, completar frases e assim por diante. Conte os erros de cada tipo.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

O Reading falha de um jeito específico. Um candidato pode ser bem rápido na maioria dos tipos de questão e perder tempo e acertos suficientes num tipo só para segurar a band inteira. O total esconde isso, e as horas seguintes vão para prática geral de leitura quando o problema real tem vinte minutos de largura.

A regra de parada. O Reading está concluído quando você atinge a sua band alvo em **duas tentativas seguidas, com dois simulados diferentes**, *e* nenhum tipo de questão está concentrando erros nas duas. Se um tipo continua falhando, o Reading não está concluído — mas o que falta trabalhar é esse tipo, não a habilidade. Treine-o especificamente e refaça o par.

2.3 Writing

Como aplicar. As duas tasks, de uma vez só, sessenta minutos no total — vinte minutos para a Task 1 e quarenta para a Task 2, com um enunciado oficial de simulado que você nunca viu.

Faça no formato em que você vai de fato prestar a prova. Quase todo candidato hoje faz o IELTS no computador, então quase todo candidato deveria fazer este teste digitando, com tempo marcado, sem corretor ortográfico. Escreva à mão só se você escolheu especificamente a opção Writing on Paper, onde ela é oferecida. Isso não é detalhe — velocidade de digitação, edição na tela e letra legível são habilidades diferentes, e uma nota de simulado conquistada no formato errado está medindo algo que você não vai fazer. A Part 6 explica o que mudou aqui.

Como corrigir. Avalie-se pelos quatro descritores de band públicos em cada task. Depois — porque uma nota geral corrigida por você mesmo é o

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

número menos confiável deste livro — confira três coisas mais difíceis de contestar:

- **Resposta à task.** Você respondeu a todas as partes da pergunta que foi feita? Não "você escreveu sobre o tema" — você tratou de cada elemento do enunciado, inclusive aquele escondido na segunda frase?
- **Coerência.** Cada parágrafo tem uma ideia, dita na primeira frase? Um leitor consegue acompanhar o argumento só pelas aberturas dos parágrafos?
- **Precisão.** Conte os seus erros a cada cem palavras. Conte todos — artigo, tempo verbal, preposição, ortografia — e seja rigoroso sobre o que conta. Acompanhe esse número de uma tentativa para outra.

Seja honesto sobre o limite aqui. Você está corrigindo o próprio trabalho com descritores escritos para examinadores treinados, justamente na habilidade em que o julgamento do examinador mais pesa. Uma nota de Writing corrigida por você mesmo é a evidência mais fraca deste livro. Trate um veredito de "concluído" no Writing como o menos seguro dos quatro, e, se você conseguir um único retorno de um professor em qualquer habilidade, que seja nesta.

A regra de parada. O Writing está concluído quando você atende aos descritores da sua band alvo em **duas tentativas seguidas, com dois enunciados diferentes**, todas as partes das duas perguntas estão respondidas por inteiro e a sua contagem de erros a cada cem palavras parou de cair. Essa última condição importa: enquanto a taxa de erros ainda está caindo, a habilidade ainda está se movendo, e parar é cedo demais.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

2.4 Speaking

Como aplicar. As três partes, em ordem, de uma vez só: as perguntas pessoais curtas, a fala longa com um minuto de preparação e a discussão. Grave tudo. Use um cartão de tema oficial de simulado que você nunca viu. Fale os dois minutos completos na fala longa, mesmo quando for desconfortável — principalmente nessa hora.

Depois, ouça a gravação. Esta é a parte que os candidatos pulam, e é a parte que funciona. É o jeito mais rápido de ouvir o que um examinador ouve, e é o mesmo método que o Blueprint recomenda para o Speaking.

Como corrigir. Avalie-se pelos quatro critérios públicos. Como no Writing, sustente esse julgamento com coisas que dá para contar na gravação:

- **Hesitação.** Com que frequência você para no meio da frase para procurar uma palavra? Conte as pausas que quebram a frase, não as naturais entre uma ideia e outra.
- **Autocorreção.** Com que frequência você começa uma frase, abandona e recomeça? Algumas vezes é fala normal. Um padrão disso custa pontos de fluência.
- **Tamanho da resposta.** Na Part 1, você responde numa frase e para, ou desenvolve com naturalidade? Na fala longa, você preencheu os dois minutos sem ficar sem assunto?

A regra de parada. O Speaking está concluído quando você atende aos descritores da sua band alvo em **duas gravações seguidas, com dois cartões de tema diferentes**, preenche a fala longa nas duas vezes e as suas contagens de hesitação e autocorreção estão estáveis, e não mais melhorando.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

A autoavaliação do Speaking é mais confiável que a do Writing — hesitação e tamanho são fatos que dá para contar numa gravação, não questões de julgamento —, mas ainda é o seu próprio ouvido sobre a sua própria voz. Trate-a como boa evidência, não como prova.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 3 — Você está mesmo pronto para marcar a prova?



A Part 2 perguntou se uma habilidade está concluída. Esta parte faz a outra pergunta, e é a que os candidatos erram nas duas direções: marcar cedo demais e perder uma data de prova, ou esperar tanto que a própria espera vira o desperdício.

3.1 A lista honesta antes da prova

“Eu me sinto pronto?” não é uma pergunta útil. O nervosismo responde por você, e responde errado, nas duas direções, em dias diferentes. Use condições que dá para conferir.

Passe por estas. Cada uma é sim ou não.

1. **Pelo menos três das suas quatro habilidades passaram na regra de parada da Part 2** na sua band alvo — dois resultados seguidos na meta cada uma, em simulados diferentes.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

2. **A quarta habilidade está a no máximo meia band da meta** nas duas tentativas mais recentes. Não uma tentativa boa. Duas.
3. **Você terminou uma prova completa dentro do tempo**, todas as seções, sem estourar, em pelo menos duas ocasiões diferentes.
4. **Você fez pelo menos um simulado completo de uma vez só** — as quatro habilidades, em ordem, na mesma sessão, do jeito que é o dia real. Uma habilidade que se segura isolada pode desmoronar na quarta hora.
5. **Você praticou no formato em que vai de fato prestar a prova.** Para quase todo mundo, isso agora quer dizer no computador, digitando as tasks de Writing. Veja a Part 6.
6. **Se a sua meta exige uma nota mínima em cada habilidade** — muitas exigem; a Part 1 do livro da Golden Score lista quais —, então cada habilidade, e não a média, atingiu esse mínimo nas duas últimas tentativas.

Se as seis forem sim, marque a prova.

Se cinco forem sim e a sexta estiver perto, marque a prova. Esperar por uma fileira perfeita de sins é a falha de que trata a Part 3.3.

Se três ou mais forem não, você não está pronto, e marcar agora tende a custar a taxa e as semanas até a próxima data disponível. Volte à Part 4 e ponha o tempo onde ele está faltando.

3.2 O custo real de fazer a prova cedo demais

É por isso que a 3.1 precisa ser concreta, e não uma sensação. Fazer a prova antes de estar pronto não é um ensaio grátis.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Custa a taxa. O IELTS não é barato em lugar nenhum, e o valor varia por país e por centro de aplicação. Confira o preço atual no seu centro — é o custo menor aqui, mas é real.

Custa calendário. Normalmente esse é o maior. Dependendo de onde você está, a próxima data disponível pode estar a semanas de distância, e o resultado ainda leva um tempo além disso. Se alguma coisa está esperando a sua nota — um pedido de visto com prazo, o início de um curso, um prazo de inscrição —, essas semanas podem ser justamente as que você não tinha. Perder uma data de prova raramente é só perder uma prova.

Mas o custo é menor do que já foi, e você deve saber por quê. Hoje existe uma opção oficial chamada **One Skill Retake**. Se você fez a prova no computador e uma habilidade foi mal enquanto as outras foram bem, pode refazer **só aquela habilidade**, em vez de fazer as quatro de novo. A repetição precisa acontecer em até **60 dias** depois da prova original, e você pode usá-la **uma vez por prova original**.

Isso muda de verdade esta conta. Pela conta antiga, uma habilidade fraca no dia significava começar tudo de novo, e o movimento seguro era sempre esperar. Agora, se três habilidades estão firmes e uma está no limite, um resultado ruim nessa última é uma repetição isolada que tem conserto, não uma prova perdida.

Dois limites honestos antes de você contar com isso. **Não está disponível em todo lugar** — a disponibilidade depende do seu centro de aplicação, então confira se o seu oferece a opção *antes* de montar um plano em torno dela. E **nem toda instituição aceita um resultado de One Skill Retake**; universidades, empregadores e órgãos de imigração definem as próprias regras. Confirme com quem vai ler a sua

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

nota que eles aceitam. Se não aceitarem, a sua conta é a antiga, e a lista da Part 3.1 deve ser cumprida por inteiro.

3.3 A falha oposta: esperar demais depois de estar pronto

Tudo até aqui defende cuidado antes de marcar. Lido sozinho, isso empurraria você para o adiamento, e o adiamento tem um custo próprio sobre o qual ninguém avisa os candidatos.

O compromisso de honestidade deste livro corta para os dois lados. Preparar demais uma habilidade que já passou da linha é desperdício — isso é a Part 1. Adiar a inscrição além do ponto em que esperar mais não acrescenta nada é o mesmo desperdício, vestindo um casaco de aparência mais responsável.

Veja como isso aparece. As suas notas nos simulados param de se mexer. Passam três ou quatro semanas e os números ficam onde estavam, mas marcar ainda parece prematuro, então você continua estudando. As horas já não estão comprando nota. Estão comprando a sensação de ainda não ter arriscado nada.

O sinal são notas de simulado estagnadas. Se os resultados dos seus autotestes estão estáveis há várias semanas — sem subir, só estáveis — e a lista da Part 3.1 está cumprida no essencial, mais estudo não é o que está entre você e o resultado. Marque a prova.

Há um segundo custo da espera que passa despercebido com facilidade. Habilidades escorregam. Uma nota de Listening que você conquistou dois meses atrás e não testou de novo desde então não é evidência sobre

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

hoje. A Part 4.3 trata disso diretamente: quanto maior o intervalo entre o "concluído" e a prova em si, mais da Part 2 você precisa refazer.

E há um ponto mais simples. Seja qual for o motivo da nota — o visto, o curso, o registro profissional —, a prova não é o objetivo. É o portão diante do objetivo. O tempo passado parado diante de um portão que você já poderia atravessar é tempo tirado do que está do outro lado.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 4 — Redistribuindo o tempo que você acabou de liberar

A Part 2 disse quais habilidades estão concluídas. Isso libera horas. Esta parte decide para onde elas vão, e a decisão é tomada pela conta, não pela preferência.

4.1 Ordene o que sobrou pela conta, não pela preferência

Quando uma habilidade passa na regra de parada, as horas que ela recebia ficam disponíveis. A pergunta é qual das habilidades restantes fica com elas.

A regra: o tempo liberado vai para a habilidade restante que estiver mais longe da própria meta.

Não a de que você gosta. Não aquela em que o progresso parece mais rápido. Não aquela para a qual você tem material. A mais longe da meta, pelo motivo explicado na Part 1.1 e na Part 1.3 do Blueprint — a nota mais baixa tem mais espaço para subir, os erros dela são os maiores e os mais corrigíveis, e é ela que puxa a média para baixo.

Calcule a distância de cada habilidade restante. A band atual, tirada do seu último autoteste da Part 2, a band alvo e a diferença entre as duas. Ordene pela diferença, da maior para a menor. Essa ordem é a sua lista de prioridades, e ela tem todo o direito de ser incômoda.

Uma coisa passa por cima dessa ordem. Se a sua meta exige uma nota mínima em cada habilidade — confira a Part 1 do livro da Golden Score se não tiver certeza de que a sua exige —, qualquer habilidade

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

abaixo desse mínimo por habilidade vem primeiro, seja qual for o tamanho da distância. Uma habilidade que não cumpre uma exigência obrigatória não faz você perder quartos de band. Faz você perder a candidatura.

Refaça a ordem sempre que o resultado de um autoteste mudar. Isso não é um plano que se faz uma vez só.

4.2 Um modelo semanal de redistribuição

Um exemplo, para mostrar o formato. Não copie os números.

Um candidato com meta de 7.0 na geral estuda doze horas por semana, três por habilidade. Ele faz a Part 2 e obtém: Listening 7.5, concluído. Speaking 7.0, concluído. Reading 6.5, não concluído. Writing 6.0, não concluído.

Seis horas ficam livres. As distâncias são 1.0 no Writing e 0.5 no Reading, então o Writing vem primeiro. Uma divisão inicial:

Habilidade	Antes	Depois	Por quê
Listening	3 h	1 h	Concluído — o bastante para mantê-lo aquecido, nada além
Speaking	3 h	1 h	Concluído — idem
Reading	3 h	4 h	Distância de meia band
Writing	3 h	6 h	Maior distância; o mínimo por habilidade também está em risco

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Repare que as habilidades concluídas não caem para zero. Uma hora para cada uma impede que elas escorreguem, e é disso que trata a Part 4.3. Todo o resto vai para as duas que estão abaixo, com mais peso para a distância maior.

Esta é uma divisão inicial, não uma fórmula. Ajuste-a conforme os resultados chegarem. Se o Writing subir e o Reading não, depois de algumas semanas, a proporção deve mudar. Se uma habilidade que você marcou como concluída voltar abaixo da meta num reteste, ela deixa de ser uma habilidade de uma hora.

O modelo é o raciocínio, não os números. O seu vai ser diferente, porque as suas distâncias são diferentes.

4.3 Retestar num calendário, não numa sensação

"Concluído" é um veredito sobre uma semana específica. Não é permanente, e tratá-lo como permanente é como os candidatos chegam surpresos ao dia da prova.

Habilidades escorregam sem prática. O Listening, em especial, vai embora em silêncio — o ouvido perde o hábito de acompanhar em velocidade, e nada avisa você, porque você não está ouvindo nada difícil. Uma nota que você conquistou seis semanas atrás e não testou de novo não é evidência sobre hoje. É história.

Refaça o autoteste da Part 2 de cada habilidade marcada como concluída a cada três ou quatro semanas, e sempre a menos de duas semanas da data da prova. A regra é só essa. Coloque as datas num calendário agora, enquanto está pensando nisso, em vez de decidir toda

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

semana se parece necessário — as semanas em que parece desnecessário são exatamente as semanas em que é necessário.

Se um reteste voltar abaixo da meta, essa habilidade não está mais concluída. Ela volta para a ordem da 4.1 com a nova distância, e as horas mudam de lugar de novo.

A hora de manutenção da tabela da 4.2 existe para isso. Não é esforço desperdiçado numa habilidade resolvida — é o que mantém resolvida uma habilidade resolvida, e é de propósito uma hora, e não três.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 5 — Montando o seu plano de parar/seguir



Esta é a página que você guarda. Tudo antes dela foi raciocínio; isto é o formulário.

Copie estas três tabelas numa folha de papel, ou numa única nota no celular. Preencha, coloque a data e refaça a cada reteste.

5.1 Situação por habilidade

Uma linha por habilidade. Preencha com os seus dois autotestes mais recentes da Part 2.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Habilidade	Band alvo	Dois últimos resultados	Concluída?	Data do teste	Próximo teste
Listening					
Reading					
Writing					
Speaking					

Concluída quer dizer que os dois resultados atingiram a meta, em simulados diferentes, nas condições da Part 2. Dois resultados, não um. Se qualquer um dos dois ficou abaixo, a resposta é não.

Próximo teste fica três a quatro semanas depois da data do teste, conforme a Part 4.3. Preencha agora, não depois.

Para cada habilidade em que a resposta for não, escreva a distância — meta menos nota atual — na margem. É por esse número que a Part 4.1 ordena.

5.2 Verificação de prontidão para a prova

As seis condições da Part 3.1. Sim ou não, sem talvez.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

#	Condição	Sim / Não
1	Três das quatro habilidades passaram na regra de parada	
2	A quarta está a no máximo meia band, nas duas últimas tentativas	
3	Terminei uma prova completa dentro do tempo, duas vezes	
4	Fiz as quatro habilidades de uma vez só pelo menos uma vez	
5	Pratiquei no formato em que vou prestar a prova (em geral: no computador)	
6	Se a minha meta exige um mínimo por habilidade: todas o atingem	

Seis sins, ou cinco sins com a sexta perto: marque a prova. Três ou mais nãos: ainda não — vá para a 5.3 e ponha o tempo onde ele está faltando.

Se você está em "cinco sins" há várias semanas e as suas notas nos simulados pararam de se mexer, leia a Part 3.3 de novo e depois marque a prova.

5.3 O plano de uma página

As duas tabelas acima, transformadas em decisões. Esta é a parte com que você age nesta semana.

Habilidades concluídas (da 5.1): .....

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Estas passam para manutenção — mais ou menos uma hora por semana cada, conforme a Part 4.2. Não zero.

Habilidades ainda abaixo, em ordem de distância, da maior para a menor (das margens da 5.1, com qualquer habilidade abaixo de um mínimo por habilidade levada para o topo, seja qual for a distância):

1. ..... distância: .....
2. ..... distância: .....
3. ..... distância: .....

Minhas horas por semana: .....

Habilidade	Horas antes	Horas agora
Listening		
Reading		
Writing		
Speaking		

Decisão sobre a inscrição (da 5.2): marcar agora / ainda não — rever em .....

Data do próximo autoteste: .....

Três coisas para conferir antes de guardar esta folha.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Toda habilidade marcada como concluída tem a data do próximo teste anotada. Toda habilidade ainda abaixo tem um número de horas maior do que tinha antes. E, se a 5.2 deu seis sins, você já marcou a prova ou anotou o dia em que vai marcar.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Part 6 — O que muda em 2026

6.1 As mudanças no formato da prova, e a que muda os números deste próprio livro

Nada da conta de pontuação em que este livro se apoia está mudando. O que está mudando é como e onde você faz a prova, e duas dessas mudanças tocam diretamente as regras deste livro.

The Band 7.0 Blueprint cobre o quadro completo dos formatos no seu §1.4 — leia lá a história inteira. Em resumo: a partir de meados de 2026, o IELTS deixa de oferecer a prova em papel e passa para a prova no computador, com prazos exatos que variam por mercado; em mercados selecionados, uma opção Writing on Paper permite escrever à mão a seção de Writing enquanto o resto é feito no computador; e o Secure English Language Test for UK Visas and Immigration é só digital.

Dois efeitos sobre este livro.

O One Skill Retake muda a conta da Part 3.2. Se a sua prova completa foi feita no computador, você pode refazer uma única habilidade em vez de fazer as quatro de novo. A repetição precisa ser em até **60 dias** depois da prova original, e pode ser usada **uma vez por prova original**. É uma redução real e oficial no custo de fazer a prova enquanto uma habilidade ainda está no limite — e é por isso que a Part 3.2 cita a opção, em vez de deixar você descobri-la depois.

Os limites importam tanto quanto a opção. A disponibilidade depende do seu centro de aplicação, então confirme se o seu oferece. E a instituição que vai ler a sua nota — universidade, empregador, autoridade de imigração — define a própria regra sobre aceitar ou não um resultado de

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

One Skill Retake. Confira as duas coisas antes de planejar em torno disso. Se qualquer das respostas for não, use a lista completa da Part 3.1, sem essa folga.

O formato da prova muda como você faz o autoteste de Writing. Como quase todo candidato agora faz a prova no computador, o autoteste da Part 2.3 deve ser digitado, com tempo marcado, sem corretor ortográfico. Escreva à mão só se você escolheu especificamente o Writing on Paper onde ele estiver disponível. Digitar e escrever à mão são habilidades diferentes sob pressão de tempo, e um autoteste de Writing feito no formato em que você não vai prestar a prova está medindo a coisa errada.

Confira o ielts.org antes de contar com qualquer coisa daqui. Os detalhes do formato mudam de mercado para mercado, e esta página nem sempre vai ser a informação mais nova sobre o assunto. As páginas oficiais são **ielts.org/news-and-insights/updates-to-ielts-test-delivery** e, para a repetição, **ielts.org/take-a-test/booking-your-test/one-skill-retake**. O seu centro de aplicação é a autoridade sobre o que está de fato disponível onde você vai fazer a prova.

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Fim

Você começou este livro se preparando para uma prova. Termina com um jeito de saber que parte dessa preparação ainda está fazendo alguma coisa.

É só isso: uma regra de parada por habilidade, uma verificação de prontidão que é uma lista, e não uma sensação, e uma regra para onde vão as horas liberadas. Nada disso torna o trabalho menor. Só impede que o trabalho vá para onde não pode ajudar.

Sobre os autotestes. Os autotestes deste livro são uma forma de conferir o seu próprio progresso, não a prova real do IELTS. Eles podem dizer se você provavelmente está pronto. Não podem garantir um resultado, e não são corrigidos por um examinador. Corrigir o seu próprio Writing é o menos confiável dos quatro, como a Part 2.3 diz no ponto em que isso importa. Só um resultado oficial determina a sua band de fato.

Sobre as mudanças de 2026. Os detalhes do formato da prova e as condições do One Skill Retake da Part 6 foram conferidos no ielts.org pouco antes da publicação, e são exatamente o tipo de coisa que muda de mercado para mercado. Confirme as regras atuais no ielts.org e no seu próprio centro de aplicação antes de contar com elas.

Boa sorte na prova, e em tudo aquilo a que ela leva.

Sobre estes livros

Clique aqui https://freeieltsbooks.net/pt-br/about/

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Este livro é gratuito. Foi escrito para ser dado, e você pode passar o arquivo adiante para qualquer pessoa que esteja se preparando para a prova — um colega, um grupo de estudo, um professor. Você não precisa de permissão e não há nada a pagar.

Mais livros gratuitos em **freeieltsbooks.net**.

Volte na semana que vem

Anote o endereço agora, enquanto está pensando nisso: **freeieltsbooks.net**

Salve nos seus favoritos, ou crie um lembrete no celular para a semana que vem — estamos acrescentando mais livros. O site mostra a data da última atualização, então você vê num relance o que mudou desde a sua última visita.

Não há nada para assinar e nenhum e-mail para informar. O lembrete é seu, no seu próprio celular — essa é a única forma que temos de chegar até você, e preferimos assim.

Esta edição foi atualizada em outubro de 2026.

Clique aqui https://freeieltsbooks.net/pt-br/about/

Publicação independente — sem vínculo com os IELTS Partners e sem endosso deles.

Todos os exemplos, tabelas e fichas deste livro foram escritos para ele. Nenhum material oficial de prova é reproduzido aqui.