

IELTS

CAMBRIDGE

TOEFL

NACIONAL

PREFÁCIO

Como Usar Este Livro

Este volume foi concebido como um guia de campo: prático, directo e orientado para resultados. Cada página tem um objectivo — ajudá-lo a obter a pontuação que necessita no exame que escolheu.

Os exames internacionais de inglês — IELTS, Cambridge B2 First, C1 Advanced, TOEFL — não avaliam apenas o seu nível de inglês. Avaliam também a sua capacidade de compreender o que é pedido, de gerir o tempo, de usar as estratégias correctas e de evitar as armadilhas mais comuns. Este livro ensina-o a fazer exactamente isso.

Como está organizado:

- Parte I — Comparação detalhada entre todos os exames: estrutura, pontuação e diferenças-chave.
- Parte II — Estratégias por competência: Reading, Writing, Listening e Speaking — com exemplos e exercícios.
- Parte III — Vocabulário e gramática específicos para exames.
- Parte IV — Testes de prática completos para cada exame, com respostas detalhadas e critérios de avaliação.
- Parte V — Exames nacionais: estrutura, estratégias e prática para o contexto moçambicano e africano.
- Apêndices — Fichas de revisão rápida, listas de vocabulário de exame e respostas a dúvidas frequentes.

Conselho do Tutor: Não leia este livro passivamente. Faça todos os exercícios. Verifique as suas respostas com honestidade. Analise os seus erros — os erros são os seus melhores professores. E cronometre sempre: a gestão do tempo é uma competência tão importante como a gramática.

Mauro Novela

Language Lab · Moçambique, 2025

ÍNDICE

PARTE I — OS EXAMES: VISÃO GERAL COMPARATIVA

- Cap. 1 — Comparação Geral: IELTS, Cambridge, TOEFL e Exames Nacionais
- Cap. 2 — IELTS — Academic e General Training: Estrutura Completa
- Cap. 3 — Cambridge B2 First (FCE): Estrutura Completa
- Cap. 4 — Cambridge C1 Advanced (CAE): Estrutura Completa
- Cap. 5 — TOEFL iBT: Estrutura e Especificidades
- Cap. 6 — Exames Nacionais: BEPE, Acesso Universitário e Equivalências

PARTE II — ESTRATÉGIAS POR COMPETÊNCIA

- Cap. 7 — Reading — Técnicas para Todos os Exames
- Cap. 8 — Writing Task 1 — Gráficos, Tabelas, Diagramas e Cartas
- Cap. 9 — Writing Task 2 / Essay — O Ensaio de Exame Perfeito
- Cap. 10 — Listening — Estratégias e Armadilhas
- Cap. 11 — Speaking — Do Monólogo à Discussão

PARTE III — GRAMÁTICA E VOCABULÁRIO DE EXAME

- Cap. 12 — Use of English — Erros Típicos e Como Evitá-los
- Cap. 13 — Vocabulário de Alta Frequência em Exames
- Cap. 14 — Marcadores de Discurso e Coesão Textual

PARTE IV — TESTES DE PRÁTICA COMPLETOS

- Teste 1 — IELTS Academic — Teste Completo com Respostas
- Teste 2 — Cambridge B2 First — Use of English + Writing
- Teste 3 — Cambridge C1 Advanced — Reading + Use of English
- Teste 4 — TOEFL iBT — Reading + Writing Practice
- Teste 5 — Exame Nacional — Teste Completo

PARTE V — GESTÃO DO EXAME E DO ESTUDO

- Cap. 15 — Planos de Estudo: 4, 8 e 12 Semanas
- Cap. 16 — No Dia do Exame: Procedimentos e Mentalidade

APÊNDICES

- Ap. A — Vocabulário Temático de Alta Frequência — 300 Palavras
- Ap. B — Bandas IELTS / Níveis Cambridge — Guia de Comparação
- Ap. C — Checklist de Revisão por Exame
- Ap. D — Respostas Comentadas — Todos os Testes

PARTE I

IELTS · Cambridge B2/C1 · TOEFL · Exames Nacionais

CAPÍTULO 1

Comparação Geral: Todos os Exames

Antes de estudar, é essencial escolher o exame certo para o seu objectivo. Este capítulo compara os principais exames internacionais de forma clara e objectiva.

1.1 Comparação Rápida — Tabela Geral

Exame	Organização	Níveis	Componentes	Validade	Principal Uso
IELTS Academic	British Council / IDP	A1-C2 (Bands 0-9)	L+R+W+S	2 anos	Universidades, imigração
IELTS General	British Council / IDP	A1-C2 (Bands 0-9)	L+R+W+S	2 anos	Imigração, emprego
B2 First (FCE)	Cambridge Assessment	B2	R+W+L+S+UoE	Vitalícia	Escola, universidade, emprego
C1 Advanced (CAE)	Cambridge Assessment	C1	R+W+L+S+UoE	Vitalícia	Universidade, profissional
TOEFL iBT	ETS (Princeton)	B1-C2	R+L+S+W	2 anos	Universidades EUA, Canadá
Exame Nacional MZ	Ministério / INDE	A2-B2	R+W+L	Anual	Ingresso univ. Moçambique

1.2 Qual Exame Escolher? — Guia de Decisão

Se o seu objectivo é...	Exame Recomendado	Banda / Nível Mínimo Típico
Estudar numa universidade britânica ou australiana	IELTS Academic	Band 6.0–7.0
Imigrar para o Reino Unido, Austrália ou Canadá	IELTS General Training	Band 4.0–6.0
Obter certificação europeia de nível B2	Cambridge B2 First	Grade C ou superior
Obter certificação europeia de nível C1	Cambridge C1 Advanced	Grade C ou superior
Estudar nos Estados Unidos ou Canadá	TOEFL iBT	79–100+ (depende da instituição)
Ingressar numa universidade moçambicana	Exame Nacional / BEPE	Aprovação (10+ em 20)
Reconhecimento profissional internacional	IELTS ou Cambridge C1	Band 7+ / Grade B+

1.3 As Quatro Competências — O Que Cada Exame Avalia

Competência	IELTS	B2 First	C1 Advanced	TOEFL
Reading	60 min / 40 qs	60 min / 4 partes	60–90 min / 4 partes	54–72 min / 30–40 qs
Writing	60 min / 2 tasks	1h20 / 2 tasks	1h30 / 2 tasks	50 min / 2 tasks
Listening	30+10 min / 40 qs	40 min / 4 partes	40 min / 4 partes	41–57 min / 28–39 qs
Speaking	11–14 min / 3 partes	14 min / 3 partes	15 min / 3 partes	17 min integrado
Use of English	—	45 min / 4 partes	90 min integrado	—

Estratégia Global

Independentemente do exame que escolher, as estratégias fundamentais são as mesmas: ler activamente, gerir o tempo, compreender o que é pedido e verificar as respostas. Domine a Parte II deste livro e estará preparado para qualquer um destes exames.

CAPÍTULO 2

IELTS — Academic e General Training

O IELTS é o exame de inglês mais amplamente reconhecido no mundo. Este capítulo descreve em detalhe cada componente e como é avaliado.

IELTS	Componente: Visão Completa	Nível: (Bands 1-9)	A1-C2	Duração: aprox.	2h45
-------	-------------------------------	-----------------------	-------	--------------------	------

2.1 O Sistema de Bandas IELTS

Banda	Nível CEFR	Descrição	Uso Típico
9.0	C2+	Utilizador especializado — domínio completo e exacto	Raro; padrão de referência
8.0-8.5	C2	Muito bom — domínio eficaz com raras imprecisões	Programas de pós-graduação competitivos
7.0-7.5	C1	Bom utilizador — eficaz em contextos complexos	Maioria das universidades britânicas
6.0-6.5	B2	Utilizador competente — algumas imprecisões	Entrada universitária geral
5.0-5.5	B1/B2	Utilizador moderado — domínio parcial	Cursos de inglês pré-universitário
4.0-4.5	A2/B1	Utilizador limitado — situações familiares apenas	Imigração nível básico

2.2 IELTS Reading — Academic vs. General Training

Aspecto	Academic	General Training
Textos	3 textos longos, complexos e académicos	3 secções: avisos/anúncios, texto geral, texto mais longo

Aspecto	Academic	General Training
Origem	Revistas, jornais acadêmicos, livros	Anúncios, guias, manuais, textos gerais
Dificuldade	Mais complexo — vocabulário acadêmico	Menos complexo — mais prático
N.º questões	40 questões em 60 minutos	40 questões em 60 minutos
Tipos de QS	Multiple choice, T/F/NG, matching, short answer, diagram labelling	Idem

2.3 IELTS Writing — As Duas Tarefas

Task	Tipo Academic	Tipo General Training	Palavras	Tempo Recomendado	Peso
Task 1	Descrever gráfico/tabela/diagrama/mapa/processo	Escrever carta formal, semi-formal ou informal	150+	20 min	33%
Task 2	Ensaio argumentativo sobre questão geral	Ensaio argumentativo (mesmo tema)	250+	40 min	67%

Erro Crítico de Gestão de Tempo

Task 2 vale o dobro de Task 1. Muitos candidatos falham porque passam demasiado tempo em Task 1 e escrevem um Task 2 apressado e incompleto. Respeite sempre: 20 min para Task 1, 40 min para Task 2. Nunca inverta esta ordem.

2.4 IELTS Speaking — As Três Partes

Parte	Duração	Formato	O que é avaliado
Part 1 — Introduction & Interview	4-5 min	Perguntas sobre temas familiares: família, trabalho, hobbies, onde vive	Fluência, vocabulário básico, pronúncia
Part 2 — Long Turn (Cue Card)	3-4 min	1 minuto de preparação + 2 min de monólogo sobre um tópico em cartão	Coerência, fluência, vocabulário, gramática
Part 3 — Discussion	4-5 min	Discussão aprofundada ligada ao tema da Part 2	Capacidade analítica, argumentação, C1+

2.5 Critérios de Avaliação do IELTS Speaking

Critério	Peso	O que os Examinadores Procuram
Fluency & Coherence	25%	Fala sem pausas longas; ideias ligadas de forma lógica; não memorizado
Lexical Resource	25%	Variedade de vocabulário; colocações naturais; precisão
Grammatical Range & Accuracy	25%	Uso de estruturas variadas; poucas incorrecções; complexidade
Pronunciation	25%	Compreensível; ritmo natural; entoação; não tem de ser nativa

CAPÍTULO 3

Cambridge B2 First (FCE)

O Cambridge B2 First é o certificado de nível B2 mais reconhecido do mundo. É aceite por universidades, empregadores e organismos governamentais em mais de 130 países.

B2 First (FCE)	Componente: Visão Completa	Nível: B2 CEFR	Duração: Aprox. 3h30
----------------	-------------------------------	----------------	-------------------------

3.1 Os Cinco Papéis do B2 First

Papel	Nome	Duração	Questões	Peso
1	Reading and Use of English	75 min	52 questões (7 partes)	40%
2	Writing	80 min	2 tarefas	20%
3	Listening	40 min	30 questões (4 partes)	20%
4	Speaking	14 min	4 partes (2 cand.s.)	20%

3.2 Reading and Use of English — As 7 Partes

Parte	Tipo de Exercício	Competência	N.º de QS
Part 1	Multiple choice cloze (8 gaps — opção A/B/C/D)	Vocabulário: colocações, frases fixas, gramática	8
Part 2	Open cloze (8 gaps — sem opções)	Gramática e vocabulário	8

Parte	Tipo de Exercício	Competência	N.º de QS
Part 3	Word formation (8 gaps — transformação de palavras)	Morfologia: prefixos, sufixos, conversão	8
Part 4	Key word transformations (6 frases)	Gramática + vocabulário avançados	12 (2 por frase)
Part 5	Multiple choice reading (6 qs)	Compreensão detalhada de texto longo	6
Part 6	Cross-text multiple matching (4 textos, 4 qs)	Comparar perspectivas entre textos	4
Part 7	Gapped text (6 parágrafos removidos)	Coesão e coerência textual	6

3.3 Writing — As Tarefas do B2 First

Tarefa	Tipo	Palavras	Tempo	Nota
Task 1 (obrigatória)	Ensaio argumentativo (essay)	140-190	40 min	Sempre obrigatório
Task 2 (escolha)	Article / Email / Letter / Report / Review	140-190	40 min	Escolha 1 de 3

3.4 Escala de Notas Cambridge

Grade	Escala Cambridge (0-100)	Nível CEFR	Resultado
A	80-100	C1	Certificado B2 First com Distinção no nível C1
B	75-79	B2	Certificado B2 First com Mérito

Grade	Escala Cambridge (0-100)	Nível CEFR	Resultado
C	60-74	B2	Certificado B2 First (aprovado)
D/E	Abaixo de 60	B1	Reprovado — Certificado de nível B1 emitido se acima de 45

CAPÍTULO 4

Cambridge C1 Advanced (CAE)

O C1 Advanced é a prova de que o candidato atingiu um nível de competência avançada — o nível que as melhores universidades e empregadores do mundo reconhecem e exigem.

C1 (CAE)	Advanced	Componente: Visão Completa	Nível: C1 CEFR	Duração: Aprox. 4 horas
-------------	----------	-------------------------------	----------------	----------------------------

4.1 Os Cinco Papéis do C1 Advanced

Papel	Nome	Duração	Peso
1	Reading and Use of English	1h30	40%
2	Writing	1h30	20%
3	Listening	40 min	20%
4	Speaking	15 min	20%

4.2 Reading and Use of English C1 — As 8 Partes

Parte	Tipo	Competência Avaliada	QS
1	Multiple choice cloze (8 gaps)	Vocabulário avançado, colocações	8
2	Open cloze (8 gaps)	Gramática complexa	8
3	Word formation (8 gaps)	Derivação avançada	8

Parte	Tipo	Competência Avaliada	QS
4	Key word transformations (6)	Estruturas complexas, reformulação	12
5	Multiple choice (4 textos)	Compreensão detalhada, atitude do autor	4
6	Cross-text multiple matching (4 textos, 4 qs)	Comparação de perspectivas	4
7	Gapped paragraphs (6)	Coesão, referência, progressão temática	6
8	Multiple matching (1 texto longo ou vários, 10 qs)	Localizar informação específica	10

4.3 Writing C1 — Maior Exigência

Tarefa	Tipo	Palavras	Nota
Task 1 (obrigatória)	Essay argumentativo ou discursivo	220-260 palavras	Exige argumento estruturado, C1 lexis
Task 2 (escolha 1 de 3)	Report, proposal, letter/email, review	220-260 palavras	Registo e formato apropriados ao tipo de texto

Estratégia para Grade A

No C1 Advanced Writing, a diferença entre Grade C e Grade A está maioritariamente no vocabulário e no registo. Use nominalizações, colocações avançadas e estruturas variadas. Evite vocabulário de B2 quando existe uma opção C1.

CAPÍTULO 5

TOEFL iBT — Estrutura e Especificidades

O TOEFL iBT é o exame de referência para acesso a universidades norte-americanas e canadianas. Difere dos exames britânicos em formato e em abordagem — é feito inteiramente em computador.

TOEFL iBT	Componente: Visão Completa	Nível: B1-C2	Duração: Aprox. 3 horas
-----------	-------------------------------	--------------	-------------------------

5.1 Estrutura do TOEFL iBT

Secção	Duração	Questões	Pontuação	Nota
Reading	54-72 min	30-40 qs (3-4 textos)	0-30	Sem limite de tempo por questão
Listening	41-57 min	28-39 qs	0-30	Áudio reproduzido uma vez apenas
Speaking	17 min	4 tarefas	0-30	Respostas gravadas e avaliadas por IA + humanos
Writing	50 min	2 tarefas	0-30	Integrated task + Academic Discussion task

5.2 TOEFL vs. IELTS — Diferenças Fundamentais

Aspecto	TOEFL iBT	IELTS
Formato	100% computador (digitado/gravado)	Papel ou computador (depende do centro)
Sotaque aceito	Inglês americano predominante	Qualquer variedade inteligível de inglês

Aspecto	TOEFL iBT	IELTS
Speaking	Fala sozinho para o computador	Entrevista presencial com examinador real
Writing	Tarefa integrada (ler+ouvir+escrever)	Tasks independentes
Reconhecimento	Principal: EUA, Canadá	Principal: UK, Austrália, Nova Zelândia, Canada
Duração validade	2 anos	2 anos
Pontuação máxima	120 pontos (30 por secção)	9.0 (média das 4 bandas)

5.3 Conversão TOEFL ↔ IELTS ↔ CEFR

CEFR	IELTS Band	TOEFL iBT	Cambridge
C2	8.5-9.0	114-120	C2 Proficiency (CPE)
C1	7.0-8.0	95-113	C1 Advanced (CAE)
B2	5.5-6.5	72-94	B2 First (FCE)
B1	4.0-5.0	42-71	B1 Preliminary (PET)
A2	3.0-3.5	—	A2 Key (KET)

CAPÍTULO 6

Exames Nacionais — BEPE e Acesso Universitário

Para os alunos moçambicanos, os exames nacionais são frequentemente a primeira prova formal de inglês — e a que determina o acesso ao ensino superior.

Exame	Nacional	Componente: Inglês — 10. ^a /12. ^a		
MZ		Classe	Nível: A2-B2	Duração: 2h30

6.1 Estrutura Típica do Exame Nacional de Inglês (Moçambique)

Secção	Conteúdo Típico	Tempo	Pontuação
Listening Comprehension	Diálogos gravados, perguntas de escolha múltipla e verdadeiro/falso	20-30 min	20%
Reading Comprehension	Texto com perguntas abertas, escolha múltipla e vocabulário em contexto	45-60 min	35%
Grammar and Vocabulary	Cloze test, transformações de frases, escolha múltipla gramatical	30 min	25%
Writing	Carta, composição ou redacção guiada (100-200 palavras)	30-40 min	20%

6.2 Os Temas Mais Frequentes no Exame Nacional

Área Gramatical	Área de Vocabulário	Tipo de Texto de Leitura	Tipo de Escrita
Present Simple/Continuous	Saúde e corpo humano	Artigo de jornal	Carta formal/informal
Past Simple/Perfect	Ambiente e natureza	Diálogo/entrevista	Composição opinativa
Future (will/going to)	Escola e educação	Texto informativo	Descrição de pessoa/lugar
Conditionals 1 e 2	Viagens e transportes	Conto/narrativa curta	Carta de candidatura
Modal verbs	Tecnologia	Texto publicitário	Relatório simples
Passive voice	Trabalho e emprego	Texto biográfico	Email formal

Prioridades para o Exame Nacional

Para o exame nacional moçambicano, os tópicos de vocabulário mais testados são: saúde, ambiente, educação e trabalho. A gramática mais testada é: tempos verbais, voz passiva e condicionais. Domine estas áreas em primeiro lugar.

PARTE II

Reading · Writing · Listening · Speaking — Com Exercícios e Modelos

CAPÍTULO 7

Reading — Técnicas para Todos os Exames

Reading em exame não é leitura de prazer. É um processo activo, estratégico e cronometrado. Este capítulo ensina-o a ler de forma eficaz sob pressão.

7.1 As Três Velocidades de Leitura

Velocidade	Nome	Técnica	Quando Usar no Exame
Rápida	Skimming	Deslize os olhos por títulos, primeiras e últimas frases de cada parágrafo	Para compreender o tema geral antes de ler as perguntas
Dirigida	Scanning	Procure palavras-chave específicas (nomes, datas, números, termos técnicos)	Para responder a perguntas de localização factual
Detalhada	Close Reading	Leia cada palavra com atenção; analise estrutura e nuance	Para perguntas sobre atitude do autor, inferência, vocabulário em contexto

7.2 Estratégia de Ataque a Cada Tipo de Questão

Tipo de Questão	Estratégia	Armadilhas Comuns
Multiple Choice	Leia a pergunta → Localize no texto → Elimine as erradas → Confirm a correcta	Opções com palavras do texto mas sentido alterado — leia com cuidado

Tipo de Questão	Estratégia	Armadilhas Comuns
True / False / Not Given	T=está no texto e é correcto; F=está mas é incorrecto; NG=não está no texto	Não inferir — NG é o que não está escrito, não o que parece improvável
Matching Headings	Identifique o tema de cada parágrafo (skim) → Associe ao heading mais abrangente	Headings com palavras exactas do texto — podem ser armadilhas
Gapped Text / Paragraphs	Leia o texto antes e depois do gap → Procure referências, pronomes, coesão léxica	Não escolher apenas pelo tema — a lógica e a gramática são essenciais
Short Answer	Responda exactamente ao que é pedido — use palavras do texto	Respostas acima do limite de palavras são marcadas erradas no IELTS
Summary Completion	Identifique o parágrafo relevante → Preencha com lógica e limite de palavras	Mudar a forma gramatical — só use as palavras exactas do texto

7.3 Gestão do Tempo — Reading

Exame	Total	Tempo por Texto/Secção	Recomendação
IELTS Reading	60 min	~20 min por secção	Não fique preso: avance e volte
B2 First — Reading	75 min total (R + UoE)	Parts 5,6,7: ~12,10,12 min	Parts 1-4 (UoE) primeiro: são mais rápidas
C1 Advanced — Reading	90 min total	~12-15 min por parte	Part 8 (matching): comece por aqui se for rápido
TOEFL Reading	54-72 min	~18 min por texto	Pace-yourself: 54 min é apertado

Exame	Total	Tempo por Texto/Secção	Recomendação
Exame Nacional	60 min	~25 min texto, 15 min grammar, 20 min writing	Nunca deixe a escrita em branco

7.4 Exercício de Reading — IELTS Style

Exercício 7.1 — IELTS Reading Practice (True/False/Not Given + Short Answer)

Read the passage and answer the questions (Questions 1–7).

PASSAGE: THE HISTORY OF ENGLISH SPELLING

English spelling is notoriously inconsistent, and the reasons for this lie deep in the language's turbulent history. Unlike Spanish or Italian, where spelling reforms ensured a close correspondence between written and spoken forms, English spelling was largely fixed by early printers in the fifteenth and sixteenth centuries — before any standardising authority existed.

The introduction of the printing press to England in 1476 by William Caxton had consequences that no one could have anticipated. Caxton and his compositors, many of whom were Flemish and unfamiliar with English phonology, made decisions about spelling that have persisted for five centuries. Words like 'ghost' retain a silent 'h' inserted by Flemish printers; 'debt' and 'doubt' acquired silent consonants during the

Renaissance, when scholars sought to emphasise the words' Latin origins (debitum, dubitare).

The Great Vowel Shift, a series of changes in vowel pronunciation that occurred between roughly 1400 and 1700, further widened the gap between

spelling and pronunciation. Words that had previously been spelled phonetically — 'name', 'time', 'house' — were frozen in their older spellings while the sounds they represented changed dramatically.

Despite periodic calls for spelling reform — including from figures as eminent as George Bernard Shaw, who famously illustrated English spelling

absurdity with the hypothetical word 'ghoti' (pronounced 'fish') —

English has resisted standardisation. Speakers of English seem to regard its irregular spelling not as a defect but as a badge of historical depth.

Questions 1-4: TRUE / FALSE / NOT GIVEN

1. English spelling was standardised before printing was introduced.
2. William Caxton was personally responsible for all spelling decisions.
3. Some English silent letters were added to reflect Latin origins.
4. George Bernard Shaw believed English spelling should be reformed.

Questions 5-7: Short Answer (NO MORE THAN THREE WORDS)

5. In what year did Caxton introduce the printing press to England?

6. What term is given to the series of vowel changes between 1400–1700?

7. According to the final paragraph, how do English speakers regard irregular spelling?

Respostas 7.1 — com Explicação

1: FALSE — spelling was fixed by printers BEFORE any standardising authority existed.

2: NOT GIVEN — the text says Caxton and his compositors made decisions, but doesn't say Caxton personally made all of them.

3: TRUE — 'debt' and 'doubt' acquired silent consonants during the Renaissance to emphasise Latin origins.

4: TRUE — Shaw 'famously illustrated English spelling absurdity' implying he favoured reform.

5: 1476 (exact word from text)

6: The Great Vowel Shift

7: A badge of historical depth (exact phrase from text)

CAPÍTULO 8

Writing Task 1 — Gráficos, Tabelas, Diagramas e Cartas

O Writing Task 1 é frequentemente subestimado pelos candidatos. Uma resposta de Banda 7+ ou Grade B+ exige muito mais do que descrever números — exige organização, linguagem de comparação precisa e uma visão analítica.

8.1 IELTS Academic Task 1 — Descrever Dados

Tipo de Visual	Foco Principal	Tempo Verbal
Line graph (gráfico de linhas)	Tendências e mudanças ao longo do tempo	Past simple / Past continuous (dados históricos)
Bar chart (gráfico de barras)	Comparação entre categorias	Past ou present (depende das datas)
Pie chart (gráfico circular)	Proporções e percentagens	Past ou present
Table (tabela)	Comparação de múltiplas variáveis	Past ou present
Process diagram	Sequência de etapas de um processo	Present simple passivo
Map (mapa)	Mudanças de um local ao longo do tempo	Past simple passivo

8.2 Estrutura Obrigatória de um Task 1 Perfeito

Parágrafo	Conteúdo	Palavras Aprox.
Introdução	Parafrase do título do gráfico — NUNCA copie directamente	20-30

Parágrafo	Conteúdo	Palavras Aprox.
Overview / Visão Geral	As 2-3 tendências/características mais importantes — SEM números	30-40
Corpo 1	Detalhe com dados específicos — grupo 1 ou tendência 1	40-50
Corpo 2	Detalhe com dados específicos — grupo 2 ou tendência 2	40-50

Erro Fatal no Task 1

O erro mais penalizado no IELTS Task 1 é não incluir um Overview. O Overview é a frase ou parágrafo que identifica as tendências gerais SEM números específicos. Sem ele, é impossível obter Banda 6+.

8.3 Vocabulário de Descrição de Gráficos — Sistema Completo

Movimento	Verbo	Substantivo	Advérbio/Adjectivo
Subida forte	rose sharply / soared / surged	a sharp rise / a surge	sharply / dramatically / steeply
Subida suave	increased gradually / rose slightly	a gradual increase	gradually / slightly / steadily
Descida forte	fell sharply / plummeted / dropped	a sharp fall / a drop	sharply / dramatically
Descida suave	declined slightly / decreased gradually	a slight decline	slightly / gradually / moderately
Estabilidade	remained stable / levelled off / plateaued	no significant change	—

Movimento	Verbo	Substantivo	Advérbio/Adjectivo
Flutuação	fluctuated / varied	fluctuation / variation	erratically / slightly
Pico	peaked / reached a peak / hit a high	a peak / the highest point	—
Mínimo	reached a low / bottomed out	a trough / the lowest point	—

8.4 IELTS General / Cambridge — Task 1: A Carta

Tipo de Carta	Abertura	Registo	Fecho
Formal	Dear Mr/Ms [Apelido],	Sem contrações; vocabulário formal	Yours sincerely,
Semi-formal	Dear [Primeiro Nome],	Misto; algumas contrações	Best regards, / Kind regards,
Informal	Dear [Nome], / Hi [Nome],	Contrações; coloquial; amigável	Best wishes, / Take care, / Love,

8.5 Modelo Completo — IELTS Academic Task 1 (Banda 8)

Modelo Task 1 — Banda 8

Prompt: The graph below shows the number of international students enrolled in UK universities between 2000 and 2020. Summarise the information.

RESPOSTA MODELO (Banda 8 / 173 palavras):

The line graph illustrates changes in international student enrolment at UK universities over a twenty-year period from 2000 to 2020.

Overall, the number of international students increased substantially throughout the period, despite a temporary decline in the early 2010s.

By 2020, enrolment had more than doubled compared to 2000.

In 2000, approximately 200,000 international students were enrolled at UK universities. This figure rose steadily over the following decade, reaching a peak of around 430,000 in 2010. However, enrolment then fell sharply, dropping to roughly 310,000 by 2013, possibly reflecting changes in visa regulations during that period.

Following this trough, numbers recovered and climbed consistently, surpassing the previous peak in 2017 and reaching approximately 490,000 by 2020 — the highest figure recorded across the entire period.

COMENTÁRIO: Overview claro (par.2) + dados específicos + linguagem variada.

CAPÍTULO 9

Writing Task 2 / Essay — O Ensaio de Exame Perfeito

O ensaio de exame é uma competência que pode ser aprendida e dominada com prática. Neste capítulo, estudamos a estrutura, o raciocínio e a linguagem que garantem pontuações altas.

9.1 Os Tipos de Ensaio nos Exames

Tipo	Como Reconhecer	Estrutura Recomendada
Opinion/Argumentativo	Do you agree or disagree? / To what extent do you agree?	Intro (posição) + 2 parágrafos de argumentos + Conclusão
Discussion	Discuss both views and give your opinion. / Some people think... others believe...	Intro + Visão A + Visão B + Sua opinião + Conclusão
Problem/Solution	What problems does this cause? What solutions would you suggest?	Intro + Problemas + Soluções + Conclusão
Two-Part Question	What are the causes? What can be done?	Intro + Resposta Parte 1 + Resposta Parte 2 + Conclusão
Advantages/Disadvantages	Discuss the advantages and disadvantages.	Intro + Vantagens + Desvantagens + Avaliação + Conclusão

9.2 A Estrutura Parágrafo a Parágrafo — PEEL

Elemento PEEL	Função	Exemplo
P — Point (Ponto)	A ideia principal do parágrafo — em 1 frase	One key advantage of studying abroad is the development of cultural awareness.
E — Evidence (Evidência)	Apoio, exemplo, dado ou elaboração	Students who study in foreign countries are regularly exposed to different social norms, customs and languages.
E — Explain (Explicação)	Por que razão esta evidência apoia o argumento	This exposure inevitably broadens their perspective and enhances their adaptability.
L — Link (Ligação)	Ligar ao argumento geral / introduzir próximo ponto	Therefore, international study contributes not only to linguistic but also to personal development.

9.3 Introdução e Conclusão — Fórmulas de Topo

Parte	Estrutura	Exemplo
Introdução	Frase de contextualização + Parafrase da questão + Tese clara	In recent decades, the question of [topic] has attracted considerable debate. This essay will argue that [position], while acknowledging [counter-position].
Conclusão	Retoma da tese (novas palavras) + Síntese + Afirmação final	In conclusion, while [counter-view] has merit, the evidence suggests that [main argument]. Ultimately, [forward-looking statement].

9.4 Ensaio Modelo Completo — IELTS Task 2 Banda 8

Ensaio Modelo — IELTS Task 2 Banda 8

Prompt: 'In many countries, children are taught to be competitive rather than

co-operative at school. Do the disadvantages of this outweigh the advantages?'

ENSAIO MODELO — Banda 8 (aprox. 290 palavras):

The question of whether schools should prioritise competition or collaboration among students has been the subject of ongoing debate in educational circles.

While a competitive environment can drive individual achievement, I believe the drawbacks of this approach significantly outweigh its benefits.

Proponents of competitive schooling argue that it prepares children for the realities of adult professional life, where they will inevitably compete for positions, resources and recognition. Furthermore, competition can motivate students to push beyond their comfort zones, thereby raising academic standards. In countries such as South Korea and Japan, where highly competitive educational systems have produced strong results in international assessments, this view carries some weight.

However, an overemphasis on competition carries serious risks. Research in developmental psychology consistently indicates that excessive competitive pressure is a significant contributor to adolescent anxiety, low self-esteem and, in extreme cases, academic disengagement. Moreover, competition fundamentally prioritises individual success, leaving little room for the collaborative skills — teamwork, empathy, communication — that employers and society increasingly demand.

By contrast, cooperative learning environments have been shown to improve

not only social development but also academic outcomes, as students who work together often outperform those who work in isolation.

In conclusion, while competition has a limited role in motivating students, a school system that fosters cooperation is more likely to produce well-rounded, resilient and socially competent individuals. The long-term benefits of cooperation far exceed any short-term academic gains from competitive pressure.

ANÁLISE: Posição clara; 2 argumentos apoiados; contra-argumento reconhecido; vocabulário C1 (prioritise, foster, resilient, disengagement); coesão forte.

CAPÍTULO 10

Listening — Estratégias e Armadilhas

O Listening é a competência que mais candidatos subestimam na preparação. Ao contrário da leitura, não se pode voltar atrás — cada segundo conta.

10.1 Antes de Ouvir — Preparação é Tudo

10.2 As Armadilhas Mais Comuns no Listening de Exame

Armadilha	Descrição	Como Evitar
Distractor / Mudança de ideia	O orador diz algo e depois corrige ou muda de ideias	Espere sempre pela versão final; não marque à primeira menção
Sinónimos e paráfrases	A pergunta usa uma palavra; o áudio usa um sinónimo	Antecipe sinónimos ao ler as perguntas
Números e datas	Erros em números parecidos (fifteen vs fifty)	Escreva sempre o número e verifique no tempo de transferência

Armadilha	Descrição	Como Evitar
Limite de palavras	No IELTS, respostas acima do limite são erradas	Conte as palavras antes de escrever na folha de respostas
Ortografia	Erros ortográficos são penalizados no IELTS	Revise durante os 10 min de transferência
Atenção dividida	Tentar escrever e ouvir ao mesmo tempo	Use abreviaturas durante a audição; escreva completo no final

10.3 Tipos de Questão — Estratégias Específicas

Tipo de Questão	Estratégia
Form/Note Completion	Identifique o tipo de informação (nome próprio? número? lugar?) antes de ouvir
Multiple Choice	Leia todas as opções; risque as claramente erradas enquanto ouve
Matching	Leia a lista de opções; as respostas seguem a ordem do áudio
Map/Diagram	Orientar-se no diagrama; ouça palavras de direcção (turn left, next to, opposite)
Short Answer	A resposta é sempre uma informação específica do áudio — geralmente 1-3 palavras

Estratégia de Preparação Diária

Pratique o Listening todos os dias com material autêntico: BBC Radio 4 (notícias), BBC Learning English (podcasts com transcrição), TED Talks, e séries britânicas legendadas. A chave é ouvir activamente — não apenas em segundo plano.

CAPÍTULO 11

Speaking — Do Monólogo à Discussão

O Speaking assusta muitos candidatos, mas é a competência mais previsível de todas. Os examinadores avaliam critérios específicos e este capítulo ensina-o a satisfazê-los.

11.1 Os Quatro Critérios — O Que os Examinadores Querem

Critério	Peso	O que Demonstrar	Erros a Evitar
Fluency & Coherence	25%	Falar sem pausas longas; ideias ligadas logicamente; não soar memorizado	Silêncios longos; responder com uma frase; usar notas
Lexical Resource	25%	Variedade de vocabulário; colocações naturais; paráfrases quando necessário	Repetir as mesmas palavras; usar vocabulário de A2 em respostas B2+
Grammatical Range & Accuracy	25%	Estruturas variadas (perfects, conditionals, passives); poucas incorrecções	Só usar Present Simple; erros sistemáticos no mesmo ponto
Pronunciation	25%	Inteligível; ritmo natural; stress correcto; entoação variada	Sotaque extremo; pronúnciação que impede a compreensão

11.2 Part 2 — O Cue Card: Estratégia dos 60 Segundos

Fase	Acção	Dica
0-20 seg	Leia todos os bullet points do cartão	Não comece a escrever ainda — compreenda o tema
20-45 seg	Faça notas: 1 palavra-chave por bullet point	Use abreviaturas e esquemas — não frases completas
45-60 seg	Decida a estrutura: onde começa, onde termina	Reserve os melhores exemplos para o fim
1-2 min de fala	Siga as notas; use conectores; dê exemplos	Não se preocupe com a perfeição — a fluência é mais importante

11.3 Frases de Ganho de Tempo — Estratégias de Fluência

Função	Expressões
Ganhar tempo para pensar	That's an interesting question... / Let me think about that for a moment... / Well, off the top of my head...
Reformular uma ideia	What I mean is... / In other words... / To put it another way...
Exemplificar	For instance... / A good example of this would be... / To give you an idea...
Mostrar que há mais	Not only that, but... / On top of that... / What's more...
Concluir uma resposta	Overall, I'd say... / So, to sum up... / At the end of the day...
Responder sem certeza	I'm not entirely sure, but I think... / I'd imagine that... / As far as I know...

11.4 Exercício Speaking — Part 2 Cue Card com Respostas

Exercício 11.1 — IELTS Speaking Part 2 + Part 3

CUE CARD — Speak for 1-2 minutes:

Describe a time when you had to learn something new.

You should say:

- what you had to learn
- why you needed to learn it
- how you went about learning it

and explain how you felt about the experience.

Part 3 Follow-up Questions (discuss for 4-5 minutes):

1. Do you think it is easier for children or adults to learn new things? Why?
2. How has technology changed the way people learn?
3. Some people argue that formal education is becoming less important. Do you agree?

Resposta Modelo — Banda 7-8

SAMPLE PART 2 RESPONSE (Band 7-8 level):

I'd like to talk about when I had to learn to use a new software programme for my work about two years ago. The company I was working for had just switched to a new data management system, and everyone was required to become proficient in it within a month.

To be honest, I found it quite daunting at first — I've never considered myself particularly tech-savvy. I started by watching tutorial videos online,

which helped me get to grips with the basic functions. After that, I practised daily, even staying late on some evenings to work through the more complex features. I also didn't hesitate to ask colleagues for help when I got stuck.

Looking back, it was actually a very rewarding experience. There's something genuinely satisfying about mastering something that once felt impossible.

It also gave me a lot more confidence about tackling new challenges in the future — I now approach unfamiliar tasks with considerably less anxiety.

ANÁLISE: Estrutura clara; vocabulário C1 (proficient, daunting, tech-savvy, rewarding, considerably); gramática variada (had to, had just switched, had never considered, past perfect); fluência natural com conectores.

PARTE III

Use of English · Vocabulário de Alta Frequência · Coesão Textual

CAPÍTULO 12

Use of English — Erros Típicos e Como Evitá-los

O Use of English testa a sua competência gramatical e lexical de forma integrada. Conhecer os padrões de erro mais comuns é a forma mais eficaz de ganhar pontos.

12.1 Key Word Transformations — Técnica Completa

Padrão Gramatical Testado	Frase Original	Key Word	Transformação Correcta
Voz Passiva	They cancelled the concert.	HELD	The concert was not held.
Reported Speech	'I will call you,' she said to me.	PROMISED	She promised (that) she would call me.
Modal Perfeito	I'm sure he made a mistake.	MUST	He must have made a mistake.
Causativo have	Someone repaired my car.	HAD	I had my car repaired.
Conditional 3	He didn't study, so he failed.	WOULD	He would have passed if he had studied.
Comparativo	No other city in the world is as big as Tokyo.	BIGGEST	Tokyo is the biggest city in the world.
Inversão	I have rarely seen such dedication.	RARELY	Rarely have I seen such dedication.

Padrão Gramatical Testado	Frase Original	Key Word	Transformação Correcta
Prefixo/Derivação	It is not possible to enter without a ticket.	IMPOSSIBLE	It is impossible to enter without a ticket.

12.2 Word Formation — Prefixos e Sufixos de Alta Frequência

Prefixo/Sufixo	Significado	Exemplos de Alta Frequência em Exame
un-	negação	unnecessary, unemployment, unusual, uncertain, unfortunate
dis-	negação/oposição	disappear, disagree, disadvantage, dishonest, discourage
mis-	erradamente	misunderstand, misuse, mislead, misbehave, misinform
over-	em excesso	overestimate, overcome, overwork, overrated, overwhelm
under-	insuficientemente	underestimate, undermine, underfunded, underachieve
re-	novamente	rebuild, reconsider, rewrite, reorganise, reassess
-ment	acção/resultado (n.)	achievement, development, improvement, unemployment
-tion/-sion	acção/processo (n.)	investigation, reduction, discussion, decision, permission
-ness	estado/qualidade (n.)	awareness, happiness, weakness, loneliness, effectiveness
-ful	cheio de (adj.)	harmful, useful, powerful, successful, meaningful
-less	sem (adj.)	harmless, useless, powerless, homeless, careless
-ive	tendo a tendência de	creative, competitive, productive, attractive, effective

Prefixo/Sufixo	Significado	Exemplos de Alta Frequência em Exame
-ise/-ize	fazer (v.)	organise, recognise, prioritise, maximise, specialise

Exercício 12.1 — Word Formation (Cambridge Style)

Use the word given in capitals to form a word that fits each gap.

1. The government announced a series of _____ measures to address the crisis. (ECONOMY)
2. His speech was met with widespread _____ from the scientific community. (CRITICISE)
3. The new policy is widely regarded as _____ and counterproductive. (EFFECT)
4. She showed great _____ in completing the project under such pressure. (DETERMINE)
5. The report highlighted the _____ of the current approach. (LIMIT)
6. It was completely _____ of him to behave in such a way. (RESPONSIBLE)
7. The _____ of the new system has been questioned by several experts. (RELY)
8. We need to _____ our approach if we are to achieve better results. (MODERN)

Respostas 12.1

1: economic | 2: criticism | 3: ineffective | 4: determination

5: limitations | 6: irresponsible | 7: reliability | 8: modernise

CAPÍTULO 13

Vocabulário de Alta Frequência em Exames

Existem famílias de palavras que aparecem repetidamente nos exames de todos os níveis. Este capítulo identifica-as e ensina-o a usá-las com precisão.

13.1 Famílias de Palavras de Alta Frequência

Substantivo	Verbo	Adjectivo	Advérbio	Uso em Exame
analysis	analyse	analytical	analytically	The data requires careful analysis.
significance	signify	significant	significantly	A significant increase was recorded.
development	develop	developmental	—	Economic development has stagnated.
investigation	investigate	investigative	—	An investigation was launched.
conclusion	conclude	conclusive	conclusively	No conclusive evidence was found.
achievement	achieve	achievable	—	A remarkable achievement in science.
consequence	—	consequent	consequently	Consequently, measures were taken.
consistency	—	consistent	consistently	Consistently high performance.
assumption	assume	assumed	—	The report makes several assumptions.
contribution	contribute	contributory	—	A major contribution to the field.

13.2 Vocabulário de Opinion e Argumentação

Função	Expressões Académicas	Para Evitar
Dar opinião	It could be argued that... / There is compelling evidence to suggest... / One perspective holds that...	I think / I feel (demasiado informal para C1+)
Concordar	This view is supported by... / The evidence corroborates... / This aligns with...	I agree (muito simples)
Discordar	This claim is questionable... / Counter-evidence suggests... / This view overlooks...	I disagree (demasiado directo em académico)
Conceder	While it is true that... / Admittedly... / There is some merit in...	OK, but / Yes, but (informal)
Concluir	On balance... / Weighing both arguments... / The evidence points to...	So / Anyway (coloquial)

CAPÍTULO 14

Marcadores de Discurso e Coesão Textual

A coesão é o que transforma uma lista de frases num texto. Os examinadores avaliam activamente a sua capacidade de ligar ideias com precisão.

14.1 Sistema Completo de Marcadores de Discurso

Função	Nível B1–B2	Nível C1–C2
Adicionar	Also, Furthermore, In addition, Moreover	What is more, Not only that, Over and above this
Contrastar	But, However, Although, On the other hand	Nevertheless, Notwithstanding, By contrast, That said
Causa	Because, Since, As, Due to	Owing to, As a consequence of, In light of
Resultado	So, Therefore, As a result, Consequently	Hence, Thus, It follows that, By extension
Exemplificar	For example, For instance, Such as	To illustrate, As evidenced by, A case in point is
Conceder	Although, Even though, While	Admittedly, Granted, It must be acknowledged that
Sequência	First, Then, After that, Finally	To begin with, Subsequently, In due course, Ultimately
Resumir	In conclusion, To sum up, Overall	On balance, To summarise, All things considered

Da Banda 6 para a Banda 7: o papel dos conectores

Nos critérios de avaliação do IELTS e Cambridge, usar sempre os mesmos conectores (However, Also, Therefore) limita a sua pontuação a Banda 6 / Grade C. Para Banda 7+ / Grade B, deve demonstrar variedade. Aprenda 2-3 alternativas para cada função.

PARTE IV

*IELTS · B2 First · C1 Advanced · TOEFL · Exame Nacional — Com
Respostas*

TESTE 1

IELTS Academic — Prática Completa (Reading + Writing)

Este teste simula as condições reais do IELTS Academic. Cronometre-se: 60 minutos para Reading, 60 minutos para Writing.

IELTS Academic	Componente:	Nível:	Band	Duração:	120
— Teste 1	Reading + Writing	5.5-8.0		minutos	

SECÇÃO 1 — READING (60 Minutos)

IELTS Reading — Passage 1: The Science of Sleep (Questions 1-13)

PASSAGE 1 — Read the following text and answer Questions 1-13.

THE SCIENCE OF SLEEP

For most of human history, sleep was regarded as a passive state — a nightly

suspension of consciousness that simply allowed the body to rest. Modern neuroscience has comprehensively dismantled this view. Sleep, we now know,

is one of the most metabolically active and neurologically complex states the

human body enters. Far from being a period of inactivity, it is a time of intense biological maintenance, memory consolidation and emotional regulation.

During sleep, the brain cycles through several distinct stages, roughly

divided into REM (Rapid Eye Movement) and non-REM sleep. Non-REM sleep,

which accounts for the majority of a typical night, encompasses three progressively deeper stages. In the deepest stage — known as slow-wave or

delta sleep — the body releases growth hormones, repairs tissue and consolidates procedural memories. REM sleep, characterised by vivid dreams

and temporary muscle paralysis, appears to play a crucial role in emotional

processing and the integration of new information into long-term memory.

The consequences of sleep deprivation are both immediate and cumulative.

Even a single night of poor sleep impairs cognitive performance, reaction time and emotional regulation to a degree comparable to legal alcohol intoxication. Chronic sleep deprivation, affecting an estimated one third of adults in industrialised nations, has been linked to obesity, type 2 diabetes, cardiovascular disease and significantly elevated rates of depression and anxiety.

Despite this evidence, sleep is routinely undervalued in modern societies.

The cultural narrative that equates reduced sleep with productivity and ambition — 'I'll sleep when I'm dead' — is not merely misguided but demonstrably harmful. Research published in the journal *Sleep* found that

individuals who regularly slept fewer than six hours per night had mortality

rates twelve per cent higher than those who slept seven to eight hours.

Emerging research is also examining how sleep quality varies across the lifespan. Teenagers, whose circadian rhythms shift towards a later sleep phase during puberty, are biologically predisposed to go to sleep later and wake later — a pattern that conflicts sharply with early school start times.

Several school districts in the United States have experimented with delayed

start times, with notably positive effects on attendance, academic performance and student mental health.

Questions 1-5: TRUE / FALSE / NOT GIVEN

1. Sleep was once believed to be an active biological process.
2. Non-REM sleep constitutes the largest proportion of a night's sleep.
3. REM sleep is associated with the repair of body tissue.
4. Chronic sleep deprivation affects approximately one third of adults in developed countries.
5. Schools in the US that delayed start times saw improvements in student wellbeing.

Questions 6-9: Multiple Choice — Choose ONE letter, A, B, C or D

6. According to the passage, what happens during deep non-REM sleep?
A) Vivid dreaming occurs B) Growth hormones are released

C) Muscle paralysis takes place D) Long-term memories are erased

7. The phrase 'I'll sleep when I'm dead' is used to illustrate:

- A) a scientifically valid productivity strategy
- B) a cultural attitude that undervalues sleep
- C) a research finding on mortality rates
- D) the relationship between sleep and depression

8. What does the research published in 'Sleep' demonstrate?

- A) Seven hours of sleep eliminates health risks
- B) People who sleep less tend to be more ambitious
- C) Sleeping under six hours is linked to higher mortality
- D) Sleeping eight hours guarantees good health

9. Why do teenagers tend to sleep later?

- A) They use electronic devices at night
- B) Their circadian rhythms shift during puberty
- C) Schools start too early for them
- D) They have higher academic workloads

Questions 10–13: Short Answer (NO MORE THAN THREE WORDS from the text)

10. What type of sleep is characterised by vivid dreams?

11. What are two effects of a single night of poor sleep mentioned in the text?

12. What term describes the biological body clock that regulates sleep timing?

13. Name TWO health conditions linked to chronic sleep deprivation.

Respostas IELTS Reading — Passage 1

1: FALSE — sleep was regarded as PASSIVE, not active.

2: TRUE — 'Non-REM sleep, which accounts for the majority of a typical night'

3: FALSE — tissue repair is associated with NON-REM (deep/delta) sleep, not REM.

4: TRUE — 'an estimated one third of adults in industrialised nations'

5: TRUE — 'notably positive effects on attendance, academic performance and student mental health'

6: B — Growth hormones are released (deep non-REM / delta sleep)

7: B — A cultural attitude that undervalues sleep

8: C — Sleeping under six hours is linked to higher mortality (12% higher)

9: B — Their circadian rhythms shift during puberty

10: REM sleep (accept: REM)

11: Any TWO of: impaired cognitive performance / impaired reaction time / impaired emotional regulation

12: Circadian rhythms

13: Any TWO of: obesity / type 2 diabetes / cardiovascular disease / depression / anxiety

SECÇÃO 2 — WRITING (60 Minutos)

IELTS Academic Writing — Tasks 1 e 2

TASK 1 — Academic (20 minutos — mínimo 150 palavras)

The table below shows the percentage of people in four African countries who had access to the internet in 2010 and 2020.

Country 2010 2020

Mozambique 4.2% 23.0%

South Africa 24.0% 68.2%

Kenya 25.9% 85.2%

Nigeria 28.4% 73.0%

Summarise the information by selecting and reporting the main features, and make comparisons where relevant.

TASK 2 (40 minutos — mínimo 250 palavras)

'Access to the internet should be considered a basic human right.'

To what extent do you agree or disagree with this statement?

Give reasons for your answer and include relevant examples.

Resposta Modelo Task 1

TASK 1 MODEL ANSWER (Band 8 / ~195 words):

The table illustrates the growth in internet access across four African nations — Mozambique, South Africa, Kenya and Nigeria — over the decade from 2010 to 2020.

Overall, all four countries experienced substantial increases in internet penetration over the period. By 2020, Kenya had achieved the highest rate, with over four-fifths of its population online, while Mozambique, despite notable growth, remained the least connected of the four nations.

In 2010, internet access was relatively low across the region, ranging from 4.2% in Mozambique to 28.4% in Nigeria. By 2020, however, there had been dramatic improvements across all countries. Kenya recorded the largest proportional increase, with access rising from 25.9% to 85.2% — more than tripling over the decade. Nigeria and South Africa showed similarly strong growth, reaching 73% and 68.2% respectively.

Mozambique, while achieving the smallest absolute gain, nevertheless saw its internet access rise more than fivefold, from 4.2% to 23% — a significant achievement given its starting point. Despite this growth, its figure remained considerably below the other three countries by 2020.

ANÁLISE: Overview com tendências gerais (par.2); dados específicos com comparações;

vocabulário de variação (tripling, fivefold, considerably below); coesão forte.

TESTE 2

Cambridge B2 First — Use of English Completo

Este teste cobre as 4 partes de Use of English do B2 First. Tempo total: 45 minutos.

B2 First (FCE)	Componente: Use of English — 4 Partes Nível: B2	Duração: 45 minutos
----------------	--	---------------------

B2 First Use of English — Part 1

PART 1 — MULTIPLE CHOICE CLOZE (8 questões — 1 ponto cada)

For questions 1–8, choose the best option (A, B, C or D).

INNOVATION AND RISK

Innovation rarely happens in comfortable conditions. Most (1)_____ advances

have come about as a direct result of people being willing to (2)_____ risks and challenge assumptions that everyone else had simply taken for (3)_____.

The great inventors of the 19th century — Edison, Tesla, Bell — were characterised not merely by genius but by an extraordinary (4)_____ to fail repeatedly without abandoning their goals.

In the modern era, organisations that (5)_____ a culture of experimentation consistently outperform those that do not. Yet many businesses remain

(6)_____ to change, clinging to models that (7)_____ well in the past but are increasingly ill-suited to current conditions. The lesson of history is clear: those who (8)_____ to adapt will eventually be overtaken by those who do.

1. A) breakthrough B) significant C) considerable D) dominant

2. A) do B) make C) have D) take

3. A) certain B) granted C) sure D) obvious

4. A) willingness B) desire C) ambition D) intention

5. A) create B) build C) foster D) construct

6. A) resistant B) reluctant C) opposed D) unwilling

7. A) succeeded B) worked C) operated D) functioned

8. A) fail B) refuse C) avoid D) neglect

Respostas Part 1 — com Explicação de Colocação

1: B — significant advances (collocation: significant advance / breakthrough is a noun here)

2: D — take risks (fixed collocation: take a risk)

3: B — taken for granted (fixed phrase)

4: A — willingness to fail (willingness + infinitive = disposition/readiness)

5: C — foster a culture (collocation: foster = cultivar; build também possível mas foster é mais preciso)

6: B — reluctant to change (reluctant + to = relutante em; resistant to também possível — B mais natural)

7: B — worked well (worked = functioned well in context)

8: A — fail to adapt (fail to = não conseguir; refuse/neglect também possíveis mas fail é mais neutro)

B2 First Use of English — Part 2

PART 2 — OPEN CLOZE (8 questões — 1 ponto cada)

For questions 9-16, write ONE word which best fits each gap.

THE VALUE OF FAILURE

It has become fashionable in recent years to celebrate failure as a stepping

stone to success. While there (9)_____ considerable truth in this idea, it would be misleading to suggest that all failure is equally instructive.

The key lies not in failing (10)_____ in how one responds to failure.

Research into the psychology of high performers reveals that (11)_____

separates those who learn from setbacks from those who are (12)_____ by them

is not intelligence or talent — it is mindset. Individuals (13)_____ hold what the psychologist Carol Dweck calls a 'growth mindset' view mistakes as opportunities for improvement (14)_____ than as evidence of inadequacy.

This insight has profound implications (15)_____ education. Schools that punish failure with poor grades and public humiliation are, in effect, training students to avoid challenges — the (16)_____ opposite of what they intend.

Respostas Part 2

9: is (there is considerable truth)

10: but (not in failing but in how...)

11: what (what separates... = o que distingue)

12: defeated / crushed / broken / paralysed (defeated by them — aceitar sinónimos razoáveis)

13: who (individuals who hold...)

14: rather (rather than = em vez de)

15: for (implications for education = implicações para)

16: very (the very opposite = exactamente o oposto)

B2 First Use of English — Part 3

PART 3 — WORD FORMATION (8 questões — 1 ponto cada)

Use the word in capitals to form a new word that fits each gap.

THE DIGITAL DIVIDE

The growing (17)_____ between those with reliable internet access and those

without has become one of the most pressing issues of our time. In many (18)_____ countries, digital infrastructure remains severely (19)_____.

This is not merely a matter of (20)_____ inconvenience: limited access to digital tools fundamentally restricts (21)_____ opportunities and reinforces existing inequalities. International organisations have called for greater (22)_____ between governments and technology companies to address the issue.

Without (23)_____ action, the divide is likely to (24)_____ significantly over the coming decade.

17. EQUAL 18. DEVELOP 19. FUND
20. ECONOMY 21. EDUCATION 22. COOPERATE
23. DECIDE 24. WIDE

Respostas Part 3

17: inequality | 18: developing | 19: underfunded

20: economic | 21: educational | 22: cooperation

23: decisive | 24: widen

B2 First Use of English — Part 4

PART 4 — KEY WORD TRANSFORMATIONS (6 questões — 0, 1 ou 2 pontos cada)

Complete the second sentence using 2-5 words including the KEY WORD.

Do NOT change the key word.

25. The last time I visited London was in 2018. KEY: SINCE

I _____ 2018.

26. 'You should apologise immediately,' she told him. KEY: ADVISED

She _____ immediately.

27. Despite his injuries, he finished the marathon. KEY: MANAGED

He _____ the marathon despite his injuries.

28. Nobody in the team works harder than Maria. KEY: HARDEST

Maria _____ the team.

29. It was such a boring lecture that students left early. KEY: SO

The lecture _____ that students left early.

30. The new rules make it impossible for us to park here. KEY: LONGER

We _____ here because of the new rules.

Respostas Part 4 — com Explicação

25: have not visited London since (Present Perfect + since)

26: advised him to apologise (reported speech: advise + obj + to + V)

27: managed to finish / managed to complete (managed to + V)

28: works the hardest in (superlative — works the hardest in the team)

29: was so boring (such + noun phrase → so + adj: 'so boring that')

30: can no longer park (no longer = já não; 2-5 words: 'can no longer park')

TESTE 3

Exame Nacional — Teste Completo (Estilo Moçambicano)

Este teste simula o exame nacional de inglês da 12.^a classe, incluindo as componentes de Reading, Grammar, Vocabulary e Writing.

		Componente:			
Exame	Nacional	Inglês	—	12. ^a	Duração: 2 horas
MZ		Classe		Nível: A2-B2	30 min

SECÇÃO A — READING COMPREHENSION (30 pontos)

Secção A — Reading Comprehension

Read the following passage and answer the questions.

EDUCATION AND THE FUTURE OF AFRICA

Education is widely regarded as the most powerful tool for transforming societies and reducing poverty. Across Africa, governments have made significant investments in expanding access to schooling over recent decades. Between 2000 and 2020, primary school enrolment rates across sub-Saharan Africa rose from approximately 60% to over 80%, representing one of the most remarkable educational expansions in history.

However, access alone does not guarantee quality. Studies by UNESCO and the World Bank have consistently shown that in many African countries,

a large proportion of students who complete primary school have not acquired basic literacy and numeracy skills. This phenomenon — known as the 'learning crisis' — reflects systemic issues: overcrowded classrooms, underpaid and undertrained teachers, inadequate materials and, in some regions, persistent gender inequality.

Despite these challenges, there are reasons for optimism. Several African nations have implemented successful educational reforms that serve as models for the continent. Rwanda, for instance, has made dramatic improvements in secondary enrolment and teacher training over the past two decades. In Mozambique, community schools and non-governmental organisations have helped extend educational reach to rural areas that government infrastructure has struggled to serve.

The role of technology in transforming African education is also growing. Mobile learning platforms and offline digital libraries have enabled students in remote areas to access high-quality content for the first time. While connectivity challenges remain significant, the pace of change suggests that technology will play an increasingly central role in the continent's educational future.

A. Answer the following questions in complete sentences: (3 pts each)

1. What percentage of primary school children were enrolled in sub-Saharan

Africa in 2020?

2. What is the 'learning crisis', according to the passage?

3. Name TWO specific problems that contribute to poor educational quality

in African schools.

4. What example does the passage give of a successful educational reform in Africa?

5. How is technology helping students in remote areas?

B. Vocabulary in Context: Choose the correct meaning (2 pts each)

6. 'systemic issues' (paragraph 2) means:

- a) occasional problems b) problems affecting the whole system
- c) easily solved problems d) problems caused by students

7. 'persistent gender inequality' (paragraph 2) means:

- a) temporary differences between boys and girls
- b) ongoing unfair treatment based on gender
- c) traditional celebrations of women
- d) official government policy on education

Respostas Secção A

A.1: Over 80% of primary school children were enrolled in sub-Saharan Africa in 2020.

A.2: The 'learning crisis' is the phenomenon where many students complete primary school without acquiring basic literacy and numeracy skills.

A.3: Any TWO of: overcrowded classrooms; underpaid/undertrained teachers; inadequate materials; gender inequality.

A.4: Rwanda has made dramatic improvements in secondary enrolment and teacher training over the past two decades.

A.5: Mobile learning platforms and offline digital libraries have enabled students in remote areas to access high-quality content.

B.6: b) problems affecting the whole system

B.7: b) ongoing unfair treatment based on gender

SECÇÃO B — GRAMMAR AND VOCABULARY (30 pontos)

Secção B — Grammar and Vocabulary

B1. Complete the sentences with the correct form of the verb in brackets: (2 pts each)

1. By the time the teacher arrived, the students _____ (already / finish) the exercise.

2. If the government _____ (invest) more in education, results would improve.

3. The new school _____ (build) last year by a local construction company.

4. She _____ (study) English for three years, and she speaks it very well now.

5. While I _____ (walk) to school, I met my old teacher.

B2. Choose the correct word to complete each sentence: (2 pts each)

6. She is very (sensible / sensitive) — she always makes good decisions.

7. I need to (make / do) a decision before the deadline.

8. The exam was (such / so) difficult that many students failed.

9. He has lived in Maputo (since / for) 2015.

10. They arrived late (because / because of) the heavy traffic.

B3. Rewrite each sentence using the word given, keeping the same meaning: (2 pts each)

11. Nobody in the class is more intelligent than Ana. (MOST)

12. 'I will come tomorrow,' he said. (SAID — Reported Speech)

13. They built this school in 1990. (WAS — Passive Voice)

Respostas Secção B

B1.1: had already finished (Past Perfect — acção anterior ao passado)

B1.2: invested (2.º Condicional: If + Past Simple)

B1.3: was built (Past Simple Passivo)

B1.4: has been studying / has studied (Present Perfect — duração até ao presente)

B1.5: was walking (Past Continuous — acção em curso interrompida por outra)

B2.6: sensible (= sensato/razoável; sensitive = sensível/emotivo)

B2.7: make (make a decision = colocação fixa)

B2.8: so (so + adjetivo; such + (adj) + nome)

B2.9: since (since + ponto de partida = since 2015; for + duração)

B2.10: because of (because of + substantivo; because + oração)

B3.11: Ana is the most intelligent student in the class.

B3.12: He said (that) he would come the next day / the following day.

B3.13: This school was built in 1990.

SECÇÃO C — WRITING (40 pontos)

Secção C — Writing Task

Write ONE of the following. (Minimum 150 words — maximum 200 words)

OPTION A — Formal Letter:

You want to apply for a scholarship to study English abroad.

Write a formal letter to the scholarship committee.

In your letter:

- Introduce yourself and explain why you are writing
- Describe your English level and your study goals
- Explain why you deserve the scholarship

OPTION B — Composition:

'Technology has made education better for young people in Mozambique.'

Do you agree or disagree? Write a composition giving your opinion.

Include specific examples to support your view.

AVALIAÇÃO (40 pontos):

- Conteúdo e relevância: 15 pontos
- Organização e estrutura: 10 pontos
- Gramática e vocabulário: 10 pontos
- Mecânica (ortografia, pontuação): 5 pontos

Resposta Modelo — Opção A

OPTION A — MODELO DE CARTA FORMAL (aprovada com distinção):

Maputo, 15th March 2025

Dear Members of the Scholarship Committee,

I am writing to apply for the English Language Scholarship advertised on your organisation's website. My name is Carlos Novela, and I am a final-year student at Escola Secundária de Maputo.

I have been studying English for five years and have recently achieved a B2 level in my school examinations. My goal is to reach the C1 level and eventually use English in my career as an international development professional.

I believe I deserve this scholarship because I have demonstrated both dedication and results. Despite limited resources, I have consistently achieved the highest grades in my English class and have actively sought additional learning opportunities, including online courses. I am convinced that this scholarship would be transformative for my academic future.

I look forward to hearing from you at your earliest convenience.

Yours sincerely,

Carlos Novela

COMENTÁRIO: Abertura formal correcta; 3 pontos cobertos; fecho correcto; vocabulário B2 (demonstrated, consistently, transformative); ~170 palavras.

PARTE V

Planos de Estudo · No Dia do Exame · Mentalidade de Alta Performance

CAPÍTULO 15

Planos de Estudo — 4, 8 e 12 Semanas

Um plano de estudo realista e estruturado é tão importante como os próprios conteúdos. Este capítulo oferece três planos adaptados a diferentes horizontes temporais.

15.1 Plano de 4 Semanas — Revisão Intensiva

Semana	Foco	Actividade Diária (1-2 horas)
Semana 1	Diagnóstico + Grammar & Vocabulary	Teste diagnóstico → identificar pontos fracos → Grammar (Cap.12) + Vocab (Cap.13)
Semana 2	Reading + Listening	2 textos IELTS/Cambridge por dia + 1 exercício de listening autêntico (BBC)
Semana 3	Writing — Task 1 e Task 2	1 Task 1 e 1 Task 2 por dia → auto-avaliação com critérios → corrigir
Semana 4	Speaking + Simulação Completa	15 min de Speaking diário + 1 teste completo cronometrado

15.2 Plano de 8 Semanas — Preparação Equilibrada

Semanas	Foco	Objectivo Semanal
1-2	Diagnóstico e fundações	Identificar band actual → rever gramática fraca → vocabulário básico de exame
3-4	Reading e Listening aprofundados	Dominar todos os tipos de questão → praticar gestão de tempo
5-6	Writing — ambas as tarefas	1 resposta completa por dia → feedback e revisão → aprender com os erros

Semanas	Foco	Objectivo Semanal
7	Speaking e Use of English	Prática oral diária + 4 testes de UoE cronometrados
8	Simulação e consolidação	2 testes completos + revisão de erros + descanso nos últimos 2 dias

15.3 Regras de Ouro para o Estudo

- Consistência > Intensidade — 1 hora por dia durante 8 semanas supera 8 horas no último fim-de-semana.
- Pratique em condições reais — cronometrate, sem dicionário, sem interrupções.
- Reveja os erros activamente — um erro que compreende e regista é uma resposta certa no exame.
- Diversifique as fontes — BBC, Cambridge materials, podcasts, jornais, filmes legendados.
- Durma bem — a investigação é clara: a consolidação da memória acontece durante o sono. Não estude a noite antes do exame.

CAPÍTULO 16

No Dia do Exame — Procedimentos e Mentalidade

O dia do exame é o culminar de semanas ou meses de trabalho. A preparação logística e mental é tão importante como o conteúdo.

16.1 Checklist da Véspera

- Confirme o horário e o local exacto do exame — chegue 20-30 minutos antes.
 - Prepare o documento de identificação (BI/passaporte) e o número de candidato.
 - Leve canetas azuis ou pretas suficientes (lápiz para o Listening — regra IELTS).
 - Revise as suas notas de estratégia — NÃO estude conteúdo novo na véspera.
 - Durma pelo menos 7-8 horas. O desempenho cognitivo depende do sono.
 - Não marque reuniões nem compromissos stressantes na véspera ou no dia.
-

16.2 No Início do Exame — Os Primeiros 5 Minutos

- Leia todas as instruções antes de começar — atenção ao limite de palavras no IELTS.
 - Percorra rapidamente todo o papel de exame — veja a extensão e o tipo de questões.
 - Comece pelo que sabe melhor — ganhar confiança nos primeiros minutos ajuda o desempenho.
 - Gira o seu tempo internamente — não espere por avisos externos do examinador.
-

16.3 Mentalidade de Alta Performance

Pensamento Negativo	Reformulação Construtiva
'Não sei a resposta certa.'	'Posso eliminar as erradas e fazer uma escolha informada.'
'Estou a ficar para trás.'	'Foco-me na questão à minha frente, não no tempo passado.'
'Esta parte é impossível.'	'Esta parte é difícil para todos — o exame é relativo.'
'Cometi um erro grave.'	'Um erro não determina o resultado. Há muitas questões pela frente.'
'Não consigo falar inglês bem.'	'Comunico a minha ideia de forma clara — é o que conta.'

Técnica Anti-Ansiedade

O maior inimigo no dia do exame não é a dificuldade das questões — é a ansiedade. Técnica comprovada: se sentir pânico, respire fundo (4 segundos a inspirar, 4 a segurar, 4 a expirar). Isto activa o sistema nervoso parassimpático e reduz o cortisol em 30-60 segundos.

APÊNDICES

Vocabulário · Comparação de Bandas · Checklists · Recursos

APÊNDICE A

Vocabulário Temático de Alta Frequência — 300 Palavras

Estas 300 palavras aparecem consistentemente nos textos e nas tarefas de escrita de todos os exames. Aprenda-as com as suas colocações mais frequentes.

Tema 1 — Educação e Aprendizagem

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
curriculum	n.	national curriculum / school curriculum	programa de estudos
literacy	n.	basic literacy / digital literacy / literacy rate	literacia
assessment	n.	continuous assessment / formal assessment	avaliação
scholarship	n.	academic scholarship / scholarship programme	bolsa de estudo
enrolment	n.	school enrolment / enrolment rate	inscrição, matrícula
pedagogy	n.	modern pedagogy / student-centred pedagogy	pedagogia
dropout	n.	school dropout / dropout rate	abandono escolar
attainment	n.	educational attainment / high attainment	nível de realização
tuition	n.	private tuition / tuition fees	ensino particular; propinas

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
graduate	v./n.	graduate from university / recent graduate	licenciar-se; licenciado

Tema 2 — Ambiente e Sustentabilidade

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
biodiversity	n.	protect biodiversity / loss of biodiversity	biodiversidade
emissions	n.	carbon emissions / reduce emissions	emissões
renewable	adj.	renewable energy / renewable sources	renovável
deforestation	n.	tropical deforestation / combat deforestation	desflorestação
conservation	n.	wildlife conservation / soil conservation	conservação
sustainable	adj.	sustainable development / sustainable farming	sustentável
contamination	n.	water contamination / soil contamination	contaminação
ecosystem	n.	fragile ecosystem / damage to the ecosystem	ecossistema
drought	n.	severe drought / prolonged drought	seca
fossil fuels	n.	burning fossil fuels / phase out fossil fuels	combustíveis fósseis

Tema 3 — Saúde e Medicina

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
epidemic	n.	infectious epidemic / epidemic control	epidemia
vaccination	n.	mass vaccination / vaccination programme	vacinação
obesity	n.	childhood obesity / tackle obesity	obesidade
mortality	n.	infant mortality / mortality rate	mortalidade
diagnosis	n.	accurate diagnosis / early diagnosis	diagnóstico
symptom	n.	display symptoms / early symptoms	sintoma
prevention	n.	disease prevention / prevention measures	prevenção
treatment	n.	medical treatment / receive treatment	tratamento
clinical	adj.	clinical trial / clinical evidence	clínico
malnutrition	n.	chronic malnutrition / combat malnutrition	desnutrição

Tema 4 — Tecnologia e Sociedade

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
connectivity	n.	internet connectivity / digital connectivity	conectividade

Palavra	Class e	Colocação Frequente	Tradução
algorithm	n.	complex algorithm / algorithmic bias	algoritmo
automation	n.	industrial automation / job automation	automação
surveillance	n.	mass surveillance / surveillance technology	vigilância
innovation	n.	technological innovation / drive innovation	inovação
infrastructure	n.	digital infrastructure / build infrastructure	infra-estrutura
cybersecurity	n.	cybersecurity threat / invest in cybersecurity	cibersegurança
data privacy	n.	protect data privacy / data privacy law	privacidade de dados
artificial intel.	n.	artificial intelligence / AI-driven	inteligência artificial
disruption	n.	technological disruption / market disruption	disrupção

APÊNDICE B

Checklist de Revisão por Exame

Use estas checklists nas últimas semanas de preparação para garantir que não deixou nenhuma área por cobrir.

IELTS — Checklist Completo

Área	Verificação	☐
Reading	Praticar True/False/Not Given sem confundir NG com False	
Reading	Respeitar o limite de palavras nas respostas (max. 3 palavras)	
Reading	Chronometrar: 20 min por passagem de 13-14 questões	
Writing T1	Incluir sempre um Overview como segundo parágrafo	
Writing T1	Usar vocabulário variado de tendências (soared, plummeted, levelled off)	
Writing T2	Dedicar 40 minutos a Task 2, 20 minutos a Task 1	
Writing T2	Estrutura clara: Intro + 2 body paragraphs + Conclusion	
Writing T2	Mínimo 250 palavras + escrever acima do mínimo	
Listening	Leia as questões durante o tempo de preparação	
Listening	Usar os 10 minutos de transferência para verificar ortografia	
Speaking	Não memorizar respostas — soar natural e fluente	
Speaking	Usar exemplos pessoais e específicos nas respostas	

Área	Verificação	☐
Speaking	Expandir respostas com razões, exemplos e reformulações	

Cambridge B2 First — Checklist

Área	Verificação	☐
Part 1 (UoE)	Atenção a colocações e phrasal verbs — não apenas significado	
Part 2 (UoE)	Verificar sempre a gramática em volta do gap (artigos, preposições, pronomes)	
Part 3 (UoE)	Verificar: prefixo (un-, dis-, mis-)? + sufixo correcto? + plural/singular?	
Part 4 (UoE)	Contar as palavras: mínimo 2, máximo 5 — nunca alterar a key word	
Writing Essay	Paragrafar claramente: intro, 2 argumentos desenvolvidos, conclusão	
Writing Task 2	Usar registo adequado ao tipo de texto (carta, article, report)	
Reading	Part 7 (gapped text): verificar referências pronominais e coesão léxica	
Speaking	Interagir activamente com o parceiro nas partes colaborativas	

Exame Nacional (Moçambique) — Checklist

Área	Verificação	☐
Reading	Responder em frases completas nas perguntas abertas	
Grammar	Dominar: Present Perfect, Passive Voice, Conditionals 1 e 2	
Vocabulary	Falsos amigos: actually, sensible, sympathetic, library, parents	

Área	Verificação	☐
Writing	Estrutura da carta formal: abertura + 3 pontos + fecho correcto	
Writing	Não escrever abaixo do mínimo de palavras pedido	
Geral	Verificar toda a folha antes de entregar — erros de ortografia e pontuação	

MENSAGEM FINAL

O Exame é Apenas o Começo

Um certificado de inglês não é o fim — é um passaporte. O que faz com ele, a seguir, é a parte que realmente importa.

Chegou ao fim deste manual com tudo o que precisa para se apresentar ao IELTS, ao Cambridge B2 First, ao C1 Advanced, ao TOEFL ou ao exame nacional com preparação real, estratégia clara e confiança fundamentada.

Mas deixe-me dizer-lhe o que nenhum manual diz: a pontuação no exame é um número. O inglês que aprendeu para chegar lá é uma competência para a vida. Use-o. Leia em inglês. Escreva em inglês. Pense em inglês. Sonhe em inglês. Um dia, sem dar por isso, vai deixar de traduzir — e é aí que a magia começa.

Aos meus alunos de Moçambique e de África: o mundo está à vossa espera. O inglês é uma das chaves. Usem-na bem.

Com toda a admiração e confiança no vosso sucesso,

Mauro Novela

Fundador e Tutor — Language Lab

WhatsApp: +258 869 155 317

Instagram: @mauro_novela · Facebook: Language Lab

LinkedIn: Mauro Abílio Novela

Moçambique, 2025