

Mente sã, corpo são

Redação



Gêneros textuais no vestibular

Cada situação comunicativa da língua exige um gênero textual específico conforme a finalidade e o público alvo. Os diversos tipos de composição que circulam por aí possuem características próprias. Assim, ao lado da dissertação, da crônica e do conto, podemos identificar a carta pessoal, o email, o anúncio, o discurso político, a lei, a notícia, o artigo científico e tantos outros. A redação de vestibular é um deles.

É bom lembrar que as modalidades textuais não se apresentam de forma pura na vida prática. Foi-se o tempo em que a dissertação era o único gênero cobrado nos vestibulares. Muitas

universidades têm apresentado a possibilidade, em seus processos seletivos, de que o candidato demonstre sua capacidade linguística por meio da narração, da carta argumentativa, da crônica entre outros. Algumas instituições, a exemplo da UFPR e da Unicamp, têm inovado ao pedir resumo, relatório, interpretação de gráficos, entre outros tipos textuais mais próximos dos que serão utilizados na vida acadêmica.

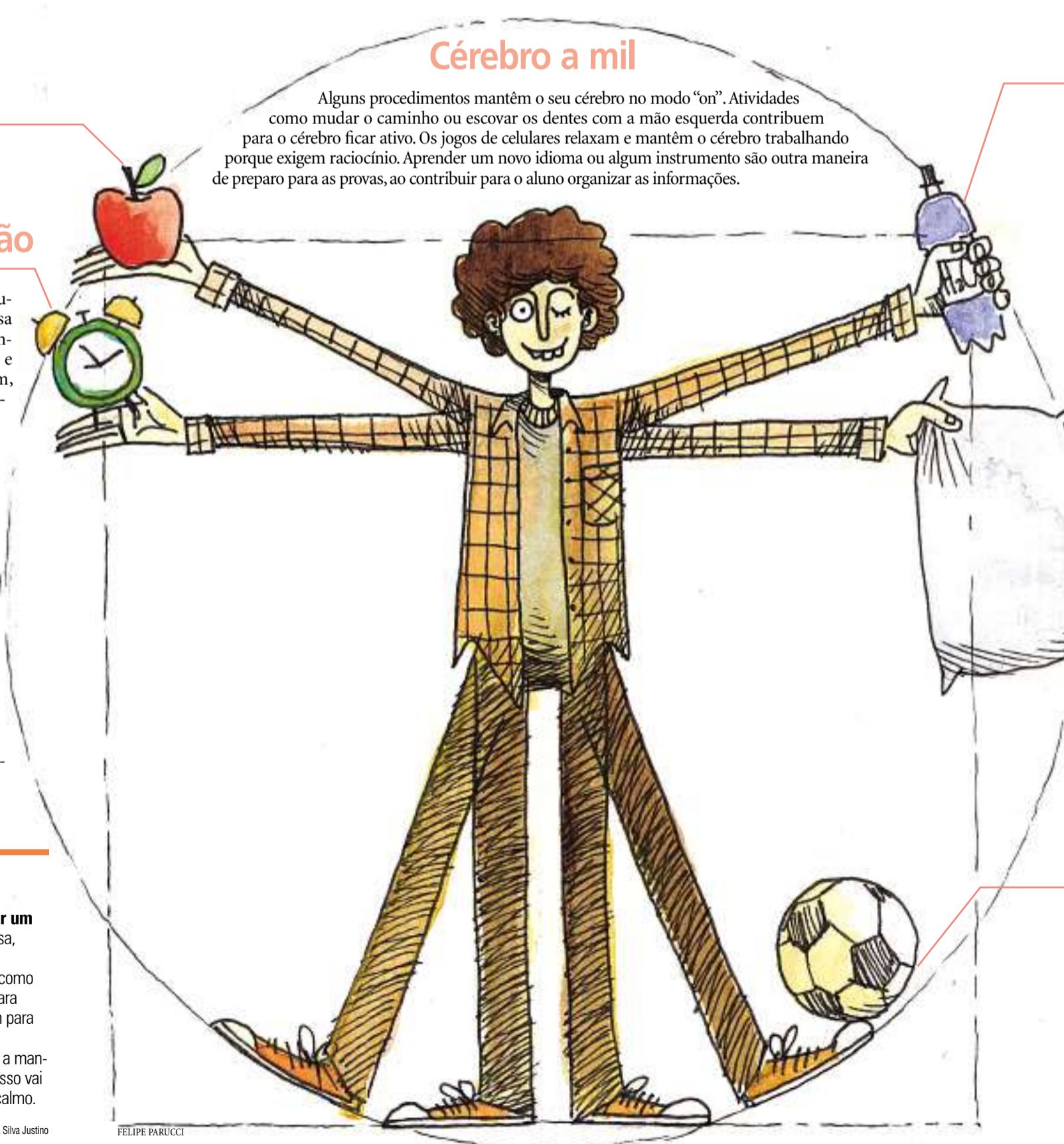
Em nossa última coluna, conversamos sobre a costura textual e a dissertação. Hoje relembraremos os aspectos da carta argumentativa, da narração, da crônica, do conto e da notícia.

Lanchinho obrigatório

Aquela regra de comer pouco e várias vezes ao dia tem ainda mais motivos para ser seguida na fase pré-vestibular. Respeitando a ingestão de pequenas porções de alimentos a cada três horas você conseguirá aprender mais. Ficar em jejum por muito tempo faz o nível de atenção de aprendizagem cair. De acordo com a coordenadora do curso de Nutrição da Universidade Regional de Blumenau, Luciane Coutinho de Azevedo, a ingestão de grandes quantidades calóricas de uma vez deve ser igualmente evitada. Quando comemos demais, a tendência é termos sonolência, porque o sangue é mais desviado para a digestão. Por isso, no dia da prova, nada de querer comer uma feijoada.

A lei da organização

Em época de vestibular, a matéria é extensa e o tempo é curto. Dian- te disso, para o corpo e a mente ficarem bem, organização é impres- cindível, seja de tempo ou de espaço. Com um horário bem planejado, você verá como há tempo de dormir bem, de se alimentar, se exercitar, de assistir a filme ou curtir os amigos, além de se estudar, claro. Como o cérebro funciona melhor nessa "dedicação integral", opte por estudar em locais arrumados, para não haver competição entre os livros e os estímulos do ambiente.



0% de teor alcoólico

Beber demais em festa pode te fazer esquecer o que você fez no dia anterior. Pior é esquecer a matéria estu- dada. Segundo o neuro- logista Leandro, o álcool é mesmo um inimigo.

As bebidas alcoó- licas dificultam a me- mória, desorganizam o sono. O vestibulando que quer ser de alto ni-

vel tem que ficar longe do álcool, senão ele coloca a perder o trabalho da semana - retrata.

Aos maiores de 18 anos que não con- seguem ficar longe de um golinho de bebida, a recomendação é tomar, em pequenas quantida- des, taças de vinho, que trazem danos menores do que os destilados.

Sono dos justos

Dê adeus ao hábito de televisão, internet ou leituras até muito tarde, se tiver que acordar cedo. O sono consolida o que foi aprendido no dia, além de trazer o descanso, preparando corpo e mente para o dia seguinte. Na busca pelo estudo, não adianta, então, querer economizar no sono. O estudante que ficou até tarde lendo pode até ir bem na prova de manhã cedo, mas di-

fícilmente conseguirá se lembrar da matéria no vestibular ou mesmo poucos dias depois, como lembra o neuro- logista Leandro. O ideal é dormir, no mínimo, oito horas. Tenha em mente que só estudar desesperadamente não adianta, é preciso manter a qualidade desse estudo. Apenas meia hora à tarde é o suficiente para recuperar o fôlego e voltar com tudo para os livros.

Exercício físico

Fazer exercício libera a substância endorfi- na, que também ajuda na memorização, além de ser uma pausa dos livros. No período que antecede as provas, o ideal é investir em exer- cícios aeróbicos, como caminhadas, andar de bicicleta e até andar de patins, que liberam

mais energia, reduzindo o stress. O educador físico e profissional da Univali Eduardo Vidal recomenda atividades como ioga e pilates, que estimulam a concentração e o alongamento. Se der para fazer um pouco de musculação para melhorar a postura, melhor ainda.

Fique ligado!

Enquanto na dissertação você tem um interlocutor universal, na carta seu leitor é específico. Por isso os argumentos devem ser esco- lhidos conforme a situação e dirigidos a ele.

NARRAÇÃO

É o gênero textual por meio do qual se relatam fatos, verídicos ou não, os quais se desenvolvem em determinado tempo e lugar, com a atuação de uma ou mais personagens. Como no vestibular o limite para o texto é pequeno, o que não pode faltar?

O examinador tem que "ver" a cena, imaginar com detalhes o cenário em que se passa a ação, enxergar o personagem e assistir cada reação. Ao descrevê-los, procure utilizar adjetivos que deem forma, cor e tam- bém aos seres ou objetos da história.

Embora não muito extensos, os diá-

logos devem estar presentes.

Adaptação da linguagem e da argumen- tação à realidade do leitor (hipotético) e ao grau de intimidade estabelecido entre vocês dois.

Expressão que introduza a assinatura do autor. Ex.: atenciosamente, de um amigo, de um cidadão, de seu amor, etc.

Assinatura. Invente um pseudônimo para o personagem criado na sua carta, pois, caso você coloque o próprio nome, sua redação será anulada.

Atenção!

A crônica, o conto e a notícia também são gêneros textuais narrati- vos. Contudo, possuem suas especificidades:

Conto - Diferencia-se dos romances, não apenas pelo tamanho, mas também pela estrutura: há poucos personagens, sem análise profunda; há acontecimentos breves, sem grandes complicações de enredo; há apenas um clímax, no qual a tensão da história atinge seu auge.

Crônica - O que lhe é bem característico é que apresenta pessoas comuns como personagens, sem aprofundamento psicológico e de- lineados em traços rápidos. É um texto curto, o qual aborda temática cotidiana. Organiza- se em torno de único núcleo e

Notícia - É o relato de uma série de fatos a partir do mais importante. Deve ser estruturado de forma lógica e caracterizar-se por contar um fato de forma simples e objetiva. Nele devem estar sin- tetizados: quem, onde e o quê. O como e o porquê podem aparecer no corpo da notícia.



Lembre-se da máxima: orientar sem cobrar demais. Os pais podem recomendar pausas para comer, mas bater na porta a cada cinco minutos só vai atrapalhar a concentração.

Incentive-o a fazer sem- pre as maiores refeições do dia. Fazer almoços com comidas leves e ter alimentos saudáveis na despensa só vai ajudar nesse processo.

Se ele precisa tirar um cochilo ou dar uma pausa, respeite esse momento.

Quebra de rotina, como uma volta no shopping para esparecer, pode ser bom para ele retomar o fôlego.

Tente incentivá-lo a man- ter as atividades físicas, isso vai deixá-lo, inclusive, mais calmo.

Fonte: Psicóloga Monica da Silva Justino