



Fundação de Apoio ao Desenvolvimento
da Universidade Estadual de Londrina

MUNICÍPIO DE ASSIS CHATEAUBRIAND

CONCURSO PÚBLICO - EDITAL Nº 001/2019

DATA DA PROVA: 08/03/2020

CARGO: **TÉCNICO DESPORTIVO** (NÍVEL SUPERIOR)

Língua Portuguesa: 01 a 05; Matemática: 06 a 10;

Conhecimentos Gerais: 11 a 15; Conhecimentos Específicos: 16 a 30.

LEIA AS INSTRUÇÕES ABAIXO ANTES DE INICIAR A PROVA

1	Identifique-se na parte inferior da capa deste caderno de questões.
2	A prova terá duração de 4 (quatro) horas, incluindo o tempo de preenchimento do cartão-resposta.
3	Utilize caneta esferográfica azul ou preta no preenchimento do cartão-resposta.
4	O candidato só poderá retirar-se da sala após 1 (uma) hora do início das provas, seja para ir embora ou para utilizar os sanitários.
5	Este caderno de provas contém 30 (trinta) questões de múltipla escolha (a,b,c,d).
6	Cada questão de múltipla escolha apresenta uma única resposta correta.
7	Verifique se o caderno está completo e sem imperfeições gráficas. Se houver algum problema, comunique imediatamente ao fiscal.
8	Durante a aplicação da prova é proibido qualquer tipo de consulta.
9	Este caderno de provas pode ser usado como rascunho, sendo a correção da prova feita única e exclusivamente pela leitura eletrônica dos cartões-resposta.
10	Assine o cartão-resposta no local indicado.
11	Não serão computadas questões não assinaladas no cartão-resposta, ou que contenham mais de uma resposta, emenda ou rasura.
12	Ao término da prova, o cartão-resposta deverá ser devolvido ao fiscal da prova.
13	Depois de entregue o cartão-resposta, não será permitido ao candidato utilizar os sanitários do local de prova.
14	O caderno de prova poderá ser levado somente pelo candidato que se retirar da sala de aplicação de provas no decurso da última hora da realização das mesmas.
15	É obrigatória a saída simultânea dos 3 (três) últimos candidatos, que assinarão a ata de encerramento da aplicação da prova e acompanharão os fiscais à coordenação para lacre do envelope de cartões-resposta.

Identificação do candidato

Nome (em letra de forma)	Nº do Documento

QUESTÕES DE 1 A 5 - LÍNGUA PORTUGUESA

01. O trecho a seguir foi extraído da obra 'Memórias do Cárcere', de Graciliano Ramos. Leia-o atentamente para responder às próximas questões.

"Nunca tivemos censura prévia em obra de arte. Efetivamente se queimaram alguns livros, mas foram raríssimos esses autos-de-fé. Em geral a reação se limitou a suprimir ataques diretos, palavras de ordem, tiradas demagógicas, e disto escasso prejuízo veio à produção literária. Certos escritores se desculpam de não haverem forjado coisas excelentes por falta de liberdade - talvez ingênuo recurso de justificar inépcia ou preguiça. Liberdade completa ninguém desfruta: começamos oprimidos pela sintaxe e acabamos às voltas com a Delegacia de Ordem Política e Social, mas, nos estreitos limites a que nos coagem a gramática e a lei, ainda nos podemos mexer".

Em relação à interpretação do texto, pode-se afirmar que o autor:

- a) denuncia a prática dos governos autoritários brasileiros de censurarem previamente as obras de arte.
- b) se queixa de que, se não fossem os ataques do Estado, a qualidade da nossa literatura seria bem maior.
- c) argumenta que a ausência de liberdade total não foi um grande obstáculo à produção literária de alta qualidade.
- d) indica duas barreiras que impediram por completo o desenvolvimento da literatura nacional: a gramática e a lei.

02. O trecho destacado se inicia com a afirmação de que "nunca tivemos censura prévia em obra de arte". Em relação ao sujeito dessa oração, pode-se afirmar que:

- a) está oculto.
- b) é composto.
- c) é inexistente.
- d) está invertido.

03. Analise as alternativas a seguir e assinale a que NÃO contém uma palavra que pode ser classificada foneticamente como proparoxítona.

- a) Gramática.
- b) Raríssimos.
- c) Efetivamente.
- d) Demagógicas.

04. Uma das afirmações do autor no trecho destacado é que "liberdade completa ninguém desfruta". A respeito da estrutura sintática dessa oração, marque a alternativa CORRETA.

- a) Tanto o sujeito como o objeto da oração são compostos.
- b) O termo "completa" desempenha a função de núcleo do sujeito.
- c) A função de sujeito da oração é desempenhada pelo termo "ninguém".
- d) A expressão "liberdade completa" exerce a função de sujeito composto da oração.

05. Ainda em relação à interpretação do texto, ao alegar que os escritores são "oprimidos pela sintaxe", o autor pretende enfatizar que:

- a) a censura estatal é capaz de utilizar diferentes recursos para promover a perseguição aos artistas.
- b) a produção literária jamais é completamente livre, pois obedece a certas normas gramaticais.
- c) os erros gramaticais podem se tornar um pretexto para que o Estado ditatorial censure as obras literárias.
- d) os rigores das normas ortográficas são o principal impedimento à produção literária em qualquer país.

QUESTÕES DE 6 A 10 - MATEMÁTICA

06. Algumas unidades de medidas são mais utilizadas no Brasil. Sobre unidades de quantidade de matéria (massa), assinale a alternativa CORRETA:

- a) Um grama equivale a mil miligramas.
- b) Massa é, no Brasil, preferencialmente medida em litros.
- c) A unidade de massa "quilograma" abrevia-se como "KG", em letras maiúsculas.
- d) Não é possível representar, no sistema de medidas brasileiro, massas inferiores a um micrograma.

07. Sobre a função:

$$f(x) = 2x - 4$$

Assinale a alternativa CORRETA.

- a) $f(50) = 104$
- b) É uma função bijetora, considerando x e $f(x) \in \mathbb{R}$
- c) Não é uma função injetora, uma vez que alguns elementos do conjunto Domínio não possuem respectivos valores no conjunto Imagem.
- d) É uma função do segundo grau, uma vez que a variável X está multiplicada por 2.

08. Assinale a alternativa que contém a soma das raízes do sistema de equações a seguir:

$$\begin{cases} 2x + y + z = 0 \\ x + 2y - z = 3 \\ x - y - z = -6 \end{cases}$$

- a) -6.
- b) -4.
- c) +2.
- d) +6.

09. Sobre um pentágono, assinale a alternativa CORRETA.

- a) A soma de seus ângulos internos, assim como de um quadrado, é de 360° .
- b) Possui 6 diagonais internas.
- c) Para um pentágono regular de lado l , sua área é dada por $A = \frac{5l^2}{2}$.
- d) A soma de seus ângulos externos é de 360° .

10. O esquadro é uma ferramenta utilizada tanto para realização de desenhos quanto em obras. É composta por um triângulo retângulo, geralmente com ângulos internos de 30° , 60° e 90° ; ou dois de 45° e um de 90° . Considerando o esquadro isósceles, se este possuir hipotenusa de tamanho igual a 15cm, qual será o tamanho aproximado de cada cateto?

(Considere $\sqrt{2} \cong 1,4$)

- a) 10,7cm.
- b) 14cm.
- c) 15cm.
- d) 21cm.

QUESTÕES DE 11 A 15 - CONHECIMENTOS GERAIS

11. Considere a análise a seguir, a respeito de um recente fato que gerou repercussões nas relações internacionais, e marque a alternativa que indica o nome do país que preenche CORRETAMENTE a lacuna.

“Naquele que talvez tenha sido o ataque mais significativo dos Estados Unidos no Oriente Médio em décadas, a ordem do presidente Donald Trump de bombardear o veículo em que viajava o general Qasem Soleimani pegou todos de surpresa. Embora as consequências do ataque ainda sejam incertas, essa ação pode facilmente desencadear um conflito militar na região, visto que aquele general estava, de fato, no comando da política externa do _____, e era uma personalidade política popular tanto no país dele quanto no exterior”.

(BBC Mundo, 07/01/2020, com adaptações).

- a) Irã
- b) Egito
- c) Marrocos
- d) Afeganistão

12. A notícia a seguir trata da participação do Brasil na última reunião de uma das mais importantes organizações internacionais. Leia-a atentamente e marque a alternativa que contém o nome que preenche CORRETAMENTE a lacuna.

“Um Brasil próspero. Essa é a mensagem que o ministro da Economia, Paulo Guedes, quer entregar para líderes, chefes de Estado e empresários presentes no _____, em Davos. Principal representante do governo brasileiro no local neste ano, Guedes deve se empenhar em atrair capital externo para o país. A tarefa não é a das mais simples. No ano passado, o presidente Jair Bolsonaro decepcionou no evento ao realizar um discurso muito sucinto. Desta vez, as apresentações do ministro se concentrarão na redução do déficit fiscal e no avanço das reformas estruturais”.

(Veja, 20/01/2020, com adaptações)

- a) Fórum Econômico Mundial
- b) Tribunal Penal Internacional
- c) Fundo Monetário Internacional
- d) Banco Internacional para Reconstrução e Desenvolvimento.

13. O seguinte trecho apresenta uma definição para um importante conceito da atualidade. Leia-o atentamente e marque a alternativa que indica o conceito de que se trata.

“Trata-se de um fenômeno social total e multidimensional, que não é completamente recente, nem inteiramente novo. No entanto, dizer que esse fenômeno está inserido num processo histórico não significa negar a sua dimensão de novidade. Na verdade, esse processo compreende atualmente novas dinâmicas econômicas, políticas e culturais, com importante dimensão e impacto, e que constituem uma verdadeira transformação no mundo em que vivemos. Em síntese, tem-se experimentado a passagem de uma internacionalização de certas instituições econômicas de raiz nacional para um processo mais generalizado de integração econômica à escala mundial”.

- a) Globalização.
- b) Nacionalismos.
- c) Direitos Humanos.
- d) Desenvolvimento Sustentável.

14. Em 1948, a Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas adotou a chamada 'Declaração Universal dos Direitos Humanos'. Examine as opções a seguir e marque a alternativa que NÃO apresenta um dos princípios que norteiam esse documento, conforme referidos em seu preâmbulo.

- a) Desenvolvimento de relações amistosas entre as nações.
- b) Dignidade inerente a todos os membros da família humana.
- c) Protecção dos direitos do homem através de um regime de direito.
- d) Esvaziamento das identidades nacionais, para redução das desigualdades.

15. De acordo com a Lei Orgânica do Município de Assis Chateaubriand, o exercício de determinadas medidas é da competência administrativa comum do Município, da União e do Estado. Marque a alternativa que NÃO indica uma dessas medidas.

- a) Zelar pela guarda da Constituição, das leis e das instituições democráticas e conservar o patrimônio público.
- b) Combater as causas da pobreza e os fatores de marginalização, promovendo a integração social dos setores desfavorecidos.
- c) Legislar sobre assuntos de interesse local, bem como instituir a guarda municipal para a proteção de seus bens, serviços e instalações.
- d) Proteger os documentos, as obras e outros bens de valor histórico, artístico e cultural, os monumentos, as paisagens naturais notáveis e os sítios arqueológicos.

QUESTOES DE 16 A 30 - CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

16. Tubino (1992), na obra "Esporte e Cultura Física", apresenta um tópico com o tema "o esporte e a sua evolução conceitual" onde apresenta a modificação que o esporte passou a partir da década de 70. Tubino (1992) apresenta três compreensões do esporte: esporte-educação, esporte-participação e esporte-rendimento. Logo, para Tubino (1992) qual o conceito de esporte-educação? Assinalar a resposta CORRETA.

- a) É um meio de formação para a cidadania e para o lazer. Estabelece princípios próprios e estratégias formais e não formais específicas de disputas esportivas. Deve acompanhar as próprias evoluções ocorridas nas ações educativas.
- b) O significado participativo é fundamental; é um esporte espontâneo, empenhado com o bem-estar social e tem valores ligados à saúde dos praticantes. Poderá ser formal ou informal, na qual ocorre a maior quantidade de adeptos.

c) Institucionalizado na perspectiva na busca pela contemplação. É considerado esporte-trabalho. Esse empenha-se na busca por resultados em um nível alto de desempenho.

d) Pode não estar ligado à saúde. O praticante, no caso o atleta vive exclusivamente para desempenho em sua modalidade.

17. De acordo com dados da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar feito pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2012), somente 30,1% dos adolescentes do 9º ano praticavam pelo menos 300 minutos por semana de atividades físicas moderadas ou vigorosas. Ao mesmo tempo, no Brasil e em outros países do mundo vêm mostrando que a prática de atividade física nas fases de infância e adolescência traz diversos benefícios imediatos em aspectos físicos, motores, cognitivos, afetivos e sociais, além de benefícios futuros relacionados, principalmente, com a manutenção da atividade física na fase adulta. Assim, a ênfase em atividades físicas com características gerais envolvidas nas brincadeiras e atividades recreativas na infância e as atividades prescritivas como no esporte organizado e programas formais de exercícios físicos indicam mudanças positivas na saúde de crianças e adolescentes. Porém, um fator que o profissional de Educação Física deve ficar atento está associado ao esforço realizado, tendo como principal parâmetro o gasto energético, expresso pelo equivalente metabólico (MET). Assinale a resposta CORRETA referente ao que é considerado um esforço LEVE:

- a) Atividades cujo gasto variam 3,1 a 5,9 MET's como levar o cachorro para passear, descer escadas e levantar continuamente pesos entre 5 e 9 kg.
- b) Atividades que possuem gasto energético entre 1,6 a 2,9 MET's, e envolvem as tarefas domésticas leves e caminhadas de até 3km/h.
- c) Atividades com gasto energético igual ou superior a 6 MET's, tendo como exemplos correr, patinar e a prática esportiva competitiva.
- d) Atividades com gasto energético que não podem ser contabilizados pelo fato de ser muito cansativas, tendo como exemplos lavar roupa, varrer a calçada ou levantar para abrir a porta.

18. A gravidez é o período ideal para a intervenção dos profissionais da saúde, pois as mulheres estão muito próximas desses profissionais, realizando consultas frequentes, exames de rotina e recebendo uma série de novas orientações. Também, durante a gestação, estão mais sensibilizadas para os benefícios de um estilo de vida saudável, visando obter os melhores resultados para si e para seus filhos. Assim, as práticas saudáveis na gestação estão em evidência com objetivos que incluem exercícios físicos de uma forma geral, avaliação e orientação nutricional e programas de pre-

para o parto. Entretanto, para iniciar um programa de exercícios físicos, segundo as recomendações da Sociedade de Obstetras e Ginecologistas do Canadá (ACOG, 2002), há contraindicações absolutas para a prática de exercício físico por gestantes, como:

- I. Anemia (hemoglobina menor que 10 mg/dL).
- II. Estilo de vida sedentário.
- III. Sangramento durante a gestação.
- IV. Trabalho de parto prematuro.

É CORRETO o que se afirma em:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Somente as afirmativas II e III estão corretas.
- c) Somente as afirmativas III e IV estão corretas.
- d) Somente as afirmativas I e II estão corretas.

19. A obesidade é um distúrbio metabólico caracterizado por um estado inflamatório crônico e acúmulo excessivo de gordura corporal, que apresenta um risco para a saúde e contribui para o desenvolvimento de outras patologias, como diabetes melittus tipo 2, hipercolesterolemia, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, síndrome de apnéia obstrutiva do sono, comprometimentos osteomioarticulares e diversos tipos de câncer. A etiologia da obesidade parece estar vinculada a inúmeros fatores, tais como: polimorfismos gênicos, disfunções da sinalização de hormônios hipotalâmicos vinculados à saciedade, apetite e fome, aumento da liberação de adipocinas pró-inflamatórias pelo tecido adiposo branco e balanço energético positivo. A diminuição dos níveis de atividade física e o aumento da ingestão calórica são fatores determinantes ambientais mais fortes. Assim, segundo as Diretrizes da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (2016):

- I. Para o cálculo do valor calórico da dieta, deve ser usada a taxa metabólica de repouso corrigida para o nível de atividade física.
- II. Programas combinados de dieta e aumento de atividade física ou exercícios físicos, ou então de dieta isolada, em pacientes que apresentam sobrepeso e obesidade são recomendados preferencialmente ao aumento de atividade física ou exercícios físicos, para redução do peso corporal.
- III. O tratamento com modificação de estilo de vida através de intervenção dietética e aumento de atividade física é ineficaz na maior parte dos pacientes.

É CORRETO o que se afirmar em:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Somente a afirmativa II está correta.
- c) Somente a afirmativa III está correta.
- d) Todas as afirmativas estão corretas.

20. A América Latina é a região do globo terrestre com o maior índice de pessoas sedentárias, atingindo 39% da população adulta, sendo o Brasil líder dessa lista. Apesar da alta incidência solar e grande parte da população estar próxima da costa, os quais deveriam propiciar a prática de exercícios, o brasileiro lidera o sedentarismo. Sendo o sedentarismo classificado como um problema de saúde pública, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) lançou em 2018 o Plano de Ação Global para Atividades Físicas, o qual propõe estratégias para incentivar as pessoas do mundo a serem mais ativas, proporcionando assim um mundo mais saudável. Vale considerar que o próprio Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM, 2011) desde 1998 já propõe estratégias para a manutenção de uma vida mais ativa. Tanto é que em 2011 foi lançada a última diretriz sobre a quantidade e qualidade de exercícios físicos para o desenvolvimento e manutenção da aptidão física em adultos. Nesse documento é proposto diferentes estratégias, dentre elas:

- I. Exercício cardiorrespiratório (aeróbio): frequência de 5 dias/semana de exercícios moderados ou 3 dias/semana de exercícios vigorosos.
- II. Exercício cardiorrespiratório (aeróbio): duração de 60–90 minutos/dia (150 minutos/semana) de exercícios moderados ou 10–20 minutos/dia (300 minutos/semana) de exercícios vigorosos.
- III. Exercício resistido (musculação): frequência de 5 a 7 dias/semana.
- IV. Exercício resistido (musculação): de 8–12 repetições são recomendadas para melhorar a força e a potência na maioria dos adultos.

É CORRETO o que se afirma em:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Somente as afirmativas II e III estão corretas.
- c) Somente a afirmativa III está correta.
- d) Somente as afirmativas I e IV estão corretas.

21. Com o aumento da expectativa de vida, o idoso é o segmento populacional que apresenta maior crescimento tanto no Brasil como no Mundo. Porém, ao mesmo tempo que o corpo envelhece, o indivíduo fica suscetível a inúmeras patologias decorrentes do envelhecimento natural. Logo, a participação do idoso em programas de exercício físico no tratamento e prevenção das doenças tem sido apresentado como uma estratégia interessante para a manutenção da saúde do idoso. Em 2009 com a intenção de padronizar as práticas de exercício físico para a população idosa, o Colégio Americano de Medicina do Esporte apresentou sua diretriz (ACSM, 2009), apontando como deve ser trabalhado cada variável do exercício físico (duração, frequência, intensidade, etc.). Dessa forma, dentre as estratégias apresentadas qual encontra-se INCORRETA?

a) Exercícios aeróbios: para atividades de intensidade moderada (usando escala de 0 a 10: escala de 5 a 6 para intensidade moderada), acumule pelo menos 30 ou até 60 minutos/dia, totalizando 150–300 minutos/semana.

b) Exercícios resistidos (musculação): frequência de pelo menos 2 dias na semana.

c) Exercícios de flexibilidade: frequência de pelo menos 5 dias na semana com exercícios balísticos.

d) Exercícios resistidos (musculação): de 8 a 10 exercícios envolvendo os principais grupos musculares com 8 a 12 repetições cada exercício.

22. No Brasil 14,5% da população declarou possuir algum tipo de deficiência (IBGE, 2000), sendo a deficiência visual a mais prevalente, com 48,1% dos casos. Já no censo realizado em 2010 (IBGE, 2010), esses números aumentaram sensivelmente, sendo que 23,9% da população declarou apresentar alguma deficiência e 6,7% (17,7 milhões de brasileiros) afirmaram possuir alguma deficiência severa. Dessa forma, a inserção da pessoa com deficiência em práticas físicas auxilia na manutenção da saúde e do bem-estar. Todavia, por serem escassas as oportunidades de programas físicos externos voltados às necessidades e potencialidades da pessoa com deficiência, ao não encontrarem situações propícias dentro das escolas e espaços públicos, acabam por se tornarem inativos. Essa situação, aliada à superproteção por parte da família, claramente torna-se a grande responsável, muito mais do que a deficiência em si, pelos atrasos no desenvolvimento global observados nessa população. Logo, a pessoa com deficiência deveria apresentar capacidade aeróbia e composição corporal consistente com a saúde positiva, flexibilidade adequada para a saúde funcional e níveis de força muscular adequados para uma vida independente e a participação em esforços físicos (GREGUOL e COSTA, 2013). Além disso, é recomendável uma prática mínima diária incorporada ao estilo de vida do indivíduo. Dentre as apresentadas, qual encontra-se INCORRETA?

a) Autonomia para realização das atividades diárias.

b) Aumento de doenças hipocinéticas.

c) Prevenção de comorbidades associadas à deficiência.

d) Desenvolvimento mais próximo possível do normal.

23. A prática de atividade física está relacionada com uma melhor saúde e qualidade de vida, atuando de forma preventiva e no tratamento de diversas doenças metabólicas, além de interferir positivamente na capacidade funcional de adultos e idosos. Porém, é necessário levar em consideração que a atividade física para prevenção de doenças crônicas, para o bom condicionamento físico e para o tratamento de doenças, podendo ser realizada numa grande variedade de ambientes, tais como parques, onde, muitas vezes,

são acessíveis aos cidadãos com baixo ou nenhum custo. Neste contexto, espaços públicos abertos como parques, praças e ciclovias representam uma importante oportunidade para a prática de atividades físicas por serem relativamente seguros, gratuitos, equipados, acessíveis e com reduzida circulação de veículos. Dentre eles, as academias ao ar livre/ATI's tiveram início no ano de 2006 vindo de encontro ao programa Brasil Saudável, lançado pelo Ministério da Saúde. Este programa surgiu para cumprir o compromisso do Brasil com as Diretrizes previstas pela "Estratégia Global de Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde", criada em 2004, objetivando melhorar a qualidade de vida da população mundial através da atividade física. As academias ao ar livre/ATI's foram idealizadas para estimular a prática de atividade física em todas as idades, melhorando a condição física, qualidade de vida e saúde. Dentre as principais características das academias ao ar livre/ATI's, podemos considerar:

I. Os equipamentos das academias não têm peso e usam a força do corpo.

II. Trata-se de um sistema que se adapta ao usuário utilizando o peso do equipamento criando resistência e gerando benefícios físicos.

III. Indicados exclusivamente para pessoas que ganharam, de forma natural pelo processo de envelhecimento a força muscular com o passar dos anos.

IV. Podem ser usadas por qualquer pessoa acima de 3 anos, funcionando como uma academia de ginástica ao ar livre.

É CORRETO o que se afirma em:

a) Somente a afirmativa I está correta.

b) Somente as afirmativas II e III estão corretas.

c) Somente a afirmativa III está correta.

d) Somente as afirmativas I e IV estão corretas.

24. O desenvolvimento motor ocorre de forma progressiva durante toda a vida do ser humano, iniciando-se na sua concepção e cessando somente na sua morte. Por outro lado, esse processo também pode sofrer regressões. Para que as mudanças aconteçam, não basta levar em conta apenas os fatores biológicos; deve-se considerar também os processos de interação do indivíduo com o meio e com as tarefas e experiências vivenciadas por ele. Logo, a identificação de estágios da aprendizagem está presente nos principais modelos teóricos propostos pelos estudiosos da área. O número varia em função da ênfase dada à automatização que pode ocorrer como resultado da prática frequente. Assinale a alternativa INCORRETA referente à descrição do processo de aprendizagem:

a) Inexperiente (novato) – o aprendiz realiza movimentos coordenados, com muita eficiência e fluência. O aluno verbaliza a tarefa, e detém em detalhes o movimento.

b) Intermediário – após várias tentativas, os movimentos desnecessários não mais aparecem. O padrão motor torna-se mais estabilizado, e as ações, mais coordenadas.

c) Avançado – os movimentos tornam-se mais ineficientes, com maior gasto energético, e o executante passa a saber como chegar à meta da atividade proposta. O aluno realiza os movimentos automaticamente, prestando muita atenção a eles.

d) Inexperiente (novato) – os movimentos tornam-se mais eficientes, com menor gasto energético, e o executante passa a saber como chegar à meta da atividade proposta. O aluno realiza os movimentos automaticamente, sem prestar muita atenção a eles.

25. Durante muito tempo a avaliação foi utilizada como instrumento para medir, classificar e rotular os alunos/clientes, indicando os “bons” e os “ruins”, com base em uma escala de valor estabelecida. Felizmente esse modelo ficou ultrapassado e, atualmente, a avaliação é vista como uma das mais importantes ferramentas colocadas à disposição dos profissionais de Educação Física para alcançar o principal objetivo: fazer que os alunos/clientes, independentemente da área ou da disciplina avaliada ou de sua condição pessoal e/ou social, entre outras, avancem no processo de aprendizagem. Nesse sentido, é importante monitorar e acompanhar os alunos/clientes envolvidos, com a finalidade de encontrar caminhos para quantificar e qualificar o desempenho e oferecer alternativas para uma evolução e um desenvolvimento individual e coletivo mais seguro. Assim, é importante que os profissionais de Educação Física considerem as seguintes orientações antes do início dos testes:

I. Explicar – e, se possível, demonstrar – ao avaliado como deve ser realizado o teste em questão.

II. Efetivar as medições sempre na mesma hora do dia.

III. Não realizar atividade física extenuante antes da realização do teste.

IV. Realizar os testes em jejum, em estado de desidratação e/ou em estado de enfermidade (gripe, febre, resfriado).

V. Buscar utilizar avaliadores diferentes quando se considera o mesmo teste.

VI. Nas idosas, procurar realizar os testes e suas repetições na mesma fase dos diferentes períodos mensstruais.

É CORRETO o que se afirma em:

a) Somente as afirmativas I, II e III estão corretas.

b) Somente as afirmativas II e III estão corretas.

c) Somente as afirmativas III, IV e V estão corretas.

d) Somente as afirmativas IV, V e VI estão corretas.

26. A diferença entre o lactato e o ácido láctico está na presença de um átomo de hidrogênio (H^+) a mais na estrutura desse último (ácido láctico). O fato do hidrogênio se ligar ou não à estrutura da molécula depende do Ph – se mais ou menos ácido – em que ele se encontra. Nesse caso, para que a molécula de ácido láctico se forme, ou seja, para que o hidrogênio se ligue à estrutura da molécula formando um ácido, a musculatura humana teria de apresentar um Ph baixo (muito ácido). Isso se torna praticamente impossível, pois as proteínas contidas nos músculos e nas enzimas existem apenas no pH igual a 7,4. Por esse motivo, a musculatura produz lactato como produto final, e não ácido láctico, como é apresentado em diferentes situações, inclusive na mídia especializada em esportes. Dessa forma, Qual o Ph do lactato?

a) Ph de 2,0.

b) Ph de 3,2.

c) Ph de 4,0.

d) Ph de 7,0.

27. Tanto a recreação como o lazer convivem em nossa realidade sem maiores reflexões sobre os seus significados. Enquanto o termo recreação é influência da perspectiva norte-americana, o lazer surge a partir da influência dos estudos europeus. Essa dupla denominação está presente nos dias atuais e em geral utiliza-se a recreação para designar o conjunto de atividades, e o lazer para abordar o fenômeno cultural. Alguns autores chegam a identificar diferenças ou peculiaridades mais amplas entre os termos. A associação entre os termos recreação e lazer vem gerando questionamentos no que se refere aos seus significados, às especificidades e à abrangência. Assim, segundo Dumazedier (1979), apesar de sua importância para a área, o lazer apresenta uma série de questões que necessitavam ser repensadas. Dumazedier (1979) ainda apresenta um grupo de características que são fundamentais para caracterização do lazer. Dentre as características apresentadas, qual encontra-se INCORRETA?

a) Caráter libertário – o lazer é compreendido como a liberação das obrigações profissionais, familiares, socioespaciais e sociopolíticas, resultando de uma livre escolha do sujeito.

b) Caráter desinteressado – o lazer não precisa estar vinculado a algum fim específico, seja de ordem profissional, utilitário, lucrativo, material, social, político.

c) Caráter hedonístico – a extinção do lazer é marcada pela doação do prazer e por isso o hedonismo representa o seu retorno principal.

d) Caráter pessoal – as funções de descanso, divertimento e desenvolvimento pessoal e social do lazer respondem às necessidades do indivíduo perante a gama de rígidas obrigações impostas pela sociedade.

28. É difícil imaginar uma sociedade sem eventos. Os eventos se tornaram estratégias de comunicação de produtos e marcas de todos os tipos. Os eventos fazem parte das programações diárias nas emissoras de TV, rádio e internet. Existe uma diversidade de eventos, dentre eles: de moda, científicos, de negócios, culturais, esportivos, ecológicos, sociais, religiosos e gastronômicos. Evento é uma atividade dinâmica que possui várias definições. Assinale a afirmativa INCORRETA sobre a definição de EVENTO segundo Matias (2004):

- a) Ação do profissional mediante pesquisa, planejamento, organização, coordenação, controle e implantação de um projeto, visando atingir seu público-alvo com medidas concretas e resultados projetados.
- b) Conjunto de atividades profissionais desenvolvidas com o objetivo de alcançar o seu público-alvo pelo lançamento de produtos, apresentação de uma pessoa, empresa ou entidade, visando estabelecer o seu conceito ou recuperar a sua imagem.
- c) Realização de um ato desmoralizante, com finalidade social, visando apresentar, conquistar e recuperar o seu público-alvo.
- d) Soma de ações previamente planejadas com o objetivo de alcançar resultados definidos perante seu público-alvo.

29. O voleibol é um desporto praticado numa quadra dividida em duas partes por uma rede, possuindo duas equipes de seis jogadores em cada lado. Quando da sua criação, Willian George Morgan (1870-1942) tinha como objetivo principal criar um esporte em que não houvesse contato físico. Nos primeiros anos, o voleibol não possuía uma bola específica para a prática do esporte. Os jogos eram realizados com câmeras de bolas de basquete. Atualmente, o 35º Congresso da Federação Internacional de Voleibol (FIVB, 2016) pontua algumas características que a bola deve ter para o uso durante uma competição. Das características apresentadas, qual encontra-se CORRETA?

- a) A bola será esférica, dotada de uma capa flexível de couro ou couro sintético, além de uma câmara interior feita de borracha ou material similar.
- b) Sua cor pode ser escura, desde que uniforme, não podendo ocorrer uma combinação de cores.
- c) Bolas utilizadas em competições internacionais oficiais, fabricadas em plástico ou dotadas de combinação de cores, devem atender os padrões ditados pela FIVB.

d) Sua circunferência será de 85 centímetros a 97 centímetros e seu peso de 360 gramas a 380 gramas.

30. A preparação do atleta pelo treinamento desportivo deve ser sistematicamente organizada por meio de exercícios físicos pedagogicamente estruturados e periodizados. A organização do método precisa estar planejada, conforme os objetivos de preparação do atleta. O treinamento é considerado uma atividade física de longa duração, graduada de forma progressiva e individualizada, e tem como objetivo superar as tarefas mais exigentes do que as habituais, além de ser um processo ativo, complexo, regular e orientado. Para compreender os resultados obtidos, há três variáveis importantes: o estado do atleta, o efeito do treinamento e a carga de treinamento. Considerando-se isso, as cargas podem ser analisadas sob os seguintes aspectos:

- I. Carga externa – abrange as reações individuais (fisiológicas, bioquímicas).
- II. Carga interna – abrange o volume e a intensidade.
- III. Carga interna – depende indiretamente do volume da carga interna.
- IV. Cargas de treinamento – influenciam diretamente os processos de adaptação.
- V. Entre as cargas e a adaptação existe uma relação que deve ser respeitada na metodologia de treinamento.
- VI. Processos de adaptação são mais eficazes quando os estímulos atingem o volume ideal em relação ao estado físico atual do atleta.

É CORRETO o que se afirma em:

- a) Somente as afirmativas I, II e III estão corretas.
- b) Somente as afirmativas II e III estão corretas.
- c) Somente as afirmativas III, IV e V estão corretas.
- d) Somente as afirmativas IV, V e VI estão corretas.

GABARITO

PREENCHA SUAS RESPOSTAS NO QUADRO ABAIXO E DESTAQUE NA LINHA PONTILHADA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30