



## Prefeitura Municipal de São Carlos

CONCURSO PÚBLICO

### 23. PROVA OBJETIVA

TÉCNICO DE ESPORTES – ÁREA ATLETISMO

- ♦ VOCÊ RECEBEU SUA FOLHA DE RESPOSTAS E ESTE CADERNO CONTENDO **50** QUESTÕES OBJETIVAS.
- ♦ CONFIRA SEU NOME E NÚMERO DE INSCRIÇÃO IMPRESSOS NA CAPA DESTE CADERNO.
- ♦ LEIA CUIDADOSAMENTE AS QUESTÕES E ESCOLHA A RESPOSTA QUE VOCÊ CONSIDERA CORRETA.
- ♦ RESPONDA A TODAS AS QUESTÕES.
- ♦ MARQUE, NA FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS, LOCALIZADA NO VERSO DESTA PÁGINA, A LETRA CORRESPONDENTE À ALTERNATIVA QUE VOCÊ ESCOLHEU.
- ♦ TRANSCREVA PARA A FOLHA DE RESPOSTAS, COM CANETA DE TINTA AZUL OU PRETA, TODAS AS RESPOSTAS ANOTADAS NA FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS.
- ♦ A DURAÇÃO DA PROVA É DE **3** HORAS.
- ♦ A SAÍDA DO CANDIDATO DA SALA SERÁ PERMITIDA APÓS TRANSCORRIDA **1** HORA DO INÍCIO DA PROVA.
- ♦ AO SAIR, VOCÊ ENTREGARÁ AO FISCAL A FOLHA DE RESPOSTAS E ESTE CADERNO, PODENDO DESTACAR ESTA CAPA PARA FUTURA CONFERÊNCIA COM O GABARITO A SER DIVULGADO.

AGUARDE A ORDEM DO FISCAL PARA ABRIR ESTE CADERNO DE QUESTÕES.



Prefeitura Municipal de  
São Carlos

## FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS

QUESTÃO	RESPOSTA
01	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
02	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
03	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
04	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
05	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

06	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
07	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
08	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
09	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
10	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

11	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
12	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
13	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
14	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
15	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

16	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
17	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
18	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
19	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
20	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

21	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
22	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
23	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
24	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
25	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

QUESTÃO	RESPOSTA
26	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
27	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
28	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
29	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
30	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

31	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
32	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
33	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
34	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
35	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

36	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
37	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
38	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
39	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
40	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

41	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
42	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
43	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
44	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
45	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

46	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
47	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
48	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
49	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
50	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

Leia o texto para responder às questões de números **01** a **09**.

Uma bola, dois halteres, um elástico... e seu corpo. E você achava que precisava de aparelhos e uma montanha de acessórios para treinar com eficiência! Isso é tudo o que precisa para construir músculos fortes e definidos, ganhar resistência e deixar seu corpo mais “esperto”.

Formulado na década de 1970, nos EUA, o treino funcional vem conquistando *personal trainers* e frequentadores de academia e ganhando espaço na preparação de atletas amadores e profissionais. Pontos a favor? Contempla variáveis pouco trabalhadas nos aparelhos de musculação, como equilíbrio, agilidade e coordenação, e quebra a rotina dos treinos convencionais. O melhor: você faz em casa, na boa.

“O grande trunfo da eficiência do treino funcional é a execução perfeita dos movimentos. Na musculação tradicional, a dificuldade dos exercícios está ligada apenas ao aumento das cargas. No funcional, as tarefas, mais complexas, englobam vários movimentos diferentes, deixando o corpo forte e equilibrado”, explica o treinador Luciano D’Elia, de São Paulo, precursor do treino funcional no Brasil.

Num só exercício você agacha, avança, gira ou levanta, mexe simultaneamente diferentes grupos musculares e torna o corpo mais “inteligente”. “Como os estímulos são diferentes dos do treino convencional, também pode complementar o que já é feito na academia”, explica D’Elia.

Por não só fortalecer os músculos como também promover sua eficiência, o treinamento funcional vem sendo usado por profissionais que dependem do condicionamento físico – como policiais. Ao deslocar o centro de gravidade do corpo por meio de bases instáveis ou posturas, os exercícios recrutam não só os principais músculos como outros menores e mais profundos (os estabilizadores). Isso aumenta a intensidade do treino e aprimora a percepção do próprio corpo no espaço.

O trabalho fortalece o core, região central do corpo formada por abdômen, quadril e região lombar, envolvida no equilíbrio da maior parte das atividades. “Isso ajuda a tornar todas as práticas esportivas mais seguras, com menor risco de lesões”, diz o fisiologista do esporte Renato Lotufo, da Clínica Medicina do Esporte, de São Paulo.

(*Men’s Health*, maio de 2009)

**01.** Assinale a alternativa que reproduz, de maneira coerente, uma ideia contida no texto.

- (A) Quem frequenta academias tem menos probabilidade de lesões nas articulações.
- (B) Os estímulos musculares no treino convencional têm muita densidade.
- (C) Para obter músculos enrijecidos, é preciso fazer exercícios com aparelhos especializados.
- (D) Um corpo forte e equilibrado é o resultado de treinamentos com estabilizadores.
- (E) Os policiais precisam ter um bom condicionamento físico.

**02.** O treinamento funcional

- (A) permite que o corpo fique mais equilibrado, com movimentos diferentes daqueles do treinamento tradicional.
- (B) aumenta o ritmo de permanência em cada aparelho de musculação.
- (C) fortalece o enrijecimento dos músculos do tórax.
- (D) segue uma rotina equivalente ao treinamento tradicional.
- (E) foi elaborado pelo fisiologista Renato Lotufo, para garantir maior desenvoltura aos atletas.

**03.** Segundo o treinador Luciano D’Elia,

- (A) as práticas esportivas mais seguras são aquelas em que o atleta tem total domínio do seu corpo.
- (B) o treinamento funcional só tem êxito a partir da repetição insistente de atividades.
- (C) exercícios feitos em academia podem ser complementados por atividades com estímulos diversos.
- (D) as práticas esportivas devem levar em conta a segurança dos atletas em todos os aspectos.
- (E) para treinar com eficiência, é preciso o auxílio de vários aparelhos e profissionais especializados.

**04.** Em – “Por *não só* fortalecer os músculos *como também* promover sua eficiência, ...” – as expressões destacadas estabelecem uma relação de

- (A) adversidade.
- (B) temporalidade.
- (C) causa.
- (D) adição.
- (E) concessão.

**05.** Leia as frases.

- I. Com o treino funcional, o corpo começa a ganhar mais agilidade e notam-se movimentos diferentes.
- II. A medida que o atleta pratica com aparelhos de musculação, devem haver melhoras sensíveis em seu corpo.
- III. O fisiologista afirma que, para evitar as lesões, necessita-se de práticas constantes que garantam o equilíbrio.
- IV. A complexidade dos exercícios deixam o corpo com mais equilíbrio, por isso muitos profissionais estão aderindo à essa prática.

As frases em que a concordância verbal e o uso ou não do acento indicativo da crase estão de acordo com a norma culta são:

- (A) I e II.
- (B) I e III.
- (C) II e III.
- (D) II e IV.
- (E) III e IV.

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

06. As aspas usadas em – ... *músculos fortes e definidos, ganhar resistência e deixar seu corpo mais “esperto”* – servem para
- indicar uma citação.
  - introduzir um novo interlocutor.
  - apresentar uma informação contraditória.
  - marcar o emprego de uma variante linguística.
  - complementar o sentido da expressão *corpo*.
07. Em – “*Como os estímulos são diferentes* do treino convencional, também pode complementar o que já é feito na academia...” – a expressão destacada pode ser substituída, sem alteração de sentido, por
- Porque os estímulos são diferentes...
  - Por conseguinte, os estímulos são diferentes...
  - Todavia, os estímulos são diferentes...
  - Embora os estímulos sejam diferentes...
  - Logo, os estímulos são diferentes...
08. Assinale a alternativa em que a informação entre parênteses está correta.
- Contempla variáveis *pouco* trabalhadas nos aparelhos de musculação... (a expressão em destaque expressa sentido de tempo).
  - ...e uma montanha de acessórios para treinar *com eficiência!* (a expressão destacada expressa circunstância de modo).
  - Na musculação tradicional, a dificuldade dos exercícios está ligada *apenas* ao aumento das cargas. (a expressão destacada estabelece relação de inclusão).
  - Num só exercício você agacha, avança, gira ou levanta, mexe *simultaneamente* diferentes grupos musculares... (a expressão em destaque denota sentido de espaço).
  - Ao deslocar o centro de gravidade do corpo *por meio* de bases instáveis ou posturas... (a expressão destacada indica circunstância de intensidade).
09. Em – “*Isso* ajuda a tornar todas as práticas esportivas mais seguras, com menor risco de lesões.” (6.º parágrafo) – a expressão *Isso* refere-se
- ao equilíbrio da maior parte das atividades.
  - ao baixo risco de lesões.
  - ao fortalecimento do core.
  - à intensidade dos treinos.
  - à percepção do corpo no espaço.
10. Assinale a alternativa em que a expressão em destaque está empregada conforme norma padrão da língua escrita.
- O treino funcional, *onde* a execução dos movimentos é um trunfo, está sendo utilizado por policiais.
  - Se pode* verificar que o treino funcional vem conquistando os frequentadores de academias.
  - Os esportistas deverão impetrar um *mandato* de segurança contra o juiz.
  - Quando o atleta *vir* o resultado do treino funcional, mudará seus exercícios.
  - O grande trunfo do método é a sequência de movimentos. Por isso, os atletas devem *praticar-lhe* constantemente.

11. Nas etapas de planejamento e gerenciamento de um evento esportivo, devem-se estabelecer *sistemas de controle* para verificar se os objetivos estão sendo cumpridos dentro do programa previsto e assim garantir o sucesso do resultado final.

Um sistema de controle eficaz pode ser composto por etapas. Leia, atentamente, as afirmações a respeito de um sistema de controle:

- desenvolver ações para corrigir possíveis erros que possam ocorrer durante a realização do evento;
- contextualizar a criatividade adequadamente e articulá-la ao suporte financeiro;
- fazer a avaliação das atividades que estão sendo realizadas;
- comparar as realizações com o planejamento.

Está correto o contido em

- II, apenas.
- I e III, apenas.
- II, III e IV, apenas.
- I, II, III e IV.
- I, III e IV, apenas.

12. Ao organizar e gerenciar um evento de atletismo para uma comunidade, é essencial considerar os meios para a sua divulgação, a fim de que o evento tenha o sucesso esperado. A divulgação pode utilizar diferentes métodos de comunicação, dependendo da abrangência do evento.

Assinale a alternativa que relaciona corretamente a coluna A (método de comunicação) com a coluna B (suas características específicas).

	COLUNA A		COLUNA B
a	Comunicação Escrita.	I	Pode utilizar, por exemplo, vídeos, logotipos, logomarca, <i>banners</i> e <i>flyers</i> .
b	Comunicação Verbal.	II	Método essencial. Intercâmbio de informações face a face.
c	Comunicação Eletrônica.	III	Método mais comum, porém pode ser desmotivador e facilmente ignorado pelo receptor.
d	Comunicação Visual.	IV	Maior abrangência. Avanços na tecnologia são de grande importância para esta área.

- a-I, b-II, c-IV, d-III.
- a-III, b-II, c-I, d-IV.
- a-III, b-II, c-IV, d-I.
- a-IV, b-I, c-II, d-III.
- a-IV, b-II, c-III, d-I.

13. Considere as seguintes afirmações a respeito de etapas de planejamento de um evento esportivo:

- I. identificação do tipo e disponibilidade de recursos financeiros;
- II. planejamento de reuniões e seleção de sistemas de controle;
- III. elaboração da visão e das metas do evento;
- IV. seleção do pessoal/equipe de trabalho.

Assinale a alternativa que expressa a sequência correta em que tais etapas devem ocorrer.

- (A) I, II, III e IV.
- (B) III, I, IV e II.
- (C) III, IV, II e I.
- (D) IV, I, II e III.
- (E) IV, III, II, e I.

14. Para a execução do planejamento e do gerenciamento de um evento, voltado para a área do lazer, pode-se destacar o modelo proposto por Joffre Dumazedier, o qual integra os níveis: axiológico, teleológico e instrumental.

Assinale a alternativa que relaciona, corretamente, o tipo de reflexão utilizada na elaboração do evento (coluna A) com suas respectivas características e finalidades (coluna B).

	COLUNA A		COLUNA B
a	Axiológico.	I	Diagnosticar a realidade e buscar valores de superação, identificando aquilo que é desejável.
b	Teleológico.	II	Obter os meios necessários para se alcançar o objetivo, procedimentos mais eficazes e operacionais para concretizar os objetivos.
c	Instrumental.	III	Traçar os objetivos e as diretrizes, o que é provável fazer em termos de estratégias.

- (A) a-I, b-II, c-III.
- (B) a-II, b-I, c-III.
- (C) a-III, b-II, c-I.
- (D) a-III, b-I, c-II.
- (E) a-I, b-III, c-II.

15. É possível afirmar que hoje, no Brasil, se entende que o ensino das atividades esportivas não deve se preocupar apenas com os aspectos biológicos do ser humano. Sendo assim, é correto afirmar que a prática do ensino dessas atividades consiste em

- (A) incluir as práticas que possuem expressividade e musicalidade, percepção do ritmo e noção espaço-temporal.
- (B) prover conhecimentos anatômicos, fisiológicos, biomecânicos e bioquímicos que capacitam a análise crítica dos programas de atividade física.
- (C) proporcionar a compreensão da dimensão emocional que se expressa na representação simbólica, como forma de expressão de sentidos e emoções sociais.
- (D) fornecer informações históricas sobre as origens e características das modalidades esportivas, além de promover sua valorização. Abordar sob o enfoque da apreciação e da discussão de aspectos técnicos, táticos e estéticos.
- (E) prover informações a respeito do impacto das tecnologias da comunicação nos processos de desenvolvimento da percepção do corpo sensível e emotivo.

16. À luz do paradigma da complexidade, a iniciação esportiva é importante para

- (A) a revelação de talentos esportivos nas crianças com idade entre 6 e 10 anos, objetivando o treinamento especializado.
- (B) atingir com mais eficiência e rapidez os padrões de rendimento esportivo, sendo indicada para a formação técnico-esportiva em todas as idades.
- (C) atender a uma exigência de pais e diretores de clubes, com vistas à participação em competições esportivas, devendo, por isso, ser priorizada.
- (D) aumentar a performance das crianças nas habilidades específicas de um esporte, tornando-as aptas para participar de competições esportivas a partir dos 6 anos de idade.
- (E) desenvolver capacidades e habilidades motoras diversificadas, educando para a autonomia e investindo em aulas que sinalizem para o fato de a criança aprender a gostar do esporte.

17. A prática motora presente na fase especializada do processo de desenvolvimento da formação esportiva prioriza

- (A) a busca da perfeição e da personalização de movimentos especializados de modalidades esportivas.
- (B) o avanço do refinamento dos movimentos especializados de modalidades esportivas, manutenção da destreza e encorajamento.
- (C) a aquisição dos padrões motores fundamentais.
- (D) a estimulação dos padrões motores básicos.
- (E) os estágios básicos e a aplicação dos movimentos especializados.

**18.** O processo de civilização desencadeou diferentes formas de conceber o corpo. Somos um corpo que se vê, que se toca, que se sente.

Assinale a alternativa correta sobre o que se entende por corporeidade na sociedade moderna.

- (A) É uma maneira de perceber o próprio corpo por meio das atividades artísticas.
- (B) Campo do saber que tem por objetivo estudar o corpo e suas relações com o outro, o mundo e o objeto em si.
- (C) Algo relacionado com o corpo que se toca, que está exposto e que representa uma cultura física da sociedade consumista e exibicionista.
- (D) Enfoque específico sobre o corpo que passa a ser visto como instrumento que deve ser disciplinado e controlado para o trabalho.
- (E) Estudo do corpo sob o ponto de vista psicológico.

**19.** De acordo com Caillois, a classificação da natureza social/humana dos jogos possui quatro elementos, que são:

- (A) competição, acaso/azar, simulação e vertigem.
- (B) exercício, repetição, esforço e simbolismo.
- (C) dança, exercício, ludicidade e luta.
- (D) motricidade, corporeidade, expressividade e ludicidade.
- (E) diversão, liberdade, criatividade e emoção.

**20.** Uma metodologia utilizada na efetivação das políticas públicas ou comunitárias de lazer tem sido a metodologia de ação comunitária. Um dos objetivos dessa estratégia é incentivar a participação popular até o patamar da autonomia.

Com relação à metodologia de ação comunitária, assinale a alternativa correta.

- (A) Um dos seus objetivos é capacitar voluntários da própria comunidade para dar continuidade ao planejamento e à realização de eventos.
- (B) Embora muito utilizada no passado, tem caído em desuso por não mostrar resultados consistentes.
- (C) Sua principal estratégia é contar com profissionais especialistas e qualificados para atuarem sempre na comunidade.
- (D) Permite que a ação comunitária substitua o poder público, sendo autossuficiente.
- (E) Visa formar voluntários que atuem sempre e obrigatoriamente junto com um profissional especialista.

**21.** Leia as seguintes frases a respeito do papel do jogo no processo educativo de crianças de 3 a 6 anos de idade (primeira infância).

- I. Considerar o jogo como um suporte da aprendizagem, com estruturação e regras preestabelecidas, desapropriando a criança gradativamente da sua iniciativa e do domínio da situação.
- II. Utilizar os jogos educativos como preparação para a segunda infância, porém não antecipando as futuras aprendizagens.
- III. Utilizar qualquer forma de jogo controlado como preparação para a segunda infância, porém não antecipando as futuras aprendizagens, mas considerando a ideia de que outras aquisições são essenciais antes de se chegar a essa fase.
- IV. Utilizar o jogo como preparação de condições necessárias para qualquer futura aprendizagem; isso subentende que esta se efetuará ainda mais consistente porque esta base será sólida.
- V. Permitir que as próprias crianças organizem-se, privilegiando sua autonomia.

Está correto o contido em

- (A) I e III, apenas.
- (B) II, III, IV e V, apenas.
- (C) I, II, III, IV e V.
- (D) I, II, IV e V, apenas.
- (E) IV, apenas.

**22.** Leia atentamente as afirmações a seguir, relacionadas aos principais objetivos e características das políticas públicas de esporte e lazer.

- I. Têm como um dos objetivos promover condições diferentes de acesso ao que está disponível, reconhecendo que as pessoas e os grupos sociais são diferentes entre si em diversos aspectos (físicos, culturais, sociais e outros).
- II. Devem estar desarticuladas das políticas de garantia de renda mínima, trabalho e provisão de serviços, visto que o lazer tem objetivos próprios e pontuais.
- III. Devem reconhecer o lazer como tempo/espço/opportunidades de liberdade de escolha com vista às vivências diversificadas.
- IV. Devem promover a democratização dos espaços próprios à vivência do lazer, pois não basta à pessoa dispor de tempo se não há espaço disponível.

Assinale a alternativa que classifica, correta e respectivamente, com (V) verdadeiro ou (F) falso essas afirmações.

- (A) V, V, V e V.
- (B) F, V, V e V.
- (C) V, F, V e F.
- (D) V, F, V e V.
- (E) V, F, F e F.

23. No que concerne às características do “Fenômeno Esportivo” na atualidade, podemos afirmar que este
- (A) assume dimensões cada vez mais locais e regionais, configurando, assim, uma prática social destituída de limitações econômicas e ideológicas para acesso dos diferentes segmentos da população.
  - (B) perpassa dimensões que vão do âmbito local até o global, cujas implicações econômicas, culturais e ideológicas se constituem em variáveis significativas que repercutem no direito de acesso dos diversos grupos sociais.
  - (C) vem sendo desenvolvido com forte tendência à informalidade e desvinculado da lógica da produtividade e do consumo.
  - (D) configura-se como uma prática mercantil, formal e institucionalizada, dotando as diferentes manifestações desportivas de um sentido filantrópico e humanista.
  - (E) incorpora cada vez menos a participação de mulheres e deficientes físicos nas mais diferentes instâncias de planejamento, organização e desenvolvimento das competições esportivas.
24. Do ponto de vista das tendências e ações provenientes da atual política brasileira de esporte, pode-se identificar
- (A) uma diminuição da intervenção da esfera federal, além da forte desregulamentação do setor.
  - (B) uma forte regulamentação do setor esportivo, além da ausência de intervenções do âmbito federal.
  - (C) um decréscimo na participação de mulheres e deficientes físicos em competições locais, regionais e internacionais.
  - (D) um incremento nas ações das esferas locais, regionais e federais, com um expressivo apelo social e midiático.
  - (E) uma diminuição drástica do aporte de verbas para o setor em função da crise financeira global.
25. Considerando-se que as ações governamentais apontam para uma propensão de maior engajamento do esporte brasileiro no cenário internacional, tem-se como desafio social
- (A) o estabelecimento de metas factíveis para o esporte brasileiro, a partir de uma articulação pertinente das políticas públicas de urbanização com planejamento de programas e ações esportivas.
  - (B) a construção de uma massificação da prática esportiva, tendo como premissa que a detecção de talentos é a ferramenta primordial para a sustentação de uma potência esportiva.
  - (C) a inserção da educação infantil num processo de esportivização, uma vez que a participação das crianças gera os talentos necessários ao desporto nacional, além, obviamente, de garantir níveis de saúde e bem-estar para todos.
  - (D) a subordinação do esporte da escola aos ditames do sistema esportivo de rendimento, uma vez que a formalização das regras e da exigência técnica favorece uma melhor projeção dos atletas brasileiros na esfera internacional.
  - (E) investir no conceito “esporte na escola”, ou seja, padronizar normas e procedimentos das práticas esportivas, de maneira a evitar uma discrepância entre as práticas locais e regionais com as internacionais.
26. A partir do ponto de vista conceitual, pode-se compreender o “Esporte de rendimento” como
- (A) sinônimo de toda e qualquer atividade motora, uma vez que as questões do bem-estar e da saúde estão preservadas por meio da prática sistematizada.
  - (B) sinônimo de jogo, pois todo jogo se expressa por meio de manifestações, códigos e linguagens de natureza lúdico-esportiva.
  - (C) prática de rendimento, cuja dimensão lúdica é inexistente face aos parâmetros e exigências do trabalho árduo e do sacrifício realizado por parte dos atletas em suas respectivas ações.
  - (D) práticas sociais de inequívoco teor de solidariedade de gênero, classe social ou etnias.
  - (E) realizações humanas historicamente contextualizadas, ou seja, contraditórias, ambivalentes e paradoxais.
27. A partir da noção de “Cultura Corporal”, é correto afirmar que
- (A) o corpo é um artefato da natureza, o que implica, por sua vez, a aceitação de que os corpos biológicos exigem prescrições de exercícios físicos muito semelhantes para serem atendidas e respeitadas as premissas provenientes da Fisiologia Humana.
  - (B) o corpo, por sua indiscutível natureza biodinâmica, sugere a imagem ou representação do corpo como matéria-prima a ser moldada na perspectiva do cientificismo moderno.
  - (C) os povos usufruem de seus corpos de maneiras distintas e desiguais, a partir de valores e representações sociais historicamente condicionadas.
  - (D) o acesso democrático às práticas corporais vigentes depende de programas que, em seus procedimentos técnicos e pedagógicos, não façam diferenças ou considerações do ponto de vista das demandas de gênero, classe social ou etnias.
  - (E) os aspectos biológicos e técnicos devem ser vistos com suspeita, de forma a se evitar um processo de alienação e mecanização das práticas corporais.
28. Do ponto de vista do paradigma da “Cultura Corporal”, as práticas corporais devem estar orientadas sob os aspectos/princípios:
- (A) da complexidade, da homogeneização, da quantificação e do formalismo.
  - (B) da alteridade, da diversidade, da pluralidade e da singularidade.
  - (C) da singularidade, da diversidade e da padronização.
  - (D) da normatização, da padronização e da quantificação.
  - (E) da complexidade, da padronização e da homogeneização.

29. Sob a perspectiva constitucional brasileira, o Estado e o Poder Público devem fomentar políticas e recursos direcionados prioritariamente ao esporte
- (A) de rendimento.
  - (B) de rendimento e de aventura.
  - (C) de rendimento e de participação/lazer.
  - (D) educacional e de rendimento.
  - (E) educacional e a práticas desportivas informais.
30. Como elementos inerentes ao fenômeno e/ou à prática social do lazer, pode(m)-se considerar
- (A) o potencial humanizador presente nas suas funções de promotor do descanso, do divertimento e do desenvolvimento humano.
  - (B) a oposição e o antagonismo com o trabalho e a produtividade humana.
  - (C) a primazia do divertimento sobre o descanso e o desenvolvimento humano.
  - (D) a liberdade ampla e irrestrita a ser vivida no contexto do tempo livre.
  - (E) a sua primordial reparação das insatisfações subjetivas provenientes do mundo do trabalho e da competitividade voraz do mundo capitalista.
31. Considerando o lazer em sua multidimensionalidade, tem-se, em relação aos seus conteúdos ou práticas culturais, uma
- (A) intervenção prioritariamente conduzida por profissionais, da Educação Física e do Esporte, dada a relevância das práticas físico-desportivas.
  - (B) predominância de manifestações lúdico-recreativas com agentes das políticas públicas das secretarias de esporte e lazer.
  - (C) área de interlocução de múltiplos agentes e protagonistas sociais, denotando o seu caráter transdisciplinar e plural.
  - (D) atuação preferencial dos cientistas sociais de áreas como a Antropologia, a Sociologia e a Psicologia Social.
  - (E) temática exclusiva e prioritária das políticas públicas das pastas ministeriais da cultura e do esporte.
32. Como característica de uma concepção utilitarista de lazer, tem-se
- (A) uma aposta no potencial crítico e emancipador das diferentes manifestações culturais.
  - (B) uma oferta plural e diversificada de conteúdos e práticas com respeito às questões locais e regionais.
  - (C) uma ênfase na dimensão domesticadora e pacificadora perante as desigualdades e contradições sociais.
  - (D) um investimento em diferentes linguagens como aposta na dimensão criativa dos seres humanos.
  - (E) um potencial crítico perante as contradições do mundo capitalista de modernidade tardia.
33. Leia as frases seguintes, referentes a atividade física e saúde.
- I. Um estilo de vida ativo tem demonstrado ser um meio de proteção contra a ocorrência de doenças cardiovasculares.
  - II. O sedentarismo é um dos fatores de risco de menor prevalência na população brasileira.
  - III. A redução das taxas de mortalidade por todas as causas está mais associada à atividade física praticada recentemente do que à praticada em anos prévios.
- Está correto apenas o contido em
- (A) I.
  - (B) II.
  - (C) I e II.
  - (D) I e III.
  - (E) II e III.
34. Os índices de problemas de saúde como obesidade e hipertensão arterial vêm aumentando entre crianças e adolescentes. Esse fato
- (A) nada tem a ver com níveis de atividade física, visto que, nessa faixa etária, os benefícios da atividade física estão relacionados à saúde músculo-esquelética.
  - (B) nada tem a ver com níveis de atividade física, visto que crianças e adolescentes são sempre ativos fisicamente.
  - (C) associa-se a níveis inadequados de atividade física, visto que há evidências de que a atividade física traz benefícios ao controle da obesidade e da pressão sanguínea.
  - (D) associa-se a altos níveis de atividade física, o que provoca depressão do sistema imunológico, decorrente do estresse físico aumentado.
  - (E) reflete a herança genética decorrente do estilo de vida sedentário e com maus hábitos alimentares das gerações passadas.
35. Do ponto de vista da saúde, é importante que os profissionais de Educação Física tenham consciência dos benefícios associados à prática da atividade física e de que
- (A) as quantidades e intensidades necessárias são muito próximas daquelas adequadas para a obtenção dos efeitos do treinamento físico para atletas.
  - (B) a quantidade, mas não a intensidade, necessária é maior do que aquela adequada para a obtenção dos efeitos do treinamento físico para atletas.
  - (C) a intensidade, mas não a quantidade, necessária é maior do que aquela adequada para a obtenção dos efeitos do treinamento físico para atletas.
  - (D) as quantidades e intensidades necessárias são mais baixas que aquelas adequadas para a obtenção dos efeitos do treinamento físico para atletas.
  - (E) a quantidade, mas não a intensidade, necessária é menor do que aquela adequada para a obtenção dos efeitos do treinamento físico para atletas.



36. Com enfoque na saúde, vários programas de orientação populacional preconizam 30 minutos diários de prática de atividade física, com intensidade de leve a moderada, podendo ser contínuos ou acumulados. Pensando nisso, é correto afirmar que
- (A) essa orientação representa o ideal em termos de atividade física, uma vez que permite a otimização dos benefícios, sem os riscos de lesão decorrentes do desgaste físico.
  - (B) essa é uma orientação ultrapassada, mais um dos diversos modismos que surgiram na área da atividade física, e que é pouco efetiva para melhorar a saúde.
  - (C) um volume adicional, acima dos 30 minutos, melhora a prevenção da obesidade, auxilia na perda de peso em adultos com sobrepeso e na prevenção da recuperação do peso em adultos previamente obesos.
  - (D) os mesmos 30 minutos diários, porém com intensidade alta, permitem atingir os mesmo benefícios sem promover os riscos inerentes à prática da atividade física.
  - (E) essa recomendação é eficaz para a redução ponderal, mas pouco ou nada eficaz do ponto de vista da saúde cardiovascular.
37. As iniciativas atuais em termos de programas de saúde pressupõem a participação de uma equipe multiprofissional. Nesse contexto, os profissionais de Educação Física têm seu papel, principalmente porque
- (A) o sedentarismo é o fator de risco cardiovascular, e para várias outras doenças, de maior incidência na população brasileira.
  - (B) eticamente todos os profissionais da área da saúde devem contribuir com os programas de saúde.
  - (C) a recreação e o lazer entretêm as crianças enquanto os outros profissionais trabalham com os adultos.
  - (D) o esporte deve ser utilizado como chamariz para atrair, principalmente os homens, para outros cuidados com a saúde.
  - (E) O esporte de rendimento é um modelo a ser seguido por crianças e adolescentes na tentativa de criar uma geração fisicamente ativa.
38. Leia, atentamente, as afirmações a respeito do envelhecimento ativo e independente.
- I. Um estilo de vida ativo é determinante para um bom envelhecimento.
  - II. Baixa aptidão física é fator primário e independente na gênese dos processos que levam à incapacidade na velhice.
  - III. Uma pessoa que teve uma vida de inatividade física na juventude será sempre um idoso sedentário.
  - IV. Os esforços para um envelhecimento ativo e independente devem começar ainda na infância e adolescência.
- Está correto o contido em
- (A) I e III, apenas.
  - (B) I, II e IV, apenas.
  - (C) II e IV, apenas.
  - (D) II, III e IV, apenas.
  - (E) I, II, III e IV.
39. A prática esportiva, quando executada de maneira inadequada, pode provocar lesões agudas e crônicas. As lesões por *overuse* acometem 50% dos atletas adultos e 22% dos atletas infantojuvenis. Pensando na integridade física de crianças e adolescentes, existem distâncias recomendadas para provas de corrida, dependendo da faixa etária.
- Assinale a alternativa correta.
- (A) Crianças de 10 a 12 anos podem participar de provas até 3 000 m.
  - (B) Crianças de até 10 anos podem participar de provas que ultrapassem 1 500 m.
  - (C) Adolescentes de até 15 anos podem participar de provas que ultrapassem 25 000 m.
  - (D) Adolescentes de 15 a 17 anos não podem participar de provas que ultrapassem 1 000 m.
  - (E) Adolescentes entre 13 e 14 anos não podem participar de provas que ultrapassem 1 600 m.
40. As discussões sobre iniciação esportiva precoce são constantes entre profissionais e estudiosos da Educação Física. Quanto a essa iniciação, é certo afirmar que uma transmissão formal das características dos movimentos do atleta para a criança em fase de aprendizagem
- (A) torna a atividade mais interessante, visto que as crianças têm como modelo o esporte de rendimento, e um trabalho que fuja desse modelo será desmotivante.
  - (B) potencializa a detecção de futuros talentos esportivos; assim, deve-se buscar a especialização junto com iniciação esportiva.
  - (C) valoriza as capacidades efetivas sensomotoras do aprendizado e do rendimento, garantindo a formação de talentos esportivos.
  - (D) ignora as atividades lúdicas desenvolvidas livremente pelas crianças, visto que estas não podem ser consideradas como base para a movimentação esportiva.
  - (E) ignora as capacidades efetivas sensomotoras do aprendizado e do rendimento.
41. Quando se pensa no atletismo de rendimento, um pequeno detalhe pode fazer a diferença para se vencer uma prova. Assim, o técnico deve conhecer e levar seu atleta ao entendimento de todos os detalhes técnicos das provas atléticas.
- Dentre os detalhes técnicos da corrida, de modo geral, é correto afirmar que, quanto maior a velocidade,
- (A) menor será o contato dos pés com o solo, menor será a inclinação do corpo e mais amplos serão os movimentos dos braços.
  - (B) menor será o contato dos pés com o solo, menor será a inclinação do corpo e menos ampla será a movimentação dos braços.
  - (C) menor será o contato dos pés com o solo, maior será a inclinação do corpo e mais amplos serão os movimentos dos braços.
  - (D) maior será o contato dos pés com o solo, maior será a inclinação do corpo e mais amplos serão os movimentos dos braços.
  - (E) maior será o contato dos pés com o solo, menor será a inclinação do corpo e menos ampla será a movimentação dos braços.

42. Pensando em um melhor desempenho, com relação às corridas de revezamento, é correto afirmar que,
- em todas as provas de revezamento, a passagem do bastão é feita sem contato visual entre os corredores, devendo ocorrer no terço final da zona de passagem.
  - em todas as provas de revezamento, a passagem do bastão é feita com contato visual entre os corredores, devendo ocorrer no terço inicial da zona de passagem.
  - no revezamento 4X100, a passagem do bastão é feita com contato visual e deve ocorrer no terço final da zona de passagem, enquanto que, no revezamento 4X400, a passagem do bastão é feita sem contato visual.
  - no revezamento 4X100, a passagem do bastão é feita sem contato visual e deve ocorrer no terço final da zona de passagem, enquanto que, no revezamento 4X400, a passagem do bastão é feita com contato visual.
  - no revezamento 4X100, a passagem do bastão é feita sem contato visual e deve ocorrer no terço inicial da zona de passagem, enquanto que, no revezamento 4X400, a passagem do bastão é feita sem contato visual.
43. Na prova do salto em extensão, diferentes técnicas podem ser utilizadas na fase de flutuação. Em relação a essas técnicas é correto afirmar que
- não aumentam o impulso para o salto, e, independentemente da técnica empregada, aparece o grupamento para a queda.
  - aumentam o impulso para o salto, e, independentemente da técnica empregada, aparece o grupamento para a queda.
  - não aumentam o impulso para o salto, e, somente na técnica do grupado, aparece o grupamento para a queda.
  - a técnica do arco aumenta o impulso para o salto e, o grupamento não aparecerá na fase da queda.
  - a técnica da passada no ar aumenta o impulso para o salto e, o grupamento aparecerá na fase da queda.
44. Empunhadura, balanceio, giro, arremesso propriamente dito e arremate são, respectivamente, fases do
- lançamento de disco e martelo.
  - salto com vara e lançamento de dardo.
  - arremesso de peso e lançamento de dardo.
  - arremesso de peso e lançamento de disco.
  - lançamento de martelo e salto com vara.
45. As provas do atletismo podem ser divididas em três grupos. Assinale a alternativa que expressa, corretamente, estes grupos.
- Médio, meio fundo e fundo.
  - Saltos, arremessos e provas de equipe.
  - Provas de pista, de saltos e de obstáculos.
  - Corrida, lançamentos/arremessos e saltos.
  - Corrida, saltos e provas combinadas.
46. Leia, atentamente, o seguinte texto a respeito do treinamento esportivo.
- No esporte contemporâneo, os treinos cotidianos muitas vezes se tornam obrigatórios, sendo que, para o esportista \_\_\_\_\_, podem ser realizadas duas sessões ou mais de treinamento por dia. Graças a isso, o treinamento esportivo possui os traços de um processo \_\_\_\_\_ e possui um regime \_\_\_\_\_ e próprio de treinamento.
- Assinale a alternativa que contém as palavras que completam, na sequência correta, as lacunas.
- iniciante ... contínuo ... intenso
  - de alto rendimento ... pontual ... lento
  - intermediário ... contínuo ... lento
  - de alto rendimento ... contínuo ... intenso
  - de alto rendimento ... contínuo ... lento
47. Diferentes provas atléticas estão relacionadas com diferentes vias metabólicas para produção de energia, e o conhecimento adequado dessas vias é fundamental para a elaboração de um treinamento correto. As provas de 100 m rasos, 1 500 m rasos e 5 000 m rasos têm, respectivamente, como via metabólica e substrato energético predominante
- anaeróbia – atp/cp; aeróbia – carboidrato; aeróbia – lipídio.
  - anaeróbia – atp/cp; anaeróbia – carboidratos; aeróbia – carboidratos.
  - anaeróbia – carboidrato; anaeróbia – carboidratos; anaeróbia – lipídios.
  - aeróbia – atp/cp; aeróbia – carboidratos; aeróbia – lipídios.
  - aeróbia – carboidratos; anaeróbia – carboidratos; anaeróbia – carboidratos.
48. Algumas provas atléticas, como as corridas sobre barreiras, têm a flexibilidade como um importante requisito motor. Quanto a esse requisito, é correto afirmar que
- com o aumento da flexibilidade, os exercícios podem ser executados com maior amplitude de movimentos, maior força, mais rapidamente, mais facilmente com maior fluência e de modo mais eficaz.
  - níveis muito elevados de flexibilidade facilitam a execução de alguns tipos de movimento, mas prejudicam outros, levando ainda a uma maior incidência de lesões musculoesqueléticas.
  - com o aumento da flexibilidade, os exercícios podem ser executados com maior amplitude de movimento, porém com menor explosão muscular.
  - o treinamento da flexibilidade não pode ser realizado na fase pré-competitiva, a fim de garantir o bom desempenho da força explosiva.
  - a flexibilidade ativa é sempre maior que a passiva, portanto é desnecessário o treinamento da flexibilidade passiva, além de ser pouco específica.

49. Para um bom desempenho numa prova de 100 m rasos, o atleta deve ter
- (A) velocidade de antecipação, velocidade de avaliação, velocidade de ação e resistência de força.
  - (B) velocidade de reação, capacidade de aceleração, velocidade de ação e resistência de velocidade.
  - (C) velocidade de reação, velocidade de decisão, velocidade de antecipação e força de propulsão.
  - (D) velocidade de decisão, capacidade de aceleração, velocidade de ação e resistência de velocidade.
  - (E) velocidade de recuperação, força de propulsão, resistência muscular e reserva energética.
50. Pensando nas provas atléticas de arremesso, lançamentos e saltos, é correto afirmar que a via metabólica predominante
- (A) no arremesso de peso é a via aeróbia; e nos lançamentos, a via anaeróbia alática.
  - (B) no salto com vara é a via anaeróbia alática; e nos lançamentos, a via anaeróbia láctica.
  - (C) nos lançamentos é a via aeróbia; e nos saltos e arremesso, a via anaeróbia alática.
  - (D) em todas essas provas é a via anaeróbia láctica.
  - (E) em todas essas provas é a via anaeróbia alática.