



Prefeitura Municipal de São Carlos

CONCURSO PÚBLICO

25. PROVA OBJETIVA

TÉCNICO DE ESPORTES – ÁREA HANDEBOL

- ♦ 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	A B C D E
02	A B C D E
03	A B C D E
04	A B C D E
05	A B C D E

06	A B C D E
07	A B C D E
08	A B C D E
09	A B C D E
10	A B C D E

11	A B C D E
12	A B C D E
13	A B C D E
14	A B C D E
15	A B C D E

16	A B C D E
17	A B C D E
18	A B C D E
19	A B C D E
20	A B C D E

21	A B C D E
22	A B C D E
23	A B C D E
24	A B C D E
25	A B C D E

QUESTÃO	RESPOSTA
26	A B C D E
27	A B C D E
28	A B C D E
29	A B C D E
30	A B C D E

31	A B C D E
32	A B C D E
33	A B C D E
34	A B C D E
35	A B C D E

36	A B C D E
37	A B C D E
38	A B C D E
39	A B C D E
40	A B C D E

41	A B C D E
42	A B C D E
43	A B C D E
44	A B C D E
45	A B C D E

46	A B C D E
47	A B C D E
48	A B C D E
49	A B C D E
50	A B C D 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
- (A) indicar uma citação.
 - (B) introduzir um novo interlocutor.
 - (C) apresentar uma informação contraditória.
 - (D) marcar o emprego de uma variante linguística.
 - (E) 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
- (A) Porque os estímulos são diferentes...
 - (B) Por conseguinte, os estímulos são diferentes...
 - (C) Todavia, os estímulos são diferentes...
 - (D) Embora os estímulos sejam diferentes...
 - (E) Logo, os estímulos são diferentes...
08. Assinale a alternativa em que a informação entre parênteses está correta.
- (A) Contempla variáveis *pouco* trabalhadas nos aparelhos de musculação... (a expressão em destaque expressa sentido de tempo).
 - (B) ...e uma montanha de acessórios para treinar *com eficiência!* (a expressão destacada expressa circunstância de modo).
 - (C) Na musculação tradicional, a dificuldade dos exercícios está ligada *apenas* ao aumento das cargas. (a expressão destacada estabelece relação de inclusão).
 - (D) Num só exercício você agacha, avança, gira ou levanta, mexe *simultaneamente* diferentes grupos musculares... (a expressão em destaque denota sentido de espaço).
 - (E) 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
- (A) ao equilíbrio da maior parte das atividades.
 - (B) ao baixo risco de lesões.
 - (C) ao fortalecimento do core.
 - (D) à intensidade dos treinos.
 - (E) à percepção do corpo no espaço.
10. Assinale a alternativa em que a expressão em destaque está empregada conforme norma padrão da língua escrita.
- (A) O treino funcional, *onde* a execução dos movimentos é um trunfo, está sendo utilizado por policiais.
 - (B) *Se pode* verificar que o treino funcional vem conquistando os frequentadores de academias.
 - (C) Os esportistas deverão impetrar um *mandato* de segurança contra o juiz.
 - (D) Quando o atleta *vir* o resultado do treino funcional, mudará seus exercícios.
 - (E) O grande trunfo do método é a sequência de movimentos. Por isso, os atletas devem *praticar-lhe* constantemente.
11. Considerando a compreensão do lazer enquanto prática essencialmente lúdica e educativa, é correto afirmar que
- (A) a denominação “lazer” está reduzida à concepção de tempo livre.
 - (B) o lazer se apresenta como lugar de uma experimentação valorativa, ética, estática e política.
 - (C) lazer como um tempo e um espaço de vivências lúdicas é sempre sinônimo de tempo livre.
 - (D) lazer é sinônimo de jogos, mesmo considerando os aspectos negativos da competição.
 - (E) a ludicidade e o lazer são entendidos como forma viva e como uma ação sentida e vivida, podem ser entendidos pela palavra, e não pela vivência.
12. Assinale a alternativa que completa, corretamente, o seguinte trecho:
- O consumismo exacerbado contribui para a formação de um ambiente sociocultural permeado de valores preestabelecidos de beleza, estética corporal e gestual, eficiência e desempenho. Se esse contexto não for objeto de uma postura crítica e reflexiva nas propostas relacionadas à atividade física, podem ser estabelecidos padrões cruéis para a criança e o adolescente, abrindo espaço para
- (A) o crescimento e desenvolvimento equilibrado e racional.
 - (B) o equilíbrio biopsicossocial dos alunos.
 - (C) a tirania dos modelos de corpo e comportamento.
 - (D) a formação humanista submissa à tirania dos modelos de corpo.
 - (E) o controle social voltado para o consumo.
13. A visão do esporte como um fenômeno social multifacetado rompe com o enfoque reducionista que o considera uma manifestação fechada e restrita a espaços especializados e às pessoas dotadas de grandes habilidades para sua prática. Pensando nisso, assinale a alternativa que expressa, corretamente, as três dimensões do esporte.
- (A) Esporte higienista, esporte competitivista e esporte popular.
 - (B) Esporte-educação, esporte-participação e esporte-performance.
 - (C) Esporte-lazer, esporte-educativo e esporte coletivo.
 - (D) Esporte-coletivo, esporte-individual e esporte-popular.
 - (E) Esporte da natureza, esporte da escola e esporte da comunidade.

14. O esporte produz invariavelmente novos heróis e ídolos, cuja influência sobre as relações interpessoais dependem, sobretudo, do poder de penetração da mídia na sociedade. O apelo da mídia é, nesse contexto, relevante para a maior ou menor influência desses heróis sobre os indivíduos.
- Assinale a alternativa que expressa, corretamente, a causa da sedução que heróis e ídolos exercem sobre as multidões, dentro de uma interpretação psicológica do fenômeno.
- (A) A estória em quadrinhos e seus super heróis alimentam a imaginação e fazem com o que o ser humano faça uma projeção acerca desses poderes, dando uma impressão de ser indestrutível.
 - (B) A indignação do povo com sua situação social e com a classe política que, por sua vez representa a figura do anti-herói na sociedade contemporânea.
 - (C) A natureza do ser humano que possui intrinsecamente uma determinação em tornar-se o melhor, superior e invencível como o herói.
 - (D) A influência dos países desenvolvidos, sobre a cultura brasileira, estabelecendo uma alta competitividade entre os indivíduos e o desejo de constante superação.
 - (E) A necessidade de identificação com um herói que triunfe sobre as dificuldades que as pessoas normalmente enfrentam, especialmente quando esses heróis são oriundos de classes populares.
15. Leia, atentamente, as seguintes afirmações sobre os benefícios da atividade física:
- I. aumenta a eficiência do coração, melhora a circulação sanguínea, melhora a respiração, revitaliza a função pulmonar;
 - II. retarda a regularização do sistema glandular, interfere na perda de gordura corporal e no excesso de colesterol;
 - III. fortalece os músculos, ossos e ligamentos, aumenta a resistência muscular e retarda a fadiga;
 - IV. estimula a produção de endorfinas, gera bem-estar, evita o estresse e a depressão.
- Assinale a alternativa que apresenta, apenas, as frases corretas.
- (A) I e II.
 - (B) I e III.
 - (C) I, II e III.
 - (D) I, III e IV.
 - (E) II, III e IV.
16. Defende-se uma Educação Física compromissada com o ideário da Promoção da Saúde, para que ela
- (A) supere a concepção de paradigma biomédico, creditando ao biologismo o trato da aptidão física.
 - (B) trate da aptidão física considerando o ambiente social e a valorização da esfera individual e da relação causal com a saúde.
 - (C) reconheça a natureza multifatorial da saúde, advogue sua desmedicalização, enfatize o envolvimento comunitário e incorpore a idéia de educação para a saúde.
 - (D) fundamente-se na relação direta entre prática regular do exercício e a prevenção primária de fatores de risco para doenças crônico-degenerativas.
 - (E) proporcione um estado de completo bem-estar físico, mental e social, não focalizando no objetivo de prevenir doenças ou enfermidades.
17. O esporte é uma construção humana, cuja origem residiu na necessidade de brincar e de se expressar através dos movimentos, em confraternização coletiva. No entanto, o esporte foi assumindo valores e características da sociedade capitalista e, atualmente, observa-se no esporte de alto rendimento a transformação dos atletas em objetos, com funções de produtividade e eficácia. Nesse sentido, pode-se dizer que uma importante consequência do esporte de alto rendimento é que ele
- (A) valoriza o corpo no aspecto estético e desrespeita o homem ao extrapolar os seus limites naturais, com o risco de prejuízos futuros à sua saúde.
 - (B) relaciona a saúde corporal à saúde mental, construindo um novo homem consciente de suas capacidades intelectuais, críticas e transformadoras.
 - (C) empreende uma nova visão de realidade em que os atletas passam a compreender a importância de se adequar à sociedade.
 - (D) dimensiona a questão da estética e da mídia, proporcionando um conhecimento profundo da sociedade, e valoriza as formas cooperativas de convivência esportiva.
 - (E) revoluciona as formas de relações sociais, transformando os atletas em seres totais e complexos, com aspirações à liberdade e à criatividade.
18. Algumas características marcantes da modernidade, tais como alimentação industrializada com grande potencial engordativo, meios de locomoção e máquinas que substituem o fazer humano contribuem para o crescimento de doenças de origem hipocinética. Esse fenômeno contemporâneo, já manifesto em crianças em idade escolar, é responsável por um estilo de vida
- (A) mais sedentário e menos mórbido.
 - (B) mais mórbido e menos doentio.
 - (C) menos ativo e mais sedentário.
 - (D) mais moderno e menos ativo.
 - (E) menos dinâmico e mais saudável.
19. Tomando como base a Carta Brasileira de Educação Física para se atingir o que se entende por educação Física de qualidade no Brasil e que, além disso, possa contribuir para a melhoria da nossa sociedade, é correto afirmar que a Educação Física deve
- (A) considerar a participação obrigatória em programas de exercícios ao longo da vida.
 - (B) ser obrigação dos brasileiros.
 - (C) envolver somente práticas formais para atingir seus objetivos.
 - (D) ser entendida como direito fundamental.
 - (E) considerar as diferentes etnias e sua pluralidade cultural.

20. O profissional de Educação Física, preocupado com a formação global da criança e com o processo de inclusão de crianças portadoras de necessidades especiais, adotará os princípios de compartilhamento, individualização, automodificação, significado de competência e reciprocidade. Contudo, deve-se ressaltar que
- (A) a socialização e a inclusão destas crianças consiste em ajustar as condutas humanas às regras sociais.
- (B) cabe ao profissional de Educação Física, facilitar a consciência dos elementos socioafetivos que regulam as interações, permitindo uma maior socialização e inclusão.
- (C) a socialização e a inclusão não devem permitir o desenvolvimento de aptidões pessoais e de consolidação da imagem do corpo.
- (D) as teorias de desenvolvimento, preocupadas com a manifestação de maiores poderes sobre o mundo e sobre si próprio, deverá ser evitada.
- (E) a Educação Física só estará contribuindo de fato para a inclusão dessas crianças quando, através de suas estratégias, desprezar as diferenças e pensar todos de maneira uniforme.
21. Sabe-se que, originalmente, os esportes com bola caracterizavam-se pela violência física. A “civilização” desse tipo de esporte pode ser compreendida como resultado
- (A) do processo de civilização da humanidade e do trabalho desenvolvido pela escola.
- (B) da divulgação das regras pela mídia esportiva, que popularizou os esportes e condenou a violência.
- (C) do aumento e da especificação das regras de jogo e das penalizações.
- (D) da conscientização dos jogadores desses esportes, que passaram a ser considerados maus exemplos para a juventude e ameaçados com penalidades severas.
- (E) do avanço do capitalismo, com o esporte sendo considerado um espetáculo, devendo produzir eventos que possam ser apresentados pela mídia para todo o mundo.
22. Com relação à análise crítica do papel político e social desempenhado pela Educação Física e pelo esporte na sociedade moderna, leia, atentamente, as seguintes frases.
- I. Com o intuito de se coibirem os excessos provocados pela ênfase na competição, a iniciação esportiva deve assumir uma feição cooperativa, deixando-se a competição apenas a cargo do alto rendimento.
- II. O cenário esportivo não tem nenhuma relação com o mundo do trabalho.
- III. A crítica social ao esporte revela que a supervalorização dos interesses políticos, a exploração econômica e a manipulação das massas transformaram o esporte em um fenômeno marcado pela ideologia capitalista.
- Está correto, apenas, o contido e
- (A) I.
- (B) II.
- (C) III.
- (D) I e II.
- (E) II e III.
23. Leia as proposições a seguir, que se referem à organização de competições esportivas.
- I. A planificação de uma competição deve ser feita em quatro fases: Pesquisa, Programação, Execução e Avaliação.
- II. No processo de Simples Eliminatória ou de Eliminatórias Sucessivas, o concorrente só pode perder uma disputa ou jogo, pois, a partir da 2.^a derrota, ele será automaticamente desclassificado.
- III. A Dupla Eliminatória é o processo que objetiva classificar o concorrente campeão por meio da realização de dois torneios distintos: o de vencedores e o dos vencidos.
- IV. No processo de Simples Eliminatória, obedece-se à seguinte fórmula para determinar o número de disputas ou jogos: $N = C - 1$ sendo N = número de jogos e C = número de equipes
- V. Na Dupla Eliminatória, o número de jogos ou disputas é determinado pela fórmula: $N = 2C - 1$, sendo N = número de jogos e C = número de equipes.
- Está correto apenas o contido em
- (A) I, II e V.
- (B) I e IV.
- (C) I, III e IV.
- (D) II, III e IV.
- (E) III, IV e V.
24. Na organização de um Festival de Jogos, realizado em um clube, fez-se a opção pelo sistema Rodízio Simples. Sabendo-se que o número de equipes participantes é 12, assinale a alternativa que expressa, correta e respectivamente, o número de jogos, número de rodadas e o número de jogos por rodadas.
- (A) 66, 10 e 6.
- (B) 66, 11 e 6.
- (C) 66, 12 e 6.
- (D) 67, 11 e 7.
- (E) 67, 12 e 7.
25. A prescrição de treinamento ou de exercícios caracteriza-se por instruções escritas sobre o treinamento físico a ser realizado, dentro de um período determinado e ajustado ao nível de aptidão e estado de saúde de cada indivíduo. Assinale a alternativa que expressa, corretamente, itens a abranger em um plano de treinamento.
- (A) Avaliação médica; determinação da frequência, intensidade e duração do treinamento; modalidade de atividade.
- (B) Avaliação anamnésica; determinação da frequência cardíaca e duração do treinamento; equipamentos disponíveis.
- (C) Testes físicos para determinação da quantidade, duração das sessões de treinamento e modalidade; equipamentos a utilizar.
- (D) Testes ergométricos; determinação da frequência, intensidade e duração do treinamento.
- (E) Avaliação física; determinação da frequência e duração do treinamento; modalidade da atividade.

26. O esporte, de forma geral, produz efeitos sobre o comportamento social. Contudo, diferentes correntes da Sociologia assumem posições contrárias sobre a maior ou menor capacidade de “socializar” que o esporte carrega consigo. Dentre as afirmações, assinale aquela que caracteriza essa ambivalência das relações entre a atividade esportiva e as atitudes sociais.
- (A) O senso comum considera frequentemente um postulado: o fato de que o espírito de equipe que se adquire com o esporte coletivo forma uma excelente introdução à vida em sociedade.
 - (B) A organização de uma equipe esportiva se mostra mais justa, pois nenhum jogador se enriquece em detrimento do outro; já no segmento das atitudes sociais, o verdadeiro esportista sofrerá com a organização do trabalho onde aquele que quer trabalhar nem sempre o pode fazer.
 - (C) O esporte oferece aos indivíduos meios para combater a alienação do trabalhador, diminuindo-a e aumentando a capacidade reflexiva sobre a sociedade.
 - (D) A vida em coletividade é inevitável e o aparecimento de uma consciência social é fruto das manifestações espontâneas que se originam na criança através do jogo, das lutas e de todas outras formas de relação social oriundas das atividades esportivas.
 - (E) Na criança, os fracassos originários dos jogos esportivos representam um esmagamento definitivo e irremediável à sua personalidade, causando danos à sua socialização.
27. A otimização de um programa de Educação Física para crianças e jovens requer o conhecimento básico das características anatômicas e fisiológicas de diversas faixas etárias. Com relação à fase que compreende dos 7 aos 10 anos de idade, é correto afirmar que
- (A) há uma reduzida capacidade de concentração das crianças, devido à predominância de processos motores inibitórios.
 - (B) deve ser aproveitada para a consolidação de técnicas desportivas superficiais e, se possível, mais refinadas.
 - (C) o condicionamento físico deve situar-se no ponto central, com a coordenação motora sendo aprimorada de modo gradual.
 - (D) a instabilidade emocional do aluno deve ser levada em consideração na dosagem dos estímulos (cargas de treinamento).
 - (E) as condições psicofísicas para o aprendizado motor nessa faixa etária devem ser utilizadas para o aumento de repertório de movimentos e para a melhoria da coordenação de alunos iniciantes.
28. Assinale a alternativa que completa, corretamente, o seguinte trecho:
- Nos programas de treinamento ou condicionamento físico, o princípio que objetiva desenvolver o sistema ou os sistemas energéticos utilizados predominantemente durante a realização da atividade física denomina-se princípio
- (A) do treinamento individualizado.
 - (B) da tarefa.
 - (C) do melhor desempenho.
 - (D) da especificidade do treinamento.
 - (E) da sobrecarga.
29. Considerando o lazer uma experimentação valorativa indissociável da educação para a cidadania, em que a ética e a estética articulam-se enquanto prática essencialmente lúdica e educativa, é correto afirmar que o lazer é
- (A) sinônimo de tempo livre e deve priorizar a opção de escolha ou livre iniciativa de todo tempo de não trabalho.
 - (B) uma associação de benefícios proporcionados à formação valorativa do cidadão e deve ser planejado tendo como referência a emancipação do homem.
 - (C) tempo livre devem ser tratados como sinônimos.
 - (D) um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se, de livre vontade, seja para repousar, para divertir-se, recrear-se e entreter-se, além de proporcionar seu desenvolvimento pessoal.
 - (E) sinônimo de jogos, mesmo considerando os aspectos negativos da competição.
30. Assegurar a igualdade de acesso à prática esportiva para todas as pessoas é uma meta conceitual do(a):
- (A) do associativismo no esporte.
 - (B) da interdependência do bem-estar social com relação ao estado sociedade esporte.
 - (C) do esporte como meio de democratização.
 - (D) da elitização do esporte para o alto rendimento.
 - (E) do envolvimento social do esporte.
31. Analise a seguinte situação:
- O grupo de alunos se concentra em torno da bola; os alunos demonstram não compreender a dinâmica do jogo e, cada um, mantém a posse de bola demasiadamente, ignorando a presença dos demais membros da equipe.
- Pensando nas fases de aprendizagem dos jogos desportivos coletivos, assinale a alternativa que expressa o nome da fase na qual tais alunos se encontram.
- (A) Jogo estruturado.
 - (B) Jogo anárquico.
 - (C) Jogo elaborado.
 - (D) Jogo tático.
 - (E) Jogo técnico.
32. Leia, atentamente, as seguintes afirmações a respeito das características do esporte praticado com finalidade educacional:
- I. possibilita a participação da criança na construção das regras;
 - II. transmite valores morais que não se contrapõem àqueles transmitidos pelo esporte de rendimento apesar deste ser uma prática seletiva;
 - III. é orientada por princípios democráticos, promovendo a participação de todos;
 - IV. tem como objetivo promover a participação das crianças em competições que contam com regras oficiais e difundidas no mundo inteiro.
- Está correto apenas o contido em
- (A) I e II.
 - (B) I e III.
 - (C) I, II e III.
 - (D) I, III e IV.
 - (E) II, III e IV.

33. Assinale a alternativa que completa, corretamente, o seguinte trecho:

Os conhecimentos sobre o corpo, o desenvolvimento de práticas corporais com o intuito de cultivo de bons hábitos (alimentares e de higiene), juntamente com a compreensão dos direitos humanos fundamentais devem ser trabalhados possibilitando, entre outras coisas,

- (A) a análise crítica de valores sociais como padrões de beleza e saúde e seu papel, valorizando o mais forte, o mais bonito, o mais rápido, o mais ligeiro, etc.
- (B) o desenvolvimento, prioritário, de habilidades específicas, independentemente dos processos de interação social.
- (C) o desenvolvimento do maior potencial físico por meio da utilização de esteroides anabolizantes, que auxiliam no aumento da massa muscular.
- (D) o aprendizado da competitividade, em que o vencedor deverá ser diferenciado dos demais, valorizando sempre suas conquistas.
- (E) a interação com as demais crianças nos jogos, desenvolvendo, por exemplo, o respeito mútuo, atitudes de solidariedade e dignidade nos momentos de competição.

34. Leia, atentamente, as afirmações sobre o esporte apresentado como um fato social.

- I. A presença do esporte se impõe não só àqueles que o praticam, àqueles que o organizam ou àqueles que o dirigem, mas também àqueles que se dedicam a combatê-lo.
- II. O esporte é uma atividade característica da juventude, porém cada vez mais tem recrutado praticantes da segunda e terceira idade, abrangendo um grande número de praticantes em todas as faixas etárias.
- III. O esporte só possui relevância social para os que o praticam.
- IV. O esporte exerce forte atração sobre as diferentes classes sociais e sobre as diferentes especialidades.

Está correto apenas o contido em

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

35. De acordo com as ideias apresentadas por Marcelino (1983), a respeito do lazer julgue os próximos itens.

- I. Quando se restringe a discussão do lazer à análise do binômio trabalho/lazer, comparando a situação real com uma perspectiva ideal ou desejada, tende-se a fazer uma apoteose ora ao trabalho ora ao lazer, desconsiderando que ambos são possíveis.
- II. Existe uma visão funcionalista do lazer, altamente conservadora, que usa a dimensão lúdica como estratégia que permite às pessoas obterem uma fuga passageira da realidade social, ajudando-as a suportarem a disciplina e as imposições sociais.
- III. Como as atividades de lazer estão sujeitas a vários tipos de manipulação ideológica, deve-se evitar a sua utilização com crianças, direcionando as atividades físicas para as questões diretamente relacionadas ao corpo.
- IV. Para transmitir uma atitude favorável ao lazer, os profissionais de educação física devem enfatizar o ensino de modalidades esportivas que as crianças ainda desconhecem e, ao mesmo tempo, se comprometer com o aprimoramento das habilidades técnicas necessárias para se jogar bem.

Está correto apenas o contido em

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

36. Na aprendizagem das modalidades esportivas coletivas, as técnicas correspondem às necessidades da tática, que, por sua vez, viabilizam a interpretação e a aplicação dos princípios do jogo esportivo. Pode-se afirmar, então, que a aprendizagem das modalidades esportivas coletivas ocorre como consequência

- (A) de uma metodologia analítica, comumente utilizada no processo de iniciação esportiva.
- (B) de uma metodologia centrada na técnica que é aplicada desde cedo e perdurará até os processos de treinamento.
- (C) da aplicação de uma metodologia global, na qual o aluno aprende a jogar jogando.
- (D) natural de qualquer metodologia aplicada para o ensino das modalidades esportivas coletivas, independentemente de faixa etária e objetivos do esporte.
- (E) de uma metodologia centrada no jogo real partindo, depois, para as particularidades, por meio da decomposição em unidades funcionais.

37. No treinamento desportivo, a capacidade física de resistência pode ser classificada de acordo com sua forma de manifestação e ângulo de análise. Quando o trabalho de treinamento de resistência se refere ao desenvolvimento muscular, ele pode ser classificado em

- (A) geral e específico.
- (B) geral e localizado.
- (C) localizado e periférico.
- (D) localizado e específico.
- (E) geral e isométrico.

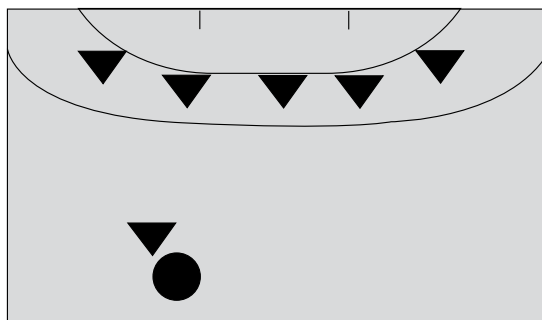
38. Nos programas de treinamento na infância devemos ter clara a ideia de que as crianças não são adultos em miniatura e que, portanto, as atividades que visam ao seu treinamento diferem em objetivos, métodos e conteúdos em muitos pontos de vista dos que convêm aos adultos. Nessa perspectiva, recomenda-se que sejam aplicadas:

- (A) cargas de treinamento anaeróbico, já que a capacidade glicolítica nessa fase ainda é medíocre.
- (B) cargas de treinamento que produzem um excesso de ácido láctico, já que a capacidade anaeróbica só aumenta com mais força na puberdade.
- (C) treinamentos de força explosiva onde a recuperação e carga se alternam constantemente e de maneira livre sob forma de intervalos.
- (D) grandes jogos de equipe como estratégias para o treinamento de agilidade.
- (E) cargas de treinamento anaeróbico, já que o número de mitocôndrias é maior nas crianças.

39. Para a preparação de um atleta de Handebol, faz-se necessário um treinamento diferenciado das capacidades coordenativas. Para tal, deve-se considerar tanto a complexidade dessas capacidades em conjunto, quanto à importância de cada um de seus componentes, isoladamente. Para tanto, serão trabalhados os seguintes componentes das capacidades coordenativas:

- (A) capacidade de adaptação motora, capacidade de reação e capacidade de equilíbrio.
- (B) capacidade de orientação, capacidade de reação e capacidade de visualização.
- (C) capacidade de concatenação de movimentos, capacidade de improvisação e capacidade de diferenciação.
- (D) capacidade de projeção, capacidade de ritmo e capacidade de reação.
- (E) capacidade de orientação, capacidade de improvisação e capacidade projeção.

40. Observe o diagrama. Ele representa uma sistema defensivo no Handebol.



Assinale a alternativa que identifica o sistema defensivo demonstrado.

- (A) 5+1.
- (B) 5:1.
- (C) 1x5.
- (D) 5x1.
- (E) 5x0x1.

41. As qualidades físicas que um goleiro de Handebol deve possuir para que obtenha êxito em suas atitudes defensivas são:

- (A) resistência aeróbica, precisão, habilidade na execução de quedas e força.
- (B) velocidade de reação, flexibilidade, agilidade e força explosiva.
- (C) velocidade de reação, resistência anaeróbica, força, domínio de corpo e bola.
- (D) flexibilidade, resistência aeróbica, precisão e domínio de corpo e bola.
- (E) flexibilidade, resistência anaeróbica, habilidade na execução de quedas e impulsão vertical.

42. No Handebol, os sistemas táticos defensivos são divididos em individual, zona e combinado. Assinale a alternativa que contém apenas sistemas por zona.

- (A) 3x3, 4:2, 5+1, 6+0, 5x1, 4x2 e 3:2:1.
- (B) 3:2:1, 4+2, 3+3, 6x0, 2+4 e 1+5.
- (C) 5x1, 4x2, 3x3, 3x2x1, 2x4, e 1x5.
- (D) 5+1, 4+2, 3+3, 3+2+1, 1+5 e 2+4.
- (E) 6:0, 5:1, 4:2, 3:3, 3:2:1, 2:4 e 1:5.

43. O sistema de defesa por zona 3:2:1, como todos os demais, possui desvantagens. Assinale qual das alternativas está relacionada a uma das desvantagens desse sistema.

- (A) É uma defesa aberta e por isso fraca contra situações de um contra um.
- (B) Possui deslocamentos curtos, o que dificulta a ação de troca de marcação.
- (C) O possuidor da bola está continuamente vigiado.
- (D) Pelo fato dos jogadores atuarem em três linhas defensivas o contra-ataque fica comprometido.
- (E) Apesar de sua amplitude e profundidade, deixa a zona central vulnerável.

44. O posto específico ofensivo é a área de jogo correspondente à posição de atuação de cada jogador no ataque, sendo assim, para ocupação desses postos, os armadores devem possuir qualidades técnicas e ações táticas específicas. São elas:

- (A) complexidade física, domínio de arremessos específicos, velocidade de deslocamento.
- (B) força explosiva nos arremessos a gol, domínio de bloqueio ofensivo e visão periférica.
- (C) domínio da finta em espaço curto, variação de tipos de passes e domínio de bloqueio ofensivo.
- (D) visão periférica, domínio de vários tipos de passes e domínio nos arremessos com e sem salto.
- (E) saber jogar como 2.º pivô, conseguir superioridade numérica e velocidade de deslocamento.

45. Indique, dentre as alternativas a seguir, aquela que corresponde às características relacionadas à tática esportiva.

- (A) Sistema de planos de ação e possibilidades de tomada de decisão, delimitadas pelo tempo-espaço-situação de jogo, permitindo a estruturação e execução de ações motoras que objetivam atingir a meta desejada.
- (B) Liberdade de movimentos, habilidades em mover as articulações do corpo, utilizando a amplitude de movimento pela qual foram projetadas para resolver situações de jogo.
- (C) Maneira pela qual os atletas se posicionam diante do adversário, utilizando condicionamento físico para resolver problemas de jogo.
- (D) Representa a utilização e a transformação da motricidade para alcançar as exigências do jogo.
- (E) Função de harmonização dos processos analíticos do movimento, permitindo o alcance do objetivo da ação com menor gasto energético.

46. No handebol, para a execução de um tiro de saída após um gol na modalidade, é necessário

- (A) ter a autorização do Árbitro; todos os jogadores, em suas respectivas meia quadra defensiva e o executor, devem estar com pelo menos um dos pés em contato com o solo.
- (B) ter a autorização do Árbitro; todos os jogadores, em suas respectivas meia quadra defensiva e o executor, devem estar com os dois pés em contato com o solo.
- (C) todos os jogadores deverão permanecer em apoio em qualquer local da quadra, contanto que somente o jogador executor do tiro esteja na linha central da quadra.
- (D) ter a autorização do Árbitro; todos os jogadores da equipe que sofreu o gol em sua quadra defensiva e os jogadores da equipe adversária em qualquer local da quadra e o executor deverão estar com pelo menos um dos pés em contato com o solo.
- (E) todos os jogadores podem estar distribuídos pela quadra, à exceção do goleiro que fará a cobrança do tiro de saída de dentro da área de 6 metros.

47. Considere os gestos da arbitragem utilizados numa partida de Handebol.



Assinale a alternativa que identifica, correta e respectivamente, as situações de jogo sinalizadas pelo árbitro.

- (A) Drible irregular, invasão à área de 6 m e gol.
- (B) Andar, tiro de meta e jogo passivo.
- (C) Tiro de meta, falta de ataque, drible irregular.
- (D) Gol, empurrar e time-out.
- (E) Lateral, expulsão e advertência.

48. As medidas demarcatórias de uma quadra oficial de Handebol são, respectivamente,

- (A) retângulo de 40x20 m, área de 9 m, 4,5 m (zona de substituição).
- (B) retângulo de 40x20 m, área de 6 m, linha de 4 m, linha de 9 m, 4,5 m para cada lado (zona de substituição).
- (C) retângulo de 36x18 m, área de 6 m, linha de 4 m, linha de 9 m, 4,5 m para cada lado (zona de substituição).
- (D) retângulo de 36x18 m, área de 9 m, e 4,0 m para cada lado (zona de substituição).
- (E) retângulo de 34x 17 m, área de 9 m, e 4,0 m para cada lado (zona de substituição).

49. Em uma partida de Handebol, os participantes estão sujeitos a sanções. O que acontece no caso da desqualificação de um jogador de quadra?

- (A) O jogador deixa a quadra e retorna após 2 minutos, podendo acontecer essa situação por até 3 vezes na mesma partida.
- (B) O jogador deixa a quadra de jogo, não podendo permanecer nem no banco de reservas; a equipe permanece por 2 minutos com um jogador a menos, podendo ser completada ao término dos 2 minutos por outro jogador, sendo que o jogador desqualificado ainda deverá ser relatado em súmula, pois será julgado pelo T.J.D (Tribunal de Justiça Desportiva).
- (C) O jogador permanece em quadra, sendo que a desqualificação que é representada pelo cartão amarelo serve como uma advertência ao jogador faltoso.
- (D) O jogador permanece em quadra, sendo que a desqualificação que é representada pelo cartão amarelo serve como uma advertência ao jogador faltoso; na 3.^a reincidência ele recebe o cartão vermelho e está expulso definitivamente.
- (E) O jogador deixa a quadra de jogo, não podendo permanecer nem no banco de reservas; a equipe permanece por 2 minutos com um jogador a menos, podendo ser completada ao término de 2 minutos por outro jogador.

50. Leia as afirmações a respeito de características do jogo de handebol.

- I. A finta é um recurso individual usado pelo jogador como objetivo de ludibriar o adversário e dar prosseguimento à jogada.
- II. A finta somente pode ser realizada estando o jogador com a posse de bola.
- III. O objetivo do bloqueio defensivo é impedir ou desviar a trajetória da bola, para que ela não chegue ao gol.
- IV. A técnica da recepção consiste em rebater a bola com uma ou com ambas as mãos.
- V. O drible é um dos fundamentos mais utilizados na fase de aperfeiçoamento do handebol.

Assinale a alternativa que classifica, correta e respectivamente, as frases em Verdadeiras (V) ou Falsas (F).

- (A) F; F; V; F; V.
- (B) V; V; F; F; F.
- (C) V; F; F; F; V.
- (D) V; V; V; F; F.
- (E) F; V; F; V; V.