

1. Assinale entre as alternativas abaixo, qual caracteriza apenas lesões musculares traumáticas:
 - a) Contusão, Distensão e Câimbra.
 - b) Luxação e entorse.
 - c) Fratura, contusão e entorse.
 - d) Estiramento e laceração (ruptura).

2. Assinale entre as alternativas abaixo, qual caracteriza apenas lesões articulares:
 - a) Luxação, Distensão e Câimbra.
 - b) Luxação e entorse.
 - c) Fratura, contusão e entorse.
 - d) Contusão, luxação e estiramento.

3. Assinale a alternativa que apresenta a definição de FRATURA:
 - a) Lesão superficial decorrente de trauma, com pele íntegra e de intensidade variável.
 - b) Lesão traumática, torcional, das partes moles de uma determinada articulação, por estresse agudo ou solicitação extrema, de tal forma que a estabilidade articular não seja comprometida.
 - c) Lesão óssea traumática, em que exista ruptura da porção cortical, com solução na continuidade óssea.
 - d) Lesão articular traumática em que exista perda parcial ou total do contato entre os ossos que a compõem.

4. Assinale a alternativa que apresenta a definição de ENTORSE:
 - a) Lesão superficial decorrente de trauma, com pele íntegra e de intensidade variável.
 - b) Lesão traumática, torcional, das partes moles de uma determinada articulação, por estresse agudo ou solicitação extrema, de tal forma que a estabilidade articular não seja comprometida.
 - c) Lesão óssea traumática, em que exista ruptura da porção cortical, com solução na continuidade óssea.
 - d) Lesão articular traumática em que exista perda parcial ou total do contato entre os ossos que a compõem.

5. Uma contração abrupta, vigorosa, involuntária e dolorosa de um músculo, podendo ocorrer no exercício ou em repouso é chamado:
 - a) Contratura.
 - b) Estiramento.
 - c) Distensão.
 - d) Câimbra.

6. Baseado no conceito de Educação pelo Movimento assinale a alternativa correta:
 - a) Ninguém é capaz de educar-se sem a intervenção de um agente, como o professor de Educação Física.
 - b) O corpo apresenta uma inteligência que é fundamental no processo de adaptação dos alunos ao ambiente no qual estão inseridos.
 - c) Os princípios biomecânicos são determinantes no aprendizado no movimento e de suas consequências sociais.
 - d) O meio ambiente não tem influência na educação do corpo, uma vez que o movimento é voluntário.

7. No ensino fundamental, a educação pelo ou para o lazer tem como objetivo:
 - a) Tornar as aulas mais divertidas e diversificadas a fim de manter as crianças sempre motivadas.
 - b) Trabalhar com o bem-estar psicológico e o desenvolvimento pessoal dos indivíduos que nelas participam.
 - c) Melhorar o condicionamento físico das crianças brincando.
 - d) Diminuir o estresse emocional.

8. A Educação Física, na atualidade, tem desenvolvido importante papel ao estabelecer um elo entre a educação e a saúde, utilizando-se de movimentos baseados na Psicomotricidade. Neste sentido, dentre as atividades listadas abaixo, qual melhor se enquadra neste contexto?
 - a) Musculação.
 - b) Ginástica artística de competição.
 - c) Campeonato de futsal.
 - d) Exercícios de ordem unida.

9. João Batista Freire atribui à Educação Física um papel de ensino de movimentos respeitando as individualidades da criança, o estímulo à liberdade e à criatividade individual. Assinale a alternativa que NÃO atende a esta proposta:
 - a) Criar uma situação onde os alunos precisam resolver sozinhos como vão atingir o objetivo proposto.
 - b) Desenvolver as habilidades esportivas na aula de Educação Física.
 - c) Propor atividades físicas por meio de exercícios de fácil execução, com graduação para cada idade e tendo em conta a evolução física e psíquica do aluno.
 - d) Dar liberdade para que o aluno possa movimentar-se espontaneamente e da forma que desejar.

Utilize o texto abaixo para responder às questões 10 e 11

Um jovem salta para o rebote em um jogo de basquetebol, é deslocado no ar e cai apoiando as mãos com o membro superior direito estendido. Apresenta dor VIOLENTA no ombro direito, deformação local, edema, hiperemia e impossibilidade de movimentação do ombro. Você é o único a prestar socorro.

10. Analisando a situação, você desconfia que ele sofreu:

- a) Fratura de ulna.
- b) Luxação de ombro.
- c) Entorse de cotovelo.
- d) Rompimento do ligamento colateral radial.

11. Qual dos procedimentos abaixo é o mais indicado para esta situação de emergência:

- a) Movimenta a articulação para avaliar a extensão da lesão e aplica imediatamente uma bolsa de gelo.
- b) Aplica bolsa quente para relaxar a musculatura e diminuir a dor.
- c) Imobiliza o cotovelo usando tábua, papelão, jornal ou revistas dobradas, ataduras ou tiras de pano e encaminha para o hospital mais próximo.
- d) Imobiliza o ombro, utilizando o próprio corpo da vítima como tala. Fixa o braço e antebraço no tronco, sem se mover, com um material em tecido, sob a forma de tipoia e encaminha para o hospital mais próximo.

12. Assinale a alternativa incorreta:

- a) A duração de uma aula para gestante é a mesma de uma aula convencional e são recomendadas pelo menos duas aulas por semana para que a gestante possa sentir os benefícios da prática em seu dia-a-dia.
- b) Com a gravidez avançada, não é indicado o decúbito ventral, pois a posição comprime o útero e diminui a quantidade de sangue que chega ao bebê.
- c) A gestante não deve fazer bloqueio ou apneia respiratória durante o exercício, sob o risco de diminuir a oxigenação do bebê.
- d) A gestante deve praticar atividade que eleve a frequência cardíaca, dentro de padrões de segurança, para a zona de esforço entre submáximo (180-idade) e máximo (220-idade).

Utilize o texto abaixo para resolver as questões de 13 a 18

Em um experimento, dois grupos de ratos foram submetidos a treinamento físico de 1 hora de natação por dia, 5 dias na semana, por 12 semanas. O grupo 1 foi formado por ratos normais e o grupo 2 foi formado por ratos hipertensos. Ao final do experimento, observou-se valores menores de pressão arterial apenas para o grupo 2.

13. As alterações encontradas no grupo 2 podem ser justificadas porque o exercício foi eficiente em produzir:

- a) Vasoconstrição periférica.
- b) Vasodilatação periférica.
- c) Taquicardia.
- d) Bradicardia.

PROFESSOR (CICLO II) EDUCAÇÃO FÍSICA

14. Estes resultados demonstram que:

- a) O treinamento físico produz impacto na pressão arterial de indivíduos saudáveis.
- b) O treinamento de natação não é eficiente no combate à hipertensão.
- c) O treinamento físico deve ser utilizado como terapia de prevenção à ocorrência de hipertensão.
- d) O treinamento físico pode ser utilizado como terapia não medicamentosa para pessoas hipertensas.

15. Neste experimento, qual adaptação morfológica cardíaca é esperada?

- a) Diminuição da espessura da parede livre do ventrículo esquerdo.
- b) Aumento da espessura da parede livre do ventrículo esquerdo.
- c) Aumento da espessura da parede livre dos átrios.
- d) Diminuição da espessura do septo interventricular.

16. Para os grupos 1 e 2, quais adaptações fisiológicas cardíacas em repouso são esperadas?

- a) Aumento da frequência cardíaca, do volume sistólico e do débito cardíaco.
- b) Diminuição da frequência cardíaca, do volume sistólico e do débito cardíaco.
- c) Diminuição da frequência cardíaca, aumento do volume sistólico e manutenção do débito cardíaco.
- d) Aumento da frequência cardíaca, diminuição do volume sistólico e aumento do débito cardíaco.

17. Pelo estímulo utilizado, quais adaptações morfo-metabólicas musculares são esperadas?

- a) Aumento na capilarização, no número de mitocôndrias e de mioglobina nas fibras do Tipo I (contração lenta).
- b) Aumento na capilarização e no número de mitocôndrias nas fibras do Tipo II (contração rápida).
- c) Hiperplasia (aumento do número de fibras) dos músculos envolvidos na natação.
- d) Hipertrofia (aumento do diâmetro das fibras) dos músculos envolvidos na natação.

18. Para os grupos 1 e 2, quais adaptações fisiológicas musculares são esperadas?

- a) Aumento da força muscular pelo aumento da capacidade glicolítica das fibras.
- b) Aumento da resistência muscular pelo aumento da capacidade glicolítica das fibras.
- c) Aumento da resistência muscular pelo aumento da capacidade oxidativa das fibras.
- d) Aumento da força muscular pelo aumento da capacidade oxidativa das fibras.

19. A obesidade tornou-se um problema de saúde pública, pois se sabe que o excesso de peso evolui para doenças e aumenta os gastos públicos com a saúde. Assinale a alternativa que apresenta doenças decorrentes dessas alterações fisiológicas produzidas pela obesidade:

- Bulimia e anorexia.
- Bulimia e hipertensão.
- Doença aterosclerótica coronariana e anorexia.
- Hipertensão e diabetes melito tipo II.

20. Um comerciante de meia idade vai ao médico para fazer um check-up. Submete-se a uma série de exames e apresenta dislipidemia, diabetes melito tipo 2, leve hipertensão arterial e excesso de peso. Este quadro caracteriza:

- Obesidade mórbida.
- Síndrome aterosclerótica coronariana.
- Síndrome crônico degenerativa.
- Síndrome plurimetabólica.

21. O fato deste comerciante apresentar dislipidemia, significa que ele apresenta:

- Valores elevados de glicemia em relação ao normal.
- Valores elevados de triglicérides e colesterol em relação ao normal.
- Valores elevados de gordura subcutânea.
- Excreção de proteínas e lipídios pela urina.

Em uma academia, um aluno faz 8 séries de 5 repetições cada, com carga de 90% da máxima. Na posição 1 (inicial) o aluno está em pé, pés em afastamento lateral, corpo ereto e a barra apoiada sobre os ombros atrás da cabeça; na posição 2 (intermediária) o aluno está agachado com joelhos a 90°; na posição 3 (final) ele retorna à posição inicial. Com base neste texto, responda a questão 22, 23, 24 e 25.

22. O objetivo deste exercício é desenvolver:

- Flexibilidade.
- Força muscular.
- Resistência muscular.
- Potência muscular.

23. O movimento articular que ocorre da posição 2 para a posição 3 é:

- Flexão de quadril e extensão de joelho.
- Extensão de quadril e flexão de joelho.
- Extensão de quadril e extensão de joelho.
- Flexão de quadril e flexão de joelho.

24. A alternativa que melhor apresenta os músculos agonistas principais do movimento da posição 2 para a posição 3 é:

- Glúteo máximo, bíceps femural e quadríceps femural.
- Íleopectíneo, grácil, adutor magno e quadríceps.
- Glúteo máximo, bíceps femural, semitendíneo e semimembranáceo.
- Íleopectíneo e quadríceps.

25. O tipo de contração dos agonistas da posição 1 para a posição 2 é:

- Dinâmica Isocinética.
- Dinâmica concêntrica.
- Dinâmica excêntrica.
- Estática concêntrica.

26. Com relação às dimensões do tempo no trabalho pedagógico é correto afirmar:

- O tempo pode ser entendido como um conceito objetivo, carregado de afetividade e, portanto, sentido do mesmo modo por toda criança. Considerar um tempo geral para a realização da atividade sem particularizar essa questão.
- O tempo pode ser entendido como um conceito objetivo, desprovido de afetividade e, portanto, sentido de um modo diferente por cada criança. Considerar o tempo que ela necessita para a realização da atividade é uma forma de desrespeito para as outras crianças.
- O tempo pode ser entendido como um conceito subjetivo, desprovido de afetividade e, portanto, sentido do mesmo modo por todas as crianças. Considerar o tempo que ela necessita para a realização da atividade é uma forma de incitar a desorganização.
- O tempo pode ser entendido como um conceito subjetivo, carregado de afetividade e, portanto, sentido de um modo diferente por cada criança. Considerar o tempo que ela necessita para a realização da atividade é uma forma de respeitar-lhe o próprio ritmo.

27. Assinale a alternativa incorreta. O educador deve ser um sensibilizador em relação às questões ambientais e as da ciência. Sua função será, então, a de ajudar os alunos a sistematizarem os conhecimentos gerados, não no sentido de dar-lhes a resposta final, e sim de continuar alimentando sua postura investigativa. Ao organizar o trabalho junto às crianças, é imprescindível que o educador:

- Busque ampliar seus próprios conhecimentos sobre os conteúdos a serem trabalhados com as crianças.
- Selecione previamente os materiais necessários.
- Centralize a coleta de dados em fonte única.
- Observe e registre as hipóteses que aparecem nas conversas, jogos e brincadeiras, socializando os conhecimentos construídos pelo grupo.

28. Não é uma das modalidades de avaliação:

- Somativa.
- Diagnóstica.
- Formativa.
- Retroativa.

29. O ECA considera criança a pessoa até:

- 13 anos de idade completos.
- 12 anos de idade incompletos.
- 12 anos de idade completos.
- 13 anos de idade incompletos.

30. Assinale a alternativa incorreta. O ECA afirma que nenhuma criança será objeto de qualquer forma de:

- a) Mimo excessivo.
- b) Negligência.
- c) Crueldade.
- d) Opressão.

31. Assinale a alternativa incorreta. A garantia de prioridade à criança e ao adolescente compreende:

- a) Primazia de receber proteção e socorro em circunstâncias especiais.
- b) Precedência de atendimento nos serviços públicos.
- c) Precedência de atendimento em serviços de relevância pública.
- d) Preferência na formulação e na execução das políticas sociais públicas.

32. Assinale a alternativa correta quanto à saúde da criança e do adolescente:

- a) Têm direito a proteção à vida mediante a efetivação de diretrizes sociais públicas ou privadas
- b) Têm direito de proteção à saúde mediante a efetivação de políticas sociais públicas que permitam o nascimento e o desenvolvimento
- c) Têm direito a proteção à vida desde que submetidos a políticas e privadas que convirjam para o nascimento e desenvolvimento
- d) Têm direito a proteção à saúde desde que submetidos a diretrizes privadas que coadunem-se para o nascimento e desenvolvimento

33. A LDB disciplina a educação escolar, que se desenvolve, predominantemente, por meio do ensino em instituições:

- a) Livres.
- b) Próprias.
- c) Disponíveis.
- d) Rediviva.

34. Para a LDB, a educação deve ser inspirada nos princípios de:

- a) Arrojo.
- b) Generosidade.
- c) Liberdade.
- d) Estabilidade.

35. Assinale a alternativa incorreta. O ensino será ministrado com base nos seguintes princípios:

- a) Unicidade de condições para o acesso e permanência na escola.
- b) Liberdade de aprender e divulgar a cultura.
- c) Respeito à liberdade e apreço à tolerância.
- d) Valorização do profissional da educação escolar.

36. Em relação à concordância dos termos, analise as proposições abaixo:

- I. *Os indicados ao prêmio sois vós.*
- II. *Discutiu-se a semana toda as medidas que têm de ser tomadas pela polícia civil e militar.*
- III. *Deve haver médicos especializados em transplante de córnea nesse hospital.*
- IV. *Um bando de rolinhas invadiram a plantação.*

- a) Apenas II e III estão em desacordo com as normas de concordância.
- b) Apenas I e IV estão em desacordo com as regras de concordância.
- c) Apenas II e IV estão em desacordo com as normas de concordância.
- d) Apenas III está em desacordo com as normas de concordância.

37. Indique a alternativa em que houve troca do significado dos substantivos:

- a) A cisma=ato de cismar / o cisma=dissidência.
- b) O grama=unidade de peso / a grama=relva.
- c) A moral=ânimo / o moral=honestidade.
- d) O coma=perda dos sentidos / A coma=cabeleira.

38. Indique a alternativa que completa correta e respectivamente as lacunas abaixo:

Ela _____ estava em dúvida se os passaportes deviam ou não _____ às declarações.

- a) Mesma – ir anexas
- b) Mesmo – irem anexas.
- c) Mesma – ir anexos.
- d) Mesmo – irem anexos.

39. Aponte a alternativa em que o emprego do pronome está incorreto:

- a) *Aquela é a pousada cujas as piscinas me referi.*
- b) *Esta confusão deverá ser resolvida entre mim e ti.*
- c) *Mamãe me deu duas receitas para eu fazer no Natal.*
- d) *Vossa Excelência tem um compromisso com seu filho amanhã.*

40. Assinale a alternativa incorreta em relação à regência dos termos:

- a) Na oração *“Você deve ter paciência”*, o verbo *dever* indica obrigação; em *“Ela deve de ser casada”*, o verbo *dever* indica probabilidade.
- b) O verbo *aspirar* no sentido de pretender é transitivo indireto.
- c) O verbo *atender* admite dupla regência.
- d) O verbo *implicar*, no sentido de acarretar, é transitivo indireto.

41. Aponte a alternativa em que a oração se classifica como oração sem sujeito:
- Naquela manhã aconteceu o milagre.
 - Muitos armamentos havia escondidos nas favelas.
 - Vive-se muito bem naquele condomínio.
 - Ninguém será incriminado.
42. Assinale a alternativa em que é obrigatória a utilização da crase:
- Deu o bônus a quem merecia.
 - Diga parabéns a sua mãe.
 - Meteu-se a fazer o que não deveria.
 - Dedico uma manhã as obras assistenciais.
43. A pontuação está correta na alternativa:
- A endocrinologista me recomendou; coma devagar.
 - O Rio de Janeiro, em relação à segurança pública, deve ser, incisivo.
 - No verão, não deixe de levar na bolsa, todos os dias, protetor solar.
 - Aguardavam, inquietos, o resultado; das eleições.
44. A Presidente eleita Dilma Rousseff anunciou oficialmente que em seu governo o cargo de Presidente do Banco Central será ocupado por:
- Henrique Meirelles.
 - Antônio Palocci.
 - Alexandre Tombini.
 - Eduardo Dutra.
45. O processo natural de formação do relevo depende de dois tipos de forças simultaneamente: as internas e as externas. As forças externas são o conjunto de elementos que modelam o relevo, onde o principal deles é o intemperismo. Sobre este processo, pode-se afirmar que:
- É o processo de formação de rochas que sustentam as formas de relevo ao redor do globo.
 - Existe o intemperismo físico, causado, entre outros, pela ação do gelo em áreas polares.
 - Existe o intemperismo químico, causado pela ação de substâncias básicas na decomposição das rochas.
 - Refere-se ao acúmulo de sedimentos nas áreas baixas do relevo, caracterizando a formação de planícies.
46. Os lados de um triângulo medem respectivamente 6 cm, 7 cm e 8 cm. Qual é o perímetro de um outro triângulo semelhante a esse, sabendo que o lado menor dele mede 3 cm?
- 10,5 cm.
 - 8,5 cm.
 - 13,5 cm.
 - 15,5 cm.
47. Durante a manhã, li $\frac{5}{8}$ de um livro, a tarde li $\frac{2}{3}$ do que restou e ainda faltam 150 páginas para acabar essa leitura. Quantas páginas têm esse livro?
- 600.
 - 1.200.
 - 780.
 - 240.
48. Três números são tais que o primeiro está para o segundo assim como 3 está para 4, enquanto o segundo está para o terceiro assim como 5 está para 7. Quanto é a diferença entre o maior e o menor desses números sendo que a soma dos três é 189?
- 39.
 - 15.
 - 35.
 - 72.
49. Em uma festa há 37% de homens, 49% de mulheres e 28 crianças. Quantas pessoas há nessa festa?
- 420.
 - 380.
 - 120.
 - 200.
50. A que taxa mensal devo aplicar a juros simples por 200 dias para obter R\$ 3.900,00?
- 0,03%.
 - 1,2%.
 - 9%.
 - 4%.