

Prefeitura Municipal de Lagoa Grande – Pernambuco

Concurso Público Nº 001/2012

PEFEF – PROFESSOR EDUCAÇÃO FÍSICA

Nome: _____ Nº de Inscrição: _____

INSTRUÇÕES

1. Escreva seu nome e número de inscrição, de forma legível, nos locais indicados.
2. A FOLHA DE RESPOSTAS não será substituída e deve ser assinada no local indicado, ela será o único instrumento usado para a correção de suas respostas.
3. **DURAÇÃO DA PROVA: 4h**, incluído o tempo para preenchimento da FOLHA DE RESPOSTAS.
4. Neste caderno, as questões estão numeradas de 01 a 40, seguindo-se a cada uma 05 (cinco) opções (respostas), precedidas das letras **a, b, c, d e e**. Cada questão tem peso igual a 2,5 pontos;
5. Na FOLHA DE RESPOSTAS, as questões estão representadas por seus respectivos números. Preencha com caneta esferográfica (tinta azul ou preta), **toda a área correspondente à opção de sua escolha**, sem ultrapassar seus limites.
6. Não amasse nem dobre a FOLHA DE RESPOSTAS, **NÃO USE BORRACHA**.
7. Será anulada a questão cuja resposta contiver emenda ou rasura, ou para a qual for assinalada mais de uma opção.
8. Ao receber a ordem do Fiscal de Sala, confira este CADERNO com muita atenção, pois qualquer reclamação sobre o total de questões e/ou falhas na impressão não será aceita depois de iniciada a prova.
9. Durante a prova, não será admitida qualquer espécie de consulta ou comunicação entre os candidatos, tampouco será permitido o uso de qualquer tipo de equipamento (calculadora, tel. celular etc.).
10. Por motivo de segurança, somente durante os **trinta minutos que antecedem o término da prova**, poderão ser copiados as suas respostas feitas no CARTÃO DE RESPOSTAS.
11. Entregue este CADERNO DE PROVA, juntamente com o CARTÃO DE RESPOSTAS, ao Fiscal de Sala, quando de sua saída, que não poderá ocorrer antes de decorrida uma hora do início da prova; a não-observância dessa exigência acarretará a sua exclusão do concurso.

PORTUGUÊS (INTERPRETAÇÃO DE TEXTOS)

Texto para as questões: **1, 2, 3, 4 e 5**

A bomba atômica

A bomba atômica é triste
Coisa mais triste não há
Quando cai, cai sem vontade
Vem caindo devagar
Tão devagar vem caindo
Que dá tempo a um passarinho
De pousar nela e voar...
Coitada da bomba atômica
Que não gosta de matar!

Coitada da bomba atômica
Que não gosta de matar
Mas que ao matar mata tudo
Animal e vegetal
Que mata a vida da terra
E mata a vida do ar
Mas que também mata a guerra...
A bomba atômica que aterra!
Pomba atômica da paz!

Pomba tonta, bomba atômica
Tristeza, consolação
Flor puríssima do urânio
Desabrochada no chão
Da cor pálida do hélio
E odor de rádio fatal
Loelia mineral carnívora
Radiosa rosa radical

Nunca mais, oh bomba atômica
Nunca, em tempo algum, jamais
Seja preciso que mates
Onde houver morte demais:
Fique apenas a tua imagem
Aterradora miragem
Sobre as grandes catedrais:
Guardiã de uma nova era
Arcanjo insigne da paz!

(Vinicius de Moraes, O encontro do cotidiano, in:
OBRA POÉTICA. Rio de Janeiro)

QUESTÃO 1

Após analisar as alternativas a respeito do texto A BOMBA ATÔMICA, marque a **incorreta**:

- a) No poema, percebe-se a personificação da bomba atômica pelo poeta, em alguns versos.
- b) A bomba atômica mata somente animal, vegetal, a vida da terra, a vida do ar.
- c) Na última estrofe do poema, o poeta manifesta um desejo em relação à bomba atômica.
- d) Para o poeta a bomba atômica tem um papel diferente daquele que grande parte das pessoas confere a ela.
- e) O poeta tem uma visão contraditória em relação à bomba.

QUESTÃO 2

“ A bomba atômica é triste
Coisa mais triste não há
Quando cai, cai sem vontade
Vem caindo devagar”.

Assinale a única alternativa cuja palavra **não** pode substituir a que está sublinhada na estrofe, pois expressa uma relação semântica diferente:

- a) Assim que
- b) Logo que
- c) Desde que
- d) Embora
- e) Mal

QUESTÃO 3

“Pomba tonta, bomba atômica
Flor puríssima de urânio”

Nos versos acima, há uma figura de linguagem que é denominada:

- a) hipérbole
- b) antítese
- c) eufemismo
- d) pleonasma
- e) metáfora

QUESTÃO 4

Marque a alternativa que contém vocábulos retirados do texto e que são acentuados conforme a mesma regra de acentuação gráfica:

- a) também / puríssima / atômica / atônita
- b) puríssima / pálida / atônita / atômica
- c) rádio / urânio / pálida / também
- d) há / dá / hélio / rádio
- e) atônita / rádio / urânio / também

QUESTÃO 5

Assinale a alternativa em que o par de palavras não constitui sinônimos:

- a) insigne / notável
- b) atônita / cruel
- c) aterradora / assustadora
- d) radiosa / resplandecente
- e) consolação / conforto

QUESTÃO 6

Só há uma alternativa cuja pontuação está **incorreta**. Marque-a:

- a) Não fui convidada para a reunião, mas eu vim, chefe.
- b) “Quando você me ouvir cantar, Venha, não creia, eu não corro perigo”. (Caetano Veloso)
- c) “Não comas, que o tempo é chegado”. (José Saramago)
- d) Parecia que íamos ter uma noite bastante enlutarada.
- e) Estamos aqui queridos amigos; não fiquem pois tristes.

QUESTÃO 7

Devem haver medidas de combate à dengue. ()
Crê-se nas pessoas idôneas. ()
“No céu, anunciava-se as trovoadas de verão”. ()
Já faziam três semanas que ela nos aguardava. ()
Qual de vocês solucionará o caso em questão? ()

Ponha C ou I nos parênteses conforme a concordância verbal de cada frase esteja CORRETA ou INCORRETA. A seguir, marque a sequência correta:

- a) I, C, I, I, C
- b) C, I, I, C, I
- c) I, C, C, C, C
- d) I, I, C, C, I
- e) C, C, C, I, I

QUESTÃO 8

Marque a alternativa em que o significado do prefixo em destaque e que entra na formação das palavras está **incorreta**:

- a) justapor (justa) posição interior
- b) desfazer (des) ação contrária
- c) inativo (in) negação
- d) decrescer (de) movimento de cima para baixo
- e) perímetro (peri) movimento em torno.

QUESTÃO 9

Assinale a alternativa em que todas as palavras devem ser preenchidas com a(s) letra (s) dos parênteses.

- a) agili__ar / inutili __ar / parali__ação / desli__e (Z)
- b) en__iqueirar / in__ação / fei__e / debo__e (CH)
- c) aneste__iar / fri__ar / ali__amento / bi__ar (S)
- d) arran__e / en__eitado / mar__eat / enri__ecer (J)
- e) ab__lir / eng__lir / mag__ar / b__rb__lhar (O)

QUESTÃO 10

“DENGUE:

DÁ PARA EVITAR?

Enquanto a vacina não vem, prevenção contra o mosquito ainda é a melhor maneira de enfrentar o problema”.

(VEJA – edição 2253 – ano 45 – nº 4 - 25 de janeiro de 2012)

No texto acima, predomina uma das funções da linguagem, que consta numa das alternativas

abaixo. Após identificá-la, marque essa alternativa:

- a) emotiva
- b) poética
- c) fática
- d) metalinguística
- e) referencial

CONHECIMENTOS PEDAGÓGICOS

QUESTÃO 11

O Projeto Político-pedagógico aponta um rumo, uma direção, um sentido explícito para um compromisso estabelecido coletivamente. Quanto à execução, um projeto pedagógico de qualidade deve apresentar as características abaixo, EXCETO:

- a) nasce da própria realidade, tendo como suporte a explicitação das causas dos problemas e das situações nas quais estes aparecem;
- b) o Projeto Político-pedagógico reduz-se à dimensão pedagógica e ao conjunto de projetos e planos isolados de cada professor em sala de aula;
- c) é exequível e prevê as condições necessárias ao desenvolvimento e à avaliação;
- d) implica a ação articulada de todos os envolvidos com a realidade da escola;
- e) é construído coletivamente, pois, como produto, é também processo, incorporando ambos numa interação possível.

QUESTÃO 12

A Lei 11.645/2008, estabelece o estudo da história e cultura afro-brasileira e indígena nas escolas brasileiras. Nas afirmativas abaixo, identifique as que estão em CONFORMIDADE com a referida Lei.

- I. Nos estabelecimentos de ensino fundamental e de ensino médio, públicos e privados, torna-se obrigatório o estudo da história e cultura afro-brasileira e indígena.
- II. O conteúdo programático deverá incluir diversos aspectos da história e da cultura que caracterizam a formação da população

brasileira, a partir de três grupos étnicos: negros, índios e portugueses.

III. O conteúdo programático deverá incluir o estudo da história da África e dos africanos, a luta dos negros e dos povos indígenas no Brasil, a cultura negra, branca e indígena brasileira e o negro e o índio na formação da sociedade nacional.

IV. Os conteúdos referentes à história e cultura afro-brasileira e dos povos indígenas brasileiros serão ministrados no âmbito de todo o currículo escolar, em especial nas áreas de educação artística e de literatura e história brasileiras.

V. Os estabelecimentos de ensino fundamental e de ensino médio, prioritariamente públicos, deverão opcionalmente incluir o estudo da história e cultura afro-brasileira e indígena no currículo escolar.

Assinale a alternativa que contém os itens

CORRETOS:

- A) II, III e V são corretas.
- B) I, III e V são corretas.
- C) I, II, III e IV são corretas.
- D) Apenas I e IV são corretas.
- E) Apenas a I está correta.

QUESTÃO 13

A LDB 9.394/96 determina que a educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo facultativa a determinados alunos. Nas afirmativas abaixo, identifique a que está em CONFORMIDADE com a referida Lei.

- a) maior de vinte e cinco anos de idade;
- b) maior de trinta e cinco anos de idade;
- c) que cumpra jornada de trabalho de sete horas;
- d) que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a oito horas;
- e) que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física;

QUESTÃO 14

Na Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência 2007, art. 24, os Estados Partes reconhecem o direito das pessoas com deficiência à educação. Sobre esse direito, assinale a alternativa **INCORRETA**.

- a) Para efetivar esse direito sem discriminação e com base na igualdade de oportunidades, os Estados Partes assegurarão sistema educacional inclusivo em todos os níveis, bem como o aprendizado ao longo de toda a vida.
- b) Os Estados Partes deverão assegurar que as pessoas com deficiência possam ter acesso ao ensino primário inclusivo, de qualidade e gratuito, e ao ensino secundário, em igualdade de condições com as demais pessoas na comunidade em que vivem.
- c) Os Estados Partes deverão assegurar adaptações excelentes de acordo com as necessidades individuais sejam providenciadas.
- d) Os Estados Partes tomarão medidas apropriadas para empregar professores, inclusive professores com deficiência, habilitados para o ensino da língua de sinais e/ou do Braille, e para capacitar profissionais e equipes atuantes em todos os níveis de ensino.
- e) Os Estados Partes assegurarão que as pessoas com deficiência possam ter acesso ao ensino superior em geral, treinamento profissional de acordo com sua vocação, educação para adultos e formação continuada, sem discriminação e em igualdade de condições.

QUESTÃO 15

Para Libâneo (1994), “O Planejamento escolar é uma atividade que orienta a tomada de decisões da escola e dos professores em relação às situações docentes de ensino e aprendizagem, tendo em vista alcançar os melhores resultados possíveis”. Assinale a alternativa que apresenta os principais requisitos para o planejamento, segundo o autor:

- a) Objetivos e tarefas da escola democrática, exigências dos planos e programas oficiais, condições prévias dos alunos para a

aprendizagem, princípios e condições do processo de transmissão e assimilação ativa dos conteúdos.

- b) Contextualização, problematização, interdisciplinaridade, instrumentalização, adequação dos conteúdos e técnicas à fase de desenvolvimento cognitivo dos alunos, dialogicidade, aplicação dos conhecimentos, habilidades e atitudes.
- c) Objetivos, justificativa, conteúdos, metodologia, condições de trabalho, recursos materiais e humanos, avaliação e bibliografia.
- d) Objetivos, conteúdos, problematização, instrumentalização, situação didática, recursos, avaliação e bibliografia.
- e) Objetivos, conteúdos, metodologia, recursos, avaliação e bibliografia.

ATUALIDADES

QUESTÃO 16

O presidente da Infraero, Gustavo do Vale, afirmou que o governo deverá conceder ao setor privado a construção de três novos aeroportos, em Porto Alegre, Recife e Salvador. Segundo o executivo, os aeroportos existentes nessas cidades terão sua capacidade máxima atingida em dez anos. Ele afirmou também que a partir de 2030, São Paulo precisará de um novo aeroporto, mesmo após as concessões de Guarulhos e Viracopos. (Fonte: Redação do DIARIODEPERNAMBUCO.COM.BR - 01/03/2012 | 15h12 | Aviação).

Recentemente o governo privatizou três aeroportos no Brasil. Os aeroportos privatizados são dos seguintes Estados:

- a) Pernambuco, Bahia e Ceará;
- b) São Paulo, Bahia e Pernambuco;
- c) Rio de Janeiro, Mato Grosso e Goiás;
- d) São Paulo, Brasília e Minas Gerais;
- e) Pará, São Paulo e Santa Catarina.

QUESTÃO 17

“A nossa ideia é imediatamente, já, chamar arquitetos para fazer desenhos, inclusive um

desenho mais novo. Não estou dizendo que é por isso que aconteceu o incêndio, mas, obviamente, a base começou há 30 anos, então, ali ela foi agregando um pedaço ou outro. Agora já podemos pensar numa coisa para o futuro, digamos, de maneira mais completa, mais orgânica”, disse Amorim. (Fonte: <http://www.correiodopovo.com.br/Noticias/?Noticia=396730>).

Celso Amorim é o atual ministro da defesa e este depoimento acima se refere a uma importante base de pesquisa que foi 70% destruído por um incêndio. Essa base de Pesquisa fica em:

- a) Ilha Galápagos;
- b) Pólo Norte;
- c) Guantánamo
- d) Fernando de Noronha;
- e) Antártica.

QUESTÃO 18

ARGENTINA SOBE O TOM E ACUSA BRITÂNICOS DE 'MILITARIZAR' ATLÂNTICO SUL.
(BBC Brasil – 07/02/2012).

A manchete acima se refere a que episódio?

- a) Reclamação da presidenta Cristina Kirchner sobre decisão do primeiro-ministro britânico, David Cameron, de enviar um navio de guerra ao arquipélago das ilhas Malvinas;
- b) Chegada do herdeiro do trono inglês príncipe William às ilhas Malvinas;
- c) Solicitação da presidenta Cristina Kirchner aos empresários para não importar produtos ingleses;
- d) Isolamentos dos ilhéus através de cortes de vôos entre Buenos Aires e as ilhas Malvinas;
- e) Insatisfação por causa da atividade de prospecção de Petróleo na ilha.

QUESTÃO 19

No ano de 2012 completam vinte anos de um importante evento sobre o meio ambiente

realizado no Brasil: A ECO 92. Nesse ano a ONU – Organização das Nações Unidas está organizando no Brasil outro evento para discutir as questões do meio ambiente. Esse evento está sendo chamado de:

- a) Eco 2012;
- b) Protocolo de Kioto;
- c) Fórum Social Mundial
- d) Rio +20
- e) Eco 9Minis.

QUESTÃO 20

“Os representantes de 70 países reunidos em um encontro na Tunísia condenaram, ontem, o regime do ditador Bashar al Assad, e pediram uma solução política para a crise e a violência que acometem o país. As autoridades ainda afirmaram que pretendem fazer uma "tsunami" de pressões para tentar diminuir o apoio interno a Assad. O grupo também pede a entrada da missão conjunta de observadores da Liga Árabe e da Organização das Nações Unidas (ONU) e a criação de uma força de paz com membros das duas organizações.”

(Fonte:<http://diariodonordeste.globo.com/materia.asp?codigo=1108301>).

O país que Bashar Al Assad governa é:

- a) Síria;
- b) Egito;
- c) Líbia;
- d) Israel;
- e) Palestina.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

QUESTÃO 21

No livro História da Educação Física no Brasil, o autor Inezil Penna Marinho (pag. 8), descreve uma destreza de um índio brasileiro na época do descobrimento:

“[...] tomou logo uma laranja e a colocou a cinco passos de distância no chão. Em seguida retesou o arco com tão gigantesca energia que seus dois extremos quase tocavam e disparou a flecha tão alta ao ar que pareceu escapar à vista. Esta flecha depois de subir algum tempo, lentamente

voltou-se e com a velocidade acelerada à proporção que descia penetrou o chão atravessando a laranja pelo meio”.

Assinale a qualidade física de maior relevância relacionada à destreza: (Dicionário... p. 77)

- a) Força
- b) Velocidade
- c) Coordenação Motora
- d) Flexibilidade
- e) Ritmo

QUESTÃO 22

Considerando disciplina pedagógica como um conjunto específico de conhecimentos de características próprias, podemos afirmar que a interdisciplinaridade: (texto Interdisciplinaridade Piccolo, p. 4)

- a) Não propõe a extinção da disciplinaridade, mas, sim, sua ressignificação sob outros pressupostos analíticos, agora fincados na cooperação e no diálogo.
- b) Não necessita se articular com as questões sociais.
- c) É tarefa principal dos professores de Educação Física.
- d) É revelada quando várias disciplinas estudam um mesmo fenômeno.
- e) Constitui-se, segundo os PCNs, em conteúdo da Educação Física escolar.

QUESTÃO 23

De acordo com as tendências pedagógicas da Educação Física a corrente que defendia a “Educação do movimento como a única forma capaz de promover a chamada Educação Integral” era: (Guiraldelli Junior, p. 19)

- a) Educação Física Humanista.
- b) Educação Física Militarista.
- c) Educação Física Popular.
- d) Educação Física Higienista.
- e) Educação Física Pedagógica.

QUESTÃO 24

Considere as proposições:

I – A Educação Física como colaboradora do processo de seleção natural, eliminando os fracos e premiando os fortes;

II – Concepção que apoia o sentimento corporativista de valorização do profissional da Educação Física;

III – O desporto, a dança e a ginástica assumem um papel de promotores da organização para o embate da prática social.

Identifique, em respectiva ordem, as concepções de Educação Física, segundo as suas tendências pedagógicas. (Guiraldelli Junior, p. 18 a 21)

- a) Competitivista – Militarista – popular
- b) Militarista – competitivista – humanista
- c) Higienista – pedagógico – competitivista
- d) Militarista – Pedagógico – Popular
- e) Competitivista – Militarista – Humanista

QUESTÃO 25

Assinale a alternativa correspondente aos princípios curriculares no trato do conhecimento em Educação Física. (Coletivo, p. 30 – 31)

- a) Relevância social dos conteúdos – adequação às possibilidades sócio-cognoscitivas do aluno.
- b) Relevância social dos conteúdos – orientação para a aptidão física.
- c) Orientação para a aptidão física – contemporaneidade dos conteúdos.
- d) Seleção planejada e coletiva dos conteúdos - orientação para a aptidão física.
- e) Seleção planejada e coletiva dos conteúdos – contemporaneidade dos conteúdos.

QUESTÃO 26

A metodologia da Educação física na perspectiva crítico-superadora implica um processo na dinâmica da sala de aula que permita ao aluno: (Coletivo, p. 87)

- a) Realizar uma atividade física com aptidão.
- b) Compreender e superar os objetivos propostos.
- c) Desenvolver o seu desempenho cognitivo.
- d) Desenvolver estratégias coletivas de superação dos conteúdos.

e) Apreender a realidade.

QUESTÃO 27

Analise as sentenças relacionadas aos movimentos renovadores da Educação física e marque V, para verdadeiro e F, para falso. (Coletivo, p. 55 e 56)

I – A Psicomotricidade defende a instrumentalização do movimento humano como meio de formação e a secundarização da transmissão de conhecimentos. ()

II – O movimento Humanista se caracteriza pela presença de princípios filosóficos em torno do ser humano, sua identidade e seus valores. ()

III – O Esporte Para Todos se caracteriza como um movimento alternativo ao esporte que tem como foco o rendimento. ()

Assinale a alternativa correspondente.

- a) F V V
- b) V V V
- c) V F V
- d) F F V
- e) V V F

QUESTÃO 28

Assinale a alternativa **correta** para os temas transversais apresentados pelos Parâmetros Curriculares Nacionais para a Educação Física. (PCN, p. 34 – 42)

- a) Ética, inclusão, trabalho e consumo, meio ambiente, cultura de paz.
- b) Ética, saúde, inclusão, meio ambiente, orientação sexual, pluralidade cultural.
- c) Ética, saúde, meio ambiente, orientação sexual, trabalho e consumo.
- d) Ética, saúde, inclusão, meio ambiente, orientação sexual, trabalho e consumo.
- e) Ética, inclusão, meio ambiente, pluralidade cultural, orientação sexual.

QUESTÃO 29

Os Parâmetros Curriculares Nacionais consideram que a avaliação em Educação Física deverá atender à demanda dos objetivos educativos expressos na seleção dos conteúdos.

Em relação aos instrumentos, eles deverão: (PCN, p. 60)

- a) Apoiar o professor na mensuração da aptidão física.
- b) Incluir a valorização do aluno, não apenas como auto-avaliação, mas também como aquele que opina sobre o processo que vivencia.
- c) Aferir a capacidade aeróbica dos alunos no início e no final da disciplina.
- d) Facilitar a obtenção de um resultado superior para melhoria da auto-estima.
- e) Criar um cenário de melhoria da afetividade nas relações entre alunos e professores.

QUESTÃO 30

Os conteúdos da Educação Física para as séries finais do Ensino Fundamental, por orientação dos Parâmetros Curriculares Nacionais, estão organizados em três blocos. São eles: (PCN, p. 67 e 68)

- a) Exercícios físicos e saúde – esportes, jogos, lutas e ginásticas – atividades rítmicas e expressivas.
- b) Exercícios físicos e saúde – jogos, lutas e ginásticas – iniciação esportiva.
- c) Desenvolvimento motor – esportes, jogos, lutas e ginásticas – conhecimentos sobre o corpo.
- d) Esportes, jogos, lutas e ginásticas – atividades rítmicas e expressivas – conhecimentos sobre o corpo.
- e) Esportes, jogos, lutas e ginásticas – conhecimentos sobre o corpo – desenvolvimento motor.

QUESTÃO 31

A avaliação física se constitui em poderoso instrumento do professor no diagnóstico da aptidão física do aluno. O teste de sentar e alcançar, também chamado de teste de Wells, identifica a condição de qual capacidade física? (Mathews, p. 328)

- a) Resistência
- b) Força
- c) Agilidade
- d) Flexibilidade

e) Ritmo

QUESTÃO 32

Em uma situação de câibras com um aluno, analise as tarefas expressas nos itens de I a IV e coloque-as na sequência de procedimentos. Disponível em: <<http://primeirosocorros.com/>>. Acesso em: 28/02/2012

- I - Beber sumos ou bebidas com minerais
 - II – Procurar um médico se as câibras não passarem
 - III – Parar o exercício
 - IV – Procurar um local fresco e calmo
- a) IV – III – I – II
 - b) III – IV – I – II
 - c) I – IV – II – III
 - d) III – II – I – IV
 - e) II – I – III – IV

QUESTÃO 33

São chamados de fundamentos, os gestos comuns e básicos dos esportes. Passar, driblar e arremessar são fundamentos de qual modalidade esportiva? (coletivo, 75)

- a) Voleibol
- b) Futsal
- c) Atletismo
- d) Futebol
- e) Handebol

QUESTÃO 34

O *Fosbury Flop* revolucionou a técnica de determinada competição possibilitando medalhas olímpicas e sucessivos records. Assinale a alternativa onde esta técnica é usada. (ABC, p. 75)

- a) Natacao – nado medley.
- b) Natacao – nado de costas.
- c) Natação – viradas em provas longas.
- d) Atletismo – salto em altura.
- e) Atletismo – salto em distância.

QUESTÃO 35

O metabolismo energético anaeróbico produz acúmulo de ácido láctico nos músculos. A esse respeito podemos afirmar que a produção de ácido láctico acontece: (McArdle, p. 106 e 119)

- a) Também em repouso.
- b) Somente nas atividades de resistência.
- c) Somente nas atividades de velocidade.
- d) Somente nas atividades de força.
- e) Nas atividades de esforço prolongado e quando ocorre débito de oxigênio.

QUESTÃO 36

Marque a alternativa que aponta a fonte energética prioritária do músculo em uma prova de alta intensidade e baixa duração.

- a) Glicogênio muscular
- b) Glicogênio hepático
- c) Fosfagênios ATP e CP
- d) Ácidos graxos
- e) Lipoproteínas de alta intensidade

QUESTÃO 37

A gordura armazenada representa a mais abundante fonte corporal de energia potencial. Isso define que, em um programa de atividade física com perspectiva de emagrecimento, seja focado o consumo dessa energia. Para tanto, os exercícios físicos devem se caracterizar por: (McArdle, p. 109 e 112)

- a) Atividades de alta intensidade e duração.
- b) Atividades de alto impacto.
- c) Atividades de baixo impacto.
- d) Atividades com controle da frequência cardíaca.
- e) Atividade de longa duração e baixa intensidade

QUESTÃO 38

A fisiologia do esforço tem se constituído em uma grande conquista para ampliação das condições técnicas de diagnósticos das pessoas em atividade física. A seguir marque a sentença que corresponde ao termo fisiológico

“capacidade vital”. (McArdle, p. 215)

- a) Expectativa de vida do ser humano.
- b) Quantidade de sangue ejetado pelo coração.
- c) Volume total de ar movimentado em uma inspiração plena e uma expiração máxima.
- d) Quantidade de calorias que podem ser consumidas em uma seção de atividade física.
- e) Quantidade de oxigênio que pode ser absorvida em uma respiração.

QUESTÃO 39

Identifique a correspondência entre as colunas e marque a alternativa que corresponde à sequência correta. (Anatomia, p. 42)

- 1 pronação (3) movimento para diante
- 2 supinação (6) afastamento
- 3 anteversão (2) rotação para dentro
- 4 retroversão (1) rotação para fora
- 5 adução (4) movimento para trás
- 6 abdução (5) aproximação

- a) 3 – 6 – 2 – 1 – 4 – 5
- b) 4 – 5 – 2 – 1 – 3 – 6
- c) 3 – 4 – 1 – 2 – 6 – 5
- d) 2 – 6 – 4 – 1 – 3 – 5
- e) 4 – 5 – 1 – 2 – 3 – 6

QUESTÃO 40

A aptidão física relacionada à saúde é a própria aptidão para a vida, pois inclui elementos considerados fundamentais para uma vida ativa, com menos riscos de doenças hipocinéticas e perspectiva de uma vida mais longa e autônoma. A seguir, marque a alternativa que expressa os componentes importantes para melhoria da aptidão física relacionada à saúde. (Nahas, p. 34)

- a) Resistência aeróbica – força – agilidade – coordenação motora
- b) Força – composição corporal – resistência aeróbica – flexibilidade
- c) Resistência aeróbica – força – flexibilidade – velocidade
- d) Força – coordenação motora – agilidade – velocidade
- e) Composição corporal – resistência anaeróbica – flexibilidade – força

