



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE DUTRA - MA

Concurso Público para o Provimento do cargo de

EDUCADOR FÍSICO

LEIA AS INSTRUÇÕES:

- 1) Você deve receber do fiscal, além deste caderno contendo 40 (quarenta) questões objetivas, um cartão-resposta destinado às respostas objetivas da prova;
- 2) Verifique se este material está completo e se seus dados pessoais conferem com aqueles constantes do cartão-resposta. Caso contrário, informe ao fiscal de sala.
- 3) O tempo de duração da prova é de 03 (três) horas ininterruptas. Só será permitido ao candidato entregar sua prova após 01 (uma) hora do início da mesma, **sob pena de ser eliminado do certame**.
- 4) Ao término da prova, o candidato deverá assinar a lista de presença e o cartão-resposta e entregar ao Fiscal o seu caderno de questões, **sob pena de ser eliminado do certame**.
- 5) Será excluído do certame o candidato que não assinar o cartão resposta ou assinar fora do local indicado, bem como aquele que rubricar, abreviar o pré-nome ou o nome, ou assinar com letra de forma.
- 6) Tenha cuidado com o seu cartão-resposta, para não dobrar, amassar ou manchar, pois este é personalizado e não será substituído em hipótese alguma.
- 7) Para cada uma das questões são apresentadas cinco alternativas e somente uma responde adequadamente ao quesito proposto. A marcação em mais de uma alternativa anula a questão, mesmo que uma das respostas esteja correta. As marcações rasuradas no cartão-resposta anulam a questão.
- 8) No cartão-resposta, a marcação das letras correspondentes às respostas de sua opção, deve ser feita com o preenchimento de todo o espaço do campo reservado para tal fim, conforme modelo ex:
- 9) As Provas Objetivas e os gabaritos serão divulgados no segundo dia útil após a realização das mesmas, no endereço eletrônico www.institutoludus.com.br a partir das 18:00h;
- 10) Por motivo de segurança não será permitido ao candidato fazer uso de qualquer tipo de anotações que não seja o rascunho parte integrante desta Prova que será destacado na hora da entrega pelo fiscal de sala. Caso o candidato seja surpreendido com qualquer outro tipo de anotações em documentos que não seja o previsto acima, **será eliminado do certame**.

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

INSCRIÇÃO:

ASSINATURA: _____

Leia o poema de Luís Guimarães Júnior que segue para responder às questões de 1 e 2.

Paisagem

O dia frouxo e lânguido declina
Da Ave-Maria às doces badaladas;
Em surdo enxame as auras perfumadas
Sobem do vale e desce da colina.

A juriti saudosa o colo inclina
Gemendo entre as paineiras afastadas;
E além nas pardas serras elevadas
Vê-se da Lua a curva purpurina.

O rebanho e os pastores caminhando
Por entre as altas matas, lentamente,
Voltam do pasto num tranquilo bando;

Suspira o rio tépido e plangente,
E pelo rio as vozes afinando,
As lavadeiras cantam tristemente.

(GUIMARÃES JÚNIOR, Luís. Paisagem. In: AZEVEDO, Sânzio de (Org.). *Parnasianismo*. São Paulo: Global, 2006, p.88).

01. A partir das características textuais, podemos concluir que se trata de um texto basicamente:

- a) narrativo, com personagens, enredo, conflito, clímax e desfecho.
- b) descritivo, com imagens plásticas que configuram uma paisagem.
- c) dissertativo, com argumentação e contra-argumentação.
- d) instrucional, com elaboração de prescrições e orientações de execução.
- e) expositivo, com apresentação de conceitos de um raciocínio formal.

02. São elementos presentes na composição do poema, **EXCETO**:

- a) o canto triste das lavadeiras
- b) a curva purpurina da lua
- c) a volta do rebanho e dos pastores
- d) o gemido da juriti saudosa

e) o suspiro plangente das lavadeiras

03. O termo *lânguido* (verso 1) tem maior aproximação semântica com:

- a) voluptuoso
- b) sensual
- c) fraco
- d) robusto
- e) mórbido

04. Predomina no poema uma linguagem:

- a) denotativa – de sentido objetivo, apropriado dos termos.
- b) conotativa – de sentido figurado, polivalente dos termos.
- c) conativa – de sentido apelativo, propagandístico dos termos.
- d) metapoética – de sentido autorreflexivo, autoexplicativo dos termos.
- e) referencial – de sentido científico, exato dos termos.

05. As formas gerundiais usadas no poema (versos 6, 9, 13) sugerem:

- a) início de ação
- b) fim de ação
- c) ação intermitente
- d) ação continuada
- e) repetição de ação

06. No poema, os verbos estão empregados nas seguintes formas:

- a) presente do indicativo e gerúndio
- b) presente do subjuntivo e gerúndio
- c) presente do indicativo e particípio
- d) presente do subjuntivo e infinitivo
- e) presente do subjuntivo e particípio

07. No verso: “Vê-se **da Lua a curva purpurina**”, os termos destacados funcionam sintaticamente como:

- a) sujeito
- b) objeto direto
- c) objeto indireto
- d) complemento nominal
- e) agente da passiva

08. No verso: “As lavadeiras cantam **tristemente**”, o termo destacado é um adjunto adverbial de:

- a) causa
- b) tempo
- c) modo
- d) condição
- e) concessão

09. No verso: “Sobem do vale **e descem da colina**”, a oração destacada é uma coordenada sindética:

- a) aditiva
- b) adversativa
- c) alternativa
- d) conclusiva
- e) explicativa

10. Os termos *lânguido* e *tépido* são acentuados, pois se tratam de:

- a) monossílabos tônicos
- b) monossílabos átonos
- c) oxítonos
- d) proparoxítonos
- e) paroxítonos

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS + CONHECIMENTOS LOCAIS

11. A prática de exercícios físicos leva a resultados benéficos para os diabéticos. Com exercícios físicos apropriados, dieta controlada e a devida medicação prescrita pelo médico, os diabéticos podem ter entre outros os seguintes benefícios, **EXCETO**:

- a) Elevação da eficácia da insulina.
- b) Diminuição nos níveis de glicose no sangue durante e por até 48 horas após a atividade.
- c) Manutenção da quantidade de medicamentos necessários: diminuição nos níveis de glicose, e a quantidade de insulina necessária também diminuem.
- d) Melhora na circulação: exercícios físicos ajudam a construir mais capilares nos tecidos, assim melhorando a circulação periférica.
- e) Controle do peso corporal.

12. Para que a força muscular seja aumentada, é preciso que as cargas de treinamento provoquem tensões no músculo superiores àquelas experimentadas durante as atividades cotidianas. Essa basicamente, é a definição de um dos mais importantes Princípios do Treinamento da Força Muscular nos processos de treinamento e reabilitação. O texto se refere a que princípio?

- a) Princípio da Reversibilidade.
- b) Princípio da Imobilização.
- c) Princípio da Especificidade.
- d) Princípio da Sobrecarga.
- e) Princípio da Potência Muscular.

13. A Cinesiologia é a ciência que tem como enfoque a análise dos movimentos. Os movimentos ocorrem através de planos imaginários e em eixos perpendiculares ao movimento e por convenção os movimentos articulares são definidos com relação à posição anatômica. Na posição anatômica, o corpo é referenciado de acordo com três planos mutuamente ortogonais:

I-O Plano Sagital, divide o corpo simetricamente em partes direita e esquerda. As ações articulares ocorrem em torno de

um eixo horizontal ou transversal e incluem os movimentos de flexão e extensão.

II-O Plano Coronal ou Frontal, divide o corpo em partes anterior(ventral) e posterior(dorsal). As ações articulares ocorrem em torno de um eixo ântero-posterior incluem a abdução e adução.

III-O Plano Transversal ou Horizontal, divide o corpo em partes superior, medial e inferior. As ações articulares ocorrem em torno de um eixo longitudinal ou vertical e incluem a rotação medial-lateral e pronação- supinação.

A esse respeito pode-se concluir que estão corretas as afirmativas:

- a) I e II
- b) I
- c) II e III
- d) I, II e III
- e) I e III

14. Existem dois objetivos na execução de um programa de treinamento na gravidez, são eles: preparar para o parto e manter a saúde por meio da forma física. Neste sentido para montar um programa de treinamento seguro e eficaz, é necessário observar algumas recomendações. **EXCETO**:

- a) Prescrever exercícios leves e de forma regular, numa frequência de três a cinco vezes por semana.
- b) Evitar todo e qualquer tipo de impacto sobre as articulações.
- c) Controlar constantemente a frequência cardíaca, mantendo a mesma ente 40% a 80% da máxima, para segurança da gestante e do bebê, evitando assim a falta de oxigênio para o feto.
- d) Antes de iniciar um programa de atividade física, consultar o obstetra para que o mesmo informe particularidades sobre a gestação e exercícios contra indicados para o caso específico da gestante.
- e) Os exercícios físicos com maiores índices de recomendações são: atividades aquáticas (hidroginástica), alongamentos, reforço muscular geral e exercícios aeróbicos de baixa intensidade e sem impacto.

15. A inatividade física é um dos fatores de risco mais importantes para as doenças crônicas, associadas a dieta inadequada e uso do fumo. É bastante prevalente a inatividade física entre idosos. Os principais benefícios biológicos, psicológicos e sociais proporcionados pelo desempenho da atividade física podem ser observados, **EXCETO**:

- (A) Melhor funcionamento corporal, diminuindo as perdas funcionais, favorecendo a preservação da independência.
- b) Redução no risco de morte por doenças cardiovasculares
- c) Diminuição da ansiedade, do estresse, melhora do estado de humor e da auto-estima.
- d) Diminui a resposta imunológica.
- e) Ampliação do contato social.

16. A recomendação de atividade física para hipertensos baseia-se em parâmetros de frequência, duração, intensidade e modo de realização. Observe as afirmativas

I- A atividade física deve ser realizada por pelo menos 30 minutos, de intensidade moderada, na maior parte dos dias da semana(5) de forma contínua ou acumulada.

II- A orientação ao paciente deve ser clara e objetiva. As pessoas devem incorporar a atividade física nas atividades rotineiras como caminhar, subir escadas, realizar atividades domésticas dentro e fora de casa.

III- De forma prática, a atividade não deve ser fatigante, pois aí ela deixaria de ser moderada e passaria a ser intensa.

IV- Para prática de atividades moderadas, há necessidade da realização de avaliação cardiorrespiratória de esforço para indivíduos iniciarem um programa de atividade física.

Estão corretas somente as afirmativas:

- a) I, II e IV
- b) I, III e IV
- c) II e III
- d) I, II, III, IV
- e) I, II e III

17. A Flexibilidade pode ser definida como qualidade física expressa pela amplitude do movimento voluntário de uma articulação ou combinação de articulações num determinado sentido. Assinale a opção CORRETA sobre os fatores influenciadores da flexibilidade.

- a) Volume muscular, idade, hora do dia, temperatura ambiente, estado de treinamento e situação do atleta.
- b) Maleabilidade da pele, volume muscular, sexo, hora do dia, estado de treinamento, situação do atleta e elasticidade muscular.
- c) Idade, sexo, hora do dia, temperatura ambiente, estado de treinamento e situação do atleta.
- d) Mobilidade articular, idade, sexo, hora do dia, temperatura ambiente e elasticidade muscular.
- e) Idade, sexo, hora do dia, maleabilidade da pele, estado de treinamento e situação da pele.

18. "Parte da preparação física que visa provocar alterações no organismo, principalmente nos sistemas cardiocirculatório e respiratório, incluindo o sistema de transporte de oxigênio e o mecanismo de equilíbrio ácido-base, de forma a propiciar uma melhoria da performance." O texto acima refere-se ao Treinamento Cardiopulmonar.

Em relação as suas finalidades, relacione a segunda coluna de acordo com a primeira:

- I - Profilática
- II - Terapêutica
- III - De Estabilização
- IV - Estética
- V - De Treinamento

() Realizado por pessoas doentes como fator de controle de suas afecções ou disfunções.

() Quando realizado por não-atleta, saudável, visando prevenir o surgimento de uma hipocinesia.

() Quando o treinamento é realizado visando obter uma diminuição da gordura corporal.

() Executado durante a preparação de atletas com finalidade competitiva e obedecendo aos princípios científicos do treinamento desportivo.

() Se o treinamento é feito por sedentários visando a cura ou coadjuvação no tratamento de algum problema de saúde.

A sequência CORRETA é:

- a) III, I, IV, V, II
- b) III, II, V, IV, I
- c) I, II, IV, V, I
- d) II, I, III, V, II
- e) IV, III, II, V, I

19. O sistema aeróbico constitui-se de diversas reações químicas que podem ser agrupadas em três séries principais. Nas alternativas abaixo assinale a única opção CORRETA.

- a) Oxidação beta, ciclo de Krebs e ATP.
- b) Sistema de transporte de elétrons, oxidação beta e ATP.
- c) Oxidação beta, ciclo de Krebs e Sistema de transporte de elétrons.
- d) Ciclo de Krebs, ATP e Sistema de transporte de elétrons
- e) Todas as alternativas acima estão corretas.

20. A resistência é a capacidade que permite a um atleta sustentar por um longo período de tempo uma atividade física em condições aeróbicas ou anaeróbicas. O treinamento de resistência tem determinados objetivos, que servirão para otimizar o rendimento da atividade esportiva. Dentre os principais, podemos destacar EXCETO:

- a) Otimizar, de maneira estável, os diferentes aspectos que estruturam a resistência específica do esportista.
- b) Desenvolver a capacidade de manter durante a competição uma elevada magnitude de trabalho, dificultando o máximo possível a chegada da fadiga muscular.
- c) Suportar uma variedade de velocidades e intensidade no desenvolvimento do esforço durante os exercícios.
- d) Estruturar os diferentes componentes do rendimento específico de tal maneira que exista um adequado equilíbrio entre eles.
- e) Diminuir os riscos de lesões.

21. "Capacidade de realizar esforços físicos sem fadiga excessiva, garantido a sobrevivência de pessoas em boas condições orgânicas no meio ambiente em que vivem". É CORRETO afirmar que Guedes, se refere:

- a) Força física
- b) Atividade física

- c) Capacidade aeróbica
- d) Aptidão física
- e) Qualidade de vida.

22. De acordo com a Resolução CONFEF nº 056/2003 que dispõe sobre o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física registrados no Sistema CONFEF/CREF, o exercício profissional em Educação Física pautar-se-á pelos seguintes princípios, **EXCETO**:

- a) O respeito à ética nas diversas atividades profissionais;
- b) Zelar pela sua competência exclusiva na prestação dos serviços a seu encargo;
- c) O respeito à ética nas diversas atividades profissionais;
- d) A valorização da identidade profissional no campo da atividade física;
- e) Sustentabilidade do meio ambiente.

23. São Direitos e benefícios do Profissionais de Educação Física:

I- Exercer a Profissão sem ser discriminado por questões de religião, raça, sexo, idade, opinião política, cor, orientação sexual ou de qualquer outra natureza.

II- Auxiliar a fiscalização do exercício profissional

III- Participar de movimentos em defesa da dignidade profissional, principalmente na busca de aprimoramento técnico, científico e ético;

IV- Acatar as deliberações emanadas do Sistema CONFEF/CREFs

Estão corretas somente as afirmativas:

- a) I e III
- b) I e IV
- c) II e III
- d) II e IV
- e) III e IV

24. A noção dos termos de movimento é um dos conhecimentos básicos de anatomia. Marque a opção que especifique o que é a ABDUÇÃO.

- a) Movimento circular de um membro que descreve um cone, combinando os movimentos de flexão, extensão, abdução e adução.
- b) Movimento no plano horizontal, em que a face anterior volta-se para o plano lateral do corpo.
- c) Movimento no plano horizontal afastando-se da linha mediana do corpo.
- d) Movimento no plano frontal, quando um segmento move-se para longe da linha central do corpo.
- e) Movimento no plano frontal, a partir de uma posição de abdução de volta à posição anatômica.

25. Quando giramos a planta do pé para dentro ou medialmente, estamos praticando:

- a) Flexão do tornozelo
- b) Eversão

- c) Inversão
- d) Flexão plantar
- e) Flexão dorsal

26. O líquido sinovial é produzido na membrana sinovial. Quando danificada a membrana sinovial regenera-se. Marque a alternativa que contenha as duas funções do líquido sinovial.

- a) Permitir a articulação os movimentos de deslizar ou escorregar e evitar artrose.
- b) Evitar artrose e nutrir a articulação.
- c) Nutrir a articulação e evitar entorse.
- d) Evitar artrose e lubrificar a articulação.
- e) Lubrificar e nutrir a cartilagem sinovial.

27. O avaliado deve estar em posição ortostática com os braços relaxados ao longo do corpo. O avaliador coloca-se ao lado do avaliado. A medida será feita no primeiro terço (proximal) da linha entre a axila anterior e o mamilo, para as mulheres, e no terço medial, para os homens. O texto acima refere-se:

- a) Dobra cutânea axilar média.
- b) Dobra cutânea peitoral.
- c) Dobra cutânea abdominal
- d) Dobra cutânea axilar
- e) Dobra cutânea peitoral média.

28. Os músculos podem ser classificados segundo a ação que realizam. **EXCETO**:

- a) Músculo agonista
- b) Músculo antagonista
- c) Músculo sinergista
- d) Músculo fixador
- e) Músculo protagonista

29. O alongamento é um meio para melhorar a capacidade física de flexibilidade, otimizando a amplitude do movimento (ARCHOUR JUNIOR, 2002). São métodos de alongamento:

- a) Estático e dinâmico
- b) Estático e metabólico
- c) Estático
- d) Dinâmico
- e) Dinâmico e metabólico

30. Podemos citar como funções do Sistema Esquelético, **EXCETO**:

- a) Armazenamento de sais
- b) Proteção de estruturas vitais
- c) Base mecânica para o movimento
- d) Produção do líquido sinovial
- e) Hematopoiética.

31. DIABETES SACARINO – “Diabetes verdadeiro. *Diabetes mellitus*. Produzido pela falta ou deficiência de insulina”. A diabetes *mellitus*, é uma doença que possui

uma classificação. Qual tipo de diabetes *mellitus* causado pela falta de insulina e associado a infecções virais?

- a) Tipo I.
- b) Tipo II.
- c) Tipo III.
- d) Tipo IV.
- e) Tipo V.

32. Dentre os principais pontos anatômicos empregados em antropométrica, é **INCORRETO** afirmar:

- a) Vértex – é a parte mais alta do crânio.
- b) Acromial – é o ponto mais lateral do bordo superior e externo do processo acromial.
- c) Iliocristal – é o ponto mais lateral do trocanter maior do fêmur.
- d) Tibial – é o ponto mais superior do bordo da cabeça da tibia.
- e) Maleolar – situa-se no ponto mais inferior do maléolotibial.

33. O álcool causa inúmeros problemas para as pessoas e principalmente para os atletas, **EXCETO**:

- a) O atleta começa a desidratar porque a perda de líquido é maior.
- b) Na pele, acontece a vasodilatação periférica, o que acarreta o ganho de calor podendo levar a hipotermia em lugares mais frios.
- c) Enfraquecimento muscular.
- d) Aumento da pressão arterial
- e) Aumenta o risco de lesões.

34. O tabagismo e os esportes não combinam. Em repouso e, numa menor extensão, durante o exercício, a nicotina da fumaça do cigarro provoca **EXCETO**:

- a) Aumenta a frequência cardíaca
- b) Aumenta a pressão arterial
- c) Aumenta o débito sanguíneo cardíaco
- d) Aumenta a demanda de oxigênio pelo músculo cardíaco
- e) aumento da resistência ao fluxo respiratório nas vias pulmonares

35. Dentre os fatores que modificam a força, assinale a única opção **INCORRETA**:

- a) Psicológicos
- b) Neurais
- c) Musculares
- d) Biomecânicos
- e) Fisiculturismo.

36. O Município de Presidente Dutra está cravado na Microrregião que leva o mesmo nome deste Município. Esta Microrregião é formada por Municípios, sendo que, dentre os Municípios que a formam, é o Município de aquele de maior área geográfica.

As duas lacunas acima são preenchidas, corretamente, pelos elementos dispostos, na ordem e respectivamente, na alternativa:

- a) 10 – São Domingos do Maranhão
- b) 11 – Gonçalves Dias
- c) 12 – Tuntum
- d) 11 – São Domingos do Maranhão
- e) 11 – Presidente Dutra

37. Você sai de Presidente Dutra na direção Leste, chegando ao extremo Leste da Microrregião de Presidente Dutra. Chegando na extremidade Leste desta Microrregião, você segue na direção Sul, chegando ao Município desta mesma Microrregião que fica no extremo Norte. Sabendo que o Município ao qual você chegou consta em uma das alternativas seguintes, indique em que Município você chegou

- a) São Domingos do Maranhão
- b) Fortuna
- c) Senador Alexandre Costa
- d) Gonçalves Dias
- e) Governador Eugênio Barros

38. No que tange à Economia do Município de Presidente Dutra, no que se refere às despesas e receitas orçamentárias, segundo o último levantamento do IBGE

- a) As despesas orçamentárias empenhadas são maiores, em cerca de 5%, que as receitas orçamentárias realizadas.
- b) As despesas orçamentárias empenhadas são maiores, em cerca de 2%, que as receitas orçamentárias realizadas.
- c) As despesas orçamentárias empenhadas são menores que as receitas orçamentárias realizadas.
- d) As despesas orçamentárias empenhadas são, em termos muito próximos, iguais às receitas orçamentárias realizadas.
- e) Nenhuma das alternativas acima é correta.

39. No que tange à economia de Presidente Dutra, dentre alguns produtos oriundos da extração vegetal ou da silvicultura, aquele que representa maior importância econômica para o Município é, com uma produção próxima a

As lacunas acima são preenchidas corretamente pelos elementos dispostos, respectivamente, na alternativa

- a) a amêndoa de babaçu – 360 toneladas.
- b) a madeira (carvão vegetal) – 260 toneladas
- c) a madeira (lenha) – 3.800 metros cúbicos
- d) a madeira (madeira em toras) – 190 metros cúbicos
- e) o buriti (fibras) – 12 toneladas

40. Dentre os produtos elencados nas alternativas seguintes, assinale aquele que, em termos econômicos, tem maior relevância para economia local (de Presidente Dutra)

- a) o milho
- b) o feijão
- c) a cana-de-açúcar
- d) a banana
- e) o arroz