

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 junto com o seu caderno de questões.
- 5) Será excluído do certame o candidato que não assinar o cartão resposta ou o fizer fora do local indicado, bem como aquele que assinar em desconformidade com a assinatura constante no documento oficial de identificação.
- 6) Tenha cuidado com o seu cartão-resposta, pois este é personalizado e não será substituído em hipótese alguma.
- 7) 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:
- 8) Para cada uma das questões são apresentadas cinco alternativas e somente uma responde adequadamente ao quesito proposto. A marcação em mais de uma alternativa ou marcações rasuradas anulam a questão.
- 9) As Provas Objetivas e os gabaritos serão divulgados no primeiro 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 integrante desta Prova que será destacado na hora da entrega pelo fiscal. Caso o candidato seja surpreendido com qualquer outro tipo de anotações em documentos que não seja o previsto acima, **será eliminado do certame**.

FOLHA DE ANOTAÇÃO DO GABARITO: ATENÇÃO: Esta parte somente deverá ser destacada pelo fiscal da sala, após o término da prova.

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

EM BRANCO

INSCRIÇÃO:

--	--	--	--	--	--

ASSINATURA:

LÍNGUA PORTUGUESA

Leia os versos seguintes

A cavalgada

Raimundo Correia

A lua banha a solitária estrada...
Silêncio!... Mas além, confuso e brando,
O som longínquo vem-se aproximando
Do galopar de estranha cavalgada.

São fidalgos **que** voltam da caçada;
Vêm alegres, vêm rindo, vêm cantando.
E as trompas a soar vão agitando
O remanso da noite embalsamada...

E o bosque estala, move-se, estremece...
Da cavalgada o **estrépito** que aumenta
Perde-se após no centro da montanha...

E o silêncio outra vez **soturno** desce...
E límpida, sem mácula, alvacenta
A lua a estrada solitária banha...

01. Observe o primeiro e último verso do soneto. Os vocábulos que compõem os dois versos são os mesmos, ocorrendo apenas uma alteração na ordem. O poeta, em uma construção textual magistral, constrói textualmente uma modificação

- a) no sujeito-observador
- b) na geometria do soneto
- c) na inversão dos valores
- d) de perspectiva, para o observador
- e) de observador

02. No poema, o vocábulo **estrépito**, em destaque (negrito e sublinhado), no texto, tem sentido semelhante a

- a) ruídos intermitentes
- b) quietação
- c) baque
- d) pancada
- e) ruído forte

03. No quarto verso o vocábulo em destaque tem função de

- a) pronome substantivo relativo
- b) preposição
- c) advérbio
- d) partícula enfática
- e) conjunção

04. No verso “E o bosque estala, move-se, estremece...” observa-se uma figura de linguagem conhecida como

- a) sinestesia
- b) metonímia
- c) prosopopeia
- d) paradoxo
- e) perífrase

05. No décimo segundo verso, a palavra em destaque, no texto, dentre as alternativas seguintes, apenas não pode assumir o significado de

- a) triste
- b) funesto
- c) melancólico
- d) sorumbático
- e) taciturno

06. Pelo que informa o texto, e apenas por ele, **não** se pode inferir que

- a) a cavalgada não era uma cavalgada comum naquela estrada.
- b) os fidalgos traziam instrumentos de sopro.
- c) o remanso da noite era embalsamado.
- d) a Lua se apresentava alvadia
- e) o som das trompas agitava a quietação da noite.

07. Leia a sentença:

O Advogado Astrobaldo Ferreira reside **pertíssimo** do Comércio Esporte Clube, em Floriano(PI).

Sobre o grau do adjetivo destacado, é

- a) comparativo de proximidade
- b) superlativo absoluto sintético
- c) superlativo absoluto analítico
- d) superlativo absoluto analítico analítico
- e) comparativo absoluto sintético sintético

08. Astrobaldo Ferreira, do alto dos seus tamancos, virou-se para Astrobaldozinho, que já se dirigia para a saída da Escola, o Colégio Industrial São Francisco de Assis, e, com voz de comando, bradou:

– Não saia **agora!!!**

A circunstância expressa pelo adjunto adverbial destacado é de

- a) negação
- b) tempo
- c) modo
- d) intensidade
- e) lugar

09. O Almirante Mário Luna, conversando com amigos, recordando uma bela colega de infância, disse:

– Ela, Ana Luzia, tinha um rosto rosado e doce.

Na frase do Almirante, observa-se uma figura de linguagem denominada de

- a) perífrase
- b) hipálage
- c) metonímia
- d) sinestesia
- e) assíndeto

10. Nas linhas seguintes são postas quatro sentenças. Em cada uma das sentenças, observe os termos destacados.

- () Em Floriano, moro na Rua Sete..
- () O cachorro fugiu
- () Astrobaldozinho é muito bom aluno
- () Bejei-lhe as mãos

Pondo-se, onde couber, nas lacunas acima

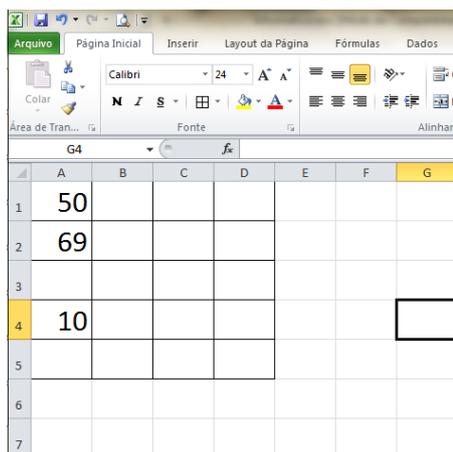
- 1. Para adjunto adnominal
- 2. Para adjunto adverbial
- 3. Para aposto
- 4. Para vocativo

A sequência correta, se lida de cima para baixo, é

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

INFORMÁTICA

Com base na figura abaixo (MS-EXCEL 2010) responda a questão 11.



	A	B	C	D	E	F	G
1	50						
2	69						
3							
4	10						
5							
6							
7							

11. Ao aplicar a fórmula =MÉDIA(A1:A4), na célula G4, teremos como resultado:

- a) 30
- b) 32
- c) 43
- d) 64,5
- e) 65

12. Marque a alternativa correta em relação ao componente utilizado para ativar ou desativar os alertas do sistema referentes à manutenção e segurança do Windows 7.

- a) Windows defender;
- b) Windows update;
- c) Central de notificações;
- d) Central de Ações;
- e) Device stage.

13. Analise as afirmativas abaixo:

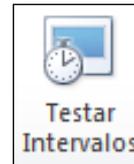
I – NTFS é o sistema de arquivos preferencial do Windows7;
II – EXT2 é um exemplo de sistema de arquivo do Linux;
III – O sistema de arquivos é utilizado pelo Sistema Operacional para gerenciar a gravação e a recuperação de dados do dispositivo de armazenamento.

Assinale a alternativa correta:

- a) Apenas a afirmativa I é verdadeira;
- b) Apenas a afirmativa II é verdadeira;
- c) Apenas a afirmativa III é verdadeira;
- d) Todas afirmativas são falsas;
- e) Todas afirmativas são verdadeiras.

14. Analise as afirmativas abaixo sobre o POWERPOINT 2010:

I – O botão **Testar** está localizado na guia

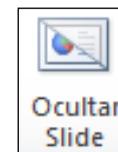


Intervalos Exibição;



II – O botão **Transmitir Apresentação de Slides** tem a função de transmitir a apresentação de slides para visualizadores remotos que possam assisti-la em um navegador da WEB.

III – A opção **Ocultar Slide** está localizada



na guia Exibição.

Assinale a alternativa correta:

- a) Apenas a afirmativa I é verdadeira;
- b) Apenas a afirmativa II é verdadeira;
- c) Apenas a afirmativa III é verdadeira;
- d) Apenas as afirmativas I e II são verdadeiras;
- e) Apenas as afirmativas II e III são verdadeiras.

15. Analise as afirmativas abaixo:

I – Intranet é um espaço restrito a determinado público, utilizado para compartilhamento de informações restritas, que pode ser acessado por senhas e logins;

II – URL (Uniform Resource Locator) é o endereço alfanumérico de um site;

III – DNS (Domain Name System) é um protocolo usado para transferir arquivos pela Internet.

Assinale a alternativa correta:

- a) Apenas a afirmativa I é verdadeira;
- b) Apenas a afirmativa II é verdadeira;
- c) Apenas a afirmativa III é verdadeira;
- d) Apenas as afirmativas I e II são verdadeiras;
- e) Apenas as afirmativas II e III são verdadeiras.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS + CONHECIMENTOS LOCAIS

16. No indivíduo adulto, é clássico admitir que o número de ossos do corpo humano é, sendo que na face são computados ossos, e no pescoço são contabilizados ossos.

Os número que completam, corretamente, os espaços vazios, são, na ordem e respectivamente, os números dispostos na alternativa

- a) 206 – 22 – 06
- b) 206 – 14 – 06
- c) 204 – 22 – 08
- d) 206 – 14 – 08
- e) 206 – 22 – 08

17. Estão presentes no interior de alguns tendões em que há considerável fricção, tensão e estresse físico, como as palmas e plantas. Podem variar de tamanho e número, de pessoa para pessoa, não são sempre completamente ossificados e normalmente (existe exceção) medem apenas alguns milímetros de diâmetro.

O texto se reporta a ossos

- a) Tubulares
- b) Sesamóides
- c) Suturais
- d) Pneumáticos
- e) Laminares

18. “Mover-se em direção ao plano mediano em um plano coronal”. A descrição se reporta a que tipo de movimento?

- a) Extensão
- b) Abdução
- c) Adução
- d) Circundução
- e) Distal

19. São componentes anatômicos dos músculos estriados, **EXCETO**

- a) Ventre muscular

- b) Bainhas
- c) Tendão
- d) Aponeurose
- e) Perimísio

20. Sobre um músculo sabe-se que

Se fixo na coluna, em ação eleva o ombro e aduz as escápulas. Se fixo na escápula, contração unilateral: inclina a cabeça para o mesmo lado, rodando o campo de visão para o lado oposto. Na escápula faz rotação superior, adução, elevação e depressão.

Trata-se do

- a) Trapézio
- b) Grande dorsal
- c) Levantador da escápula
- d) Serrátil postero-superior
- e) Serrátil postero-inferior.

21. No que tange a músculos da região ântero-lateral da coxa, analise as seguintes assertivas.

I. Tensor da fáscia lata. Ação: tenciona a fáscia lata, rotação medial da coxa, inclinação da pelve, estabiliza a pelve sobre o fêmur e o fêmur sobre a tíbia.

II. Sartório. Ação: flexão do quadril, flexão do joelho, abdução da coxa e rotação lateral da coxa.

III. Grácil. Ação: flexão do joelho, rotação medial e adução da coxa.

Está(ao) correta(s)

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

22. Astrobaldo Ferreira, advogado florianense, nascido em 1960, gozando de boa saúde, submetido, em outubro de 2012, a uma avaliação física, ficou constatado que seu percentual de gordura corporal é de 20%. (Pollock & Wilmore, 1993). Pode-se afirmar que, no que tange à porcentagem de gordura corporal, o quadro apresentado por Astrobaldo Ferreira é

- a) Excelente
- b) Bom
- c) Acima da média
- d) Na média
- e) Abaixo da média

23. O mesmo advogado, Astrobaldo Ferreira, que goza de boa saúde e pratica esportes regularmente, deve ser orientado que sua frequência cardíaca de treinamento deve permanecer, aproximadamente, no seguinte intervalo:

- a) 100bpm até 142bpm
- b) 90bpm até 120bpm
- c) 100bpm até 120bpm
- d) 110bpm até 150bpm
- e) 85bpm até 130bpm

24. Zé Raymundo, 17 anos, aluno do segundo grau de uma escola em Poção de Pedras, com massa corporal de 65kg, pratica futsal (MET = 7) na quadra de sua escola por 40 minutos. O gasto calórico deste aluno, na prática desse esporte, é estimado, aproximadamente em

- a) 421kcal
- b) 403kca
- c) 342kcal
- d) 324kcal
- e) 303kcal

25. Analise as assertivas seguintes

I. Ao praticar atividade física moderada, é recomendado ao praticante ingerir líquidos somente ao final de cada sessão de exercícios.

II. O profissional da Educação Física, na construção do exercício de força, deve considerar que esse exercício envolve contração muscular concêntrica, excêntrica e isométrica.

III. Um treino de força muscular praticado de modo adequado tem sua magnitude influenciada, de forma determinante, pela predisposição genética, motivação intrínseca, suporte técnico e nível de habilidade motora.

IV. A composição corporal, a força e a resistência muscular, a flexibilidade e função cardiorrespiratória são componentes do condicionamento físico relacionados à saúde.

Assinale

- a) Se corretas I, II e III, apenas.
- b) Se corretas II, III e IV, apenas.
- c) Se corretas II e IV, apenas.
- d) Se corretas I, III e IV, apenas.
- e) Se corretas I, II, III e IV.

26. Analise as assertivas abaixo:

I. Em relação à diabetes tipo 2, o exercício físico regular colabora na redução da concentração de glicose sanguínea em jejum e ajuda a melhorar a tolerância à glicose e a sensibilidade à insulina.

II. Em relação à diabetes tipo 1, o exercício físico regular colabora na redução da concentração de glicose sanguínea em jejum e ajuda a melhorar a tolerância à glicose e a diminuir a sensibilidade à insulina.

III. Em relação à diabetes tipo 2, o exercício físico regular colabora na redução da concentração de glicose sanguínea em jejum e diminuir a tolerância à glicose e melhorar a sensibilidade à insulina.

Assinale

- a) se corretas I e II, apenas
- b) se correta II, apenas
- c) se corretas II e III, apenas
- d) se correta I, apenas
- e) se todas são incorretas.

27. O CONFEF (Resolução N.º 073/2004) estabeleceu diretrizes de competência para a Ginástica Laboral. A Ginástica Laboral pode ser

- a) Motora e cognitiva.
- b) Preparatória e preventiva.
- c) Preparatória e preventiva.
- d) Social e preventiva.
- e) Preparatória, física, social e motora.

28. Segundo o Estatuto do Conselho Federal de Educação Física, dentre outras, constitui infração disciplinar, **EXCETO**

a) Transgredir preceitos do Código de Ética do Profissional de Educação Física e exercer a profissão quando impedido de fazê-lo, ou facilitar, por qualquer meio, o seu exercício por pessoa não registrada no CREF.

b) Incidir em erro que evidencie inércia profissional ou praticar crime.

c) Praticar, permitir ou estimular no exercício da atividade profissional, ato que a lei defina como contravenção penal.

d) Deixar de pagar anuidade legalmente devida ao CREF.

e) Utilizar, indevidamente, informação obtida por conta de sua atuação profissional, com a finalidade de obter benefício pessoal ou para terceiros.

29. O Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) é composto de quantos Conselheiros Efetivos?

- a) 20
- b) 28
- c) 15
- d) 18
- e) 12

30. Analise as assertivas seguintes

I. Pode-se afirmar que o método balístico e o de facilitação neuromuscular proprioceptiva é o método mais utilizado na prática de exercícios de flexibilização.

II. A flexibilização pode ser considerada como a capacidade do corpo absorver a majoração da carga sobre determinada articulação.

III. A flexibilização proporciona aumento do comprimento da unidade músculo-tendão.

IV. A flexibilização pode ser compreendida, também, como a amplitude articular mínima nas articulações.

Assinale

- a) Se correta apenas uma das assertivas acima.
- b) Se corretas apenas duas das assertivas acima.
- c) Se corretas apenas três das assertivas acima.
- d) Se todas são corretas.
- e) Se todas são incorretas.

31. Um jovem tem altura de 1,75m e pesa exatamente 91,5kg. Segundo os critérios adotados pela OMS, definidos conforme o IMC (Índice de massa corporal), esse jovem:

- a) É saudável
- b) Apresenta sobrepeso
- c) Apresenta grau 1 de obesidade
- d) Apresenta grau 2 de obesidade
- e) Apresenta obesidade mórbida.

32. Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), idoso é sujeito que tem entre 60 e 74 anos ; velho é aquele que tem entre 75 anos e 90 anos. Acima de 90 anos é muito velho. Você é instado a promover um treinamento de resistência muscular localizada para idosos. Neste caso, você deve indicar

- a) Realizar os exercícios lentamente e em apneia.
- b) Realizar exercícios, mas utilizando apenas 90% da carga máxima.
- c) Promover caminhadas, hidroginástica, nas suas amplitudes máximas.
- d) Exercícios físicos de 4 a 5 vezes por semana, com duração entre 60min a 9min.
- e) Séries entre 10 a 15 repetições

33. Denomina-se a diminuição progressiva do tamanho e número de fibras musculares ocorridos com a idade e de o amolecimento generalizado dos ossos, com consequentes deformações e artalgias. As duas lacunas no texto acima são preenchidas correta e respectivamente pelos elementos dispostos na alternativa

- a) Osteoporose – sarcopenia
- b) Sarcopenia – osteoporose
- c) Sarcopenia – osteomalácia
- d) Sarcopenia – osteartrose
- e) Osteartrose – osteomalácia

34. Você pratica atividade física de duração prolongada, quando acontecem contrações musculares de baixa tensão, que contribui para o desenvolvimento da resistência aeróbica. Nesse tipo de esforço, a via metabólica que predomina é a via

- a) Oxidativa
- b) da glicólise
- c) do ácido láctico
- d) pseudo-oxidativa
- e) semi-oxidativa

35. . Analise as assertivas seguintes

- I. Dar cambalhotas e correr são exercícios psicomotores.
- II. O teste de banco de Astrand é um teste de potência aeróbica.
- III. Teste de esteira e teste de Wingate são testes de potência aeróbica.
- IV. Supinação e pronação são movimentos que correspondem ao movimento de rotação lateral e movimento medial do antebraço, respectivamente.
- V. Isométrica – tipo de contratação muscular em que, embora o músculo seja submetido a determinada tensão, não diminui de comprimento.
- VI. Bíceps braquial e braquiorradial são músculos primários responsáveis pela extensão do cotovelo.

Assinale

- a) se corretas todas as assertivas acima.
- b) se apenas cinco das assertivas acima são corretas.
- c) se apenas quatro das assertivas acima são corretas.
- d) se apenas três das assertivas acima são corretas.
- e) se apenas duas das assertivas acima são corretas.

36. O Estado do Maranhão é dividido em regiões ecológicas. O Município de Poção de Pedras pertence a que região ecológica do Estado do Maranhão?

- a) Chapadões
- b) Pré-amazônica
- c) Cerrados
- d) Cocais
- e) Baixada

37. É a **extração vegetal** de maior importância econômica para o Município de Poção de Pedras, no Estado do Maranhão.

- a) A extração da amêndoa do babaçu
- b) Madeiras - Produção de carvão vegetal
- c) Madeiras – Produção de lenha
- d) Madeiras – Madeira em toras (p/serrarias)
- e) Castanha de caju.

38. Dentre as alternativas seguintes, indique qual das lavouras temporárias relacionadas é aquela de menor representação econômica para Poção de Pedras.

- a) Tomate
- b) Abacaxi
- c) Melancia
- d) Mandioca
- e) Feijão

39. Município que, integrante da mesma Microrregião de Poção de Pedras, se situa a Nordeste de Poção de Pedras.

- a) Lago dos Rodrigues

- b) Bernardo do Mearim
- c) Satubinha
- d) Lago do Junco
- e) Peritoró

40. Segundo o IBGE, sobre a altitude média do Município de Poção de Pedras, pode-se afirmar que

- a) é maior que 100m e inferior a 110m
- b) é maior que 110m e inferior a 115m
- c) é um valor acima de 120m e menor que 140m
- d) é um número menor ou igual a 100m
- e) é maior que 150m