

Nossas cidades

Nossas cidades não são uma selva de asfalto e concreto; são enormes zoológicos humanos, onde vivemos em condições que não são naturais para a nossa espécie e onde corremos perigo também de enlouquecer de tensão, de adoeceremos de civilização, pelo nariz, pela boca, pelos ouvidos.

Você, por exemplo, respira de 20 mil a 30 mil vezes por dia, inspirando de cada vez mais ou menos meio litro de ar. Cerca de 30% desse ar enche 350 milhões de minúsculos compartimentos no pulmão, onde o sangue troca o venenoso dióxido de carbono por oxigênio, sem o qual a vida é impossível. Nas grandes cidades, o ar contém centenas de toxinas que prejudicam o desenvolvimento normal das células. Os gases que escapam dos veículos a gasolina, por exemplo, impedem a perfeita oxigenação do sangue e provocam _____, doenças do coração, câncer. O monóxido de carbono é assimilado pelos glóbulos vermelhos 200 vezes mais depressa que o oxigênio. E o chumbo, derivado do tetraetileno de chumbo, é prejudicial acima de 100 milionésimos de grama por metro cúbico de ar, concentração que já existe em qualquer cidade de tamanho médio no Brasil.

E a água que bebemos? Os rios, principal fonte de água potável, são usados como canais de esgoto e de despejo. A vida animal, na maior parte dos rios que abastecem as grandes cidades, já não existe, porque a vida é impossível, não está para peixe. Esse líquido clorado, recuperado, da nossa era higiênica tem muito pouca coisa a ver com a água potável, de nascente, digna de peixe e de homem. Estações de tratamento, filtros, toda a química disponível não consegue esconder que estamos bebendo um líquido que supre as nossas necessidades vitais, **mas** que é chamado água apenas por hábito.

Além de tudo, estamos ficando surdos. Em cada sem cariocas (ou paulistas, ou gaúchos) deis tem problemas de audição e cinco foram vítimas de poluição sonora. Hoje em dia existem duas vezes mais pessoas surdas que haviam dez anos atrás, e a gente da cidade só houve sons a partir de 30 decibéis, 10 na melhor hipótese, enquanto o homem do campo escuta ruídos até de 1 decibel.

Dor de cabeça, fadiga _____, nervosismo, distúrbios de equilíbrio, afecções cardíacas e vasculares, anemias, úlceras de estômago, distúrbios gastrintestinais, neuroses, distúrbios glandulares, curtos-circuitos nervosos, tudo isso pode ser provocado pelo barulho das grandes cidades. E nem é _____ que seja barulho ensurdecedor, porque, na maior parte das vezes, ele já é incômodo e contínuo.

Enjaulados, **enquanto** não fizermos desse zoológico um jardim mais verde, mais limpo, mais saudável, menos neurótico, a única solução é sairmos de vez em quando para respirar ar puro, beber água de verdade, ouvir o silêncio, sentir os cheiros da vida e reconquistar a tranquilidade perdida.

LOBO, Luís. In **Turismo em Foco**. Ano IV, nº 19, p. 19.

01 - Assinale a alternativa que preenche corretamente as lacunas do texto:

- a) alergias - excessiva - pressizo.
- b) alergias - excessiva - preciso.
- c) alerjias - excessiva - preciso.
- d) alergias - exceciva - preciso.

02 - O texto de Luís Lobo está organizado em cinco elementos estruturais:

I - A poluição sonora.

II - Os problemas de nossas cidades.

III - A solução é sair de vez em quando para o campo.

IV - A poluição das águas.

V - A poluição do ar.

Assinale a alternativa que indica a ordem em que estes elementos aparecem no texto:

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

03 - Analise as afirmativas referentes ao texto:

I - O autor afirma que as cidades estão definitivamente condenadas e que a única solução para o homem da cidade é sair de vez em quando, para o campo.

II - O autor ao usar os termos “Você, por exemplo” e “E a água que bebemos?...” refere-se diretamente ao leitor.

III - O autor chama as cidades de “zoológicos humanos, porque, para ele o homem vive enjaulado, em condições que não são da natureza humana”.

Quais afirmativas estão corretas?

- a) Todas as afirmativas.
- b) Somente I e II.
- c) Somente II e III.
- d) Somente I e III.

04 - Assinale a alternativa em que as palavras retiradas do texto são acentuadas pela mesma razão que “planície”:

- a) contínuo e equilíbrio.
- b) vítima e ruído.
- c) química e cardíacas.
- d) veículo e líquida.

05 - O quarto parágrafo está contrariando as normas cultas da língua portuguesa quanto à (ao):

- a) Coesão e regência verbal.
- b) Ortografia e concordância verbal.
- c) Concordância verbal e nominal.
- d) Coerência e regência nominal.

06 - Assinale a alternativa em que está corretamente identificadas as relações de sentidos estabelecidas pelos elementos coesivos destacados no texto. (mas e enquanto):

- a) conclusão - consequência.
- b) explicação - oposição.
- c) justificativa - conclusão.
- d) oposição - tempo.

07 - Em um grupo de 60 estudantes, $\frac{3}{5}$ falam espanhol e 70% falam inglês. Nesse grupo, o número de estudantes que falam inglês e espanhol é igual a:

- a) 18.
- b) 21.
- c) 24.
- d) 27.

08 - Um reservatório em formato de cilindro equilátero possui área da secção meridiana medindo 36 m^2 . A capacidade desse reservatório é de:

Dado: $\pi = 3$.

- a) 648 m^3 .
- b) 324 m^3 .
- c) 162 m^3 .
- d) 108 m^3 .

09 - Glaucya possui um terreno em formato retangular, cuja largura mede 11 m a menos que o comprimento. Sabe-se que a área desse terreno é de 350 m^2 . O perímetro desse terreno é de:

- a) 39 m.
- b) 78 m.
- c) 117 m.
- d) 155 m.

10 - Gilmar aplicou determinado capital à taxa de juros simples de 2,5% a.m. e pretende cessar a aplicação quando o montante atingir o equivalente a $\frac{8}{5}$ do capital aplicado, o que ocorrerá em:

- a) 1 ano.
- b) 15 meses.
- c) 18 meses.
- d) 2 anos.

11 - Em que ano Castro deixou de ser chamada de “Vila Nova de Castro” e passou a ter sua denominação atual?

- a) 1.704.
- b) 1.789.
- c) 1.854.
- d) 1.857.

12 - Qual cargo de Ana de Hollanda no Ministério da Presidente Dilma Rousseff?

- a) Ministra da Casa Civil.
- b) Ministra da Cultura.
- c) Ministra do Meio Ambiente.
- d) Ministra do Planejamento, Orçamento e Gestão.

13 - Quantos Ex-presidentes da República, eleitos através do voto direto ainda estão vivos?

- a) 01 (um).
- b) 02 (dois).
- c) 03 (três).
- d) 04 (quatro).

14 - Quem é o(a) atual Presidente do Supremo Tribunal Federal?

- a) Ayres Brito.
- b) Gilmar Mendes.
- c) Cármen Lúcia.
- d) Cezar Peluso.

15 - Os hábitos higiênicos do cotidiano são considerados importantes para que o indivíduo tenha uma vida saudável. Em relação aos hábitos higiênicos pessoais é correto afirmar que:

- a) Lavar as mãos antes das refeições é imprescindível para evitar doenças.
- b) Tomar banho tem relação direta com higiene pessoal.
- c) Se o indivíduo tomar pelo menos dois banhos por dia, a condições de limpeza das roupas pouco importa.
- d) A higiene dental correta evita cáries e gengivite.

16 - A qualidade de vida passa por uma série de hábitos coletivos, sendo assim a higiene ambiental torna-se relevante para criar uma situação favorável da convivência em grupo. Qual das alternativas não pode ser classificada como higiene ambiental:

- a) Evitar levar animais em locais públicos.
- b) Separar o lixo reciclável do não reciclável.
- c) Manter o ambiente de trabalho arejado.
- d) Escovar os dentes após as refeições.

17 - A iniciação precoce é um tema muito discutido na iniciação esportiva, sabe-se que a atividade física não é prejudicial para crianças desde que a mesma seja realizada de acordo com a capacidade do indivíduo. Qual das situações abaixo se caracteriza como uma iniciação esportiva precoce prejudicial a criança?

- a) Quando há cobrança de resultados.
- b) Quando o professor não define uma modalidade.
- c) Quando a criança tem entre 7 e 9 anos.
- d) Quando a modalidade praticada não participa de competições.

18 - Segundo Bompa as fases da aprendizagem esportiva são imprescindíveis para um trabalho com resultados positivos, a periodização em longo prazo pode ser a resposta para uma iniciação esportiva satisfatória e a mesma contem duas dimensões; a multilateral e a especializada, segundo Bompa, dentro deste processo é correto afirmar que:

- a) Os jovens com talentos observáveis devem ser integrados diretamente na fase especializada.
- b) A especialização de um movimento depende estritamente da idade do praticante.
- c) Todos os envolvidos na iniciação esportiva devem participar da fase multilateral.
- d) A fase especializada não é indicada para o alto-desempenho.

19 - A estruturação de um planejamento pode definir o sucesso ou insucesso de um trabalho seja ele de curto, médio ou longo prazo. No trabalho com crianças, jovens ou adultos a presença de um bom planejamento significa um trabalho bem feito. Qual a sequencia dos elementos de um planejamento, considerando do mais amplo para o menos amplo?

- a) Macroциclo, mesociclo, microциclo e plano diário.
- b) Mesociclo, macroциclo, microциclo e plano diário.
- c) Microциclo, plano diário, macroциclo e mesociclo.
- d) Mesociclo, plano diário, macroциclo e microциclo.

20 - A preparação técnica de qualquer atividade sofre influencia da individualidade, ou seja, o equilíbrio entre como realizar corretamente o gesto e como a resposta é dada passa pela adaptação do movimento pelo indivíduo, que por sua vez, personaliza o movimento. Quais são os componentes que envolvem a preparação técnica?

- a) Físico e motor.
- b) Biológico e maturação.
- c) Cognitivo e motor.
- d) Sensorial e perceptivo.

21 - As capacidades físicas estão presentes na execução dos movimentos esportivos, recreativos e do cotidiano. O estímulo das capacidades físicas durante as aulas ou treinamento auxilia no desempenho positivo do aluno ou atleta dentro da atividade praticada. Em relação a capacidade física denominada de força muscular, qual o conceito de resistência muscular?

- a) É a maior força que o sistema neuromuscular pode mobilizar através de uma contração máxima voluntária, ocorrendo ou não movimento articular.
- b) É a capacidade do sistema neuromuscular sustentar níveis de força moderado por intervalos de tempo prolongado.
- c) É definida como a força produzida na unidade de tempo.
- d) É alcançada quando se supera o máximo de carga possível em uma única contração concêntrica.

22 - O esporte como educação foi reconhecido entre outros no Manifesto Mundial FIEP 2000 de educação física que afirma sobre a influência positiva do esporte dentro ou fora do ambiente escolar. Segundo Tubino, existe diferença entre esporte educacional e esporte escolar, qual a diferença entre os dois termos citados pelo autor?

- a) Esporte escolar: direcionada a descoberta de talentos e Esporte educação: Aprimora os talentos descobertos.
- b) Esporte escolar: Tem a finalidade de do desenvolvimento esportivo de seus participantes sem perder de vista a formação do mesmo para a cidadania. Esporte educação: Compreende as atividades praticadas nos sistemas de ensino de forma assistemática de educação evitando a seletividade e a hiper-competitividade de seus participantes.
- c) Esporte escolar: Compreende as atividades praticadas nos sistemas de ensino de forma assistemática de educação evitando a seletividade e a hiper-competitividade de seus participantes. Esporte educação: Tem a finalidade de do desenvolvimento esportivo de seus participantes sem perder de vista a formação do mesmo para a cidadania.
- d) Esporte escolar: Proporciona a formação esportiva generalizada. Esporte educação: Seleciona os talentos provenientes da educação física.

23 - Ao planejar um evento esportivo é necessário de que o tipo escolhido alcance o objetivo proposto pelos organizadores. A escolha entre torneio, campeonato, festival ou outros não pode ser simplesmente pela denominação e sim pelo que o evento tem como foco no dia ou no período em que for realizado. Na área esportiva, quais são as características de um festival?

- a) Evento esportivo participativo e informal. Visa a integração, promoção da modalidade, e principalmente motivar os participantes e familiares.
- b) Competição que reúne várias modalidades esportivas e consome alguns dias na realização das diversas categorias.
- c) Competição de caráter eliminatório que é realizada num curto espaço de tempo.
- d) Competição onde os concorrentes se enfrentam pelo menos uma vez e tem uma duração relativamente longa.

24 - Dentre as etapas de um evento esportivo, qual das alternativas descrevem as etapas que acontecem antes da realização do evento?

- a) Projeto e execução do evento.
- b) Execução do evento e questionário de satisfação e sugestão sobre o evento.
- c) Projeto e planejamento.
- d) Ideia, projeto, planejamento, execução do evento e questionário de satisfação e sugestão sobre o evento.

25 - Segundo Laban quais são os fatores de movimento que influenciam na qualidade expressiva?

- a) Idade e expressão.
- b) Coreografia, ritmo.
- c) Ambiente, hereditariedade e tarefa.
- d) Peso, tempo, espaço e fluência.

26 - Na perspectiva crítico-superadora, em relação ao desenvolvimento técnico, quais são os fundamentos sugeridos para o trabalho com dança?

- a) O mundo da escola.
- b) As ações da vida diária.
- c) Ritmo, espaço e energia.
- d) Os estados afetivos.

27 - Segundo Paulina Ossona quais são os ramos em que a dança clássica é subdividida?

- a) Dança Nobre, dança de caráter e dança de semicaráter.
- b) Dança clássica abstrata e dança clássica composta.
- c) Dança coreografada e dança livre.
- d) Dança criativa, dança ritmada e dança caracterizada.

28 - Émile Dalcroze foi um dos precursores da dança moderna e o mesmo desenvolveu o método Euritmia que consiste no estudo dos elementos da música por meio de movimentos por meio de três princípios básicos. Qual das alternativas descreve um princípio básico falso de acordo com o método de Dalcroze?

- a) Os movimentos usados na Euritmia são improvisados pelos próprios alunos e não propostos pelo professor.
- b) A dança é uma arte em si mesma.
- c) A Euritmia serve somente para aprender os passos básicos da dança.
- d) A Euritmia é um meio para se atingir a plena musicalidade.

29 - A dança moderna pode ser dividida em diversos estilos, qual dos estilos abaixo não faz parte da subdivisão da dança moderna?

- a) Dança Pantomímica.
- b) Dança concreta.
- c) Dança plástica.
- d) Dança demi-caractéri.

30 - A dança criativa é indicada por diversos autores para o trabalho na educação infantil. O que caracteriza a dança criativa?

- a) Em diversificação de coreografias prontas.
- b) Em passos simples pré-determinados.
- c) Em movimentos espontâneos.
- d) Em copia de coreografia musicada.