

LÍNGUA PORTUGUESA

LEIA TODOS OS TEXTOS, COM ATENÇÃO, PARA RESPONDER ÀS QUESTÕES DE 01 A 10.

TEXTO A**TEXTO B**

Se Vasco cair, Eurico ameaça “implodir” Dinamite.

O ex-presidente do Vasco, Eurico Miranda, mandou um recado ameaçador ao atual mandatário, Roberto Dinamite, em entrevista à Rádio Bandeirantes.

“Pense muito no que está fazendo com o Vasco, porque você não vai sair impune disso. Garanto que, nem que seja a última coisa que eu venha a fazer na minha vida, se o Vasco cair para a Segunda Divisão, eu vou acabar com você, com as suas vidas política e particular. Você só merece isso. Estou dizendo isso com todas as letras. Faça o diabo para impedir que o Vasco seja rebaixado. Pode continuar fazendo as suas lambanças, a sua auditoria, mas não deixe o Vasco cair. Se o Vasco for para a segunda divisão, eu vou acabar com você”, disparou.

(Fonte: <http://blog.miltonneves.ig.com.br/2008/10/21/se-vasco-cair-eurico-ameaca-implodir-com-dinamite/> (acessado em 10/06/12)).

1) Tendo em vista que há uma correlação entre os textos A e B, assinale a alternativa coerente acerca dos dois textos.

a) Fazendo referência a um filme (texto A), o site de humor não faz uma pilhéria, aludindo à remota possibilidade de o Vasco se manter na primeira divisão (Texto B).

b) O fato de o patrocinador, no primeiro texto, chamar-se champs – “campeão” em inglês – não se configura como uma ironia em relação à situação do clube, no segundo texto.

c) Para o leitor que não está familiarizado com o futebol, o título do texto B pode contribuir na construção do significado do A.

d) Ambos os textos, fazendo menção ao rebaixamento da equipe carioca, mostram-se como expressões de contrariedade ao rebaixamento.

e) A força semântica de “milagre” não pode se referir, com proporção de eventos bíblicos, à dificuldade em solucionar a situação do time.

TEXTO C**NOVO RUMO PROFISSIONAL**

Mudança de emprego ou de área de atuação deve ser encarada como possibilidade de autodescoberta

1 Pode ser um giro de 180 graus em outra direção ou uma mudança mais amena, para uma atividade relacionada à que você já executa. Não importa o tamanho do passo. Nem se você trocou estabilidade e um bom salário para investir num sonho. Ao longo da vida profissional, mais cedo ou mais tarde, todo mundo ensaia mudar de emprego ou de profissão em razão de novos projetos, desafios e insatisfações.

9 Esse momento normalmente acontece, segundo a psicóloga empresarial Márcia Coimbra, quando o profissional decide pautar sua trajetória no trabalho tendo em vista desejos pessoais. Além de trazer mais bem-estar quando são efetivamente realizadas, as transições profissionais ainda podem ser encaradas como uma possibilidade de autodescoberta, de reconhecimento da própria identidade.

17 No livro *Identidade de trabalho – Estratégias não-governamentais para reinventar sua carreira*, editado pela Harvard Business School Press, Hermínia Ibarra, professora de comportamento empresarial em Fontainebleau, na França, explica que, para ter satisfação, é preciso haver identificação com o trabalho. “Mas ela não é um tesouro escondido no fundo de cada um, esperando para ser descoberto. Ao contrário, é constituída de muitas possibilidades. Algumas tangíveis e concretas, outras definidas por coisas que fazemos e pelo meio onde vivemos, e outras que existem apenas na especulação de um futuro potencial e dos sonhos pessoais. É preciso estar sempre atento a tudo isso e de olho nas oportunidades”, afirma.

31 Na maioria das carreiras bem-sucedidas, segundo a autora, sempre existe um processo de tentativa e erro, de aprender fazendo, em que a experiência do aqui e agora ajuda a desenvolver as ideias sobre o que é plausível (e desejável) para o futuro, para a mudança. Portanto, o conselho é: “Se você está vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.”

38 Foi o que resolveu fazer a ex-funcionária pública Ivana Marques Macedo Forte, de 40 anos. Em 1999, ela pediu exoneração do cargo que ocupava na prefeitura, para batalhar emprego em uma empresa privada. Mas ainda não era o que ela queria. Depois de seis anos trabalhando na MBR como gerente de produção, decidiu respeitar o que ditava sua personalidade. “Nas duas guinadas que dei em minha vida profissional, as pessoas me tacharam de louca. Mas sempre tive uma veia empreendedora muito forte e queria poder usufruir de total autonomia, de praticar a gestão na qual acredito”, diz.

50 Com o marido e o irmão, ela abriu um fábrica de pães e hoje colhe frutos de sua coragem e determinação. “Estou feliz como nunca me senti em toda a minha vida profissional”, completa.

(Vanessa Jacinto/ Estado de Minas, acesso em 10/06/12)

2) O conteúdo desse texto, extraído do caderno Emprego, do jornal Estado de Minas, está voltado para:

- a) a seleção de profissionais capacitados.
- b) o surgimento de novas fontes de renda.
- c) a mudança de emprego em razão de novos objetivos.
- d) a divulgação de oportunidades de emprego.
- e) a divulgação de vagas no mercado de trabalho.

3) Em: “Mas ela não é um tesouro escondido no fundo de cada um” (linha 23), a palavra destacada se refere a:

- a) carreira
- b) satisfação
- c) identificação
- d) especulação
- e) pessoa

4) O trecho reescrito que não altera o sentido do texto original é:

- a) Ainda que você esteja vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.
- b) Quando você estiver vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.

- c) Onde você estiver vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.
- d) Caso você esteja vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.
- e) Conforme você esteja vislumbrando possibilidades em outras carreiras, corra para testá-las.

5) “Algumas tangíveis e concretas, outras definidas por coisas que fazemos e pelo meio onde vivemos”. [linha 25] A palavra destacada pode ser substituída CORRETAMENTE por:

- a) que
- b) aonde
- c) nos quais
- d) o qual
- e) em que

TEXTO D

AÍ, GALERA

Jogadores de futebol podem ser vítimas de estereotipação. Por exemplo, você pode imaginar um jogador de futebol dizendo "estereotipação"? E, no entanto, por que não?

- Aí, campeão. Uma palavrinha pra galera.
- Minha saudação aos aficionados do clube e aos demais esportistas, aqui presentes ou no recesso dos seus lares.
- Como é?
- Aí galera.
- Quais são as instruções do técnico?
- Nosso treinador vaticinou que, com um trabalho de contenção coordenada, com energia otimizada, na zona de preparação, aumentam as probabilidades de, recuperado o esférico, concatenarmos um contragolpe agudo com parcimônia de meios e extrema objetividade, valendo-nos da desestruturação momentânea do sistema oposto, surpreendido pela reversão inesperada do fluxo da ação.
- Ahn?
- É pra dividir no meio e ir pra cima pra pegá eles sem calça.
- Certo. Você quer dizer mais alguma coisa?
- Posso dirigir uma mensagem de caráter sentimental, algo banal, talvez mesmo previsível e piegas, a uma pessoa à qual sou ligado por razões, inclusive, genéticas?
- Pode.
- Uma saudação para a minha progenitora.
- Como é?

- Alô, mamãe!
- Estou vendo que você é um, um...
- Um jogador que confunde o entrevistador, pois não corresponde à expectativa de que o atleta seja um ser algo primitivo com dificuldade de expressão e assim sabota a estereotipação?
- Estereoquê?
- Um chato?
- Isso.

(Luís Fernando Veríssimo)

6) Assinale a alternativa que retrata, no texto, duas situações relacionadas, que fogem à expectativa do público.

- a) A linguagem muito formal do jogador, inadequada à situação da entrevista, e um entrevistador que não entende nada do que lhe é dito.
- b) O uso da expressão "galera", por parte do entrevistador, e da expressão "progenitora", por parte do jogador.
- c) O desconhecimento, por parte do entrevistador, da palavra "estereotipação", e a fala do jogador em "é pra dividir no meio e ir pra cima pra pegá eles sem calça".
- d) O fato de os jogadores de futebol serem vítimas de estereotipação e o jogador entrevistado não corresponder ao estereótipo.
- e) O fato de o entrevistador se expressar muito bem e o jogador não falar em linguagem padrão.

7) A expressão "pegá eles sem calça" poderia ser SUBSTITUÍDA, em língua culta formal, sem comprometimento de sentido, por pegá-los...

- a) na mentira.
- b) desprevenidos.
- c) em flagrante.
- d) rapidamente.
- e) nus.

TEXTO E

DIARIAMENTE

“Para calar a boca: Rícino
 Para lavar a roupa: Omo
 Para viagem longa: Jato
 Para difíceis contas: Calculadora
 Para o pneu na lona: Jacaré
 Para a pantalonas: Nesga
 Para pular a onda: Litoral
 Para lápis ter ponta: Apontador
 Para o Pará e o Amazonas: Látex
 [...]

 Para levar na escola: Condução
 Para os dias de folga: Namorado
 Para o automóvel que capota: Guincho
 [...]

 Para saber a resposta: Vide-o-verso
 Para escolher a compota: Jundiá
 Para a menina que engorda: Hipofagi
 Para a comida das orcas: Krill
 Para o telefone que toca
 Para a água lá na poça
 Para a mesa que vai ser posta
 Para você o que você gosta: Diariamente”

(Marisa Monte)

8) A letra da canção apresenta uma construção especial, graças à repetição da palavra para. Sobre essa preposição, pode-se afirmar que ela transmite a ideia de:

- a) causa
- b) assunto
- c) companhia
- d) finalidade
- e) consequência

9) Identifique a alternativa em que se classificou INCORRETAMENTE a oração destacada:

- a) **Embora se alimentasse bem**, não apresentava boa saúde (subordinada adverbial concessiva).
- b) Ele apresentava uma boa saúde, **visto que sempre se alimentava bem** (subordinada adverbial causal).
- c) Melhorava de aparência, **à medida que deixava de fumar** (subordinada adverbial proporcional).

- d) O movimento no restaurante era tanto, **que desistimos de comer** (subordinada adverbial consecutiva).
 e) **Ainda que estivesse quase sem respirar**, ele não deixava de fumar (subordinada adverbial conformativa).

TEXTO F



TEXTO G



10) Assinale a alternativa que melhor descreve as críticas apresentadas nas duas charges.

- a) Na segunda charge, ao criticar a estampa de camuflagem, o chargista quis mostrar as novas tendências no mundo da moda – o padrão soja e pasto.
- b) Na primeira charge, ao trocar o pinguim de lugar, o chargista critica o aquecimento global, representado pelo calor do fogão.
- c) Na primeira charge, ao colocar o pinguim sobre o fogão, o chargista quis representar as mudanças na decoração da cozinha.
- d) Na segunda charge, ao criticar a vestimenta do soldado, o chargista quis mostrar que o padrão camuflagem não está mais na moda.
- e) Na primeira charge, ao colocar o pinguim sobre o fogão, o chargista quis mostrar a resiliência dos animais, que se adaptam a quaisquer condições climáticas.

ATUALIDADES

11) Marque a assertiva CORRETA. Criado pelo Ministério da Saúde através da Portaria nº 719, de 07 de abril de 2011, o Programa Academia da Saúde:

- a) A academia contará com um professor que disponibilizará aulas mensais para orientação e avaliação.
- b) O instrutor deverá ser contratado pelo MS e terá que selecionar os praticantes já acostumados com as atividades.
- c) O principal objetivo é contribuir para a promoção da saúde da população a partir de infraestrutura, equipamentos e quadro de pessoal qualificado para a orientação de práticas corporais e atividade física e de lazer e modos de vida saudáveis.
- d) A academia terá uma equipe multidisciplinar que deverá selecionar jovens capacitados para desenvolver o esporte.
- e) Tem como objetivo descobrir novos talentos e incentivar o hábito da prática esportiva.

12) Os planos de saúde tiveram em 2012 cinco importantes alterações, dentre elas podemos citar:

- a) Nova listagem de coberturas obrigatórias e Mapa da Rede Conveniada na Internet.
- b) Tempo Máximo para Atendimento e Desconto para reabilitação à Saúde.
- c) Criação de um Sistema de consulta para a lista de procedimentos e Desconto para tratamento à Saúde

- d) Tempo Mínimo para Atendimento e Mapa da Rede Conveniada na Internet.
 e) A e D estão corretas.

13) No dia 10/07/2012, a Assembléia Legislativa do Estado do Maranhão aprovou, por unanimidade, um substitutivo apresentado pela deputada Valéria Macedo ao Projeto de Lei nº 159/2011, de sua autoria, que estabelece:

- a) Fixar piso para as categorias da enfermagem em todo o território maranhense.
 b) Fixar piso para as categorias da enfermagem em todo o território maranhense bem como a jornada de trabalho de 30 horas semanais.
 c) A jornada de trabalho de 30 horas semanais.
 d) A jornada de trabalho de 30 horas semanais, fixar piso salarial para as categorias da enfermagem em todo o território nacional.
 e) Todas estão corretas.

14) Sobre o Programa de Redução de Danos coloque V (verdadeiro) ou F (falso):

() São , ações preventivas, como a substituição de cachimbos.

Tentar regularizar a alimentação e o sono, o que reduz o risco de anemia e desnutrição e impede o agravamento de doenças físicas e mentais.

() A valorização e estímulo a vivência das habilidades e potencialidades do usuário deverá ficar para outro momento, agora o mais importante é afastá-lo da droga.

() Incentivar o dependente de crack a cuidar de si, sendo necessário que ele interrompa totalmente o uso da droga, é a estratégia central das ações de Redução de Danos à saúde do usuário.

() O esforço é pela preservação da vida. Do mesmo modo, as estratégias de redução de danos se caracterizam pela tolerância, pois evitam o julgamento moral sobre os comportamentos relacionados ao uso do crack e às práticas sexuais, assim como intervenções autoritárias e preconceituosas.

() Oferecer estes serviços de abordagem, na própria rua e nos contextos de uso da droga, também pode evitar a exposição a outras situações de risco e aproximar o usuário das instituições de saúde.

Marque a opção que tem a sequência CORRETA:

- a) V,V,V,V,V,V
 b) V,V,F,,F,F,F

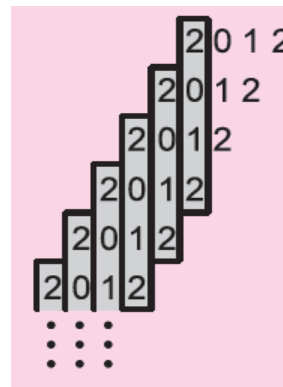
- c) F,F,V,V,F,V
 d) F,F,F,F,F,V
 e) V,V,F,F,V,V

15) Marque a alternativa INCORRETA quanto aos benefícios do Cartão Saúde SUS:

- a) O profissional da saúde terá acesso à varias informações do paciente, tais como: Diagnósticos anteriores, Remédios indicados, Datas de últimas consultas, dentre outras informações.
 b) O usuário poderá retirar medicamentos em farmácias básicas.
 c) Marcas exames e consultas com agilidade.
 d) Identifica o usuário.
 e) Serve para atendimento em todas as redes de hospitais públicos e privados.

RACIOCÍNIO LÓGICO

16) José Roberto escreveu diversas vezes o ano de 2012 horizontalmente, como mostra na figura abaixo. Após, ele desenhou 2012 retângulos, cada um ao redor de cada um dos números 2012 que podiam ser lidos verticalmente. Qual é a soma de todos os algarismos escritos por José Roberto?



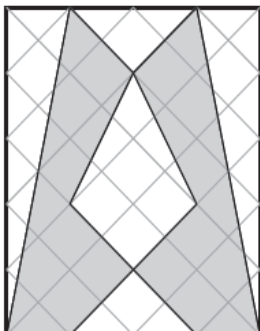
- a) 10000
 b) 10060
 c) 12012
 d) 20120
 e) 10075

17) Em uma caixa contém bolas verdes e azuis. Jonathan retirou 60% das bolas, observou que 55% dessas bolas eram verdes e devolveu todas as bolas para a caixa. Qual é o maior percentual possível de bolas verdes na caixa?

- a) 60%
 b) 73%
 c) 65%

- d) 68%
- e) 75%

18) O retângulo abaixo, que foi recortado de uma folha de papel quadriculado, mede 4 cm de largura por 5 cm de altura. Determine qual é o espaço da região cinzenta.

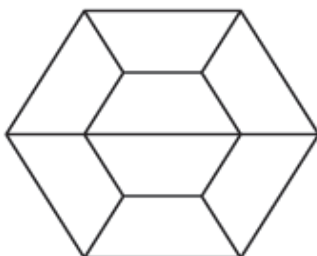


- a) 11 cm²
- b) 12,5 cm²
- c) 13 cm²
- d) 10 cm²
- e) 14,5 cm²

19) Laura anotou cinco números em uma folha de papel. Escondendo cada um deles e somando os outros quatro, ela obteve os seguintes resultados: 29, 32, 35, 39 e 41. Qual é a soma do maior com o menor dos números que Laura escreveu?

- a) 10
- b) 18
- c) 12
- d) 15
- e) 20

20) A figura abaixo mostra que, foi composta por oito trapézios isósceles idênticos, cuja base maior mede 10 cm. Qual é a medida, em centímetros, da base menor de cada um desses trapézios?



- a) 4
- b) 4,5
- c) 5,5
- d) 6
- e) 5

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

21) Observe as afirmativas abaixo no que diz respeito ao processo histórico da Educação Física, no século XIX.

A – A burguesia tinha clareza da importância e da necessidade da força física do trabalhador, o que gerou a necessidade de um mecanismo que contribuísse com o desenvolvimento físico desse trabalhador. Assim, a Educação Física, conhecida na época como Ginástica, passou a ser utilizada para atender a seus interesses.

B – O exercício físico passa a ser uma atividade codificada e estudada em detalhes. Os estudos sobre o corpo focam aspectos anatômicos, fisiológicos, mecânicos e termodinâmicos.

C – Os exercícios físicos, denominados métodos ginásticos, foram considerados como forma de lazer nos países da Europa, como França, Suécia, Inglaterra e Alemanha.

D – No Brasil, a Ginástica que chegou às escolas tinha raízes na cultura nacional.

E – A elite considerava vulgar o esporte realizado pelos trabalhadores, propondo outras formas de prática esportivas mais adequadas aos costumes valorizados por ela.

De acordo com as afirmativas acima responda:

- a) Somente as afirmativas de letras A, B e E estão corretas.
- b) Somente as afirmativas de letras B, D e E estão corretas.
- c) Somente as afirmativas de letras A, C e E estão corretas.
- d) Somente as afirmativas de letras C, D e E estão corretas.
- e) As afirmativas de letras A, B, C, D e E estão corretas.

22) Estruturar um programa de Educação Física ou de outra disciplina e selecionar os seus conteúdos é um problema metodológico básico, uma vez que, quando se aponta o conhecimento e os métodos para sua assimilação, se evidencia a natureza do pensamento teórico que se pretende desenvolver nos alunos. Podemos dizer que o programa é o pilar da disciplina e que seus elementos principais são:

- 1 – O conhecimento de que trata a disciplina, sistematizado e distribuído, que geralmente se denomina de conteúdos de ensino;**
- 2 – O tempo pedagogicamente necessário para o processo de apropriação do conhecimento;**
- 3 – Os procedimentos didático-metodológicos para ensiná-lo.**

De acordo com as afirmativas acima responda a alternativa CORRETA:

- a) Somente a afirmativa 2 está correta.
 b) Somente as afirmativas 1 e 2 estão corretas.
 c) Somente as afirmativas 1 e 3 estão corretas.
 d) Somente as afirmativas 2 e 3 estão corretas.
 e) As afirmativas 1, 2 e 3 estão corretas.

23) A ginástica como um dos temas da cultura corporal, historicamente construída pelo homem, tem como os seus fundamentos:

- a) As qualidades físicas e fatores psicomotores.
 b) Os fatores psicomotores e de execução.
 c) Força, velocidade, resistência, agilidade, flexibilidade e equilíbrio.
 d) Saltar, rolar/girar, balançar/embalar, equilibrar e trepar.
 e) Fatores psicomotores e força.

24) As adaptações estruturais e funcionais que aprimoram o desempenho em tarefas específicas constituem o principal objetivo do treinamento com exercícios. A progressão regular da intensidade no exercício aprimora a função fisiológica a fim de induzir uma resposta ao treinamento. Isto se deve ao princípio da:

- a) Especificidade.
 b) Individualidade.
 c) Reversibilidade.
 d) Sobrecarga.
 e) Adaptação.

25) Apesar de atuar como unidade única, o músculo esquelético divide-se em diversas estruturas que diferem em níveis de complexidade. Marque a opção que apresenta as subdivisões do músculo esquelético, da maior para a menor complexidade.

- a) Tendão, fibra muscular, sarcômero.
 b) Fibra muscular, miofibrila, sarcômero.

- c) Miofibrila, fibra muscular, sarcolema.
 d) Sarcômero, sarcolema, miofibrila.
 e) Endomísio, fascículo, epimísio.

26) Analise as afirmativas abaixo, considerando os aspectos fisiológicos do treinamento físico-esportivo.

(01) Treinamento físico esportivo pode ser definido como aplicação de estímulos (sobrecarga) ao organismo humano, resultando em homeostase orgânica e celular menos estável.

(02) Durante um determinado período de treinamento físico-esportivo, a repetição de atividades físicas sem variabilidade não pode resultar em barreira de desempenho físico.

(04) A resposta orgânica e celular ao exercício físico e ao treinamento pode resultar em estresse. Conforme especialistas, essa resposta é dividida em três fases: alarme, resistência e exaustão.

(08) Por meio da prática orientada pela estabilidade homeostática, pode-se promover o aumento na capacidade de elevar o desempenho físico por longo tempo.

(16) Estresse e homeostase são dois conceitos fisiológicos influentes nas áreas do esporte e da Educação Física.

De acordo com a análise das afirmativas, marque a alternativa CORRETA:

- a) Somente as afirmativas de numeração (01), (04) e (16) estão corretas.
 b) Somente as afirmativas de numeração (01), (04) e (08) estão corretas.
 c) Somente as afirmativas de numeração (04), (08) e (16) estão corretas.
 d) Somente as afirmativas de numeração (01) e (16) estão corretas.
 e) Todas as afirmativas acima estão corretas.

27) Em relação à aprendizagem do esporte, a estrutura didático-metodológica centrada nos jogos, isto é, do jogo real para as particularidades, no qual o jogo é decomposto em unidades funcionais traz consequências na formação esportiva do aluno. Qual alternativa abaixo apresenta as consequências desta metodologia?

- a) O jogo torna-se criativo, porém com pouca organização tática e exacerbação da individualidade.
 b) As técnicas respondem às necessidades da tática, que viabilizam a interpretação e a aplicação dos princípios do jogo esportivo, utilizando ações técnicas criativas.

- c) Problemas na compreensão do jogo, pouca criatividade, porém com boa execução da técnica dos fundamentos.
- d) Boa mecanização das técnicas, porém muitas deficiências nas ações táticas e estratégias do jogo.
- e) Grande virtuosidade da técnica, pouca criatividade e utilização de comportamentos estereotipados.

28) De acordo com as afirmativas abaixo, assinale o que for CORRETO, com relação a jogos e brincadeiras.

(01) O jogo pode reforçar desigualdades sociais, dependendo da forma como é trabalhado, uma vez que delimita papéis e constrói hierarquias.

(02) Cinco Marias, Polícia e Ladrão, Stop, Paulada ao Cântaro e Queimada são classificados como cantigas de roda e integram jogos e brincadeiras da cultura popular.

(06) A principal característica dos jogos cooperativos é a participação, posto que as atividades são realizadas com o objetivo de proporcionar aos seus participantes a máxima diversão, sem preocupação em competir exclusivamente.

(08) Volençol, Eco-nome, Tato Contato e Olhos de Águia são conteúdos dos jogos dramáticos.

(16) Dama, Resta Um, Trilha e Xadrez são jogos de tabuleiro.

De acordo com as afirmativas e as numerações, responda:

- a) Somente os itens de numeração (01), (06) e (16) estão corretos.
- b) Somente os itens de numeração (01), (04) e (08) estão corretos.
- c) Somente os itens de numeração (04), (08) e (16) estão corretos.
- d) Somente os itens de numeração (01) e (16) estão corretos.
- e) Todos os itens acima estão corretos.

29) Estudos realizados sobre exercícios e condição psicológica concluem que:

I. O exercício intenso afeta negativamente o estado de humor, indicando que esta deve ser uma das preocupações dos treinadores.

II. Quanto maior a carga de exercícios, maior o desempenho do atleta.

III. Quanto maior a carga de exercícios, maior a liberação de endorfina, portanto mais positivo é o estado de humor.

- a) Todas as alternativas estão corretas.
- b) Somente a afirmação II está correta.
- c) Somente as afirmações I e II estão corretas.
- d) Somente as afirmações I e III estão corretas.
- e) Somente a afirmação I está correta.

30) A Ginástica é um dos temas tratados pelo componente curricular obrigatório educação física, proposto pela abordagem crítico superadora. São seus fundamentos:

- a) As qualidades físicas.
- b) Os fatores psicomotores e de execução.
- c) Força, velocidade, resistência, agilidade, flexibilidade e equilíbrio.
- d) Coordenação, equilíbrio, percepção espaço-temporal, lateralidade e ritmo.
- e) Saltar, rolar/girar, balançar/embalar, equilibrar e trepar.

31) Dentro da cultura corporal, os jogos podem ser:

- a) Recreativos e Lúdicos.
- b) Competitivo e Recreativo.
- c) Lúdico e Esportivo.
- d) Cooperativo e Competitivo.
- e) Recreativo e Esportivo.

32) Atualmente os portadores do vírus HIV estão vivendo por um período mais extenso, porém o coquetel utilizado no tratamento acelera o envelhecimento dos mesmos. Sendo assim a prática de atividade física para este público auxilia na melhora dos fatores de riscos:

- a) Cardiovascular e Osteomuscular.
- b) Neuromuscular e Cardiovascular.
- c) Osteomuscular e Neuromuscular.
- d) Cardiovascular, apenas.
- e) Nenhuma das alternativas.

33) Na avaliação física são utilizadas dobras cutâneas para que haja a média geral do percentual de gordura do indivíduo. Mediante a informação, qual entre os seguintes itens não é uma dobra comumente utilizada?

- a) Subescapular
- b) Subiliaca
- c) Torácica
- d) Antebraço

e) Coxa

34) Em relação ao bíceps braquial podemos afirmar que, EXCETO:

- a) Flexiona a articulação do cotovelo.
- b) Antagônico do músculo Vasto Lateral.
- c) Possui duas cabeças, uma curta e uma longa.
- d) Inervado pelo nervo musculocutâneo.
- e) Vascularizado pela artéria braquial.

35) Os músculos podem ser: agonistas, sinergistas, estabilizadores e antagonistas, sendo que os sinergistas são aqueles que:

- a) São responsáveis pela contração muscular.
- b) Estabilizam a articulação para a realização do movimento.
- c) Possuem ação oposta a contração muscular.
- d) Contraem-se juntamente aos agonistas.
- e) Não existe este tipo de músculo.

36) A pressão média da artéria pulmonar principal é cerca de quanto em mmHg?

- a) 8
- b) 9
- c) 10
- d) 14
- e) 15

37) Qual dentre estes é o maior nervo do corpo humano?

- a) Nervo supraescapular
- b) Nervo peitoral lateral
- c) Nervo intercostobraquial
- d) Nervo isquiático
- e) Nervo genitofemoral

38) Para os seres humanos, uma alimentação adequada e completa possui alguns elementos como água e sais minerais, porém quais outros elementos seriam necessários?

- a) Carboidratos e proteínas.
- b) Proteínas, carboidratos e lipídios.
- c) Lipídios e proteínas.
- d) Proteínas, lipídios, carboidratos e vitaminas.
- e) Apenas proteínas.

39) Quando a actina desliza sobre a miosina dizemos que ocorreu:

- a) Contração Muscular.
- b) Acúmulo de energia.
- c) Alongamento das miofibrilas.
- d) Diminuição da resistência muscular.
- e) Melhora do condicionamento físico.

40) Dentro do treino de hipertrofia muscular, qual dentre os seguintes elementos é essencial para o crescimento muscular?

- a) Vitaminas
- b) Aminoácidos
- c) Proteínas
- d) Água
- e) Sal e açúcar