



## LÍNGUA PORTUGUESA

Valor por questão:

Questão	V. Questão	Peso	V. Ponderado
Da questão 01 à questão 04	0,5	2,5	1,25
Da questão 05 à questão 08	1,0	2,5	2,5
Da questão 09 à questão 10	2,0	2,5	5,0

### Texto I

A educação é uma arma

O brasileiro, principalmente o das grandes cidades, parece viver em pânico. O medo tornou banal desconfiar de crianças em semáforos ou de adultos maltrapilhos que andam pelas ruas.

A cada dia aumenta o número de crimes e criminosos. Aqueles que já estão cegos pelo pavor não têm dúvida ao enxergar quem os ameaça como inimigos a serem eliminados. Muitos defendem a pena de morte. Outros gostam de saber que os marginais estão em condições repugnantes nas prisões em que são lançados. Mas, os piores são os que acham impossível regenerar um homem.

Victor Hugo advertiu: "Quem abre uma escola fecha uma prisão". Muito antes, Pitágoras conclamou: "Educar crianças, para que não seja necessário castigar os adultos". Não é, portanto, nenhuma novidade, nem tampouco absurdo, exigir que se invista cada vez mais em educação. É ela que arrebenta grades, abre portas e liberta todos nós.

(Revista Educação, out. 1999. Adaptado)

#### 01. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

Com base no texto acima, o título do texto I "A educação é uma arma" apresenta-se em qual figura de linguagem?

- Metáfora.
- Catacrese.
- Metonímia.
- Onomatopeia.

#### 02. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

Assinale a alternativa em que todas as palavras ou expressões recuperam, por coesão textual, o fato da advertência do escritor Vitor Hugo, no texto I.

- liberdade, impaciência.
- impossibilidade, interesse.
- vontade, liberdade.
- solidariedade, condenação.

#### 03. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

Segundo o Texto I, a pior forma de se observar os criminosos é:

- não tem como mudar a forma como eles levam a vida.
- são pessoas a serem dizimadas da sociedade.
- é muito melhor vê-los nas prisões.
- o pânico que acontece na sociedade é culpa deles.

#### 04. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

A expressão "parece viver em pânico", na primeira e na segunda linha do texto significa que:

- As pessoas estão cada vez mais preocupadas com a criminalidade.
- Os grandes filósofos já alertavam para a teoria do pânico na vida das pessoas.
- Viver em grandes cidades transforma o cotidiano em um transtorno geral.
- Cada dia, mais e mais pessoas estão enfrentando problemas no cotidiano.

#### 05. (Fundelta) (Valor da questão 1,0)

Na oração "Aqueles que já estão cegos pelo pavor não têm dúvida ao enxergar". A partir dos estudos gramaticais podemos dizer que o termo destacado se refere á:

- Oração Subordinada Substantiva Objetiva Direta.
- Oração Subordinada Substantiva Subjetiva.
- Oração Coordenada Sindética Explicativa.
- Oração Subordinada Adjetiva Restritiva.

#### 06. (Fundelta) (Valor da questão 1,0)

Na oração: Dentre eles, 86% fazem isso, mesmo durante o período de pânico. Substituindo 86% por 1% e flexionando o verbo FAZER no pretérito imperfeito do indicativo, obter-se-á:

- 1% fará.
- 1% farão.
- 1% fazia.
- 1% faziam.

#### 07. (Fundelta) (Valor da questão 1,0)

Assinale a alternativa que apresenta palavra em sentido conotativo.

- Não será preciso castigar os adultos.
- Vários pensadores falaram sobre a criminalidade.
- É o ensino que arrebenta as grades.
- Muitos querem a pena de morte.

#### 08. (Fundelta) (Valor da questão 1,0)

Atribuir-se-á o emprego de dois-pontos, em "Um poeta é sempre irmão do vento e da água: deixa seu ritmo por onde passa." (Cecília Meireles). A intenção é de anunciar:

- uma explicação;
- um esclarecimento;
- um vocativo;
- uma citação.

**09. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

No fragmento de texto "Temos de cobrar dos deputados e senadores as leis necessárias para punir esses assassinos. Das autoridades do trânsito, fiscalização e multas vigorosas para quem desobedece às leis e à sinalização. E da justiça, rapidez e dureza com os infratores." (Nicole Puzzi, Veja 1280, ano 26, nº 12). Empregam-se as vírgulas para:

- a) separar termos coordenados;
- b) separar as orações adjetivas;
- c) isolar orações intercaladas;
- d) **indicar a supressão do verbo.**

**10. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

O segmento sublinhado pode-se substituir, sem prejuízo para a correção e o sentido do texto em:

- a) O grupo que abrange os seis países mais ricos por onde se abarcam.
- b) São carentes de propostas políticas por imunes a.
- c) Sob a direção de Capangas o movimento foi declaradamente ilegal por em cuja direção.
- d) **E sobra-me uma raiva que deve valer a dos mais radicais interesses por talvez equivalha à.**

**CONHECIMENTO ESPECÍFICO DE EDUCADOR FÍSICO**

Valor por questão:

Questão	V. Questão	Peso	V. Ponderado
Da questão 11 à questão 22	0,5	2,5	1,25
Da questão 23 à questão 34	1,0	2,5	2,5
Da questão 35 à questão 40	2,0	2,5	5,0

**11. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

Sobre o Código de Ética do profissional de Educação Física, é correto afirmar:

- a) Existe para ser seguido como uma série de orientações morais inquestionáveis impostas dogmaticamente.
- b) É uma tábua de valores sobrenaturais.
- c) **Possui indicativos de virtudes profissionais que devem ser respeitadas no exercício da profissão.**
- d) É uma instância de crença religiosa para ser seguida sem nenhuma postura crítica.

**12. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

O exercício profissional em Educação Física pauta-se pelos seguintes princípios, exceto:

- a) **Impessoalidade.**
- b) Sustentabilidade do meio ambiente.
- c) Responsabilidade Social.
- d) A valorização da identidade profissional no campo da atividade física.

**13. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

O descumprimento do disposto no Código de Ética do Profissional de Educação Física constitui infração disciplinar, ficando o infrator sujeito às penalidades a serem aplicadas conforme a gravidade da infração. Com base nisso, incorre em infração disciplinar, o profissional que:

- a) Zelar pela sua competência exclusiva na prestação dos serviços a seu encargo.
- b) Emitir parecer técnico sobre questões pertinentes a seu campo profissional, respeitando os princípios do Código de Ética, os preceitos legais e o interesse público.
- c) Promover e facilitar o aperfeiçoamento técnico, científico e cultural das pessoas sob sua orientação profissional.
- d) **Tiver conhecimento de transgressão no Código de Ética e omitir-se de denunciá-la ao respectivo Conselho Regional de Educação Física.**

**14. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

No que diz respeito às finalidades da Educação Física, marque a alternativa incorreta:

- a) A Educação Física deve propiciar aos alunos oportunidades de aprender a conhecer e a perceber, de forma permanente e contínua, seu corpo, suas limitações, na perspectiva de superá-las, e suas potencialidades, no sentido de desenvolvê-las, de maneira autônoma e responsável.
- b) A Educação Física é importante porque possibilita vivências corporais onde o aluno aprende a conviver consigo, com o outro e com o meio ambiente.
- c) Através das intervenções sociais proporcionadas pela Educação Física, o aluno aprende a ser cidadão consciente, autônomo, responsável, competente, crítico, criativo e sensível.
- d) **A Educação Física, através de métodos e técnicas fisioterápicas, possibilita o tratamento de pacientes por diferentes meios físicos, com a finalidade de restaurar, desenvolver e conservar a capacidade física do aluno.**

15. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

Considerando os aspectos sociais e históricos da Educação Física no Brasil, marque a alternativa correta:

- a) Com a Reforma Couto Ferraz, em 1851, a Educação Física era considerada importante para o desenvolvimento integral do ser humano.
- b) A Educação Física, no início do século XIX, vinculava-se às instituições militares e à classe médica, sendo determinante na sua construção como disciplina e na maneira de ser ensinada.
- c) Com o movimento escolanovista, a Educação Física tornou-se obrigatória em escolas municipais da corte, desencadeando uma reação civil, no sentido de sentir como negativa a influência de uma prática não intelectual na formação dos cidadãos.
- d) Na década de 1930, marcada pelo fascismo, nazismo e pela industrialização, que ocorria na época, a Educação Física serviu aos propósitos da ordem e progresso, com a vinculação das práticas esportivas ao nacionalismo.

16. (Fundelta) (Valor da questão 0,5)

De acordo com Darido (2003), as Tendências Pedagógicas podem ser entendidas como pressupostos pedagógicos que caracterizam uma determinada linha pedagógica adotada pelo professor em sua prática, ou seja, são criadas em função dos objetivos, propostas educacionais, prática e postura do professor, metodologia, papel do aluno, dentre outros aspectos. Em relação às Tendências Pedagógicas da Educação Física, são verdadeiras as proposições:

- I - O modelo militarista perdurou durante as quatro primeiras décadas do século XX, valorizando a educação do físico e da saúde corporal. Percebe-se uma forte influência dos métodos ginásticos trazidos pelos professores de Educação Física europeus que apresentavam uma rígida formação militar.
- II - No esportivismo, os objetivos e a metodologia assemelham-se mais a um treinamento, centrando-se nas repetições para a aquisição da técnica (forma de executar o movimento), visando atingir um padrão de rendimento máximo.
- III - Como é direcionado quase que exclusivamente a disciplinar através do corpo, o higienismo instalou-se, fundamentalmente, na Educação Física, criada dentro da escola tradicional, intervindo nos corpos dos alunos e nos comportamentos que deveriam ser desenvolvidos como os hábitos, a disciplina e a alimentação.
- IV - A Educação Física Pedagógica que traz marcada as influências da Pedagogia Nova, foi o primeiro movimento na área que buscou a valorização da Educação Física não só como formadora de máquinas esportivas, mas como algo bom socialmente, algo útil na formação das pessoas, sendo seu conteúdo voltado para a iniciação esportiva.
- V - O Método Desportivo Generalizado objetivava por fim a esportivização da Educação Física, incorporando o esporte e adequando-o a objetivos e práticas pedagógicas.

- a) I, II, III e IV.
- b) I, III, IV e V.
- c) II, III e V.
- d) Todas as proposições são verdadeiras.

**17. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

A pedagogia tradicional trouxe consigo a Educação Física Higienista, esta, cercada pelo conceito da Eugenia e tem suas bases no Positivismo e Liberalismo. Assinale a alternativa correta quanto às características do Higienismo:

- a) Baseia-se no desenvolvimento das aptidões físicas pela execução mecânica de exercícios de alto rendimento.
- b) Sua base metodológica é fortemente influenciada pelo militarismo e a medicina.
- c) A atividade motora está diretamente relacionada aos aspectos psicológicos (emocionais e cognitivos) do indivíduo.
- d) Surgiu em contraposição à vertente tradicional e foi denominada uma Tendência Pedagógica Renovadora.

**18. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

Habilidade motora é um dos conceitos mais importantes dentro desta abordagem, pois é através dela que os seres humanos se adaptam aos problemas do cotidiano, resolvendo problemas motores. Grande parte do modelo conceitual desta abordagem relaciona-se com o conceito de habilidade motora. A Educação Física deve proporcionar ao aluno condições para que seu comportamento motor seja desenvolvido através da interação entre o aumento da diversificação e a complexidade dos movimentos. A abordagem da Educação Física a que o texto se refere é a:

- a) Desenvolvimentista.
- b) Psicomotricidade.
- c) Construtivista.
- d) Crítico-Superadora.

**19. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

Segundo os fundamentos didáticos-pedagógicos da Educação Física, orientadores da prática educativa, assinale a alternativa incorreta:

- a) A organização das aulas deve romper com as características dos modelos tradicionais de estruturação em partes, bem como o caráter de terminalidade, que condiciona sua dinâmica processual e impõe um direcionamento pragmático à consecução de objetivos considerados imediatos.
- b) O planejamento das atividades de ensino-aprendizagem deve ser aberto e continuamente reelaborado em função da dinâmica dos conflitos e das dificuldades de ensino, de aprendizagem e de convívio social que emergem no decorrer das aulas e nas atividades vinculadas à educação física.
- c) As aulas devem ser norteadas por objetivos que evidenciem, claramente, a ação ou conjunto de ações motoras e automáticas dos alunos, em função da tematização da aula ou sequência de aulas planejadas numa dinâmica individualizada.
- d) A avaliação do ensino-aprendizagem deve ter um caráter participativo, cuja função é de um diagnóstico continuado, no sentido de apontar o nível das mudanças qualitativas e quantitativas no processo ativo de apropriação dos conhecimentos, habilidades e esforço crítico e criativo dos alunos.

**20. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

Marque a alternativa correta em relação à Aprendizagem Motora:

- a) Corresponde a uma mudança interna no domínio motor do indivíduo, deduzida de uma melhoria relativamente permanente em seu desempenho, como resultado da prática.
- b) Estuda o comportamento motor, as habilidades padrões, generalizações motoras e capacidades físicas em populações normais ou não em diferentes faixas etárias.
- c) Baseia-se em teorias que fundamentam o sentido/significado do movimento humano no processo de desenvolvimento e aprendizagem humana.
- d) É uma combinação de padrões de movimento que permitem uma versatilidade de adaptação à situação problema.

**21. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

No ensino da Dança, é incorreto afirmar:

- a) Na dança são determinantes as possibilidades expressivas de cada aluno, o que exige habilidades corporais, que, necessariamente, se obtêm com o treinamento.
- b) O aspecto expressivo da dança se confronta com a formalidade da técnica para sua execução, o que pode vir a esvaziar o aspecto verdadeiramente expressivo.
- c) **A dança como arte é uma transposição da vida concretizando-se numa produção acrobática.**
- d) O desenvolvimento da técnica formal da dança deve ocorrer paralelo com o desenvolvimento do pensamento abstrato, pois este permite a compreensão clara do significado da dança e da exigência expressiva nela contida.

**22. (Fundelta)** (Valor da questão 0,5)

A atividade física e esportiva, tem auxiliado crianças e jovens com deficiência a não só adquirir autonomia e independência, como também resgatar sua autoestima, autoconfiança, as relações pessoais e o equilíbrio emocional. Demonstrar exercícios a partir de ajuda física, possibilitando ao aluno tocar e ser tocado é uma ação do professor para um aluno com:

- a) Deficiência Auditiva.
- b) Distrofia Muscular.
- c) Deficiência Mental.
- d) **Deficiência Visual.**

**23. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

No ensino da ginástica, considera-se pertinente a seguinte recomendação:

- a) Realizar constantes correções na realização das atividades de movimento.
- b) **Desenvolver atividades que sirvam de estímulo a um autoconhecimento sobre o funcionamento corporal.**
- c) Promover atividades onde haja constantes comparações entre os colegas.
- d) Estimular a produção objetiva de destrezas técnicas como fator mais importante.

**24. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

Convém destacar que a partir da perspectiva de inclusão pelo esporte, é incorreto afirmar:

- a) Visa democratizar e universalizar o acesso ao esporte e ao lazer, na perspectiva da qualidade de vida da população brasileira.
- b) Pretende fomentar a prática do esporte de caráter educativo e participativo para toda a população.
- c) Fortalece a identidade cultural esportiva através de políticas e ações integradas com outros segmentos.
- d) **Tem alicerce na seletividade e na eficiência esportiva, nas quais os mais aptos e mais habilidosos são suas expressões.**

**25. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

Pode-se dizer, que a Reforma Psiquiátrica tem como base a atividade coletiva e os dispositivos grupais. Propõe práticas mais humanas no atendimento em Saúde Mental, no sentido de romper com o modelo de atenção centralizado no hospital psiquiátrico e à atenção extra-hospitalar, com a necessidade de pensar novas práticas que possibilitem o acesso ao paciente psiquiátrico. Em relação ao desenvolvimento de atividades físicas para pacientes psiquiátricos, assinale a alternativa correta:

- I - Exercícios aeróbicos parecem não ser efetivos em incrementar o humor em geral e sintomas de depressão e ansiedade em psiquiátricos.
  - II - O desenvolvimento de um programa de caminhada para pacientes de centros de reabilitação psiquiátrica não é necessário, pois a ocorrência de obesidade, sedentarismo, diabetes e hipertensão não são frequentes nesses pacientes.
  - III - A atividade física é um importante instrumento de saúde pública, sendo útil, no tratamento de doenças psiquiátricas como transtornos depressivos e ansiosos devido seus efeitos no tratamento e na prevenção de várias patologias.
  - IV - Não existem benefícios psicológicos do esporte para sujeitos que sofrem de depressão, ansiedade e demência e em casos de psicose, desordens afetivas e adições.
  - V - O exercício regular está associado a efeitos terapêuticos em pacientes psiquiátricos que sofrem de transtornos depressivos e outros transtornos psiquiátricos.
- a) I, II e III são verdadeiras.
  - b) II, III e IV são verdadeiras.
  - c) I, III e V são verdadeiras.
  - d) **III e V são verdadeiras.**

**26. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

A partir de vivências dos pacientes psiquiátricos relativas à atividade grupal, sob uma proposta de atendimento coletivo, onde um grupo heterogêneo e misto quanto ao gênero se reúnem para praticar atividades esportivas em uma Praça de Esportes da comunidade, isto é, fora do ambiente de tratamento, marque a alternativa correta:

- a) Há uma comparação sobre seu modo de existir neste grupo e em outros grupos sociais, surgindo a questão da "diferença", enfatizando mais ainda as barreiras que existem em outros espaços de convivência.
- b) Tem-se a percepção de um corpo dependente do uso de medicamentos, que não realiza o movimento desejado através da atividade proposta.
- c) A promoção do exercício, da ação, não provoca mudanças de estado no psiquismo.
- d) **Traz a possibilidade de tirar o paciente de um mundo psíquico persecutório, que aprisiona, através de atividades que favoreçam as relações intersubjetivas, o vínculo, facilitando assim o processo de estabilização da doença.**

**27. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

Sobre o papel estratégico dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), assinale a alternativa correta:

- a) **É o núcleo de uma nova clínica, produtora de autonomia, que convida o usuário à responsabilização e ao protagonismo em toda a trajetória do seu tratamento.**
- b) Presta atendimento clínico em regime de atenção semanal, não interferindo nas internações em hospitais psiquiátricos.
- c) Não devem ser substitutivos, e sim complementares ao hospital psiquiátrico.
- d) Acolhe e dá atenção às pessoas com transtornos mentais leves e não persistentes.

**28. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

Com base na tendência de ampliação igualitária da cobertura e distribuição espacial do CAPS nos municípios, é incorreto afirmar:

- a) Nos últimos quatro anos, a rede CAPS experimentou uma expansão digna de nota, tendo duplicado o número de serviços no país.
- b) A cobertura assistencial vem melhorando progressivamente, mas, de fato, ainda está aquém do parâmetro estabelecido pelo Ministério da Saúde.
- c) Os CAPS se diferenciam pelo porte, capacidade de atendimento, clientela atendida e organizam-se no país de acordo com o perfil populacional dos municípios brasileiros.
- d) **Somente as instâncias de gestão do SUS têm as condições mais adequadas para definir os equipamentos que melhor respondem às demandas de saúde mental do município.**

**29. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

A criação dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), em janeiro de 2008, se constitui como um passo importante para a consolidação da Estratégia de Saúde da Família e especialmente para o desenvolvimento e aprimoramento de um novo modelo de exercício do trabalho em equipe multiprofissional. Em relação à atuação nas suas áreas estratégicas, assinale a alternativa incorreta:

- a) As ações em saúde mental devem integrar-se à rede de serviços evitando respostas simplificadas em procedimentos psiquiátricos e medicalizantes.
- b) **A reabilitação deve repercutir diretamente na atenção integral ao sujeito, considerando as necessidades identificadas no plano somente da deficiência propriamente dita.**
- c) A atuação da área de serviço social contribui na articulação e formulação de estratégias que busquem reforçar e criar experiências nos serviços de saúde, que efetivem o direito à saúde e a consolidação da cidadania.
- d) A concepção da atenção a crianças e adolescentes exige prioridade absoluta por parte da família, da sociedade e do Estado, para as necessidades delas pela sua condição de pessoa em desenvolvimento físico, moral e psicológico.

**30. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

Sobre os Núcleos de Apoio à Saúde da Família:

- I - Um Nasf deve ser constituído por uma equipe, na qual profissionais de diferentes áreas de conhecimento atuam em conjunto com os profissionais das equipes de Saúde da Família, compartilhando e apoiando as práticas em saúde nos territórios sob responsabilidade das equipes de Saúde da Família.
- II - A organização dos processos de trabalho dos Nasf, tendo sempre como foco o território sob sua responsabilidade e capacitação do profissional, deve ser estruturada priorizando o atendimento individualizado, gerando responsabilidades separadas para cada área.
- III - A constituição de uma rede de cuidados é uma das estratégias essenciais dentro da lógica de trabalho de um Nasf.
- IV - O Nasf deve atuar dentro de algumas diretrizes relativas à Atenção ao Programa de Saúde, a saber: ação interdisciplinar e intersetorial; educação permanente em saúde dos profissionais e da população; desenvolvimento da noção de território; integralidade, participação social, educação popular; promoção da saúde e humanização.

São verdadeiras a(s) proposição(ões):

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

**31. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

No que se refere à Saúde, assinale a alternativa correta:

- I - É definida como a ausência de doenças.
  - II - Se identifica como uma multiplicidade de aspectos do comportamento humano voltados a um estado de completo bem-estar físico, mental e social.
  - III - É definida como uma condição humana com dimensões física, social e psicológica.
  - IV - A saúde positiva está associada com a capacidade de apreciar a vida e de resistir aos desafios do cotidiano.
- a) As proposições I, II e III são verdadeiras.
  - b) As proposições I, III e IV são verdadeiras.
  - c) Somente as proposições II e III são verdadeiras.
  - d) **Somente a proposição I é falsa.**

**32. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

A prática regular de exercício físico, em especial os aeróbicos, traz alguns benefícios ao diabético, exceto:

- a) Estimula a produção de insulina.
- b) **Diminui a sensibilidade celular à insulina.**
- c) Eleva a capacidade de captação de glicose pelos músculos.
- d) Diminui a gordura corporal, a qual está relacionada à diabetes tipo II.

**33. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

A fibromialgia é o conjunto de sintomas que envolvem dores musculares e problemas psicológicos. Para uma maior eficiência na diminuição da dor e na melhora de outros sintomas, como a ansiedade, em comparação ao condicionamento físico, deve-se realizar com o aluno que apresenta fibromialgia exercícios de:

- a) **Alongamento.**
- b) Resistência Muscular.
- c) Força Muscular.
- d) Capacidade Aeróbica.

**34. (Fundelta)** (Valor da questão 1,0)

No que diz respeito ao treinamento voltado para a hipertrofia muscular, assinale a alternativa incorreta:

- a) O processo de hipertrofia está relacionado diretamente à síntese de componentes celulares, particularmente dos filamentos proteicos que constituem os elementos contráteis.
- b) Para a hipertrofia, as repetições excêntricas, a hipóxia e o óxido nítrico interferem diretamente nos resultados obtidos.
- c) **O dano muscular é o único fator interveniente para o processo de hipertrofia.**
- d) Aumentos significativos são observados nas reservas locais de ATP, fosfocreatina e glicogênio.

**35. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

Uma das mais evidentes alterações que acontecem com o aumento da idade cronológica é a mudança nas dimensões corporais. Com o processo de envelhecimento existem mudanças principalmente na estatura, no peso e na composição corporal. Apesar do alto componente genético no peso e na estatura dos indivíduos, outros fatores, como dieta e atividade física, fatores psicossociais e doenças, entre outros, estão envolvidos nas alterações desses dois componentes durante o envelhecimento. Com base no texto, assinale a alternativa incorreta:

- a) Há a diminuição da estatura com o passar dos anos, por causa da compressão vertebral, do estreitamento dos discos e da cifose.
- b) Outra alteração da estrutura corporal é o incremento do peso corporal, que geralmente começa em torno dos 45 a 50 anos e se estabiliza aos 70, quando começa a declinar até os 80.
- c) Ocorrem alterações na composição corporal, especialmente a diminuição na massa livre de gordura, o incremento da gordura corporal e a diminuição da densidade óssea.
- d) **Existe uma redistribuição da gordura corporal do tronco para os membros com o avanço da idade, ou seja, parece tornar-se menos centralizada.**

**36. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

No que diz respeito à corporeidade, assinale a alternativa correta:

- I - A Educação Física pensada para cultivar e cultuar a corporeidade precisa inspirar-se no impulso sensível, na harmonia musical, nos ideais de beleza e nos valores estéticos.
  - II - A Educação Física deve valorizar ao máximo o movimento espontâneo e criativo.
  - III - A Educação Física deve garantir a vivência plena da corporeidade inserida na totalidade da existência humana.
- a) Somente a proposição I é verdadeira.
  - b) Somente as proposições I e II são verdadeiras.
  - c) **Todas as proposições são verdadeiras.**
  - d) Somente a proposição II é verdadeira.



**37. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

A obesidade é considerada hoje em dia uma doença crônica, que provoca ou acelera o desenvolvimento de muitas doenças e pode causar a morte precoce, portanto deve ser tratada. O tratamento básico da obesidade apoia-se na modificação do comportamento alimentar e na prática de atividades físicas. O exercício físico significativo mantém baixo o conteúdo gorduroso total do corpo e pode reduzir o ritmo de acúmulo das células adiposas. As atividades físicas devem ser escolhidas levando-se em conta:

- a) O consumo energético (dispêndio energético da atividade), capacidade física e habilidade do indivíduo.
- b) O consumo energético (dispêndio energético da atividade), a ingesta calórica e o nível de condicionamento.
- c) A ingesta calórica do indivíduo, a predisposição do indivíduo para a atividade física e sua motivação intrínseca.
- d) A capacidade física do indivíduo, a motivação intrínseca e sua determinação para a atividade física.

**38. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

Ao assumir o esporte como uma prática educativa, considera-se que algumas ações metodológicas presentes em nossas aulas precisam ser problematizadas, objetivando ressignificá-las. Levando em consideração essas ações, marque a alternativa correta:

- I - O professor deve escolher os melhores jogadores para selecionar os colegas que irão compor os respectivos times.
- II - A regra seguida pelo professor deve ser a que "o time que vence permanece em quadra".
- III - Na execução dos fundamentos de cada esporte, deve-se levar em consideração o fato de que existem maneiras diferenciadas de fazê-lo, dependendo do objetivo que se quer alcançar.
- IV - Com o conhecimento das condições e dos objetivos do jogo, o grupo tem autonomia para transformar suas regras, acrescentando ou excluindo de acordo com a necessidade.

São proposições verdadeiras:

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

**39. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

O aquecimento é tão essencial e benéfico para quem faz exercícios, que é indispensável incorporá-lo em nossas atividades físicas. Ele evita e previne lesões graves, atuando também contra as dores no corpo. O aquecimento em que os movimentos empregados não são diretamente relacionados àqueles envolvidos no exercício propriamente dito, abrangendo diversos movimentos como rotações articulares, pular corda, marchar ou correr, é denominado aquecimento:

- a) Estático.
- b) Geral.
- c) Específico.
- d) Isométrico.

**40. (Fundelta)** (Valor da questão 2,0)

A atividade física regular é um importante aliado no combate a doenças cardiovasculares e na diminuição dos níveis de pressão arterial e dos fatores de risco que potencializam a hipertensão arterial. Porém, devido ao aumento de pressão arterial sistólica e frequência cardíaca durante o exercício deve-se tomar alguns cuidados quanto à prescrição de exercícios para pessoas com hipertensão. Marque a alternativa que se refere a uma situação em que não há uma contraindicação absoluta do treinamento de resistência para alunos com hipertensão:

- a) Complicações cardíacas.
- b) Obesos com hipertensão arterial.
- c) Insuficiência renal.
- d) Hipertensão secundária.