

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Considerando as regras oficiais vigentes de cada modalidade esportiva apresentada, julgue os itens a seguir.

- 51 O programa olímpico é composto pela ginástica artística, nas categorias masculina e feminina; e pela ginástica rítmica, nas categorias masculina e feminina.
- 52 No voleibol, o líbero, que utiliza uniforme de cor diferente dos outros atletas da sua equipe, é um jogador especialista em defesa.
- 53 No handebol, o árbitro deve marcar um tiro de 7 m quando, em clara chance de gol, o atleta sofrer uma obstrução, que pode ocorrer por falta de atleta adversário, intervenção de pessoa não participante do jogo e até mesmo por um sibilo não justificado. Na cobrança da penalidade, o goleiro deverá, obrigatoriamente, se manter em cima da linha do gol, movimentando-se apenas lateralmente.
- 54 No futsal, o tempo técnico solicitado pelo treinador será concedido somente quando a bola estiver fora de jogo e sua reposição for a favor da equipe desse treinador.
- 55 Nas provas de revezamento *medley* da natação, a equipe deve nadar os estilos costas, peito, borboleta e livre. A ordem dos estilos será determinada pelo treinador, que deve considerar os tempos dos seus nadadores e a estratégia da equipe.

Com relação a aspectos técnicos dos esportes, julgue os itens subsequentes.

- 56 O salto em altura é uma modalidade do atletismo cujo objetivo é ultrapassar uma barra horizontal, conhecida como sarrafo. Atualmente, a técnica mais utilizada é conhecida como *flop fosbury*.
- 57 No judô, a pontuação máxima a ser conquistada é o *ippon*. Para anunciar um golpe que valha *ippon*, os árbitros devem levar em consideração três elementos fundamentais: a força e a velocidade de execução do golpe, além da queda do adversário.
- 58 Técnica e habilidade são termos amplamente utilizados, por vezes de maneira equivocada, na educação física. Conceitualmente, técnica é uma informação objetiva, passível de transmissão e impessoal; e habilidade é uma capacidade interna, pessoal, desenvolvida por meio da aprendizagem.

Considerando a organização da lógica interna do jogo e a distribuição dos jogadores em quadra nos esportes coletivos, julgue os itens que se seguem.

- 59 No jogo de futsal ou de handebol, a opção pela marcação mista envolve a marcação dos jogadores de linha e também a do goleiro, caso este avance para a quadra adversária.
- 60 Segundo Bayer, existe uma lógica funcional comum aos esportes coletivos, que se baseia em seis princípios operacionais — três de ataque e três de defesa —, considerando-se a análise da posse de bola. Os princípios de ataque são a manutenção da posse de bola, o avanço em direção ao campo adversário e a finalização no alvo, ao passo que os princípios de defesa são a proteção do seu próprio alvo, o impedimento da progressão adversária e a recuperação da posse de bola.
- 61 O sistema 4×2 pode ser utilizado tanto no voleibol quanto no handebol.

Devem-se proporcionar ao aluno ou ao atleta condições para a assimilação de aspectos técnicos e também cognitivos na área esportiva. Portanto, para que se avance no ensino dos esportes, pressupõem-se o entendimento dos métodos, dos estilos de ensino e da relação professor/aluno e o conhecimento de conceitos básicos referentes ao desenvolvimento de respostas inteligentes e criativas.

Com relação a esse assunto, julgue os itens seguintes.

- 62 Quando uma situação de jogo exige do sujeito uma resposta motora conhecida, e esta é dada de maneira adequada e eficiente, percebe-se a utilização do pensamento divergente. Quando o sujeito responde de maneira criativa, formulando ideias novas, percebe-se o uso do pensamento convergente.
- 63 A escolha pela concepção tradicional de ensino é a intervenção metodológica indicada, se a aula for organizada com objetivos claros de desenvolvimento técnico voltado para a formação atlética do praticante.
- 64 A adoção de um método de ensino centrado na técnica tem como principal objetivo desenvolver no praticante a capacidade de realização de movimentos ideais por meio da repetição de gestos eficientes e da automatização de jogadas ensaiadas.
- 65 O ensino humanista objetiva utilizar o caráter lúdico do jogo para o desenvolvimento motor, cognitivo, social e psicológico dos praticantes.
- 66 Determinada a opção metodológica, cabe ao professor/treinador efetivar o processo de ensino-treinamento. Um importante componente desse processo é o *feedback*, que consiste na captação ou produção de informação acerca da execução do movimento. Quando extrínseco, o *feedback* é produzido pelo próprio sujeito; quando intrínseco, é fornecido pelo ambiente.
- 67 O método de ensino atualmente mais indicado para o aprimoramento dos aspectos cognitivos dos alunos — que envolvem a análise do ambiente, antecipação e tomada de decisão — é o que se centra no ensino dos fundamentos técnicos da modalidade.
- 68 O desenvolvimento do conhecimento tático é um dos objetivos do processo de ensino dos esportes coletivos. Há dois tipos de conhecimento tático: o declarativo, que permite ao atleta verbalizar a ação que considera mais apropriada em cada situação de jogo; e o processual, que permite ao atleta efetuar um gesto técnico apropriado às demandas do jogo.

Julgue os próximos itens, acerca de atividades esportivas desenvolvidas na Universidade de Brasília (UnB).

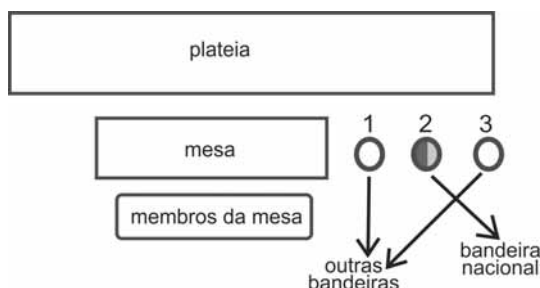
- 69 Uma das formas de pontuar no rúgbi é marcando-se um *try*, em que o atacante entra na linha de *in-goal* e coloca a bola no chão.
- 70 Os saltos ornamentais apresentam as seguintes modalidades olímpicas: plataforma de 10 m para homens e mulheres nas modalidades individual e sincronizada; e trampolim de 3 m masculino e feminino nas modalidades individual e sincronizada.

Acerca da captação de recursos para a realização de eventos e projetos esportivos, julgue os itens a seguir.

- 71 A Lei de Incentivo ao Esporte contempla projetos de formação de professores da educação infantil, com a finalidade de detectar talentos na rede pública de ensino.
- 72 *Naming rights* é a denominação da técnica de *marketing* que consiste em dar o nome de determinada empresa a um local, como, por exemplo, um ginásio ou um estádio, em contrapartida pelo investimento que a empresa tenha feito na construção ou manutenção do referido espaço físico.
- 73 Apoio é um investimento, necessariamente financeiro, realizado em determinado evento esportivo por uma instituição que busque algum tipo de retorno como mídia ou publicidade.
- 74 A legislação brasileira autoriza que pessoas físicas deduzam até 6% do valor do imposto de renda devido, sob a forma de patrocínio ou doação a projetos previamente aprovados por comissão técnica vinculada ao Ministério do Esporte.

Com relação ao cerimonial em aberturas de eventos esportivos, julgue os itens seguintes.

- 75 Tendo como referência a localização dos membros da mesa, ao organizar a cerimônia de abertura de um evento em um auditório, a bandeira nacional deve estar posicionada à direita conforme a figura mostrada abaixo.



- 76 No anúncio de autoridades em um evento, deve-se ater aos pronomes de tratamento adequados, como o utilizado para um reitor de uma universidade, que deve ser Vossa Excelência.

Julgue os próximos itens, no que se refere à elaboração de projeto para a realização de um evento esportivo.

- 77 Embora compartilhem semelhanças com projetos acadêmicos voltados para pesquisas em universidades, os projetos para a realização de eventos esportivos têm características próprias, como a dispensa de revisão de literatura.
- 78 O projeto para a realização de um evento esportivo que dure somente um dia, como, por exemplo, uma corrida rústica, dispensa a apresentação de cronograma.

Para se organizar um campeonato esportivo, alguns detalhes devem ser analisados em relação à escolha e aplicação dos sistemas de disputa. Com referência a esse assunto, julgue os itens subsequentes.

- 79 Nos torneios disputados em um processo combinado entre eliminatória simples e *play-off* com cinco partidas e realizado somente na rodada final, é garantida a maior participação de todas as equipes no evento.
- 80 Em uma eliminatória simples com 34 ou 64 times, o número de rodadas será igual a seis.
- 81 Em uma disputa por eliminatória simples, se NJ corresponder à quantidade de jogos e NC, à quantidade de equipes concorrentes, então  $NJ = NC - 1$ .
- 82 Em uma disputa por rodízio simples, se a quantidade de equipes concorrentes for um número par, então o número de rodadas será sempre igual ao número de equipes concorrentes.
- 83 Ao se organizarem as rodadas de uma eliminatória simples, sempre que o número de equipes participantes for um múltiplo de dois, não haverá equipe isenta na primeira rodada.

Ao planejarem um evento esportivo de corrida de rua, os organizadores devem ponderar as condições climáticas no que se refere tanto a ações remediativas quanto a ações preventivas, a fim de oferecerem o máximo de segurança aos atletas participantes e aos espectadores presentes no evento. Acerca desse assunto, julgue os itens que se seguem.

- 84 Considere que, durante uma competição de corrida de rua, em um dia quente, com alta temperatura, alguns atletas tenham apresentado sinais e sintomas de insolação. Considere, ainda, que a equipe médica de atendimento de emergência tenha sido chamada para socorrê-los. Nessa situação hipotética, os socorristas deverão adotar procedimentos para regular a temperatura corporal dos atletas, como o resfriamento imediato do corpo por meio de compressas frias na cabeça e nas regiões anatómicas onde os vasos sanguíneos são superficiais, além de procedimentos para prevenir quadro de choque.
- 85 Quando a temperatura externa — ambiente — é superior à temperatura interna — corporal —, o único mecanismo dissipador de calor que atua no corpo humano é a convecção.
- 86 Com base nas condições climáticas como temperatura e umidade relativa do ar, é correto afirmar que o outono e a primavera são as melhores estações do ano para serem realizados eventos esportivos de corrida de rua.
- 87 Caso o período escolhido para a realização de um evento esportivo não seja aquele que apresenta as melhores condições climáticas, a equipe organizadora deverá oferecer informações aos participantes, visto que tanto a intensidade do aquecimento fisiológico quanto a eficiência térmica dos trajes esportivos usados pelos atletas são fatores considerados para ações preventivas contra hipertermias e hipotermias.

Um aluno de um programa de atividade física para iniciantes em uma academia, após alguns minutos fazendo musculação, queixou-se de tontura e perda de visão. Logo após as queixas, ele desmaiou. Na avaliação física realizada pelo instrutor que prestou os primeiros socorros, foram constatados: palidez; sudorese excessiva; pele fria; taquicardia; pulso rápido e fraco; e hiperventilação.

Com base na situação hipotética acima, julgue os itens que se seguem.

- 88 Na situação em apreço, caso seja eliminada a possibilidade de ataque cardíaco, o procedimento que o instrutor deverá adotar consiste em posicionar o aluno em decúbito dorsal de modo que o tronco e a cabeça fiquem mais baixos que os membros inferiores (posição de Trendelenburg).
- 89 A palidez apresentada pelo referido aluno é uma manifestação física decorrente de uma resposta fisiológica à manutenção da homeostase e indica um estágio de irreversibilidade do choque.
- 90 O fato de o referido aluno ser iniciante em um programa de atividade física constitui um fator de risco para síncope.
- 91 Nessa situação, os sintomas apresentados pelo aluno após o desmaio caracterizam um quadro clássico de choque.

Julgue os itens a seguir, acerca da prescrição de exercícios físicos para pacientes portadores de hipertensão arterial sistêmica.

- 92 Para o controle da pressão arterial, os exercícios anaeróbicos praticados regularmente são mais eficientes que os aeróbios.
- 93 A prática regular de atividade física, associada a hábitos de alimentação mais saudáveis, é uma recomendação adequada a pessoas hipertensas.
- 94 Hipertensos devem realizar atividade física leve, durante cinquenta minutos, duas vezes por semana.

No que se refere à indicação de exercícios físicos para gestantes, julgue os itens subsequentes.

- 95 O objetivo principal da indicação de exercícios físicos durante a gestação é evitar estrias decorrentes da gravidez.
- 96 No caso de gestação normal, se a gestante já praticava exercícios, ela poderá continuar a fazê-los, adequando-se a prescrição à gestação.
- 97 Gestantes que apresentem diabetes gestacional devem interromper os exercícios físicos.

Com relação à utilização de carboidratos durante o esforço físico, julgue os próximos itens.

- 98 O sistema nervoso central, que necessita de fluxo ininterrupto de glicose para a homeostase, passa a oxidar, no diabetes precariamente regulado, com baixa ingestão de carboidratos e grandes quantidades de aminoácidos como combustível alternativo.
- 99 Uma das funções do ciclo de Cori (gliconeogênese) é remover o lactato circulante e utilizá-lo para restabelecer as reservas de glicogênio depletadas por exercício intenso.
- 100 No exercício intenso de curta duração, a energia para a ressíntese do ADP em ATP, ao longo do processo de glicólise anaeróbia, é fornecida essencialmente pela glicose e pelo glicogênio armazenado, tendo como resultado a formação de calor e de ácido láctico.
- 101 Os carboidratos proporcionam substrato para armazenar energia na forma de glicogênio intramuscular, utilizado para gerar ATP por via anaeróbica. Esse processo é importante no exercício de alta intensidade, que requer liberação rápida de energia acima dos níveis proporcionados pelo metabolismo aeróbio.
- 102 No lançamento do lactato, que ocorre na fase de recuperação após uma sessão de treinamento físico, o lactato produzido nas fibras de contração rápida circulará por fibras de contração tanto lenta quanto rápida, transformando-se em piruvato e, em seguida, em acetil-Coa, que participará do ciclo do ácido cítrico e do metabolismo energético aeróbio.
- 103 Os mecanismos de regulação dos carboidratos (glicólise) durante o exercício físico dependem da concentração das enzimas glicolíticas chave, dos níveis de substrato e do oxigênio; e esse último, em pequenas quantidades, inibe a glicólise.

O corpo armazena apenas de 80 g a 100 g de adenosina trifosfato (ATP) na condição de repouso. Dessa forma, o ATP armazenado não representa uma reserva significativa de energia. A respeito de suprimento quase imediato de energia em exercícios de alta intensidade e curta duração, julgue os itens subsecutivos.

- 104 O organismo armazena creatina na forma livre ou fosforilada (creatina-fosfato), estando a maior parte da creatina corporal armazenada na musculatura esquelética, em concentrações mais altas nas fibras de contração rápida.
- 105 A enzima creatinaquinase catalisa a reação de transferência do grupamento fosfato da creatina para a adenosina difosfato (ADP), formando ATP.
- 106 As reações de catálise por creatinaquinase e adelinatoquinase aprimoram a capacidade do músculo de aumentar rapidamente a produção de energia, criando os subprodutos AMP, Pi e ADP, os quais não interferem na glicogenólise, na glicólise nem modificam o processo de respiração mitocondrial.
- 107 No exercício de alta intensidade e de curta duração, as reservas de ATP-CP (creatina-fosfato) são utilizadas em poucos segundos; durante a recuperação, 30% do ATP-CP são restaurados em 30 segundos, e os 70% restantes são recuperados em até 300 segundos.
- 108 O exercício de alta intensidade e curta duração, como em uma corrida de 100 metros ou em uma prova de natação de 50 metros, necessita de suprimento imediato de energia obtida pela gliconeogênese de alta energia.

A propósito do treinamento desportivo, julgue os itens a seguir.

- 109** A potência aeróbia e a capacidade aeróbia são avaliadas no teste de aptidão cardiorrespiratório sendo consideradas para a prescrição do exercício físico.
- 110** Uma das principais adaptações crônicas ao treinamento aeróbio é a redução da frequência cardíaca na condição de repouso. Os mecanismos fisiológicos envolvidos estão relacionados ao aumento da modulação parassimpática e(ou) à redução da atividade simpática e(ou) à diminuição da frequência de disparos do nodo sinoatrial do coração.
- 111** O supratreinamento se caracteriza pelo aumento do rendimento em até 15% durante os treinos e as competições.
- 112** Em uma sessão de treino, o volume de treinamento é descrito como o tipo de substrato predominantemente utilizado, ao passo que a intensidade é definida como a duração ou a quantidade de repetições.
- 113** A variável volume de treinamento é fundamental no controle do treinamento físico, podendo ser expressa pelos seguintes parâmetros: velocidade, ritmo, gasto calórico e consumo de oxigênio.
- 114** Para a prescrição do treinamento aeróbio, devem-se considerar os princípios da individualidade, reversibilidade, especificidade e carga de treinamento.
- 115** De acordo com o princípio da individualidade, indivíduos com o mesmo nível de condicionamento físico, quando submetidos a uma carga com características semelhantes, produzem respostas equivalentes.

A avaliação física é fundamental para a segurança e a qualidade da prescrição do exercício. Acerca desse tema, julgue os itens subsecutivos.

- 116** Na determinação do somatótipo, são caracterizados três componentes: a ectomorfia, que se refere ao desenvolvimento do músculo esquelético; a mesomorfia, que traduz a linearidade do indivíduo; e a endomorfia, que representa a quantidade de gordura.
- 117** Em uma avaliação física, são interpretados os resultados obtidos nos testes com base nas medidas feitas.
- 118** O índice de massa corporal (IMC) avalia a composição corporal de indivíduos com respeito ao seu grau de obesidade, sem diferenciar o peso de gordura do peso livre de gordura.
- 119** A análise das aptidões físicas relacionadas à saúde — a aptidão cardiorrespiratória, a composição corporal e a aptidão neuromuscular — é substancial na caracterização do indivíduo em diversas condições clinicofuncionais.
- 120** A estatística relacionada à avaliação física subdivide-se em estatística descritiva — coleta de dados, organização, resumo de dados e descrição —; e estatística inferencial — análise dos dados, conclusão e tomada de decisões.

## PROVA DISCURSIVA

- Nesta prova, faça o que se pede, usando o espaço para rascunho indicado no presente caderno. Em seguida, transcreva o texto para a **FOLHA DE TEXTO DEFINITIVO DA PROVA DISCURSIVA**, no local apropriado, pois não será avaliado fragmento de texto escrito em local indevido.
- Qualquer fragmento de texto que ultrapassar a extensão máxima de linhas disponibilizadas será desconsiderado. Será também desconsiderado o texto que não for escrito no local especificamente determinado.
- Na **folha de texto definitivo**, identifique-se apenas no cabeçalho da primeira página, pois não será avaliado texto que tenha qualquer assinatura ou marca identificadora fora do local apropriado.
- Ao domínio do conteúdo serão atribuídos até **20,00 pontos**, dos quais até **1,00 ponto** será atribuído ao quesito apresentação (legibilidade, respeito às margens e indicação de parágrafos) e estrutura textual (organização das ideias em texto estruturado).

Dos 3.209 brasileiros presos no exterior em 2013, 963 (30% do total) eram suspeitos de traficar drogas. Em números absolutos, 1.108 brasileiros presos se concentram na Europa. Desses, 496 estão atrás das grades por tráfico. Além dos dois brasileiros na Indonésia — Marco Archer, que já foi executado, e Rodrigo Gularte, que aguarda execução no corredor da morte —, não há outros condenados à pena de morte no exterior. Ao todo, há brasileiros presos em trinta e nove países. O levantamento também revela que o tipo de crime cometido por brasileiros muda conforme o continente. Em todos eles, há a incidência do tráfico de drogas e do homicídio.

O Globo. 20/1/2015. p.5 (com adaptações).

Considerando que o fragmento de texto acima tem caráter unicamente motivador, redija um texto dissertativo acerca do seguinte tema.

### **AS DROGAS ILÍCITAS E A SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**

Ao elaborar seu texto, aborde, necessariamente, os seguintes aspectos:

- ▶ as drogas na sociedade contemporânea; [valor: 6,50 pontos]
- ▶ o negócio lucrativo das drogas; [valor: 6,50 pontos]
- ▶ o narcotráfico e o crime organizado global. [valor: 6,00 pontos]

**RASCUNHO**

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	



