

Nome :

PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Este caderno de questões está constituído de 20 questões:

Língua Portuguesa: 05 Matemática: 05 Conhecimentos Específicos: 10

LEIA ATENTAMENTE

1	Verifique se está sentado no local correto, condizente com a sua etiqueta (Nome do candidato e Prova).
2	Confira devidamente o caderno de questões; se houver falha, solicite a troca do caderno de questões completo ao fiscal.
3	Confira seus dados no cartão de respostas: NOME, Nº de INSCRIÇÃO e PROVA. ASSINE no espaço indicado na frente do cartão.
4	O cartão de respostas deverá ser preenchido de caneta esferográfica transparente, azul ou preta, sem rasuras e apenas uma ÚNICA alternativa poderá ser marcada em cada questão, preenchendo totalmente o espaço, e não apenas “x”.
5	Não amasse nem dobre o cartão de respostas; evite usar borracha. É vedada a substituição do cartão de respostas decorrente de erro cometido por candidato.
6	Durante a prova, não é permitida a comunicação entre candidatos nem a utilização de máquinas calculadoras e/ou similares, livros, anotações, réguas de cálculo, impressos ou qualquer outro material de consulta.
7	O tempo de duração da prova será de até 03 (três) horas. O candidato somente poderá retirar-se definitivamente do recinto de realização da prova após 1h (uma) hora ,contada do seu efetivo início.
8	O candidato não poderá levar o caderno de questões.
9	Ao final dos trabalhos, devolva ao Fiscal de Sala o <u>cartão de respostas</u> devidamente preenchido e assinado.
10	Os três últimos candidatos de cada sala de prova deverão permanecer na sala, a fim de acompanhar os fiscais para o lacre dos envelopes, quando, então, poderão retirar-se do local, simultaneamente, depois de concluído.
11	O candidato, ao terminar a prova, deverá retirar-se imediatamente do local de aplicação de prova, não podendo permanecer nas dependências deste, bem como não poderá utilizar os sanitários.
12	O candidato será eliminado sumariamente caso o celular emita qualquer som.

RASCUNHO

Marque aqui as suas respostas para posterior conferência:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20										

RASCUNHO

RASCUNHO

LÍNGUA PORTUGUESA

1) Quanto ao emprego da vírgula assinale a alternativa CORRETA:

- a) "A educação exige todo um processo interior psicológico, profundo." (Cecília Meireles)
- b) "Se a educação não for provocativa, não constrói, não se cria, não se inventa, só se repete." (Mario Sergio Cortella)
- c) Educar é mostrar a vida, a quem ainda não a viu. (Rubem Alves)
- d) Melhor professor nem sempre é o de mais saber, e sim, aquele que modesto tem a faculdade, de manter o respeito e a disciplina da classe. (Cora Coralina)

Leia a crônica abaixo e responda as perguntas 2 a 4.

Crônica

Olá, tudo bem? Não!

[...] Uma das perguntas mais difíceis de responder hoje em dia é "tudo bem? Como você vai?".

As regras mínimas de convivência em sociedade cristalizaram como convenção dar uma resposta padrão, do tipo "sim, e com você?", seguida por algo na mesma linha... Em situações normais, esse papo não é levado muito a sério. É só uma forma educada de começar uma conversa, com uma introdução para o assunto.

Agora, o contraste dessa pergunta e a dureza da vida fazem da resposta, que era uma convenção ingênua, em expressão de resignação e comiseração de todos nós.

A preocupação com a disseminação da doença, o medo de pais e avós se contaminarem, as dificuldades para trabalhar e pagar as contas, a angústia de não poder sair pra tomar uma bebida ou ouvir uma música transformaram a nossa vida em um martírio. [...]

Igor Felipe Santos - Brasil de Fato

2) "Uma das perguntas mais difíceis de responder hoje em dia é "Tudo bem? Como você vai?". Sobre a frase acima em relação ao texto assinale alternativa que melhor corresponde a ideia que a mesma transmite:

- a) As perguntas Tudo bem? Como você vai? são difíceis de responder pois não sabemos o significado das mesmas.
- b) Podemos dizer que é difícil responder essas perguntas "Tudo bem? Como você vai?" hoje em dia devido atual situação que vivemos.
- c) As perguntas "Tudo bem? Como você vai?" se tornam difíceis de serem respondidas pois hoje em dia vivemos sem tempo para conversar.
- d) Refletindo sobre as perguntas "Tudo bem? Como você vai?" achamos difícil de responder porque hoje em dia temos poucos amigos.

3) " em expressão de resignação e comiseração de todos nós." As palavras em destaque podem ser substituídas sem alterar o sentido por:

- a) furor - aversão
- b) fleuma – indiferença
- c) complacência – enternecimento
- d) exuberância – indiferença

4) "Em situações normais, esse papo não é levado muito a sério" O trecho acima apresenta a seguinte figura de linguagem:

- a) Metonímia.
- b) Catacrese.
- c) Perífrase.

d) Anáfora.

5) Minha realização era que me proporcionassem uma viagem. Assinale a alternativa que corresponde a classificação da oração acima:

- a) Oração Subordinada Substantiva Subjetiva .
- b) Oração Subordinada Substantiva Completiva Nominal.
- c) Oração Subordinada Substantiva Apositiva
- d) Oração Subordinada Substantiva Predicativa.

MATEMÁTICA

6) A raiz da equação abaixo é:

$$12x + 280 = 68$$

X

- a) 5.
- b) 4.
- c) 3.
- d) 7.

7) Encontre o resultado da expressão abaixo:

$$32 - \{\sqrt{196 + 8^3 \times [9 - (18 \div 3)]}\}$$

- a) -1408.
- b) -1518.
- c) -928.
- d) Nenhuma das alternativas.

8) Em uma loja de departamento uma geladeira custava R\$ 3950,00, tendo um aumento de 5% no valor. Após o aumento a loja fez uma promoção com um desconto de 4% no valor da geladeira. Qual o valor da geladeira com aumento e com desconto?

- a) R\$4147,50 com aumento e R\$ 3981,60 com desconto.
- b) R\$4090,50 com aumento e R\$ 3687,30 com desconto.
- c) R\$4100,00 com aumento e R\$ 3681,50 com desconto.
- d) Nenhuma das alternativas.

9) Sabendo que um campo de futebol apresenta as seguintes medidas, o comprimento é 52,5 metros e a largura é de 42,3 metros. Qual é sua área?

- a) 2372,35 m².
- b) 2220,75 m².
- c) 2134,65 m².
- d) Nenhuma das alternativas.

10) João gastou no mercado R\$18,75, pagou com moedas de 50 centavos, 25 centavos e 10 centavos. Realizou o pagamento da seguinte forma, 22 moedas de 50 centavos e 23 moedas de 25 centavos, sendo assim quantas moedas de 10 centavos foram necessárias para completar o pagamento?

- a) 40 moedas.
- b) 35 moedas.
- c) 25 moedas.
- d) Nenhuma das alternativas.

CONHECIMENTOS ESPECIFICOS

11) O princípio da ginástica para todos deve ser a liberdade na utilização, tanto dos fundamentos quanto das possibilidades de manifestação dos elementos corporais, bem como dos materiais e equipamentos que fazem parte dessa vivência. Sobre alguns benefícios das ginásticas assinale a alternativa CORRETA referente a diversidade:

a) Os elementos da cultura, assim como as vivências dos indivíduos, devem ser utilizados como fatores fundamentais para a criação das aulas e das coreografias. Nessas vivências, a integração dos diferentes elementos da cultura corporal deve ser explorada e estimulada como possibilidade de aprofundamento do conhecimento e da valorização da cultura regional.

b) A liberdade na utilização dos materiais, das vestimentas, dos elementos corporais e das manifestações da cultura, além da valorização das potencialidades individuais, sem desconsiderar a importância do grupo, permitem que a educação para o respeito à diversidade ocorra da melhor maneira possível, ou seja, através das vivências e das experiências do grupo.

c) Ampliar ao máximo a efetiva participação dos praticantes isso significa dizer que todos são responsáveis e que a colaboração de todos é fundamental para o grupo. Para tanto, é importante que os elementos fundamentais de sua prática sejam amplamente reconhecidos. A ausência de competição, a indefinição do número de participantes, bem como de faixa etária e também do sexo dos praticantes, deve servir de estímulo à criatividade.

d) Participar de grupos ou de eventos de ginástica geral é, primordialmente, relacionar-se. O convívio e o encontro com os outros deve possibilitar a ampliação das percepções da diversidade de manifestações e de indivíduos que devem ser incluídos. Cooperar é uma condição fundamental na ginástica geral a prática é feita com o outro e não contra o outro.

12) A hatha é um ramo da yoga e busca-se a realização através do controle e esforço físico utilizando algumas técnicas: Sendo uma delas a Yoganidra assinale alternativa CORRETA:

a) Gesto simbólico e pode ser feito com as mãos ou com o corpo inteiro, produzindo efeitos subjetivos., estes gestos interferem nos canais energéticos, estimulando as glândulas e consequentemente os chakras, e produzindo alterações no psiquismo humano.

b) É a contração voluntária e prolongada de certas regiões do corpo, ligadas aos plexos energéticos, atua no plano físico e astral.

c) São técnicas purificadoras para o corpo, a mente e as emoções e tem como objetivo, relaxar o corpo; acalmar a mente; diminuir o ritmo respiratório; e aumentar a consciência.

d) Refere-se a indução a um estado de relaxamento consciente e profundo. Inicia-se com o rodízio da conscientização corporal, no qual cada parte do corpo é relaxada sem movimentar-se, e depois através da fala do professor são estimuladas sensações e visualizações, que buscam eliminar sobrecargas e tensões do sistema nervoso.

13) Os diâmetros são definidos como a distância entre as proeminências ósseas definidas através de pontos anatômicos ,medidas que procuram estabelecer distâncias projetadas perpendicularmente ao eixo longitudinal do corpo. Sobre os principais diâmetros analise o contexto a seguir relacionado aos procedimentos , e assinale a alternativa CORRETA: Identifica-se a localização desses pontos percorrendo os dedos a espinha de ambas as escápulas até a sua borda externa e lateral, e a medida é realizada utilizando as hastes do paquímetro ligeiramente voltadas para cima ou para baixo em relação ao plano horizontal.

a) Bicrista-ilíaca.

b) Biacromial.

c) Biepicondilar do fêmur.

d) Bimaleolar.

14) Na posição antropométrica, alguns pontos servem como referência para a mensuração das medidas antropométricas, sendo um deles o estiloidal assinale a alternativa correspondente ao mesmo :

a) Ponto médio, na superfície anterior do punho, da linha horizontal ao nível das epífises estiloides.

b) Ponto anatômico encontrado na extremidade inferior do esterno.

c) Localiza-se no ponto mais distal da apófise estilóide do rádio.

d) Ponto mais anterior dos dedos do pé.

15) A Capoeira consiste numa dança onde o emprego dos movimentos é arriscado, a respeito da capoeira analise as afirmativas abaixo:

I) Na Capoeira a musicalidade é fundamental.

II) Raiz e corpo da arte, a melodia flui de toda parte.

III) Berimbaus, atabaques, ganzás, agogôs, pandeiros, tudo é som e movimento.

IV) Ao gingar o capoeira não se permite improvisos e inovações.

V) Considerando o secundário , defender um lado do corpo enquanto o outro se prepara um ataque.

Estão CORRETAS somente as afirmativas:

a) I, II , IV e V.

b) II, III, IV e V.

c) I, II e III.

d) I, III e V.

16) As lutas podem ser definidas como práticas corporais com importância histórica e social, com objetivos voltados à oposição de ações entre indivíduos, nas quais o foco está no corpo da outra pessoa e as ações são de caráter simultâneo e imprevisível, surgindo algumas características dessas práticas a respeito do foco no oponente, é CORRETO afirmar:

a) Os praticantes se enfrentam em caráter de oposição um ao outro, por meio de objetivos que podem variar de acordo com cada modalidade. Esses objetivos podem atingir determinada parte do corpo para pontuar,

b) Realizam-se ações tanto de defesa quanto de ataque de forma simultânea, não há diferenciação no espaço e no tempo dessas ações, as ações de ataque e defesa acontecem a todo instante e podem surgir tanto de uma pessoa quanto da outra, por isso é sempre necessário manter a atenção.

c) A simultaneidade das ações em diversas modalidades, é possível que a luta se encerre antes do tempo máximo permitido.

d) Refere-se ao objetivo das lutas que está centralizado no corpo da outra pessoa, diferencia de todas as demais práticas corporais.

17) Com base na Política Nacional de Promoção de Saúde, complete o inciso III do artigo 10 práticas corporais e atividades físicas, que compreende promover ações, aconselhamento e divulgação de práticas corporais e atividades físicas,

a) incentivando a melhoria das condições dos espaços públicos, considerando a cultura local e incorporando brincadeiras, jogos, danças populares, dentre outras práticas.

- b) incluindo ações educativas, legislativas, econômicas, ambientais, culturais e sociais.
- c) desenvolvendo ações de educação em promoção da saúde e incluí-la nos espaços de educação permanente.
- d) contribuindo para a redução das violências e para a cultura de paz.

18) Assinale a alternativa CORRETA sobre os benefícios da prática de exercício físico na melhora da função musculoesquelética de idosos:

- a) É responsável por um aumento da concentração de catecolaminas (adrenalina e noradrenalina), que exercem influência sobre uma série de processos fisiológicos, sendo um fator a mais na modulação da imunidade.
- b) É eficiente no controle glicêmico de idosos diabéticos, atuando na melhoria da sensibilidade a insulina, tolerância a glicose e redução da glicemia sanguínea.
- c) Aumenta o suprimento sanguíneo muscular, auxilia na normalização da relação entre tensão e comprimento dos músculos, desenvolve o metabolismo muscular, proporciona um aumento na deposição de sais de cálcio ao longo das linhas de tração e compressão dos ossos e aumento da capacidade dos ligamentos e tendões se submetem à força de tensão.
- d) É indispensável na prevenção e na manutenção da funcionalidade motora e independência, e que também está relacionada a diminuição do risco para morbidade e mortalidade.

19) Alguns elementos do movimento fazem parte da dança como fluência, espaço, peso e tempo. Sobre fluência é CORRETO afirmar:

- a) Sua função é a comunicação, pode indicar aspectos intelectuais, expressando o onde do movimento.
- b) Tem a função de promover uma compreensão sobre integração, sensação de unidade da pessoa, tem a ver também com progressão de movimento e pode indicar aspectos que envolvem a emoção e expressão de sentimentos.
- c) Sua função que auxilia na conquista da verticalidade, estabelecendo relação e gradações entre o firme e o leve, em termos de intenção, sensação e resistência do movimento, facilitar a objetividade com a afirmação da vontade e indicação do o quê do movimento.
- d) A função é auxiliar na operacionalidade, comunicando o quando do movimento, determinando o quão súbito ou sustentado é um movimento, em termos de decisão e urgência de movimento.

20) O processo do desenvolvimento motor dos movimentos é dividido por fases sendo uma delas os movimentos fundamentais onde as crianças estão envolvidas na exploração e na experimentação das capacidades motoras de seus corpos desenvolvendo habilidades. Sobre o contexto acima assinale a alternativa que corresponde habilidades de estabilidade:

- a) Engloba a manutenção do controle corporal em movimentos que exigem e equilíbrio corporal, uma vez que existe uma ação agindo no centro de gravidade da criança.
- b) Engloba atividades de caminhar, correr, pular, escorregar e saltar obstáculos, onde permitem ao indivíduo se deslocar e movimentar-se no ambiente em que está inserido.
- c) Engloba o relacionamento da criança com objetos, sendo caracterizada pela força que é aplicada neste objeto, tanto para recepção quanto para lançamentos.

- d) Engloba os movimentos de arremessar, chutar, bater e rolar.