

EDUCAÇÃO FÍSICA**03**

Novembro/2013

LEIA COM ATENÇÃO AS INSTRUÇÕES ABAIXO.

1. Verifique se, além deste caderno, você recebeu o Caderno de Respostas, destinado à transcrição das respostas das questões de múltipla escolha (objetivas), das questões discursivas e do questionário de percepção da prova.
2. Confira se este caderno contém as questões de múltipla escolha (objetivas), as discursivas de formação geral e do componente específico da área e as relativas à sua percepção da prova. As questões estão assim distribuídas:

Partes	Número das questões	Peso das questões	Peso dos componentes
Formação Geral/Objetivas	1 a 8	60%	25%
Formação Geral/Discursivas	Discursiva 1 e Discursiva 2	40%	
Componente Específico/Objetivas	9 a 35	85%	75%
Componente Específico/Discursivas	Discursiva 3 a Discursiva 5	15%	
Questionário de Percepção da Prova	1 a 9	-	-

3. Verifique se a prova está completa e se o seu nome está correto no Caderno de Respostas. Caso contrário, avise imediatamente um dos responsáveis pela aplicação da prova. Você deve assinar o Caderno de Respostas no espaço próprio, com caneta esferográfica de tinta preta.
4. Observe as instruções sobre a marcação das respostas das questões de múltipla escolha (apenas uma resposta por questão), expressas no Caderno de Respostas.
5. Use caneta esferográfica de tinta preta, tanto para marcar as respostas das questões objetivas quanto para escrever as respostas das questões discursivas.
6. Não use calculadora; não se comunique com os demais estudantes nem troque material com eles; não consulte material bibliográfico, cadernos ou anotações de qualquer espécie.
7. Você terá quatro horas para responder às questões de múltipla escolha e discursivas e ao questionário de percepção da prova.
8. Quando terminar, entregue ao Aplicador ou Fiscal o seu Caderno de Respostas.
9. **Atenção!** Você deverá permanecer, no mínimo, por uma hora, na sala de aplicação das provas e só poderá levar este Caderno de Prova após decorridas três horas do início do Exame.

QUESTÃO 01

Todo caminho da gente é resvaloso.
Mas também, cair não prejudica demais
A gente levanta, a gente sobe, a gente volta!...
O correr da vida embrulha tudo, a vida é assim:
Esquenta e esfria, aperta e daí afrouxa,
Sossega e depois desinquieta.
O que ela quer da gente é coragem.
Ser capaz de ficar alegre e mais alegre no meio da alegria,
E ainda mais alegre no meio da tristeza...

ROSA, J.G. **Grande Sertão**: Veredas. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2005.

De acordo com o fragmento do poema acima, de Guimarães Rosa, a vida é

- A** uma queda que provoca tristeza e inquietude prolongada.
- B** um caminhar de percalços e dificuldades insuperáveis.
- C** um ir e vir de altos e baixos que requer alegria perene e coragem.
- D** um caminho incerto, obscuro e desanimador.
- E** uma prova de coragem alimentada pela tristeza.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 02

A discussão nacional sobre a resolução das complexas questões sociais brasileiras e sobre o desenvolvimento em bases sustentáveis tem destacado a noção de corresponsabilidade e a de complementaridade entre as ações dos diversos setores e atores que atuam no campo social. A interação entre esses agentes propicia a troca de conhecimento das distintas experiências, proporciona mais racionalidade, qualidade e eficácia às ações desenvolvidas e evita superposições de recursos e competências.

De uma forma geral, esses desafios moldam hoje o quadro de atuação das organizações da sociedade civil do terceiro setor. No Brasil, o movimento relativo a mais exigências de desenvolvimento institucional dessas organizações, inclusive das fundações empresariais, é recente e foi intensificado a partir da década de 90.

BNDES. Terceiro Setor e Desenvolvimento Social. **Relato Setorial nº 3 AS/GESET**. Disponível em: <<http://www.bndes.gov.br>>. Acesso em: 02 ago. 2013 (adaptado).

De acordo com o texto, o terceiro setor

- A** é responsável pelas ações governamentais na área social e ambiental.
- B** promove o desenvolvimento social e contribui para aumentar o capital social.
- C** gerencia o desenvolvimento da esfera estatal, com especial ênfase na responsabilidade social.
- D** controla as demandas governamentais por serviços, de modo a garantir a participação do setor privado.
- E** é responsável pelo desenvolvimento social das empresas e pela dinamização do mercado de trabalho.

ÁREA LIVRE



QUESTÃO 03

Uma revista lançou a seguinte pergunta em um editorial: “Você pagaria um ladrão para invadir sua casa?”. As pessoas mais espertas diriam provavelmente que não, mas companhias inteligentes de tecnologia estão, cada vez mais, dizendo que sim. Empresas como a Google oferecem recompensas para *hackers* que consigam encontrar maneiras de *entrar* em seus *softwares*. Essas companhias frequentemente pagam milhares de dólares pela descoberta de apenas um *bug* – o suficiente para que a caça a *bugs* possa fornecer uma renda significativa. As empresas envolvidas dizem que os programas de recompensa tornam seus produtos mais seguros. “Nós recebemos mais relatos de *bugs*, o que significa que temos mais correções, o que significa uma melhor experiência para nossos usuários”, afirmou o gerente de programa de segurança de uma empresa. Mas os programas não estão livres de controvérsias. Algumas empresas acreditam que as recompensas devem apenas ser usadas para pegar cibercriminosos, não para encorajar as pessoas a encontrar as falhas. E também há a questão de *double-dipping* – a possibilidade de um *hacker* receber um prêmio por ter achado a vulnerabilidade e, então, vender a informação sobre o mesmo *bug* para compradores maliciosos.

Disponível em: <<http://pcworld.uol.com.br>>.
Acesso em: 30 jul. 2013 (adaptado).

Considerando o texto acima, infere-se que

- A** os caçadores de falhas testam os *softwares*, checam os sistemas e previnem os erros antes que eles aconteçam e, depois, revelam as falhas a compradores criminosos.
- B** os caçadores de falhas agem de acordo com princípios éticos consagrados no mundo empresarial, decorrentes do estímulo à livre concorrência comercial.
- C** a maneira como as empresas de tecnologia lidam com a prevenção contra ataques dos cibercriminosos é uma estratégia muito bem-sucedida.
- D** o uso das tecnologias digitais de informação e das respectivas ferramentas dinamiza os processos de comunicação entre os usuários de serviços das empresas de tecnologia.
- E** os usuários de serviços de empresas de tecnologia são beneficiários diretos dos trabalhos desenvolvidos pelos caçadores de falhas contratados e premiados pelas empresas.

QUESTÃO 04

A Política Nacional de Resíduos Sólidos (Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010) define a logística reversa como o “instrumento caracterizado por um conjunto de ações, procedimentos e meios destinados a viabilizar a coleta e a restituição dos resíduos sólidos ao setor empresarial, para reaproveitamento, em seu ciclo ou em outros ciclos produtivos, ou outra destinação final ambientalmente adequada”.

A Lei nº 12.305/2010 obriga fabricantes, importadores, distribuidores e comerciantes de agrotóxicos, pilhas, baterias, pneus, óleos lubrificantes, lâmpadas fluorescentes, produtos eletroeletrônicos, embalagens e componentes a estruturar e implementar sistemas de logística reversa, mediante retorno dos produtos após o uso pelo consumidor, de forma independente do serviço público de limpeza urbana e de manejo dos resíduos sólidos.

Considerando as informações acima, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

I. O retorno de embalagens e produtos pós-consumo a seus fabricantes e importadores objetiva responsabilizar e envolver, na gestão ambiental, aquele que projeta, fabrica ou comercializa determinado produto e lucra com ele.

PORQUE

II. Fabricantes e importadores responsabilizados, inclusive financeiramente, pelo gerenciamento no pós-consumo são estimulados a projetar, manufaturar e comercializar produtos e embalagens menos poluentes e danosos ao meio ambiente. Fabricantes são os que melhor conhecem o processo de manufatura, sendo, por isso, os mais indicados para gerenciar o reprocessamento e reaproveitamento de produtos e embalagens.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

- A** As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
- B** As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
- C** A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- D** A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
- E** As asserções I e II são proposições falsas.

QUESTÃO 05

Na tabela abaixo, é apresentada a distribuição do número de empregos formais registrados em uma cidade brasileira, consideradas as variáveis setores de atividade e gênero, de acordo com a Relação Anual de Informações Sociais (RAIS).

Número de empregos formais por total de atividades e gênero, de 2009 a 2011.

IBGE Setor	Número de empregos formais por total das atividades - 2009			Número de empregos formais por total das atividades - 2010			Número de empregos formais por total das atividades - 2011		
	Total	Masculino	Feminino	Total	Masculino	Feminino	Total	Masculino	Feminino
Total	106 347	78 980	27 367	115 775	85 043	30 732	132 709	93 710	38 999
1-Extrativa mineral	24 504	22 186	2 318	26 786	24 236	2 550	26 518	23 702	2 816
2-Indústria de transformação	12 629	10 429	2 200	14 254	12 031	2 223	14 696	12 407	2 289
3-Serviços industriais de utilidade pública	421	363	58	612	543	69	813	703	110
4-Construção civil	9 279	8 242	1 037	7 559	6 587	972	7 563	7 070	493
5-Comércio	12 881	7 869	5 012	14 440	8 847	5 593	15 436	9 516	5 920
6-Serviços	38 945	26 460	12 485	43 148	29 044	14 104	51 210	34 304	16 906
7-Administração Pública	7 217	2 996	4 221	8 527	3 343	5 184	16 017	5 599	10 418
8-Agropecuária, extração vegetal, caça e pesca.	471	435	36	449	412	37	456	409	47

Fonte: RAIS/MTE (adaptado)

Com base nas informações da tabela apresentada, avalie as afirmações a seguir.

- I. O setor com o melhor desempenho em termos percentuais foi o da Administração Pública, com a geração de 7 490 postos de trabalho entre 2010 e 2011.
- II. De uma forma geral, comparando-se os dados de gênero, as mulheres vêm ocupando mais postos de trabalho na Administração Pública e perdendo postos na Construção civil.
- III. Entre 2010 e 2011, o aumento na distribuição dos postos de trabalho entre homens e mulheres foi mais equilibrado que o ocorrido entre 2009 e 2010.
- IV. O setor com o pior desempenho total entre 2010 e 2011 foi o da Agropecuária, extração vegetal, caça e pesca, que apresentou aumento de somente 7 postos de trabalho.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I e II.
- B** I e IV.
- C** III e IV.
- D** I, II e III.
- E** II, III e IV.



QUESTÃO 06

De um ponto de vista econômico, a globalização é a forma como os mercados de diferentes países interagem e aproximam pessoas e mercadorias. A superação de fronteiras gerou uma expansão capitalista que tornou possível realizar transações financeiras e expandir os negócios para mercados distantes e emergentes. O complexo fenômeno da globalização resulta da consolidação do capitalismo, dos grandes avanços tecnológicos e da necessidade de expansão do fluxo comercial mundial. As inovações nas áreas das telecomunicações e da informática (especialmente com a Internet) foram determinantes para a construção de um mundo globalizado.

Disponível em: <www.significados.com.br>.
Acesso em: 2 jul. 2013 (adaptado).

Sobre globalização, avalie as afirmações a seguir.

- I. É um fenômeno gerado pelo capitalismo, que impede a formação de mercados dinâmicos nos países emergentes.
- II. É um conjunto de transformações na ordem política e econômica mundial que aprofunda a integração econômica, social, cultural e política.
- III. Atinge as relações e condições de trabalho decorrentes da mobilidade física das empresas.

É correto o que se afirma em

- A** I, apenas.
- B** II, apenas.
- C** I e III, apenas.
- D** II e III, apenas.
- E** I, II e III.

ÁREA LIVRE**QUESTÃO 07**

Uma sociedade sustentável é aquela em que o desenvolvimento está integrado à natureza, com respeito à diversidade biológica e sociocultural, exercício responsável e consequente da cidadania, com a distribuição equitativa das riquezas e em condições dignas de desenvolvimento.

Em linhas gerais, o projeto de uma sociedade sustentável aponta para uma justiça com equidade, distribuição das riquezas, eliminando-se as desigualdades sociais; para o fim da exploração dos seres humanos; para a eliminação das discriminações de gênero, raça, geração ou de qualquer outra; para garantir a todos e a todas os direitos à vida e à felicidade, à saúde, à educação, à moradia, à cultura, ao emprego e a envelhecer com dignidade; para o fim da exclusão social; para a democracia plena.

TAVARES, E. M. F. Disponível em: <<http://www2.ifrn.edu.br>>.
Acesso em: 25 jul. 2013 (adaptado).

Nesse contexto, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

I. Os princípios que fundamentam uma sociedade sustentável exigem a adoção de políticas públicas que entram em choque com velhos pressupostos capitalistas.

PORQUE

II. O crescimento econômico e a industrialização, na visão tradicional, são entendidos como sinônimos de desenvolvimento, desconsiderando-se o caráter finito dos recursos naturais e privilegiando-se a exploração da força de trabalho na acumulação de capital.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

- A** As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
- B** As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
- C** A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- D** A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
- E** As asserções I e II são proposições falsas.

QUESTÃO 08

TEXTO I

Muito me surpreendeu o artigo publicado na edição de 14 de outubro, de autoria de um estudante de Jornalismo, que compara a legislação antifumo ao nazismo, considerando-a um ataque à privacidade humana.

Ao contrário do que afirma o artigo, os fumantes têm, sim, sua privacidade preservada. (...) Para isso, só precisam respeitar o mesmo direito à privacidade dos não fumantes, não impondo a eles que respirem as mesmas substâncias que optam por inalar e que, em alguns casos, saem da ponta do cigarro em concentrações ainda maiores.

FITERMAN, J. Disponível em: <<http://www.clicrbs.com.br>>. Acesso em: 24 jul. 2013 (adaptado).

TEXTO II

Seguindo o mau exemplo de São Paulo e Rio de Janeiro, o estado do Paraná, ao que tudo indica, também adotará a famigerada lei antifumo, que, entre outras coisas, proíbe a existência de fumódromos nos espaços coletivos e estabelece punições ao proprietário que não coibir o fumo em seu estabelecimento. É preciso, pois, perguntar: tem o Estado o direito de decidir a política tabagista que o dono de um bar, por exemplo, deve adotar? Com base em que princípio pode uma tal interferência ser justificada?

A lei somente se justificaria caso seu escopo se restringisse a locais cuja propriedade é estatal, como as repartições públicas. Não se pode confundir um recinto coletivo com um espaço estatal. Um recinto coletivo, como um bar, continua sendo uma propriedade privada. A lei representa uma clara agressão ao direito à propriedade.

PAVÃO, A. Disponível em: <<http://agguinaldopavao.blogspot.com.br>>. Acesso em: 24 jul. 2013 (adaptado).

Os textos I e II discutem a legitimidade da lei antifumo no Brasil, sob pontos de vista diferentes.

A comparação entre os textos permite concluir que, nos textos I e II, a questão é tratada, respectivamente, dos pontos de vista

- A** ético e legal.
- B** jurídico e moral.
- C** moral e econômico.
- D** econômico e jurídico.
- E** histórico e educacional.

ÁREA LIVRE



QUESTÃO DISCURSIVA 1

A Organização Mundial de Saúde (OMS) menciona o saneamento básico precário como uma grave ameaça à saúde humana. Apesar de disseminada no mundo, a falta de saneamento básico ainda é muito associada à pobreza, afetando, principalmente, a população de baixa renda, que é mais vulnerável devido à subnutrição e, muitas vezes, à higiene precária. Doenças relacionadas a sistemas de água e esgoto inadequados e a deficiências na higiene causam a morte de milhões de pessoas todos os anos, com prevalência nos países de baixa renda (PIB *per capita* inferior a US\$ 825,00).

Dados da OMS (2009) apontam que 88% das mortes por diarreia no mundo são causadas pela falta de saneamento básico. Dessas mortes, aproximadamente 84% são de crianças. Estima-se que 1,5 milhão de crianças morra a cada ano, sobretudo em países em desenvolvimento, em decorrência de doenças diarreicas.

No Brasil, as doenças de transmissão feco-oral, especialmente as diarreias, representam, em média, mais de 80% das doenças relacionadas ao saneamento ambiental inadequado (IBGE, 2012).

Disponível em: <<http://www.tratabrasil.org.br>>. Acesso em: 26 jul. 2013 (adaptado).

Com base nas informações e nos dados apresentados, redija um texto dissertativo acerca da abrangência, no Brasil, dos serviços de saneamento básico e seus impactos na saúde da população. Em seu texto, mencione as políticas públicas já implementadas e apresente uma proposta para a solução do problema apresentado no texto acima. (valor: 10,0 pontos)

RASCUNHO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

QUESTÃO DISCURSIVA 2



O debate sobre a segurança da informação e os limites de atuação de governos de determinados países tomou conta da imprensa recentemente, após a publicidade dada ao episódio denominado espionagem americana. O trecho a seguir relata parte do ocorrido.

(...) documentos vazados pelo ex-técnico da Agência Central de Inteligência (CIA), Edward Snowden, indicam que *e-mails* e telefonemas de brasileiros foram monitorados e uma base de espionagem teria sido montada em Brasília pelos norte-americanos.

O Estado de São Paulo. Disponível em: <<http://www.estadao.com.br/>>. Acesso em: 30 jul. 2013 (adaptado).

Considerando que os textos e as imagens acima têm caráter unicamente motivador, redija um texto dissertativo a respeito do seguinte tema:

Segurança e invasão de privacidade na atualidade. (valor: 10,0 pontos)

RASCUNHO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

QUESTÃO 09

Os profissionais de educação física são frequentemente convocados a intervir na estética corporal dos indivíduos, que são influenciados, conscientemente ou não, pela cultura da sociedade em que vivem. Pode-se afirmar que a sociedade brasileira está altamente impactada pelas leis do consumo, o que contribui para as representações atuais do que vem a ser um corpo belo e saudável. Na maioria das vezes, esses profissionais privilegiam os conhecimentos da dimensão biológica do ser humano para atender a tais demandas, em detrimento de outros conhecimentos como o sociológico, o histórico e o antropológico. Estudos têm revelado que aquilo que em determinada época foi considerado belo e saudável, pode ser, em outro contexto, considerado feio e doente, conforme os valores sociais e culturais de cada época.

O grande desafio é tornar o culto à própria identidade em uma cultura coletiva e ética, na qual floresça um tipo de afeto por si mesmo que, quanto mais se volte para o próprio corpo, mais se dedique, ao mesmo tempo, aos cuidados com os demais corpos.

SANT'ANNA, D. B. Identidade Corporal. In: **Corpo, Prazer e Movimento**. São Paulo. SEESC, 2002. p 24-31 (adaptado).

O texto sugere que os profissionais de educação física intervenham de forma a

- A** acolher as demandas de pessoas que querem ficar mais fortes ou magras, com vistas a criar um movimento cultural de culto ao corpo.
- B** acolher as demandas, porém introduzindo uma intervenção que questione os padrões midiáticos, com vistas a criar um movimento cultural de respeito às identidades.
- C** acolher as demandas, porém introduzindo a noção de que não existem corpos feios ou belos, mas, sim, corpos saudáveis ou não saudáveis, com vistas a criar um movimento cultural de culto ao corpo saudável.
- D** rejeitar as demandas, criticando os indivíduos que procuram as academias para ações pontuais, impactadas por modismos midiáticos, criando, assim, um movimento cultural de recusa às identidades.
- E** rejeitar as demandas, porém introduzindo uma reflexão sobre as representações diferenciadas do que vem a ser belo e saudável, criando, assim, um movimento cultural de busca pelo corpo belo e saudável.

QUESTÃO 10

Com relação ao processo de ensino-aprendizagem de esportes coletivos, avalie as afirmações a seguir.

- I. O método por partes pode ser caracterizado pelo ensino de cada uma das partes de uma habilidade.
- II. O método pelo todo consiste na utilização de toda a habilidade a ser aprendida.
- III. O método situacional é caracterizado pela prática de situações de jogo nas quais comportamentos individuais e coletivos são extraídos do jogo propriamente dito.
- IV. A escolha entre o método por partes ou o método pelo todo deve levar em consideração o nível de complexidade e a organização da habilidade.

É correto o que se afirma em

- A** I, apenas.
- B** II e IV, apenas.
- C** III e IV, apenas.
- D** I, II e III, apenas.
- E** I, II, III e IV.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 11

Considerando que os princípios físicos da água interferem na prescrição do treinamento em atividades aquáticas, é correto afirmar que

- A** os elementos físicos da flutuação e da pressão hidrostática da água promovem instabilidade do corpo na água, uma vez que o centro de gravidade e o centro de flutuação agem de maneira inversamente proporcional.
- B** a pressão hidrostática, que pode ser sentida quando o indivíduo entra na piscina, atua de forma igual em todas as partes imersas do corpo e, portanto, não é mais evidente em algum dos segmentos corporais; por sua vez, a flutuação é sentida pelo indivíduo que se exercita na água a partir do seu grau de imersão.
- C** o deslocamento de qualquer segmento corporal na água produz mudanças na postura do corpo; a flutuação, por sua vez, promove diminuição do peso corporal e interfere de forma positiva na economia de movimento do indivíduo que se exercita na água.
- D** a flutuação pode ser usada para auxiliar o movimento quando um membro é movido no sentido da superfície da água e para resistir ao movimento, quando o membro é movido desde a superfície da água para a posição vertical; por sua vez, a pressão hidrostática age como uma resistência multidirecional que influencia a expansão torácica.
- E** a prescrição do exercício na água deve obedecer às mesmas recomendações prescritas para exercícios em solo, pois os princípios físicos não interferem no desenvolvimento das capacidades físicas do indivíduo.

QUESTÃO 12

A violência no futebol está presente em todas as regiões brasileiras e é um aspecto preocupante para as autoridades, pois essa prática esportiva reúne um contingente muito grande de pessoas, devido à sua inserção na cultura da sociedade brasileira. Essa violência, no Brasil, está relacionada a muitos fatores, diretos e indiretos. Entre os diretos, estão: efeito da despersonalização, diminuição do controle social, ilusão de universalidade, fatores desencadeantes de violência, mecanismos de imitação, presença emocional, condições da vítima. Entre os fatores indiretos, destacam-se os problemas sociais, tais como alto índice de desemprego, analfabetismo funcional, baixa escolaridade, falta de opções de lazer gratuito. Tudo isso induz a um uso abusivo de drogas e bebidas alcoólicas, que, por sua vez, desencadeiam atitudes de violência no futebol.

REIS, H. H. B. **Futebol e Violência**. Campinas: Armazém do Ipê (Autores Associados), 2006 (adaptado).

A violência no futebol é situação complexa e, portanto, não se resolve de forma imediata, exigindo planos de curto, médio e longo prazo. Entre os fatores que podem contribuir para a redução dessa violência está a intervenção do profissional de educação física.

Diante do exposto, avalie as afirmações a seguir.

- I. O profissional de educação física é um elemento direto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele orienta, treina e sensibiliza seus jogadores para jogarem *limpo*, sem apelos à violência e às ações antijogo.
- II. O profissional de educação física é um elemento direto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele intervém se opondo a ações violentas dos atletas que orienta.
- III. O profissional de educação física é um elemento indireto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele desconstrói a figura do atleta herói, diminuindo o fanatismo dos torcedores.
- IV. O profissional de educação física é um elemento indireto para reduzir os acontecimentos de violência no esporte quando ele orienta e treina seus jogadores para aceitarem com respeito qualquer tipo de resultado.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I e II.
- B** I e III.
- C** III e IV.
- D** I, II e IV.
- E** II, III, IV.



QUESTÃO 13

Servílio, 1º medalhista brasileiro no boxe, dirige o neto de 12 anos e 44 kg.

Na foto acima, orientando o pugilista infantil, um *corner* de luxo: seu avô, único medalhista olímpico brasileiro no boxe entre 1968 e 2012, e seu pai, ex-treinador de um campeão mundial de pugilismo. “Quando o seu adversário vier para cima, bing, bing, bing”, instruía ao neto Servílio de Oliveira, 65 anos, gesticulando como quem dispara *jabs* [golpes preparatórios de esquerda]. “Toca os *jabs* para afastá-lo. Toca com *jabs*”.

OHATA, E. Folha de São Paulo, 23/07/2013.

Considerando a notícia acima, avalie as asserções a seguir.

- I. A especialização precoce de crianças no esporte não é recomendada, mesmo levando em consideração que a cultura e o histórico familiar podem levar à participação em competições com idades menores.

PORQUE

- II. A especialização precoce promove estresse físico e psicológico, o que pode contribuir para o abandono da prática e reduz as possibilidades da criança de vivências e experimentações variadas necessárias à construção de seu repertório motor e de sua cultura corporal.

- A** As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
B As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
C A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
D A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
E As asserções I e II são proposições falsas.

QUESTÃO 14

O Comitê Olímpico Internacional (COI) definiu o *doping* como “a administração ou o uso por um competidor de qualquer substância exógena ou endógena ingerida em quantidade anormal ou por uma via anormal de entrada no corpo, com a intenção de melhorar de forma artificial e desleal o seu desempenho em uma competição”. Essas substâncias estão listadas como proibidas pelo COI, de acordo com as regras *antidoping*.

Considerando o exposto acima, avalie as afirmações a seguir.

- I. É de total interesse do esporte a adoção de procedimentos eficientes para a detecção de drogas e de políticas que excluam das competições os atletas que não sigam essas regras.
- II. A atitude de “vencer a qualquer custo” que se difundiu na sociedade coloca o atleta em uma situação de risco.
- III. O uso dos esteroides anabolizantes por atletas é contrário aos princípios éticos da competição desportiva e, dessa forma, não é bem visto pela sociedade.
- IV. Os esteroides anabolizantes têm sido associados com efeitos desejáveis em estudos laboratoriais e terapêuticos. Os efeitos mais relevantes são aqueles que ocorrem no fígado, no sistema cardiovascular, no aparelho reprodutor e no estado psicológico dos indivíduos que utilizam essas substâncias.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I.
- B** II.
- C** II e IV.
- D** III e IV.
- E** I, II e III.

QUESTÃO 15

O empreendedorismo pode ser considerado uma iniciativa própria de alguém que realiza um conjunto de ações podendo idealizar novos métodos com o objetivo de desenvolver e dinamizar serviços, produtos ou qualquer atividade de organização e administração. Especificamente como profissional de Educação Física, o *personal trainer* exerce atividades que requerem alto grau de empreendedorismo. Os recursos para se investir nessa atividade envolvem duas formas: equipamentos/espacos ou tempo. O profissional pode investir em espacos e equipamentos e, também, em sua formação acadêmica, o que requer tempo de dedicação aos estudos.

Diante do exposto, conclui-se que o *personal trainer* deveria

- I. manter-se sempre atualizado em relação aos métodos de treinamento e atividades físicas, pois lhe possibilitaria apresentar novidades aos seus alunos.
- II. gerenciar sua carteira de modo eficaz para manter sempre contato com os alunos ativos, evitando perder tempo em tentar reconquistar os ex-alunos.
- III. decidir com clareza qual tipo de público deseja atender e, assim, demonstrar excelência nesse atendimento, respeitando as características individuais de cada aluno.
- IV. organizar-se como se fosse uma empresa, conseguindo administrar o próprio tempo de trabalho com o tempo de lazer.

É correto apenas o que se afirma em

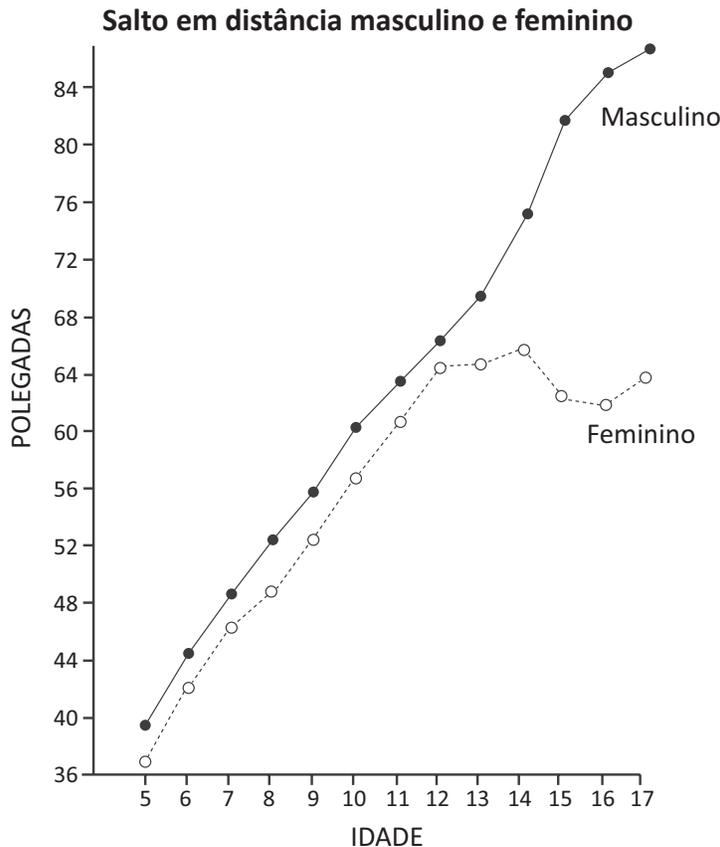
- A** I e II.
- B** I e III.
- C** II e IV.
- D** I, III e IV.
- E** II, III e IV.



QUESTÃO 16

Alterações quantitativas em inúmeras habilidades motoras têm sido objeto de estudo nas últimas décadas. Dessa forma, existe abundância de informações sobre as capacidades de desempenho de homens e de mulheres, da infância à idade adulta.

O gráfico a seguir representa o desempenho na habilidade motora de salto horizontal, tendo como base de análise o salto em distância, comparando o desempenho de crianças e adolescentes do sexo masculino e feminino, na faixa etária entre 5 e 17 anos de idade.



GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor:** bebês, crianças, adolescentes e adultos. 2.ed. São Paulo: Phorte, 2003.

Com base nos dados de desempenho apresentados no gráfico, avalie as afirmações a seguir.

- I. A dinâmica do desempenho de ambos os sexos apresenta similaridade até os 12 anos de idade.
- II. O desempenho na faixa etária de 16 a 17 anos de idade apresenta ascensão nas marcas masculinas e queda nas marcas femininas.
- III. O desempenho feminino apresenta uma nítida alteração, coincidente com a fase de puberdade.

É correto o que se afirma em

- A** I, apenas.
- B** II, apenas.
- C** I e III, apenas.
- D** II e III, apenas.
- E** I, II e III.



QUESTÃO 17

A frequência cardíaca máxima (FCM) é o valor mais elevado da frequência cardíaca que um indivíduo pode atingir em um esforço máximo até o ponto de exaustão e constitui variável fisiológica relevante para quantificar o esforço máximo durante um teste ergométrico. A FCM é um importante marcador biológico para a prescrição e o monitoramento do exercício físico, com indicações que podem variar entre 60% e 85% da FCM para o desenvolvimento da resistência e da potência cardiorrespiratória, respectivamente.

Questiona-se se o emprego de equações que predizem a FCM, como $(220 - \text{idade})$ de Karvonen ou $(208 - [0,7 \times \text{idade}])$ de Tanaka, não induziria ao erro na prescrição da intensidade de treinamento cardiorrespiratório por superestimarem a FCM de indivíduos jovens ($<$ de 40 anos) e subestimarem a FCM de indivíduos idosos ($>$ de 60 anos). Para testar essa hipótese, Camarda e cols. (2008) realizaram um estudo comparativo entre a FCM medida em teste ergoespirométrico e as equações propostas por Karvonen e Tanaka. Para tanto foram avaliados 2 047 indivíduos (1 091 homens e 956 mulheres) com média \pm desvio-padrão de idade igual a $37,1 \pm 11,4$. Estimou-se, portanto, o coeficiente de correlação de Pearson e o valor de p foi menor que 0,05, em ambos os casos. Os resultados estão representados nos gráficos 1 e 2.

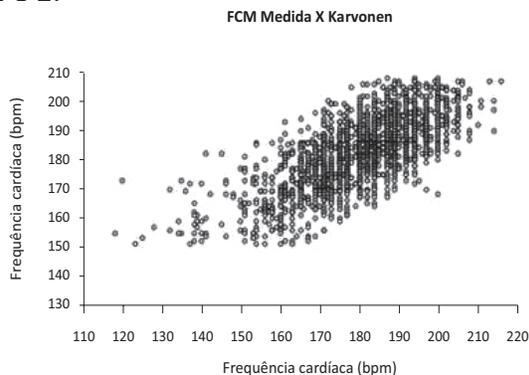


Gráfico 1 - Correlação de Pearson entre a frequência cardíaca máxima (FCM) medida e a equação de predição de Karvonen "220-idade", ($r=0,72$; $r^2=0,52$; $n=2047$).

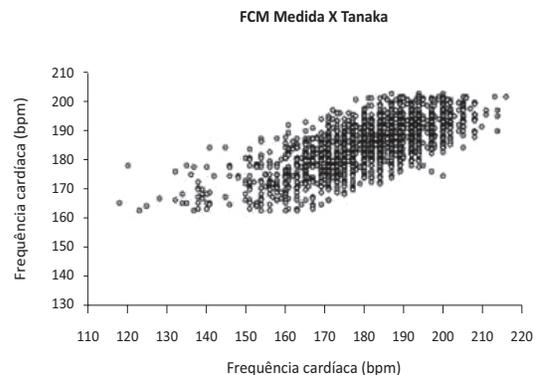


Gráfico 2 - Correlação de Pearson entre a frequência cardíaca máxima (FCM) medida e a equação de predição de Tanaka "208-(0,7xidade)", ($r=0,72$; $r^2=0,52$; $n=2047$).

CAMARDA, S.R.A.; TEBEXRENI, A.S.; PÁFARO C.N. *et al.* Comparação da frequência cardíaca máxima medida com as fórmulas de predição propostas por Karvonen e Tanaka. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. V. 91, n. 5, p. 311-314, 2008.

Considerando o texto e os gráficos apresentados, pode-se notar que

- A** as equações de Karvonen e de Tanaka, apresentam moderada correlação com a FCM medida em teste de esforço máximo. Isso significa que é arriscado prescrever a intensidade do esforço físico de um exercício utilizando essas equações.
- B** as equações de Karvonen e de Tanaka, apresentam forte correlação com a FCM medida em teste de esforço máximo. Isso significa que é seguro prescrever a intensidade do esforço físico de um exercício utilizando essas equações.
- C** as equações de Karvonen e de Tanaka, apresentam forte correlação com a FCM medida em teste de esforço máximo. No entanto, a prescrição da intensidade de esforço depende de outros fatores como nível de aptidão física e volume da sessão de treinamento.
- D** as equações de Karvonen e de Tanaka, apresentam fraca correlação com a FCM medida em teste de esforço máximo. Porém, a prescrição da intensidade de esforço pode depender de outros fatores como nível de aptidão física e frequência das sessões de treinamento.
- E** as equações de Karvonen e de Tanaka, apresentam fraca correlação com a FCM medida em teste de esforço máximo. Isso significa que é seguro prescrever a intensidade do esforço físico de um exercício utilizando essas equações.



QUESTÃO 18

O nado *crawl* caracteriza-se como o mais rápido dos estilos competitivos. Erros presentes em sua execução têm influência direta no rendimento do nado. Com relação à técnica mais adequada dos movimentos no nado *crawl*, assinale a alternativa correta.

- A** Na ação das pernas, os movimentos se iniciam no joelho, gerando uma propulsão suficiente para manter o quadril na linha d'água.
- B** Na ação dos braços, a mão deve ser tracionada junto ao corpo, diminuindo o braço da alavanca e levando a um ganho de potência.
- C** Na fase de tração, as mãos e os cotovelos atingem a água ao nível do ombro, produzindo sobre a água uma pressão propulsora.
- D** Na respiração, o atleta deve promover a elevação da cabeça abaixando o quadril e, conseqüentemente, aumentando a propulsão.
- E** Na coordenação dos movimentos, um dos braços deve efetuar a recuperação antes que o outro inicie a tração, conseguindo, assim, economia de energia.

QUESTÃO 19

A classificação das fibras musculares, em vermelhas ou brancas, faz-se de acordo com o metabolismo energético dominante, a velocidade de contração e a atividade enzimática. Considerando que a coloração das fibras determina a quantidade de glicogênio que será utilizado no exercício, bem como sua função fisiológica, avalie as afirmações a seguir.

- I. As fibras de coloração vermelha têm essa característica devido ao elevado número de mioglobina e, por isso, apresentam capacidade oxidativa elevada. As fibras brancas, por sua vez, possuem força de contração elevada, contendo grandes quantidades de glicogênio e geram ATP principalmente por glicólise anaeróbica.
- II. As fibras de contração lenta possuem pequena quantidade de mitocôndrias, o que lhes confere menor resistência à fadiga. Por outro lado, as fibras de contração rápida possuem grandes quantidades de mitocôndrias, o que promove aumento na velocidade de remoção do lactato sanguíneo e, conseqüentemente, produz maior resistência à fadiga.
- III. Na prática dos exercícios físicos, as fibras vermelhas são mais recrutadas por maratonistas enquanto as fibras brancas são mais recrutadas por velocistas.

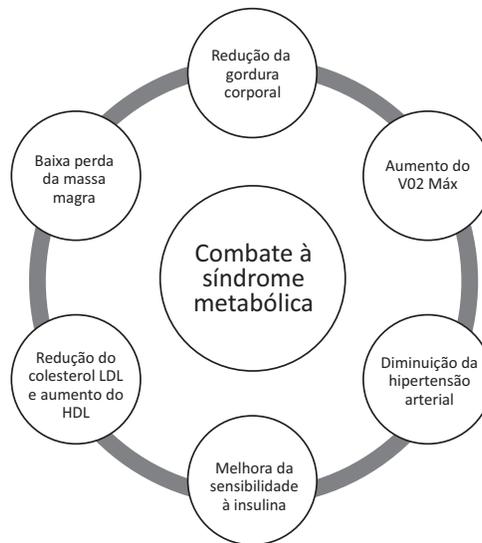
É correto o que se afirma em

- A** II, apenas.
- B** III, apenas.
- C** I e II, apenas.
- D** I e III, apenas.
- E** I, II e III.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 20

Síndrome metabólica é o termo empregado para designar um conjunto de fatores de risco de origem metabólica que estão associados à mortalidade por diversas causas. Embora a síndrome metabólica seja caracterizada por grande variedade de fatores, há consenso na literatura sobre os seguintes componentes: intolerância à glicose, hipertensão arterial, deslipidemia e obesidade central. Esses problemas de saúde, por sua vez, estão relacionados diretamente a distúrbios alimentares e sedentarismo. Programas de exercícios físicos associados a mudanças de hábitos alimentares têm apresentado resultados satisfatórios no tratamento da síndrome metabólica. O esquema a seguir apresenta o conjunto de alterações decorrentes da prática de exercícios físicos.



ACSM's guidelines for exercise testing and prescription, 8th ed, Lippincott, Williams & Wilkins, inc., USA, 2010 (adaptado).

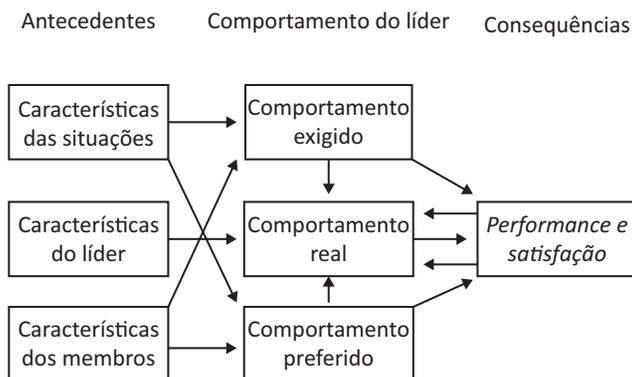
O tipo de treinamento que promove as adaptações descritas acima e a sequência na qual estas adaptações ocorrem são, respectivamente,

- A** aeróbio de intensidade moderada combinado com resistido; aumento do VO₂ máximo, redução do colesterol LDL e aumento do HDL, redução da gordura corporal, baixa perda de massa magra, melhora da sensibilidade à insulina e diminuição da hipertensão arterial.
- B** aeróbio de intensidade leve; melhora da sensibilidade à insulina, aumento do VO₂ máximo, redução do colesterol LDL e aumento do HDL, redução da gordura corporal, baixa perda de massa magra e diminuição da hipertensão arterial.
- C** aeróbio de alta intensidade combinado com resistido; redução da gordura corporal, baixa perda de massa magra, melhora da sensibilidade à insulina, diminuição da hipertensão arterial, aumento do VO₂ máximo, redução do colesterol LDL e aumento do HDL.
- D** resistido de intensidade moderada; redução da gordura corporal, baixa perda de massa magra, melhora da sensibilidade à insulina, diminuição da hipertensão arterial, aumento do VO₂ máximo, redução do colesterol LDL e aumento do HDL.
- E** resistido de alta intensidade; melhora da sensibilidade à insulina, diminuição da hipertensão arterial, aumento do VO₂ máximo, redução da gordura corporal, baixa perda de massa magra, redução do colesterol LDL e aumento do HDL.

QUESTÃO 21

Os estudos relacionados à liderança no ambiente esportivo buscam verificar o papel do técnico e a influência de suas ações na gestão da equipe comandada, sendo que o Modelo Multidimensional de Liderança, proposto por Chelladurai (1978), é um dos mais utilizados na literatura.

Modelo Multidimensional de Liderança



ALBA, G.R.; TOIGO, T.; BARCELLOS, P.F.P. Percepção de atletas profissionais de basquetebol sobre o estilo de liderança do técnico. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Porto Alegre, v. 32, nº 1, 2010.

Considerando o Modelo de Liderança, que pode ser utilizado pelo treinador na gestão de uma equipe, avalie as afirmações que se seguem.

- I. O treinador é avaliado por meio de três comportamentos: o exigido, o preferido e o real.
- II. O rendimento e a satisfação do grupo são atingidos quando os comportamentos exigidos, reais e preferidos do líder são similares ou próximos.
- III. O treinador deve ter clareza sobre as características da situação, as dos membros da equipe e as suas próprias características.
- IV. As características do líder interferem diretamente no seu comportamento real.

É correto o que se afirma em

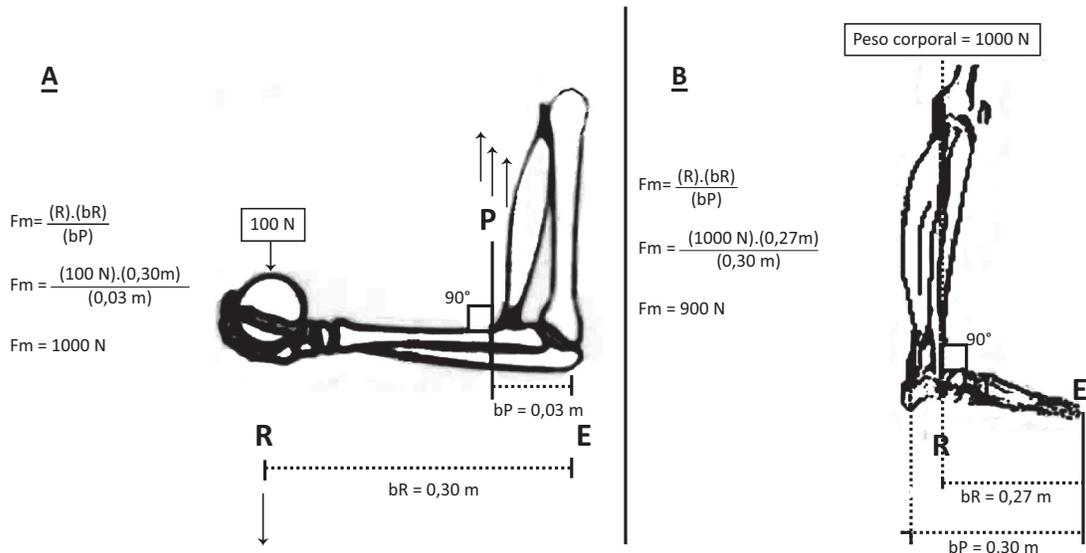
- A** I, apenas.
- B** II, apenas.
- C** I, III e IV, apenas.
- D** II, III e IV, apenas.
- E** I, II, III e IV.

ÁREA LIVRE



QUESTÃO 22

O ato de exercitar o corpo fundamenta-se no princípio das alavancas, em que a ação muscular sobre o esqueleto gera o movimento humano. Uma alavanca é uma haste rígida que gira ao redor de um eixo ou fulcro. Alavancas são constituídas basicamente por cinco elementos. São eles: fulcro ou eixo (E), força (P), braço de força (bP), resistência (R) e braço de resistência (bR). Partindo desse princípio, analise o seguinte questionamento apresentado por um aluno de musculação ao seu professor: “Se adotei a mesma regra de treinamento para todos os grupos musculares (80% de 1-RM), por que o desenvolvimento de hipertrofia nas panturrilhas (tríceps sural) não ocorreu na mesma proporção que nos músculos dos braços?”



HALL, S. **Biomecânica básica**. 1ª edição, pp. 231-234, 1993 (adaptado).

Considerando os tipos de alavancas, a figura apresentada e o questionamento feito pelo aluno, avalie as afirmações que se seguem.

- I. A alavanca em **A** é de terceira classe. O que justifica a facilidade com que se desenvolve a musculatura do braço em detrimento da musculatura das pernas.
- II. Na alavanca em **A**, o braço de potência é maior que o braço de resistência. Sendo assim, existe uma vantagem mecânica na qual a força aplicada será menor do que a resistência a ser vencida.
- III. A alavanca em **B** é de segunda classe. Assim exige-se que a carga a ser empregada seja bastante elevada, a fim que se atinja maior recrutamento de unidades motoras, propiciando bom estímulo para a hipertrofia.
- IV. Na alavanca em **B**, a desvantagem mecânica observada no exemplo exige dos músculos envolvidos um esforço mais vigoroso.

É correto apenas o que se afirma em

- A** II.
- B** III.
- C** I e III.
- D** II e IV.
- E** I, III e IV.



QUESTÃO 23

O fenômeno das corridas de rua cresce a cada ano. O último levantamento da Federação Paulista de Atletismo (FPA) registrou evolução de 15% no número de corredores em 2012, comparado com o ano anterior. Participaram das 311 provas oficiais realizadas no estado de São Paulo 533 mil corredores, contra 464 mil em 2011. Os números são ainda mais significativos se forem consideradas também as corridas de rua não oficiais, que não recebem autorização e apoio da Federação Paulista. Além das 311 corridas oficiais, foram realizadas outras 182 competições.

Disponível em: <<http://www.atletismofpa.org.br>> Acesso em: 2 abr. 2013 (adaptado).

Considerando a notícia acima e a tendência nacional no aumento de participação da população em corridas de rua, avalie as afirmações a seguir.

- I. Os programas de atividades físicas mantidos pelos órgãos públicos devem prever assistência a parte da população que espontaneamente adere às corridas de rua, por meio de avaliação física e orientações sobre a prática correta e segura do exercício.
- II. As secretarias municipais de esporte, ou órgãos públicos correspondentes, devem priorizar as parcerias com as federações estaduais de atletismo no sentido de promover regularmente corridas de rua e, assim, detectar possíveis talentos esportivos na população.
- III. Professores de educação física podem criar grupos de corrida e, dessa forma, atender a um grande número de pessoas, uma vez que não há restrições para a prática e os espaços utilizados são as vias públicas.
- IV. Os espaços públicos utilizados pela população para a prática de caminhadas e corridas devem ser valorizados com melhorias de sinalização, condições gerais de piso e calçamento, bem como de segurança.
- V. A realização de eventos de corrida de rua só deve ser estimulada pelos órgãos municipais quando garantida a possibilidade da caminhada e não apenas corrida, pois, dessa forma, garante-se a prática sem riscos à saúde e atende-se a um número maior de participantes.

Está correto apenas o que se afirma em

- A** II.
- B** I e IV.
- C** III e V.
- D** IV e V.
- E** I, II e III.

QUESTÃO 24

Existem diferentes razões para a interrupção do exercício físico em gestantes, com indicação para que procurem orientação médica durante a gravidez. Cabe ao profissional de educação física conhecer os sintomas e sinais que indiquem possíveis problemas na gravidez e demandem interrupção das atividades com consequente encaminhamento para averiguações médicas.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE-ACSM. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

São motivos para interrupção do exercício físico e indicação de orientação médica durante a gravidez:

- I. liberação de “jato” de líquido proveniente da vagina.
- II. tumefação (edema) súbita dos tornozelos, das mãos ou da face.
- III. tumefação (edema), dor e vermelhidão na panturrilha de uma única perna.

É correto o que se afirma em

- A** I, apenas.
- B** III, apenas.
- C** I e II, apenas.
- D** II e III, apenas.
- E** I, II e III.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 25

Uma empresa de grande porte da área de produtos alimentícios instalada em uma pequena cidade de interior é responsável por parte da economia local, empregando um número expressivo de habitantes da cidade, nos setores de produção, embalagem, estoque e distribuição. Consciente de sua responsabilidade social, a empresa decide criar um programa de qualidade de vida para seus empregados. Para tanto, contrata diferentes profissionais, pois entende que há necessidades específicas em cada setor. Um profissional de educação física é convidado a integrar a equipe multidisciplinar e desenvolver o projeto pretendido.

Nesta situação, são ações que um profissional de educação física pode desenvolver de forma a contribuir efetivamente na melhoria da qualidade de vida dos empregados da empresa:

- I. identificar grupos de interesse em diferentes práticas corporais e, a partir de então, estabelecer as ofertas de atividades físicas coletivas, para que, dessa forma, ocorra maior aderência dos empregados às práticas.
- II. propor sessões semanais de ginástica laboral, utilizando série padronizada de alongamento para que os empregados de todos os setores possam realizá-la de forma correta.
- III. organizar campeonatos esportivos exigindo índices de rendimento compatíveis com competições da região onde vivem os empregados, para que aqueles que representam a empresa em eventos esportivos possam ser treinados.
- IV. criar estratégias de comunicação variadas, como palestras ou divulgação em cartazes e folhetos, para disseminar orientações regulares sobre a postura corporal correta a ser adotada por cada empregado em suas diferentes funções.
- V. promover eventos de recreação e lazer, buscando integrar os empregados e seus familiares, levando em consideração a cultura corporal local na escolha das atividades propostas.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I, II e III.
- B** I, III e IV.
- C** I, IV e V.
- D** II, III e V.
- E** II, IV e V.

QUESTÃO 26

Um casal de professores de educação física é dono de uma academia de ginástica em uma cidade do interior do país. A academia é organizada, possui sala de musculação e oferece dois tipos diferentes de aulas de ginástica localizada, aula de dança e alongamento, com horários em algumas manhãs e em todas as noites. Os proprietários gerenciam a secretaria da academia e são responsáveis por todas as aulas. Apesar de completar dois anos de funcionamento e estar instalada em imóvel próprio, a academia não tem conseguido se manter financeiramente, ainda que tenha alcançado picos de 200 alunos matriculados.

Considerando a situação descrita acima e levando em consideração conceitos de gestão e empreendedorismo, avalie as afirmações que se seguem.

- I. As pessoas tendem a se matricular em academias por motivos de saúde, mas a aderência à prática está relacionada a questões sociais e afetivas; portanto, os proprietários da academia devem adotar estratégias que favoreçam o relacionamento interpessoal de seus alunos, como oferecer serviço de treinamento personalizado.
- II. A academia terá maiores chances de sobrevivência se houver o reinvestimento dos lucros obtidos no próprio empreendimento, ainda que haja lucro somente por períodos curtos. Isso deveria estar previsto pelos proprietários no planejamento estratégico, tático e operacional.
- III. A gestão da academia deve estar focada nas questões relacionadas à promoção da saúde dos alunos. Assim, aulas embasadas em modismos ou tendências de mercado que não contribuam de forma comprovada cientificamente a esse propósito devem ser descartadas pelos proprietários.
- IV. A concorrência deve ser sempre analisada para que seus pontos fortes sejam conhecidos. Desse modo, os gestores da academia poderão estabelecer estratégias que busquem alcançar também esses pontos.

Está correto apenas o que se afirma em

- A** II.
- B** IV.
- C** I e III.
- D** I e IV.
- E** II e III.



QUESTÃO 27

Um grupo de 10 maratonistas brasileiros partiu no mês de março em viagem para a Rússia para participar de uma prova de maratona em Moscou. Naquele período, a temperatura média foi de -1°C . Todos sabiam sobre o frio que os aguardava, mas ninguém no grupo tinha experiência de corrida em condições climáticas tão desfavoráveis. Quando lá chegaram, foram conhecer o circuito da prova para estabelecer os postos de hidratação. A equipe contava com um médico do esporte, um fisiologista do exercício, um fisioterapeuta e uma nutricionista. Na véspera da prova, a equipe técnica conversou com treinadores locais e obteve a informação de que a previsão meteorológica para o momento da prova seria de chuva fina, com ventos de até 40 km/h, o que produziria uma sensação térmica de -16°C .

Os treinadores locais sugeriram que os isotônicos fossem substituídos por hidratantes com uma composição hipertônica. Diante da situação, a equipe técnica discutiu a sugestão com os atletas. Cinco atletas concordaram com a utilização de hipertônicos e os outros cinco não concordaram. Sendo assim, a equipe preparou os dois kits de hidratantes (isotônico e hipertônico) a fim de atender a ambos os grupos. No dia seguinte, a prova foi realizada e a previsão meteorológica se confirmou. Ao final da prova, apenas cinco atletas brasileiros concluíram a distância. Os outros cinco atletas abandonaram no meio do percurso por razões diversas.

Considerando o texto acima, avalie as afirmações a seguir.

- I. O grupo que conseguiu concluir a prova deve ter sido o que utilizou hidratante isotônico, pois em temperaturas extremamente baixas, o corpo desidrata mais rapidamente e tem perda significativa de eletrólitos.
- II. Hidratantes isotônicos foram desenvolvidos para repor líquidos e minerais perdidos durante a transpiração, quando se praticam atividades físicas por períodos prolongados.
- III. Em condições climáticas tão desfavoráveis, há acentuada queda dos estoques de glicogênio muscular, decorrente da necessidade de se manter a temperatura corporal central, assim, o atleta experimenta o surgimento de sucessivas contraturas musculares pela falta de energia.
- IV. Uma solução hipertônica pode ser definida como aquela que contém concentração de eletrólitos e glicose abaixo da encontra no plasma sanguíneo.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I.
- B** III.
- C** I e IV.
- D** II e III.
- E** II e IV.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 28

Indivíduo do sexo masculino, 22 anos de idade, sedentário, procurou uma academia onde submeteu-se a avaliações com o objetivo de iniciar um programa de atividade física. Na avaliação clínica, não foram encontrados quadros que impedissem a prática de exercícios. Na avaliação física, alguns testes realizados forneceram os seguintes resultados:

Índice de massa corporal: 16 Kg/m^2 .

Porcentagem de gordura corporal: 7,8 %.

Consumo máximo de oxigênio ($\text{VO}_{2\text{máx}}$): $35,5 \text{ mL/kg/min}^{-1}$.

Tabela 1. Classificação de peso em adultos por IMC.

Classificação de peso	Classe de obesidade	IMC (kg/m^2)
Abaixo do normal		$< 18,5$
Normal		18,5 a 24,9
Acima do normal		25,0 a 29,9
Obesidade	I	30,0 a 34,9
	II	35,0 a 39,9
Obesidade extrema	III	≥ 40

Tabela 2. Níveis recomendados de gordura corporal.

	Não recomendado	Inferior	Central	Superior	Obesidade
Adultos jovens	< 8	8	13	22	≥ 22
Adultos de meia-idade	< 10	10	18	25	≥ 25
Idosos	< 10	10	16	23	≥ 23

TRITSCHLER, K. A. *Medida e avaliação em educação física e esportes de Barrow & McGee* – Barueri, SP: Manole, 2003 (adaptado).

Tabela 3. Classificação do $\text{VO}_{2\text{máx}}$ para homens em função da idade. (mL/kg/min^{-1})

	20 a 29 anos	30 a 39 anos	40 a 49 anos	50 a 59 anos
Muito bom	$\geq 48,2$	$\geq 47,0$	$\geq 45,3$	$\geq 41,0$
Bom	$< 48,2 - 44,1$	$< 47,0 - 42,4$	$< 45,3 - 41,0$	$< 41,0 - 36,7$
Regular	$< 44,1 - 41,0$	$< 42,4 - 38,5$	$< 41,0 - 36,7$	$< 36,7 - 33,0$
Fraco	$< 41,0 - 36,7$	$< 38,5 - 35,2$	$< 36,7 - 33,0$	$< 33,0 - 29,4$
Muito fraco	$< 36,7$	$< 35,2$	$< 33,0$	$< 29,4$

MONTEIRO, W.D. *Personal Training: Manual para avaliação e prescrição de condicionamento físico*. 3 ed., Rio de Janeiro: Sprint, 2001 (adaptado).

Analisando os resultados obtidos nos testes e as tabelas apresentadas, constata-se que o programa que melhor se adapta à melhoria e à manutenção das condições gerais de saúde do indivíduo avaliado deverá apresentar

- A** exercícios aeróbios e anaeróbios combinados que utilizem carboidratos como fonte energética, com frequência semanal diária, e dieta que supra as necessidades diárias de calorias.
- B** atividade aeróbia de duração que leve à utilização de lipídeos como fonte energética, com frequência mínima de três vezes por semana, e dieta balanceada e hipocalórica.
- C** atividade anaeróbia de longa duração, buscando a formação de lactato para a produção de energia, com frequência mínima de quatro vezes por semana, e dieta balanceada e hipercalórica.
- D** exercícios de musculação combinados com atividades aeróbias, trabalhando grupos musculares em dias alternados, e dieta hipercalórica com alta taxa de proteínas e carboidratos.
- E** atividades de longa duração e alta intensidade que leve à depleção dos estoques de glicogênio, em dias alternados, e dieta rica em proteínas e carboidratos.



QUESTÃO 29

Dick e Rick Hoyt são uma equipe de pai e filho de Massachusetts que, juntos, competem continuamente em maratonas por todo o país. Quando não estão em uma maratona, estão em um triatlo - combinação quase sobre-humana de 42 km de corrida, 180 km de bicicleta e 3,8 km de natação. Juntos escalaram montanhas e já caminharam 6 010 km cruzando os Estados Unidos. É um grande recorde de esforço, ainda mais se consideramos que Rick não pode caminhar nem falar. Ao longo dos últimos 20 anos, Dick, de 65 anos de idade, empurrou e carregou seu filho por todo o país. Quando Dick corre, Rick está em uma cadeira de rodas que Dick vai empurrando. Quando Dick pedala, seu filho está em um assento especial à frente da bicicleta. Quando Dick nada, Rick está em uma pequena e pesada boia, estabilizada firmemente, que é puxada pelo pai.

Disponível em: <<http://www.mdig.com.br>> Acesso em: 2 set. 2013 (adaptado).

Diversos pesquisadores da psicologia do esporte acreditam que a motivação é uma variável imprescindível para o sucesso esportivo, principalmente em uma prova de grande exigência física, como as realizadas pela equipe Hoyt.

Em relação à motivação da equipe Hoyt para a prática esportiva em provas de grande exigência física, avalie as afirmações que se seguem.

- I. A motivação intrínseca da equipe Hoyt pode estar relacionada às recompensas financeiras que a equipe recebe.
- II. A motivação pode ser uma das principais explicações para que Dick Hoyt termine provas de grande exigência física empurrando e carregando seu filho.
- III. A motivação está relacionada à busca diária pelo empenho necessário durante o processo de treinamento para provas como as praticadas pela equipe Hoyt.
- IV. No caso da equipe Hoyt, a motivação extrínseca da equipe está relacionada à alegria proporcionada pela prática esportiva.

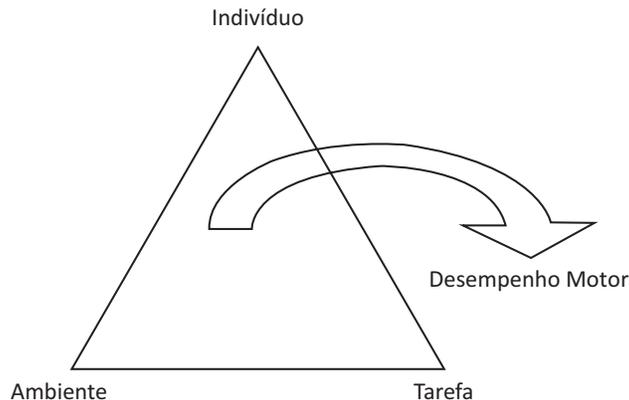
É correto o que se afirma em

- A** IV, apenas.
- B** I e II, apenas.
- C** II e III, apenas.
- D** I, III e IV, apenas.
- E** I, II, III e IV.

QUESTÃO 30

O desenvolvimento motor é um contínuo de alterações no nível funcional para o controle do movimento ao longo da vida, o que pode ser visto pelo aumento do nível de complexidade nas tarefas motoras. As interações com o meio em que vive o indivíduo, suas características biológicas pessoais e a tarefa influenciam o desempenho motor, conforme esquema a seguir.

Diagrama das categorias de restrição (adaptado).



MANOEL E. J. Desenvolvimento Motor: padrões em mudança, complexidade crescente. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, v. 14, nº S3, p. 35-54, 2000 (adaptado).

Aproximadamente 50% dos pacientes com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) apresentam déficits motores associados.

PITCHER, T.M., PIEK, J.P., HAY, D.A. Fine and gross motor ability in males with ADHD. **Developmental Medicine & Child Neurology**, Londres, v. 45, nº 8, p. 525-535, 2003 (adaptado).

Com base nas informações acima e reconhecendo o papel do profissional de educação física na intervenção motora, avalie as afirmações que se seguem.

- I. As atividades que proporcionam aquisições motoras devem ter um ambiente apropriado para o seu desenvolvimento.
- II. As intervenções motoras devem ser realizadas levando em consideração as diferenças individuais.
- III. O entendimento dos conceitos de desenvolvimento motor pode ser essencial para o profissional de educação física que busca intervir em sujeitos que apresentam TDAH.
- IV. A tarefa tem um papel preponderante para o desempenho motor.
- V. A avaliação da coordenação motora fina e grossa proporciona ao profissional de educação física elementos para atuar de forma específica nas necessidades de pacientes com TDAH.

É correto apenas o que se afirma em

- A** III e IV.
- B** I, II e V.
- C** I, III e IV.
- D** II, IV e V.
- E** I, II, III e V.



QUESTÃO 31

Quando se fala em inclusão na educação dos corpos, dos gêneros e das sexualidades, afirma-se que os sujeitos são plurais e que essa pluralidade deve ser valorizada e aceita nas suas singularidades. Para tanto é necessário, de antemão, rejeitar os rótulos que aprisionam, engessam e fixam os sujeitos, enredando-os em representações que os nomeiam como feio ou bonito, apto ou inapto, saudável ou doente, normal ou desviante, masculino ou feminino, heterossexual ou homossexual. Precisamos nos dar conta de que práticas como essas reforçam discriminações e exclusões, em vez de ampliar possibilidades de intervenção junto aos sujeitos, possibilitando que, por meio das práticas corporais e esportivas, possam exercer sua cidadania e liberdade constituindo-se como sujeitos sociais.

GOELLNER, S. Cadernos de Formação. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**, p. 71-83, mar. 2010 (adaptado).

Considerando o texto, avalie as sugestões de condutas a serem tomadas pelos profissionais de educação física.

- I. O profissional de educação física deve planejar e incentivar atividades próprias para meninas e outras para os meninos. Essa conduta pode proporcionar atitudes positivas e protetivas, pois atendem às necessidades naturais e culturais de cada gênero.
- II. O respeito à diversidade cultural, social e sexual é o primeiro passo para uma política inclusiva. Diferença não significa desigualdade, e essa só pode ser minimizada se houver iniciativas que promovam atividades coparticipativas, nas quais as diferenças não sejam eliminadas, mas tratadas em suas especificidades.
- III. O incentivo menor para as meninas praticarem atividades esportivas se dá por questões naturais. Por essa razão, é necessário incentivar as meninas a participarem dos esportes respeitando sua condição física, seus desejos e seus afazeres. Isso pode ser feito por meio da oferta de atividades que lhes sejam viáveis, criando estratégias para que elas se sintam confortáveis.

É correto o que se afirma em

- A** II, apenas.
- B** III, apenas.
- C** I e II, apenas.
- D** I e III, apenas.
- E** I, II e III.

QUESTÃO 32

Disponível em: <<http://vidamaislivre.com.br>>. Acesso em: 15 set. 2013 (adaptado).

Em relação ao treinamento das equipes representadas na fotografia acima, foi elaborado um programa visando ao aumento do rendimento das equipes. Examinando o programa, constatou-se uma discordância entre a ação proposta e o objetivo pretendido. Essa discordância torna-se evidente quando se

- A** propõe exercícios de extensão de cotovelo com sobrecarga, com o objetivo de desenvolvimento de força no tríceps braquial para melhoria do arremesso.
- B** propõe treinamento aeróbio, objetivando maior oferta de oxigênio necessária para a manutenção de atividades de longa duração e baixa intensidade.
- C** promove a hipertrofia dos músculos tríceps braquial, ancôneo, deltoide e peitoral maior, que são os mais solicitados no movimento de retorno à cadeira após queda.
- D** estimula o desenvolvimento de força da musculatura reto abdominal, que é necessária para a recuperação da postura ereta na cadeira de rodas após a flexão do tronco.
- E** prescreve exercícios de fortalecimento para os músculos glúteo máximo e glúteo médio, quadrado lombar e piriforme para atletas com controle ativo da região pélvica.

QUESTÃO 33

O processo de desenvolvimento motor revela-se basicamente por alterações no comportamento motor. Podemos observar diferenças desse tipo de desenvolvimento provocadas por fatores próprios do indivíduo (biologia), do ambiente (experiências oportunizadas aos sujeitos) e da tarefa em si (físicos/mecânicos). Isso ocorre pela observação das alterações no processo (forma) e no produto (desempenho). Dessa forma, um meio primário pelo qual o processo de desenvolvimento motor pode ser observado é o estudo das alterações no comportamento motor no decorrer do ciclo da vida. Assim, o comportamento motor observável real de um indivíduo fornece uma “janela” para o seu processo de desenvolvimento motor, ou seja, permite o exame da progressão sequencial de habilidades motoras ao longo da vida. Nessa perspectiva, uma forma de esquematizar esse processo de desenvolvimento em fases e estágios de desenvolvimento de cada fase é apresentada por Gallahue e Ozmun (2001), na figura 1.

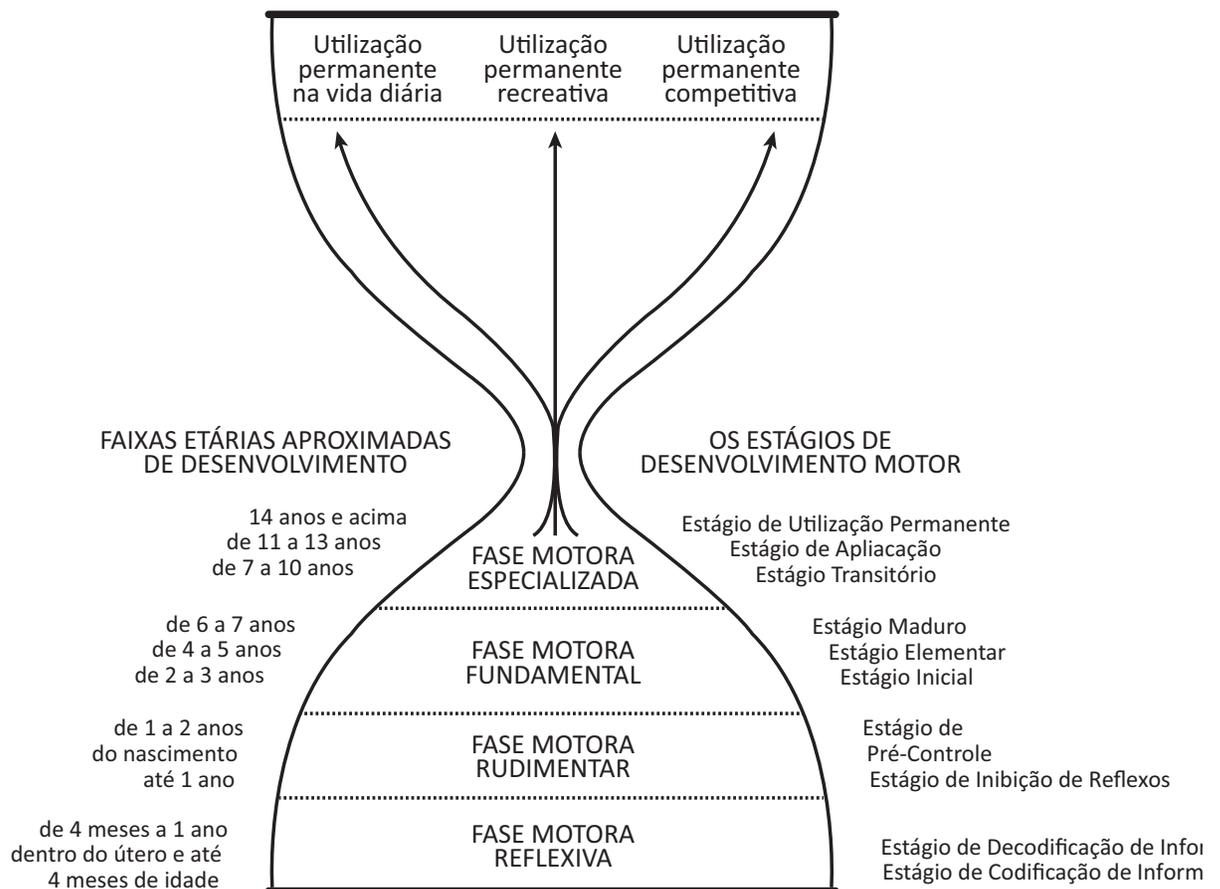


Figura 1 - Fases do desenvolvimento motor

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor:** bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2003 (adaptado).

Considerando o texto acima e a figura 1, avalie as seguintes asserções em relação ao padrão de movimento da criança retratada na figura 2 abaixo.



Figura 2 - Padrão da habilidade de arremessar

- I. É frequente que meninas aos oito anos de idade apresentem padrão de arremesso em um estágio de desenvolvimento motor elementar, similar ao ilustrado na figura 2, e que é inferior ao atingido por meninos nessa mesma etapa cronológica.

PORQUE

- II. Os fatores biológicos são elementos preponderantes para explicar as diferenças no desenvolvimento das habilidades motoras entre meninos e meninas na faixa etária de oito anos.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

- A** As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
- B** As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
- C** A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- D** A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
- E** As asserções I e II são proposições falsas.

ÁREA LIVRE

QUESTÃO 34

A Organização Mundial de Saúde (OMS) considera que a obesidade é a epidemia global do século XXI. Muitos são os fatores que contribuem para a obesidade em crianças na idade escolar. Esses fatores incluem excesso de horas na utilização de computadores e jogos eletrônicos, ausência de espaços próximos da residência ou seguros para a prática de atividades físicas e dietas hipercalóricas e desbalanceadas.

Considerando o texto acima, avalie as afirmações a seguir.

- I. O aumento da pressão arterial, as dislipidemias e a resistência à insulina são algumas das possíveis consequências resultantes da obesidade infantil.
- II. Associada à prática regular de atividade física, o profissional de educação física também pode prescrever a restrição do consumo de alimentos com alto teor calórico.
- III. Espera-se que a intervenção do profissional de educação física contribua para que o indivíduo reconheça a si próprio e sua relação com o ambiente, conheça os padrões de saúde e adote hábitos saudáveis.
- IV. O professor de educação física, ciente da sua responsabilidade educacional com a saúde de seus alunos, deve elaborar atividades físicas a serem executadas diariamente com o objetivo de aumentar a massa muscular, mesmo que causem desconforto aos alunos.
- V. A compreensão dos benefícios provocados pelos exercícios físicos poderá motivar as crianças em idade escolar a realizarem atividades com maior frequência, pois é nessa faixa etária que o ser humano perpetua seus hábitos.

É correto apenas o que se afirma em

- A** I e II.
- B** I, III e V.
- C** II, IV e V.
- D** III, IV e V.
- E** I, II, III e IV.

QUESTÃO 35

O salto foi a modalidade da ginástica artística que sofreu mudanças mais significativas na morfologia no decorrer dos anos. Inúmeros estudos biomecânicos e o avanço da tecnologia motivaram a Federação Internacional de Ginástica a adotar a transformação total do aparelho utilizado para as provas de salto. A segurança dos ginastas foi um ponto decisivo para essa mudança.

OLIVEIRA, M.S.; BORTOLETO, M.A.C. Apontamentos sobre a evolução histórica, material e morfológica dos aparelhos da ginástica artística masculina. *Revista da Educação Física*. Maringá, v. 22, n. 2, p. 283-295, 2011.

Nesse contexto, assinale a opção que descreve corretamente as funcionalidades de aparelhos utilizados nas provas de salto ou as mudanças ocorridas.

- A** O antigo aparelho, no qual se realizavam as provas de salto, era o mesmo para as modalidades masculina e feminina, sendo utilizado da mesma maneira na forma ou direção do salto.
- B** O antigo aparelho utilizado nas provas de salto permitia adaptação para a modalidade masculina em duas provas, sendo suficiente colocar ou remover as alças.
- C** O trampolim, utilizado para impulsionar os ginastas no salto, também sofreu modificações em sua forma quando houve a mudança do aparelho cavalo para a mesa.
- D** O salto, tanto na modalidade masculina quanto na feminina, teve a altura de seus aparelhos modificada, com o objetivo de aumentar a segurança dos atletas na ginástica artística.
- E** O fato de ter ocorrido primeiro a mudança no salto feminino fez com que houvesse uma evolução técnica mais rápida dos saltos nessa modalidade do que na masculina.

ÁREA LIVRE



QUESTÃO DISCURSIVA 3



"Jason, I'd like to let you play, but soccer is a girls' game."

"Jason, eu bem que gostaria de deixá-lo jogar, mas futebol é jogo de meninas"

The New York Times Journal, Jan/2001.

A charge apresenta elementos socioculturais que vão ao encontro dos estudos sociais e antropológicos e que contribuem para refletir a respeito das construções culturais da categoria gênero nas vivências corporais e para fundamentar intervenções pedagógicas inovadoras.

Considerando as informações apresentadas, atenda aos comandos a seguir.

- a) Descreva os aspectos da ilustração que se aproximam da ideia de que práticas esportivas são construções socioculturais. (valor: 5,0 pontos)
- b) Apresente possíveis inovações pedagógicas que o profissional de educação física deve incentivar, levando em consideração a ideia de que as práticas corporais como elemento educacional devem privilegiar o desenvolvimento amplo de seus praticantes. (valor: 5,0 pontos)

RASCUNHO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

QUESTÃO DISCURSIVA 4

O esporte é uma expressão cultural do movimento humano de grande significado nas sociedades contemporâneas. Alguns autores o consideram como um dos maiores fenômenos sociais da atualidade. Nas escolas de esporte, princípios educativos como os da cooperação, emancipação e coeducação, por exemplo, enriquecem a formação integral do aluno.

Entretanto, na concepção tradicional da formação esportiva ainda há uma supervalorização do esporte embasado em um modelo tecnicista, no qual o profissional é um “técnico esportivo” com conhecimento aprofundado no campo das técnicas ou fundamentos do esporte, bases de condicionamento físico e esquemas táticos diversos, orientados pelo paradigma do esporte de alto rendimento.

Considerando a intervenção do profissional de educação física nas escolas de esporte, faça o que se pede nos itens a seguir.

- a) Cite as principais diferenças entre as concepções educativa e tecnicista. (valor: 5,0 pontos)
- b) Discorra sobre o papel educativo das escolas de esporte na emancipação pessoal e cultural do aluno. (valor: 5,0 pontos)

RASCUNHO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

QUESTÃO DISCURSIVA 5**Principal causa de morte entre idosos, as quedas podem diminuir com exercícios físicos**

A quantidade de idosos internados com fraturas causadas por quedas cresce de forma alarmante. Um simples desequilíbrio pode causar sérios prejuízos à qualidade de vida daqueles que têm mais de 60 anos e, nos casos mais graves, o acidente pode até levá-los à morte.

De acordo com pesquisas, aproximadamente 30% das pessoas com mais de 65 anos de idade caem ao menos uma vez por ano. A incidência de quedas aumenta com o avançar da idade, variando entre 34% no caso de idosos de 65 a 80 anos, 45% no caso de idosos entre 80 a 89 anos e 50% no caso daqueles que têm acima de 90 anos.

O risco de quedas pode ser minimizado com a prática regular de exercícios físicos. Além de reduzir a incidência de quedas, o treinamento físico também diminui o medo de cair que leva os adultos com mais de 60 anos a restringirem suas atividades, se tornando cada vez mais dependentes de outras pessoas.

Disponível em: <<http://globoesporte.globo.com>>. Acesso em: 20 jul. 2013 (adaptado).

Considerando a importância da prática de atividades físicas para a prevenção de quedas em idosos, faça o que se pede nos itens a seguir.

- a) Destaque os componentes de aptidão física relacionada à saúde (AFRS) que podem ser melhorados com a prática de atividades físicas. (valor: 4,0 pontos)
- b) Explique o papel dos componentes de AFRS na redução do risco de quedas e fraturas em idosos. (valor: 3,0 pontos)
- c) Apresente outros benefícios que as atividades físicas podem trazer para a qualidade de vida dos idosos. (valor: 3,0 pontos)

RASCUNHO	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

QUESTIONÁRIO DE PERCEPÇÃO DA PROVA

As questões abaixo visam levantar sua opinião sobre a qualidade e a adequação da prova que você acabou de realizar.

Assinale as alternativas correspondentes à sua opinião nos espaços apropriados do Caderno de Respostas.

Agradecemos a colaboração.

QUESTÃO 1

Qual o grau de dificuldade desta prova na parte de Formação Geral?

- A Muito fácil.
- B Fácil.
- C Médio.
- D Difícil.
- E Muito difícil.

QUESTÃO 2

Qual o grau de dificuldade desta prova na parte de Componente Específico?

- A Muito fácil.
- B Fácil.
- C Médio.
- D Difícil.
- E Muito difícil.

QUESTÃO 3

Considerando a extensão da prova, em relação ao tempo total, você considera que a prova foi

- A muito longa.
- B longa.
- C adequada.
- D curta.
- E muito curta.

QUESTÃO 4

Os enunciados das questões da prova na parte de Formação Geral estavam claros e objetivos?

- A Sim, todos.
- B Sim, a maioria.
- C Apenas cerca da metade.
- D Poucos.
- E Não, nenhum.

QUESTÃO 5

Os enunciados das questões da prova na parte de Componente Específico estavam claros e objetivos?

- A Sim, todos.
- B Sim, a maioria.
- C Apenas cerca da metade.
- D Poucos.
- E Não, nenhum.

QUESTÃO 6

As informações/instruções fornecidas para a resolução das questões foram suficientes para resolvê-las?

- A Sim, até excessivas.
- B Sim, em todas elas.
- C Sim, na maioria delas.
- D Sim, somente em algumas.
- E Não, em nenhuma delas.

QUESTÃO 7

Ao realizar a prova, qual foi a maior dificuldade encontrada?

- A Desconhecimento do conteúdo.
- B Forma diferente de abordagem do conteúdo.
- C Espaço insuficiente para responder às questões.
- D Falta de motivação para fazer a prova.
- E Não tive qualquer tipo de dificuldade para responder à prova.

QUESTÃO 8

Considerando apenas as questões objetivas da prova, você percebeu que

- A não estudou ainda a maioria desses conteúdos.
- B estudou alguns desses conteúdos, mas não os aprendeu.
- C estudou a maioria desses conteúdos, mas não os aprendeu.
- D estudou e aprendeu muitos desses conteúdos.
- E estudou e aprendeu todos esses conteúdos.

QUESTÃO 9

Qual foi o tempo gasto por você para concluir a prova?

- A Menos de uma hora.
- B Entre uma e duas horas.
- C Entre duas e três horas.
- D Entre três e quatro horas.
- E Quatro horas, e não consegui terminar.

