



PREFEITURA M. DE SÃO GONÇALO DO AMARANTE – CE

CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 001/2019

EDUCADOR FÍSICO

NOME DO CANDIDATO: _____

RG: _____ ÓRGÃO EXPEDIDOR: _____

Nº DE INSCRIÇÃO

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ASSINATURA: _____

LEIA COM ATENÇÃO E SIGA RIGOROSAMENTE ESTAS INSTRUÇÕES:

1. Este caderno contém 60 (sessenta) questões de múltipla escolha, numeradas de 1 (um) a 60 (sessenta).
2. Cada uma das questões apresenta um enunciado seguido de 5 (cinco) alternativas, das quais somente uma deve ser assinalada.
3. Examine se a prova está completa com a sequência numérica das questões, se há falhas ou imperfeições gráficas que causem dúvidas. Qualquer reclamação deverá ser feita durante os 20 minutos iniciais. Após esse tempo, qualquer reclamação será desconsiderada.
4. Depois de decorridas 2 (duas) horas do início da prova, será distribuído o cartão-resposta, o qual será o único documento válido para a correção. Ao recebê-lo, verifique se seu nome e seu número de inscrição estão corretos. Reclame imediatamente se houver discrepância.
5. A folha de respostas não pode ser dobrada, amassada, rasurada ou manchada. Exceto escrever uma frase com 5 (cinco) palavras no local pré-determinado, nada deve ser escrito ou registrado fora dos locais destinados às respostas. Tenha muita atenção ao marcar sua folha de respostas, pois não haverá substituição por erro do candidato. Marque sua resposta pintando completamente o espaço correspondente à alternativa de sua opção.

Ex.: A B C D E
6. A leitora de marcas não registrará as respostas em que houver falta de nitidez, uso de corretivo, marcação a lápis ou marcação de mais de uma letra. Não serão computadas questões não assinaladas.
7. Durante a prova, é proibido o intercâmbio e o empréstimo de material de qualquer natureza entre os candidatos. A tentativa de fraude, a indisciplina e o desrespeito às autoridades encarregadas dos trabalhos são faltas que implicarão a desclassificação do candidato.
8. Qualquer forma de comunicação entre candidatos implicará a eliminação de ambos do certame.
9. Não será permitido ao candidato, durante a realização das provas, portar armas, aparelhos eletrônicos de qualquer natureza, relógios, bolsas, livros, jornais e impressos em geral; bonés, chapéus, lenço de cabelo, bandanas etc.
10. É vedado o uso de telefone celular ou de qualquer outro meio de comunicação. O candidato que for flagrado portando aparelho celular ou qualquer outro meio de comunicação, durante o período de realização da prova, e/ou o aparelho celular tocar será sumariamente eliminado do certame.
11. Em caso de dúvida, durante a prova, levante o braço para solicitar atendimento da fiscalização. Jamais pergunte em voz alta.
12. Ao terminar a resolução da prova, entregue-a ao fiscal de sala juntamente com **a folha de respostas**. Não se esqueça de **assinar a folha de frequência**.
13. O candidato que permanecer na sala de provas, por mais de 3h30min, poderá levar consigo o caderno de provas, fornecido pela **ORGANIZADORA**.
14. As provas terão duração de 4 (quatro) horas com início às 08h e término às 12h. O candidato só poderá ausentar-se da sala depois de decorridas duas horas do início das provas.
15. Os **Gabaritos Preliminares das Provas Objetivas** serão divulgados 72 (setenta e duas) horas após a realização das mesmas.

RASCUNHO

CONHECIMENTOS GERAIS

Canção

Pus meu sonho num navio
e o navio em cima do mar;
- depois, abri o mar com as mãos,
para o meu sonho naufragar.

Minhas mãos ainda estão molhadas
do azul das ondas entreabertas,
e a cor que escorre dos meus dedos
colore as areias desertas.

O vento vem vindo de longe,
a noite se curva de frio;
debaixo da água vai morrendo
meu sonho, dentro de um navio...

Chorarei quando for preciso,
para fazer com que o mar cresça,
e o meu navio chegue ao fundo
e o meu sonho desapareça.

Depois tudo estará perfeito;
praia lisa, águas ordenadas,
meus olhos secos como pedras
e as minhas duas mão quebradas.

Cecília Meireles – A viagem

1. Não se pode dizer do poema que

- é um texto descritivo.
- seu gênero é lírico.
- traduz as emoções da autora.
- nele há palavras no sentido conotativo.
- seu conteúdo é fortemente subjetivo.

2. São palavras-chave do poema respectivamente

- olhos e mar.
- praia e pedra.
- navio e mãos.
- ondas e areia.
- vento e água.

3. Há uma retomada da decisão da poetisa na estrofe

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

4. Pela 1ª. estrofe, percebe-se que a autora

- quer esquecer o passado.
- não se preocupa com o futuro.
- quer se esquecer de seu sonho.
- deseja que os leitores sejam felizes.
- prevê um naufrágio.

5. Há no poema um(a) certo(a)

- egocentrismo lírico.
- altruísmo doentio.
- conformismo com a vida.
- exagerada nostalgia.
- saudosismo juvenil.

6. Autora parece personificar elementos da natureza na estrofe

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

7. No 1º. verso do poema, o verbo está no pretérito perfeito simples do indicativo. Passando-o para o tempo composto com o verbo haver, em uma alternativa a classificação está INCORRETA. Assinale-a.

- Hei posto = pretérito perfeito do indicativo.
- Havia posto = pretérito mais-que-perfeito do indicativo.
- Haveria posto = futuro do pretérito do indicativo.
- Haja posto = presente do subjuntivo.
- Houvesse posto = pretérito mais-que-perfeito do subjuntivo.

8. Assinale a estrofe estruturada com mais orações.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

9. [...] que escorre dos meus dedos[...] classifica-se com oração subordinada

- substantiva objetiva direta.
- adverbial consecutiva.
- adverbial temporal.
- substantiva subjetiva.
- adjetiva restritiva.

10. Assinale a alternativa em que a palavra “onde” é classificada como pronome relativo.

- Não sei onde você mora atualmente.
- Diga-me onde se encontra seu filho.
- Moro, hoje, na casa onde você morou.
- Onde pode ser advérbio de lugar.
- Não estudo mais onde você estudava.

11. O verbo colorir, segundo a norma padrão, é um verbo defectivo assim como todos os outros relacionados nas alternativas a seguir. Marque a alternativa INCORRETA.

- Precaver-se.
- Reaver.
- Remir.
- Caber.
- Florir.

12. Numere a coluna B pela A. identificando os respectivos coletivos.

COLUNA A

- Plêiade.
- Girândola.
- Matula.
- Claque.
- Atilho.
- Iconoteca.
- Falange.

COLUNA B

- () Imagens.
- () Espigas de milho.
- () Desordeiros.
- () Heróis.
- () Anjos.
- () Fogos de artifício.
- () Aplaudidores.

Marque a opção que apresenta a sequência CORRETA.

- I – IV – VII – II – V – III – VI.
- IV – II – VI – I – III – V – VII.
- VI – V – III – I – VII – II – IV.
- III – VII – IV – I – II – V – VI.
- II – I – III – IV – V – VI – VII.

13. Preencha as lacunas, numerando-as de acordo com a tabela a seguir. (Todos estão escritos com o p minúsculo)

- porque
 - por que
 - porquê
 - por quê
- () Tu não trabalhas _____?
- () O sofrimento _____ passei me deu coragem.
- () _____ era jocoso, riam dele.
- () Ele não trabalha _____ não quer.
- () Quero saber o _____ da tua raiva.
- () _____ não trabalhas?

Marque a opção que apresenta a sequência CORRETA.

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

14. Há erro de colocação do pronome átono em

- a) Urge se diga a verdade.
- b) Se eles soubessem algo, contariam-me tudo.
- c) Prometi-lhe dedicar-me aos estudos.
- d) O bairro para onde nos mudamos é agradável.
- e) Arruma-te logo para irmos ao teatro.

15. Há ambiguidade em uma das frases motivada pela ordem dos termos da oração. Assinale-a.

- a) O diretor elogiou o professor.
- b) O professor elogiou o diretor.
- c) O diretor o professor elogiou.
- d) O diretor ao professor elogiou.
- e) Ao diretor o professor elogiou.

16. O vocábulo “entreabertas” é resultado da junção de “entre+abertas” sem hífen, assim como todos os vocábulos da alternativa (Todos estão escritos com hífen). Marque a alternativa em que todos os vocábulos estão escritos INCORRETAMENTE.

- a) semi-círculo / ante-por / micro-saia.
- b) tio-avô / livre-pensador / bem-vindo.
- c) mestre-sala / pai-avô / dom-joão.
- d) extra-humano / contra-almirante / erva-mate.
- e) arranha-céu / formiga-saúva / micro-onda

17. Sabendo que a capacidade de 1 cm³ é de 1 mL, a capacidade de 1 dm³ é de?

- a) 1 L.
- b) 0,001 L.
- c) 10 L.
- d) 0,01 L.
- e) 0,5 L.

18. Júlio analisou e percebeu que a densidade da gasolina é de, aproximadamente, 800 g/L, o que significa dizer que a massa de 1 litro dessa gasolina é de 800 g. Então, a massa de gasolina que enche totalmente um reservatório de dimensões 2,5 m de comprimento por 1,5 m de largura por 80 cm de altura é de

- a) 1.800 kg.
- b) 210 kg.
- c) 2.400 kg.
- d) 24.000 kg.
- e) 2.100 kg.

19. Em uma apresentação da escola da minha filha, havia 126 pagantes, sendo que o número de pessoas que pagaram o valor integral do ingresso excedia em 6 o dobro do número de pessoas que pagaram a metade do valor do ingresso. O ingresso integral para a apresentação custava R\$ 14,00. Pode-se afirmar que o total arrecadado com a venda de ingressos para a apresentação da escola foi de

- a) R\$ 1.132,00.
- b) R\$ 2.284,00.
- c) R\$ 1.824,00.
- d) R\$ 1.720,00.
- e) R\$ 1.484,00.

20. O valor de k na equação $x^2 - (k + 5)x + (k + 1) = 0$, para que as raízes sejam opostas é

- a) 1.
- b) -1.
- c) 0.

- d) -5.
- e) 5.

21. Durante meu aniversário, os homens haviam tomado 2/3 das cervejas, as mulheres a terça parte do que havia restado e no final ainda sobraram 20 garrafas cheias. O total de garrafas de cervejas no início do meu aniversário era de

- a) 50.
- b) 70.
- c) 90.
- d) 110.
- e) 150.

22. Na construção de um prédio, no dia de ontem, foram gastas 8 horas para descarregarem 160 m³ de concreto de 20 betoneiras. Hoje, ainda restam 125 m³ de concreto para serem descarregados no local. Considerando que o trabalho deverá ser feito em apenas 5 horas de trabalho, e mantida a mesma produtividade de ontem, hoje será necessário um número de betoneiras igual a

- a) 14.
- b) 17.
- c) 25.
- d) 30.
- e) 10.

23. No prédio onde eu moro, no estacionamento, há carros e motos, num total de 38 veículos e 136 rodas. Marque a opção que indica CORRETA e respectivamente o número de motos e carros que há no estacionamento do prédio em que resido.

- a) 8 e 30.
- b) 10 e 28.
- c) 6 e 30.
- d) 6 e 34.
- e) 8 e 34.

24. Existe, normalmente, uma delegacia de polícia em cada um dos municípios do Ceará. Mas em um determinado município, existem 3 delegacias de polícia. Na delegacia A existem 49 viaturas a mais que na delegacia B. Na delegacia C existem 3 viaturas a menos que na delegacia A. Se a quantidade total de viaturas das três delegacias é de 329, quantas viaturas estão disponíveis na delegacia C?

- a) 85.
- b) 300.
- c) 100.
- d) 124.
- e) 114.

25. Sabendo que A, B e C são diretamente proporcionais a 2, 3 e 5, e que o valor de A somado ao triplo de B, somado ao quádruplo do valor de C é igual a 93. Pode-se afirmar que o valor de B é

- a) 3.
- b) 6.
- c) 9.
- d) 12.
- e) 15.

26. A distância da cidade A até a B, que é de 1.600 km, em um mapa, está representada por 24 cm. A quantos centímetros corresponde, nesse mapa, a distância da cidade C até a D, que é de 2.000 km?

- a) 30 cm.
- b) 20 cm.
- c) 18 cm.
- d) 15 cm.
- e) 12 cm.

27. Indique nas opções a seguir, qual a taxa unitária anual equivalente à taxa de juros simples de 8% ao mês. (juros simples)

- 9,6.
- 0,6.
- 0,96.
- 12,0.
- 8,0.

28. Certa quantia com os juros correspondentes a 5 meses eleva-se a R\$ 748,25. A mesma quantia aplicada à mesma taxa, com juros correspondentes a 8 meses, eleva-se a R\$ 759,20. Essa quantia era de (juros simples)

- R\$ 730,00.
- R\$ 830,00.
- R\$ 710,00.
- R\$ 700,00.
- R\$ 850,00.

29. Que capital devo aplicar a 3% aa para, no mesmo prazo, render os mesmos juros simples de R\$ 15.000,00 a 4% aa?

- R\$ 15.000,00.
- R\$ 20.000,00.
- R\$ 25.000,00.
- R\$ 30.000,00.
- R\$ 35.000,00.

30. Um elevador pode levar 10 adultos ou 12 crianças. Se 5 adultos já estão no elevador, quantas crianças podem ainda entrar?

- 2.
- 4.
- 6.
- 8.
- 10.

31. Paulo quer medir a altura de um poste baseado no tamanho de sua sombra projetada na calçada da sua casa. Sabendo que ele tem 1,80 m de altura e as sombras do poste e dele medem 2 m e 60 cm, respectivamente, a altura do poste é

- 5m.
- 5,5m.
- 6m.
- 6,5m.
- 7m.

32. Quanto vale a distância do baricentro a um vértice em um triângulo equilátero de lado 6?

- $2\sqrt{3}$ cm.
- 3 cm.
- 5 cm.
- $\sqrt{3}$ cm.
- $1\sqrt{3}$ cm.

33. A caixa-d'água da minha casa é de 6,4 m³. Logo a capacidade dela é de

- 0,6400.
- 6.400.
- 660.
- 650.
- 0,6500.

34. A Lei Orgânica do Município de São Gonçalo do Amarante, em seu capítulo IV, estabelece acerca do meio ambiente. Analise as afirmativas em consonância com a Lei.

- O meio ambiente equilibrado e uma sadia qualidade de vidas são direitos inalienáveis do povo.
- Assiste ao cidadão legitimidade para postular aos órgãos públicos do Município a apuração de responsabilidades em casos de danos ao meio ambiente.

- Não há necessidade de estabelecimento de critérios para instalação e funcionamento de indústrias no Município de São Gonçalo do Amarante.
- É fundamental promover e difundir a educação ambiental em todos os níveis de ensino, com vistas a uma maior conscientização da necessidade de preservar o meio ambiente.

Marque a opção que indica as afirmativas CORRETAS.

- I – II – III – IV.
- I – IV.
- I – II.
- I – II – IV.
- I – III.

35. A Lei Orgânica do Município de São Gonçalo do Amarante também descreve um breve histórico do município.

- Em 1891, chegou à localidade Manoel Martins de Oliveira, conhecido por Neco Martins, ainda adolescente. De família rica, ali se estabeleceu juntamente com sua esposa, Dona Filomena Martins.
- Também chegou ao povoado o Capitão Procópio de Alcântara, que buscava, no clima de São Gonçalo, melhoria para sua saúde.
- Em 1898, ajudado pelo Capitão José Procópio de Alcântara, Neco Martins erigiu uma capela dedicada a São Gonçalo, santo de sua devoção.
- Os fatos políticos se sucediam e o prestígio das famílias Alcântara e Martins era crescente. Porém, somente a 17 de agosto de 1971 São Gonçalo era elevado à categoria de Vila e Sede do Município.

Marque a opção que apresenta as afirmativas CORRETAS.

- I – II – III – IV.
- II – III – IV.
- I – III – IV.
- I – II.
- I – II – III.

36. Leia com atenção os versos a seguir:

Estas várzeas que um sol cearense esposaram,
E onde a brisa festiva fala coisas de amor
Nessas plagas, outrora, revéis dominaram
Os viris Anacés, com todo o seu valor

A expressão poética são versos que compõem:

- O Hino do Município de São Gonçalo do Amarante.
- Uma poesia do Prof^o. José Humberto de Oliveira, declamada por ocasião comemorativa de 20 anos do Município.
- A poesia recitada na chegada da imagem, esculpida por um artesão na cidade de Amarante, em Portugal.
- O brasão juntamente com o cocar, jangada e sol, e carnaubeira.
- O hino de louvor a São Gonçalo do Amarante.

37. A Conferência da Organização das Nações Unidas (ONU) sobre o Clima, ou COP, é o foro internacional onde as partes envolvidas com o tema se reúnem para discutir o que já foi feito e os próximos passos em torno dos compromissos firmados. O mais importante deles, o Acordo de Paris, foi aprovado em 2015 por 195 países e tem como objetivo central impedir que a temperatura média no mundo aumente mais do que 2 graus Celsius. O COP25, que aconteceu em dezembro de 2019, foi liderado por três mulheres. Uma delas é Patrícia Espinosa, chefe da ONU em assuntos relacionados ao clima. Com base nas informações apresentadas, marque a alternativa que indica o país que foi a sede da COP25.

- Espanha.
- Alemanha.
- Portugal.
- Rússia.
- Itália.

38. São Gonçalo do Amarante é um dos municípios que mais crescem no Ceará e vem se transformando a partir dos investimentos gerados pela instalação do Complexo Industrial e Portuário do Pécem, criado para intensificar o desenvolvimento do Estado. A cidade está localizada na Região Metropolitana de Fortaleza, a 55 km da capital cearense. Com uma população de, aproximadamente, 47 mil habitantes (Censo IBGE 2014), o município está dividido em 7 distritos (Pecém, Taíba, Siupé, Croatá, Umarituba, Serrote e Cágado), além da sede. Assinale (V) para as afirmativas VERDADEIRAS e (F) para as FALSAS.

() Desde a implantação do Complexo Industrial do Pecém, a cidade vem vivenciando grande ascensão econômica e social.

() De acordo com o Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará (IPECE), o município possui a 2ª maior renda per capita do Estado.

() Rico em lagoas, rios e praias, a cidade tem um forte potencial no turismo com suas belezas naturais.

() Temperaturas médias de 27º C no decorrer do ano, ventos fortes sopram o litoral, entretanto, por causa do fluxo de navios, esportes aquáticos são proibidos.

() No segmento religioso, a cavalgada de Nossa Senhora da Soledade, que acontece todos os anos, no dia 07 de novembro, da sede ao Siupé, é uma marca da fé católica no município.

Marque a opção que apresenta a sequência CORRETA.

- F – V – V – F – F.
- F – V – V – V – F.
- V – F – V – F – F.
- V – V – V – F – F.
- F – V – F – V – F.

39. Observe a notícia a seguir.

"Olho no espelho e digo 'você é linda, você é capaz, você é inteligente", diz Miss Universo 2019, Zozibini Tunzi, sul-africana, a 6ª mulher negra a ganhar o título na história do concurso. Na noite da premiação, Zozibini falou sobre padrões de beleza e do combate às mudanças climáticas.

Por G109/12/2019 15h41



Durante a noite deste domingo (8) em Atlanta, nos Estados Unidos, que a coroou como Miss Universo 2019, Zozibini Tunzi, de 26 anos, falou sobre padrões de beleza, o combate às mudanças climáticas e por que ensinar liderança a meninas e mulheres.

A moça, a terceira vencedora da África do Sul e a primeira premiada não branca do país, é também a 6ª mulher negra a ganhar o título na história do concurso, que foi criado em 1952. A última mulher negra a levar o título foi a angolana Leila Lopes, em 2011

"Cresci em um mundo onde uma mulher que parece comigo - com meu tipo de pele e meu tipo de cabelo - nunca foi considerada bonita. E acho que está na hora de isso parar hoje. Quero que crianças olhem para mim e vejam meu rosto e quero que vejam seus rostos refletidos no meu. Obrigada." – Zozibini Tunzi, Miss Universo 2019

Zozibini estudou relações públicas na Universidade de Tecnologia da Península do Cabo (CPUT, na sigla em inglês), na Cidade do Cabo. Além de inglês, ela também fala xhosa, língua mais comumente falada na província do Cabo Oriental. É lá que fica sua cidade natal, Tsolo.

Como é tradição no concurso, a modelo teve que responder a algumas perguntas durante a premiação.

Considerando os acontecimentos noticiados, reflète-se que:

- A Miss Universo demonstrou segurança e revolta pela discriminação da sua raça.
- Zozibini Tunzi, devido a sua pouca idade, 26 anos, apresentou irritabilidade ao falar sobre sua cor da pele.
- Com a devida prudência, a miss deu um recado preciso à violência contra a mulher.
- Ela quer ensinar as crianças a acreditarem que podem vencer e viver seus sonhos.
- A miss comemorou sua vitória porque aconteceu num país muito racista.

40. Zozibini respondeu à seguinte pergunta:

Os líderes atuais estão fazendo o suficiente para proteger futuras gerações das mudanças climáticas?

"Eu acho que os futuros líderes poderiam fazer um pouco mais, mas eu também acredito que nós, como indivíduos, podemos fazer um papel em tornar o clima do jeito que deveria ser no futuro. Temos crianças protestando pelo clima, e eu acho que nós, adultos, deveríamos participar também", respondeu Zozibini.

A afirmação de Zozibini: "Temos crianças protestando pelo clima..." Refere-se:

- Aos diversos projetos da UNICEF que envolvem crianças na luta de preservação do Planeta.
- Ao encontro que aconteceu em Madri, da cúpula do COP 25, reunião de líderes internacionais organizada pela ONU.
- À marcha pelo clima, organizada pelo movimento Fridays for Future (Sextas pelo Futuro), impulsionado pela jovem sueca, Greta Thunberg.
- Ao conflito com divergências restantes sobre como implementar um acordo firmado em Paris em 2015 sobre o aquecimento global.
- À Espanha, que recebeu a cúpula, porque em Santiago do Chile, o presidente Sebastián Piñera desistiu de sediar a reunião devido à revolta social que abala o país.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

41. O coração é um órgão muscular interconectado duplamente, com a função de bombeamento de formas separadas. Tem-se, do lado direito, o coração bombeando através do pulmão, e, do lado esquerdo, através do restante do corpo. As bombas são formadas por câmaras. Estas câmaras são

- a válvula tricúspide e válvula mitral.
- um ventrículo e a válvula semilunar.
- um átrio e um ventrículo.
- a válvula mitral e um ventrículo.
- um átrio e a válvula tricúspide.

42. Considerando os princípios científicos do treinamento físico, analise o texto a seguir.

Para ser eficaz e obter a mais alta adaptação, o treinamento deve visar, especificamente, ao desenvolvimento do sistema de energia requerido, para tentar melhorar o fator predominante do desempenho físico de um determinado desporto. Similarmente, os programas de treinamento devem ser relevantes para as exigências físicas específicas do desporto ou evento no qual o atleta se especializou. Do ponto de vista fisiológico, essas exigências referem-se a: 1. Sistema de energia dominante e 2. Os grupos musculares envolvidos.

O texto refere-se ao princípio da

- sobrecarga.
- adaptação.
- individualidade biológica.

- d) especificidade.
- e) reversibilidade.

43. Mudanças significativas na composição corporal com o avanço da idade são notáveis e significantes na vida dos idosos, quase sempre tendo como resultado danos funcionais e lesão. Também se registra que este avanço está associado à redução da massa muscular corporal nessa idade.

Assinale a alternativa correspondente à diminuição da massa muscular.

- a) Osteoporose.
- b) Hipertrofia.
- c) Osteopenia.
- d) Sarcopenia.
- e) Hiperplasia.

44. O tecido ósseo compreende a maior parte do esqueleto, que é a estrutura de suporte do corpo humano, sendo responsável por 97 a 98% da estatura. O restante é formado pelas cartilagens, principalmente na forma de discos intervertebrais que separam as vértebras.

Com relação às células formadoras do tecido ósseo é verdadeiro afirmar que

- a) os osteócitos são as células ósseas definitivas.
- b) a medula óssea forma o tecido ósseo.
- c) osteoblastos não são células ósseas.
- d) a matriz óssea é formada por elementos sanguíneos.
- e) os osteoclastos fabricam o colágeno.

45. Leia a afirmativa a seguir.

A _____ necessária para a realização de atividades físicas é produzida, principalmente, pela quebra dos macronutrientes como carboidratos, gorduras e proteínas.

Marque a opção que completa corretamente a lacuna.

- a) taxa metabólica
- b) energia
- c) termogênese
- d) enzima
- e) estimulação

46. Os ossos constituintes de uma articulação geralmente se ajustam bem um ao outro. Quase sempre um deles é convexo (a cabeça), e o outro é côncavo (depressão). Se, no entanto, os ossos não se ajustam de maneira perfeita, as irregularidades são amenizadas com depósitos de uma substância fibrocartilaginosa. A esses depósitos chamamos de

- a) meniscos, quando eles dividem totalmente a articulação.
- b) discos, quando eles se infiltram apenas parcialmente na articulação.
- c) tendões, quando estão ligados diretamente a uma articulação.
- d) meniscos, quando eles se infiltram apenas parcialmente na articulação.
- e) discos, quando eles não dividem totalmente a articulação.

47. O diabetes mellitus é uma síndrome metabólica que se caracteriza por um excesso de glicose (açúcar) no sangue (hiperglicemia), devido à falta ou ineficiência da insulina, hormônio produzido pelo pâncreas endócrino. O exercício físico pode trazer várias vantagens para os diabéticos. Entre elas, podemos citar:

- I. colabora na redução dos fatores de riscos cardiovasculares.
- II. aumenta a ação da insulina e de hipoglicemiantes orais.
- III. contribui na redução do colesterol e triglicérides no sangue.
- IV. aumenta o fluxo de sangue muscular e a circulação de membros inferiores, principalmente nos pés, prevenindo assim os efeitos da aterosclerose.
- V. ocorre redução da quantidade diária de insulina, mesmo para aqueles indivíduos que não controlam seus níveis glicêmicos.

Marque a opção que apresenta as afirmativas CORRETAS.

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

48. “A intervenção dos profissionais de educação física é dirigida a indivíduos e/ou grupos-alvo, de diferentes faixas etárias, portadores de diferentes condições corporais e/ou com necessidades de atendimentos especiais e desenvolve-se de forma individualizada e/ou equipe multiprofissional, podendo, para isso, considerar e/ou solicitar avaliação de outros profissionais, prestar assessoria e consultoria”

(CONFEEF, intervenção do profissional de educação física, 2019).

Baseados no texto acima, podemos afirmar que o profissional de educação física, em sua intervenção profissional, poderá, sob sua responsabilidade, executar uma série de procedimentos e intervenções. Marque a alternativa INCORRETA.

- a) Supervisionar programas de esportes e lazer.
- b) Prescrever dietas nutricionais para seus atletas.
- c) Organizar campeonatos esportivos em estabelecimentos privados.
- d) Coordenar colônias de férias.
- e) Realizar consultorias em programas de promoção da saúde.

49. A uma sequência sistematizada, estruturada, planejada, repetitiva de movimentos de diferentes segmentos corporais, com determinado objetivo a atingir. Estamos nos referindo diretamente a quê?

- a) Atividade física.
- b) Atividades de lazer.
- c) Exercício físico.
- d) Prevenção de doenças.
- e) Psicomotricidade educacional.

50. O desenvolvimento motor implica uma série de mudanças comportamentais ao longo da vida. O movimento corporal é uma parte integral de nossas vidas e sua mudança é inevitável. O desenvolvimento não para em uma idade em particular, mas continua ao longo da vida, sendo definido por várias características.

Assinale a alternativa que contém o conceito correto em relação aos aspectos do desenvolvimento.

- a) Controle motor refere-se aos ganhos relativamente permanentes em habilidades motoras associadas à prática ou à experiência.
- b) Crescimento físico é o estudo dos aspectos neurais, físicos e comportamentais do movimento.
- c) Desenvolvimento motor refere-se ao processo de mudança no movimento contínuo e relacionado à idade, bem como às interações das restrições (ou fatores) no indivíduo, no ambiente e nas tarefas que induzem essas mudanças.
- d) Maturação é o processo que ocorre com a passagem do tempo, levando à perda de adaptabilidade ou de função total e, eventualmente, à morte.
- e) Envelhecimento é um avanço qualitativo na constituição biológica e pode se referir à célula, ao órgão ou ao avanço do sistema em composição bioquímica, em vez de somente ao tamanho.

51. Analise o texto a seguir.

A obesidade pode ser definida como o aumento excessivo de gordura corporal. Existe um padrão de excesso de gordura aceito pela maioria dos estudiosos e pesquisadores que determina a classificação das pessoas que extrapolam percentuais de gordura de seu peso total.

Em relação ao texto, esse padrão foi estabelecido em percentuais para homens e mulheres nas seguintes proporções respectivamente.

- 20 % e 30%.
- 28% e 35%.
- 15% e 23%.
- 18% e 23%.
- 22% e 27%.

52. O treinamento de força permite melhorar a saúde e a aptidão física. O American College of Sports Medicine (ACSM) recomenda que os adultos incluam o treinamento de força como patê de um programa de atividade física. Os métodos de treinamento de força são conhecidos como métodos utilizados na prática diária.

Como exemplo de um método de treinamento de força temos: mantém-se um incremento de cargas progressivo (70%, 80%, 85% e 90%); o número de repetições decrescerá da primeira à última série (12, 10, 8, 6). O intervalo de recuperação é de 2 minutos fixos. Se houver início de falha concêntrica, é comum recorrer à ajuda do companheiro para suavemente auxiliar na realização das últimas repetições.

Considerando o método descrito assinale a opção correspondente. Método

- tri-set.
- de exaustão.
- concêntrico máximo.
- pirâmide crescente.
- pirâmide decrescente.

53. Observe com atenção a figura e o texto a seguir.

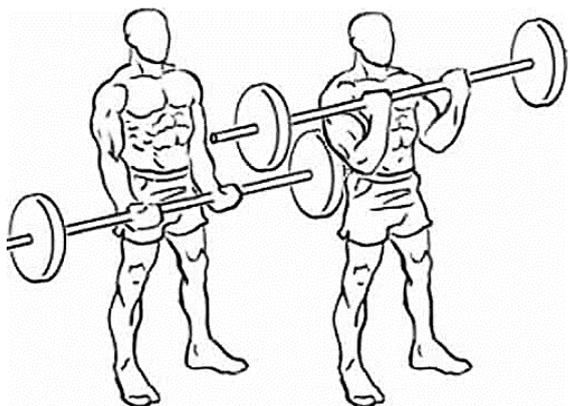


Imagem: fonte <http://Google.com> (Exercício de Rosca Direta)

Uma alavanca é uma barra rígida que gira sobre um ponto fixo denominado eixo ou ponto de apoio. Quando aplicamos este conceito da mecânica para nosso corpo durante a realização dos movimentos, temos as bioalavancas, que, de acordo com suas partes constituintes (ponto de apoio, resistência e potência), podem assumir tipos diferentes.

Assinale a alternativa que indica qual tipo de alavanca está representada na figura. Alavanca de

- primeira classe ou interfixa.
- terceira classe ou interpotente.
- segunda classe ou interfixa.
- primeira classe ou interpotente.
- terceira classe ou inter-resistente.

54. Analise a afirmativa a seguir.

Existe o consenso entre os especialistas de que as doenças crônico-degenerativas possuem origem multifatorial e participam de sua gênese os chamados fatores de risco. Compreendidos como agentes causais que predis põe o indivíduo ao aparecimento das chamadas doenças crônico-degenerativas, o acompanhamento e o monitoramento desses fatores de risco podem auxiliar na identificação desses sinais antecessores que, ao serem modificados, podem atenuar ou, até mesmo, reverter o processo evolutivo das disfunções.

Entre esses fatores podemos apontar, como os principais de riscos primários, associados às doenças crônico-degenerativas, a seguinte opção.

- História familiar, estresse emocional e tabagismo.
- Sexo, excesso de gordura corporal e hipertensão.
- Idade, inatividade física e sexo.
- Estresse emocional, inatividade física e hiperlipidemia.
- Hiperlipidemia, hipertensão e o tabagismo.

55. Leia atentamente o texto a seguir.

Os movimentos corporais acontecem em um contexto que é regido por certos princípios e leis de movimento e de estabilidade, isto é, certas leis físicas de movimentos que restringem ou limitam seus movimentos. Considere a força gravidade como exemplo de uma regra que dita como as restrições interagem e os objetos se movem. Agora imagine um jogo de futebol onde um jogador chuta a bola em direção ao gol adversário e, em certo instante, após essa ação, o goleiro salta e desvia esta bola chutada em outra direção tocando com uma de suas mãos.

Considerando a ação do goleiro em tocar na bola alterando sua direção, assinale a alternativa que representa a ação mecânica do desvio da trajetória da bola.

- Terceira Lei de Newton.
- Primeira Lei de Newton.
- Lei da desaceleração dos corpos.
- Segunda Lei de Newton.
- Lei da gravidade reversa.

56. Observe atentamente a seguinte afirmação.

Esse sistema é também conhecido como sistema fosfagênio ou ATP-CP. Nesse sistema de produção de energia pelo músculo, é feito de forma bastante rápida, o que lhe confere uma capacidade de suprir a demanda energética em torno de 8 a 10 segundos de duração aproximadamente. Com o início do exercício, este ativa a degradação do ATP em ADP + Pi (fosfato inorgânico) e para que aconteça a ressíntese do ATP é necessário que o Pi se ligue novamente ao ADP para formar o ATP.

Marque a opção que representa o sistema energético descrito no texto.

- Sistema anaeróbio láctico.
- Sistema aeróbio.
- Sistema misto de produção de energia.
- Sistema anaeróbio alático.
- Sistema do lactato.

57. Leia a afirmativa a seguir.

A quantidade de sangue bombeado pelo coração em um minuto é chamada de _____ e é determinada pela quantidade de sangue ejetado em cada batimento multiplicado pela frequência cardíaca.

Marque a opção que preenche corretamente a lacuna.

- volume de ejeção
- frequência cardíaca
- platô de ejeção
- volume sistólico
- débito cardíaco

58. Pode ser definida como sendo uma habilidade complexa, solicitada para executar movimentos musculares contra resistências externas (NEWMANN. 1988). A sentença se refere à

- fuso muscular.
- força muscular.
- controle corporal.
- fibras musculares.
- adaptação muscular.

59. Os três principais componentes estruturais do corpo humano são os músculos.

- a) vísceras e plasma.
- b) artérias e ossos.
- c) gorduras e ossos.
- d) vísceras e gorduras.
- e) ossos e plasma.

60. Leia com atenção o microtexto a seguir.

Os exercícios físicos direcionados ao desenvolvimento e/ou manutenção da resistência cardiorrespiratória são os denominados aeróbios e possuem, em suas características, ser de esforços de média e longa duração e com intensidade moderada, envolvendo grandes grupos musculares de maneira dinâmica e com um ritmo relativamente constante.

Marque a opção que contém o substrato energético principal para o fornecimento de energia para esta atividade.

- a) Fosfagênios.
- b) Aminoácidos.
- c) Ácidos graxos.
- d) Carboidratos.
- e) Glicogênios.