



CIDADES CAMAQUÃ, GRAVATAÍ, JAGUARÃO E
SAPIRANGA/NOVO HAMBURGO

INSTRUÇÕES GERAIS

- 1 - Este caderno de prova é constituído por 40 (quarenta) questões objetivas.
- 2 - A prova terá duração máxima de 04 (quatro) horas.
- 3 - Para cada questão, são apresentadas 04 (quatro) alternativas (a – b – c – d).
APENAS UMA delas responde de maneira correta ao enunciado.
- 4 - Após conferir os dados, contidos no campo Identificação do Candidato no Cartão de Resposta, assine no espaço indicado.
- 5 - Marque, com caneta esferográfica azul ou preta de ponta grossa, conforme exemplo abaixo, no Cartão de Resposta – único documento válido para correção eletrônica.
- 6 - Em hipótese alguma, haverá substituição do Cartão de Resposta.
- 7 - Não deixe nenhuma questão sem resposta.
- 8 - O preenchimento do Cartão de Resposta deverá ser feito dentro do tempo previsto para esta prova, ou seja, 04 (quatro) horas.
- 9 - Serão anuladas as questões que tiverem mais de uma alternativa marcada, emendas e/ou rasuras.
- 10 - O candidato só poderá retirar-se da sala de prova após transcorrida 01 (uma) hora do seu início.

BOA PROVA!

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

1. No livro de Mattos e Neira (2013), os autores, ao tratarem sobre o processo de ensino-aprendizagem na educação física, em especial com alunos do ensino médio, afirmam que a prática educativa deve ter, como eixo, a formação de um cidadão com duas características. Essas características fariam deste cidadão _____ e _____.

Quais palavras abaixo completam correta e respectivamente as lacunas, de acordo com os autores?

- a) afetivo e autônomo
- b) autônomo e participativo
- c) afetivo e solidário
- d) participativo e solidário

2. Quatro são os fatores determinantes na seleção de conteúdos para as aulas de educação física escolar para o ensino médio, segundo Mattos e Neira (2013).

Das alternativas abaixo, qual **NÃO** apresenta um dos fatores apontados pelos autores?

- a) Projeto Político Pedagógico.
- b) Interesse e aplicabilidade social.
- c) Reais condições de trabalho na escola.
- d) Especificidade do grupo de alunos.

3. Quando escreveu sobre o papel do professor na educação física inclusiva, Soler (2005, p.107) indicou que o professor deve “[...] criar desequilíbrios”, dando características sobre essa ação docente.

Qual das alternativas a seguir **NÃO** indica uma dessas características?

- a) Provocar o aluno, para que este faça ligação entre o conhecido e o desconhecido.
- b) Apresentar ao aluno o conhecimento novo e o desconhecido.
- c) Estimular o aluno a criar recursos motores e mentais.
- d) Fazer a mediação entre o conhecimento e o aluno, com reflexão.

4. Ferreira (2006, p.46-47) dá exemplos de atividades com potencial para serem interdisciplinares, sendo que uma delas é mencionada pela autora como sendo “[...] um exemplo prático de interdisciplinaridade [...]” e que desenvolve competências como tomada de decisões, força, domínio de espaço e tempo, sociabilidade, conceitos éticos e morais.

Que atividade é essa?

- a) Orientação.
- b) Ginástica rítmica.
- c) Jogos de mesa.
- d) Salto em distância.

5. Selbach et al. (2010) desenvolvem, em sua obra, uma série de temas, sendo que um deles trata da organização dos conteúdos para o ensino de educação física. Ao discutir esse tema, os autores abordam a necessidade de classificação dos conteúdos.

Sob essa perspectiva, qual das alternativas apresentadas a seguir é tratada como uma das variadas formas de classificação?

- a) Motor.
- b) Corporal.
- c) Cognitivo.
- d) Conceitual.

6. Darido (2011, p.30-32), ao tratar sobre a avaliação em educação física escolar, cita erros históricos desenvolvidos pelos professores, como, por exemplo, a ênfase no desempenho, a avaliação realizada somente no final do processo, entre outros. A autora, então, indica, mais de uma vez, uma alternativa fundamental para a quebra destas práticas, respeitando “[...] a lógica da heterogeneidade e das diferentes subjetividades presentes numa sala de aula [...]”.

Que alternativa é essa?

- a) A compreensão sobre o conhecimento procedimental.
- b) A criação de novos instrumentos de avaliação.
- c) O estímulo à participação do aluno.
- d) A avaliação do coletivo de alunos.

7. Haywood e Getchell (2004) trazem, em sua obra, a seguinte definição: “[...] é o processo sequencial e contínuo relacionado à idade, pelo qual o comportamento motor se modifica”.

Qual conceito os autores estão caracterizando?

- a) Desenvolvimento Motor.
- b) Aprendizagem Motora.
- c) Controle Motor.
- d) Crescimento Físico.

8. Na obra de Haywood e Getchell (2004), os autores abordam o tema Desenvolvimento da Locomoção Humana. Nesta parte do livro, eles indicam diversos movimentos e os classificam em iniciante e avançado.

Sobre o saltador em distância proficiente, qual das alternativas **NÃO** relata uma característica?

- a) Flexionam os joelhos durante a fase aérea, trazendo a coxa para a frente em uma posição paralela com o solo.
- b) Deixam o tronco ir para a frente em relação à flexão da coxa, colocando o corpo em uma posição de canivete.
- c) Balançam as pernas adiante para uma aterrissagem com ambas as pernas.
- d) Na ação de saltar, os braços são mantidos estacionários ao lado do corpo ou em posição de guarda alta.

9. Haywood e Getchell (2004) tratam sobre o desenvolvimento da força. Para a compreensão deste conceito, é necessário conhecer as características das forças isométrica, isotônica e isocinética.

A força isotônica é caracterizada pela

- a) ação vigorosa de força contra uma resistência constante ao longo da amplitude de movimento de uma articulação.
- b) ação vigorosa de força sem uma mudança no comprimento do músculo, isto é, sem movimento de um segmento.
- c) ação vigorosa de força em uma velocidade constante do segmento ao longo da amplitude de movimento.
- d) ação vigorosa de força que, obrigatoriamente, propicia o rompimento de fibras musculares.

10. A realização de atividade física contribui para o desenvolvimento motor e traz ao indivíduo inúmeros benefícios. Na obra de Haywood e Getchell (2004), os autores definem que a socialização é uma das principais restrições ambientais no desenvolvimento.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** cita um dos três principais elementos do processo de socialização indicados pelos autores, baseados em Kenyon e McPherson (1973)?

- a) Agentes Socializantes.
- b) Situações sociais.
- c) Atributos pessoais.
- d) Tipificação do gênero.

11. Segundo Haywood e Getchell (2004), qual das ações abaixo é classificada como Habilidade Balística?

- a) Arremesso por sobre o Ombro.
- b) Salto em distância.
- c) Recepção.
- d) Engatinhar.

12. A palavra recreação vem do latim *recreare* e significa criar novamente. De acordo com Ferreira (2010), esse termo possuiria um sentido positivo, ascendente e dinâmico.

NÃO indica um tipo de recreação de massa

- a) gincana.
- b) ruas de lazer.
- c) colônia de férias.
- d) circuito.

13. Segundo Ferreira (2010), qual das alternativas abaixo **NÃO** traz uma divisão dos jogos motores?

- a) Grandes jogos.
- b) Revezamento.
- c) Aquáticos.
- d) Circuito.

14. Os jogos cooperativos são atividades que requerem o trabalho em equipe, pautado no alcance de metas mutuamente acordadas. Amaral (2009), em seu livro, traz um capítulo que cita atividades para jogar com o outro.

Neste espaço da obra, qual das atividades possui o objetivo de cooperação, aproximação e descontração?

- a) Abraço.
- b) Telefone sem fio.
- c) Amarelinha humana.
- d) Pega-pega.

15. Nos jogos cooperativos, a criança reconhece no outro um colega, um parceiro com quem alcançará um objetivo, sem que haja um ganhador e/ou um perdedor.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** traz um dos valores educativos, apontados por Amaral (2009), para os jogos cooperativos?

- a) A empatia.
- b) A alegria.
- c) A comunicação.
- d) A competição.

16. Segundo Guiselini (2006), o bem-estar físico é o primeiro objetivo pelo qual a grande maioria das pessoas realiza atividades físicas. Para tanto, o autor cita três componentes da dimensão física.

Em qual das alternativas apresentadas, dois deles estão citados?

- a) Aptidão física e saúde física.
- b) Aparência física e controle do estresse.
- c) Energia pessoal e imagem corporal.
- d) Alimentação saudável e conhecimento do próprio corpo.

17. Na elaboração de um programa de bem-estar, Guiselini (2006) aponta para três momentos importantes, que precedem a aplicação prática.

Em qual alternativa constam dois destes momentos, respeitando a ordem cronológica de execução?

- a) Avaliação física e anamnese.
- b) Prescrição do programa e avaliação física.
- c) Identificação dos objetivos e escolha dos métodos.
- d) Anamnese e prescrição do programa.

18. Nahas (2013), trata sobre a educação física escolar e afirma que, para os alunos incluírem hábitos de atividades físicas em suas vidas, é fundamental que desenvolvam três aspectos.

Qual alternativa **NÃO** indica um destes aspectos?

- a) Sentir prazer na prática de atividades físicas.
- b) Estabelecer uma progressão lógica de atividades físicas.
- c) Desenvolver certo grau de habilidade motora.
- d) Compreender conceitos básicos relacionados à saúde.

19.Na obra *Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida* (2013), o autor fala sobre orientações para a construção de programas, levando em conta o nível inicial de aptidão e a estimativa dos limites de frequência cardíaca, de acordo com a idade, para o condicionamento aeróbico. Sobre as orientações, relaciona o nível de aptidão física (baixo, moderado e alto) com o tipo de atividade, a frequência semanal, a intensidade e a duração da atividade. Sobre a frequência cardíaca, relaciona a idade com a frequência cardíaca máxima (FCmáx), mostrando seus limites inferior (60% da FCmáx) e superior (85% da FCmáx).

Qual das alternativas abaixo indica corretamente uma relação estabelecida pelo autor, em uma dessas abordagens?

- a) Quanto maior a aptidão física, menos se pode aumentar a frequência, a intensidade e a duração.
- b) Quanto menor a idade, menores os valores de limite inferior e superior de FCmáx.
- c) Quanto maior a idade, menores os valores de limite inferior e superior de FCmáx.
- d) Quanto menor a aptidão física, mais habilidade motora deve requerer a atividade escolhida.

20.Rosseto Júnior e colegas (2012, p.29) citam três ações importantes que devem estar previstas no planejamento e que podem ser usadas “[...] no dia a dia da quadra”.

Qual a etapa que é definida pelos autores como momento no qual se faz necessário “[...] pensar quais as intervenções que podemos fazer para que aquilo que queremos ensinar se torne realidade”?

- a) Observar.
- b) Regular.
- c) Antecipar.
- d) Determinar.

21.Nahas (2013), defendendo a percepção do esforço realizado como uma característica individual, afirma que essa característica depende de vários fatores.

Qual alternativa disponibilizada indica dois dos fatores citados pelo autor?

- a) Aptidão física e idade.
- b) Tamanho corporal e condição de saúde.
- c) Resistência anaeróbica e hereditariedade.
- d) Condições ambientais e inatividade física.

22.A prevalência da obesidade está aumentando no mundo todo, com grande incidência nos jovens. Uma das formas de diagnosticar se um indivíduo está obeso é o Índice de Massa Corporal (IMC), que é calculado pela razão do peso corporal pela altura ao quadrado.

Para Haywood e Getchell (2004), é diagnosticado como obeso o indivíduo com IMC a partir de qual valor?

- a) 20
- b) 25
- c) 30
- d) 40

23.Atualmente, a obesidade é uma doença comum em adolescentes, e a justificativa para o fato está no estilo de vida atual da nossa sociedade, cujas facilidades incentivam o esforço mínimo. Pollock e Wilmore (1993) tratam sobre a obesidade e, de acordo com eles, ela representa um fator de risco para doenças cardiovasculares.

Indica duas doenças que, segundo os autores, estão relacionadas à obesidade.

- a) A doença coronariana e a hipertensão.
- b) O sedentarismo e a hipertensão.
- c) O diabetes e a doença coronariana.
- d) O sedentarismo e o diabetes.

24.Para a obtenção de energia, o corpo necessita que ocorram reações químicas, possibilitando todo e qualquer movimento corporal, do mais simples até o mais complexo. Para a compreensão das formas com que a energia é obtida, Rizzo (2012) utiliza diversos termos sobre o assunto.

Qual dos termos abaixo se define como um processo, segundo Rizzo(2012,p.60), "empregado para descrever todas as alterações químicas que ocorrem no interior da célula"?

- a) Anabolismo.
- b) Catabolismo.
- c) Metabolismo.
- d) Respiração celular.

25.A captação de oxigênio durante o exercício físico é um tema abordado por McArdle, Katch e Katch (2002).

Qual a descrição trazida pelos autores sobre o VO₂ máx?

- a) Descreve a região onde a captação de oxigênio alcança um platô e não aumenta (ou aumenta levemente), apesar de um aumento adicional na intensidade do exercício.
- b) É o resultado de uma série de sistemas energéticos que "ligam" e "desligam" como um interruptor elétrico, resultando na produção de energia.
- c) Representa quantitativamente a diferença entre o total de oxigênio realmente consumido no exercício e a quantidade que deveria ter sido consumida caso houvesse um metabolismo aeróbico iniciado no começo do exercício.
- d) É o equilíbrio entre a energia de que os músculos ativos necessitam e o ritmo de produção aeróbica de ATP.

26.A temperatura corporal normal varia em diversos graus durante o dia em resposta a estímulos como atividade física, temperatura ambiente e emoções. A busca pela neutralidade térmica faz com que o nosso corpo se utilize de fatores para obter ganho ou perda de calor.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** traz um fator que contribui com a perda de calor, de acordo com McArdle, Katch e Katch (2002)?

- a) Radiação.
- b) Meio ambiente.
- c) Convecção.
- d) Evaporação.

27. Pollock e Wilmore (1993) abordam a função cardiorrespiratória, descrevendo os tipos de treinamento.

De acordo com os autores, considerando o gasto energético, qual é a classificação da caminhada acelerada?

- a) De moderado a elevado.
- b) De elevado a extremo.
- c) De leve a moderado.
- d) De elevado a intenso.

28. Pollock e Wilmore (1993) mostram um quadro com as atividades de alto e baixo impacto comumente utilizadas para treinamento aeróbico.

Dentre as alternativas abaixo, qual delas cita uma atividade de alto impacto, conforme este quadro?

- a) Ciclismo.
- b) Esqui de *Cross-country*.
- c) Subida de escadas.
- d) Pular corda.

29. Sobre a função dos músculos, de acordo com Lima (2010), qual é o músculo que cria um torque para se opor a uma ação indesejada de um outro músculo?

- a) Agonista.
- b) Antagonista.
- c) Estabilizador.
- d) Neutralizador.

30. Considerando as terminologias utilizadas por Fernandes (2003), qual das ações abaixo indica uma fase do salto que **NÃO** está presente nos três tipos de salto (em altura, com vara e em distância)?

- a) Corrida de impulso.
- b) Impulsão ou impulso.
- c) Elevação.
- d) Queda.

31. Em relação à técnica das provas de arremesso e lançamento (Peso, Disco, Dardo e Martelo), Fernandes (2003) cita as fases de cada movimento destas provas.

Qual das ações abaixo **NÃO** é uma fase após o arremesso ou lançamento propriamente dito?

- a) Troca de pés.
- b) Reversão.
- c) Ação final.
- d) Posição final.

32. Considerando as corridas de velocidade, qual das alternativas abaixo **NÃO** possui uma das fases citadas por Fernandes (2003)?

- a) A saída.
- b) O desenvolvimento.
- c) A chegada.
- d) O impulso.

33. No livro de Greco e Romero (2012), os autores descrevem os fundamentos técnicos individuais utilizados no Handebol. Na concepção dos mesmos, podemos dividir estes fundamentos em três: fundamentos comuns de ataque e defesa, fundamentos de defesa e fundamentos de ataque.

Qual dos fundamentos abaixo apresenta a seguinte definição de Greco e Romero (2012, p.141): "o ato de cortar um envio da bola em determinado espaço livre, atuando sobre a possível trajetória da bola"?

- a) Bloqueio do lançamento.
- b) Interceptação da bola.
- c) Recepção da bola.
- d) Manejo da bola.

34. Entendendo a definição de sistema de jogo de ataque, apontada pelos autores Greco e Romero (2012) ao tratarem do Handebol, qual das alternativas abaixo **NÃO** é uma razão para a redefinição de um sistema de jogo ofensivo?

- a) As características dos jogadores da sua equipe.
- b) As características dos jogadores da equipe adversária.
- c) As situações decisivas no decorrer da partida.
- d) As restrições táticas e técnicas das equipes.

35. A manchete é o fundamento do Voleibol mais utilizado para a recepção de saques, assim como de defesa de bolas cortadas, devido ao contato com a bola ser realizado com o antebraço, região que suporta melhor os impactos causados pelas situações citadas.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** é citada como um dos erros mais comuns na realização do fundamento manchete, de acordo com Bojikian (2012)?

- a) Flexionar as pernas.
- b) Flexionar os braços.
- c) Tocar as mãos na bola.
- d) Deixar as pernas unidas.

36. A diferenciação entre os sistemas 4x2 e 6x0, no Voleibol, está pautada pela especialização dos jogadores em determinadas funções.

Em qual posição da quadra, Bojikian (2012) indica que devam estar os levantadores, na formação inicial do sistema 4x2?

- a) 1 e 4
- b) 2 e 5
- c) 3 e 6
- d) 1 e 2

37.A bandeja é um tipo de arremesso muito importante para a definição de ações ofensivas durante uma partida de Basquetebol.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** traz uma das situações de jogo em que mais ocorre a bandeja, de acordo com Coutinho (2007)?

- a) Finalização de contra-ataque.
- b) Jogador que infiltra no garrafão sem bola, recebe-a e realiza a bandeja.
- c) Jogador com bola dribla o adversário e penetra no garrafão, executando a bandeja.
- d) Arremessador que não sofre marcação próxima.

38.O passe, no Basquetebol, é um fundamento de ataque que consiste em enviar a bola para um colega de equipe.

Qual dos tipos de passe trazidos por Coutinho (2007) é usado principalmente em curtas distâncias?

- a) Passe de peito.
- b) Passe picado.
- c) Passe de ombro.
- d) Passe por cima da cabeça.

39.De acordo com Andrade Júnior (2011), qual a fase de treinamento no Futsal que corresponde à faixa etária costumeiramente observada em alunos de ensino médio?

- a) Aquisição.
- b) Iniciação.
- c) Maturação.
- d) Especialização.

40.Voser (2002) cita, em mais de uma oportunidade, quatro atividades lúdicas que possuem regras improvisadas, mas que trazem, na sua essência, os princípios do futsal.

Qual alternativa reúne, respectivamente, o nome de um dos quatro jogos citados e o nome dado a esses tipos de jogos, segundo o autor?

- a) Bichinho e jogos adaptados.
- b) Vaza-entra e pequenos jogos.
- c) Gol a gol e jogos adaptados.
- d) Ataque contra defesa e pequenos jogos.