CADERNO DE QUESTÕES

FURB CONCURSOS

PROCESSO SELETIVO PÚBLICO SIMPLIFICADO
EDITAL N.º 002/2026

NOME:

DATA E HORA: **18/10/2026 09:15**

CARGO: **PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA PILATES**

LOCAL:

SALA:

INSTRUÇÕES

1) Conferência inicial
Verifique seu **nome e o cargo indicado** da capa deste caderno e leia atentamente as instruções**.**

2) Composição do caderno *(confira após o início da prova)*
- Contém **25 (vinte e cinco) questões objetivas**.
- Todas as questões são de múltipla escolha, com cinco alternativas cada (A, B, C, D e E).
- É permitido fazer anotações, cálculos, riscos e observações exclusivamente neste Caderno.

3) Cartão-Resposta
Confira se o seu **nome, número de inscrição, data de nascimento, CPF e cargo** estão corretos. Caso identifique que o Cartão-Resposta não corresponde aos seus dados, comunique imediatamente ao fiscal **para que seja providenciada a substituição**. O fiscal não está autorizado a alterar informações impressas, e não serão aceitas reclamações posteriores. O preenchimento do Cartão-Resposta é de sua inteira responsabilidade. Não haverá substituição em caso de erro de preenchimento.

4) Material permitido
É obrigatório o uso exclusivo de caneta esferográfica fabricada em material transparente, com tinta azul ou preta.

5) Duração da prova
A prova terá duração de 2 (duas) horas, incluindo o tempo destinado ao preenchimento do Cartão-Resposta.

6) Regras de saída
- Ao término da prova, entregue **obrigatoriamente** ao fiscal o Cartão-Resposta e este Caderno de Questões.
- A saída definitiva da sala somente será permitida após **1 (uma) hora** do início da prova.
- É permitido levar apenas a folha intermediária de respostas, localizada na última página deste caderno, desde que contenha exclusivamente as alternativas assinaladas, sendo vedadas quaisquer outras anotações.
- Os **3 (três) últimos candidatos** somente poderão se retirar da sala simultaneamente.

7) Assinaturas
Escreva seu nome completo e assine na capa deste Caderno, e assine também no local indicado no Cartão-Resposta.

BOA PROVA!



Nome completo: _____

Assinatura: _____

LÍNGUA PORTUGUESA

O texto seguinte servirá de base para responder às questões de 1 a 5.

Médicos de IA e idosos

Já não se propaga desinformação como antigamente

A fisioterapeuta do meu filho chegou aqui em casa indignada. Seu pai convive com um diagnóstico de Parkinson e passa boa parte da rotina em busca de dicas para desfrutar da vida com mais conforto. Nas muitas horas diárias em que passa mergulhado no celular, os vídeos que mais o atraem estão relacionados ao tratamento de insônia, condição que piora seus sintomas.

Sabendo que a descendente monitora seus hábitos de forma rigorosa, trabalha com pesquisa e dá muito valor às evidências científicas, ele costuma se aventurar às escondidas. Já testou combinações de medicamentos para vermes com o intuito de "curar" condições do Parkinson, misturas inusitadas de alimentos envolvendo ovos e sardinha, além de cápsulas de ervas.

A última empreitada envolveu uma receita que juntou Biotônico Fontoura com amendoim e precisava fermentar por alguns dias. O líquido que resultasse da iguaria deveria ser ingerido para melhorar a disposição e aumentar as taxas de ferro no sangue.

A fisioterapeuta encontrou o vidro com a mistura camuflado no quarto do idoso. Quando questionado sobre a origem da peripécia, ele mostrou um vídeo de um médico num canal do Youtube, que disse confiar muito. Afinal, era um médico, de jaleco, com estetoscópio pendurado no pescoço e falando palavras difíceis em um cenário que lembrava um consultório.

Não é o tipo de golpe de que já temos notícia, quando um indivíduo sem formação na área se passa por um profissional da Medicina. Esse médico simplesmente não existe. Trata-se apenas de alguém ou de uma empresa que inventou um personagem por meio da Inteligência Artificial (IA). Para chamar atenção e conseguir mais visualizações, o robô propaga pseudociências das mais estapafúrdias e com uma linguagem claramente voltada aos idosos.

[...]

(Juliana Gomes. Disponível em: https://jornaldoveneno.substack.com/p/medicos-de-ia-e-idosos-159. Acesso em: 25 set. 2026. Adaptado.)

.

Questão 01

(Correta: D)

A modalização diz respeito à expressão das intenções e pontos de vista do enunciador, sem que ele use, necessariamente, a primeira pessoa do singular, por exemplo. Tendo isso em consideração e texto em análise, na frase "Esse médico simplesmente não existe", o advérbio "simplesmente" produz o efeito de sentido de:

(A) Surpresa diante do fato, pois a situação descrita é inesperada.
(B) Ironia, indicando que, para a autora, há um contraste entre aquele sujeito do vídeo existir ou não existir como médico.
(C) Minimização do fato descrito, indicando que não tem relevância.
(D) Intensificação daquilo que se constatou a partir dos fatos descritos.
(E) Incredulidade diante do absurdo que a situação representa.

Questão 02

(Correta: A)

Os significados e os sentidos das palavras são dados de forma contextualizada. Uma palavra pode ter vários significados e vários sentidos, que serão mobilizados ou não conforme o contexto. Analise o 5º parágrafo do texto e assinale a alternativa que indica corretamente o antônimo de "estapafúrdias":

(A) Excepcionais.
(B) Incoerentes.
(C) Insensatas.
(D) Bizarras.
(E) Irracionais.

Questão 03

(Correta: E)

A partir da leitura atenta do texto e mobilizando seus conhecimentos prévios, analise as sentenças a seguir e registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__)De acordo com o texto, pode-se inferir que novas ferramentas e novos modos de dizer têm sido usados para propagar desinformação.

(__)A aparência, a indumentária, os instrumentos e o vocabulário relacionados à área da saúde são suficientes para certificar que o sujeito do vídeo é um médico e lhe conferem autoridade tanto quanto um diploma e os saberes científicos.

(__)No contexto de uso de IA relatado, compreende-se que a população idosa é um alvo mais facilmente conquistado e convencido a adotar as práticas ensinadas nos vídeos.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta:

(A) V – F – F.
(B) V – V – F.
(C) F – F – V.
(D) F – V – V.

(E) V – F – V.

Questão 04

(Correta: E)

Saber quando uma palavra é ou não acentuada graficamente não está relacionado à mera regra gramatical, mas também à construção dos sentidos em um texto. Duas palavras podem ter a mesma grafia e tonicidades diferentes, exigindo acento gráfico em uma e em outra, não. É o que ocorre no excerto a seguir:

"Seu pai convive com um diagnóstico de Parkinson e passa boa parte da rotina em busca de dicas para desfrutar da vida com mais conforto."

No excerto, a palavra "diagnóstico" é um substantivo e é uma proparoxítona. Porém, uma médica, ao dizer, "Eu diagnostico as doenças de meus pacientes com base nos sintomas, nos exames e na ciência", tem-se um verbo e uma paroxítona (que por ser terminada em -o, não é acentuada).

Tendo isso em consideração, analise as sentenças a seguir e assinale a alternativa em que a palavra destacada está corretamente acentuada:

(A) O trânsito **vítima** milhares de pessoas por ano no Brasil.
(B) As mulheres, à menor manifestação de suas insatisfações, são tomadas como **doídas**, como desequilibradas.
(C) Não tinha a menor dúvida a respeito de seus gostos: amava o sabor do **cáqui**.
(D) Deseja-se que ela **intérprete** com atenção cada palavra do embaixador.
(E) Ela, apesar das intempéries da vida, olhava para o mundo à sua volta e via a **delícia** que era acordar todos os dias e ter uma nova chance.

Questão 05

(Correta: D)

A coesão textual é importante mecanismo que autor(a) e leitor(a) precisam mobilizar para se alcançar um texto claro, construir sentidos e compreender o que diz o texto. Tendo isso em consideração, analise as sentenças a seguir:

I.Em "Seu pai convive com um diagnóstico de Parkinson e passa boa parte da rotina em busca de dicas para desfrutar da vida com mais conforto", o pronome possessivo acompanhando o substantivo "pai" gera uma ambiguidade porque o leitor não consegue definir se "Seu pai" tem como referente a fisioterapeuta ou o filho da autora do texto. Isso prejudica a compreensão do texto.

II.Em "ele costuma se aventurar às escondidas" e em "A última empreitada envolveu uma receita [...]", a autora constrói sentidos ao escolher a palavras "se aventurar" e "empreitada". Isso porque, dado o contexto, elas se referem aos processos do idoso de passar boa parte do dia assistindo vídeos sobre saúde, publicados na internet, e a testar o que é proposto/ensinado nesses vídeos. São uma aventura assistir esses vídeos e testar as receitas, tanto que ele o faz às escondidas. Uma verdadeira empreitada, inclusive para não ser descoberto.

III.Em "Para chamar atenção e conseguir mais visualizações, o robô propaga pseudociências das mais estapafúrdias", a autora do texto provocou um problema de referenciação. Não há nada, sejam palavras, sejam ideias, anteriormente explicitadas, que estabeleçam a coesão referencial para o substantivo "robô".

É correto o que se afirma em:

(A) I e III, apenas.
(B) I, II e III.
(C) I, apenas.
(D) II, apenas.
(E) II e III, apenas.

CONHECIMENTOS GERAIS E LEGISLAÇÃO EDUCACIONAL

Questão 06

(Correta: D)

No PISA 2025, o Brasil obteve 408 pontos em leitura, 377 em matemática e 409 em ciências, diante de médias da OCDE de 466, 469 e 486 pontos, respectivamente. Em 2006, as diferenças para a média da organização eram de 102, 131 e 113 pontos nessas mesmas áreas. Os resultados brasileiros de 2025 permaneceram próximos aos de 2022, enquanto a média da OCDE recuou no período recente. Considerando conjuntamente a evolução dos hiatos e a comparação recente, assinale a interpretação apropriada:

(A) Ciências apresentou a maior redução do hiato desde 2006; a estabilidade brasileira torna impossível reduzir a distância relativa.
(B) Matemática apresentou a maior redução do hiato desde 2006; a queda da OCDE impede comparar os resultados ao longo do tempo.
(C) Leitura apresentou a maior redução do hiato desde 2006; a convergência recente comprova que o Brasil atingiu a média da OCDE.
(D) Leitura apresentou a maior redução do hiato desde 2006; a convergência recente é compatível com estabilidade brasileira e queda da referência.
(E) Matemática apresentou a maior redução do hiato desde 2006; a convergência recente comprova avanço absoluto brasileiro.

Questão 07

(Correta: E)

Admita que dois Municípios tenham aderido ao Programa Nacional de Infraestrutura Escolar previsto no novo Plano Nacional de Educação (PNE) e que preparem

propostas, ainda sem pactuar a trajetória das metas. X pretende corrigir condições de saneamento que comprometem o funcionamento e a salubridade de escolas públicas. Y, que já atende às condições mínimas, pretende elevar sua infraestrutura tecnológica a um patamar superior. Professores que participam do debate analisam as condições legais de acesso aos recursos. Com base nessa situação hipotética, analise as afirmativas a seguir. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__)X tem prioridade para superar as situações críticas, sem necessidade da pactuação, mantida a adesão ao Programa.

(__)Y recebe a mesma dispensa de pactuação, pois a ampliação tecnológica também integra a infraestrutura escolar.

(__)Para Y, a pactuação exige comprovar avanços em acesso e rendimento, com melhoria da aprendizagem e redução de desigualdades.

À luz da Lei n.º 15.388/2026, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta:

(A) F – F – V.
(B) F – V – F.
(C) V – F – F.
(D) V – V – F.
(E) V – F – V.

Questão 08

(Correta: B)

Pesquisa do Instituto Semesp apontou que, entre 2015 e 2025, o número de professores do Ensino Médio com até 24 anos caiu 31,1%, enquanto o de docentes com 60 anos ou mais aumentou 104,5%. No mesmo período, a Taxa de Renovação Docente caiu de 0,95 para 0,32, e a participação dos temporários na rede pública passou de 32,2% para 43,4% (Kawada, 2026).

KAWADA, Letycia Treitero. Número de professores jovens cai 31% em dez anos, aponta pesquisa. Agência Brasil, 16 set. 2026. Disponível em: https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2026-09/numero-de-professores-jovens-cai-31-em-dez-anos-aponta-pesquisa.

Assinale a interpretação compatível com esses indicadores:

(A) A queda da taxa decorreu do aumento dos contratos temporários, independentemente da composição etária dos docentes.
(B) A renovação tornou-se mais difícil, com menos jovens em relação aos docentes mais velhos e maior participação de vínculos temporários.
(C) A redução proporcional dos docentes efetivos demonstra que o número total de professores da rede pública também diminuiu.
(D) A taxa de 0,32 indica que 32% dos professores do Ensino Médio tinham até 24 anos em 2025.
(E) O crescimento dos docentes com 60 anos ou mais compensou a redução dos mais jovens, preservando a capacidade de reposição.

Questão 09

(Correta: B)

Dados divulgados pelo IBGE em 2026 mostraram que, entre pessoas de 15 a 29 anos, a taxa de analfabetismo era de 12,2% entre aquelas com deficiência e de 1% entre as sem deficiência. No mesmo levantamento, destacou-se que a presença de pessoas com deficiência no ensino superior quase triplicou entre 2014 e 2024, passando de 33.377 para 95.572 matrículas. Considerando conjuntamente o recorte etário e a expansão do acesso ao ensino superior, assinale a interpretação correta:

(A) O crescimento das matrículas no ensino superior indica que as desigualdades observadas entre jovens tendem a desaparecer pela renovação geracional.
(B) A desigualdade entre jovens enfraquece uma explicação exclusivamente geracional; a expansão no ensino superior indica avanço de acesso sem demonstrar superação das desigualdades educacionais anteriores.
(C) A coexistência dos dois resultados demonstra que o acesso ao ensino superior cresceu apenas entre pessoas com deficiência que já apresentavam maior escolarização.
(D) A persistência do analfabetismo entre jovens demonstra que o aumento das matrículas no ensino superior não produziu qualquer avanço educacional para pessoas com deficiência.
(E) A expansão no ensino superior confirma que a diferença de analfabetismo decorre principalmente da presença de pessoas com deficiência em gerações mais velhas.

Questão 10

(Correta: D)

O relatório da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2026) registrou que 9% dos professores da Educação Básica pública brasileira não tinham qualificação completa entre 2024 e 2025, percentual próximo aos 9,1% observados na média dos países da organização. O relatório registrou ainda que 44,3% dos professores brasileiros dos Anos Finais do Ensino Fundamental estavam satisfeitos com as condições de trabalho e 22,3%, com os salários, ante 68,4% e 38,7%, respectivamente, na média da OCDE. Considerando os limites desses indicadores e as garantias de valorização dos profissionais da educação previstas na Constituição Federal e na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, assinale a interpretação correta:

(A) A escassez localizada pode coexistir com a média próxima à da OCDE; a LDB assegura período reservado a estudos, planejamento e avaliação, a ser cumprido fora da carga de trabalho docente.

(B) A média próxima à da OCDE permite presumir equivalência dos requisitos de qualificação entre os países; a valorização prevista na LDB inclui progressão funcional baseada no tempo de serviço e na assiduidade.

(C) A média próxima à da OCDE não elimina escassez localizada; a satisfação salarial inferior à média comprova, por si, descumprimento do piso salarial profissional nacional assegurado pela Constituição Federal.

(D) A média próxima à da OCDE não elimina escassez localizada; a satisfação docente constitui indicador de atratividade, mas não substitui a verificação de garantias como piso, progressão funcional e período de estudos incluído na carga de trabalho.

(E) A escassez localizada pode coexistir com a média próxima à da OCDE; a valorização prevista na LDB admite o ingresso no magistério público por concurso somente de provas ou somente de títulos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Questão 11

(Correta: E)

Um participante de 72 anos realiza três sessões semanais planejadas de exercícios e pratica jardinagem regularmente. Na avaliação, apresenta força preservada, capacidade cardiorrespiratória reduzida e hipertensão controlada. A interpretação conceitualmente correta é:

(A) As sessões são exercício; jardinagem é exercício; força e capacidade cardiorrespiratória indicam atividade física; hipertensão reduz a aptidão física.

(B) As sessões são exercício; jardinagem é atividade física; força e capacidade cardiorrespiratória expressam saúde; hipertensão define baixa aptidão.

(C) As sessões são atividade física; jardinagem é exercício; força e capacidade cardiorrespiratória expressam saúde; hipertensão caracteriza baixa aptidão.

(D) As sessões são atividade física; jardinagem é exercício; força e capacidade cardiorrespiratória representam aptidão; hipertensão indica inatividade física.

(E) As sessões são exercício; jardinagem é atividade física; força e capacidade cardiorrespiratória são aptidão; hipertensão integra a condição de saúde.

Questão 12

(Correta: E)

Durante as atividades, duas crianças apresentam dificuldades distintas. A primeira executa manipulações pequenas com precisão, mas se desorganiza ao combinar corrida, salto, recepção e mudança de direção. A segunda executa bem essas ações globais, porém apresenta baixa precisão em tarefas manuais finas e grafomotoras. Assinale a alternativa que indica correta e respectivamente os fatores psicomotores predominantemente envolvidos:

(A) Praxia global e lateralização.

(B) Equilibração e noção do corpo.

(C) Lateralização e estruturação espaço-temporal.

(D) Estruturação espaço-temporal e praxia global.

(E) Praxia global e praxia fina.

Questão 13

(Correta: D)

Em um circuito, os participantes realizam séries de esforços máximos de aproximadamente seis a oito segundos. Quando o intervalo entre as repetições aumenta de 30 segundos para três minutos, a perda de potência nas repetições subsequentes diminui acentuadamente. Assinale a alternativa que indica o mecanismo que melhor explica essa diferença:

(A) Maior retorno do consumo de oxigênio ao repouso, reduzindo a participação oxidativa necessária na repetição subsequente.

(B) Maior remoção de lactato durante a recuperação, reduzindo o principal limitador metabólico da potência entre as repetições.

(C) Maior reposição de glicogênio durante a recuperação, restaurando o principal substrato utilizado nos esforços máximos breves.

(D) Maior ressíntese de fosfocreatina durante a recuperação, aumentando sua disponibilidade antes do esforço seguinte.

(E) Maior atividade glicolítica durante a recuperação, restaurando rapidamente os estoques celulares de ATP antes da repetição seguinte.

Questão 14

(Correta: E)

Dois adolescentes de 13 anos participam do mesmo programa. Nos registros dos últimos doze meses, um cresceu aproximadamente 9 cm, com aceleração recente da estatura, enquanto o outro cresceu cerca de 4 cm de maneira mais estável. Ambos apresentam atualmente desempenho semelhante nas atividades. Para prescrever a progressão, o(a) professor(a) deve:

(A) Classificar o primeiro como pós-pico de velocidade de crescimento e o segundo como pré-pico de velocidade de crescimento, definindo as cargas a partir dessa diferença maturacional.

(B) Utilizar estatura e massa atuais para estimar a maturação e distribuir cargas semelhantes entre participantes antropometricamente próximos.

(C) Reduzir força e potência no participante de crescimento acelerado, retomando esses estímulos após estabilização da velocidade de crescimento.

(D) Manter a progressão pela idade cronológica e utilizar a velocidade de crescimento principalmente para ajustar exercícios coordenativos.

(E) Acompanhar serialmente a velocidade de crescimento e individualizar a progressão, considerando possíveis diferenças no momento maturacional.

Questão 15

(Correta: D)

Uma participante de 74 anos aprende uma nova sequência de equilíbrio e deslocamento. A tarefa é compatível com sua condição funcional. O professor pretende favorecer aprendizagem, confiança e autonomia sem aumentar desnecessariamente o controle consciente dos movimentos corporais. A estratégia mais adequada é:

(A) Direcionar atenção aos segmentos corporais, permitir escolhas na tarefa e fornecer feedback predominantemente centrado nos erros de execução.

(B) Direcionar atenção ao efeito do movimento, concentrar decisões no professor e fornecer feedback comparativo com participantes mais habilidosos.

(C) Direcionar atenção aos segmentos corporais, oferecer escolhas pertinentes e fornecer feedback que destaque progressos reais na execução.

(D) Direcionar atenção ao efeito do movimento, oferecer escolhas pertinentes e fornecer feedback que destaque progressos reais na execução.

(E) Direcionar atenção ao efeito do movimento, permitir escolhas na tarefa e fornecer feedback centrado na distância do desempenho ideal.

Questão 16

(Correta: C)

Em um grupo municipal de iniciação esportiva, o professor propõe um jogo de manutenção da posse em superioridade numérica. Inicialmente, modifica espaço e regras sem indicar a solução. Posteriormente, questiona os participantes sobre as opções encontradas e direciona a atenção para a criação de linhas de passe. Na perspectiva da Iniciação Esportiva Universal, essa organização caracteriza:

(A) Aprendizagem espontânea pelo jogo livre, seguida de especialização técnica para aproximar a atividade da modalidade formal.

(B) Aprendizagem incidental mantida durante toda a atividade, evitando explicitação posterior dos princípios descobertos pelos participantes.

(C) Aprendizagem incidental pela exploração do jogo, seguida de ensino intencional de princípios táticos identificados na situação.

(D) Ensino intencional desde a primeira exploração, seguido de aprendizagem incidental para consolidar os princípios previamente apresentados.

(E) Aprendizagem técnica pelo método global, seguida de ensino analítico para estabilizar as decisões observadas durante o jogo.

Questão 17

(Correta: B)

Em uma atividade recreativa, os participantes realizam um jogo de acerto de alvos sem adversários. O professor pretende modificá-lo para que passe a constituir um jogo pré-desportivo de invasão. A modificação adequada é:

(A) Manter o alvo fixo, adotar pontuação coletiva e variar distâncias, preservando as tentativas sem oposição direta entre participantes.

(B) Criar duas equipes, zona de pontuação e progressão por passes, com oposição e liberdade para diferentes soluções de jogo.

(C) Permitir que os participantes alterem as regras durante a prática, cabendo ao professor intervir nas situações relacionadas à segurança.

(D) Utilizar dimensões e duração do handebol, retirar o goleiro e flexibilizar o número de passos permitido com a bola.

(E) Organizar estações de passe e arremesso com pontuação pela precisão, encerrando a atividade com disputa entre as equipes.

Questão 18

(Correta: A)

Em um programa municipal, um grupo realiza predominantemente treinamento aeróbio e outro, treinamento resistido. Após várias semanas, ambos apresentam melhora de desempenho, mas por mecanismos adaptativos parcialmente distintos. A combinação fisiológica mais compatível com essas modalidades é:

(A) Maior capacidade oxidativa e capilarização no aeróbio; adaptações neurais contribuindo para os ganhos iniciais de força no resistido.

(B) Maior hipertrofia de fibras rápidas no aeróbio; capacidade oxidativa e capilarização explicando os ganhos iniciais do resistido.

(C) Maior síntese contrátil no aeróbio; aumento da capilarização como principal mecanismo dos ganhos iniciais de força no resistido.

(D) Maior ativação neural no aeróbio; densidade mitocondrial como principal mecanismo dos ganhos iniciais de força no resistido.

(E) Maior dependência glicolítica no aeróbio; hipertrofia como principal mecanismo dos ganhos iniciais de força no resistido.

Questão 19

(Correta: B)

Um grupo precisa aprender três padrões motores distintos que posteriormente serão utilizados em

combinações variadas. Durante a fase inicial, a prática em blocos produz melhor desempenho imediato que a prática intercalada. O objetivo principal, entretanto, é favorecer aprendizagem duradoura e adaptação posterior das habilidades. Assinale a alternativa que indica a organização mais adequada:

(A) Praticar cada tarefa separadamente até estabilizar o desempenho e introduzir alternância apenas ao final do período de aprendizagem.

(B) Intercalar as três tarefas em ordem variável, admitindo pior desempenho inicial em favor de retenção e transferência posteriores.

(C) Alternar duas tarefas e manter a terceira em bloco próprio, equilibrando desempenho imediato e variabilidade ao longo da prática.

(D) Praticar inicialmente a tarefa mais complexa e depois as demais em blocos, diminuindo a interferência entre os padrões aprendidos.

(E) Executar as três tarefas sempre na mesma sequência, utilizando a repetição serial para estabilizar cada resposta antes da transferência.

Questão 20

(Correta: E)

Em uma aula de Pilates solo, uma participante com lombalgia crônica inespecífica, sem sinais de alerta clínico identificados em avaliação prévia, relata piora quando realiza flexões rápidas de tronco, mas tolera bem ponte sobre os ombros (*Shoulder Bridge*), respiração em decúbito dorsal, movimentos de quadril e exercícios de estabilização com baixa amplitude. A professora pretende mantê-la na turma sem transformar a aula em atendimento individual. Considerando o manejo pedagógico seguro nesse contexto, assinale a alternativa que indica a conduta mais adequada:

(A) Manter a flexão de tronco com amplitude completa e velocidade reduzida, pois a lentidão diminui a sobrecarga lombar e preserva o repertório da turma.

(B) Retirar temporariamente todos os exercícios de tronco, pois lombalgia crônica exige foco em respiração, alongamento leve e repouso ativo.

(C) Solicitar avaliação médica antes de qualquer participação, pois o relato de piora com flexão rápida impede conduta segura em aula coletiva.

(D) Aplicar sequência padronizada para lombalgia crônica, pois protocolos de Pilates solo produzem respostas previsíveis em quadros inespecíficos.

(E) Ajustar velocidade, amplitude e alavancas nos exercícios de tronco, preservar tarefas toleradas e monitorar dor e função ao longo da progressão.

Questão 21

(Correta: A)

Em uma aula de Pilates, o professor conduz exercícios em decúbito dorsal. Durante a execução, ele observa que alguns participantes projetam o abdômen para fora a cada inspiração, que suas costelas inferiores afastam-se do colchonete quando os braços se elevam acima da cabeça, que a região lombar se arqueia quando uma das pernas se estende e que a respiração é interrompida nos momentos de maior esforço. Considerando respiração, alinhamento corporal e controle motor no Pilates solo, assinale a alternativa que indica a orientação mais adequada:

(A) Reorganizar a respiração costal lateral, a posição da pelve e a relação entre caixa torácica e pelve, reduzindo a alavanca dos membros quando o controle se perder.

(B) Orientar a manutenção do ar nos pulmões durante a fase de maior esforço, pois o aumento da pressão intra-abdominal estabiliza a coluna e a pelve.

(C) Priorizar a inspiração abdominal ampla, pois a elevação visível do abdômen indica maior entrada de ar e melhora a oxigenação durante o esforço.

(D) Solicitar contração abdominal máxima antes de cada repetição, pois a rigidez do centro estabiliza a pelve e impede compensações lombares durante os movimentos.

(E) Manter a sequência e concentrar as correções ao final da aula, pois interrupções frequentes prejudicam a fluidez e reduzem o efeito global da sessão.

Questão 22

(Correta: B)

Durante uma aula de Pilates solo, um colega observa que alguns participantes idosos executam "inseto morto adaptado" (*Dead Bug*) e variações de abdominal com boa amplitude, mas perdem a relação entre pelve e caixa torácica, prendem a respiração e elevam a tensão cervical. Ele sugere manter a amplitude, pois a repetição lenta tende a corrigir a compensação com o tempo. Considerando os princípios do método Pilates, assinale a alternativa que indica a intervenção mais adequada:

(A) Manter a amplitude completa com menor velocidade, pois a lentidão favorece propriocepção e reduz a chance de compensações cervicais.

(B) Reduzir alavanca e amplitude, reorganizar respiração e alinhamento, e retomar a progressão apenas quando controle e precisão forem sustentados.

(C) Aumentar a contração abdominal e do assoalho pélvico durante todo o movimento, pois estabilidade depende de ativação contínua e intensa do centro.

(D) Substituir os exercícios por mobilizações articulares, pois perda respiratória e tensão cervical indicam baixa prontidão para trabalho de centro.

(E) Priorizar comandos de queixo ao peito e umbigo para dentro, pois a organização cervical e abdominal corrige a perda de alinhamento lombopélvico.

Questão 23

(Correta: D)

Em uma turma de Pilates solo composta por adultos e

idosos iniciantes, sem contraindicações clínicas individualizadas informadas, a professora dispõe de colchonetes, faixas elásticas, bolas pequenas e macias, rolos de EVA e círculo mágico (*Magic Circle*). Ao revisar o plano de aula, analisa as seguintes propostas de uso dos acessórios:

I.Posicionar o círculo mágico entre os joelhos na ponte sobre os ombros (*Shoulder Bridge*), com compressão moderada durante a subida e a descida, para favorecer o alinhamento dos membros inferiores.

II.Utilizar a faixa elástica em baixa tensão no alongamento da coluna à frente (*Spine Stretch Forward*), sem tracionar o tronco para a flexão, para auxiliar a organização do alcance dos braços e a percepção de oposição entre tronco e membros.

III.Posicionar o rolo de EVA transversalmente sob a coluna lombar durante exercícios abdominais com flexão de tronco, para aumentar a instabilidade e intensificar o trabalho do centro.

IV.Utilizar bola pequena e macia como apoio sob a cabeça em decúbito dorsal, quando esse apoio favorecer o conforto cervical e a organização inicial do movimento.

Considerando o uso de acessórios no Pilates solo para esse grupo, é adequado o que se propõe em:

(A) I e IV, apenas.
(B) III, apenas.
(C) II e III, apenas.
(D) I, II e IV, apenas.
(E) I, II, III e IV.

Questão 24

(Correta: E)

Em um programa público de Pilates solo voltado majoritariamente a pessoas idosas, a coordenação solicita que as aulas fiquem "mais intensas", sem uso de aparelhos. O grupo já realiza ponte sobre os ombros (*Shoulder Bridge*), alongamento de uma perna adaptado (*Single Leg Stretch*), alongamento da coluna à frente (*Spine Stretch Forward*), sereia (*Mermaid*) e exercícios de equilíbrio em pé com apoio próximo. Há participantes com boa aptidão, outros com histórico de sedentarismo, receio de queda e fadiga precoce. Considerando progressão de intensidade no Pilates solo para idosos, assinale a alternativa que indica a conduta mais adequada:

(A) Acelerar a cadência entre exercícios para elevar a frequência cardíaca, mantendo a técnica geral e corrigindo compensações ao final da série.
(B) Inserir longas isometrias abdominais em flexão de tronco, pois o ganho de resistência do centro de força sustenta a autonomia funcional.
(C) Manter a sequência fixa e pedir maior contração abdominal, pois a intensidade no Pilates decorre da ativação consciente do *power house*.
(D) Aumentar o número de repetições e reduzir pausas, mantendo o mesmo repertório até que o grupo tolere maior volume sem interrupções.
(E) Progredir alavancas, base de apoio, tempo sob tensão e transições em pé, preservando respiração, alinhamento, controle e escala subjetiva de esforço.

Questão 25

(Correta: A)

Um(a) professor(a) da Pró-Família planeja levar participantes de sua oficina a uma mostra municipal relacionada às atividades desenvolvidas. Ele define objetivos, prepara o roteiro e organiza instrumentos de registro. A instituição anfitriã também o(a) convida a conceder entrevista falando oficialmente em nome da Secretaria Municipal, embora não tenha recebido designação para essa representação. Considerando as responsabilidades e atribuições do cargo de Professor, assinale a conduta correta:

(A) Prosseguir no planejamento e solicitar a autorização da atividade, mas somente representar oficialmente a Secretaria se houver designação para essa finalidade.
(B) Prosseguir no planejamento e delegar a autorização à entidade anfitriã, pois a realização fora da unidade transfere a responsabilidade pela atividade.
(C) Prosseguir no planejamento e aceitar a entrevista institucional, pois a organização de atividades externas inclui representar a Secretaria perante entidades parceiras.
(D) Suspender o planejamento até receber designação específica, pois qualquer contato externo em atividade pedagógica corresponde à representação institucional da Secretaria.
(E) Limitar-se ao acompanhamento dos(as) participantes, pois definir objetivos, roteiros e instrumentos de registro compete exclusivamente à coordenação pedagógica da unidade.

FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS

Questões	RESPOSTAS				
01	A	B	C	D	E
02	A	B	C	D	E
03	A	B	C	D	E
04	A	B	C	D	E
05	A	B	C	D	E
06	A	B	C	D	E
07	A	B	C	D	E
08	A	B	C	D	E
09	A	B	C	D	E
10	A	B	C	D	E
11	A	B	C	D	E
12	A	B	C	D	E
13	A	B	C	D	E
14	A	B	C	D	E
15	A	B	C	D	E
16	A	B	C	D	E
17	A	B	C	D	E
18	A	B	C	D	E
19	A	B	C	D	E
20	A	B	C	D	E
21	A	B	C	D	E
22	A	B	C	D	E
23	A	B	C	D	E
24	A	B	C	D	E
25	A	B	C	D	E

INFORMAÇÕES

O inteiro teor da prova e o gabarito preliminar serão divulgados até as **20h do dia 19 de outubro de 2026**, no endereço eletrônico http://concursos.furb.br/, na Área do Candidato.

O candidato que tiver qualquer discordância em relação às questões da Prova Objetiva ou ao gabarito preliminar divulgado poderá interpor recurso no período compreendido entre **00h00min01s do dia 20 de outubro de 2026 e 23h59min59s do dia 21 de outubro de 2026.**

18 de outubro de 2026