



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM SUCESSO DO SUL
Estado do Paraná



CONCURSO PÚBLICO 01/2024 - EDITAL 01.001/2024
DATA DA PROVA: 12/05/2024 - PERÍODO: MANHÃ



Caderno de Questões Objetivas

PEF

PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Seu nome completo



INSTRUÇÕES:

As páginas deste caderno estão numeradas e contêm 40 (quarenta) questões com 05 (cinco) alternativas (a,b,c,d,e) cada questão.

O candidato não poderá levar o Caderno de Provas de Múltipla Escolha, devendo ao final da prova devolver o mesmo ao fiscal de sala juntamente com a **FOLHA DE RESPOSTAS** (Gabarito).

O candidato poderá levar a folha de rascunho com as marcações da **FOLHA DE RESPOSTAS**, conforme especificado abaixo.

ATENÇÃO:

1. Verifique se as páginas deste caderno estão corretas.
2. Verifique na **FOLHA DE RESPOSTAS** se o seu nome, nº do documento e o cargo para o qual concorre estão corretos.
3. Observe as recomendações impressas na **FOLHA DE RESPOSTAS**.
4. Leia atentamente cada questão e assinale na **FOLHA DE RESPOSTAS** a opção que a responde corretamente.
5. Se você precisar de algum esclarecimento consulte o fiscal.
6. Você dispõe de 4 (quatro) horas para fazer a prova, inclusive o preenchimento da **FOLHA DE RESPOSTAS**. Faça-a com tranquilidade, mas **CONTROLE O TEMPO**.

Candidato(a), anote as suas respostas abaixo e destaque na linha pontilhada.

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

TEXTO PARA AS QUESTÕES DE 01 A 10.

Precisamos falar sobre a Madonna, a nova grande voz contra o etarismo

Madonna deixa claro para a gente parar de julgar as pessoas pela idade que elas têm. "Nós somos feitos de futuro", se Madonna é, nós também podemos ser.

Francisco Iglesias | 25/04/2024

“Poder. Inovação. Identidade. Madonna, 65 anos de talento, ativismo e importância na cena musical, misturou tudo isso e muito mais em uma carreira singular na música, moda, filmes, além disso, ultrapassou fronteiras e obliterou o *status quo*.”, publicou o New York Times durante as celebrações de seu 60º aniversário.

Durante décadas, Madonna esteve no centro de polêmicas por causa de suas canções de discurso empoderado, da defesa da liberdade sexual da mulher e dos LGBTQ+, assim como da liberdade de expressão, influenciando pessoas em todo o mundo. Não poderia ser diferente, nos dias de hoje, a rainha do pop tornar-se mais uma das grandes vozes contra o Etarismo.

“Envelhecer é pecado. Você será criticada, será vilipendiada e definitivamente não será tocada no rádio”, disse Madonna após ganhar o prêmio de Mulher do Ano da Billboard em 2016. “As pessoas dizem que eu sou tão polêmica, mas acho que a coisa mais **POLÊMICA**¹ que já fiz foi ficar por aí.”

Madonna nasceu no final da década de 50 do século passado, em 16 de agosto de 1958. Ela faz parte da geração que inventou o “jovem”, e ao mesmo tempo, sem saber, também o etarismo, conforme brilhantemente o multitarefa Nelson Motta escreveu em sua coluna de outubro de 2023 para “O Globo”.

“Penso que, assim como inventamos o ‘Jovem’ (e o etarismo), cabe a essa geração de sobreviventes tentar inventar o ‘Velho’, pelo rompimento com preconceitos conservadores, com limitações de cultura e comportamento, com a construção de velhos fortes e saudáveis, orgulhosos de sua experiência, trabalhando, produzindo, namorando, fazendo sexo, brigando, sofrendo e vivendo da melhor maneira até onde der.” (Nelson Motta, “De volta para o futuro”, 1968).

Em geral, uma celebridade não pode se dar ao luxo de ser tão contundente no que acredita, mas Madonna fala francamente, “é

sem dúvida um ícone. Mesmo com o passar do tempo e as reinvenções da indústria musical, a artista se mantém no topo da lista de referências quando o assunto é cultura pop.” (Camilla Millan, na revista “Rolling Stones”)

Como deve ser de conhecimento de todos, Madonna fará um show gratuito na praia de Copacabana, Rio de Janeiro, no próximo dia 4 de maio, em celebração aos 100 anos do patrocinador, Banco Itaú, aos seus 40 anos de carreira e ao encerramento do fim da turnê “The Celebration”.

Propaganda boa a gente tem que aplaudir, e o pontapé inicial para essa comemoração dos 100 anos do banco foi a peça publicitária, estrelada por Madonna e outros nomes, de dezembro de 2023. **NINGUÉM**² representa mais a ideia de reinvenção e longevidade na prática do que Madonna. “Ser feito de futuro é ter capacidade de perpassar os tempos e permanecer relevante, se reinventando. Esse movimento é um convite para que todos se inspirem e valorizem o tempo, a longevidade e o legado que cada um constrói em suas vidas”, diz em nota a superintendente de Marketing do Itaú, Thaiza Akemi.

O Itaú entregou à Madonna a criação de seu comercial, a primeira em que o banco permitiu que um artista criasse do zero a publicidade. A seguir algumas frases, em tradução livre, da propaganda:

“É um elogio quando me chamam de rainha do pop, mas a monarquia pertence ao passado, eu não. Eu não tenho idade, eu tenho todas as idades. Não é sobre quem eu sou, mas quantas eu sou. **CONTÉM**³ as minhas conquistas e não o número de anos que vivi nesse planeta.”

“Sempre estou me reinventando, assim posso continuar a ser quem eu sou. Continuo me reinventando para poder continuar sendo eu mesma. Acho que a coisa mais controversa que eu já fiz foi ter ficado por aqui. Já vi muitas estrelas surgirem e sumirem como estrelas cadentes, mas a minha vida nunca irá desaparecer.”

“Nem todos estão indo para o futuro, mas eu estou e continuarei indo, hoje, amanhã e nos próximos 100 anos.”

Nada se parece mais com Madonna do que essas frases, com isso Madonna deixa claro para a gente parar de julgar as pessoas pela idade que elas **TÊM**⁴. A idade não existe a não ser pelo preconceito.

“Nós somos feitos de futuro”. Se Madonna é assim, nós **TANBÉM**⁵ podemos ser.

(Fonte: <https://www.em.com.br/colunistas/juventude-reversa/2024/04/6844213-precisamos-falar-sobre-a-madonna-a-nova-grande-voz-contra-o-etarismo.html>. Acesso em: 27 abr. 2024. Adaptado.)

01) Qual é o principal objetivo do texto apresentado?

- a) Descrever o comportamento da cantora Madonna durante os shows da turnê “The Celebration”.
- b) Argumentar a favor da eleição da cantora Madonna como uma voz contra o preconceito de idade.
- c) Narrar episódios da vida da cantora Madonna que a levaram a ser considerada a rainha do pop.
- d) Sugerir que os leitores assistam ao show da cantora Madonna no Rio de Janeiro, em maio de 2024.
- e) Apresentar discursos de outras pessoas e instituições a respeito da cantora Madonna.

02) Os vocábulos “celebridade” e “celebrações” são formados por:

- a) Derivação prefixal.
- b) Derivação sufixal.
- c) Derivação parassintética.
- d) Composição por justaposição.
- e) Composição por aglutinação.

03) A palavra sublinhada em “Em geral, uma celebridade não pode se dar ao luxo de ser tão contundente no que acredita, mas Madonna fala francamente [...]” significa:

- a) Fraca.
- b) Indiferente.
- c) Respeitosa.
- d) Alheia.
- e) Incisiva.

04) Assinale a alternativa que apresenta uma análise correta sobre a construção sintática do período “É um elogio quando me chamam de rainha do pop, mas a monarquia pertence ao passado, eu não”:

- a) O período apresentado é composto por quatro orações, sendo uma principal, uma subordinada, uma coordenada sindética e uma coordenada assindética com verbo em elipse.
- b) O período apresentado é composto por três orações, sendo uma principal e três subordinadas a essa principal.
- c) O período apresentado é composto por quatro orações, sendo as duas primeiras

coordenadas assindéticas, e as duas últimas, coordenadas sindéticas.

- d) O período apresentado é composto por três orações, sendo todas elas coordenadas assindéticas.
- e) O período apresentado é composto por três orações, sendo uma principal, uma subordinada e uma coordenada sindética.

05) Qual é a função da vírgula entre colchetes no trecho “Propaganda boa a gente tem que aplaudir[,] e o pontapé inicial para essa comemoração dos 100 anos do banco foi a peça publicitária, estrelada por Madonna e outros nomes, de dezembro de 2023.”?

- a) Separar termos de mesma função sintática.
- b) Separar orações aditivas com sujeitos diferentes.
- c) Isolar adjuntos adverbiais de grande extensão intercalados.
- d) Isolar um aposto explicativo.
- e) Isolar um vocativo.

06) Como se classificam, quanto à transitividade, os verbos sublinhados no trecho abaixo, tendo em vista seu emprego no enunciado?

“O Itaú entregou à Madonna a criação de seu comercial, a primeira em que o banco permitiu que um artista criasse do zero a publicidade”.

- a) Verbo transitivo indireto e verbo transitivo direto.
- b) Verbo intransitivo e verbo copulativo.
- c) Verbo transitivo direto e verbo copulativo.
- d) Verbo transitivo direto e indireto e verbo transitivo direto.
- e) Verbo transitivo direto e indireto e verbo intransitivo.

07) A expressão nominal grifada no trecho “Propaganda boa a gente tem que aplaudir [...]” funciona como um pronome. Que tipo de pronome ela representa?

- a) Pessoal oblíquo.
- b) Pessoal reto.
- c) De tratamento.
- d) Possesivo.
- e) Demonstrativo.

08) Assinale a alternativa correta quanto ao emprego das aspas no texto apresentado:

- a) As aspas, simples e duplas, foram utilizadas no texto para identificar falas em discurso indireto livre.
- b) As aspas, simples e duplas, foram utilizadas para identificar títulos de obras, discursos diretos e termos.
- c) As aspas, simples e duplas, foram utilizadas exclusivamente para indicar títulos de periódicos e de livros.
- d) As aspas duplas utilizadas nas palavras “jovem” e “velho” não foram inseridas adequadamente.
- e) As aspas simples utilizadas em “jovem” e em “velho” deveriam ser substituídas por aspas duplas.

09) Qual das palavras escritas em letras maiúsculas no texto está grafada incorretamente, segundo a ortografia oficial da língua portuguesa?

- a) A primeira palavra.
- b) A segunda palavra.
- c) A terceira palavra.
- d) A quarta palavra.
- e) A quinta palavra.

10) Em qual dos trechos abaixo se pode verificar o emprego da figura de linguagem de caráter sintático denominada *hipérbato*?

- a) “Esse movimento é um convite para que todos se inspirem e valorizem o tempo [...]”.
- b) “[...] a primeira em que o banco permitiu que um artista criasse do zero a publicidade”.
- c) “Envelhecer é pecado”.
- d) “A idade não existe a não ser pelo preconceito”.
- e) “[...] Madonna fará um show gratuito na praia de Copacabana [...]”.

Questões de Matemática

11) Quanto vale $a - b$, considerando que $\frac{a}{b}$ é a fração irredutível que representa a solução da expressão numérica $\left(\frac{3}{2} \times \left(\frac{3}{5} + 2,5\right) - 1,2\right) \div \left(2 \times \frac{1}{2} - \frac{4}{5}\right) + \left(1,5 - \frac{2}{4}\right)$?

- a) 73.
- b) 18.
- c) 70.

- d) 69.
- e) 66.

12) Um pacote com meio quilo de café custa R\$ 10,00 em uma cafeteria. Qual seria o preço de 750g do mesmo café nessa cafeteria?

- a) R\$11,00.
- b) R\$12,00.
- c) R\$13,00.
- d) R\$14,00.
- e) R\$15,00.

13) Qual é o valor da soma das raízes da equação quadrática $2x^2 - bx + 3 = 0$, sabendo que b é a raiz da equação linear $2(3x + 12) - 4 = 2x$?

- a) $\frac{3}{2}$.
- b) 1.
- c) $\frac{5}{2}$.
- d) $-2\frac{1}{2}$.
- e) $\frac{25}{2}$.

14) Um aquário retangular tem dimensões de 2 metros de comprimento, 0,5 metro de largura e 0,8 metro de altura. Se a altura do aquário for aumentada em 40%, qual será o novo volume?

- a) 1,12 m³.
- b) 2,24 m³.
- c) 0,8 m³.
- d) 1 m³.
- e) 0,32 m³.

15) Numa progressão aritmética (PA) o primeiro termo é 2 e razão é 0,5, o número x é definido como a soma dos termos a_3 e a_7 . Considerando os múltiplos de x , qual é a probabilidade de sortear um desses múltiplos dentre os números naturais menores que 100?

- a) 12 em 99.
- b) 8 em 99.
- c) 3 em 25.
- d) 13 em 100.
- e) 11 em 100.

Questões de Conhecimentos Gerais

16) Considerado o maior parceiro comercial do Brasil na Ásia:

- a) China.
- b) Israel.
- c) Venezuela.
- d) Argentina.
- e) Rússia.

17) O Brasil ocupa a presidência temporária do G20 - grupo que reúne:

- a) Os países emergentes.
- b) As nações mais industrializadas do mundo.
- c) As maiores economias do mundo.
- d) As maiores economias do continente americano.
- e) Os países com maior reserva ambiental do planeta.

18) Segurança alimentar e nutricional é compreendida como:

- a) Modelo de agricultura orgânica.
- b) Produção agrícola sem veneno.
- c) Produção agroecológica.
- d) Garantia de duas refeições ao dia.
- e) Acesso regular, permanente e suficiente de alimentos de qualidade.

19) Quem foi o primeiro prefeito do Município de Bom Sucesso do Sul:

- a) Clovis Pedro Defaveri.
- b) Elson Munaretto.
- c) Gelson Domingos Cadore.
- d) Telmo Bolsoni.
- e) José de Alencar.

20) Quem idealizou o brasão oficial do Município de Bom Sucesso do Sul:

- a) Reynaldo Valascki.
- b) Marcos de Paula de Faria.
- c) José Frederico de Paula.
- d) Antônio Carlos Strakz.
- e) Pedro de Paula Andrade.

Questões de Conhecimento Específico

21) Considerando a evolução dos paradigmas da Educação Física no contexto brasileiro, analise o papel da "Pedagogia Crítica" emergindo na década de 1980. Esta abordagem teve como um dos

seus principais objetivos questionar e expandir as fronteiras do ensino de Educação Física, priorizando não apenas a formação técnica e física, mas também a conscientização sociopolítica dos alunos. Com base nesse contexto, qual das seguintes iniciativas seria mais alinhada ao paradigma da Pedagogia Crítica em um programa de Educação Física escolar?

- a) Enfatizar exclusivamente o treinamento de habilidades esportivas competitivas.
- b) Promover jogos e atividades que incluam alunos com diferentes habilidades e incentivar a inclusão e a diversidade.
- c) Implementar rotinas de treinamento físico intenso visando melhorar as capacidades físicas individuais.
- d) Limitar o currículo à prática de esportes tradicionais e consagrados, sem introduzir debates ou teorias críticas.
- e) Incentivar a participação em eventos esportivos inter-escolares como principal objetivo do programa.

22) No contexto do planejamento de programas de Educação Física, considere essencial a adaptação de atividades que atendam especificamente às necessidades de diferentes grupos populacionais. Dada a diversidade de necessidades entre crianças, gestantes, adolescentes, adultos, idosos, pessoas com deficiência, e crianças com sobrepeso e obesidade, qual das seguintes abordagens é a mais adequada para garantir um planejamento inclusivo e efetivo de atividades físicas?

- a) Utilizar uma abordagem única de treinamento que favoreça a maior parte da população, simplificando a gestão do programa.
- b) Focar exclusivamente em atividades recreativas, evitando qualquer forma de diferenciação que possa criar estigmas.
- c) Priorizar atividades de alta intensidade para maximizar benefícios físicos em todos os grupos, independentemente de suas condições específicas.
- d) Desenvolver programas específicos para cada grupo, com metas e atividades diferenciadas, baseados em avaliações físicas periódicas.
- e) Implementar programas que alternem entre atividades de baixa e alta intensidade, sem consideração específica para condições individuais.

23) Ao planejar programas de Educação Física para crianças, é fundamental considerar o desenvolvimento motor e cognitivo adequado à idade. Com base nas diretrizes de desenvolvimento infantil, qual das seguintes práticas é mais recomendada para otimizar o desenvolvimento motor, cognitivo e social de crianças entre 6 e 10 anos?

- a) Enfatizar a prática exclusiva de esportes competitivos para desenvolver habilidades específicas desde cedo.
- b) Priorizar atividades aeróbicas de longa duração para aumentar a resistência cardiovascular desde a infância.
- c) Incorporar uma variedade de atividades lúdicas que envolvam tanto habilidades motoras básicas como complexas.
- d) Focar principalmente em atividades de força para aumentar a massa muscular e a densidade óssea precoce.
- e) Limitar as atividades físicas a jogos eletrônicos interativos que promovam exercício físico em ambientes internos.

24) A prescrição de exercícios para idosos em Academias da Terceira Idade (ATI) exige uma compreensão cuidadosa das limitações e necessidades específicas dessa faixa etária. Exercícios adequados podem melhorar significativamente a qualidade de vida, mobilidade, e saúde mental dos idosos. Considerando esses aspectos, a escolha de exercícios e a frequência das sessões são cruciais para maximizar os benefícios e minimizar riscos. Preencha corretamente as lacunas a seguir.

Na prescrição de atividades físicas em ATIs, é importante escolher exercícios que promovam _____ (1) e ajustar a _____ (2) das sessões para atender às capacidades e limitações dos idosos.

- a) (1) flexibilidade; (2) intensidade.
- b) (1) força muscular; (2) duração.
- c) (1) coordenação; (2) frequência.
- d) (1) equilíbrio; (2) localização.
- e) (1) resistência; (2) complexidade.

25) Considerando os princípios fundamentais das práticas de ginástica para adultos e idosos, a atenção a certos aspectos é essencial para garantir a eficácia e a segurança dos exercícios. Qual das seguintes opções melhor representa uma prática recomendada ao desenvolver

programas de ginástica para essa faixa etária?

- a) Priorizar exercícios de alta intensidade para maximizar a perda calórica e aumentar a capacidade cardiovascular rapidamente.
- b) Incorporar predominantemente exercícios de flexibilidade, considerando que a prioridade para esse grupo é melhorar a amplitude de movimento.
- c) Utilizar uma abordagem holística que combine força, flexibilidade, e exercícios aeróbicos, ajustando a intensidade de acordo com a capacidade individual.
- d) Focar exclusivamente em exercícios de equilíbrio e coordenação para prevenir quedas, negligenciando outros aspectos do condicionamento físico.
- e) Limitar as sessões a atividades de baixa intensidade, como caminhadas leves e alongamentos suaves, para evitar qualquer risco de lesão.

26) Ao planejar sessões de caminhada para adultos e idosos, vários princípios devem ser considerados para maximizar os benefícios e minimizar riscos associados à atividade. Qual das seguintes estratégias é mais apropriada para garantir que o programa de caminhada seja benéfico e seguro para esta população?

- a) Incentivar caminhadas em terrenos irregulares para aumentar a intensidade do exercício e promover o desenvolvimento muscular.
- b) Promover a prática de caminhada sem acompanhamento ou avaliação prévia da capacidade física dos participantes.
- c) Focar exclusivamente em caminhadas de longa distância para melhorar a resistência cardiovascular, independentemente do nível de aptidão inicial.
- d) Limitar as caminhadas a ambientes internos para evitar a exposição a variações climáticas que podem ser prejudiciais à saúde.
- e) Realizar caminhadas em grupos, em locais seguros e com superfícies regulares, e monitorar a intensidade através da frequência cardíaca.

27) A capoeira combina elementos de dança, música e acrobacias, além de oferecer benefícios múltiplos para adolescentes, incluindo melhora da coordenação motora, resistência física, e consciência cultural. Ao planejar sessões de capoeira para adolescentes, qual das

seguintes abordagens é mais apropriada para promover um desenvolvimento integral?

- a) Integrar a prática da capoeira com discussões sobre sua história e significado cultural, além de treinar movimentos fundamentais.
- b) Enfatizar a competição entre os alunos para estimular o progresso e o desenvolvimento de habilidades técnicas.
- c) Focar principalmente no desenvolvimento de habilidades acrobáticas avançadas para impressionar e motivar os alunos.
- d) Limitar as aulas à prática dos movimentos básicos da capoeira para garantir que todos os alunos possam acompanhar sem dificuldades.
- e) Incentivar os adolescentes a aprenderem e a liderarem as músicas tradicionais da capoeira, minimizando a prática dos movimentos físicos.

28) Relacione as técnicas de avaliação na coluna A com seus respectivos propósitos ou características na coluna B, de acordo com as práticas recomendadas em Medidas e Avaliação em Educação Física.

Coluna A:

- 1 - Teste de Cooper.**
- 2 - Bioimpedância.**
- 3 - Avaliação qualitativa do movimento.**
- 4 - Teste de flexibilidade (teste de sentar e alcançar).**
- 5 - Avaliação de habilidades motoras básicas.**

Coluna B:

- () Avalia a composição corporal estimando a porcentagem de gordura corporal.
- () Mede a capacidade aeróbica estimando o VO2 máx.
- () Utiliza critérios para julgar a execução técnica e a eficiência do movimento.
- () Avalia a capacidade de estender as pernas e alcançar com as mãos o mais distante possível.
- () Testa habilidades como corrida, salto e arremesso em um contexto educacional.

A sequência correta é:

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

29) Considerando a teoria do desenvolvimento motor e sua aplicação prática em programas de Educação Física, é crucial entender como diferentes fases de desenvolvimento influenciam a prescrição de atividades físicas. Qual das seguintes abordagens é mais apropriada para aplicar os princípios do desenvolvimento motor ao planejar programas de Educação Física para crianças de diferentes faixas etárias?

- a) Aplicar o mesmo conjunto de atividades para todas as faixas etárias, ajustando apenas a dificuldade dos exercícios.
- b) Priorizar atividades que desenvolvam habilidades motoras fundamentais em crianças mais novas e habilidades motoras especializadas em adolescentes.
- c) Focar exclusivamente no desenvolvimento de habilidades esportivas específicas desde a infância para promover a especialização precoce.
- d) Incorporar apenas atividades de alta intensidade para todas as faixas etárias para acelerar o desenvolvimento das capacidades motoras.
- e) Limitar o programa a atividades não estruturadas que promovam exclusivamente o jogo e a interação social.

30) Considerando a importância do lazer e da recreação na promoção da saúde e do bem-estar social, que estratégia deve ser priorizada por um professor de Educação Física ao planejar atividades recreativas em um contexto comunitário, visando maximizar a participação inclusiva e o engajamento comunitário?

- a) Desenvolver programas que alternem atividades culturais e esportivas, promovendo a diversidade de interesses.
- b) Organizar atividades competitivas de alto nível para estimular a excelência esportiva e atrair patrocínios.
- c) Focar exclusivamente em atividades recreativas ao ar livre, independente das condições climáticas ou das preferências dos participantes.
- d) Implementar atividades que exijam equipamentos especializados e habilidades

técnicas avançadas, promovendo o desafio pessoal.

e) Realizar eventos apenas em locais fechados para controlar o ambiente e garantir a segurança dos participantes.

31) No contexto da organização de eventos esportivos e recreativos, a integração de diferentes aspectos é crucial para o sucesso do evento. Considerando a diversidade de públicos e a necessidade de um planejamento inclusivo, qual das seguintes estratégias é essencial para maximizar a participação e a satisfação dos participantes em um evento esportivo comunitário?

a) Priorizar a obtenção de patrocínios de alto valor para aumentar o orçamento do evento, mesmo que isso possa limitar a participação de pequenas empresas locais como patrocinadores.

b) Implementar estratégias de marketing digital avançadas para atrair participantes jovens, focando exclusivamente nesse segmento demográfico.

c) Desenvolver um programa de eventos que inclua atividades variadas, acessíveis para pessoas de todas as idades e habilidades.

d) Focar exclusivamente em competições de alto nível para atrair atletas de elite e ganhar reconhecimento internacional.

e) Restringir o evento a atividades indoor para evitar problemas relacionados ao clima e simplificar a logística.

32) Analise as seguintes afirmações relacionadas à fisiologia do esforço e indique se são verdadeiras (V) ou falsas (F).

() Durante exercícios de alta intensidade, o glicogênio é a principal fonte de energia, substituindo quase completamente a oxidação de ácidos graxos.

() O limiar anaeróbico é o ponto durante o exercício em que o lactato começa a se acumular no sangue, indicando uma transição para a predominância do metabolismo aeróbico.

() A hiperventilação induzida pelo exercício resulta principalmente da diminuição do dióxido de carbono arterial, o que estimula quimiorreceptores a aumentar a frequência respiratória.

() A termorregulação durante o exercício em ambientes quentes depende

mais do aumento da circulação sanguínea na pele do que da evaporação do suor.

() O treinamento de resistência induz um aumento no tamanho e número de mitocôndrias nos músculos esqueléticos, melhorando a eficiência energética.

A sequência correta é de cima para baixo:

a) V - F - V - F - V.

b) F - V - F - V - F.

c) F - V - V - F - F.

d) V - F - F - F - V.

e) V - F - F - V - V.

33) Estudos recentes têm destacado o impacto positivo da atividade física regular sobre várias condições crônicas. Considerando a relação entre atividade física e doenças crônicas, qual das seguintes afirmações melhor descreve o efeito da atividade física regular na prevenção e manejo de diabetes tipo 2?

a) A atividade física regular aumenta a dependência de medicações hipoglicemiantes ao estabilizar os níveis de glicose no sangue.

b) Exercícios intensos e esporádicos são recomendados para prevenir diabetes tipo 2, pois elevam a sensibilidade à insulina imediatamente após o exercício.

c) A atividade física regular pode reduzir a resistência à insulina e melhorar o controle glicêmico, contribuindo para a prevenção e manejo de diabetes tipo 2.

d) Praticar atividade física regularmente aumenta o risco de desenvolver diabetes tipo 2 devido ao aumento do apetite e do consumo de calorias.

e) A atividade física tem pouco ou nenhum efeito sobre a função pancreática e, por conseguinte, na regulação dos níveis de insulina.

34) No contexto de reabilitação física, especialmente após lesões ortopédicas graves, qual das seguintes abordagens de atividade física é mais recomendada para facilitar a recuperação funcional e a redução do risco de uma nova lesão?

a) Introdução imediata de exercícios de alta intensidade para estimular rápida recuperação muscular.

b) Implementação de um programa progressivo que combina mobilidade, fortalecimento e exercícios aeróbicos.

c) Uso de exercícios passivos exclusivamente, para evitar qualquer estresse adicional nas áreas afetadas.

d) Concentração em atividades aeróbicas de longa duração para melhorar a resistência cardiovascular sem foco na força muscular.

e) Aplicação de técnicas de imobilização prolongada para garantir a cura antes de qualquer tentativa de reabilitação física.

35) Considerando a eficácia da atividade física na prevenção de doenças não transmissíveis, qual das seguintes abordagens de atividade física é mais eficaz na prevenção simultânea de diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e obesidade?

a) Realizar treinamento de força intenso três vezes por semana para melhorar a massa muscular e o metabolismo.

b) Engajar-se em atividades físicas moderadas, como caminhada rápida ou ciclismo, por pelo menos 150 minutos por semana.

c) Praticar sessões curtas de exercícios de alta intensidade intermitente (HIIT) cinco dias por semana.

d) Concentrar-se exclusivamente em exercícios de flexibilidade e equilíbrio, como yoga e tai chi.

e) Adotar uma rotina de atividades esportivas competitivas para aumentar o gasto calórico e a motivação.

36) A prática regular de atividade física é amplamente reconhecida por seus benefícios abrangentes para a saúde física e mental. Estudos demonstram que a atividade física não apenas melhora o bem-estar físico, mas também contribui significativamente para a saúde mental e a percepção de qualidade de vida. Nesse sentido, preencha corretamente as lacunas a seguir.

A atividade física regular contribui para a melhoria da _____ (1) e para a redução do risco de _____ (2):

a) (1) saúde cardiovascular; (2) doenças crônicas.

b) (1) capacidade respiratória; (2) infecções respiratórias.

c) (1) função cognitiva; (2) doenças neurodegenerativas.

d) (1) flexibilidade articular; (2) lesões esportivas.

e) (1) densidade óssea; (2) fraturas ósseas.

37) A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) estabelece competências específicas para a área de Linguagens, que englobam não apenas o aprendizado da língua portuguesa, mas também artes, educação física e línguas estrangeiras. Considerando a integração da Educação Física no contexto da BNCC, qual das seguintes competências é mais alinhada aos objetivos de ensino desta área para o Ensino Fundamental?

a) Promover o uso eficiente e crítico de diferentes tecnologias digitais de informação e comunicação.

b) Desenvolver a capacidade de análise e interpretação de diferentes tipos de textos, incluindo digitais.

c) Favorecer a compreensão, o uso e a criação de mídias físicas e digitais em práticas corporais.

d) Incentivar a expressão e comunicação através de múltiplas linguagens, incluindo a verbal e a corporal.

e) Estimular o desenvolvimento do pensamento científico e crítico através do estudo de linguagens.

38) Com base nos fundamentos legais da educação especial/inclusiva e o papel do professor de Educação Física, qual das seguintes ações é mais alinhada ao atendimento dos requisitos legais e pedagógicos para a inclusão de estudantes com deficiência física nas aulas de Educação Física?

a) Utilizar os mesmos critérios de avaliação para estudantes com deficiência que para os demais alunos, garantindo igualdade de tratamento.

b) Designar atividades físicas alternativas para estudantes com deficiência, separando-os dos demais durante as aulas.

c) Adaptar o ambiente, os equipamentos e as atividades para garantir a participação efetiva de todos os alunos nas aulas.

d) Excluir alunos com deficiências severas das aulas regulares de Educação Física para evitar riscos de lesões.

e) Solicitar que assistentes pedagógicos conduzam as atividades de Educação Física para alunos com deficiência, enquanto o professor foca nos demais alunos.

39) No contexto do desenvolvimento do Projeto Político-Pedagógico (PPP) de uma escola, considerando sua concepção, princípios e eixos norteadores, qual dos seguintes elementos é essencial para garantir a eficácia e a relevância do PPP na prática educativa, especialmente em relação ao papel da Educação Física?

- a) Enfatizar exclusivamente os resultados acadêmicos nos indicadores de sucesso do PPP.
- b) Desenvolver um PPP que priorize somente as necessidades administrativas e de infraestrutura da escola.
- c) Limitar a participação no desenvolvimento do PPP aos gestores escolares, excluindo professores, alunos e pais.
- d) Focar a elaboração do PPP unicamente nos aspectos legais e regulatórios sem considerar as especificidades curriculares.
- e) Integrar a comunidade escolar no processo de elaboração do PPP, promovendo a participação de todos os envolvidos.

40) Avalie as seguintes afirmativas relacionadas à garantia do direito à educação de qualidade na perspectiva inclusiva para a Educação Especial, focando em pessoas com deficiência, com Transtornos Globais do Desenvolvimento (TGD), incluindo Transtornos do Espectro Autista (TEA), e altas habilidades/superdotação.

I - A legislação brasileira exige que todas as escolas, públicas e privadas, estejam equipadas com recursos e suportes adequados para a inclusão de alunos com qualquer tipo de necessidade especial.

II - A inclusão de alunos com altas habilidades/superdotação frequentemente requer aceleração de série ou enriquecimento curricular como estratégias de adaptação pedagógica.

III - O ensino de Educação Física para alunos com deficiência deve ser realizado exclusivamente em salas ou espaços separados, para garantir a segurança e a eficácia do ensino.

IV - Professores devem receber formação continuada específica para trabalhar com alunos com TGD, incluindo aqueles com TEA, para garantir uma educação inclusiva eficaz.

V - Práticas pedagógicas inclusivas para alunos com TEA devem evitar o uso de

estímulos visuais e tecnologias assistivas, pois podem causar sobrecarga sensorial.

Estão corretas as afirmativas:

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