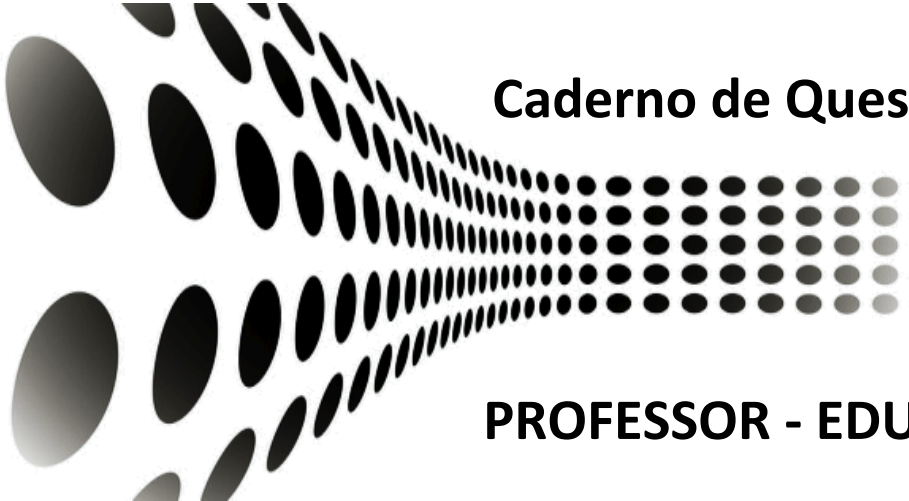




PREFEITURA MUNICIPAL DE IPIRANGA
Estado do Paraná



CONCURSO PÚBLICO 01/2024 - EDITAL 01.001/2024
DATA DA PROVA: 09/06/2024 - PERÍODO: MANHÃ

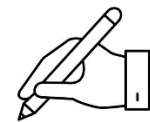


Caderno de Questões Objetivas

PEF

PROFESSOR - 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 3 (três) 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

Questões de Língua Portuguesa

Elucubrações sobre o cheiro

Vladimir Souza Carvalho | Membro das
Academias Sergipana e Itabaianense de
Letras | 18/05/2024

Cheiro era sinônimo de perfume. Uma pessoa circulava entre os padrinhos e parentes dos noivos com um frasco na mão a oferecê-lo. Quem quer cheiro? Era assim, como se fosse a oferta de um copo de água. Todos vinham de algum povoado, fazendo rancho em imóvel voltado para o oitão lá de casa. Eu, menino, e, ademais, curioso, via, da calçada, a fatura de pessoas a futricar minha atenção. E lá ficava a encher os olhos com sala e corredor povoados, todos arrumados, não me lembrando se os homens trajavam ternos ou só camisa de manga comprida. Noivo, de terno, noiva, de vestido branco, tenho certeza. Depois, enfileirados, devidamente encharcados de cheiro, e, então, cheirosos, os noivos à frente, sem a montaria, na perna, então, rumavam para a Igreja, ou para o cartório do registro civil, em prédios vizinhos, para sacramentar o casamento.

Os que não tinham casa para se arrancar, usavam o cavalo, a caravana impoluta do povoado até a cidade, em ritmo lento, a noiva mal acomodada na montaria, o cuidado para não sujar o vestido, a alegria do casamento compensava o sacrifício da viagem, o cartório ou a Igreja a aguardá-los, o vestido branco denunciando se cuidar de casamento, dispensando qualquer estandarte a anunciá-lo. Do que me lembro, no meio da semana, retornando a caravana depois, onde, acredito, a festa ocorria fartamente, mesclada de bebida e de salgadinhos, o casamento se tornando motivo para uma comemoração, por mais pobres que fossem os noivos ou os pais, se fazia obrigatória, a despeito de qualquer norma. E o cheiro, onde aparece cheiro? É exigir demais, já que nunca fiz parte da caravana nem participei da festa. Acho que era na vinda para a cidade.

Cheiro também carrega o significado de beijo, e como tal desponta, não de namorados, que é beijo de boca com boca, com saliva e tudo, beijador e beijado num caloroso abraço, eletricidade passando por todo o corpo, nada carregando de cheiro, que é sinônimo de carinho, fraternalmente dado nas papadas e/ou na testa, a boca sempre fazendo um bico em harmonia com o nariz, porque foi assim que cheiro muito recebi quando era menino, e,

hoje, apenas um fato que ficou lá trás, onde a memória não consegue ressuscitar as gentis senhoras que me cheiravam. Fossem vivas, diante da paisagem que a idade me reveste, por certo, não se atreveriam a tanto.

CARVALHO, Vladimir Souza. Elucubrações sobre o cheiro. *Diário de Pernambuco*, 18 de maio de 2024.

Disponível em:

<https://www.diariodepernambuco.com.br/noticia/opiniaio/2024/05/elucubracoessobreocheiro.html>. Acesso em:

23 mai. 2024.

01) Nesse texto, o cheiro de que trata o cronista é sinônimo de:

- a) Beijo de noivos.
- b) Casamento.
- c) Beijo de namorados.
- d) Beijo fraternal.
- e) Beijo no nariz.

02) Qual é o sujeito do verbo destacado em “[...] porque foi assim que cheiro muito recebi quando era menino” (3º parágrafo)?

- a) Cheiro muito.
- b) Menino.
- c) Assim.
- d) Eu (oculto).
- e) Muito.

03) Observando-se seu contexto de uso, pode-se afirmar que o vocábulo grifado em “Os que não tinham casa para se arrancar, usavam o cavalo” (2º parágrafo) é uma ocorrência de:

- a) Um substantivo.
- b) Um artigo definido.
- c) Um pronome demonstrativo.
- d) Um adjetivo.
- e) Um pronome oblíquo.

04) No trecho “[...] a caravana impoluta do povoado até a cidade [...]” (2º parágrafo), a palavra “impoluta” significa:

- a) “ilibada”.
- b) “impura”.
- c) “profanada”.
- d) “inteira”.
- e) “homogênea”.

05) Qual é o sentido veiculado pela expressão sublinhada no excerto abaixo?

“Do que me lembro, no meio da semana, retornando a caravana depois, onde, acredito, a festa ocorria fartamente,

mesclada de bebida e de salgadinhos, o casamento se tornando motivo para uma comemoração, por mais pobres que fossem os noivos ou os pais, se fazia obrigatória, a despeito de qualquer norma.” (2º parágrafo)

- a) Condição.
- b) Comparação.
- c) Causa.
- d) Consequência.
- e) Concessão.

Questões de Matemática

06) Em uma pesquisa de mercado, três produtos (A, B e C) são vendidos em um supermercado. No mês de agosto, as vendas dos produtos estavam na proporção de 2:3:5, respectivamente. No mês seguinte, as vendas dos produtos A e B aumentaram em 25% e 40%, respectivamente, enquanto as vendas do produto C diminuíram em 20%. Se as vendas totais no mês de agosto foram 10.000 unidades, quantas unidades foram vendidas do produto A no mês de setembro?

- a) 1.200.
- b) 1.500.
- c) 2.000.
- d) 2.500.
- e) 3.000.

07) Maria investiu R\$ 5.000,00 em duas aplicações diferentes. A primeira aplicação oferece uma taxa de juros simples de 3% ao mês, e a segunda aplicação oferece uma taxa de juros simples de 5% ao mês. Maria colocou uma parte do dinheiro na primeira aplicação e o restante na segunda. Após 1 semestre, ela recebeu um total de R\$ 1.080,00 em juros das duas aplicações combinadas. Quanto Maria investiu na segunda aplicação?

- a) R\$ 1.500,00.
- b) R\$ 2.000,00.
- c) R\$ 2.500,00.
- d) R\$ 3.000,00.
- e) R\$ 4.000,00.

08) Considere a equação de segundo grau $ax^2 + bx + c = 0$. Se as raízes dessa equação são $x_1 = 2$ e $x_2 = -3$, qual é o valor de $a + b - c$?

- a) -1.

- b) 8.
- c) 6.
- d) -8.
- e) 4.

09) Dada a função de primeiro grau $f(x) = ax + b$. Sabendo que a função passa pelos pontos (2, 5) e (4, 9), qual é o valor de $-5 + a^2$?

- a) 2.
- b) 4.
- c) -1.
- d) 0.
- e) 1.

10) Uma sequência de quadrados é construída dentro de um quadrado inicial de área 64 cm². Cada novo quadrado é inscrito dentro do anterior de forma que os lados sejam paralelos aos do quadrado anterior. Além disso, cada novo quadrado tem sua área igual a $\frac{1}{4}$ da área do quadrado imediatamente externo a ele. Se esse processo continuar por mais duas etapas, ou seja, se forem construídos três quadrados no total, qual será a soma das áreas de todos os quadrados?

- a) 76 cm².
- b) 80 cm².
- c) 84 cm².
- d) 88 cm².
- e) 92 cm².

Questões de Conhecimentos Gerais

11) Em 2023, o Brasil ocupou a posição de maior exportador global de carne bovina. Assim sendo, o país que mais tem importado carne bovina brasileira:

- a) China.
- b) Uruguai.
- c) África do Sul.
- d) México.
- e) Coreia do Norte.

12) No segundo trimestre de 2024, o bilionário norte-americano Elon Musk se envolveu em um embate envolvendo diretamente um dos ministros do supremo tribunal federal:

- a) Dias Toffoli,
- b) Carmem Lúcia.
- c) Alexandre de Moraes.
- d) Gilmar Mendes.

e) Luiz Fux.

13) Estado brasileiro considerado como o maior produtor de café arábica do Brasil:

- a) Roraima.
- b) Minas Gerais.
- c) Espírito Santo.
- d) Pará.
- e) Rio Grande do Sul.

14) O artista mineiro Antônio Francisco Lisboa (Aleijadinho), ficou conhecido pela beleza de suas obras – esculturas em pedra sabão, sendo que a maior parte do seu acervo está na cidade histórica de:

- a) Ouro Preto.
- b) Paraty.
- c) Salvador.
- d) Porto Seguro.
- e) Diamantina.

15) Segundo o site oficial do IBGE, o município de Ipiranga foi elevado à categoria de vila e município na data de:

- a) 07/12/1984.
- b) 08/10/1980.
- c) 08/10/1890.
- d) 07/12/1894.
- e) 10/10/1890.

Questões de Informática

16) Como é chamada a assistente virtual inteligente do sistema operacional Windows 10 que faz buscas diversas (arquivos, e-mails, buscas na internet etc.) bem como envia alertas e notificações automáticas, respondendo, em alguns casos, o que foi perguntado através de áudio?

- a) Siri.
- b) Cortana.
- c) Safari.
- d) Hello.
- e) Snap.

17) Analise as alternativas abaixo e assinale a que corresponda ao nome do programa nativo do Windows 10 utilizado para gerenciar (criar, apagar, renomear etc.) arquivos e pastas locais e da rede:

- a) Central de Ações.
- b) Pesquisa Dinâmica.

- c) Shake.
- d) Task View.
- e) Explorador de Arquivos.

18) Para mostrar o código-fonte HTML não editável da página atual, no navegador Google Chrome, qual atalho pode ser utilizado pelo usuário?

- a) Home.
- b) F11.
- c) Shift + Espaço.
- d) Ctrl + U.
- e) Ctrl + Shift + Return.

19) Analise as funções do MS-Excel 2016 apresentadas abaixo e responda:

I - Função TIPO.

II - Função N.

III - Função ÉTEXTO.

IV - Função INFORMAÇÃO.

V - Função CÉL.

Das opções acima, qual é responsável por retornar um valor convertido em um número?

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

20) Analise a imagem:



Em qual guia do MS-Word 2016 é possível localizar o ícone acima?

- a) Exibir.
- b) Layout.
- c) Inserir.
- d) Página Inicial.
- e) Ajuda.

Questões de Conhecimento Específico

21) A Educação Física é uma disciplina multifacetada que abrange o desenvolvimento físico, mental, social e emocional dos alunos. Os fundamentos da Educação Física envolvem teorias

pedagógicas, métodos de ensino, aspectos biológicos e psicológicos do movimento humano, e a promoção da saúde e do bem-estar. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem pedagógica fundamentada que promove o desenvolvimento integral dos alunos na Educação Física?

- a) Focar exclusivamente no condicionamento físico e no desempenho atlético, utilizando treinamentos intensivos e competitivos para todos os alunos, independentemente de suas habilidades individuais.
- b) Implementar atividades físicas que integrem conhecimentos teóricos sobre anatomia e fisiologia, com a prática de exercícios adaptados às capacidades individuais dos alunos, promovendo a conscientização corporal e a saúde geral.
- c) Priorizar apenas atividades recreativas, sem abordar aspectos técnicos e teóricos, para garantir que todos os alunos participem e se divirtam durante as aulas de Educação Física.
- d) Avaliar os alunos exclusivamente com base em testes padronizados de desempenho físico, para garantir a uniformidade dos resultados e a comparação entre os alunos.
- e) Manter um currículo fixo e imutável de atividades físicas, para garantir a estabilidade das práticas pedagógicas ao longo dos anos, independentemente das mudanças sociais ou das necessidades dos alunos.

22) O planejamento, prescrição e orientação de programas de Educação Física devem ser adaptados às necessidades específicas de diferentes grupos populacionais, como crianças, gestantes, adolescentes, adultos, idosos, pessoas com deficiência, e crianças com sobrepeso e obesidade. Considerando as necessidades específicas de diferentes grupos populacionais, qual das seguintes alternativas melhor exemplifica um planejamento eficaz de programas de Educação Física?

- a) Prescrever o mesmo tipo de atividade física intensa para todos os grupos, garantindo que todos alcancem os mesmos padrões de aptidão física.
- b) Desenvolver programas de exercícios que priorizem exclusivamente o condicionamento cardiovascular para todos os grupos, independentemente de suas condições físicas e necessidades específicas.

c) Planejar programas de Educação Física que integrem atividades diversificadas, adaptadas às capacidades individuais e necessidades específicas de cada grupo, promovendo saúde, inclusão e desenvolvimento integral.

d) Focar exclusivamente em atividades recreativas e lúdicas para todos os grupos, desconsiderando a necessidade de desenvolver habilidades motoras específicas e o condicionamento físico.

e) Utilizar testes padronizados de desempenho físico como única base para prescrição de exercícios para todos os grupos, sem levar em conta as diferenças individuais e contextuais.

23) A prática de yoga tem sido amplamente reconhecida por seus benefícios físicos, mentais e emocionais, especialmente para adultos e idosos. Professores de Educação Física que desejam incorporar o yoga em seus programas devem compreender os princípios fundamentais dessa prática para garantir que ela seja segura, eficaz e adaptada às necessidades específicas dessas faixas etárias. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica a aplicação correta dos princípios das práticas de yoga para adultos e idosos, promovendo segurança e eficácia?

a) Focar exclusivamente em posturas avançadas e desafiadoras, independentemente do nível de experiência e condição física dos praticantes, para maximizar os benefícios físicos.

b) Incentivar a realização de posturas sem consideração pelas limitações individuais, promovendo a superação dos limites físicos a qualquer custo.

c) Prescrever uma sequência fixa e imutável de posturas para todos os praticantes, garantindo que todos sigam o mesmo ritmo e intensidade durante as sessões de yoga.

d) Evitar a prática de qualquer postura que envolva alongamento intenso ou equilíbrio, para prevenir qualquer risco de lesão entre os praticantes idosos.

e) Adaptar as posturas de yoga para serem realizadas de forma segura, utilizando suportes e modificações conforme necessário, e enfatizar a respiração consciente e a meditação para promover bem-estar físico e mental.

24) O desenvolvimento motor é um processo contínuo que abrange mudanças progressivas nas habilidades motoras ao longo da vida. Relacione os conceitos do desenvolvimento motor (Coluna A) com suas respectivas características ou exemplos de aplicação em programas de Educação Física (Coluna B):

Coluna A - Conceitos:

- 1 - Período Fundamental.**
- 2 - Período Especializado.**
- 3 - Habilidades Motoras Básicas.**
- 4 - Habilidades Motoras Específicas.**

Coluna B - Características ou Exemplos de Aplicação:

() Fase em que os alunos refinam e combinam habilidades motoras em atividades específicas, como esportes organizados.

() Movimentos fundamentais como correr, saltar e lançar, que servem de base para habilidades mais complexas.

() Introdução de atividades motoras que exigem controle e precisão, como arremesso de dardos ou ginástica.

() Fase inicial onde as crianças aprendem e desenvolvem movimentos básicos que são essenciais para a competência motora futura.

A sequência correta de cima para baixo é:

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

25) A Academia da Terceira Idade (ATI) oferece programas de exercícios físicos voltados para idosos, com o objetivo de promover a saúde, a mobilidade, a força muscular e a qualidade de vida. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem adequada para o planejamento, prescrição e orientação de programas de exercícios em uma Academia da Terceira Idade (ATI)?

a) Prescrever exercícios de alta intensidade, semelhantes aos praticados por adultos jovens, para maximizar os ganhos de força e resistência dos idosos.

b) Focar exclusivamente em exercícios de alongamento para prevenir lesões, evitando qualquer atividade que envolva resistência ou carga.

c) Priorizar atividades recreativas leves, como caminhadas curtas, e evitar qualquer tipo de exercício estruturado para garantir a segurança dos idosos.

d) Desenvolver um programa de exercícios diversificados que inclua atividades de resistência muscular, alongamento, equilíbrio e exercícios aeróbicos de baixo impacto, adaptados às capacidades individuais dos idosos.

e) Implementar um programa padronizado para todos os idosos, independentemente de suas condições de saúde, para facilitar a gestão das atividades na ATI.

26) As práticas de lutas e capoeira oferecem diversos benefícios para adolescentes, incluindo o desenvolvimento físico, a disciplina, a autoconfiança e o respeito mútuo. No entanto, essas atividades devem ser conduzidas de forma segura e pedagógica, respeitando os princípios básicos que garantem a inclusão, a segurança e a aprendizagem efetiva. Considerando os princípios pedagógicos das práticas de lutas e capoeira, qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem pedagógica adequada para adolescentes?

a) Incentivar a competição intensa e a vitória a qualquer custo, para desenvolver a resiliência e a determinação dos adolescentes.

b) Focar exclusivamente na técnica e na execução perfeita dos movimentos, desconsiderando os aspectos culturais e históricos das lutas e da capoeira.

c) Promover um ambiente de aprendizado cooperativo, onde os adolescentes são incentivados a respeitar os colegas, entender o valor cultural das práticas e desenvolver habilidades técnicas e físicas de forma segura.

d) Evitar qualquer forma de contato físico nas aulas de lutas e capoeira, para minimizar o risco de lesões, focando apenas em exercícios individuais.

e) Implementar um programa padronizado sem adaptações, para garantir que todos os adolescentes pratiquem as mesmas atividades no mesmo nível de intensidade.

27) A avaliação em Educação Física é um processo complexo que deve considerar diversos aspectos do

desenvolvimento dos alunos, incluindo habilidades motoras, conhecimentos teóricos, atitudes e comportamentos. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem eficaz e abrangente para a avaliação em Educação Física?

- a) Utilizar exclusivamente testes padronizados de desempenho físico para avaliar todos os alunos, garantindo a uniformidade dos resultados.
- b) Focar na observação direta dos alunos durante as atividades físicas, sem a necessidade de aplicar testes formais ou registrar os resultados.
- c) Avaliar os alunos apenas com base em sua participação nas aulas, sem considerar seu progresso ou desempenho.
- d) Implementar uma combinação de métodos de avaliação, incluindo testes padronizados, observações, autoavaliações e avaliações formativas, para obter uma visão completa do desenvolvimento dos alunos.
- e) Aplicar avaliações teóricas periódicas sobre conceitos de Educação Física, desconsiderando a avaliação das habilidades práticas.

28) As avaliações em Educação Física são essenciais para monitorar o progresso dos alunos, ajustar programas de ensino e garantir que os objetivos educacionais sejam alcançados. A avaliação deve ser contínua, diversificada e adaptada às necessidades individuais dos alunos, promovendo não apenas o desempenho físico, mas também o desenvolvimento integral. Analise as afirmativas abaixo sobre medidas e avaliação em Educação Física e indique se são verdadeiras (V) ou falsas (F):

() A avaliação formativa é um processo contínuo que considera tanto o processo de aprendizagem quanto os resultados finais, oferecendo feedback para melhorar o desempenho dos alunos.

() Testes padronizados são a única forma de obter dados objetivos sobre o desempenho físico dos alunos.

() A autoavaliação pode ser uma ferramenta útil para desenvolver a consciência crítica dos alunos sobre seu próprio progresso e desempenho.

() A avaliação em Educação Física deve focar exclusivamente nas habilidades

motoras, desconsiderando aspectos cognitivos e socioemocionais.

() Observações diretas durante as aulas são uma forma válida de avaliação e podem complementar outros métodos avaliativos.

A sequência correta de cima para baixo é:

- a) V - F - V - F - V.
- b) F - V - F - V - F.
- c) V - F - F - V - V.
- d) F - V - V - F - F.
- e) V - F - V - V - F.

29) Compreender a anatomia e fisiologia do exercício é essencial para professores de Educação Física, pois permite o planejamento de programas de treinamento seguros e eficazes. Esse conhecimento inclui a análise das respostas fisiológicas ao exercício e a compreensão das adaptações anatômicas e funcionais que ocorrem com a prática regular de atividades físicas. Durante o exercício físico, diversos sistemas do corpo humano trabalham em conjunto para manter a homeostase e suportar a demanda aumentada. Qual das seguintes afirmações sobre as respostas fisiológicas ao exercício é correta?

a) Durante o exercício aeróbico prolongado, o volume sistólico diminui, reduzindo o débito cardíaco para conservar energia.

b) A produção de lactato é maximizada em exercícios de baixa intensidade devido ao metabolismo aeróbico predominante.

c) A frequência cardíaca durante o exercício atinge um platô e não aumenta independentemente da intensidade do exercício.

d) O fluxo sanguíneo para os músculos ativos é redirecionado para os órgãos viscerais durante o exercício intenso.

e) A ventilação pulmonar aumenta para suprir as demandas elevadas de oxigênio e remoção de dióxido de carbono dos músculos em atividade.

30) O lazer e a recreação são componentes fundamentais do bem-estar humano, proporcionando oportunidades para descanso, socialização, diversão e desenvolvimento pessoal. Considerando os princípios e objetivos das atividades de lazer e recreação, qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma

abordagem adequada para a promoção de lazer de qualidade em um ambiente escolar?

- a) Planejar atividades recreativas altamente estruturadas e competitivas, focando na obtenção de resultados e desempenho dos alunos.
- b) Implementar programas de lazer que promovam a participação voluntária, a criatividade e a socialização, oferecendo uma variedade de atividades que atendam aos interesses diversos dos alunos.
- c) Focar exclusivamente em atividades físicas intensas para melhorar a aptidão física dos alunos, desconsiderando os aspectos lúdicos e sociais do lazer.
- d) Priorizar atividades individuais para evitar conflitos entre os alunos e garantir a segurança durante as atividades recreativas.
- e) Manter um cronograma fixo de atividades recreativas, sem permitir a flexibilidade para ajustes conforme os interesses e feedback dos alunos.

31) A organização de eventos recreativos e esportivos é uma competência essencial para professores de Educação Física. Esses eventos devem ser planejados de forma a promover a participação de todos os alunos, garantindo segurança, inclusão e desenvolvimento de habilidades. A complexidade de tais eventos exige um planejamento cuidadoso que considere diversos fatores, como logística, segurança, objetivos educacionais e a diversidade dos participantes. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem adequada para a organização de um evento recreativo e esportivo escolar que promova a participação e a inclusão de todos os alunos?

- a) Planejar um evento com atividades altamente competitivas, focando na identificação e promoção dos talentos atléticos, independentemente da participação dos demais alunos.
- b) Focar exclusivamente em atividades físicas de alta intensidade para melhorar o desempenho físico dos alunos, desconsiderando os aspectos recreativos e lúdicos.
- c) Priorizar atividades que envolvam apenas os alunos mais habilidosos, garantindo

que o evento seja de alto nível técnico e competitivo.

d) Manter um cronograma rígido e inflexível, assegurando que todas as atividades sejam realizadas conforme o planejamento inicial, sem considerar as necessidades e feedback dos alunos.

e) Desenvolver um evento que inclua atividades diversificadas e adaptadas às diferentes habilidades e interesses dos alunos, promovendo a inclusão, a socialização e a participação de todos.

32) A fisiologia do esforço estuda as respostas e adaptações do corpo ao exercício físico. Para professores de Educação Física, é essencial compreender como diferentes sistemas do corpo respondem ao esforço físico para planejar programas de treinamento seguros e eficazes. Nesse sentido, preencha corretamente as lacunas a seguir:

Durante o exercício físico, o _____ (1) aumenta para atender às necessidades metabólicas dos músculos ativos, enquanto o _____ (2) é responsável pela remoção eficiente de dióxido de carbono e outros resíduos metabólicos.

- a) (1) débito cardíaco; (2) ventilação pulmonar.
- b) (1) volume sistólico; (2) frequência respiratória.
- c) (1) débito cardíaco; (2) fluxo sanguíneo.
- d) (1) frequência cardíaca; (2) fluxo linfático.
- e) (1) ventilação pulmonar; (2) frequência cardíaca.

33) A atividade física regular é fundamental para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas. A aplicação do conhecimento científico sobre os efeitos da atividade física na saúde pode melhorar significativamente a qualidade de vida dos alunos. Qual das seguintes alternativas melhor descreve os benefícios da atividade física regular para a saúde cardiovascular?

- a) A atividade física regular aumenta a frequência cardíaca de repouso, o que melhora a eficiência do coração ao bombear sangue.
- b) Exercícios regulares de alta intensidade são os únicos que proporcionam benefícios significativos para a saúde cardiovascular.

- c) A prática regular de atividade física moderada, como caminhadas e ciclismo, reduz a pressão arterial, melhora a função endotelial e diminui o risco de doenças cardiovasculares.
- d) A atividade física regular reduz a capacidade do corpo de utilizar oxigênio, diminuindo a eficiência dos músculos durante o exercício.
- e) A atividade física regular não tem impacto significativo nos níveis de colesterol e triglicerídeos no sangue.

34) A atividade física desempenha um papel crucial na reabilitação, ajudando a restaurar a funcionalidade, melhorar a mobilidade e reduzir a dor. Professores de Educação Física que trabalham com programas de reabilitação precisam compreender como planejar exercícios que atendam às necessidades específicas de cada indivíduo, promovendo uma recuperação segura e eficaz. Qual das seguintes alternativas melhor descreve uma abordagem eficaz para a prescrição de exercícios em um programa de reabilitação para pacientes com lesões musculoesqueléticas?

- a) Prescrever exercícios de alta intensidade desde o início do programa para acelerar a recuperação e fortalecer rapidamente os músculos afetados.
- b) Focar exclusivamente em exercícios de alongamento, evitando qualquer tipo de exercício de resistência ou aeróbico para minimizar o risco de agravar a lesão.
- c) Priorizar atividades recreativas leves, como caminhadas curtas, sem incluir exercícios estruturados para garantir a segurança dos pacientes.
- d) Desenvolver um programa de exercícios progressivos que inclua alongamentos suaves, fortalecimento gradual e atividades aeróbicas de baixo impacto, ajustando a intensidade conforme a recuperação do paciente.
- e) Utilizar exclusivamente exercícios de isometria para evitar movimentos articulares, prevenindo o risco de novas lesões.

35) A prática regular de atividade física é uma estratégia eficaz na prevenção de doenças não transmissíveis (DNTs), como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, obesidade e certos tipos de câncer. Qual das seguintes alternativas melhor descreve o impacto da atividade física regular na prevenção de doenças não transmissíveis?

- a) A atividade física regular de alta intensidade é a única forma eficaz de prevenir doenças não transmissíveis, pois maximiza a queima de calorias e a melhoria cardiovascular.
- b) A prática regular de atividade física de baixa intensidade, como alongamentos leves, é suficiente para prevenir todas as principais doenças não transmissíveis.
- c) Somente atividades físicas supervisionadas por profissionais de saúde têm a capacidade de prevenir doenças não transmissíveis de maneira eficaz.
- d) A atividade física regular não tem impacto significativo na prevenção de doenças não transmissíveis e deve ser combinada com medicamentos para obter benefícios de saúde.
- e) Exercícios aeróbicos moderados, combinados com atividades de fortalecimento muscular, ajudam a reduzir o risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e obesidade, além de melhorar a saúde mental.

36) A atividade física desempenha um papel crucial na promoção da qualidade de vida, afetando diversos aspectos da saúde física, mental e social. Analise as afirmativas abaixo sobre a relação entre atividade física e qualidade de vida:

I - A prática regular de atividade física moderada está associada à redução dos sintomas de ansiedade e depressão, contribuindo para uma melhor saúde mental.

II - Exercícios físicos de alta intensidade são os únicos que podem melhorar a qualidade de vida, enquanto atividades de baixa e moderada intensidade não têm impacto significativo.

III - A atividade física regular melhora a capacidade funcional em idosos, ajudando a manter a independência e a reduzir o risco de quedas.

IV - A prática de atividade física não influencia a percepção de bem-estar social, pois está relacionada apenas aos aspectos físicos da saúde.

V - A atividade física pode melhorar a qualidade do sono, contribuindo para um melhor descanso e recuperação física.

Estão corretas as afirmativas:

- a) I, III e V, 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.

37) A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) estabelece diretrizes para a educação básica, incluindo a área de Linguagens, que abrange a Educação Física. A integração de diferentes linguagens no ensino fundamental visa promover o desenvolvimento integral dos alunos, considerando aspectos cognitivos, sociais e emocionais. Considerando a BNCC e a área de Linguagens, qual das seguintes alternativas melhor exemplifica uma abordagem pedagógica que integra os princípios da Educação Física no contexto do ensino fundamental?

a) Planejar aulas de Educação Física focadas exclusivamente em atividades esportivas competitivas, para desenvolver a capacidade atlética dos alunos.

b) Desenvolver projetos interdisciplinares que integrem a Educação Física com outras áreas de Linguagens, como Língua Portuguesa e Artes, promovendo a expressão corporal e a comunicação.

c) Focar apenas em atividades recreativas durante as aulas de Educação Física, desconsiderando os objetivos pedagógicos da BNCC.

d) Utilizar exclusivamente avaliações padronizadas para medir o desempenho físico dos alunos, sem considerar suas habilidades de comunicação e expressão.

e) Priorizar o ensino de regras e técnicas esportivas, sem incluir atividades que promovam a socialização e o trabalho em equipe.

38) A Educação Especial/Inclusiva no Brasil é regida por uma série de leis e diretrizes que visam garantir o direito à educação de qualidade para todos os alunos, independentemente de suas necessidades especiais. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica o papel do professor de Educação Física no contexto da Educação Especial/Inclusiva, conforme os fundamentos legais brasileiros?

a) O professor de Educação Física deve aplicar o mesmo currículo para todos os alunos, sem adaptações, para garantir a igualdade de oportunidades.

b) O professor de Educação Física deve isentar os alunos com necessidades especiais

de participar das aulas práticas, para evitar desconforto e constrangimento.

c) O professor de Educação Física deve adaptar atividades e estratégias pedagógicas, proporcionando apoio e recursos necessários para garantir a plena participação e o desenvolvimento dos alunos com necessidades especiais.

d) O professor de Educação Física deve focar exclusivamente nos alunos sem necessidades especiais, deixando a inclusão a cargo dos professores de Educação Especial.

e) O professor de Educação Física deve solicitar a presença constante de um auxiliar de ensino para lidar exclusivamente com os alunos com necessidades especiais, sem se envolver diretamente com eles.

39) O Projeto Político-Pedagógico (PPP) é um documento essencial que orienta a prática educativa e a gestão escolar, refletindo os princípios, valores e objetivos da instituição de ensino. Qual das seguintes alternativas melhor exemplifica os princípios e eixos norteadores de um Projeto Político-Pedagógico que promove uma educação inclusiva e de qualidade?

a) Elaborar estratégias pedagógicas que incentivem a participação ativa de todos os membros da comunidade escolar, valorizando a diversidade e promovendo a equidade.

b) Focar exclusivamente no desempenho acadêmico dos alunos, desconsiderando os aspectos sociais, emocionais e físicos do desenvolvimento educacional.

c) Desenvolver um currículo fixo e padronizado, sem a necessidade de adaptações para atender às necessidades individuais dos alunos, garantindo assim a uniformidade do ensino.

d) Priorizar apenas a infraestrutura física da escola, acreditando que ambientes bem equipados são suficientes para garantir a qualidade da educação.

e) Centralizar a tomada de decisões nas mãos da direção escolar, sem a participação dos professores, alunos e pais, para garantir a eficiência administrativa.

40) As políticas e diretrizes nacionais para a Educação Especial e Inclusiva no Brasil são fundamentadas em legislações e documentos que visam garantir o acesso, a permanência e a aprendizagem de todos os alunos, independentemente de suas necessidades específicas. Nesse sentido, complete corretamente as lacunas a seguir:

De acordo com a Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva, a _____ (1) deve ser garantida em todos os níveis, etapas e modalidades da educação, e a _____ (2) é essencial para promover a inclusão efetiva dos alunos com necessidades especiais.

- a) (1) acessibilidade; (2) formação continuada dos professores.
- b) (1) igualdade; (2) adaptação curricular.
- c) (1) equidade; (2) tecnologia assistiva.
- d) (1) inclusão; (2) infraestrutura adequada.
- e) (1) participação; (2) política de avaliação diferenciada.