



ESTADO DE SANTA CATARINA  
MUNICÍPIO DE RANCHO QUEIMADO  
CONCURSO PÚBLICO Nº 01/2024



ESCREVA SEU NOME COMPLETO AQUI: \_\_\_\_\_

Confira se o cargo para o qual se inscreveu é o constante abaixo:

## EDUCADOR FÍSICO

### ORIENTAÇÕES

- Este Caderno contém 40 (quarenta) questões, compostas por 5 (cinco) alternativas (A, B, C, D e E) e uma única resposta correta em cada questão. Em caso de divergência de dados e/ou defeitos, solicite providências ao fiscal de sala.
- Você receberá o Cartão-Resposta, no qual serão transcritas as respostas do Caderno de Questões, com caneta esferográfica de tinta **azul** ou **preta**, de acordo com as orientações de preenchimento contidas nele.
- Após o preenchimento do Cartão-Resposta, o candidato **deverá assinar o mesmo**, sob pena de invalidez do documento.
- Durante a realização das provas é vedado:
  - a) consultar livros, códigos, manuais, impressos ou quaisquer anotações ou equipamentos eletrônicos;
  - b) a comunicação entre os candidatos;
  - c) ausentar-se da sala sem a companhia de um fiscal;
  - d) a ingestão de alimentos e bebidas, com exceção de água acondicionada em embalagem plástica transparente sem rótulos e/ou etiquetas;
  - e) entregar o cartão-resposta antes de decorridos 45 minutos do seu início;
  - f) o uso de relógio de qualquer tipo e aparelhos telefônicos, quaisquer equipamentos elétricos ou eletrônicos, bonés, chapéus e porte de qualquer tipo de arma.
- **A saída da sala de prova, com a entrega do Cartão-Resposta, somente será permitida depois de transcorridos 45 minutos do início da mesma.**
- Ao concluir a prova e o preenchimento do Cartão-Resposta, entregue-os ao fiscal de sala ou responsável pela empresa executora. A não entrega do acima especificado, implicará na eliminação do candidato do Concurso Público.
- O tempo de duração total da prova é de 3 horas e 30 minutos, incluído o tempo para preenchimento do Cartão-Resposta.

### COMPOSIÇÃO DA PROVA

LÍNGUA PORTUGUESA	5 questões
MATEMÁTICA	5 questões
INFORMÁTICA BÁSICA	5 questões
CONHECIMENTOS GERAIS	5 questões
CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS	20 questões
<b>TOTAL</b>	<b>40 questões</b>

**ATENÇÃO: OS 3 ÚLTIMOS CANDIDATOS, AO TERMINAREM A PROVA, DEVERÃO PERMANECER JUNTOS EM SALA PARA, COM OS FISCAIS, ASSINAR O LACRAMENTO DO ENVELOPE QUE GUARDARÁ OS CARTÕES-RESPOSTA E POSTERIORMENTE ASSINAREM A ATA DE SALA.**

## LÍNGUA PORTUGUESA

TEXTO PARA AS QUESTÕES DE 01 A 05.



Fonte: <https://www.instagram.com/tirinhasinteligentes/?hl=pt-br>.

01) A tirinha apresenta uma crítica bem-humorada sobre o comportamento das pessoas na internet, destacando como, com o tempo, certas capacidades e características humanas parecem estar se perdendo. Sobre o conteúdo da tirinha, analise as assertivas a seguir:

- I. A personagem lamenta que as pessoas perderam a capacidade de interpretar e a gentileza no ambiente virtual.
- II. A expressão "saudades da época em que só perdíamos tempo" revela um tom nostálgico e irônico em relação ao uso da internet no passado.
- III. A personagem critica a internet exclusivamente por ser uma ferramenta que só faz as pessoas perderem tempo.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e II estão corretas.
- B) Apenas II está correta.
- C) Apenas III está correta.
- D) Apenas I está correta.
- E) Todas estão corretas.

02) Na frase "As pessoas perderam tudo na internet", a palavra "perderam" está conjugada no pretérito perfeito do indicativo. Qual seria a forma correta do verbo "perder" se essa frase estivesse no futuro do presente do indicativo?

- A) Perderão.
- B) Perderiam.
- C) Perdem.
- D) Perderá.
- E) Percam.

03) Com relação ao número de fonemas de vocábulos do texto, assinale a alternativa INCORRETA.

- A) **peessoas** possui 6 fonemas.
- B) **tempo** possui 4 fonemas.
- C) **senso** possui 4 fonemas.
- D) **gentileza** possui 8 fonemas.
- E) **humanidade** possui 10 fonemas.

04) No contexto da tirinha, a palavra "humanidade" possui um sentido figurado, referindo-se a qual característica?

- A) Humanidade no sentido de população mundial.
- B) Humanidade no sentido de generosidade e empatia.
- C) Humanidade no sentido de diversidade cultural.
- D) Humanidade no sentido de avanço tecnológico.
- E) Humanidade no sentido biológico.

05) A palavra "gentileza" está em concordância com o verbo "perderam" na frase "As pessoas perderam tudo na internet: a capacidade de interpretação, a gentileza...". O termo "gentileza" é classificado, gramaticalmente, como:

- A) Adjetivo.
- B) Verbo.
- C) Substantivo.
- D) Advérbio.
- E) Pronome.

## MATEMÁTICA

06) Considere uma matriz  $3 \times 3$  a qual é formada por elementos  $a_{ij}$ , sendo  $i$  a indicação da linha do elemento, e  $j$  a indicação da coluna do elemento. Assim, se  $a_{11} = 0$ ,  $a_{22} = 1$ ,  $a_{33} = 4$ ,  $a_{12} = 3$ ,  $a_{21} = 2$ ,  $a_{31} = 3$ ,  $a_{23} = 4$ ,  $a_{32} = 2$ , e  $a_{13} = 3$ , qual das alternativas traz o determinante dessa matriz?

- A) 15.
- B) 9.
- C) 12.
- D) - 5.
- E) - 15.

07) Existem duas urnas colocadas sobre uma superfície plana. Na primeira urna há 9 bolinhas numeradas, de 1 a 9; na segunda urna há 18 bolinhas numeradas, também de 1 a 9, ou seja, há duas bolinhas numeradas com o mesmo número para cada número de 1 a 9. A pessoa K deseja retirar aleatoriamente uma bolinha numerada com um número par da primeira urna, enquanto a pessoa W deseja retirar aleatoriamente uma bolinha numerada com um número ímpar da segunda urna. Assinale a alternativa que apresenta a probabilidade de sucesso para a pessoa K e para a pessoa W, respectiva e aproximadamente.

- A) 33,3%; 44,4%.
- B) 55,6%; 44,4%.
- C) 44,4%; 33,3%.
- D) 55,6%; 66,7%.
- E) 44,4%; 55,6%.

08) Seja uma sequência de números que apresenta comportamento equivalente a uma progressão aritmética. Sabe-se apenas 3 termos dessa sequência em progressão:

$$\begin{aligned} a_{150} &= 452 \\ a_{200} &= 602 \\ a_{250} &= 752 \end{aligned}$$

A partir dessas informações, qual deve ser o quinquagésimo termo?

- A) 102.
- B) 152.
- C) 202.
- D) 252.
- E) 302.

09) Antes de realizar um procedimento licitatório, a equipe responsável pela realização da pesquisa de preços enviou pedido de orçamento de um item específico para 20 diferentes fornecedores, os quais apresentaram os seguintes valores:

R\$ 12,58	R\$ 11,39	R\$ 11,25	R\$ 12,01	R\$ 11,99
R\$ 13,52	R\$ 10,98	R\$ 11,65	R\$ 13,84	R\$ 11,22
R\$ 10,85	R\$ 11,64	R\$ 11,46	R\$ 12,21	R\$ 14,00
R\$ 9,99	R\$ 12,58	R\$ 12,25	R\$ 11,69	R\$ 10,10

Se a regulamentação local cita que o valor a ser referenciado para a licitação é a média aritmética dos valores obtidos na pesquisa de preços, pode-se afirmar que esse valor será de:

- A) R\$ 12,23.
- B) R\$ 11,99.
- C) R\$ 11,86.
- D) R\$ 12,46.
- E) R\$ 12,91.

10) Acerca de um recipiente que possui formato paralelepípedo regular, sabe-se somente três informações: o seu volume, o comprimento de uma de suas arestas e a proporção entre duas outras arestas (sendo que as três arestas citadas possuem comprimentos diferentes). O volume do recipiente é igual a  $72,765 \text{ cm}^3$ ; o comprimento de uma de suas arestas é igual a  $5,5 \text{ cm}$ ; entre as duas outras arestas, uma é três vezes maior que a outra, e o comprimento de ambas somam juntas  $8,4 \text{ cm}$ . A partir dessas informações, qual alternativa apresenta a soma das áreas de todas as faces desse recipiente?

- A)  $98,56 \text{ cm}^2$ .
- B)  $211,56 \text{ cm}^2$ .
- C)  $156,21 \text{ cm}^2$ .
- D)  $118,86 \text{ cm}^2$ .
- E)  $198,99 \text{ cm}^2$ .

#### ESPAÇO PARA CÁLCULOS E ANOTAÇÕES

#### INFORMÁTICA BÁSICA

11) No Microsoft Word, é possível criar, editar e formatar textos. Entre as funcionalidades, está a possibilidade de verificar a ortografia e gramática do documento. Qual é o atalho de teclado, em português, para verificar a ortografia e gramática no Word?

- A) F2
- B) Ctrl + F7
- C) F7
- D) Alt + Shift + F7
- E) Ctrl + O

12) Em um documento do Word, o "Sumário" é uma funcionalidade que permite criar uma lista organizada dos títulos e subtítulos do texto. Para gerar um sumário automático no Microsoft Word 2019, qual guia da barra de ferramentas o usuário deve acessar?

- A) Inserir.
- B) Exibir.
- C) Layout.
- D) Referências.
- E) Design.

13) A informática envolve diversos conceitos fundamentais que abrangem hardware, software, redes e sistemas operacionais. Esses conceitos são essenciais para o entendimento do funcionamento básico de computadores e dispositivos eletrônicos. Sobre os conceitos de Informática em Geral, analise as assertivas abaixo:

- I. O hardware é a parte física do computador, incluindo componentes como o processador, a memória RAM e o disco rígido.
- II. O software refere-se aos programas e sistemas que executam tarefas no computador, como o sistema operacional e aplicativos.
- III. Um sistema operacional é um tipo de hardware responsável por gerenciar os recursos do computador, como a CPU e a memória.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e II estão corretas.
- B) Apenas II e III estão corretas.
- C) Apenas III está correta.
- D) Apenas I está correta.
- E) I, II e III estão corretas.

14) O PowerPoint permite alterar o layout dos slides para incluir diferentes formatos de texto, gráficos e imagens. Para **alterar o layout do slide** no PowerPoint 2019, o usuário deve acessar:

- A) A guia "Design".
- B) A guia "Layout".
- C) A guia "Exibir".
- D) A guia "Inserir".
- E) A guia "Página Inicial".

**15)** No Word, o recurso "Quebra de página" é usado para interromper o texto em uma página e iniciar em uma nova página. Qual das alternativas descreve corretamente como inserir uma quebra de página no Microsoft Word, em português?

- A) Ctrl + Shift + Enter
- B) Ctrl + Enter
- C) Alt + P
- D) Shift + F12
- E) Ctrl + Alt + Shift

#### CONHECIMENTOS GERAIS

**16)** Além da agricultura, a pecuária também desempenha um papel relevante na economia de Rancho Queimado. No município, criam-se gado de corte e leite, além de outras atividades relacionadas.

Sobre a economia de Rancho Queimado, analise as assertivas abaixo:

- I. O município destaca-se pela produção de fruticultura, floricultura e produtos orgânicos derivados do morango.
- II. A criação de gado de corte e leite, além da apicultura e piscicultura, faz parte das atividades pecuárias.
- III. A produção industrial é o principal motor da economia de Rancho Queimado.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e II estão corretas.
- B) Apenas I está correta.
- C) Apenas II e III estão corretas.
- D) Apenas III está correta.
- E) Todas estão corretas.

**17)** A Guerra do Contestado (1912-1916) foi um dos principais conflitos armados no Brasil no início do século XX, envolvendo disputas territoriais e sociais na região entre Paraná e Santa Catarina. Sobre a Guerra do Contestado, é correto afirmar que:

- A) O conflito ocorreu devido à presença de imigrantes italianos na região.
- B) A disputa foi motivada por questões religiosas entre protestantes e católicos.
- C) O conflito envolveu disputas de terra entre camponeses e grandes empresas.
- D) Foi um movimento separatista que buscava a independência da região sul.
- E) Resultou na criação de um estado independente no sul do Brasil.

**18)** A colonização de Santa Catarina foi fortemente influenciada por imigrantes europeus, especialmente alemães e italianos, que chegaram à região no século XIX. Essa colonização deixou marcas profundas na cultura e no desenvolvimento econômico do estado. Das opções a seguir, qual cidade de Santa Catarina foi fundada principalmente por imigrantes alemães e é conhecida por preservar suas tradições culturais?

- A) Joinville.
- B) Florianópolis.
- C) Chapecó.
- D) Lages.
- E) Criciúma.

**19)** O Tratado de Tordesilhas, assinado em 1494 entre duas nações europeias, foi um importante acordo que definiu as áreas de exploração e colonização entre essas duas potências marítimas na época das grandes navegações. Qual era o principal objetivo do Tratado de Tordesilhas?

- A) Dividir as terras recém-descobertas na América do Sul entre França e Inglaterra.
- B) Definir uma linha divisória entre as áreas de colonização de Portugal e Espanha.
- C) Unificar o domínio espanhol e português sobre toda a América Latina.
- D) Proibir o comércio entre as colônias portuguesas e espanholas.
- E) Estabelecer uma aliança militar entre Portugal e Espanha.

**20)** No que se refere à história de Rancho Queimado, pode-se afirmar que a 7ª legislatura do Município, entre 1993 e 1996 teve como prefeito:

- A) José Dimas de Medeiros.
- B) Ademar Sell.
- C) Mério César.
- D) Altamiro Diniz.
- E) Isaac Diniz.

#### CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS DO CARGO

**As questões 21 a 24 se referem à Lei Orgânica do Município de Rancho Queimado.**

**21)** São áreas de interesse ecológico, cuja atualização dependerá de prévia autorização dos órgãos competentes, formulada pela Câmara, preservadas seus atributos especiais:

- I - a Mata Atlântica;
- II - a Serra Geral;
- III - a Serra do Mar;
- IV - as faixas de proteção de águas superficiais;
- V - as encostas passíveis de deslizamentos.

Dos itens, pode-se afirmar que está(ão) CORRETO(S):

- A) Apenas 1 deles.
- B) Apenas 2 deles.
- C) Apenas 3 deles.
- D) Apenas 4 deles.
- E) Todos os 5.

**22)** Nenhum empreendimento de obras e serviços do Município poderá ter início sem prévia elaboração do plano respectivo, no qual, obrigatoriamente conste:

- I - a viabilidade do empreendimento, sua conveniência e oportunidade para o interesse comum;
- II - os pormenores para a execução da obra;
- III - os prazos para o seu início e conclusão, acompanhados da respectiva justificação;
- IV - os recursos para o atendimento das respectivas despesas.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) I, II, III e IV estão corretas.
- B) Apenas III está incorreta.
- C) Apenas I e IV estão incorretas.
- D) Apenas II está correta.
- E) Apenas II e III estão incorretas.

**23)** A política de desenvolvimento municipal será definida com base nos aspectos sociais, econômicos, culturais e ecológicos, assegurando, EXCETO:

- A) Equilíbrio entre o desenvolvimento social e econômico.
- B) Ordenação territorial.
- C) Erradicação da pobreza e dos fatores de marginalização.
- D) Promoção de desigualdades sociais e econômicas.
- E) Ordenação territorial.

**24)** O Prefeito, o Vice-Prefeito, os Vereadores e os Secretários Municipais, bem como, as pessoas a qualquer um deles ligadas por matrimônio, parentesco afim ou consanguíneo até o segundo grau, igualmente por adoção, não poderão contratar com o Município, subsistindo a proibição até quanto tempo depois de findas as respectivas funções?

- A) 3 meses.
- B) 6 meses.
- C) 1 ano.
- D) 2 anos.
- E) 4 anos.

**As questões 25 a 28 se referem ao Estatuto dos Servidores do Município de Rancho Queimado.**

**25)** O processo disciplinar é o instrumento destinado a apurar responsabilidade de servidor por infração praticada no exercício de suas atribuições, ou que tenha relação com as atribuições do cargo em que se encontre investido. O processo disciplinar será conduzido por Comissão composta de \_\_\_\_\_ designados pelo Chefe do Poder Executivo ou Legislativo, que indicará, dentre eles, o seu presidente.

Qual alternativa preenche, CORRETAMENTE, a lacuna acima?

- A) 5 servidores efetivos e estáveis.
- B) 2 servidores efetivos e estáveis e 1 servidor em estágio probatório.
- C) 3 servidores efetivos e estáveis.
- D) 3 servidores efetivos e estáveis e 2 servidores em estágio probatório.
- E) 4 servidores efetivos e estáveis.

**26)** Quanto à advertência, a ação disciplinar prescreverá em:

- A) 180 dias.
- B) 1 ano.
- C) 2 anos.
- D) 5 anos.
- E) 10 anos.

**27)** A suspensão será aplicada em caso de reincidência das faltas punidas com advertência, bem como nos casos de violação das demais proibições que não tipifiquem infração sujeita a demissão. Nesse sentido, assinale a alternativa INCORRETA.

- A) A pena de suspensão não pode exceder a 90 dias.
- B) A penalidade de suspensão terá seu registro cancelado após o decurso de cinco anos de exercício, se o servidor não houver, nesse período, praticado nova infração disciplinar.
- C) O cancelamento do registro da suspensão não gerará nenhum direito para fins de concessão ou revisão de vantagens.
- D) No período da suspensão não ocorrerá a perda das vantagens e direitos decorrentes do exercício do cargo.
- E) Quando houver conveniência para o serviço, a penalidade de suspensão poderá ser convertida em multa, na base de 50% por dia de vencimento ou remuneração, ficando o servidor obrigado a permanecer em serviço.

**28)** Na aplicação das penalidades serão consideradas a natureza e a gravidade da infração cometida, os danos que dela provierem para o serviço público, as circunstâncias agravantes ou atenuantes e os antecedentes funcionais. São circunstâncias agravantes da pena:

- I. A premeditação.
- II. A reincidência.
- III. O conluio.
- IV. A continuação.

Quantos dos itens está(ão) CORRETO(S)?

- A) Todos os 4.
- B) Apenas 3 deles.
- C) Apenas 2 deles.
- D) Apenas 1 deles.
- E) Nenhum deles.

**29)** A prescrição do treinamento físico requer conhecimento sobre periodização para diferentes populações. No contexto da periodização, o principal objetivo da fase de "tapering" é:

- A) Aumentar a intensidade do treinamento de forma abrupta.
- B) Reduzir o volume e a intensidade para facilitar a recuperação e potencializar a performance.
- C) Manter o nível de treinamento constante sem variação de carga.
- D) Substituir exercícios aeróbicos por atividades de força muscular.
- E) Introduzir novas habilidades motoras sem ajuste de carga.

**30)** Em Educação em Saúde, o papel do Educador Físico no sistema de saúde inclui:

- A) Atuar como gestor do Sistema Único de Saúde (SUS) em clínicas privadas.
- B) Atuar exclusivamente com esportes de alta performance.
- C) Supervisionar a área financeira das academias e centros de treinamento.
- D) Promover ações de incentivo à atividade física e de conscientização sobre hábitos saudáveis.
- E) Prescrever medicamentos como parte do tratamento de doenças crônicas relacionadas a atividades físicas.

**31)** Durante a prática de exercícios físicos, algumas respostas fisiológicas são esperadas. Uma resposta aguda do sistema cardiovascular ao exercício de intensidade moderada é:

- A) Aumento da frequência cardíaca e débito cardíaco.
- B) Redução imediata da pressão arterial sistólica.
- C) Aumento do consumo de oxigênio somente após o exercício.
- D) Diminuição da ventilação pulmonar.
- E) Redução da circulação sanguínea muscular.

**32)** A relação entre atividade física e saúde mental é um campo em expansão. De acordo com as evidências científicas, os benefícios da atividade física regular para a saúde mental incluem:

- A) Exclusivamente a melhora na capacidade de realização de tarefas físicas.
- B) Apenas um aumento da força muscular sem impacto na saúde mental.
- C) Promoção dos sintomas depressivos.
- D) Intensificação do estresse em situações cotidianas.
- E) Redução dos níveis de ansiedade e melhora na qualidade do sono.

**33)** A síndrome de LER/DORT está relacionada a atividades laborais repetitivas. Para preveni-la, uma prática recomendada é:

- A) Evitar qualquer tipo de atividade física fora do ambiente de trabalho.
- B) Aumentar o ritmo de trabalho para reduzir o tempo de exposição.
- C) Utilizar somente equipamentos de suporte de peso.
- D) Realizar intervalos regulares e exercícios de alongamento durante o expediente.
- E) Promover competições esportivas entre os colaboradores.

**34)** O desenvolvimento de esportes adaptados para a terceira idade tem como objetivo:

- A) Incentivar a prática de atividades de alta intensidade em ambientes externos.
- B) Promover o isolamento social durante as práticas esportivas.
- C) Estimular a prática segura e adaptada, promovendo qualidade de vida e inclusão social.
- D) Aumentar a performance competitiva em esportes coletivos.
- E) Limitar a prática esportiva aos ambientes terapêuticos.

**35)** As Diretrizes da OMS para Atividade Física e Comportamento Sedentário indicam que, para adultos, o recomendado é:

- A) Realizar pelo menos 150 minutos de atividade física de intensidade moderada por semana.
- B) Realizar atividades físicas intensas exclusivamente em ambientes fechados.
- C) Evitar exercícios físicos para populações acima de 60 anos.
- D) Realizar pelo menos 15 minutos de atividades físicas de baixa intensidade apenas, por semana.
- E) Somente atividades de força muscular são recomendadas.

**36)** Em relação à execução de movimentos nos exercícios de força, analise as assertivas abaixo:

- I. A fase excêntrica do movimento ocorre quando o músculo se alonga durante a execução.
- II. A fase concêntrica do movimento é caracterizada pela contração muscular e aproximação dos pontos de inserção.
- III. Nos exercícios para bíceps com halteres, o movimento excêntrico acontece durante a elevação do peso.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e III estão corretas.
- B) Apenas II e III estão corretas.
- C) Apenas I e II estão corretas.
- D) Todas estão corretas.
- E) Nenhuma está correta.

**37)** No contexto da periodização do treinamento físico, é correto afirmar que:

- A) A periodização contínua consiste em manter uma intensidade constante ao longo de todas as fases de treino.
- B) A periodização ondulatória envolve variações diárias na intensidade e volume de treino.
- C) O microciclo de treinamento é um planejamento de longo prazo, geralmente superior a seis meses.
- D) A fase de tapering busca aumentar o volume de treino nas semanas pré-competitivas.
- E) A periodização linear elimina variações de carga ao longo do período de treino.

**38)** Sobre os exercícios de flexão e extensão de joelhos, utilizados no desenvolvimento de força muscular, analise as afirmativas:

- I. A flexão do joelho ativa principalmente os músculos isquiotibiais.
- II. A extensão do joelho ativa o quadríceps, grupo muscular na região anterior da coxa.
- III. Na extensão de joelhos, os músculos gastrocnêmios são os principais atuantes.

Das assertivas pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e II estão corretas.
- B) Apenas II e III estão corretas.
- C) Apenas I e III estão corretas.
- D) Todas estão corretas.
- E) Nenhuma está correta.

**39)** No levantamento terra, exercício que trabalha a cadeia posterior, a técnica correta deve envolver:

- A) Movimentos amplos dos braços para aumentar a carga no bíceps.
- B) Manutenção da coluna neutra e ativação do core para proteção da região lombar.
- C) Deslocamento dos joelhos para dentro durante a fase excêntrica.
- D) Curvatura acentuada da coluna torácica para suporte adicional.
- E) Elevação dos ombros antes de iniciar o movimento de descida.

**40)** No planejamento do treinamento de resistência, o Educador Físico deve levar em conta variáveis específicas. Analise as assertivas:

- I. O volume de treino representa o total de séries e repetições em um determinado período.
- II. A intensidade está relacionada ao peso ou carga utilizada em cada série.
- III. A densidade refere-se ao tempo de intervalo entre as séries e sessões de treino.

Das assertivas, pode-se afirmar que:

- A) Apenas I e II estão corretas.
- B) Apenas II e III estão corretas.
- C) Apenas I e III estão corretas.
- D) Todas estão corretas.
- E) Nenhuma está correta.

**RASCUNHO PARA ANOTAÇÃO DO GABARITO**

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