PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE ITATIBA

ESTADO DE SÃO PAULO

CONCURSO PÚBLICO

109. PROVA OBJETIVA

TÉCNICO DESPORTIVO II

- Você recebeu sua folha de respostas e este caderno contendo 50 questões objetivas.
- Confira seus dados impressos na capa deste caderno e na folha de respostas.
- Quando for permitido abrir o caderno, verifique se está completo ou se apresenta imperfeições. Caso haja algum problema, informe ao fiscal da sala para a devida substituição deste caderno.
- Leia cuidadosamente todas as questões e escolha a resposta que você considera correta.
- Marque, na folha de respostas, com caneta de tinta preta, a letra correspondente à alternativa que você escolheu.
- A duração da prova é de 3 horas, já incluído o tempo para o preenchimento da folha de respostas.
- Só será permitida a saída definitiva da sala e do prédio após transcorridas 2 horas do início da prova.
- Deverão permanecer em cada uma das salas de prova os 3 últimos candidatos, até que o último deles entregue sua prova e assine o termo respectivo.
- Ao sair, você entregará ao fiscal a folha de respostas e este caderno.
- Até que você saia do prédio, todas as proibições e orientações continuam válidas.

AGUARDE A ORDEM DO FISCAL PARA ABRIR ESTE CADERNO.

Nome do candidato

RG | Inscrição | Prédio | Sala | Carteira

FUNDAÇÃO vunesp

Confidencial até o momento da aplicação.

CONHECIMENTOS GERAIS

LÍNGUA PORTUGUESA

Leia a tira a seguir para responder às questões de **01** a **04**:

(Bill Watterson. Disponível em: https://www.estadao.com.br/cultura/quadrinhos/)

01. Considerando as informações verbais e não verbais da tira, é correto afirmar que, no 2º quadro, a professora

(A) sugere que o garoto costuma distribuir doces entre os colegas de sala.

(B) demonstra arrependimento por ter sido ríspida com o garoto no 1º quadro.

(C) revela achar correto que cada aluno traga o próprio chiclete para a sala de aula.

(D) tem a expectativa de que o garoto responda negativamente à sua pergunta.

(E) insinua querer que o garoto distribua seus chicletes e retire-se da sala de aula.

02. Em "Você tem chiclete que chegue **para** dividir com seus colegas?" (2º quadro), a palavra destacada tem sentido de

(A) meio.

(B) direção.

(C) consequência.

(D) causa.

(E) finalidade.

03. Na fala do 3º quadro, a expressão "**vão querer**" pode ser corretamente substituída, sem alteração do sentido original, por:

(A) queiram

(B) quererão

(C) quereriam

(D) querem

(E) queriam

04. Em "… **mas** a Sra. acha mesmo que eles vão querer?" (3º quadro), a palavra destacada pertence à mesma classe da destacada em:

(A) A professora percebeu que Calvin mascava chiclete **enquanto** assistia à aula.

(B) Calvin **não** mentiu quando a professora lhe perguntou se ele estava mascando chiclete.

(C) A professora quis saber se Calvin tinha chicletes suficientes para dividir **com** os colegas.

(D) Calvin disse à professora que acreditava **ter** chicletes suficientes para dividir.

(E) Calvin perguntou à professora se **ela** achava que os colegas quereriam chiclete.

Leia o texto a seguir para responder às questões de **05** a **08**:

A leitura nos convida a conhecer a experiência de homens e mulheres, de nossa época ou de épocas passadas, de diferentes lugares, transcrita em palavras que podem nos ensinar muito sobre nós mesmos. E os textos que alguém nos passa, e que também passamos a outros, representam uma abertura para círculos de pertencimento mais amplos, que se estendem para além do parentesco e da localidade.

Vou citar Albert Camus, um escritor que conhecia bem a pobreza e que escreveu: "A pobreza e a ignorância tornavam a vida mais difícil, mais insípida, fechada em si mesma; a miséria é uma fortaleza sem ponte levadiça". A imagem de uma fortaleza sem ponte levadiça nos lembra o quanto a reclusão e o isolamento são, em geral, o destino que cabe aos pobres. Pois o que também distingue as categorias sociais, não esqueçamos isso, é o horizonte, o espaço de referência daqueles que as compõem. Alguns podem ver mais longe que outros, pensar suas vidas em uma outra escala. E o horizonte de muitos habitantes da zona rural, de condição modesta, como também o horizonte popular urbano, foi, por muito tempo, e ainda o é com frequência, a família, os vizinhos, "nós". Enquanto o resto do mundo é visto como "eles", com traços bem mal definidos.

Mas, às vezes, existem pontes levadiças. Camus, assim como outros escritores nascidos em famílias pobres, expressou sua gratidão por um professor e por uma biblioteca municipal que o haviam ajudado a descobrir que existia algo além do espaço familiar. Para ele as pontes levadiças foram esse professor e essa biblioteca. Cito-o novamente: "No fundo, o conteúdo dos livros pouco importava. O importante era o que sentiam ao entrar na biblioteca, onde não viam a parede de livros negros mas sim um espaço e horizontes múltiplos que, desde a entrada, lhes tiravam da vida estreita do bairro".

(Michèle Petit, *Os jovens e a leitura: uma nova perspectiva*. Adaptado)

05. Para a autora, a leitura é uma forma de as pessoas

(A) estudarem melhor sua língua.

(B) aprimorarem seu texto escrito.

(C) conhecerem melhor a si próprias.

(D) valorizarem mais o espaço familiar.

(E) aperfeiçoarem seu raciocínio lógico.

06. No trecho "… não viam a parede de livros negros mas **sim** um espaço e horizontes múltiplos…" (3º parágrafo), a palavra destacada foi empregada para

(A) enfatizar uma ideia.

(B) reiterar uma pergunta.

(C) introduzir uma crítica.

(D) contestar uma opinião.

(E) apresentar uma hipótese.

07. Assinale a alternativa em que palavra destacada foi empregada em sentido figurado.

(A) "A leitura nos convida a **conhecer** a experiência de homens e mulheres…" (1º parágrafo)

(B) "E os **textos** que alguém nos passa, e que também passamos a outros…" (1º parágrafo)

(C) "Vou citar Albert Camus, um **escritor** que conhecia bem a pobreza…" (2º parágrafo)

(D) "… o que também distingue as categorias sociais, não esqueçamos isso, é o **horizonte**…" (2º parágrafo)

(E) "**Alguns** podem ver mais longe que outros, pensar suas vidas em uma outra escala." (2º parágrafo)

08. Considere as passagens a seguir:

- "… a reclusão e o isolamento são, em geral, o destino **que** cabe aos pobres." (2º parágrafo)
- "… expressou sua gratidão por um professor e por uma biblioteca municipal **que** o haviam ajudado…" (3º parágrafo)

As palavras destacadas podem ser, correta e respectivamente, substituídas por:

(A) o qual … os quais

(B) o qual … o qual

(C) o qual … a qual

(D) os quais … a qual

(E) os quais … os quais

09. Assinale a alternativa em que a norma-padrão de concordância verbal foi plenamente respeitada.

(A) Existe livros de diversos gêneros literários disponíveis nas bibliotecas.

(B) Sempre houveram pessoas capazes de apresentar os livros aos jovens.

(C) Encontram-se nas bibliotecas diferentes tipos de autores e de leitores.

(D) Nas escolas é comum que se falem de autores nacionais e estrangeiros.

(E) É imprescindível que seja apresentado aos jovens os escritores contemporâneos.

Leia o texto a seguir para responder às questões de **10** a **12**:

Roupa em fase de crescimento

Não me impressiona tanto a notícia de que uns alemães puseram para andar no mercado um sapato capaz de acompanhar, até o limite de dois centímetros, o crescimento dos pés da garotada. Se me permitem, minha mãe fez melhor, ou fez antes, sem a pretensão de revolucionar o que quer que fosse.

Naquele tempo, a década de 50 (do século 20, por favor), não se usava comprar roupa pronta. Não que não existissem lojas de roupa. Era mais econômico mandar fazer.

Havia sempre na cidade uma pessoa jeitosa que costurava "para fora" e à qual se podia encomendar quase todo o guarda-roupa familiar a ser acondicionado, aliás, num guarda-roupa, trambolho que provinha, esse sim, de alguma loja, pois não se disseminara ainda a prática de embutir armários. Acontecia também de se convocar a tal pessoa para se instalar, de mala, cuia, tesoura e agulha, na residência da família, e ali pedalar, dias a fio, uma máquina de costura.

Em nossa casa costumava pousar a bem-humorada Noésia, exímia na arte de produzir himalaias de roupa. Foi Noésia quem confeccionou as prodigiosas calças que não paravam de espichar. Mas foi mamãe quem garimpou, sabe Deus em que atacadista, a peça de linho cinzento com que elas foram feitas. Deixa que eu dou jeito, dona Wanda, dizia Noésia a cada nova temporada em casa e, pela enésima vez, tome encurtar as barras.

(Humberto Werneck,
O espalhador de passarinhos & outras crônicas. Adaptado)

10. O cronista se dirige aos leitores no trecho:

(A) "Se me permitem, minha mãe fez melhor, ou fez antes…" (1º parágrafo)

(B) "Não que não existissem lojas de roupa." (2º parágrafo)

(C) "Era mais econômico mandar fazer." (2º parágrafo)

(D) "Em nossa casa costumava pousar a bem-humorada Noésia…" (4º parágrafo)

(E) "Deixa que eu dou jeito, dona Wanda, dizia Noésia…" (4º parágrafo)

11. No contexto em que foi empregada, a palavra destacada em "… a bem-humorada Noésia, **exímia** na arte de produzir himalaias de roupa." (4º parágrafo) é um sinônimo de

(A) "interessante".

(B) "lenta".

(C) "excelente".

(D) "antiga".

(E) "hesitante".

12. Assinale a alternativa em que uma vírgula foi corretamente acrescentada a um trecho do texto, sem alteração do sentido original.

(A) "… sem a pretensão, de revolucionar o que quer que fosse." (1º parágrafo)

(B) "… à qual se podia encomendar, quase todo o guarda-roupa familiar…" (3º parágrafo)

(C) "… pois não se disseminara ainda a prática, de embutir armários." (3º parágrafo)

(D) "Em nossa casa, costumava pousar a bem-humorada…" (4º parágrafo)

(E) "Foi Noésia, quem confeccionou as prodigiosas calças…" (4º parágrafo)

13. A norma-padrão de regência verbal foi plenamente respeitada em:

(A) Evitar a compra de roupas prontas pode acarretar de economia de dinheiro.

(B) Há pessoas que optam por roupas que possam durar muito.

(C) Quem visa de economizar pode procurar alternativas às roupas prontas.

(D) Costurar as próprias roupas implica ao aprendizado de técnicas específicas.

(E) Quem almeja em roupas de boa qualidade deve conhecer os tecidos existentes.

14. A colocação pronominal está em conformidade com a norma-padrão em:

(A) Nem sempre encontra-se uma boa biblioteca perto de casa.

(B) Não deve-se privar os jovens do contato com os livros de ficção.

(C) Há autores que dispõem-se facilmente a conversar sobre seus livros.

(D) Se encontram com frequência professores capazes de formar bons leitores.

(E) Nas bibliotecas pode-se ficar por horas em busca de livros interessantes.

15. Leia o texto a seguir:

Nas redações de jornais, para se preencher uma vaga de emprego, geralmente se recorria _____ indicação de alguém da própria equipe. Até porque nos currículos se podiam ler _____ vezes pérolas como _____ que pesquei um dia: "Conhece, de perto, Elizabeth Taylor". Em certos momentos penso que deveríamos ter contratado aquele camarada.

(Humberto Werneck, *Esse inferno vai acabar*. Adaptado)

As lacunas devem ser, correta e respectivamente, preenchidas por:

(A) à … às … à

(B) à … às … a

(C) à … as … à

(D) a … às … à

(E) a … as … a

16. Para o café da manhã, foi feito um bolo. A primeira pessoa a acordar, ao chegar à mesa, comeu a quinta parte desse bolo. A segunda pessoa a acordar comeu a terça parte do que sobrou desse bolo. A terceira pessoa a acordar comeu três oitavos do que ainda havia desse bolo.

É correto afirmar que a quarta e última pessoa a acordar encontrou sobre a mesa a seguinte fração correspondente ao que sobrou desse bolo inteiro:

(A) 1/6

(B) 2/5

(C) 1/3

(D) 3/8

(E) 7/15

17. Uma pessoa precisa tomar três tipos de remédios, em cápsulas, sendo que um deles é de 3 em 3 horas, outro é de 6 em 6 horas e o terceiro é de 8 em 8 horas. O médico recomendou que, no início do tratamento, todos os remédios deveriam ser tomados ao mesmo tempo, e o tratamento seria encerrado quando os três remédios fossem tomados juntos pela quarta vez.

Nessas condições, é correto afirmar que o número total de cápsulas que essa pessoa precisa tomar é igual a

(A) 33.

(B) 40.

(C) 45.

(D) 48.

(E) 50.

18. Em um encontro de professores, compareceram pessoas de 3 regiões diferentes. Da região F, houve a presença de 160 pessoas; da região G, de 100 pessoas; da região H, de 60 pessoas. A organização do encontro quer organizar o maior número de mesas, sendo que, em cada mesa, deve haver o mesmo número de professores de cada região.

Cumprindo essas condições, cada uma dessas mesas terá quantos professores?

(A) 20

(B) 16

(C) 15

(D) 12

(E) 10

R A S C U N H O

19. Para uma festa, apenas 18 convidados confirmaram presença até a data solicitada, de modo que, para os organizadores, 144 brigadeiros seriam suficientes. Ao se aproximar o dia do evento, no entanto, outros convidados manifestaram sua participação, totalizando 63 confirmações.

Considerando a mesma razão inicial e que os brigadeiros são vendidos em pacotes com 50 unidades, para ser suficiente, a encomenda de brigadeiros deve aumentar em

(A) 250.

(B) 300.

(C) 350.

(D) 400.

(E) 450.

20. Em uma tapeçaria, 4 máquinas de tecelagem, iguais, operando ininterruptamente durante 6 horas por dia, produzem 240 tapetes iguais em 2 dias. Uma das máquinas apresentou defeito, e, para atender a uma nova encomenda de 600 desses tapetes, o gerente de produção ampliou o tempo de operações das máquinas para 8 horas ininterruptas por dia.

Desse modo, a produção será possível em quantos dias?

(A) 3

(B) 4

(C) 5

(D) 6

(E) 7

21. Ana, Beatriz, Carolina e Denise têm juntas um total de R$ 280,00. Sabe-se que Denise tem 60 reais a mais do que Carolina, que Ana tem 30 reais a mais do que Beatriz e que Carolina tem 20 reais a menos do que Beatriz.

De quantos reais é a soma dos valores entre a que mais tem e a que menos tem?

(A) 100

(B) 110

(C) 120

(D) 130

(E) 140

R A S C U N H O

22. Entre outros ingredientes, uma receita de bolo que serve 4 pessoas mostra que são necessários 250 g de farinha de trigo, 180 g de açúcar e 120 g de chocolate em pó.

Para fazer um bolo para 30 pessoas utilizando essa mesma proporção, qual será a massa total desses 3 ingredientes, em quilogramas?

(A) 3,675

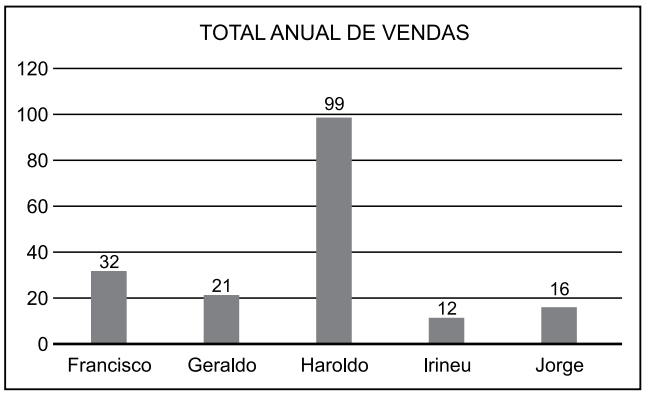
(B) 3,850

(C) 4,125

(D) 4,300

(E) 4,625

23. Observe o gráfico a seguir, que mostra o total anual de vendas de cada um dos cinco vendedores de uma loja de revenda de automóveis:



As vendas de Haroldo representam, do total vendido pelos cinco vendedores, uma porcentagem igual a

(A) 80%.

(B) 75%.

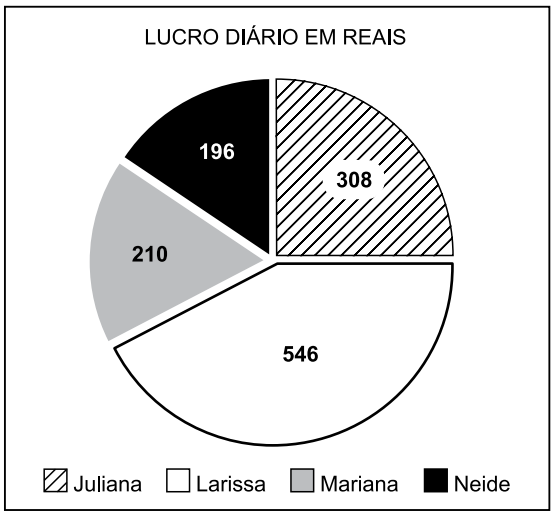
(C) 60%.

(D) 55%.

(E) 50%.

R A S C U N H O

24. Observe o gráfico de setores circulares a seguir, que mostra o lucro, em reais, de quatro vendedoras de cosméticos:



Na construção desse gráfico, a medida (em graus) do setor circular que representa o lucro de Larissa supera a medida do respectivo setor de Mariana em um valor igual a

(A) 85º.

(B) 90º.

(C) 96º.

(D) 102º.

(E) 105º.

25. Um terreno tem a forma de um trapézio retângulo. Se a base menor e a altura dele medem 15 m cada uma, enquanto a base maior mede 35 m, então o perímetro desse trapézio retângulo é igual a

(A) 75 m.

(B) 80 m.

(C) 85 m.

(D) 90 m.

(E) 95 m.

R A S C U N H O

Noções de Informática

26. Um servidor público, navegando no explorador de arquivos do Windows 11, em sua configuração-padrão, decidiu criar um novo diretório para abrigar a documentação de seus colegas de trabalho.

Assinale a alternativa que apresenta corretamente um nome que seria aceito no Windows 11 para esse diretório.

(A) contracheques/2025

(B) contracheques>2025

(C) contracheques:2025

(D) contracheques@2025

(E) contracheques?2025

27. Analise a seguinte planilha, feita no MS-Excel 2021, em sua configuração-padrão:

	A	B	C
1	**Servidor**	**Avaliação**	**Comissão**
2	João	8	R$ 28,00
3	Maria	9	R$ 35,00
4	Pedro	6,5	R$ 25,00
5	Natasha	8	R$ 78,00
6			

Um usuário incluiu a seguinte fórmula na célula A6:

=SOMASE(B2:B5;">=8,0";C2:C5)

Assinale a alternativa que apresenta corretamente o resultado obtido por esse usuário.

(A) 106

(B) 35

(C) 0

(D) #N/D

(E) 141

28. Um servidor público, utilizando o programa MS-PowerPoint 2021, em sua configuração-padrão, está construindo uma apresentação e precisa visualizar suas anotações no momento da apresentação dos slides.

Para atingir esse objetivo, ele deve acessar uma configuração que consta em qual aba do programa?

(A) Inserir

(B) Exibição

(C) Apresentação de Slides

(D) Animações

(E) Revisão

29. No Google Formulários, para _____, é necessária a instalação de um *plugin*.

A lacuna é corretamente preenchida por:

(A) usar *templates* prontos e importar questões de modelos

(B) fechar o formulário automaticamente a partir de um número máximo de respostas

(C) dividir o formulário por seções

(D) criar um teste com pontuação, similar a um *quiz*

(E) gerar um link com o formulário pré-preenchido

30. O modo de navegação anônima, presente em navegadores de internet como o Google Chrome e o Mozilla Firefox, tem, entre as suas funcionalidades, a de

(A) impedir o rastreamento pelo provedor de internet.

(B) permitir mudar a localização da conexão, simulando uma conexão de outro país, por exemplo.

(C) permitir navegar de forma segura de invasões ao utilizar redes sem fio sem proteção.

(D) não armazenar cookies e dados de formulários ao fechar o navegador.

(E) ocultar o endereço de IP.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

31. No tênis de mesa, as partidas são disputadas em sets, sendo que, para vencer uma partida, o competidor deverá ganhar quatro sets.

Por quantos sets é composta uma partida de tênis de mesa?

(A) Cinco.

(B) Sete.

(C) Nove.

(D) Dez.

(E) Onze.

32. O atletismo é uma modalidade que contempla provas de pista, campo, de rua e aquelas que são uma combinação dessas.

Assinale a alternativa que identifica uma prova combinada de pista e campo da modalidade atletismo.

(A) Heptatlo.

(B) Salto em distância.

(C) Arremesso de peso.

(D) Corrida com barreiras.

(E) Revezamento.

33. Sobre a finalização dos períodos de jogo na modalidade futsal, o cronometrista sinaliza o final de cada período de 20 minutos e os períodos extras. De acordo com as regras, um período termina quando

(A) o cronometrista concede o tempo técnico, se a equipe que o solicitou estiver com a posse de bola.

(B) um jogador tocar na bola antes dela tocar na quadra.

(C) um jogador sai da quadra de jogo para se hidratar.

(D) o sinal acústico toca, mesmo que os árbitros não o indiquem com o seu apito.

(E) for cometida uma infração quando a bola não estiver em jogo.

34. A ginástica artística é um esporte olímpico que se caracteriza pela combinação de capacidades físicas como força, agilidade, equilíbrio, e suas coreografias encantam os expectadores. É uma modalidade que engloba várias provas, realizadas tanto em aparelhos comuns ao masculino e ao feminino quanto em aparelhos distintos para os dois grupos, sendo que cada aparelho tem um grau de exigência específico.

Os giros, os saltos, os passos e os movimentos acrobáticos realizados pelos ginastas, são movimentos do seguinte aparelho da ginástica artística:

(A) argolas.

(B) barra assimétricas.

(C) cavalo com alças.

(D) mesa de salto.

(E) solo.

35. Analise a definição a seguir acerca de um dos diferentes tipos de tiro que o handebol tem em suas regras.

Uma das opções de aplicação deste tipo de tiro se dá quando um jogador de quadra da equipe defensora foi o último a tocar a bola antes de ela cruzar a linha de fundo de sua própria equipe.

Esse tipo de tiro do handebol é o

(A) de 7 metros.

(B) lateral.

(C) de saída.

(D) livre.

(E) de meta.

36. Os esportes radicais podem ser praticados em diversos ambientes, pelos quais são determinados, por exemplo, os esportes radicais de aventura, que ocorrem na natureza, enquanto os esportes radicais de ação ou urbanos acontecem em locais construídos para a sua execução.

Assinale a alternativa que apresenta, respectivamente, um esporte radical de aventura na natureza e um urbano.

(A) Tênis e judô.

(B) Alpinismo e snowboard.

(C) Trekking e skate.

(D) Parkour e patinação.

(E) Surf e paraquedismo.

37. No mundo, tem sido observado um aumento da importância conferida às pesquisas em psicologia do exercício e do esporte, em virtude dos benefícios que o esporte traz à saúde e à qualidade de vida. As áreas que contemplam a Psicologia do esporte envolvem a atuação do psicólogo do exercício e do esporte em diferentes segmentos, e cada área organiza o trabalho de acordo com a atuação dos atletas. Sobre este tema, analise a definição a seguir:

Essa área, engloba o trabalho tanto de atletas lesionados quanto de atletas deficientes físicos ou intelectuais. Nessa área, a Psicologia investiga os aspectos preventivos e terapêuticos do esporte e do exercício.

Essa definição identifica o atendimento ao esporte

(A) de reabilitação.

(B) escolar.

(C) de precisão.

(D) recreativo.

(E) de rendimento.

38. Em relação aos esportes paralímpicos, analise as seguintes informações:

– na classificação funcional, eles são divididos em quatro classes, de acordo com o grau da deficiência e da necessidade de auxílio ou não;
– de acordo com as regras, é permitido o uso de uma calha, para dar mais propulsão à bola, para os atletas com maior grau de comprometimento;
– em alguns casos, o calheiro acaba sendo a mãe ou o pai do atleta.

Essas regras referem-se à seguinte modalidade de esporte paralímpico:

(A) atletismo.

(B) bocha.

(C) ciclismo.

(D) remo.

(E) judô.

39. Ao assistir uma vítima, o profissional de Educação Física deve estar preparado para prestar o atendimento chamado suporte básico de vida. Em uma situação hipotética, em um campeonato regional de jiu-jítsu, em que um competidor tenha sofrido uma queda e tido uma fratura exposta, o atendimento deverá ser realizado no sentido de

(A) estabilizar o acidentado para baixar gradativamente a temperatura do seu corpo.

(B) deitar o acidentado de bruços, com uma das mãos sobre a outra e embaixo da cabeça.

(C) manter a inclinação da cabeça do acidentado para trás até que o queixo fique em um nível superior ao do nariz.

(D) priorizar o controle da hemorragia com o uso de curativos limpos e esterilizados sobre o ferimento do acidentado.

(E) encaminhar o acidentado para atendimento especializado, se possível com uma tala de compressão.

40. De acordo com os estudos da área, um dos principais componentes que precisa ser considerado, no treinamento desportivo, é a avaliação dos aspectos físicos, que contempla o desenvolvimento das capacidades físicas dos indivíduos.

Assinale a alternativa que identifica somente o grupo com capacidades físicas:

(A) força, resistência e velocidade.

(B) tonicidade, esquema corporal e resistência.

(C) ritmo, velocidade e coordenação motora.

(D) equilíbrio, força e lateralidade.

(E) orientação espacial, orientação temporal e desenvolvimento motor.

41. Esse método é utilizado para avaliar a capacidade e a potência aeróbia, sobretudo em testes voltados para a avaliação da aptidão física aeróbia. Afere o volume máximo de oxigênio que o corpo pode consumir durante o exercício. Trata-se de um método considerado como de padrão elevado ao que se propõe.

Assinale a alternativa que apresenta corretamente o referido método.

(A) Dexa.

(B) Ecocardiograma.

(C) VO2max.

(D) Holter.

(E) Ressonância.

42. Os macronutrientes juntos influenciam a ingestão calórica (IC) e o gasto energético (GE), com importante papel no controle do peso e da reserva de gordura corporal.

Assinale a alternativa que apresenta esses macronutrientes.

(A) Minerais, proteínas e nitrogênio.

(B) Vitaminas, carboidratos e oxigênio.

(C) Aminoácidos, lipídios e flúor.

(D) Carboidratos, proteínas e lipídios.

(E) Fibras, carbono e hidrogênio.

43. A queda da pressão arterial que ocorre por meio do exercício, provavelmente associada a uma vasodilatação decorrente da liberação de substâncias, como bradicinina e óxido nítrico, que têm ação vasodilatadora e agem no endotélio do vaso, é denominada

(A) hipotensão.

(B) hipertireoidismo.

(C) hipertrofia.

(D) hipocalórica.

(E) hipoidratação.

44. Os carboidratos (CHO) são formados por carbono e água e pela combinação de átomos de hidrogênio, carbono e oxigênio (hidratos de carbono), fundamentais no fornecimento de energia ao organismo por meio do catabolismo da glicose presente na corrente sanguínea. Após a digestão, os carboidratos são armazenados na forma de glicogênio

(A) cardíaco e venoso.

(B) endócrino e sensorial.

(C) respiratório e linfático.

(D) muscular e hepático.

(E) digestório e esquelético.

45. Preparar o idoso para as atividades do dia a dia é um desafio que se instalou na atualidade. A intenção é prevenir as lesões, retardando o envelhecimento e evitando doenças crônicas como hipertensão, obesidade e diabetes, entre outros problemas comuns nessa faixa etária. Com o surgimento da medicina preventiva, uma atividade indicada para os idosos que adveio da necessidade de trabalhar todas as funcionalidades do corpo foi:

(A) o beach tênis.

(B) a canoagem.

(C) o crossfit.

(D) o judô.

(E) o treinamento funcional.

46. A malha é um jogo indicado para competições entre idosos. Caracteriza-se pelo lançamento de discos de metal em direção a um pino com a intenção de derrubá-lo ou de deixar a malha o mais próximo possível dele. Tem uma semelhança com o boliche, mas, em vez de bolas, são utilizados discos, e, em vez de vários pinos, usa-se apenas um pino com formato específico para a modalidade. A pista onde se joga malha é chamada:

(A) cancha.

(B) caneleta.

(C) raia.

(D) quadra.

(E) campo.

47. Estudos demonstram uma importante relação entre a atividade física, a saúde, a qualidade de vida e o envelhecimento. Para os idosos, são recomendadas atividades aeróbicas, pois elas propiciam efeitos benéficos para a saúde. Entre as atividades indicadas, uma se destaca por poder ser realizada em locais acessíveis, ser de baixo impacto e ainda eventualmente favorecer o contato social. Trata-se

(A) do tai chi chuan.

(B) da ioga.

(C) das lutas.

(D) da meditação.

(E) da caminhada.

48. Na aprendizagem motora, as habilidades manipulativas se caracterizam por movimentos como

(A) saltar e sentar.

(B) dançar e sambar.

(C) arremessar e lançar.

(D) girar e equilibrar.

(E) caminhar e correr.

49. O esporte, compreendido como um instrumento de inserção social, pode contribuir para a formação de valores, para o respeito e para a superação de limites, dentre outros princípios. Nesse sentido, a educação esportiva é essencial para a

(A) formação de opiniões.

(B) promoção de cidadania.

(C) composição de equipes.

(D) criação de novas modalidades.

(E) geração de talentos.

50. O Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), criado em 1º de setembro de 1998, formulou a Resolução nº 056/2003, a qual dispõe sobre o

(A) Guia das ações dos Profissionais de Educação Física.

(B) Manual dos Instrutores da Educação física.

(C) Código de Ética dos Profissionais de Educação Física.

(D) Tratado dos Professores de Educação Física.

(E) Regulamento das Normas para Atuação Profissional.