



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO FRANCISCO - PB



NÍVEL SUPERIOR EDUCADOR FÍSICO

EXAME GRAFOTÉCNICO:

(Transcreva a frase abaixo no local indicado na sua Folha de Respostas)

**Do alto do Cruzeiro eu vejo a liberdade,
Oh minha São Francisco, Oh Terra amada.**

INSTRUÇÕES:

1. Verifique se este caderno de provas contém 40 (quarenta) questões de múltipla escolha, sendo Língua Portuguesa de 01 a 15, Raciocínio Lógico de 16 a 25 e Conhecimentos Específicos de 26 a 40.
2. Observe se há falhas ou imperfeições gráficas que causem dúvidas. Caso existam, comunique imediatamente ao Fiscal de Sala.
3. Confira seus dados na Folha de Respostas com os dados do Cartão de Inscrição.
4. Esta Prova tem duração de 4 (quatro) horas. Não é permitida a saída do candidato antes de transcorridas 2 (duas) horas completas, sob pena de eliminação.
5. É vetado, durante a prova, o intercâmbio ou empréstimo de material de qualquer natureza entre os candidatos, bem como o uso de celulares, calculadoras e/ou qualquer outro tipo de equipamento eletrônico. A fraude, ou tentativa, a indisciplina e o desrespeito às autoridades encarregadas dos trabalhos são faltas que eliminam o candidato.
6. Certifique-se de que assinou a lista de presença e que preencheu adequadamente todos os espaços da Folha de Respostas.
7. Ao finalizar a prova, entregue ao fiscal o Caderno de Prova e a Folha de Respostas, sob pena de eliminação.

PORTUGUÊS

O Texto I deve ser lido para responder às questões de 1 a 6.

Texto I

PAÍSES PRECISAM TRATAR A SOLIDÃO COMO UM PROBLEMA PÚBLICO

Sucesso de uma nação não é apenas produzir mais, é perder menos gente para o silêncio

Waldemar Magaldi Filho
20 set. 2025 às 10h10

Quando a vida perde o fio do sentido, até um simples resfriado pode derrubar. Não é exagero poético, é uma descrição precisa do que acontece quando o organismo psíquico se vê sem horizonte, sem pertencimento, sem uma razão que amarre as horas do dia.

Longe de um misticismo nebuloso, essa "tarefa" é o nome clássico de uma experiência cotidiana, a sensação de ter valor para alguém, de que o esforço tem direção, de que o mundo ainda nos pede algo. Quando esse chamado some, o corpo registra, a imunidade cede, a mente fecha e ficamos "bloqueados". O destino de pessoas e de sociedades muda quando o sentido deixa de existir.

É aí que entra um termo incômodo, nascido do esforço de dois economistas, Anne Case e Angus Deaton: "mortes por desespero". A expressão reúne três causas de morte que se expandiram em certas populações ao longo das últimas décadas: suicídio, overdose de drogas e doenças hepáticas relacionadas ao álcool.

Por trás dos números o desenho social de isolamento, perda de propósito, empregos que somem, comunidades que se desfazem, dor crônica tratada como mercadoria. O fenômeno foi fotografado com nitidez em partes dos Estados Unidos. Mas não se trata de um destino americano, é um alerta universal. Quando vínculos esgarçam e perspectivas encolhem, a curva do desespero sobe. E desespero não é só um afeto, é uma política do corpo.

A literatura de saúde pública insiste que o sentido é também um determinante social. Não basta aconselhar resiliência individual quando as estruturas que sustentam a vida comum – trabalho digno, moradia, transporte, escola, cuidado – estão corroídas.

Não se trata de eleger um culpado único – crises têm múltiplas causas, da inovação tecnológica aos choques geopolíticos –, mas de notar um padrão, quando políticas públicas passam a tratar a segurança econômica, a saúde, a educação e o cuidado como linhas de custo a serem comprimidas, a conta aparece em outro lugar.

Aparece na sobrecarga das famílias, na precarização silenciosa de territórios, na medicalização do sofrimento social, na anestesia como resposta. A retórica da meritocracia sem freios é psicologicamente tóxica porque produz um tipo de vergonha que isola. E isolamento é adubo para o desespero.

Dizer que "a matéria ganhou primazia sobre a alma" não é uma oposição simplista entre economia má e espiritualidade boa. É uma constatação sobre prioridades, quando o preço vira a linguagem, perde estatuto de valor. O resultado é uma sociedade eficiente para produzir coisas e inábil para acolher pessoas. E, no entanto, não há contradição entre prosperidade e sentido, há desordem de metas.

O desafio é civilizatório, alinhar incentivos econômicos a finalidades humanas. Isso significa cinco linhas de ação que cabem na pauta pública e na vida miúda: políticas de emprego que recompensem o trabalho decente; um sistema de saúde que integre cuidado mental desde a atenção primária; regulação e responsabilidade corporativa em mercados que lidam com dor e dependência; investimento em educação continuada e requalificação que devolvam horizonte a trabalhadores em transição; e, por fim, uma agenda de convivência que trate a solidão como problema público, promovendo espaços, tempos e serviços que refaçam a comunidade.

Fonte: MAGALDI FILHO, Waldemar. Países precisam tratar a solidão como um problema público. *Folha de São Paulo*, 20 set. 2025. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/ilustrissima/2025/09/uma-sociedade-eficiente-para-produzir-coisas-e-inabil-em-acolher-pessoas.shtml>. Acesso em: 20 set. 2025. Adaptado.

1ª QUESTÃO

Acerca do Texto I, analise as seguintes assertivas.

- I- A falta de horizontes, a solidão, não se sentir importante para alguém ou para o mundo são fatores que influenciam a saúde orgânica – e isso pode impactar a economia de uma nação.
- II- As chamadas “mortes por desespero”, cada vez mais comuns nas últimas décadas em algumas populações, incluem o suicídio, a overdose por drogas e doenças hepáticas devido ao uso abusivo de álcool.
- III- A saúde pública não pode ser considerada um determinante social porque não afeta o equilíbrio econômico de um país.
- IV- A primazia da matéria sobre a alma é vista pelo autor como uma questão de prioridades.

É CORRETO o que se afirma em:

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

2ª QUESTÃO

Sobre o propósito comunicativo do Texto I, é CORRETO afirmar que se trata de:

- a) relatar o trabalho dos economistas Anne Case e Angus Deaton sobre "mortes por desespero".
- b) argumentar sobre a necessidade de os países tratarem a solidão como uma questão de saúde pública.
- c) narrar a trajetória acerca da literatura sobre saúde pública nos Estados Unidos.
- d) descrever como choques geopolíticos podem ser responsáveis pelo sentimento de perda de propósito.
- e) dissertar sobre como contornar o problema social para que ele não prejudique o setor econômico.

3ª QUESTÃO

O Texto I é um artigo de opinião. A respeito desse gênero textual, analise as assertivas a seguir.

- I- A tipologia textual predominante em um artigo de opinião é a argumentação.
- II- Num artigo de opinião, a descrição de um problema é mais importante do que a persuasão do público leitor/ouvinte.
- III- O domínio dos elementos da situação comunicativa no texto envolve a compreensão do público-alvo, do contexto de circulação e das normas implícitas que regem o gênero.
- IV- No artigo de opinião em análise, o público-alvo precisa dominar a norma padrão da linguagem para compreender o texto.

É CORRETO o que se afirma em:

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

4ª QUESTÃO

No período retirado do Texto I: “Mas não se trata de um destino americano, é um alerta universal. Quando vínculos esgarçam e perspectivas encolhem, a curva do desespero sobe. E desespero não é só um afeto, é uma política do corpo”, do ponto de vista das relações semântico-pragmáticas, tem-se um exemplo de:

- a) heteronímia.
- b) sinonímia.
- c) antonímia.
- d) paronímia.
- e) modalização.

5ª QUESTÃO

Considerando o trecho retirado do Texto I: “Não se trata de eleger um culpado único – crises têm múltiplas causas, da inovação tecnológica aos choques geopolíticos –, mas de notar um padrão, quando políticas públicas passam a tratar a segurança econômica, a saúde, a educação e o cuidado como linhas de custo a serem comprimidas, a conta aparece em outro lugar”, analise as assertivas que seguem.

- I- No aposto “crises têm múltiplas causas, da inovação tecnológica aos choques geopolíticos”, o substantivo **crises** oferece uma explicação sobre a quais culpados pelo quadro desanimador descrito no texto o autor poderia estar se referindo, enquanto o substantivo **causas** aponta para fatores que poderiam desencadear as crises, tais como a inovação tecnológica e os choques geopolíticos.
- II- O referente do sujeito “**a conta**”, em “**a conta** aparece em outro lugar”, não pode ser recuperado no texto em si, mas na exterioridade do texto, o que acarreta um problema de coesão.
- III- A classe de palavras **substantivo** é relevante para a coerência do período, uma vez que a intenção do autor é argumentar sobre uma situação, ou seja, sobre algo que está ocorrendo na sociedade, e que exige várias denominações, como ocorre em “múltiplas **causas**”, “**políticas** públicas”, “**segurança** econômica”, por exemplo.

É CORRETO o que se afirma em:

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

6ª QUESTÃO

Considerando a coesão do texto, é CORRETO afirmar que:

- a) em “Longe de um misticismo nebuloso, **essa "tarefa"** é o nome clássico de uma experiência cotidiana”, o termo em destaque não encontra o seu referente explícito no texto. É uma referência exofórica.
- b) em “[...] é uma descrição precisa do que acontece quando o organismo psíquico se vê sem horizonte, sem pertencimento, sem uma razão **que** amarre as horas do dia”, o pronome relativo em destaque tem por referente o substantivo **descrição**.
- c) em “Aparece na sobrecarga das famílias, na precarização silenciosa de territórios, na medicalização do sofrimento social, na anestesia como resposta”, o referente **a conta** está elíptico.
- d) em “três causas de morte **que** se expandiram”, empregos **que** somem” e “comunidades **que** se desfazem”, o termo em destaque exerce funções sintáticas diferentes.
- e) em “O desafio é civilizatório, alinhar incentivos econômicos a finalidades humanas. **Isso** significa cinco linhas de ação que cabem na pauta pública e na vida miúda”, o pronome demonstrativo em destaque é um exemplo de retomada catafórica.

7ª QUESTÃO

No Texto II:

Texto II



Fonte: DICAS HISTÓRICAS. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/DOIzO8GjpHC/>. Acesso em: 2 out. 2025.

Os substantivos **Biologia**, **Medicina**, **Jornalismo** e **História**, que nomeiam cursos e compõem as orações que formam a tira, do ponto de vista sintático são todos exemplos de:

- a) objeto indireto.
- b) objeto direto.
- c) complemento nominal.
- d) adjunto adnominal.
- e) adjunto adverbial.

Para responder às questões 8, 9 e 10, leia o Texto III.

Texto III



Fonte: GONSALES, Fernando. **Níquel Náusea**. Disponível em: https://www.instagram.com/p/DO-wPeVDngk/?img_index=1. Acesso em: 2 out. 2025.

8ª QUESTÃO

Acerca do Texto III, analise as assertivas a seguir.

- I- O substantivo “monstro” é empregado na tira de forma ambígua.
- II- A frustração dos monstros é importante para o estabelecimento da coerência do texto.
- III- O humor da tira gira em torno de uma quebra de expectativa.

É CORRETO o que se afirma em:

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

9ª QUESTÃO

No período composto retirado do Texto III: “**Se vocês não se comportarem**, o monstro come vocês!”, a oração em destaque se classifica como:

- a) oração subordinada adverbial condicional.
- b) oração subordinada adjetiva restritiva.
- c) oração subordinada substantiva objetiva direta.
- d) oração subordinada substantiva completiva nominal.
- e) oração principal.

10ª QUESTÃO

Caso a voz verbal da oração “o monstro come vocês!” fosse alterada, o resultado seria: “vocês serão comidos **pelo monstro!**”. Sobre isso, é CORRETO afirmar que:

- a) a voz verbal passa a ser passiva e o termo em destaque exerce a função sintática de adjunto adverbial.
- b) a voz verbal passa a ser passiva e o termo em destaque exerce a função sintática de agente da passiva.
- c) a voz verbal passa a ser ativa e o termo em destaque exerce a função sintática de objeto direto.
- d) a voz verbal passa a ser ativa e o termo em destaque exerce a função sintática de objeto indireto.
- e) a voz verbal passa a ser ativa e o termo em destaque exerce a função sintática de complemento nominal.

O Texto IV se refere às questões de 11 a 15.

Texto IV - Blanco

Marisa Monte

Me vejo no que vejo
Como entrar por meus olhos
Em um olho mais límpido
Me olha o que eu olho
É minha criação
Isto que vejo
Perceber é conceber
Águas de pensamentos
Sou a criatura do que vejo

Fonte: PAZ, Octavio. Blanco. Intérprete: Marisa Monte. **Barulhinho Bom**. Londres: EMI, 1996. Letra disponível em: <https://www.lettras.mus.br/marisa-monte/47272/>. Acesso em: 4 out. 2025.

11ª QUESTÃO

No verso “Sou a **criatura** do que vejo”, o processo de formação da palavra em destaque é:

- a) derivação sufixal.
- b) derivação prefixal.
- c) derivação parassintética.
- d) derivação regressiva.
- e) hibridismo.

12ª QUESTÃO

Ainda considerando o verso “Sou a criatura do que vejo”, é CORRETO afirmar que se trata de uma:

- a) antítese.
- b) metonímia.
- c) catacrese.
- d) comparação.
- e) metáfora.

13ª QUESTÃO

A função da linguagem **predominante** no Texto IV é:

- a) referencial.
- b) metalinguística.
- c) conativa.
- d) emotiva.
- e) fática.

14ª QUESTÃO

Ao colocar na ordem direta os versos 5 e 6 do Texto IV, tem-se o seguinte período composto:

Isto que vejo é minha criação.

É CORRETO afirmar que a oração em destaque se classifica como uma oração:

- a) subordinada adjetiva restritiva.
- b) subordinada adjetiva explicativa.
- c) subordinada substantiva objetiva indireta.
- d) coordenada sindética adversativa.
- e) coordenada sindética conclusiva.

15ª QUESTÃO

Observe os seguintes versos da canção:

Me vejo no que vejo
Como entrar por meus olhos
Em um olho mais **ímpido**

É CORRETO afirmar sobre a palavra em destaque que é uma palavra:

- a) paroxítona e no texto atua como antônimo de **conturbado**.
- b) oxítona e no texto atua como sinônimo de **inexplicável**.
- c) paroxítona e no texto atua como antônimo de **tépido**.
- d) proparoxítona e no texto atua como sinônimo de **transparente**.
- e) proparoxítona e no texto atua como sinônimo de **enigmático**.

RACIOCÍNIO LÓGICO

16ª QUESTÃO

Considere as seguintes proposições:

R: Todo campeão olímpico é medalhista;

S: $a + b = 4$, tal que $a = 1$ e $b = 2$.

Nesse contexto, é CORRETO afirmar que:

- a) a proposição **S** é falsa e a conjunção lógica ($\mathbf{R} \wedge \mathbf{S}$) é verdadeira.
- b) a proposição **R** é falsa e a disjunção lógica ($\mathbf{R} \vee \mathbf{S}$) é verdadeira.
- c) a proposição **S** é verdadeira e a disjunção lógica ($\mathbf{R} \vee \mathbf{S}$) é falsa.
- d) a proposição **R** é verdadeira e a conjunção lógica ($\mathbf{R} \wedge \mathbf{S}$) é verdadeira.
- e) as proposições **R** e **S** são, respectivamente, verdadeira e falsa. Portanto, a conjunção lógica ($\mathbf{R} \wedge \mathbf{S}$) é falsa.

17ª QUESTÃO

Complete a Tabela-verdade a seguir:

Tabela-verdade

R	S	$\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{S}$	$\sim \mathbf{R} \vee \mathbf{S}$
V	V		
V	F		
F	V		
F	F		

Analise as assertivas e assinale a alternativa CORRETA.

- a) A proposição composta ($\sim \mathbf{R} \vee \mathbf{S}$) foi construída mediante uma conjunção lógica.
- b) A proposição composta ($\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{S}$) é tautológica.
- c) As duas proposições compostas, ($\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{S}$) e ($\sim \mathbf{R} \vee \mathbf{S}$), são equivalentes.
- d) As duas proposições compostas, ($\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{S}$) e ($\sim \mathbf{R} \vee \mathbf{S}$), são contradições.
- e) A proposição composta ($\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{S}$) é contingente e a proposição composta ($\sim \mathbf{R} \vee \mathbf{S}$) é tautológica.

18ª QUESTÃO

Considere as proposições abaixo:

P: Carlos não é electricista;

Q: Maria é comissária de bordo;

R: Jorge é concursado.

É CORRETO afirmar que:

- a) **Jorge não é concursado ou Carlos não é electricista**, traduzida para linguagem lógica, é equivalente a ($\sim \mathbf{R} \wedge \mathbf{P}$).
- b) **Carlos é electricista** é a negação da proposição **P** e a proposição composta **Carlos não é electricista e Jorge é concursado** é a disjunção das proposições **P** e **R**.
- c) **Jorge é concursado ou Maria é comissária de bordo** é uma conjunção lógica.
- d) **Carlos é electricista ou Maria não é comissária de bordo**, traduzida para linguagem lógica, é equivalente a $\sim (\mathbf{P} \wedge \mathbf{Q})$.
- e) **Maria é comissária de bordo e Jorge não é concursado** é a conjunção das proposições **Q** e **R**.

19ª QUESTÃO

Os pais de Marília, a mais nova de dois irmãos, casaram-se em 1961, quando tinham uma diferença de idade de 23 anos. Sabe-se, ainda, que as informações a seguir também se referem a Marília:

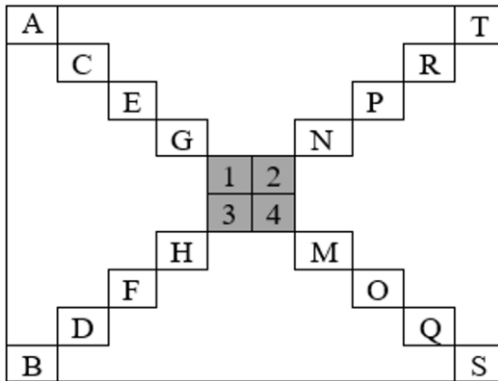
- (i) nasceu em 1981, ano em que sua mãe completou 38 anos;
- (ii) seu pai é mais velho que sua mãe;
- (iii) seu irmão é 10 anos mais velho que ela.

É CORRETO afirmar que:

- a) em 2024, a mãe de Marília completou 79 anos.
- b) o pai de Marília nasceu em 1920 e em 2024 seu irmão completou 53 anos.
- c) em 2024, o irmão de Marília completou 54 anos.
- d) o pai de Marília nasceu em 1923.
- e) quando Marília nasceu, seu pai tinha 60 anos.

20ª QUESTÃO

A Figura 01 é composta por duas escadas independentes que se cruzam, formando um quadrado de letras.



Fonte: CPCON

Analise o padrão de formação das escadas e determine as letras correspondentes aos números 1, 2, 3 e 4, RESPECTIVAMENTE.

- a) H, J, I, I.
- b) H, I, I, J.
- c) A, B, C, D.
- d) I, K, J, L.
- e) I, L, J, K.

21ª QUESTÃO

Após a realização de uma corrida de 5km, o tempo final dos 8 (oito) primeiros atletas foi divulgado na Tabela 01 a seguir:

Tabela 01 – Tempo de prova

Posição	Número de inscrição	Tempo final
01	0014	12min04seg
04	1234	14min18seg
07	0356	17min21seg
03	1102	12min45seg
02	0025	?
08	0001	22min00seg
06	0011	16min14seg
05	0007	15min01seg

Fonte: CPCON

Sabendo-se que a diferença de tempo entre os 2 (dois) primeiros candidatos foi de 10 segundos e desconsiderando a fração em segundos do tempo final de cada candidato, assinale a alternativa que apresenta, CORRETA e RESPECTIVAMENTE, a **média aritmética**, a **moda** e a **mediana** da sequência crescente formada pelo tempo final dos candidatos.

- a) 15; 12 e 14,5.
- b) 14,5; 12 e 15.
- c) 15; 14,5 e 12.
- d) 10; 11 e 12.
- e) 12; 15 e 14,5.

22ª QUESTÃO

Dadas as sequências numéricas Seq1 e Seq2 a seguir, após determinar as incógnitas, é CORRETO afirmar que:

Seq1: 2, **a**, **b**, **c**, 14, 17, 20

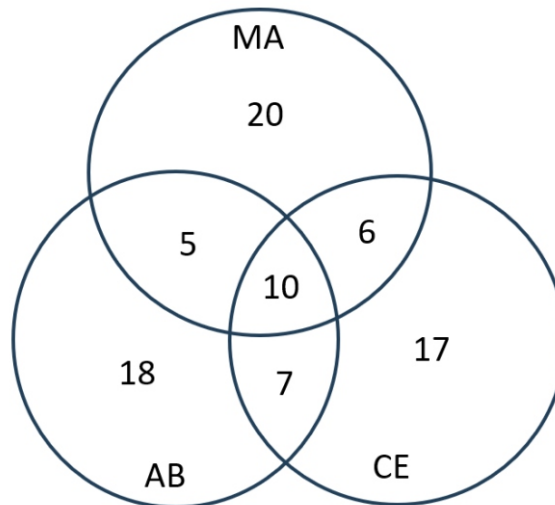
Seq2: 4, **x**, **y**, **z**, 324, 972, 2916

- a) a incógnita **c** é igual a 10.
- b) a média aritmética das incógnitas **x**, **y** e **z** é igual a 51.
- c) a média aritmética das incógnitas **a**, **b** e **c** é igual a 8 e a incógnita **z** é igual a 108.
- d) a soma das incógnitas **x** e **y** é igual a 47.
- e) a média aritmética da Seq1 é igual a 10 e mediana da Seq2 é igual a 108.

23ª QUESTÃO

Um simulado composto por três disciplinas, **Matemática Aplicada (MA)**, **Álgebra Booleana (AB)** e **Circuitos Elétricos (CE)**, foi aplicado, de forma separada, ao final de um curso Técnico em Eletroeletrônica. A quantidade de alunos que realizaram a prova de cada disciplina, em um universo de 85 alunos matriculados, foi apresentada por meio do Diagrama de Venn a seguir:

Figura 02 - Diagrama de Venn



Fonte: CPCON

Com base nas informações contidas na Figura 02, é CORRETO afirmar que:

- a) apenas 5 alunos realizaram simultaneamente as provas de Matemática Aplicada e Álgebra de Booleana.
- b) apenas 17 alunos realizaram a prova de Circuitos Elétricos.
- c) 40 alunos realizaram a prova de Matemática Aplicada.
- d) 10 alunos realizaram as três provas simultaneamente e 16 alunos realizaram as provas de Matemática Aplicada e Circuitos Elétricos simultaneamente.
- e) 82 alunos realizaram o simulado e 3 são faltosos.

24ª QUESTÃO

Considerando o abecedário da língua portuguesa, determine a próxima letra da sequência e assinale a alternativa CORRETA cuja palavra inicia com a letra encontrada.

B, D, G, K, P, ____.

- a) VAZIO.
- b) WINDOWS.
- c) XADREZ.
- d) YOGA.
- e) ZEBRA.

25ª QUESTÃO

A matriz da Figura 03 foi construída admitindo a mesma regra lógica para a formação das linhas e colunas. Além disso, todos os elementos que a compõem pertencem ao conjunto $A = \{5, 10, 15, 25\}$.

Nesse contexto, é CORRETO afirmar que:

5	10	15	25
10	A1	A2	15
15	A3	A4	10
25	15	10	5

Fonte: CPCON

- a) A2 e A3 são necessariamente iguais a 5.
- b) A1 e A4 são iguais a 5 ou iguais a 25.
- c) A1 e A4 são necessariamente iguais a 25.
- d) A2 e A3 são diferentes.
- e) A1 e A4 são diferentes.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

26ª QUESTÃO

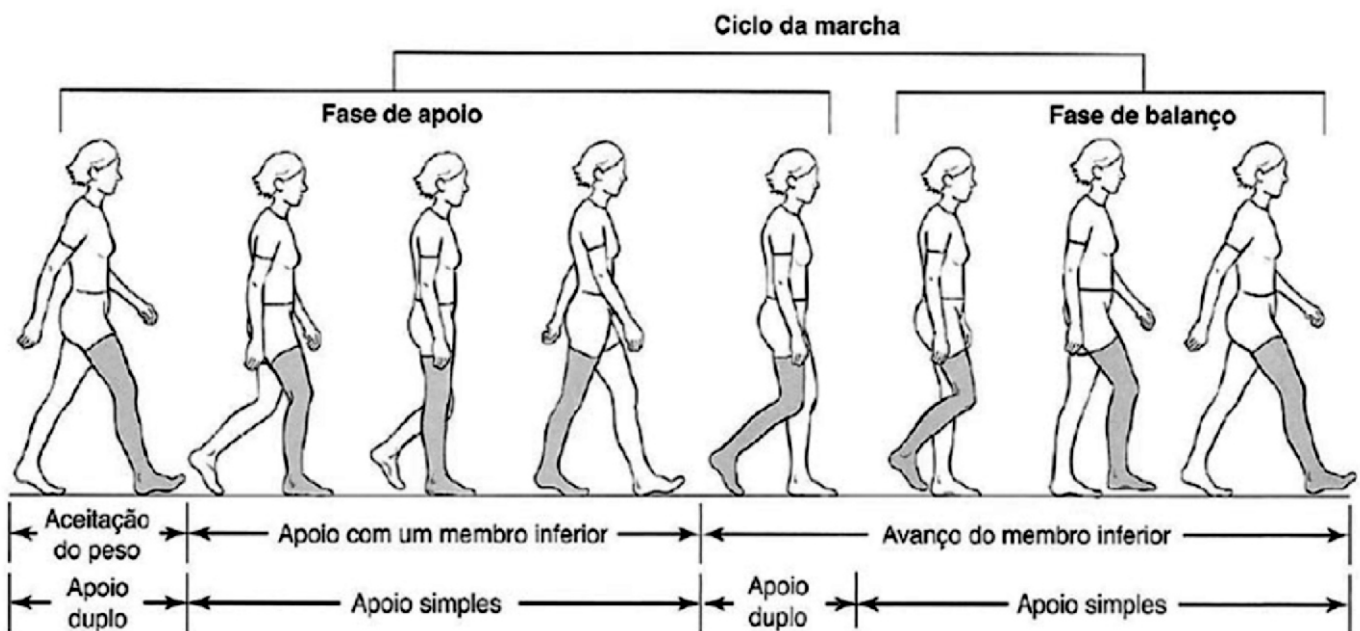
O Sistema Único de Assistência Social (SUAS) é um sistema descentralizado e participativo, público, não contributivo, integrado pelos entes federativos e pelos respectivos conselhos de assistência social e entidades de assistência social abrangida pela Lei Orgânica de Assistência Social – LOAS. Um projeto de Educação Física realizado em parceria com o SUAS deve priorizar a:

- a) seleção de talentos esportivos para clubes de alto nível.
- b) criação de espaços para promoção da cidadania, da saúde e da inclusão social.
- c) reprodução de modelos internacionais de treinamento.
- d) competição como ferramenta central de intervenção.
- e) exclusividade de práticas corporais com foco em rendimento.

27ª QUESTÃO

Durante a marcha normal, o corpo utiliza mecanismos específicos que reduzem o deslocamento vertical e lateral do centro de massa, favorecendo a economia de energia. Esses mecanismos, conhecidos como determinantes da marcha, envolvem ajustes articulares e pélvicos ao longo do ciclo.

Figura 1 – Ciclo da marcha



Fonte: Biomecânica Básica (Susan J. Hall, 2016, 7ª edição em português, Guanabara Koogan).

A partir deste contexto, analise as assertivas a seguir:

- I- A rotação da pelve no plano transversal contribui para aumentar o comprimento do passo e reduzir oscilações do centro de massa.
- II- A inclinação pélvica lateral controlada reduz o deslocamento vertical do centro de massa durante a fase de apoio.
- III- A flexão do joelho na fase de apoio inicial atua diminuindo o pico de deslocamento vertical do centro de massa.
- IV- A adução do quadril associada ao valgo fisiológico do joelho reduz o deslocamento lateral do centro de massa.

É CORRETO o que se afirma em:

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

28ª QUESTÃO

A energia contida nos alimentos (glicídios, lipídios e proteínas), quando ingeridas, torna-se disponível para as células sob a forma de potencial energético chamado Adenosina Trifosfato ou ATP. As três formas metabólicas de transformação dos nutrientes em energia são: anaeróbica alática, anaeróbica láctica e aeróbica. A partir deste contexto, analise as assertivas a seguir:

- I-** Anaeróbica alática refere-se às atividades intensas que utilizam como substrato energético a fosfocreatina.
- II-** Anaeróbica láctica possui como substrato energético a glicose e também predominam as atividades físicas intensas.
- III-** A aeróbia possui como substrato tanto a glicose quanto a gordura, dependendo da intensidade. Quanto mais intensa, maior a demanda de glicose; quanto mais moderada/leve for a intensidade, maior a utilização e gordura.

É CORRETO o que se afirma em:

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

29ª QUESTÃO

Um indivíduo de 32 anos iniciou um programa de treinamento de força com o objetivo de melhorar o desempenho em corridas de longa distância. Após seis semanas de treino em circuito, relatou que se sente mais resistente, mas não percebe grande aumento de força máxima. Seu treinador, então, explicou que os exercícios realizados estavam contribuindo para a resistência muscular localizada, mas não eram suficientes para estimular ganhos expressivos de força. Decidiu, portanto, ajustar a periodização do treino, aumentando a carga e reduzindo o número de repetições. Além disso, incluiu dias de descanso ativo para favorecer a recuperação.

Considerando os princípios biológicos do exercício físico, é CORRETO afirmar que o caso descrito exemplifica a aplicação dos princípios de:

- a) especificidade, sobrecarga e recuperação.
- b) continuidade, individualidade biológica e reversibilidade.
- c) adaptação, variabilidade e interdependência volume-intensidade.
- d) sobrecarga, variabilidade e continuidade.
- e) especificidade, adaptação e reversibilidade.

30ª QUESTÃO

O Código de Ética do Profissional de Educação Física (Resolução CONFEF nº 508/2023) estabelece princípios e deveres que norteiam a conduta na atuação profissional. Considerando esse código, analise o estudo de caso.

Um professor trabalha em uma clínica de reabilitação. Durante o atendimento, ele recebeu um novo beneficiário que apresentava limitações motoras após uma cirurgia. O professor, sem avaliar profundamente as condições de saúde do paciente, aplicou um programa de exercícios padronizado, usado em outros casos semelhantes. Além disso, não entregou por escrito as orientações de execução, alegando que as explicações verbais eram suficientes. Em reuniões de equipe, o professor comentou em tom de ironia sobre a falta de disciplina do paciente, afirmando que ele não tinha empenho. Meses depois, o paciente abandonou o tratamento, alegando falta de confiança e desrespeito.

Com base no Art. 3º do Código de Ética do Profissional de Educação Física, analise as afirmações:

- I-** O professor descumpriu o inciso IV, pois não personalizou o programa de atividades em função da saúde do paciente.
- II-** O fato de não fornecer orientações por escrito não caracteriza infração, já que o inciso V apenas recomenda essa prática, sem torná-la obrigatória.
- III-** Ao ironizar o paciente em público, o professor violou o inciso II, que trata do prestígio da profissão e da dignidade de beneficiários e colegas.
- IV-** O atendimento do professor não pode ser considerado seguro nem atualizado, contrariando o inciso III.
- V-** Em caso de perda de confiança, o profissional deve renunciar às funções, conforme previsto no inciso VII.

É CORRETO o que se afirma em:

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

31ª QUESTÃO

O esporte, ao longo das últimas décadas, consolidou-se como uma prática social multifacetada, capaz de assumir diferentes manifestações que vão muito além do alto rendimento. O esporte pode assumir diferentes manifestações, a exemplo do esporte educacional e do esporte de rendimento, cada qual com objetivos e lógicas próprios. Considerando esses referenciais, analise as assertivas abaixo:

- I- O esporte educacional, embora ocorra no ambiente escolar, tem como finalidade principal a identificação e seleção de talentos esportivos para alimentar o esporte de rendimento.
- II- O esporte de rendimento caracteriza-se pela busca de resultados e alto desempenho, sendo sustentado por especialização precoce, treinamento sistemático e regras formais de competição.
- III- O esporte educacional exclui totalmente a dimensão competitiva, visto que a competição contraria os princípios pedagógicos de cooperação e inclusão.
- IV- O esporte de rendimento, apesar de voltado ao alto desempenho, deve obrigatoriamente integrar-se ao projeto político-pedagógico das instituições de ensino.
- V- O esporte educacional tem como característica essencial a ênfase no recorde, na vitória e no reconhecimento público, priorizando sempre os mais habilidosos.

É CORRETO o que se afirma apenas em:

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

32ª QUESTÃO

As mulheres e as populações em situação de vulnerabilidade social enfrentam múltiplas barreiras de acesso a direitos básicos, como saúde, educação, lazer e esporte. Projetos sociais voltados para esses grupos tornam-se fundamentais por promoverem inclusão, cidadania e oportunidades de convivência, contribuindo para reduzir desigualdades históricas e ampliar a participação social.

Os projetos de esporte e lazer voltados a populações em situação de vulnerabilidade social, incluindo mulheres, devem ter como fundamento:

- a) o estímulo exclusivo ao desempenho esportivo como forma de ascensão social.
- b) a criação de espaços de convivência, cidadania e inclusão, superando desigualdades sociais.
- c) a preparação obrigatória para competições, visando ao reconhecimento público.
- d) a segregação por gênero, faixa etária ou classe social para manter a ordem dos projetos.
- e) a ausência de intervenção pedagógica, deixando o lazer ocorrer de forma espontânea e sem mediação.

33ª QUESTÃO

De acordo com dados do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM) do Ministério da Saúde, entre 2023 e 2024, o Brasil registrou 11.801 mortes de pessoas idosas por acidentes domésticos, sendo as quedas a principal causa. A faixa etária mais afetada foi de pessoas acima de 80 anos, com mais de 6,7 mil óbitos no período.

Esse cenário reforça a necessidade de programas de Educação Física voltados ao envelhecimento ativo, com foco na prevenção de quedas, manutenção da autonomia e promoção da qualidade de vida. O treinamento resistido é reconhecido como uma das estratégias mais eficazes na prevenção de quedas em idosos, pois melhora força, equilíbrio e autonomia funcional. Contudo, sua prescrição deve respeitar princípios específicos da fisiologia do envelhecimento.

Fonte: SIMÃO, R. Treinamento de força para prevenção e reabilitação de lesões musculoesqueléticas. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

Nesse sentido, é CORRETO afirmar que:

- a) a prescrição de exercícios resistidos deve excluir qualquer componente de potência, pois movimentos rápidos aumentam a instabilidade em idosos.
- b) exercícios resistidos voltados a pequenos grupos musculares são suficientes para prevenir quedas, uma vez que a força localizada garante estabilidade postural.
- c) a ênfase em exercícios multiarticulares de grandes grupos musculares, com intensidade progressiva e foco em força e potência, é essencial para melhorar equilíbrio e reduzir o risco de quedas.
- d) o treinamento resistido para prevenção de quedas deve ser baseado apenas em exercícios de flexibilidade, pois a força muscular não interfere no equilíbrio.
- e) programas de força não impactam significativamente a estabilidade postural, devendo-se priorizar apenas atividades aeróbicas.

34ª QUESTÃO

A biomecânica usa princípios aliados à anatomia e fisiologia, para entender, prever e otimizar o movimento, ajudando na prevenção de lesões, aumento da performance física e no planejamento de dispositivos. O entendimento dos princípios biomecânicos é fundamental para a otimização do desempenho esportivo e para a prevenção de lesões. Considerando a aplicação prática da biomecânica, é CORRETO afirmar que:

- a) o estudo da cinemática permite descrever variáveis como deslocamento, velocidade e aceleração, enquanto a cinética examina as forças internas e externas que produzem o movimento.
- b) a biomecânica aplicada ao esporte busca somente maximizar o rendimento físico dos atletas, não possuindo implicações para a saúde ou para práticas corporais de lazer.
- c) a análise cinética preocupa-se apenas com as forças externas, como atrito e gravidade, não sendo relevante para compreender contrações musculares internas.
- d) a resistência do ar e o atrito devem ser desconsiderados em análises biomecânicas, pois sua influência é irrelevante em práticas corporais recreativas.
- e) a prevenção de lesões está restrita ao campo da medicina esportiva, não se relacionando diretamente às contribuições da biomecânica.

35ª QUESTÃO

A prática regular de atividade física melhora a qualidade de vida dos brasileiros ao prevenir doenças crônicas, como diabetes e doenças cardíacas, além de reduzir o estresse e a ansiedade, melhorar o sono e fortalecer o corpo e a mente. Apesar de reconhecerem os benefícios, pesquisas indicam que uma parcela significativa da população não atinge as recomendações mínimas de atividade física, como os 150 minutos semanais sugeridos pela OMS, embora o nível de atividade física no país tenha mostrado uma leve melhora em pesquisas recentes.

A prática regular de atividade física, quando integrada a outros componentes de um estilo de vida ativo, constitui um dos pilares da promoção da saúde e da qualidade de vida. Nesse sentido, é CORRETO afirmar que:

- a) a promoção da saúde por meio da atividade física está fortemente associada ao desempenho físico, sendo a melhora da aptidão cardiorrespiratória o aspecto prioritário.
- b) a qualidade de vida é um conceito multidimensional, mas, na prática, sua avaliação deve concentrar-se em indicadores clínicos e biomédicos.
- c) a atividade física de intensidade vigorosa apresenta maior evidência científica de benefícios, tornando-se a principal recomendação para populações em geral.
- d) programas de atividade física voltados à saúde devem considerar fatores físicos, psicossociais e culturais, valorizando tanto exercícios estruturados quanto atividades cotidianas.
- e) a adoção de um estilo de vida ativo contribui principalmente para o aumento da longevidade, embora não apresente impacto significativo sobre a autonomia funcional.

36ª QUESTÃO

O planejamento estratégico em Educação Física visa a definir metas e ações para alcançar objetivos de longo prazo. Envolve a análise do ambiente, a definição de objetivos claros e a implementação de um plano de ação que otimize recursos e promova o desenvolvimento dos indivíduos. De acordo com Oliveira e Gallardo (2011), o planejamento estratégico em Educação Física deve contemplar objetivos, metas e indicadores que orientem a prática pedagógica e a avaliação dos resultados.

Fonte: OLIVEIRA, A. R.; GALLARDO, J. S. P. Planejamento e avaliação em Educação Física. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

Considerando esta perspectiva, é CORRETO afirmar que:

- a) o planejamento estratégico em Educação Física deve se concentrar exclusivamente em aspectos físicos, desconsiderando dimensões sociais e educativas.
- b) as metas devem ser formuladas de modo amplo, sem a necessidade de especificidade, para garantir flexibilidade no processo de avaliação.
- c) os indicadores devem ser estabelecidos apenas ao final do processo pedagógico, uma vez que sua função é relatar e não orientar.
- d) os objetivos definem resultados gerais, enquanto as metas os detalham em prazos e valores mensuráveis, sendo os indicadores as ferramentas que permitem acompanhar sua concretização.
- e) objetivos, metas e indicadores são conceitos sinônimos, podendo ser utilizados de forma intercambiável no processo de planejamento.

37ª QUESTÃO

A anatomia humana aplicada à Educação Física estuda a estrutura e o funcionamento do corpo para compreender o movimento e a saúde, sendo crucial para planejar treinos, prevenir lesões e promover o bem-estar.

Os ossos, articulações e músculos constituem a base estrutural do movimento humano. Considerando sua relação funcional, é CORRETO afirmar que:

- a) as articulações fibrosas permitem grande amplitude de movimento, fundamentais para atividades esportivas como corrida e salto.
- b) o fêmur, maior osso do corpo humano, articula-se com a tíbia, formando a articulação do joelho, que é classificada como sinartrose.
- c) as articulações sinoviais são responsáveis por movimentos amplos, sendo estabilizadas apenas por músculos, sem participação de ligamentos.
- d) o úmero localiza-se no antebraço, articulando-se distalmente com os ossos rádio e ulna.
- e) o deltoide é um músculo do ombro que atua principalmente nos movimentos de abdução do braço, sendo também auxiliar na flexão e extensão.

38ª QUESTÃO

A hiperlordose lombar resulta de um desequilíbrio entre músculos que atuam sobre a articulação do quadril e a região lombar. Esse desajuste gera aumento da curvatura fisiológica e maior tensão nas vértebras de L1 a L5, podendo ocasionar dor e sobrecarga articular.

Estudo de caso: Uma jovem de 25 anos, praticante de musculação, apresenta hiperlordose lombar identificada na avaliação postural. Relata desconforto lombar após permanecer longos períodos em pé e dificuldade para manter a pelve em posição neutra durante os exercícios. Diante disso, o professor de Educação Física elabora um programa de correção postural com foco no restabelecimento do equilíbrio muscular.

A intervenção deve priorizar:

- a) o fortalecimento dos músculos abdominais e glúteos, além do alongamento de iliopsoas e eretores da espinha, favorecendo a retroversão pélvica e o alinhamento lombar.
- b) o fortalecimento do quadríceps e paravertebrais lombares, além do alongamento de isquiotibiais e glúteos, favorecendo maior anteversão pélvica.
- c) o fortalecimento dos músculos adutores e paravertebrais, além de alongar abdominais e isquiotibiais, para reduzir a lordose lombar.
- d) apenas o fortalecimento do reto abdominal, sem necessidade de alongamento, já que a hiperlordose está relacionada exclusivamente à fraqueza abdominal.
- e) o alongamento dos músculos estabilizadores profundos do core, pois eles aumentam a rigidez lombar, o que contribui para a manutenção da hiperlordose.

39ª QUESTÃO

A análise dos planos e eixos é fundamental para compreender o movimento humano. Este conhecimento permite detalhar a natureza e a direção dos movimentos, otimizando o desempenho físico, prevenindo lesões e possibilitando intervenções mais assertivas nas ciências do esporte. Nesse contexto, é CORRETO afirmar que:

- a) a rotação da cabeça ocorre no plano sagital, em torno do eixo transversal.
- b) movimentos no plano sagital ocorrem em torno do eixo longitudinal.
- c) o plano transversal divide o corpo em metades esquerda e direita, permitindo movimentos de flexão e extensão.
- d) o plano frontal divide o corpo em metades anterior e posterior, sendo os movimentos típicos de abdução e adução realizados em torno do eixo ântero-posterior.
- e) os planos de movimento são conceitos abstratos, sem relevância prática na prescrição de exercícios físicos.

40ª QUESTÃO

Durante a prática de exercícios físicos, é comum observar queda progressiva no desempenho, associada a alterações metabólicas e neuromusculares. Esse fenômeno é conhecido como fadiga muscular, que pode ser revertido por meio de processos fisiológicos de recuperação.

A partir deste contexto, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

- I-** A fadiga muscular pode ser definida como a redução transitória da capacidade de gerar força, resultante de fatores metabólicos, neurais e psicológicos.

PORQUE

- II-** Durante a recuperação, processos como reposição de glicogênio, remoção de metabólitos e restabelecimento do equilíbrio ácido-base são fundamentais para restaurar o desempenho muscular.

A respeito dessas asserções, é CORRETO afirmar que:

- a) as asserções I e II são proposições falsas.
- b) as asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
- c) a asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- d) a asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.
- e) as asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.