

**EDUCADOR
BACHAREL**

FÍSICO

TARDE

**ATENÇÃO: FRAUDAR OU TENTAR
FRAUDAR CONCURSOS PÚBLICOS É
CRIME PREVISTO NO ART. 311-A DO
CÓDIGO PENAL.**

ORIENTAÇÕES IMPORTANTES AO CANDIDATO:

1. Conferência de documentos:

- ✓ Verifique seu nome, número do documento e número de inscrição em todos os materiais entregues.
- ✓ Confira o Caderno de Questões quanto a falhas de impressão ou numeração.

2. Cumprimento das normas:

- ✓ O descumprimento de qualquer regra constante no Edital, Caderno de Questões ou Folha de Respostas poderá acarretar a eliminação do candidato.

3. Folha de Respostas:

- ✓ É o único documento válido para avaliação.
- ✓ Preencha corretamente o campo da assinatura.
- ✓ Assinale apenas uma alternativa por item.
- ✓ Utilize apenas caneta esferográfica azul ou preta.
- ✓ Devolva a Folha de Respostas preenchida e assinada ao fiscal.

4. Divulgação de provas e gabaritos:

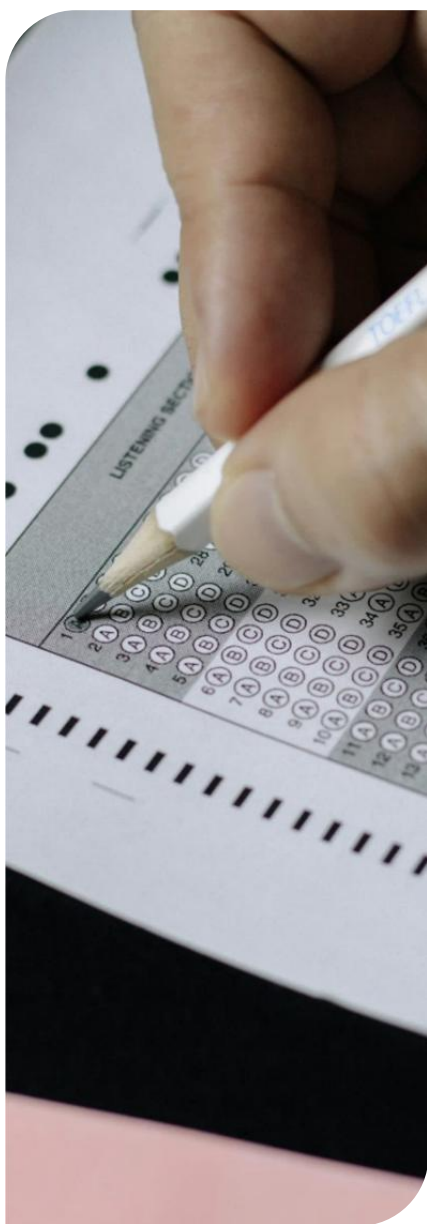
- ✓ Estarão disponíveis no site do Instituto IGEDUC (www.igeduc.org.br), conforme o Edital.

5. Condutas proibidas:

- ✓ Manusear o Caderno de Questões antes do horário oficial.
- ✓ Comunicar-se com outros candidatos durante a prova.
- ✓ Usar aparelhos eletrônicos de qualquer tipo.
- ✓ Anotar o gabarito fora da Folha de Respostas.

6. Exceto quando o enunciado da questão determinar o contrário, considere as seguintes regras:

- ✓ As questões de Língua Portuguesa devem ser respondidas conforme a norma culta vigente à época da aplicação da prova; as de informática, com base na versão mais atualizada dos softwares mencionados na mesma data; e as de legislação, considerando a versão vigente e mais atual de cada lei.



Este caderno foi feito para ser útil — e reciclado. Descarte corretamente e ajude o planeta.



CONHECIMENTOS GERAIS

O texto seguinte servirá de base para responder às questões de 1 a 10.

Como é viver nas cidades com tecnologia mais avançada do mundo

A inteligência artificial (IA), os carros autônomos e as fontes de energia verde deixam de ser exceções para se tornarem o padrão em escala global. A inovação avança em ritmo sem precedentes, e novas invenções, registradas em patentes, surgem continuamente em países e cidades de todos os continentes. Ainda assim, alguns centros urbanos se destacam por promoverem um progresso mais intenso e integrado.

O Índice de Inovação Global 2025 (GII, na sigla em inglês), publicado anualmente pela Organização Mundial da Propriedade Intelectual (OMPI), identifica os principais polos e países inovadores com base em critérios como investimento, desenvolvimento tecnológico, adoção de inovações e impacto socioeconômico. Segundo o relatório, os cem maiores polos de inovação do planeta — que vão de São Francisco, nos Estados Unidos, até Shenzhen, na China — respondem juntos por mais de 70% do capital de risco e das patentes mundiais.

Para compreender como a tecnologia influencia a vida cotidiana, a BBC conversou com moradores dos cinco principais polos de inovação do mundo, explorando de que forma esses ambientes transformam o cotidiano de quem vive neles e oferecem aos visitantes experiências futurísticas antes mesmo que elas cheguem a outras regiões.

O polo formado por Shenzhen, Hong Kong e Guangzhou, no sul da China, ocupa o primeiro lugar no ranking. Em 2025, a China aparece pela primeira vez entre os dez primeiros países mais inovadores, resultado do aumento de patentes, do avanço científico e do investimento em capital de risco. Nessa região, a inovação é parte inseparável da vida diária.

O britânico Jamie River, residente em Hong Kong há três anos, relata que é possível visitar mercados de rua e encontrar vendedores aceitando pagamentos via QR code ao lado de placas com preços escritos à mão. Pequenos lojistas usam vários aplicativos para gerenciar pedidos de entrega. "A combinação do novo com o antigo cria uma energia peculiar. Ninguém tem medo de testar coisas novas", comenta.

O cartão Octopus, lançado em 1997 para o transporte público, transformou-se em ferramenta de pagamento para compras cotidianas, de máquinas automáticas a parquímetros. River recomenda aos visitantes o passeio de barca Star Ferry à noite, quando ocorre o espetáculo Sinfonia das Luzes, que sincroniza música, lasers e telas de LED em quarenta e três edifícios. Outro ponto de visita é a antiga delegacia PMQ, hoje ocupada por escritórios, lojas e cafés, onde convivem ateliês de caligrafia tradicional e oficinas de impressão 3D.

Sede de gigantes como Huawei e Tencent, Shenzhen

evoluiu de uma vila de pescadores para um centro global de tecnologia. A cidade foi escolhida em 1980 como a primeira Zona Econômica Especial da China, recebendo incentivos para impulsionar a inovação. Desde 2008, quando foi nomeada Cidade Criativa da Unesco, passou a abrigar espaços como o Laboratório Aberto de Inovação e o OCT Loft, que oferecem infraestrutura tecnológica acessível.

O morador Leon Huang destaca que esses locais reúnem estudantes, profissionais e entusiastas em um ambiente colaborativo e inclusivo. Entre as atrações, estão os espetáculos de drones na Baía do Parque de Talentos, que chegaram a reunir doze mil aparelhos, estabelecendo recorde mundial.

Em segundo lugar está o polo Tóquio–Yokohama, no Japão, responsável por mais de 10% das patentes internacionais. Para a moradora Dana Yao, o avanço tecnológico japonês é discreto, prático e profundamente humano. Sensores de IA em lojas de conveniência, cartões integrados de transporte e máquinas automáticas são parte do cotidiano.

Entre as experiências recomendadas estão o Henn Na Hotel, em que o check-in é automatizado e o serviço é realizado por robôs, o trem autônomo da linha Yurikamome, com vista panorâmica da baía, e o museu interativo teamLab Planets, que oferece salas imersivas de luz e cor que reagem ao movimento dos visitantes.

Em terceiro lugar, o polo San José–São Francisco, nos Estados Unidos, conhecido como Vale do Silício, concentra a maior quantidade de capital de risco do planeta, gerando 7% de todos os negócios globais e atraindo empreendedores de diversas áreas.

O empresário Ritesh Patel, fundador da Ticket Fairy, afirma que a cidade vive um renascimento tecnológico impulsionado pela inteligência artificial. "Você conversa em um jantar sobre o desafio da sua start-up, e alguém já conhece a pessoa certa para ajudar", diz. Para ele, é possível testar tecnologias que o resto do mundo só conhecerá meses depois — como os carros autônomos Waymo, amplamente usados na região.

A quarta posição pertence a Pequim, que lidera em número de publicações científicas e se destaca por combinar alta tecnologia e tradição. A futurista Elle Farrell-Kingsley descreve a cidade como um ambiente em que inovação, cultura e qualidade de vida coexistem. Aplicativos como Alipay e WeChat concentram pagamentos, tradução e entrega de alimentos. Ela cita o robotáxi Apollo, da Baidu, como símbolo dessa modernidade: "É um carro sem volante e completamente seguro."

Em quinto lugar, Seul, na Coreia do Sul, responde por 5,4% dos pedidos de patentes globais e é líder asiática em investimentos de capital de risco. O morador Chris Oberman afirma que a busca pela inovação vem da escassez de recursos naturais: "Há um impulso coletivo para crescer e não ficar para trás."

Na capital sul-coreana, portas digitais, pagamentos sem dinheiro e lojas automatizadas abertas 24 horas fazem

parte da rotina. O rio Cheongyecheon, no centro, é exemplo do planejamento sustentável: mistura natureza, transporte autônomo e design urbano inteligente.

Entre as cidades latino-americanas, São Paulo aparece em quadragésimo nono lugar, e Cidade do México, pela primeira vez no ranking, em septuagésimo nono. Ambas representam o esforço da região em acompanhar o avanço tecnológico global, reforçando a presença latino-americana entre os cem principais polos de inovação do mundo, segundo o relatório da OMPI.

<https://www.bbc.com/portuguese/articles/cx2prv3pm8no>.adaptado.

Questão 01

A inteligência artificial (IA), os carros autônomos e as fontes de energia verde deixam de ser exceções para se tornarem o padrão em escala global. A inovação avança em ritmo sem precedentes, e novas invenções, registradas em patentes, surgem continuamente em países e cidades de todos os continentes.

De acordo com as regras de concordância verbal, é CORRETO afirmar que:

- (A) o verbo "surgem" concorda com o termo "patentes", núcleo do sujeito, que aparece no plural e indica uma relação de subordinação com o verbo "registradas", de modo que ambos os vocábulos mantêm dependência sintática e flexão idêntica para garantir coesão entre as ideias de aparecimento e registro das invenções.
- (B) o verbo "avança" concorda com o termo "ritmo", que funciona como adjunto adverbial de intensidade, reforçando a velocidade do processo de inovação e justificando a permanência do verbo na forma singular, já que o sujeito é composto e se encontra posposto no enunciado, exigindo flexão verbal invariável.
- (C) o verbo "tornarem" encontra-se no plural porque se refere a um sujeito oracional introduzido por preposição, e, nesse caso, o verbo deve flexionar-se para concordar com o termo principal que se segue, o substantivo "padrão", estabelecendo uma concordância ideológica com o predicativo.
- (D) o verbo "deixam" encontra-se no plural porque tem como núcleo do sujeito uma enumeração composta por três elementos coordenados — "inteligência artificial", "carros autônomos" e "fontes de energia verde" —, o que exige a concordância verbal na forma plural. Essa construção reforça o caráter cumulativo do sujeito composto, unindo diferentes fenômenos tecnológicos.

Questão 02

O texto analisa como a inovação tecnológica deixou de ser um fenômeno isolado para se tornar um elemento estruturante das relações econômicas e sociais contemporâneas. Ao citar exemplos de cidades como Shenzhen, Tóquio, São Francisco e Seul, o autor revela que a tecnologia atua não apenas como motor

econômico, mas também como mecanismo de reorganização das dinâmicas urbanas e da interação entre cidadãos e governos.

De acordo com o texto, é CORRETO afirmar que:

- (A) as cidades mais inovadoras mencionadas no texto compartilham um modelo homogêneo de progresso, no qual o crescimento tecnológico segue a mesma trajetória em todos os continentes, demonstrando que a globalização eliminou as especificidades regionais e culturais no desenvolvimento urbano.
- (B) o Índice de Inovação Global evidencia que o desenvolvimento tecnológico mundial está vinculado a fatores econômicos, científicos e sociais interdependentes, de modo que as cidades mais inovadoras concentram não só investimentos e capital de risco, mas também políticas públicas e práticas culturais.
- (C) as transformações descritas no texto indicam que o crescimento econômico global é consequência exclusiva da automação e da substituição de mão de obra humana por sistemas de inteligência artificial, o que reforça a redução do papel social das pessoas nas novas estruturas produtivas.
- (D) a inovação tecnológica é tratada como processo espontâneo e desarticulado, sem ligação com o planejamento estatal, com as instituições científicas ou com o ambiente social das cidades, sendo impulsionada apenas pela iniciativa privada e pelos investimentos diretos de empresas multinacionais.

Questão 03

Em quinto lugar, Seul, na Coreia do Sul, responde por 5,4% dos pedidos de patentes globais e é líder asiática em investimentos de capital de risco. O morador Chris Oberman afirma que a busca pela inovação vem da escassez de recursos naturais: "Há um impulso coletivo para crescer e não ficar para trás."

De acordo com as regras de concordância nominal, é CORRETO afirmar que:

- (A) o adjetivo "coletivo" concorda com o substantivo "crescer", uma vez que este expressa a ideia de ação conjunta e retoma o valor semântico do adjetivo, formando uma relação de equivalência que justifica a flexão de gênero e número.
- (B) o adjetivo "naturais" concorda com o substantivo "escassez", ao qual se refere diretamente, configurando um caso de concordância atrativa, pois o adjetivo plural acompanha o sentido coletivo da palavra singular.
- (C) o adjetivo "globais" concorda com o substantivo "pedidos", núcleo do termo "pedidos de patentes globais", já que ambos estão no plural, e o adjetivo qualifica diretamente o substantivo que o antecede, expressando a abrangência dos registros em escala mundial.

(D) o adjetivo "asiática" concorda em gênero e número com o substantivo "líder", núcleo do predicativo do sujeito, e mantém com ele a relação típica de concordância nominal entre adjetivo e substantivo, expressando o valor de origem geográfica atribuído ao termo.

Questão 04

A quarta posição pertence a Pequim, que lidera em número de publicações científicas e se destaca por combinar alta tecnologia e tradição. A futurista Elle Farrell-Kingsley descreve a cidade como um ambiente em que inovação, cultura e qualidade de vida coexistem.

De acordo com as regras de concordância nominal, é CORRETO afirmar que:

- (A) o adjetivo "inovação" exerce função adjetiva em relação a "ambiente", conferindo-lhe valor qualificativo e de intensidade, motivo pelo qual poderia variar para "inovacionais" se o sujeito fosse plural.
- (B) o adjetivo "futurista" concorda em gênero e número com o substantivo "Elle Farrell-Kingsley", funcionando como predicativo e podendo, portanto, variar para "futurísticos" caso houvesse referência a vários profissionais.
- (C) o adjetivo "científicas" concorda em gênero e número com o substantivo "publicações", núcleo do termo "número de publicações científicas", mantendo com ele a relação de subordinação característica dos adjetivos restritivos que especificam o substantivo determinado.
- (D) o adjetivo "alta" concorda com o substantivo "tecnologia", mas também se estende semanticamente a "tradição", configurando um caso de concordância atrativa, na qual o adjetivo no singular se refere a dois núcleos de gêneros diferentes unidos pela conjunção "e".

Questão 05

O texto apresenta uma análise comparativa entre diferentes polos de inovação no mundo, mostrando como fatores históricos, econômicos e culturais influenciam o modo como cada cidade se desenvolve tecnologicamente. Embora o avanço da inteligência artificial, da automação e da energia limpa seja global, a distribuição desses benefícios não ocorre de forma uniforme.

De acordo com o texto, é CORRETO afirmar que:

- (A) a presença de cidades latino-americanas no ranking da OMPI demonstra que o continente já ocupa posição de protagonismo mundial na produção de tecnologia e inovação, ultrapassando inclusive centros tradicionais da Europa e da Ásia em volume de patentes e investimentos em pesquisa científica e tecnológica.

(B) o texto afirma que as regiões mais inovadoras do planeta são aquelas que conseguiram eliminar completamente as desigualdades sociais e econômicas, utilizando a tecnologia como instrumento de equilíbrio global, capaz de assegurar condições homogêneas de acesso à ciência e aos serviços digitais em todas as partes do mundo.

(C) o relatório da OMPI indica que o ritmo de inovação é homogêneo entre os continentes, e que as cidades analisadas apresentam níveis semelhantes de investimento, infraestrutura e resultados científicos, evidenciando uma uniformização dos processos tecnológicos em escala mundial.

(D) o relatório da OMPI demonstra que a inovação tecnológica é um fenômeno concentrado, pois os cem maiores polos de inovação respondem pela maior parte das patentes e do capital de risco mundiais, revelando que o progresso científico e digital tende a se consolidar nas regiões com maior estrutura econômica, educacional e institucional.

Questão 06

O texto aborda a transformação das grandes cidades em polos de inovação e tecnologia, destacando como o avanço científico e a automação se entrelaçam com os aspectos sociais, econômicos e culturais.

De acordo com o texto, é CORRETO afirmar que:

(A) o desenvolvimento tecnológico relatado se limita à esfera econômica, sendo descrito como um fenômeno restrito à expansão do capital de risco e à criação de startups, sem interferir no cotidiano dos cidadãos, o que reforça o caráter puramente financeiro das inovações e o distanciamento entre a economia e a vida social das cidades mais avançadas.

(B) o texto apresenta a inovação como um movimento essencialmente ocidental, centrado em polos tecnológicos dos Estados Unidos e da Europa, reforçando a ideia de que o avanço científico continua a depender das potências tradicionais e que as regiões asiáticas ainda não possuem protagonismo relevante no cenário global contemporâneo.

(C) a narrativa enfatiza que o avanço tecnológico substitui completamente os valores culturais tradicionais, criando uma ruptura definitiva entre o passado e o presente, já que o foco das cidades inovadoras é eliminar costumes antigos e promover a uniformização global do modo de vida urbano, sem espaço para manifestações culturais regionais.

(D) o avanço tecnológico retratado representa uma síntese entre tradição e modernidade, na qual o desenvolvimento científico e a incorporação de novas tecnologias convivem com elementos culturais locais, demonstrando que a inovação não elimina as identidades regionais, mas as transforma em parte do processo de evolução urbana e social.

Questão 07

Para compreender como a tecnologia influencia a vida cotidiana, a BBC conversou com moradores dos cinco principais polos de inovação do mundo, explorando de que forma esses ambientes transformam o cotidiano de quem vive neles e oferecem aos visitantes experiências futurísticas antes mesmo que elas cheguem a outras regiões.

De acordo com as regras de concordância verbal, é CORRETO afirmar que:

- (A) o verbo "oferecem" apresenta flexão plural em concordância com o termo "de quem vive neles", expressão que retoma o conjunto dos moradores mencionados anteriormente e sugere a ideia de pluralidade implícita no pronome "quem", que, embora invariável, faz referência a vários indivíduos. A forma verbal plural reforçaria essa noção de multiplicidade associada aos sujeitos do enunciado.
- (B) o verbo "cheguem" flexiona-se no plural porque concorda com o sujeito oracional composto "elas", pronome que retoma o termo "experiências futurísticas", e indica uma ação hipotética, expressa no modo subjuntivo, representando eventos que ainda não ocorreram, mas são esperados.
- (C) o verbo "conversou" encontra-se no singular porque tem como sujeito o substantivo próprio "BBC", núcleo singular e explícito da oração, o que determina a flexão verbal nessa forma. A estrutura evidencia um sujeito simples, em que a entidade jornalística exerce a ação de dialogar com os moradores mencionados, configurando uma concordância direta e obrigatória entre verbo e sujeito.
- (D) o verbo "influencia" concorda com o sujeito composto "tecnologia e vida cotidiana", expressando a relação de reciprocidade entre ambos os termos e, por isso, permanece no singular para preservar a coerência do período e a harmonia semântica entre causa e consequência.

Questão 08

Em segundo lugar está o polo Tóquio–Yokohama, no Japão, responsável por mais de 10% das patentes internacionais. Para a moradora Dana Yao, o avanço tecnológico japonês é discreto, prático e profundamente humano.

De acordo com as regras de acentuação, é CORRETO afirmar que:

- (A) há dois vocábulos acentuados por serem paroxítonos, porém com terminações diferentes, o que demonstra a aplicação de regras variadas dentro da mesma categoria de tonicidade. O vocábulo "Tóquio" apresenta acento por terminar em ditongo crescente, e o termo "responsável" recebe acento por terminar em "L".

- (B) os vocábulos "está" e "é" são acentuados por serem oxítonos terminados em "a" e "e", respectivamente, constituindo exemplos clássicos da mesma regra de acentuação das palavras cuja sílaba tônica recai sobre a última posição e que finalizam em vogal aberta.
- (C) há três vocábulos acentuados por serem proparoxítonos legítimos, em que a sílaba tônica se localiza na antepenúltima posição, caracterizando a forma mais estável e uniforme de acentuação gráfica da língua portuguesa. Essa classe de palavras abrange, no trecho, vocábulos que denotam tecnicidade e abstração.
- (D) há um vocábulo que recebe acento por ser oxítono terminado em "o", correspondendo à regra geral de acentuação das palavras que finalizam em "a(s)", "e(s)" e "o(s)", as quais, em sua maioria, são grafadas com acento agudo na vogal final para indicar maior intensidade sonora. O termo acentuado segue, portanto, o padrão fonético de tonicidade máxima.

Questão 09

O texto evidencia que o avanço tecnológico nas cidades mais inovadoras do mundo não é apenas um fenômeno técnico, mas também uma experiência vivida pelos cidadãos. As descrições de moradores como Jamie River, Dana Yao e Ritesh Patel revelam que o contato direto com a tecnologia redefine a forma de perceber o espaço urbano, o trabalho e as relações sociais, aproximando o cotidiano daquilo que antes era considerado futurista.

De acordo com o texto, é CORRETO afirmar que:

- (A) o texto descreve a experiência dos entrevistados como exemplo de resistência ao uso da tecnologia, destacando a dificuldade dos cidadãos em aceitar as inovações e o temor de que o avanço técnico represente uma ameaça à autonomia humana e à preservação dos valores tradicionais.
- (B) a percepção dos moradores das cidades citadas demonstra que a inovação tecnológica está profundamente incorporada à experiência humana, influenciando o modo como as pessoas consomem, se locomovem e interagem, mas sem eliminar os vínculos sociais e culturais.
- (C) o relato sobre os moradores e visitantes das cidades inovadoras tem caráter predominantemente crítico, pois revela a insatisfação generalizada com a automatização e com o uso de inteligência artificial, sugerindo que as promessas de eficiência não se concretizaram e que o avanço técnico resultou em perda de qualidade de vida nas grandes metrópoles.

- (D) os depoimentos dos moradores indicam que a vida nas cidades inovadoras é marcada pelo isolamento e pela dependência excessiva das máquinas, o que provoca o afastamento das pessoas e a perda do senso comunitário, uma vez que a automação substitui os encontros sociais e reduz a interação humana a relações mediadas por dispositivos tecnológicos.

Questão 10

Entre as experiências recomendadas estão o Henn Na Hotel, em que o check-in é automatizado e o serviço realizado por robôs, o trem autônomo da linha Yurikamome, com vista panorâmica da baía.

De acordo com as regras de acentuação, é CORRETO afirmar que:

- (A) há dois vocábulos acentuados por serem paroxítonos terminados em ditongo, o que representa um dos casos mais recorrentes de acentuação gráfica da língua portuguesa. Nesses casos, a penúltima sílaba recebe a tonicidade e a presença do ditongo final justifica a marca gráfica.
- (B) o vocábulo "baía" é acentuado pela regra do "i" tônico que forma hiato e aparece isolado na separação silábica, o que exige o uso do acento gráfico para indicar o rompimento de sílaba e a presença de duas vogais em sílabas distintas.
- (C) há três vocábulos acentuados por serem proparoxítonos, ou seja, por apresentarem a tonicidade na antepenúltima sílaba, conforme a regra geral que determina o uso obrigatório do acento gráfico em todas as palavras dessa categoria.
- (D) há um vocábulo que perdeu o acento diferencial após a vigência do novo Acordo Ortográfico, o que reflete a simplificação promovida pela reforma nas grafias que apresentavam distinções baseadas apenas em timbre ou tonicidade vocálica. Essa mudança buscou uniformizar o uso dos acentos gráficos.

Questão 11

A função PONTO DE RESTAURAÇÃO do sistema operacional Windows é um recurso associado à estabilidade e à recuperação do ambiente em situações de falha. Esse mecanismo atua criando registros que permitem reverter o estado do sistema a um momento anterior, preservando a integridade do sistema operacional e dos aplicativos. Sobre funcionamento e as características dos pontos de restauração, assinale a alternativa **correta**:

- (A) O ponto de restauração apaga automaticamente todos os arquivos pessoais do usuário criados após a data de sua geração, garantindo que o sistema volte ao estado exato anterior, sem resíduos de dados.
- (B) A restauração do sistema permite reverter alterações em configurações e drivers instalados, sem afetar os arquivos pessoais do usuário, sendo útil principalmente após atualizações problemáticas.

- (C) Ao ser ativado, o ponto de restauração realiza uma cópia completa de todos os arquivos do sistema e de dados, incluindo documentos, imagens e vídeos, com o objetivo de uma recuperação total do computador.

- (D) O recurso de ponto de restauração substitui integralmente a necessidade de backups regulares, pois mantém cópias automáticas de todos os conteúdos do disco rígido em intervalos predefinidos.

Questão 12

Analise as afirmativas a seguir sobre as funções de cálculo condicional do Microsoft Excel e assinale V (verdadeiro) ou F (falso):

() A função SE permite definir uma condição lógica e retornar um valor caso ela seja verdadeira e outro se for falsa, sendo possível aninhar várias funções SE dentro de uma mesma fórmula.

() A função SOMASES realiza a soma de valores com base em um único critério, enquanto SOMASE permite múltiplos critérios em colunas diferentes.

() A função CONT.SE serve para contar quantas células atendem a um critério específico, mas não diferencia letras maiúsculas de minúsculas.

() A função MÉDIASE devolve a média apenas dos valores que atendem a uma condição, funcionando de forma semelhante à SOMASE, mas aplicando o cálculo de média em vez da soma.

() A função SEERRO é utilizada para substituir mensagens de erro como #DIV/0! ou #N/D por outro texto definido pelo usuário, o que ajuda a tornar relatórios mais limpos e compreensíveis.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, F, F, V, F
(B) F, F, V, V, F
(C) V, F, V, V, V
(D) F, F, F, V, V

Questão 13

A ferramenta de Validação de Dados é amplamente utilizada para manter a integridade das informações inseridas em planilhas, permitindo restringir, controlar e orientar o preenchimento das células. Acerca deste recurso e seu funcionamento no Excel, julgue as afirmativas abaixo:

I. É possível limitar a entrada de valores em uma célula apenas a números inteiros dentro de um intervalo definido, como entre 1 e 100, utilizando critérios configurados no tipo "Número inteiro".

II. O uso de mensagens de entrada na validação de dados serve apenas para exibir alertas de erro, não sendo possível inserir instruções ou orientações para o usuário.

III. A criação de uma lista suspensa pode ser feita

informando manualmente os itens separados por ponto e vírgula ou referenciando um intervalo de células com os valores permitidos.

IV. É possível combinar a validação de dados com fórmulas personalizadas, que avaliam condições específicas e retornam verdadeiro ou falso, determinando se a entrada será aceita.

Assinale a alternativa correta:

- (A) Apenas as afirmativas II, III e IV são verdadeiras.
- (B) As afirmativas I, II, III e IV são verdadeiras.
- (C) Apenas as afirmativas I, III e IV são verdadeiras.
- (D) Apenas as afirmativas II e IV são verdadeiras.

Questão 14

Matheus é assistente administrativo e precisa identificar rapidamente na planilha do Excel quais produtos tiveram vendas acima da média em uma tabela de 50 itens. Ele possui os valores das vendas na coluna C (de C2 até C51) e deseja destacar AUTOMATICAMENTE as células que superam a média geral dessa coluna, sem precisar comparar valor por valor. Considerando os recursos do Microsoft Excel, assinale a alternativa que apresenta corretamente o procedimento adequado para ele atingir esse objetivo:

- (A) Criar uma fórmula $=MÉDIA(C2:C51)>C2$ dentro de cada célula para alterar a cor das que estiverem acima da média.
- (B) Inserir uma Tabela Dinâmica e escolher a opção "Realçar valores maiores que a média" nas configurações de campo.
- (C) Usar o Classificar do menor para o maior e depois aplicar manualmente uma cor nas linhas de maior valor.
- (D) Aplicar Formatação Condicional com uma nova regra do tipo "Fórmula", usando a expressão $=C2>MÉDIA(\$C\$2:\$C\$51)$

Questão 15

O comportamento do usuário passou a ter um papel determinante na manutenção da segurança das informações com o aumento das atividades digitais, mesmo utilizando antivírus e firewalls, o fator humano continua sendo o ponto mais vulnerável nas redes. Considerando práticas seguras de navegação e uso da Internet, assinale a alternativa correta:

- (A) É seguro inserir dados bancários em sites de comércio eletrônico mesmo sem o protocolo HTTPS, desde que o site seja amplamente conhecido pelos usuários.
- (B) Desativar o firewall do sistema operacional ao utilizar redes públicas pode aumentar o desempenho da conexão sem comprometer a segurança, desde que o antivírus esteja atualizado.

- (C) Senhas complexas, compostas por letras maiúsculas, minúsculas, números e símbolos, reduzem significativamente o risco de acesso indevido às contas pessoais e corporativas.
- (D) O uso de redes Wi-Fi abertas é recomendado para o envio de documentos sigilosos, pois facilita a transmissão sem interferências.

Questão 16

O uso das redes sociais tem ampliado o debate sobre privacidade e controle de informações pessoais. Usuários frequentemente compartilham dados sensíveis sem perceber o alcance público das postagens, enquanto plataformas digitais utilizam algoritmos para monitorar e armazenar comportamentos. Sobre as práticas de segurança e proteção de dados pessoais em ambientes de redes sociais, analise as afirmativas abaixo:

- I. Ajustar as configurações de privacidade permite restringir quem pode visualizar publicações, marcadores de fotos e informações pessoais, reduzindo a exposição indevida.
- II. A exclusão de uma conta de rede social elimina de forma imediata e definitiva todos os dados já armazenados nos servidores da plataforma.
- III. Evitar o compartilhamento de informações pessoais, como localização em tempo real e dados de documentos, é uma medida de prevenção contra golpes e fraudes digitais.
- IV. O aceite automático de solicitações de amizade ou conexões não representa risco à privacidade, uma vez que a filtragem de segurança é feita pela própria rede social.

Assinale a alternativa **correta**:

- (A) Apenas as afirmativas I e III são verdadeiras.
- (B) Apenas as afirmativas III e IV são verdadeiras.
- (C) As afirmativas I, II, III e IV são verdadeiras.
- (D) Apenas as afirmativas I, II e III são verdadeiras.

Questão 17

No ambiente do sistema operacional Windows, a utilização de teclas de atalho representa um importante recurso, permitindo acesso rápido a comandos, janelas e funções do sistema sem depender do uso do mouse. Acerca deste recurso, julgue as afirmativas a seguir:

- I. A combinação Alt + Tab possibilita alternar rapidamente entre as janelas abertas, apresentando uma visualização dos programas em execução.
- II. O atalho Ctrl + Shift + Esc abre diretamente o Gerenciador de Tarefas, dispensando o menu intermediário acessado por Ctrl + Alt + Del.
- III. A sequência Windows + D minimiza todas as janelas abertas e exibe a área de trabalho, permitindo retorno imediato ao pressioná-la novamente.

IV. A combinação Alt + F4, quando usada em uma janela ativa, apenas minimiza o aplicativo atual, mantendo-o em execução em segundo plano.

Assinale a alternativa correta:

- (A) Apenas as afirmativas I, II e IV são verdadeiras.
- (B) Apenas as afirmativas I, II e III são verdadeiras.
- (C) Apenas as afirmativas II, III e IV são verdadeiras.
- (D) As afirmativas I, II, III e IV são verdadeiras.

Questão 18

Os modelos do Microsoft Word constituem um recurso para padronizar documentos e otimizar o processo de formatação, garantindo consistência e economia de tempo em relatórios, ofícios, contratos e outros tipos de texto. Com base nas propriedades e no funcionamento dos modelos do Word, analise as afirmativas a seguir:

I. Um modelo no Word é um arquivo base que armazena configurações de formatação, estilos de parágrafo, fontes, margens e demais elementos estruturais que servem como referência para novos documentos.

II. Os modelos possuem a extensão padrão .dotx, e quando contêm macros associadas, utilizam a extensão .dotm, permitindo a execução automatizada de tarefas no documento.

III. Alterações feitas em um documento gerado a partir de um modelo modificam automaticamente o arquivo original do modelo, uma vez que ambos permanecem vinculados de forma permanente.

IV. É possível criar modelos personalizados e defini-los como padrão para novos documentos, substituindo o modelo Normal.dotx que o Word utiliza por padrão.

Assinale a alternativa correta:

- (A) As afirmativas I, II, III e IV são verdadeiras.
- (B) Apenas as afirmativas II e III são verdadeiras.
- (C) Apenas as afirmativas I, II e IV são verdadeiras.
- (D) Apenas as afirmativas I, III e IV são verdadeiras.

Questão 19

A proteção das informações digitais na internet não depende apenas de mecanismos de segurança ativos, mas também de estratégias de recuperação diante de falhas, perdas ou ataques cibernéticos. Dentre essas estratégias, o backup destaca-se como uma das práticas mais recomendadas para preservar a integridade e a disponibilidade dos dados em ambientes pessoais e corporativos. Considerando boas práticas relacionadas ao uso de backup, assinale a alternativa **correta**:

- (A) O armazenamento em nuvem elimina completamente a necessidade de backups locais, uma vez que os provedores de serviço asseguram proteção total contra falhas e perda de dados.

(B) O modelo conhecido como "3-2-1" recomenda ter três cópias dos dados, armazenadas em pelo menos dois tipos de mídia diferentes, sendo uma delas mantida fora do local principal.

(C) Manter apenas uma cópia de segurança em um dispositivo conectado permanentemente ao computador principal garante maior agilidade no processo de restauração, sem comprometer a segurança.

(D) Backups automáticos agendados são desnecessários, pois a recuperação de dados só é eficiente quando feita manualmente pelo usuário, evitando sobrescritas acidentais.

Questão 20

As funções de marcadores e numeração do Microsoft Word são utilizadas para organizar informações, estruturar ideias e facilitar a leitura de tópicos nos documentos. A função permite criar listas simples e níveis hierárquicos. Acerca dessas funcionalidades, analise as afirmativas a seguir e assinale V (verdadeiro) ou F (falso):

(___) O usuário pode modificar listas já criadas no Word, trocando os marcadores originais por símbolos personalizados ou até por imagens, sem precisar refazer o texto existente.

(___) O Word não permite criar listas com vários níveis de numeração; para isso, é necessário aplicar manualmente o número e o recuo de cada linha.

(___) A ferramenta "Lista numerada em vários níveis" permite que diferentes estilos de numeração (como 1., 1.1, 1.1.1) sejam configurados de forma hierárquica e automática.

(___) Quando se cria uma lista numerada vinculada a estilos de título, qualquer alteração de formato feita na lista não afeta a estrutura do sumário automático.

(___) É possível salvar um estilo de lista personalizado, que inclui o tipo de marcador, o espaçamento e os níveis de recuo, para ser reutilizado em outros documentos.

Marque a alternativa que apresenta a sequência **correta** do itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, F, V, F, F
- (B) F, F, V, F, V
- (C) V, F, V, F, V
- (D) V, V, V, F, V

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Questão 21

Para o desenvolvimento da potência e velocidade, um dos métodos mais eficazes é o treinamento pliométrico. Este método utiliza o Ciclo Alongamento-Encurtamento (CAE) para gerar força explosiva. O CAE baseia-se na capacidade do músculo de armazenar e liberar energia elástica, além de potencializar a contração através de reflexos neurais (reflexo miotático). Assinale a alternativa

que descreve CORRETAMENTE a sequência de um exercício pliométrico.

- (A) Ocorre um movimento concêntrico lento e controlado (fase positiva), seguido por um movimento excêntrico igualmente lento (fase negativa), focado no tempo sob tensão.
- (B) Ocorre uma contração isométrica máxima sustentada por 10 segundos, seguida de um relaxamento total, visando a hipertrofia muscular.
- (C) Ocorre um alongamento passivo e lento da musculatura (flexibilidade), mantido por 30 segundos, visando aumentar a amplitude de movimento articular.
- (D) Ocorre uma fase excêntrica rápida (pré-alongamento, ex: aterrissar de um salto), seguida por uma fase de amortização (transição) muito curta, e finalizada por uma contração concêntrica explosiva (ex: saltar novamente).

Questão 22

A promoção da saúde e a qualidade de vida estão diretamente ligadas à prática regular de atividade física. O Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACSM - American College of Sports Medicine) estabelece diretrizes mínimas para que adultos obtenham benefícios significativos para a saúde, incluindo a prevenção de doenças crônicas. Acerca das recomendações gerais do ACSM para adultos, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

() Recomenda-se um mínimo de 150 minutos semanais de atividade física aeróbica de intensidade moderada (ex: caminhada rápida).

() Recomenda-se um mínimo de 150 minutos semanais de atividade aeróbica de intensidade vigorosa (ex: corrida).

() Recomenda-se que os exercícios de força sejam realizados pelo menos 2 dias por semana, trabalhando os principais grupos musculares.

() Recomenda-se que exercícios de flexibilidade sejam realizados regularmente, mas eles são contraindicados para a população idosa.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA, de cima para baixo.

- (A) V, F, V, F.
- (B) V, V, F, V.
- (C) F, V, V, F.
- (D) F, F, V, V.

Questão 23

A Educação Física, enquanto campo de conhecimento e intervenção profissional, abrange um espectro amplo de práticas que vão além do ambiente escolar. Para o Bacharel em Educação Física, os campos de atuação são diversos e englobam a promoção da saúde, o lazer, o treinamento esportivo e a reabilitação. A

regulamentação da profissão delimita esses espaços e exige que o profissional atue em conformidade com sua formação. Com base nos campos de atuação do Bacharel, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O Bacharel atua em ambientes não-escolares, como academias, clubes, hospitais (na reabilitação funcional), empresas (ginástica laboral) e no treinamento esportivo.
- (B) A atuação do Bacharel restringe-se exclusivamente ao treinamento de atletas de alto rendimento, não podendo atuar em academias ou com lazer.
- (C) Os campos de atuação do Bacharel e do Licenciado são idênticos, podendo ambos atuar legalmente em escolas e academias sem qualquer distinção.
- (D) O Bacharel é o único profissional habilitado para atuar na Educação Física Escolar, sendo o Licenciado seu assistente direto na preparação física dos alunos.

Questão 24

A Educação Física escolar tem o desafio de garantir a participação de todos os alunos, incluindo aqueles com deficiência ou dificuldades motoras. Os conceitos de "Integração" e "Inclusão", embora pareçam sinônimos, representam paradigmas pedagógicos distintos. A legislação atual e as diretrizes curriculares defendem o paradigma da Inclusão como o mais adequado para uma escola democrática. Analise as afirmativas a seguir sobre esses conceitos:

I. A "Integração" pressupõe que o sistema escolar (professor, currículo) deve se adaptar para atender às necessidades do aluno com deficiência.

II. A "Integração" pressupõe que o aluno com deficiência é que deve se adaptar (com ou sem apoio) à estrutura da aula regular, que não é modificada em sua essência.

III. A "Inclusão" defende que o sistema escolar deve ser planejado desde o início para acolher a diversidade, modificando suas estruturas (currículo, avaliação) para atender a todos.

Assinale a alternativa que apresenta apenas as proposições CORRETAS:

- (A) II e III.
- (B) I e III.
- (C) I e II.
- (D) I, II e III.

Questão 25

O estudo do movimento humano sob uma perspectiva qualitativa foi profundamente influenciado pela análise de Rudolf Laban. Ele propôs que a dinâmica do movimento, ou "Esforço", é composta pela interação de quatro fatores principais, cada um com qualidades bipolares. Essa teoria permite descrever a expressividade do movimento na dança, no teatro e na ginástica. Acerca dos Fatores do Esforço de Laban, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(___) Os quatro fatores são: Espaço (foco Direto ou Indireto), Peso (energia Forte ou Leve), Tempo (Súbito ou Sustentado) e Fluxo (Livre ou Controlado).

(___) O fator "Peso" refere-se à massa corporal do indivíduo (ex: leve ou pesado), determinando a dificuldade biomecânica do movimento.

(___) Um movimento "Súbito" (Tempo) e "Forte" (Peso) caracteriza uma ação de explosão, como um soco ou uma batida.

(___) O fator "Fluxo" refere-se à direção do movimento (para frente ou para trás), enquanto o "Espaço" refere-se à velocidade da ação.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA, de cima para baixo.

(A) F, V, V, V.

(B) F, F, V, F.

(C) V, F, V, F.

(D) V, V, F, V.

Questão 26

Com base exclusivamente no disposto no § 3º do Art. 26 da Lei federal nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB), incluído pela Lei federal nº 10.793, de 1º de dezembro de 2003, sem considerar jurisprudência ou doutrina, que estabelece a Educação Física como componente curricular obrigatório da Educação Básica, mas define casos específicos em que a prática dessa disciplina se torna facultativa ao aluno, embora permaneça a obrigatoriedade de cumprimento das demais atividades curriculares (como trabalhos teóricos), assinale a alternativa que apresenta CORRETAMENTE um desses casos de facultatividade.

(A) Aluno que estiver no Ensino Médio, pois a obrigatoriedade cessa ao final do Ensino Fundamental.

(B) Aluno maior de trinta anos de idade.

(C) Aluno que comprovar matrícula em academia de ginástica privada.

(D) Aluno que apresentar aptidão física abaixo da média da turma.

Questão 27

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são a principal causa de mortalidade no mundo, e o sedentarismo é um de seus maiores fatores de risco. O Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2) é uma DCNT caracterizada pela resistência à insulina. O exercício físico é uma ferramenta fundamental tanto na prevenção quanto no tratamento do DM2, atuando por mecanismos agudos e crônicos. Assinale a alternativa que descreve o principal benefício do exercício físico para o controle do DM2.

(A) O exercício aumenta a captação de glicose pelo músculo (independentemente da insulina, via contração) e melhora a sensibilidade à insulina (adaptação crônica), ajudando a reduzir a glicemia.

(B) O exercício físico estimula o pâncreas a parar completamente a produção de insulina, o que força o corpo a utilizar exclusivamente gordura como fonte de energia.

(C) O exercício físico aumenta a resistência à insulina, tornando o corpo menos dependente da glicose e mais adaptado ao metabolismo de proteínas.

(D) O único benefício do exercício para o diabético é a perda de peso, não havendo qualquer alteração metabólica direta na regulação da glicose.

Questão 28

O treinamento físico regular, especialmente o de resistência (aeróbico), promove alterações estruturais e funcionais no sistema cardiovascular. Essas adaptações crônicas são responsáveis pela melhoria da aptidão cardiorrespiratória e pela proteção contra doenças. Acerca das adaptações crônicas do sistema cardiovascular ao treino aeróbico, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(___) Ocorre a bradicardia de repouso (diminuição da frequência cardíaca de repouso) devido ao aumento do volume sistólico.

(___) Ocorre hipertrofia excêntrica do ventrículo esquerdo (aumento da cavidade), melhorando a capacidade de bombeamento do coração.

(___) Ocorre uma diminuição crônica do volume total de sangue (volemia) e da quantidade de hemoglobina.

(___) Ocorre um aumento da densidade capilar (capilarização) nos músculos treinados, facilitando a extração de oxigênio.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA, de cima para baixo.

(A) F, V, V, F.

(B) V, V, F, V.

(C) V, F, V, F.

(D) F, F, V, V.

Questão 29

Durante décadas, o lactato (formado a partir do ácido láctico) foi considerado apenas um subproduto metabólico indesejado e o principal causador da fadiga muscular. No entanto, a fisiologia moderna entende o lactato como uma molécula energética importante. O conceito de "Shuttle de Lactato" (Lactate Shuttle) descreve como essa molécula é utilizada pelo organismo. Assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE o "Shuttle de Lactato".

(A) O "Shuttle de Lactato" é o processo pelo qual o lactato inibe a quebra de gordura, forçando o corpo a usar apenas glicose durante o exercício.

- (B) O lactato se acumula nos músculos causando dor e microlesões, sendo o responsável direto pela dor muscular de início tardio (DMIT).
- (C) O lactato produzido em fibras de contração rápida (glicolíticas) pode ser transportado pelo sangue para ser usado como combustível por fibras de contração lenta, pelo coração ou pelo fígado (via Ciclo de Cori).
- (D) O lactato é uma substância tóxica que, ao ser produzida, deve ser imediatamente excretada pela urina e pelo suor, não podendo ser reutilizada.

Questão 30

O ensino de esportes coletivos para crianças e jovens, seja em clubes, academias ou projetos sociais, superou o modelo tecnicista (foco no fundamento). Abordagens modernas, como o "Ensino dos Jogos pela Compreensão" (TGfU - Teaching Games for Understanding), priorizam o desenvolvimento da inteligência tática antes da execução técnica perfeita, utilizando o jogo como principal ferramenta pedagógica. Assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE a premissa dessa abordagem.

- (A) Foca exclusivamente na preparação física da criança, acreditando que a tática e a técnica surgirão naturalmente quando o aluno estiver mais forte e rápido.
- (B) Utiliza formas de jogo adaptadas (ex: jogos reduzidos) para que o praticante entenda primeiramente o que fazer e por que fazer (tática), e só então busque o refinamento do como fazer (técnica).
- (C) Abandona completamente o ensino da técnica, permitindo que os alunos joguem livremente (recreacionismo), sem qualquer intervenção do professor sobre tática ou execução.
- (D) Baseia-se na decomposição analítica dos fundamentos (passe, drible, chute), que são treinados exaustivamente de forma isolada antes da prática do jogo completo.

Questão 31

Durante o exercício físico, o sistema endócrino ajusta a liberação de hormônios para garantir a mobilização de substratos energéticos (glicose e ácidos graxos) e a manutenção da homeostase. A insulina e o glucagon (pancreáticos), juntamente com as catecolaminas (adrenalina e noradrenalina), são os principais reguladores do metabolismo energético durante o esforço. Analise as afirmativas a seguir sobre essas respostas hormonais:

- I. Durante o exercício, os níveis de adrenalina e noradrenalina aumentam, estimulando a glicogenólise (quebra do glicogênio) no fígado e nos músculos, e a lipólise (quebra de gordura) no tecido adiposo.
- II. Os níveis de insulina tendem a diminuir durante o exercício (apesar da presença de glicose), enquanto os níveis de glucagon tendem a aumentar, favorecendo a

liberação de glicose pelo fígado.

III. O treinamento crônico (adaptação) torna o corpo mais sensível à insulina, fazendo com que o indivíduo precise liberar menos insulina em repouso para controlar a glicemia.

Assinale a alternativa que apresenta apenas as proposições CORRETAS:

- (A) II e III.
- (B) I e II.
- (C) I e III.
- (D) I, II e III.

Questão 32

A prescrição de exercícios físicos para idosos requer atenção especial às mudanças fisiológicas do envelhecimento, como a sarcopenia (perda de massa muscular) e a osteoporose (perda de massa óssea). O treinamento de força é particularmente importante para esta população, visando a manutenção da funcionalidade, autonomia e prevenção de quedas. Analise as afirmativas a seguir sobre o treinamento de força para idosos:

- I. O treinamento de força é altamente recomendado para idosos, pois ajuda a combater a sarcopenia, melhora a densidade mineral óssea e aumenta a força muscular.
- II. O treinamento de força em idosos causa hipertrofia, mas não melhora a densidade mineral óssea, sendo ineficaz contra a osteoporose.
- III. A melhoria da força muscular em idosos está diretamente ligada à redução do risco de quedas, pois melhora o equilíbrio, a potência e a capacidade de reação.

Assinale a alternativa que apresenta apenas as proposições CORRETAS:

- (A) I e III.
- (B) II e III.
- (C) I e II.
- (D) I, II e III.

Questão 33

A periodização do treinamento organiza o processo de preparação em diferentes escalas de tempo (Macro, Meso e Microciclos). O Microciclo é a unidade estrutural menor, geralmente compreendendo um período de uma semana, e sua organização detalha a carga de cada sessão de treino. A correta ondulação das cargas dentro do microciclo é vital para gerenciar a fadiga e otimizar a adaptação. Assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE um microciclo de choque (ou impacto).

- (A) É um microciclo de intensidade muito baixa, utilizado na semana anterior à competição principal, com foco na recuperação total e polimento.

- (B) É um microciclo focado exclusivamente na aprendizagem de novas habilidades técnicas, sem qualquer estresse fisiológico ou metabólico.
- (C) É um microciclo que utiliza cargas de treinamento muito elevadas, próximas do limite do atleta, com o objetivo de provocar um distúrbio profundo na homeostase, exigindo uma recuperação maior.
- (D) É o microciclo que compõe a fase de transição (pós-temporada), caracterizado por descanso total ou atividades recreativas leves.

Questão 34

A compreensão do jogo (ludus) como um fenômeno cultural fundamental foi extensamente analisada por Johan Huizinga, que o definiu não como uma simples atividade biológica, mas como a base da própria cultura. Para ele, o jogo é uma ação voluntária, desinteressada e praticada dentro de limites próprios de tempo e espaço. Analise as afirmativas a seguir sobre as características do jogo segundo Huizinga:

- I. O jogo é caracterizado por ter um "fim em si mesmo" (autotélico), sendo desprovido de interesse material imediato.
- II. O jogo cria uma ordem temporária e um espaço simbólico separado da vida comum, que o autor denomina "círculo mágico".
- III. O jogo é uma atividade exclusiva da infância, que perde sua função e desaparece na vida adulta "séria".

Assinale a alternativa que apresenta apenas as proposições CORRETAS:

- (A) I e II.
- (B) I e III.
- (C) II e III.
- (D) I, II e III.

Questão 35

A avaliação da aprendizagem escolar, conforme discutido por Cipriano Luckesi, deve ser um instrumento a serviço da aprendizagem, e não apenas um mecanismo de classificação ou seleção. Ele diferencia a avaliação diagnóstica (ou formativa) da avaliação somativa (exame). A avaliação formativa é um pilar do planejamento pedagógico, pois fornece subsídios para o professor ajustar sua prática. Assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE a função da avaliação formativa (diagnóstica).

- (A) Utilizar exclusivamente a autoavaliação do aluno, onde o estudante decide subjetivamente qual nota ele merece, sem intervenção do professor.
- (B) Aplicar um teste final (prova) ao final do bimestre com o objetivo de atribuir uma nota, classificar os alunos e decidir pela aprovação ou reprovação.
- (C) Comparar o desempenho motor dos alunos com tabelas de referência nacionais (percentis), selecionando os mais aptos para competições.

- (D) Coletar dados sobre o processo de aprendizagem do aluno durante a aula, identificando dificuldades e erros para reorientar o ensino e garantir que o objetivo seja atingido.

Questão 36

A produção de Adenosina Trifosfato (ATP) para a contração muscular é garantida pela interação dos três sistemas energéticos (sistema de fosfagênios Adenosina Trifosfato–Creatina Fosfato – ATP-CP, sistema Glicolítico e sistema Oxidativo). Um equívoco comum é acreditar que esses sistemas funcionam como "interruptores" (liga/desliga). Na realidade, eles atuam simultaneamente, com a predominância de um sobre os outros dependendo da intensidade e duração do esforço. Assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE essa interação.

- (A) O sistema Oxidativo (aeróbico) é o único ativo durante o repouso e exercícios de baixa intensidade, enquanto os sistemas anaeróbicos só são ativados na exaustão.
- (B) O "continuum energético": todos os três sistemas estão ativos em qualquer momento, mas a contribuição relativa de cada um muda (ex: o sistema ATP-CP predomina no início, e o oxidativo assume após alguns minutos).
- (C) Os sistemas Glicolítico e Oxidativo não podem funcionar ao mesmo tempo, pois o ácido láctico produzido por um inibe completamente a ação do oxigênio no outro.
- (D) O sistema ATP-CP funciona sozinho nos primeiros 10 segundos; o Glicolítico assume do segundo 11 ao 120; e o Oxidativo só é ativado após 3 minutos de exercício contínuo.

Questão 37

O Princípio da Especificidade é um dos pilares do treinamento desportivo, estabelecendo que as adaptações fisiológicas ao exercício são altamente específicas ao tipo de estímulo aplicado. Isso significa que o Educador Físico deve prescrever exercícios que mimetizem as demandas da modalidade ou do objetivo do cliente, pois a transferência de ganhos entre atividades diferentes é limitada. Analise as afirmativas a seguir sobre a especificidade:

- I. A especificidade metabólica dita que o treinamento de resistência aeróbica (ex: maratona) não melhora significativamente a performance em eventos anaeróbicos (ex: sprint de 100m).
- II. A especificidade neuromuscular dita que o treinamento de força em baixa velocidade (hipertrofia) tem pouca transferência para movimentos de alta velocidade (potência).
- III. O Princípio da Especificidade afirma que qualquer tipo de exercício (ex: natação) fortalece o coração de forma genérica, melhorando o desempenho em qualquer outra atividade (ex: ciclismo).

Assinale a alternativa que apresenta apenas as proposições CORRETAS:

- (A) I e II.
- (B) II e III.
- (C) I e III.
- (D) I, II e III.

Questão 38

A Educação Física escolar contemporânea visa a formação integral do aluno, superando a visão de que a aula se resume ao "saber fazer". Para isso, autores como Suraya Darido (baseada em Zabala) propõem o trabalho articulado das três dimensões do conteúdo (conceitual, procedimental e atitudinal), conforme também sugerido pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Acerca dessas dimensões, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

A dimensão Procedimental refere-se ao "saber fazer", ou seja, a execução da habilidade motora (ex: driblar, dançar).

A dimensão Conceitual refere-se ao "saber fazer", ou seja, a compreensão de regras, história e conceitos fisiológicos.

A dimensão Atitudinal refere-se ao "saber ser", envolvendo valores como respeito, cooperação e solidariedade.

A dimensão Conceitual refere-se ao "saber sobre", ou seja, a compreensão de regras, história e conceitos fisiológicos.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA, de cima para baixo.

- (A) V, V, F, V.
- (B) F, F, V, V.
- (C) F, V, V, F.
- (D) V, F, V, V.

Questão 39

A aquisição de uma nova habilidade motora, seja no esporte ou na reabilitação, é um processo complexo que envolve mudanças no sistema nervoso central e na performance. O modelo de Fitts e Posner (1967) é uma das teorias mais utilizadas para descrever a progressão da aprendizagem, dividindo-a em três estágios distintos. Compreender esses estágios permite ao Educador Físico adequar a instrução e o tipo de feedback. Assinale a alternativa CORRETA que descreve o Estágio Cognitivo da aprendizagem.

- (A) É o estágio inicial, onde o aprendiz busca entender a tarefa, com alta atividade mental (o "que fazer?"), resultando em movimentos inconsistentes e grande número de erros grosseiros.
- (B) É o estágio onde ocorrem as principais adaptações de hipertrofia muscular e força máxima, sendo dependente de fatores hormonais.

(C) É o estágio intermediário, onde o aprendiz já entendeu a tarefa e foca em refinar o movimento, tornando-o mais consistente e diminuindo os erros.

(D) É o estágio final, onde a habilidade é executada de forma automática, com mínima atenção consciente, permitindo ao praticante focar na tática.

Questão 40

A prescrição de exercícios físicos, seja para saúde ou desempenho, deve seguir diretrizes claras para garantir a segurança e a eficácia do programa. O acrônimo FITT-VP é um modelo amplamente utilizado pelo Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACSM) para estruturar as variáveis da prescrição, especialmente para o condicionamento cardiorrespiratório. Acerca dos componentes do FITT-VP, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

"F" refere-se à Frequência (quantas vezes por semana), e "I" refere-se à Intensidade (o quão difícil é o esforço, ex: % da Frequência Cardíaca Máxima).

"T" (primeiro) refere-se ao Treinamento (local onde será feito), e "T" (segundo) refere-se à Tática (estratégia de treino).

"V" refere-se ao Volume (produto da Frequência, Intensidade e Tempo), e "P" refere-se à Progressão (como o treino evolui).

"T" (primeiro) refere-se ao Tempo (duração da sessão), e "T" (segundo) refere-se ao Tipo (modalidade, ex: correr, nadar).

Assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA, de cima para baixo.

- (A) V, V, F, V.
- (B) F, F, V, F.
- (C) F, V, F, V.
- (D) V, F, V, V.

RASCUNHO - NÃO DESTAQUE