

AVANÇASP



PREFEITURA MUNICIPAL DE  
VINHEDO/SP

CONCURSO PÚBLICO  
03/2025

## PREPARADOR FÍSICO

### Leia atentamente as instruções abaixo

#### 1. PROVA E FOLHA DE RESPOSTAS

- Além deste Caderno de Prova, contendo 50 (cinquenta) questões objetivas, você receberá do Fiscal de Sala:
- 01 (uma) Folha de Respostas destinada às respostas das questões objetivas. Confira se seus dados estão corretos.

#### 2. TEMPO

- 03 (três) horas é o tempo disponível para realização da prova, já incluído o tempo para marcação da Folha de Respostas da prova objetiva;
- **01 (uma) hora** após o início da prova é possível, retirar-se da sala levando o caderno de prova;

#### 3. INFORMAÇÕES GERAIS

- As questões objetivas têm 05 (cinco) alternativas de resposta (A, B, C, D, E) e somente **uma** delas está correta;
- Verifique se seu caderno está completo, sem repetição de questões ou falhas. Caso contrário, informe imediatamente o Fiscal da Sala, para que sejam tomadas as devidas providências;
- Confira seus dados pessoais na Folha de Respostas, especialmente nome, número de inscrição e documento de identidade e leia atentamente as instruções para preenchimento;
- O preenchimento das respostas da prova objetiva é de sua responsabilidade e não será permitida a troca de Folha de Respostas em caso de erro de marcação pelo candidato;

- Marque, na folha de respostas, com caneta de tinta azul ou preta, a letra correspondente à alternativa que você escolheu.

- Reserve tempo suficiente para o preenchimento de suas respostas. Para fins de avaliação, serão levadas em consideração apenas as marcações realizadas na Folha de Respostas da prova objetiva, não sendo permitido anotar informações relativas às respostas em qualquer outro meio que não seja o caderno de prova;

- Ao se retirar, entregue a Folha de Respostas preenchida e assinada ao Fiscal de Sala.

**SERÁ ELIMINADO do presente certame o candidato que:**

a) for surpreendido, durante as provas, em qualquer tipo de comunicação com outro candidato;

b) portar ou usar, qualquer tipo de aparelho eletrônico (calculadoras, bips/pagers, câmeras fotográficas, filmadoras, telefones celulares, smartphones, tablets, relógios, walkmans, MP3 players, fones de ouvido, agendas eletrônicas, notebooks, palmtops ou qualquer outro tipo de computador portátil, receptores ou gravadores) seja na sala de prova, sanitários, pátios ou qualquer outra dependência do local de prova;

c) se ausentar da sala em que se realizam as provas levando consigo o Caderno de Questões e/ou a Folha de Respostas;

d) se recusar a entregar a Folha de Respostas, quando terminar o tempo estabelecido;

e) não assinar a Lista de Presença e/ou a Folha de Respostas.

---

**LÍNGUA PORTUGUESA****TEXTO**

---

**Leia o texto a seguir para responder às questões de 01 a 03.**

**Saint-Exupéry e o mundo deserto**

Nos confins da Líbia, no centro do deserto, um avião ainda bastante primitivo toca o chão a uma velocidade de 270 quilômetros por hora. Dentro dele, o navegador André Prévot e o piloto Antoine de Saint-Exupéry, que ainda não havia escrito *O Pequeno Príncipe*. Milagrosamente, sobrevivem à queda, mas agora precisam enfrentar a sede e caminhar muito em busca da salvação. Se fossem sozinhos no mundo, desistiriam e esperariam a morte. Mas os gritos que vão dar as pessoas que esperam por eles são motivos para que não cruzem os braços: é preciso continuar.

São quatro dias caminhando, fazendo rastros com os pés para não perder o caminho de volta até o avião, estendendo um pano para tentar conseguir alguma gota de orvalho para beber, delirando com miragens e temendo que os olhos se enchessem de luz (último estágio antes do fim), até finalmente encontrar um beduíno que os livrará de uma morte certa.

Esta é uma das histórias que Saint-Exupéry conta ao longo do comovente *Terra dos Homens*, livro que, mais do que contar algumas das suas experiências como aviador, fala da sua relação com a humanidade. Aos seus olhos, há no mundo agonias maiores do que a de padecer em um deserto. Ali, ele está em contato com o vento, as estrelas, a noite, a areia e o mar, lutando com as forças naturais e tendo preocupações de ser humano. Bem mais amargo ele julgava o sofrimento das pessoas dos trens do subúrbio, pessoas que pensam que são pessoas, mas estão reduzidas ao uso que delas se faz. Sem a consciência do nosso papel no mundo, mesmo o mais obscuro, não somos felizes, não vivemos e tampouco morremos em paz – assim reflete o aviador, feliz na sua profissão de camponês do ar, porque sentia que ela estava ligada ao restante da humanidade.

Afinal, foi o mundo que se fez deserto e nos deu a sede de encontrar companheiros. Um homem a dois passos de nós é como se habitasse nas solidões do Tibete, longe, tão longe que nenhum avião os levaria até lá, nunca. E a alma de uma simples mocinha é melhor protegida pelo silêncio do que os oásis do Saara pela extensão das areias. Saint-Exupéry parece fazer um apelo para que tomemos consciência e procuremos um fim que nos ligue a todos, ao que é essencial ao ser humano e que está além de ideologias, além do raciocínio que nos divide: a verdade é o que simplifica o mundo, e não o que gera o caos. (...)

FENDRICH, Henrique. Saint-Exupéry e o mundo deserto. *Escotilha*. Disponível em <<https://escotilha.com.br/cronicas/henrique-fendrich/saint-exupery-e-o-mundo-deserto/>>.

---

**QUESTÃO 01**

---

Em relação ao texto “Saint-Exupéry e o mundo deserto”, é correto afirmar que o autor:

- (A) mistura a narrativa de um fato com o desenvolvimento de ideias sobre o comportamento humano, sem nenhuma relação entre os dois.
- (B) parte do desenvolvimento de algumas ideias sobre os homens e apresenta, a partir daí, a narrativa de um fato com uma personalidade.
- (C) parte do desenvolvimento de algumas ideias sobre os homens e apresenta, a partir daí, a narrativa de um fato consigo mesmo.
- (D) parte da narrativa de um fato consigo mesmo e desenvolve, a partir dela, algumas ideias sobre os homens.
- (E) parte da narrativa de um fato com uma personalidade e desenvolve, a partir dela, algumas ideias sobre os homens.

**QUESTÃO 02**

“Se **fossem** sozinhos no mundo, **desistiriam** e **esperariam** a morte.”

A estrutura verbal apresentada pelas formas destacadas no trecho acima indica a ocorrência de:

- (A) um verbo expressando condição e duas ações num futuro irreal, hipotético.
- (B) um verbo expressando condição e duas ações num futuro real, verdadeiro.
- (C) um verbo num passado real, verdadeiro e duas ações num futuro irreal, hipotético.
- (D) um verbo num passado real, verdadeiro e duas ações num futuro também real, certo.
- (E) três ações sequenciadas, em que uma acontece após a outra, de forma certa, real, verdadeira.

**QUESTÃO 03**

“Aos seus olhos, há no mundo agonias maiores do que a de **padecer** em um deserto.”

A palavra destacada no trecho acima é sinônima de:

- (A) “aliviar”.
- (B) “sofrer”.
- (C) “parecer”.
- (D) “regozijar”.
- (E) “caminhar”.

**QUESTÃO 04**

Assinale a alternativa cuja expressão destacada está sendo empregada em seu sentido próprio, não se relacionando a uma frase-feita ou clichê em Língua Portuguesa.

- (A) Não adianta você **pregar no deserto**, pois não vou acatar as suas decisões.
- (B) Eu vou **jogar o peixe na água**, pois ele saltou do aquário e precisa sobreviver agora.
- (C) Do jeito que a coisa vai, vou **chutar o pau da barraca** e pedir demissão logo do emprego.
- (D) Ele me disse que **a orelha esquentou** de tanto que falaram dele na reunião de ontem.
- (E) Ele que aguarde a sua vez, pois **a batata está assando** e logo teremos uma surpresa no escritório.

**QUESTÃO 05**

Assinale a alternativa cujo espaço em branco pode ser preenchido corretamente tanto com “a” quanto com “à”, de acordo com a norma-padrão.

- (A) Tudo que aconteceu na festa foi reportado \_\_\_ imprensa local.
- (B) Não devo favores \_\_\_ ninguém que reivindica esse direito.
- (C) Devo confessar \_\_\_ todas as pessoas amigas que jamais cometeria tal delito.
- (D) De sol \_\_\_ sol, os lavradores cuidam da plantação sagrada daquela região.
- (E) Não gostaria que você se referisse \_\_\_ nossa conduta da maneira como o fez.

**QUESTÃO 06**

Assinale a alternativa cujo termo destacado remete ao conteúdo de toda a sentença, e não apenas a uma parte dela.

- (A) Ele estava **inquestionavelmente** certo ao afirmar o que foi dito na reunião.
- (B) **Visivelmente** abalada, ela entrou correndo na sala de jantar.
- (C) **Lamentavelmente**, o nível de pobreza daquela região aumentou muito.
- (D) Por favor, compareça no evento **delicadamente** trajada de branco.
- (E) Eles fizeram todos os exercícios **apressadamente** para depois saírem logo.

**QUESTÃO 07**

Entre os documentos da redação técnica oficial abaixo, assinale o que fornece uma visão geral com relação à formação e à experiência profissional de alguém que se candidate a um cargo, curso ou outro.

- (A) Carta
- (B) Ofício
- (C) Relatório
- (D) Curriculum vitae
- (E) Exposição de motivos

**QUESTÃO 08**



BECK, Alexandre. *Tiras de Armandinho*. Disponível em <<https://fotografia.folha.uol.com.br/galerias/27431-tiras-de-armandinho>>.

A palavra “só”, empregada no último quadro da tirinha acima, possui o sentido de:

- (A) restrição.
- (B) exclusão.
- (C) inclusão.
- (D) exceção.
- (E) finalidade.

**QUESTÃO 09**

“\_\_\_\_\_ a este documento as portarias de nomeação que foram solicitadas através de e-mail por esse departamento.”

Assinale a alternativa que preenche corretamente a lacuna do enunciado acima.

- (A) Seguem anexo
- (B) Seguem anexos
- (C) Seguem anexas
- (D) Segue anexas
- (E) Segue anexo

**QUESTÃO 10**

Analise cada enunciado abaixo em relação à concordância estabelecida pelo verbo, assinalando C ou E conforme esteja respectivamente certo ou errado. A seguir, assinale a sequência correta obtida.

- ( ) Coube na minha gaveta todos os meus apetrechos.
- ( ) Chegou para a firma todos os formulários solicitados.
- ( ) Houveram muitas queixas na pesquisa de opinião aplicada ontem.
- ( ) Existem vários aspectos que precisam ser discutidos.

- (A) C – C – E – C
- (B) E – C – C – C
- (C) E – E – C – E
- (D) E – E – E – C
- (E) C – C – C – E

**MATEMÁTICA E RACIOCÍNIO LÓGICO**

**QUESTÃO 11**

Você está estudando matemática para concursos públicos e, em meio aos diversos exercícios que estava resolvendo, se deparou com o seguinte problema:

Dado o sistema de equações abaixo, encontre todas as soluções do sistema:

$$\begin{cases} 2x + y = 1 \\ 3x + 4y = 14 \end{cases}$$

Assinale a alternativa que indica o par ordenado que representa a **solução desse sistema de equações**.

- (A)  $x = 0,5$  e  $y = 0$
- (B)  $x = -2$  e  $y = 5$
- (C)  $x = 2$  e  $y = -5$
- (D)  $x = 0$  e  $y = 1$
- (E)  $x = 5$  e  $y = -0,25$

**QUESTÃO 12**

Davi possui uma quantidade  $N$  de caixas maior do que 80 e menor do que 90. Se as  $N$  caixas fossem agrupadas de 5 em 5 sobriariam duas. Se houvesse duas caixas a mais, elas poderiam ser agrupadas de 7 em 7 sem que sobrasse qualquer caixa.

A soma dos algarismos de  $N$  é:

- (A) 10
- (B) 11
- (C) 12
- (D) 13
- (E) 14

**QUESTÃO 13**

Considere os números inteiros:  $A = 20$ ,  $B = 28$  e  $C = 36$ .

Calcule o mínimo múltiplo comum **MMC** e o máximo divisor comum **MDC** de cada par de números  $(A, B)$ ,  $(B, C)$  e  $(A, C)$ . Em seguida, determine o valor da expressão:

$$r = \frac{\text{MMC}(A, B) + \text{MMC}(B, C) + \text{MMC}(A, C)}{\text{MDC}(A, B) + \text{MDC}(B, C) + \text{MDC}(A, C)}$$

$$P = \frac{3}{13} \cdot r$$

Assinale a alternativa correta:

- (A)  $P = 11$
- (B)  $P = 12$
- (C)  $P = 13$
- (D)  $P = 14$
- (E)  $P = 15$

**QUESTÃO 14**

Em um hospital trabalham três médicos: Helena, Marcos e Tiago. Considerando que cada médico atende em um setor diferente, Helena atende no setor de Pediatria, Marcos não atende na Pediatria e Tiago não atende na Ortopedia, em qual setor Marcos atende?

Assinale a alternativa correta.

- (A) Pediatria
- (B) Ortopedia
- (C) Cardiologia
- (D) Pediatria ou Ortopedia
- (E) Ortopedia ou Cardiologia

**QUESTÃO 15**

O médico Dr. Mariano atende 12 pacientes por dia, trabalhando 6 horas diárias em sua clínica. Como irá sair de férias no final do ano, decidiu antecipar sua agenda para atender, nesta mesma semana, mais 60 pacientes correspondentes a uma semana inteira de atendimentos, além dos 12 pacientes que já atende diariamente. Mantendo fixos os 5 dias úteis da semana, quantas horas por dia ele precisará trabalhar para conseguir atender todos os pacientes?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 12 horas por dia
- (B) 15 horas por dia
- (C) 18 horas por dia
- (D) 20 horas por dia
- (E) 24 horas por dia

**QUESTÃO 16**

A Receita Federal enviou uma notificação à contribuinte Raquel para pagar pendências que foram identificadas na sua última declaração de imposto. O valor a pagar representa 16% do valor declarado.

Sabendo que Raquel declarou R\$ 130.000,00 anual, qual será o valor da pendência que Raquel deverá pagar?

Assinale a alternativa correta.

- (A) R\$ 2.080,00
- (B) R\$ 1.092,00
- (C) R\$ 109.200,00
- (D) R\$ 208,00
- (E) R\$ 20.800,00

**QUESTÃO 17**

Em uma escola, foi realizada uma pesquisa sobre o número de horas semanais dedicadas ao estudo. Sabe-se que:

- O grupo A, com 12 alunos, apresentou média de 6 horas semanais.
- O grupo B, com x alunos, apresentou média de 8 horas semanais.

Considerando todos os alunos juntos (grupos A e B), a média ponderada foi de 7 horas semanais. Qual é o número de alunos do grupo B?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 8
- (B) 10
- (C) 12
- (D) 14
- (E) 16

**QUESTÃO 18**

Considere a sequência numérica abaixo:

1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, ...

Essa sequência é formada apenas por números ímpares positivos, dispostos em ordem crescente e seguindo um padrão regular. Qual é o 131º termo dessa sequência?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 253
- (B) 255
- (C) 257
- (D) 259
- (E) 261

**QUESTÃO 19**

A tabela abaixo mostra a quantidade de água consumida pela família Nogueira em diferentes dias da semana. O consumo está registrado em litros (L).

Dia da semana	Consumo de água (L)
Segunda-feira	120 L
Terça-feira	150 L
Quarta-feira	100 L

Considerando que 1 metro cúbico (m³) equivale a 1.000 litros (L), qual foi o consumo de água da família na terça-feira, expresso em metros cúbicos?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 0,15 m³
- (B) 1,5 m³
- (C) 15 m³
- (D) 150 m³
- (E) 1500 m³

---

**QUESTÃO 20**

---

Thales aplicou recursos em duas modalidades de investimento oferecidas por uma cooperativa de crédito.

Na aplicação “Gamma”, o valor inicial foi de R\$10.000,00, com taxa mensal de juros simples de 2,5%. Já na aplicação “Delta”, o montante investido foi de R\$15.000,00, com rendimento mensal a juros simples de 2%.

Considerando um período de 5 meses, assinale a **alternativa que indica a diferença absoluta entre os rendimentos obtidos nas aplicações Delta e Gamma.**

- (A) R\$ 250,00
- (B) R\$ 500,00
- (C) R\$ 750,00
- (D) R\$ 1.000,00
- (E) R\$ 1.250,00

---

**NOÇÕES DE INFORMÁTICA**

---

**QUESTÃO 21**

---

Os arquivos em sistemas computacionais são utilizados para armazenar diferentes tipos de informações. Sobre os conceitos envolvendo os arquivos do Windows, é correto afirmar que:

- (A) Os arquivos são utilizados apenas para guardar informações de usuários, não podendo conter instruções de programas.
- (B) Os arquivos não podem armazenar elementos multimídia, como fotos ou músicas.
- (C) Os arquivos são coleções de dados que podem incluir informações de usuários, aplicativos, mídia e instruções de execução.
- (D) Os arquivos são criados exclusivamente para armazenar vídeos e imagens.
- (E) Os arquivos não possuem relação com a execução de programas em computadores.

---

**QUESTÃO 22**

---

No Sistema Operacional Windows 11, diversos comandos de teclado podem ser utilizados para facilitar a interação do usuário com o ambiente gráfico. Considerando que o Explorador de Arquivos está aberto na área de trabalho, analise as alternativas a seguir e identifique a ação executada pelo comando Alt+F4.

- (A) Irá fechar a janela ativa.
- (B) Exibirá as senhas na tela de credenciais.
- (C) Selecionará todos os itens da tela.
- (D) Atualizará a janela ativa.
- (E) Ocultará a barra de favoritos.

---

**QUESTÃO 23**

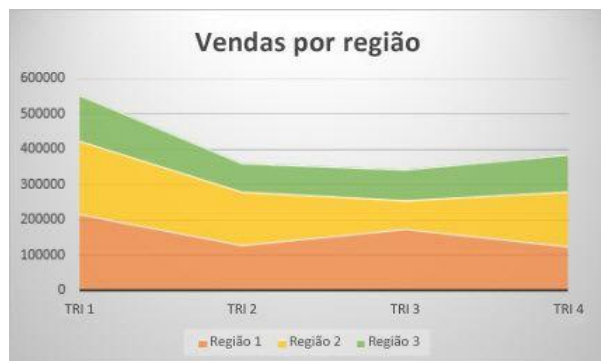
---

O Microsoft Word é um programa integrante da categoria de processadores de texto, utilizado para a elaboração de documentos digitais. Assinale a alternativa que apresenta uma afirmação correta sobre o Microsoft Word.

- (A) O Microsoft Word é utilizado exclusivamente para cálculos matemáticos complexos.
- (B) O Microsoft Word não permite a inserção de imagens em documentos.
- (C) O Microsoft Word possibilita a criação e edição de textos, com recursos de formatação e inserção de elementos gráficos.
- (D) O Microsoft Word é um navegador de internet voltado para pesquisas online.
- (E) O Microsoft Word não possui ferramentas para alterar o estilo e o tamanho das fontes.

**QUESTÃO 24**

O Gráfico a seguir foi elaborado utilizando o Microsoft Excel. Esse tipo de gráfico pode ser usado para plotar mudanças ao longo do tempo e chamar a atenção para o valor total no decorrer de uma tendência. Mostrando a soma dos valores plotados, também mostra a relação de partes com um todo.



Fonte: 1 <https://support.microsoft.com/>

Qual é o tipo do gráfico no Excel descrito e representado pela imagem:

- (A) Gráfico de rosca.
- (B) Gráfico de barras.
- (C) Gráfico pizza.
- (D) Gráfico áreas.
- (E) Gráfico Funil.

**QUESTÃO 25**

Como é chamada a área de armazenamento criada pelos navegadores para guardar dados dos sites de internet localmente, evitando que o computador precise fazer consultas constantes à rede para trazer as informações da página:

- (A) Cache.
- (B) Boot.
- (C) Blue.
- (D) Firewall.
- (E) Desktop.

**CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS**

**QUESTÃO 26**

Sobre a hipertrofia muscular em crianças e adolescentes submetidos ao treinamento resistido, é correto afirmar que:

- (A) Deve ser a principal meta dos programas de treino para crianças.
- (B) Só ocorre em crianças acima de 8 anos de forma semelhante à dos adultos.
- (C) Não é possível em nenhuma faixa etária jovem, mesmo com treinamento.
- (D) Pequenos aumentos podem ocorrer, mas a hipertrofia semelhante à dos adultos só se torna realista após a adolescência.
- (E) É garantida para qualquer criança que inicie o treino resistido.

**QUESTÃO 27**

Pesquisas indicam diferenças entre jovens e idosos quanto aos efeitos do treinamento resistido. Qual alternativa apresenta corretamente uma dessas diferenças?

- (A) A magnitude da hipertrofia muscular é maior em idosos devido ao aumento da proteína quinase ativada por mitógenos.
- (B) Jovens apresentam menor resposta hipertrofia em comparação aos idosos.
- (C) Homens idosos apresentam hipertrofia significativamente mais baixa em comparação aos mais jovens.
- (D) O treino resistido não causa nenhuma modificação nas proteínas reguladoras de idosos.
- (E) Em idosos, não ocorre ativação de proteínas relacionadas ao estresse muscular.

**QUESTÃO 28**

Um treinador de futebol observa que seu atleta apresenta rigidez na articulação coxofemoral, dificultando alguns gestos técnicos, e decide incluir mais exercícios de flexibilidade em sua rotina.

Avalie a relação entre asserção e razão:

**Asserção:** A flexibilidade adequada contribui para o aperfeiçoamento motor, a eficiência mecânica e pode auxiliar na profilaxia de lesões.

**Razão:** Porque a ausência de flexibilidade sempre impede a realização de movimentos esportivos e elimina qualquer possibilidade de adaptação compensatória.

Assinale a alternativa correta:

- (A) As duas afirmativas são verdadeiras, e a segunda justifica a primeira.
- (B) As duas afirmativas são verdadeiras, mas a segunda não justifica a primeira.
- (C) A primeira é verdadeira e a segunda é falsa.
- (D) A primeira é falsa e a segunda é verdadeira.
- (E) As duas afirmativas são falsas.

**QUESTÃO 29**

Em uma formação docente, fala-se sobre a evolução dos modelos de atendimento às pessoas com deficiência ao longo da história. Alguns desses modelos reforçavam a segregação e a exclusão social. Dentre os modelos apresentados nas alternativas abaixo assinale o que NÃO representa uma prática inclusiva:

- A) Modelo de destruição.
- B) Modelo de inclusão.
- C) Modelo de valorização da diversidade.
- D) Modelo de Educação Física Adaptada.
- E) Modelo de funcionalidade.

**QUESTÃO 30**

Um professor busca mostrar aos alunos como os critérios do treinamento funcional contribuem para a reeducação postural. Relacione os critérios da coluna A com a relação com postura da coluna B:

**Coluna A – Critérios**

- 1. Padrão de movimento comparável a reflexos.
- 2. Manutenção do centro de gravidade sobre a base de suporte.
- 3. Isolamento para integração.

**Coluna B – Relação com postura**

- A. Evita quedas e garante estabilidade em movimentos estáticos e dinâmicos.
- B. Utiliza reflexos de endireitamento e equilíbrio para manter a postura ereta.
- C. Valoriza movimentos integrados em vez de músculos isolados, favorecendo o ajuste postural.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta:

- (A) 1A – 2B – 3C
- (B) 1B – 2A – 3C
- (C) 1C – 2A – 3B
- (D) 1B – 2C – 3A
- (E) 1A – 2C – 3B

**QUESTÃO 31**

Durante uma aula sobre contrações excêntricas, o professor demonstra que o bíceps pode continuar sendo agonista mesmo quando controla lentamente a extensão do cotovelo. Ele explica que o papel funcional permanece o mesmo, ainda que o tipo de contração mude para excêntrica.

Com base nessa demonstração, qual princípio está sendo evidenciado?

- (A) Inversão completa da função agonista-antagonista
- (B) Neutralização total das ações musculares
- (C) Inversão da função muscular
- (D) Substituição de sinergistas por neutralizadores
- (E) Perda da função estabilizadora

**QUESTÃO 32**

Em locais que atendem alunos com dificuldades de aprendizagem, jogos são frequentemente utilizados para auxiliar na organização de informações e no desenvolvimento cognitivo. Para que o indivíduo aprenda a agrupar objetos por semelhança ou diferença — uma habilidade fundamental para formar categorias e compreender relações lógicas — o professor precisa oferecer materiais com atributos perceptíveis e comparáveis.

Considerando essa finalidade, qual característica deve estar presente nos jogos?

- (A) Uso de materiais que variam em múltiplos atributos simultaneamente.
- (B) Disponibilização de objetos com distinções claras para comparação.
- (C) Apresentação exclusivamente de elementos simbólicos.
- (D) Atribuição de papéis diferenciados para cada participante.
- (E) Necessidade de interação obrigatória entre duplas de alunos.

**QUESTÃO 33**

No trabalho com atletismo, o professor organiza atividades progressivas que começam com jogos de lançamento, passam por desafios de distância e, por fim, abordam a técnica dos implementos esportivos. Essa progressão respeita a formação integral dos alunos.

Assinale a alternativa que melhor explica essa progressão.

- (A) Preparação para competições externas.
- (B) Redução da complexidade para acelerar o desempenho.
- (C) Especialização precoce em provas específicas.
- (D) Ênfase nas capacidades fisiológicas como prioridade.
- (E) Gradualidade pedagógica que parte do lúdico para o técnico.

**QUESTÃO 34**

Uma professora decide repensar sua prática avaliativa, buscando superar modelos burocráticos. Ela analisa as afirmações:

I. A avaliação deve considerar conhecimentos, habilidades e atitudes expressas nas atividades corporais.

II. A avaliação deve priorizar apenas gestos técnicos executados com perfeição.

III. A avaliação deve contribuir para compreender relações sociais e valores expressos nas condutas humanas.

Assinale a alternativa correta:

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

**QUESTÃO 35**

Em uma avaliação de lesão esportiva, o profissional suspeita de choque devido a sinais de desvio de sangue para órgãos vitais. Ele relembra que o corpo prioriza funções essenciais quando há risco sistêmico.

O nome dado a esse mecanismo fisiológico é \_\_\_\_\_.

- (A) Choque
- (B) Hemostasia periférica
- (C) Hiperventilação traumática
- (D) Edema generalizado
- (E) Insuficiência motora reflexa

**QUESTÃO 36**

Em uma aula prática, os alunos analisam diferentes características da improvisação na dança. Após realizar várias experiências, discutem o papel da liberdade e das orientações estruturadas no processo de criação. Sobre as características da improvisação, avalie:

I. A improvisação pode ser livre, quando não há regras definidas antecipadamente.

II. É possível improvisar seguindo orientações temáticas, o que mantém liberdade dentro de limites criativos.

III. A improvisação não participa da construção da coreografia, pois é incompatível com estrutura formal.

Assinale a alternativa correta:

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

**QUESTÃO 37**

Muitas campanhas de saúde comunitária orientam a população sobre hábitos preventivos. Um dos pontos centrais é a relação entre alimentação e movimento corporal na prevenção de doenças crônicas. Considere que você precisa explicar a um grupo de adultos qual atitude integrar ao plano de vida saudável para reduzir risco de doenças e mortalidade. Qual das alternativas a seguir expressa corretamente essa orientação?

- (A) Priorizar apenas a alimentação adequada, pois o exercício seria secundário.
- (B) Realizar exercícios apenas quando houver diagnóstico de doença crônica.
- (C) Substituir exercícios por suplementos alimentares.
- (D) Praticar exercícios somente para ganhar musculatura, sem relação com saúde.
- (E) Integrar alimentação adequada e prática regular de exercícios para promover saúde e prevenir doenças.

**QUESTÃO 38**

Durante uma sequência de jogos cooperativos, o professor percebe que algumas crianças demonstram medo de participar por receio de fracassar. Para fortalecer o desenvolvimento moral, ele decide reorganizar a proposta para que o foco esteja na participação e no bem-estar emocional. Nesse sentido, é fundamental criar jogos que reduzam, favorecendo a aceitação e a confiança.

Assinale a alternativa que preenche corretamente a lacuna:

- (A) a perseverança
- (B) o entusiasmo
- (C) a interação social
- (D) o medo do fracasso
- (E) a diversidade de movimentos

**QUESTÃO 39**

Um jogador de basquete recebe a bola parado, define um pé de pivô e gira sobre ele. Em seguida, levanta o pé de pivô antes de passar a bola. Considerando as regras oficiais, assinale a alternativa correta sobre essa ação:

- (A) É permitido levantar o pé de pivô antes de passar a bola.
- (B) É violação, pois o pé de pivô não pode ser levantado antes do passe.
- (C) Só é violação se o jogador der mais de dois passos.
- (D) É permitido caso o jogador esteja em movimento lateral.
- (E) Só se caracteriza violação se o defensor estiver em contato.

**QUESTÃO 40**

Professores de Educação Física que trabalham com crianças entre 6 e 10 anos observam padrões regulares na evolução das habilidades motoras de seus alunos. Esses padrões ajudam a organizar o ensino e a compreender por que algumas habilidades amplas surgem antes das habilidades finas. Considerando princípios amplamente aceitos sobre o crescimento e o desenvolvimento motor, relacione os conceitos apresentados na coluna A às suas descrições correspondentes na coluna B.

**Coluna A**

1. Cefalocaudal
2. Proximodistal
3. Processo cumulativo e ordenado

**Coluna B**

- A. Descreve o desenvolvimento que parte da cabeça para os pés.
- B. Indica que o desenvolvimento ocorre de forma progressiva e organizada ao longo do tempo.
- C. Refere-se ao desenvolvimento que parte do centro do corpo para as extremidades.

Assinale a alternativa que contempla a sequência correta:

- (A) 1-C, 2-B, 3-A
- (B) 1-A, 2-C, 3-B
- (C) 1-B, 2-A, 3-C
- (D) 1-A, 2-B, 3-C
- (E) 1-C, 2-A, 3-B

**QUESTÃO 41**

Em uma vivência de treinamento resistido, um treinador destaca que um músculo pode produzir movimento de diferentes maneiras, mesmo sem alterar seu comprimento. Assinale a alternativa que corresponde a este tipo de contração que ocorre quando um músculo gera força sem mudar seu comprimento:

- (A) Concêntrica
- (B) Excêntrica
- (C) Isométrica
- (D) Isotônica
- (E) Pliométrica

**QUESTÃO 42**

Em um curso de formação continuada, os profissionais discutem porque diferentes métodos são aplicados em fases diferentes da periodização. O professor destaca que métodos influenciam sistemas energéticos e adaptativos distintos. Com isso, afirma:

- I. O método contínuo uniforme é mais indicado para construção da base aeróbica geral.
- II. O método intervalado intensivo é mais adequado para estimular a resistência anaeróbica.
- III. O Fartlek só deve ser utilizado na fase competitiva.

Assinale a alternativa CORRETA:

- (A) Apenas a afirmação I está correta.
- (B) Apenas as afirmações I e II estão corretas.
- (C) Apenas as afirmações I e III estão corretas.
- (D) Apenas as afirmações II e III estão corretas.
- (E) As afirmações I, II e III estão corretas.

**QUESTÃO 43**

Uma instituição municipal deseja ampliar a participação de pessoas com diferentes tipos de deficiência nas práticas esportivas comunitárias. A equipe de coordenação entende que o paradesporto possui características específicas que o diferenciam do esporte convencional. Com base nesse entendimento, qual afirmação está correta?

- (A) O paradesporto deve limitar-se a competições de alto rendimento.
- (B) As adaptações devem beneficiar prioritariamente praticantes de alto nível.
- (C) O paradesporto deve ocorrer apenas em ambientes formais, como clubes e federações.
- (D) As modalidades adaptadas precisam obrigatoriamente replicar o esporte original.
- (E) O foco central é adaptar práticas para favorecer inclusão e não apenas performance.

**QUESTÃO 44**

Um treinador de uma equipe de resistência informou que seus atletas frequentemente realizam treinos de mais de uma hora em condições de calor. Em reunião, ele pergunta qual estratégia nutricional durante o exercício deve ser adotada para reduzir risco de desidratação e manter a disponibilidade energética. Considerando práticas nutricionais recomendadas para exercícios com duração superior a 1 hora, assinale a alternativa que apresenta a combinação correta de reposição de carboidrato e sódio a ser considerada durante a sessão de exercício:

- (A) Fornecer 10–20 g de carboidrato por hora e 0,1–0,2 g de sódio por litro de bebida.
- (B) Fornecer 20–40 g de carboidrato por hora e 0,2–0,4 g de sódio por litro de bebida.
- (C) Fornecer 30–60 g de carboidrato por hora e 0,5–0,7 g de sódio por litro de bebida.
- (D) Fornecer 70–90 g de carboidrato por hora e 1,0–1,5 g de sódio por litro de bebida.
- (E) Não fornecer carboidrato durante o exercício; indicar apenas ingestão de água ad libitum.

**QUESTÃO 45**

Um velocista treina séries de 6–8 s de corrida máxima. Para esforços tão curtos, o principal sistema energético acionado fornece ATP quase que imediatamente, com utilização direta de reservas intramusculares. Com base nisso, assinale a alternativa que apresenta corretamente qual sistema é predominante nesses esforços:

- (A) Sistema aeróbico mitocondrial.
- (B) Oxidação de ácidos graxos.
- (C) Glicólise anaeróbia com produção de lactato.
- (D) Sistema ATP–PCr (fosfagênio).
- (E) Fosforilação oxidativa no fígado.

**QUESTÃO 46**

Em uma aula de ginástica, o professor pretende trabalhar equilíbrio e controle corporal com crianças pequenas. Ele decide propor atividades em que o foco não é mover-se por longas distâncias, mas sustentar posturas estáveis. Com base nos aspectos motores, esse conjunto de habilidades pertence ao grupo de:

- (A) Ações manipulativas.
- (B) Combinações acrobáticas.
- (C) Rotação.
- (D) Deslocamento.
- (E) Trabalho estático.

**QUESTÃO 47**

Em uma turma de iniciação esportiva, o professor utiliza longas séries de exercícios isolados, repetindo passes, conduções e chutes sem oposição. O objetivo declarado é “aprender a técnica primeiro para depois jogar”. Considerando concepções pedagógicas sobre jogos esportivos coletivos, essa prática caracteriza:

- (A) Concepção mecanicista de ensino-treino.
- (B) Abordagem situacional da técnica.
- (C) Método de ensino global-funcional.
- (D) Treinamento baseado em auto-organização tática.
- (E) Modelo baseado em resolução de problemas.

**QUESTÃO 48**

Uma prefeitura decide manifestar oficialmente interesse em disputar a realização dos Jogos Olímpicos. Para formalizar essa intenção, o procedimento inicial exige o envio de um documento que sinaliza a vontade da cidade de candidatar-se ao Comitê Olímpico nacional. Esse documento é conhecido como:

- (A) Projeto de Legado.
- (B) Carta de intenção.
- (C) Dossiê de Avaliação.
- (D) Acordo de Garantias.
- (E) Manual de Operações.

**QUESTÃO 49**

Uma prefeitura municipal decidiu ampliar seu programa de incentivo ao esporte e, para isso, buscou compreender como as organizações esportivas se estruturaram no Brasil. Ao consultar especialistas, percebeu que essas organizações apresentam características próprias que as diferenciam de entidades públicas tradicionais.

Com base nesse cenário, assinale a alternativa que apresenta corretamente qual elemento é considerado fundamental para caracterizar uma organização esportiva:

- (A) A obrigatoriedade de possuir fins lucrativos.
- (B) A existência de regras formais e objetivos voltados à prática esportiva.
- (C) A submissão direta ao Ministério da Educação.
- (D) A ausência de estrutura administrativa interna.
- (E) O foco exclusivo em competições internacionais.

**QUESTÃO 50**

Os professores de Educação Física planejam o ensino do tema “jogos” para diferentes faixas etárias, considerando o desenvolvimento das regras e da imaginação. Relacione corretamente a fase do jogo da coluna A com as características da coluna B.

**Coluna A – Fase do jogo**

1. Jogo com regras ocultas
2. Jogo com regras claras
3. Controle crescente da atividade

**Coluna B – Características**

- A. Maior exigência de atenção e regulação da conduta.
- B. Situação imaginária predominante.
- C. Regras explícitas que orientam o comportamento.

Assinale a sequência correta:

- (A) 1–B; 2–C; 3–A
- (B) 1–C; 2–A; 3–B
- (C) 1–A; 2–C; 3–B
- (D) 1–B; 2–A; 3–C
- (E) 1–C; 2–B; 3–A

