

INTERPRETAÇÃO DE TEXTO

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

O que acontece no cérebro quando ouvimos opiniões diferentes — e como treinar nossa capacidade de escuta

Ouvir uma opinião contrária à nossa quase sempre provoca alguma reação. Embora muitas vezes atribuamos essa dificuldade a fatores culturais ou pessoais, a ciência mostra que ela também está relacionada ao funcionamento do cérebro.

A neurociência explica por que ouvir ideias diferentes é tão desafiador. A discordância ativa sistemas cerebrais responsáveis por detectar conflitos e preservar a coerência interna do pensamento. Por isso, quando nos deparamos com ideias que entram em choque com nossas crenças, tendemos a reagir rapidamente e, muitas vezes, de forma defensiva.

Quando somos expostos a uma opinião que contradiz a nossa forma de pensar, o cérebro não começa avaliando argumentos de maneira racional. Antes disso, ele identifica que existe um conflito. Uma das regiões envolvidas nesse processo é o córtex cingulado anterior (CCA). Essa estrutura atua como um sistema de monitoramento responsável por detectar inconsistências entre expectativas e realidade, além de conflitos entre respostas ou entre crenças.

Estudos indicam que o córtex cingulado anterior participa de circuitos ligados tanto ao controle cognitivo quanto ao processamento da dor física e social. Por essa razão, uma opinião contrária pode ser percebida pelo cérebro como algo desconfortável ou potencialmente ameaçador, mesmo quando não há confronto direto entre as pessoas.

Outras regiões cerebrais também entram em atividade nesse processo. A amígdala está relacionada às respostas a ameaças, enquanto a ínsula participa da percepção de estados corporais de mal-estar. O resultado dessas ativações é familiar para muitas pessoas: tensão no corpo, sensação de desconforto e tendência a se defender ou a encerrar rapidamente a conversa.

Posteriormente, entra em ação o córtex pré-frontal dorsolateral, região associada a funções cognitivas superiores, como planejamento, inibição de impulsos e tomada de decisões. Essa área contribui para regular as reações emocionais e possibilita uma avaliação mais refletida da situação.

Aceitar um ponto de vista diferente do nosso exige esforço mental. O cérebro precisa manter simultaneamente dois modelos mentais incompatíveis: aquilo em que acreditamos e aquilo que o outro afirma. Em seguida, é necessário comparar essas representações e avaliar se alguma delas deve ser modificada.

Esse processo envolve também a chamada dissonância cognitiva, isto é, o mal-estar psicológico que surge quando uma informação ameaça a coerência da nossa visão de mundo ou da nossa identidade. Em muitas situações, esse desconforto leva as pessoas a reforçar as crenças que já possuem, em vez de considerar seriamente o ponto de vista contrário.

Além disso, diversas crenças estão ligadas ao sentimento de pertencimento a determinados grupos sociais. Alterar uma perspectiva pode ser vivido, ainda que de forma inconsciente, como um risco social, como sentir constrangimento, perder status ou ser excluído. O cérebro social tende a evitar esse tipo de ameaça.

Outro elemento importante nesse processo é o estresse. Quando os níveis de estresse são elevados ou prolongados, o sistema nervoso entra em estado de alerta. Nessa condição, diminui a capacidade do córtex pré-frontal de regular as emoções e de lidar com divergências de forma equilibrada. Assim, ouvir com calma e refletir sobre argumentos diferentes torna-se mais difícil.

Apesar dessas dificuldades, há um aspecto positivo: os sistemas cerebrais envolvidos na regulação emocional e no controle cognitivo são maleáveis e se modificam com a experiência.

A dificuldade de ouvir opiniões divergentes aparece com frequência no debate social contemporâneo, especialmente em contextos nos quais decisões coletivas precisam ser tomadas, como equipes de trabalho, instituições ou espaços de liderança. Quando um desacordo não é bem conduzido, ele gera conflitos interpessoais, falhas de comunicação e deterioração do clima emocional.

Felizmente, é possível treinar a capacidade de escuta. Estudos desenvolvidos pelo grupo Neurociência do Bem-estar da Universidade de Sevilha mostram que o treinamento da regulação fisiológica e emocional está associado a uma maior capacidade de pensar antes de responder, ouvir com menor reatividade e conduzir conversas difíceis com mais clareza.

Assim, o objetivo não é evitar o desconforto provocado pela discordância, mas aprender a regulá-lo. Ouvir não significa concordar nem abandonar os próprios valores. Significa sustentar o desconforto pelo tempo necessário para ampliar a compreensão da situação.

Em um mundo cada vez mais polarizado, a capacidade de escutar opiniões é compreendida como uma habilidade a ser desenvolvida. Entender como o cérebro reage às divergências é um passo importante para substituir reações automáticas por respostas mais calmas, claras e conscientes.

<https://www.bbc.com/portuguese/articles/crm83ke7d4ro>. adaptado.

Questão 01

Posteriormente, entra em ação o córtex pré-frontal dorsolateral, região associada a funções cognitivas superiores, como planejamento, inibição de impulsos e

tomada de decisões.

Assinale a alternativa CORRETA que contenha apenas termos adjetivos.

- (A) inibição de impulsos
- (B) funções cognitivas
- (C) pré-frontal dorsolateral
- (D) tomada de decisões

Questão 02

A amígdala está relacionada "às respostas" "a ameaças", enquanto a ínsula participa da percepção de estados corporais de mal-estar.

Em relação ao emprego do acento indicativo de crase nos trechos destacados, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Em "a ameaças", não ocorre crase porque o segundo complemento repete apenas a preposição exigida por "relacionada", sem fusão com artigo feminino antes do substantivo, mantendo a mesma regência nominal na coordenação dos termos.
- (B) Em "a ameaças", não ocorre crase porque o substantivo está no plural e o uso do artigo feminino nesse contexto torna-se facultativo na estrutura sintática apresentada na coordenação do período e na organização dos complementos da oração.
- (C) Em "às respostas", o acento indicativo de crase ocorre pela fusão da preposição exigida pela forma "relacionada" com o artigo definido feminino plural que acompanha o substantivo "respostas".
- (D) Em "às respostas", o acento indicativo de crase ocorre porque o substantivo feminino plural exige o emprego do acento grave quando antecedido por termo que indica relação.

Questão 03

Estudos indicam que "o córtex cingulado anterior participa de circuitos ligados tanto ao controle cognitivo quanto ao processamento da dor física e social".

Em relação à análise sintática da oração destacada, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O termo "de circuitos" exerce a função de adjunto adnominal ligado ao verbo "participa".
- (B) O termo "ligados" exerce função de adjunto adverbial do verbo "participa".
- (C) O termo "o córtex cingulado anterior" exerce a função de sujeito da oração.
- (D) O termo "ao controle cognitivo" exerce função de complemento verbal do verbo "participa".

Questão 04

Em um mundo cada vez mais polarizado, a capacidade de escutar opiniões é compreendida como uma habilidade a ser desenvolvida.

Considerando as regras de pontuação da norma padrão, assinale a alternativa CORRETA quanto ao emprego dos sinais de pontuação no período.

- (A) A capacidade de escutar opiniões, em um mundo cada vez mais polarizado é compreendida como uma habilidade a ser desenvolvida.
- (B) A capacidade de escutar opiniões é compreendida como uma habilidade — em um mundo cada vez mais polarizado a ser desenvolvida.
- (C) A capacidade de escutar opiniões é compreendida; em um mundo cada vez mais polarizado como uma habilidade a ser desenvolvida.
- (D) A capacidade de escutar opiniões, em um mundo cada vez mais polarizado, é compreendida como uma habilidade a ser desenvolvida.

Questão 05

O texto apresenta uma explicação sobre reações humanas diante de opiniões divergentes, articulando conceitos e exemplos por meio de retomadas referenciais e conexões entre frases que garantem a continuidade temática.

Considere o trecho do texto-base:

Esse processo envolve também a chamada dissonância cognitiva, isto é, o mal-estar psicológico que surge quando uma informação ameaça a coerência da nossa visão de mundo ou da nossa identidade.

De acordo com o trecho apresentado, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) A expressão "isto é" funciona como recurso de reformulação explicativa ao introduzir uma definição que esclarece o termo anterior, estabelecendo continuidade interpretativa e facilitando a compreensão do conceito apresentado no trecho.
- (B) A expressão "isto é" introduz uma explicação do termo anterior, apresentando esclarecimento conceitual que contribui para a compreensão do fenômeno mencionado no período.
- (C) A expressão "esse processo" contribui para a organização do encadeamento textual ao retomar uma ideia anteriormente desenvolvida, permitindo que o argumento avance sem repetição direta de informações já apresentadas no texto.
- (D) A expressão "esse processo" retoma informação apresentada anteriormente no texto, funcionando como elemento de coesão referencial que conecta a frase ao desenvolvimento explicativo do argumento.

Questão 06

O cérebro precisa manter simultaneamente dois modelos mentais incompatíveis: aquilo em que acreditamos e aquilo que o outro afirma.

Em relação às relações sintáticas e semânticas presentes no período, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O adjetivo "incompatíveis" estabelece relação de sentido entre os dois segmentos que aparecem após os dois-pontos: "aquilo em que acreditamos" e "aquilo que o outro afirma".
- (B) O segmento "aquilo que o outro afirma" exerce função de adjunto adverbial de afirmação, por se tratar de um reforço semântico dentro do período em que se encontra.
- (C) O substantivo "cérebro", por constituir o núcleo do sujeito da oração e por ser um substantivo abstrato, estabelece relação de dependência sintática direta com o sintagma "modelos mentais incompatíveis".
- (D) O substantivo "modelos", na expressão "modelos mentais incompatíveis", exerce função de adjunto adnominal dentro da estrutura do período composto em que se encontra.

Questão 07

O texto apresenta uma reflexão sobre as reações humanas diante de opiniões divergentes, relacionando aspectos do funcionamento cerebral, processos cognitivos e comportamentos observados em situações de discordância.

De acordo com o texto-base, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O texto afirma que as reações defensivas diante de opiniões divergentes decorrem principalmente de hábitos culturais e padrões de socialização que influenciam a maneira como as pessoas lidam com ideias contrárias.
- (B) O texto sustenta que ouvir opiniões diferentes é difícil porque o cérebro humano tende a rejeitar automaticamente argumentos que entram em conflito com crenças já consolidadas, impedindo qualquer possibilidade de avaliação posterior dessas ideias.
- (C) O texto explica que reações defensivas diante de opiniões divergentes podem ocorrer porque a discordância ativa mecanismos cerebrais ligados à detecção de conflitos e à preservação da coerência do pensamento.
- (D) O texto indica que a percepção de ameaça diante de opiniões divergentes surge em situações nas quais pessoas sustentam posições opostas em uma discussão, e o cérebro interpreta o conflito de ideias como sinal de risco social ou interpessoal.

Questão 08

A neurociência "explica" por que ouvir ideias diferentes é tão desafiador.

Em relação à regência verbal do verbo destacado no período, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O verbo "explica" é bitransitivo, sendo "por que ouvir" o objeto indireto e "ideias diferentes" o objeto direto que completam o sentido verbal.

- (B) O verbo "explica" é transitivo indireto, sendo "por que ouvir ideias diferentes é tão desafiador" o objeto indireto introduzido pela preposição "por" exigida pelo verbo.
- (C) O verbo "explica" é verbo de ligação, e o segmento "por que ouvir ideias diferentes é tão desafiador" funciona como predicativo do sujeito, cujo núcleo é "diferentes".
- (D) O verbo "explica" é transitivo direto, e seu complemento é "por que ouvir ideias diferentes é tão desafiador", que exerce função de objeto direto oracional.

Questão 09

Esse processo envolve também a chamada dissonância cognitiva, isto é, o mal-estar psicológico que surge quando uma informação ameaça a coerência da nossa visão de mundo ou da nossa identidade.

Considerando os sentidos produzidos pelos termos no contexto do período, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) A expressão "visão de mundo" é utilizada no sentido literal, referindo-se à capacidade fisiológica de observar o ambiente ao redor e de perceber os acontecimentos que se apresentam no espaço físico.
- (B) O termo "identidade" refere-se à identificação civil do indivíduo, como nome, registro e documentos pessoais que permitem o reconhecimento formal da pessoa no âmbito jurídico e administrativo.
- (C) O termo "coerência", no contexto do período, expressa ideia de repetição de pensamentos, indicando que a mente tende a reproduzir continuamente as mesmas informações.
- (D) No período, o termo "dissonância" expressa ideia de conflito ou incompatibilidade entre elementos, contribuindo para caracterizar o estado de mal-estar mencionado na frase.

Questão 10

Assim, o objetivo não é evitar o desconforto provocado pela discordância, mas aprender a "regulá-lo".

Em relação à colocação pronominal no trecho destacado, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Em "regulá-lo", ocorre ênclise, pois o pronome oblíquo átono está posposto ao verbo no infinitivo, formando uma unidade gráfica após a adaptação da forma verbal.
- (B) A construção "regulá-lo" caracteriza anáclise, pois o pronome se integra ao verbo pela presença da preposição anterior, formando unidade sonora que aparenta divisão da estrutura verbal.
- (C) A forma "regulá-lo" apresenta mesóclise, pois o pronome está intercalado na estrutura verbal antes e após a presença de termo que antecede o verbo no período.

(D) Em "regulá-lo", ocorre próclise, pois a presença da preposição "a" antes do verbo funciona como elemento de atração do pronome.

RACIOCÍNIO LÓGICO

Questão 11

Em um curso de formação, 120 candidatos foram avaliados quanto ao domínio de Excel e Power BI. Sabe-se que 78 dominam Excel, 65 dominam Power BI e 19 não dominam nenhuma dessas duas ferramentas. A coordenação precisa identificar quantos candidatos dominam simultaneamente Excel e Power BI para organizar uma atividade avançada. Quantos candidatos pertencem à interseção entre os dois conjuntos?

- (A) 38 candidatos.
- (B) 44 candidatos.
- (C) 42 candidatos.
- (D) 36 candidatos.

Questão 12

Na seleção interna de uma fundação pública, a nota final de Helena resulta de duas etapas: prova objetiva com peso 3 e prova discursiva com peso 2. Helena obteve 78 pontos na objetiva e 90 pontos na discursiva. Um servidor também calculou a média aritmética simples dessas duas notas para fins comparativos. Qual é a sequência correta sobre os valores obtidos a partir desses dados? Analise as assertivas e classifique como verdadeira (V) ou falsa (F).

- () A média aritmética simples das duas notas é 84.
- () A média ponderada das duas etapas é 82,8.
- () A diferença entre a média simples e a média ponderada é 1,0.
- () Se a prova discursiva tivesse peso 3, a média ponderada passaria a ser 84.

A sequência CORRETA, de cima para baixo, é:

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

Questão 13

Uma agência de fiscalização vai formar um código de acesso com 4 algarismos distintos escolhidos entre 1, 2, 3, 4, 5 e 6. Um analista elaborou quatro afirmações sobre esse processo para validar o sistema. Examine as assertivas abaixo e responda ao que se pede.

- I.O número total de códigos possíveis é 350.
- II.A quantidade de códigos que começam por número par é 180.
- III.O total de códigos que terminam em 5 é 60.

IV.A quantidade de códigos em que os algarismos 1 e 2 aparecem adjacentes, nessa ordem, é 36.

Está CORRETO o que se afirma em:

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

Questão 14

Um setor jurídico automatizou a leitura da proposição "Se o parecer foi aprovado, então o relatório foi publicado" e deseja trabalhar com uma forma logicamente equivalente para auditoria textual. A equipe precisa substituir essa proposição por outra que preserve exatamente a mesma tabela-verdade. Qual alternativa apresenta uma proposição logicamente equivalente à implicação original?

- (A) A forma equivalente é "o parecer foi aprovado e o relatório foi publicado".
- (B) A proposição equivalente é "se o relatório foi publicado, então o parecer foi aprovado".
- (C) A sentença equivalente é "o parecer não foi aprovado e o relatório não foi publicado".
- (D) A proposição equivalente é "o parecer não foi aprovado ou o relatório foi publicado".

Questão 15

Em uma aula de lógica aplicada ao controle normativo, o professor exibiu a fórmula $[(p \rightarrow q) \wedge p] \rightarrow q$ e pediu que a turma classificasse sua natureza lógica. A expressão foi analisada em todas as combinações possíveis de valores lógicos de p e q. Ao final, buscava-se identificar se a proposição permanece verdadeira em qualquer situação. Que classificação deve ser atribuída a essa fórmula?

- (A) A expressão é contingente.
- (B) A sentença é equivalente a $\neg q$.
- (C) A fórmula é uma contradição.
- (D) A fórmula é uma tautologia.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Questão 16

Sobre os fundamentos da nutrição aplicada ao esporte, reconhece-se que a ingestão adequada de nutrientes exerce papel determinante no fornecimento de energia, na recuperação muscular e na manutenção do desempenho físico durante programas de treinamento e competição. Nesse contexto, analise as sentenças a seguir:

I.Os carboidratos desempenham papel central no metabolismo energético durante exercícios de intensidade moderada a elevada, contribuindo para a manutenção das reservas de glicogênio muscular e para

o suporte energético do esforço físico.

II.A ingestão adequada de proteínas é irrelevante para os processos de reparação e síntese de tecidos musculares após sessões de treinamento físico.

III.Os lipídios constituem a principal fonte energética utilizada em exercícios de curta duração e alta intensidade, predominando no metabolismo anaeróbio durante esforços explosivos.

É correto o que se afirma em:

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

Questão 17

No processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos esportes de invasão, a transição do pensamento tático para a execução técnica exige que o aluno compreenda as constantes dialéticas do jogo. De acordo com os modelos contemporâneos de iniciação esportiva, a organização das tarefas pedagógicas deve priorizar a inteligência de jogo em detrimento da mecanização precoce. Considerando as propriedades que definem a lógica interna dessas modalidades e os métodos de ensino centrados na compreensão, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) A especialização precoce em posições táticas fixas é a estratégia mais adequada para otimizar o rendimento coletivo escolar.
- (B) O domínio completo dos fundamentos isolados constitui pré-requisito obrigatório para o início das situações de oposição.
- (C) O desenvolvimento das competências táticas deve balizar a introdução e o refinamento das habilidades técnicas específicas.
- (D) O ensino dos esportes coletivos deve pautar-se na fragmentação do jogo em unidades motoras simples e descontextualizadas.

Questão 18

A relação entre prática regular de exercício físico e padrões alimentares adequados constitui um dos pilares contemporâneos da promoção da saúde, sendo amplamente investigada nas áreas da fisiologia do exercício, nutrição e saúde coletiva. Evidências científicas indicam que a interação entre gasto energético, disponibilidade de nutrientes e adaptações metabólicas influencia diretamente a composição corporal, o funcionamento do sistema cardiovascular e a regulação hormonal do organismo. Considerando os conhecimentos científicos atuais sobre o impacto do exercício físico associado à dieta na saúde do indivíduo, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) A prática regular de exercício físico, quando associada a qualquer padrão alimentar, produz benefícios metabólicos semelhantes, pois as adaptações fisiológicas decorrentes do treinamento tornam o organismo praticamente independente da qualidade nutricional da dieta cotidiana.
- (B) A combinação entre exercício físico regular e ingestão alimentar equilibrada favorece adaptações metabólicas positivas, incluindo melhora da sensibilidade à insulina, maior eficiência do metabolismo energético e redução progressiva de fatores de risco cardiometabólicos ao longo do tempo.
- (C) A realização sistemática de exercícios físicos intensos é suficiente para neutralizar integralmente os efeitos de dietas desequilibradas, uma vez que o aumento do gasto energético elimina a influência negativa de padrões alimentares inadequados sobre a saúde.
- (D) A ingestão alimentar exerce influência restrita ao fornecimento imediato de energia para a prática de exercícios, não interferindo de forma significativa em processos fisiológicos de recuperação muscular, regulação hormonal ou adaptações metabólicas crônicas.

Questão 19

Durante uma aula de Educação Física voltada à vivência do futsal, o professor organizou uma partida entre os estudantes e aproveitou o momento para revisar as normas disciplinares e estruturais da modalidade. Entre os aspectos discutidos, destacaram-se a composição das equipes e o limite de atletas que podem atuar simultaneamente em quadra no jogo, conforme as Regras de Jogo estabelecidas pela Confederação Brasileira de Futsal (CBFS). De acordo com as referidas regras oficiais, o número de jogadores por equipe é:

- (A) 6 jogadores em quadra, mais o goleiro.
- (B) 4 jogadores em quadra, incluindo o goleiro.
- (C) 5 jogadores em quadra, excluindo o goleiro.
- (D) 5 jogadores em quadra, incluindo o goleiro.

Questão 20

No âmbito da Educação Física, a classificação das modalidades esportivas fundamenta-se na natureza da interação entre os praticantes e na lógica interna da disputa. Essa categorização permite distinguir práticas que operam sob a égide da ação isolada daquelas que demandam coordenação interpessoal estratégica. Considerando a taxonomia dos esportes e suas características estruturais, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) Coletivas, pois definem-se exclusivamente pela ocupação de amplos espaços físicos de jogo, independentemente da interação sociomotriz estabelecida entre os jogadores.

- (B) Coletivas, pois se baseiam na cooperação entre parceiros de uma mesma equipe sob oposição direta de adversários, exigindo coordenação tática para atingir o objetivo.
- (C) Individuais, pois exigem obrigatoriamente a presença simultânea de múltiplos atletas de uma mesma agremiação para a validação dos records e dos índices de rendimento.
- (D) Individuais, pois fundamentam-se na atuação sinérgica de atletas organizados em grupos coesos, cujo desempenho final depende da soma equânime dos esforços coletivos.

Questão 21

No planejamento de um torneio interclasses, a organização técnica deve prever o sistema de disputa mais adequado ao tempo disponível e ao número de inscritos. Sobre as normas gerais de organização de eventos desportivos escolares, assinale a alternativa **INCORRETA**.

- (A) O sistema de rodízio (Round Robin) é o mais indicado quando o objetivo pedagógico é promover a máxima participação e o intercâmbio entre as turmas.
- (B) A elaboração do regulamento específico deve ser realizada de forma prévia, estabelecendo critérios de desempate e normas de conduta para os alunos.
- (C) O sorteio das chaves pode considerar a distribuição dirigida (cabeças de chave) para evitar que as equipes tecnicamente superiores se enfrentem no início.
- (D) O sistema de eliminatória simples garante que todos os alunos participem de um número mínimo de três jogos antes da desclassificação final.

Questão 22

Considere as afirmativas relacionadas aos conceitos fundamentais da terminologia aplicada à Educação Física e à Saúde Coletiva. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

() Exercício físico é uma subcategoria da atividade física, caracterizada por ser uma prática planejada, estruturada e repetitiva, geralmente orientada para o desenvolvimento ou a manutenção de componentes da aptidão física.

() Atividade física define-se como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulte em gasto energético acima dos níveis de repouso.

() Aptidão física corresponde ao desempenho esportivo em contextos competitivos, não sendo empregada como parâmetro relacionado à saúde funcional da população geral.

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

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

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

Questão 23

A organização de eventos desportivos no contexto escolar exige planejamento sistemático que envolva definição de objetivos, escolha do formato competitivo, organização logística e distribuição adequada de responsabilidades entre os envolvidos. Esses elementos são fundamentais para garantir a viabilidade do evento, a participação segura dos estudantes e o cumprimento das etapas previstas no cronograma esportivo. Considerando os princípios técnicos que orientam a organização de competições esportivas em ambiente educacional, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) O planejamento de um evento desportivo escolar envolve etapas como definição de objetivos, escolha do sistema de competição, elaboração de regulamento, organização de tabela de jogos e previsão de recursos humanos e materiais necessários à realização das atividades.
- (B) A escolha do sistema de competição em eventos desportivos escolares deve ocorrer apenas após o término das inscrições das equipes, sendo desnecessária sua consideração nas etapas iniciais de planejamento.
- (C) A organização de eventos desportivos escolares concentra-se prioritariamente na definição das regras das modalidades disputadas, sendo dispensável o planejamento prévio de aspectos logísticos, cronograma de jogos e distribuição de responsabilidades.
- (D) A elaboração do regulamento de uma competição esportiva ocorre após a realização das partidas iniciais, tendo como finalidade ajustar eventuais inconsistências observadas durante o desenvolvimento do evento.

Questão 24

No basquetebol, o domínio dos fundamentos técnicos é essencial para a execução eficiente das ações ofensivas e defensivas durante a partida. Esses fundamentos correspondem a habilidades motoras específicas que permitem ao jogador controlar a bola, interagir com os companheiros de equipe e buscar a finalização das jogadas. Considerando os principais fundamentos técnicos da modalidade, assinale a alternativa que **NÃO** corresponde a um fundamento do basquetebol.

São fundamentos do Basquete, **EXCETO**:

- (A) Manchete.
- (B) Drible.
- (C) Passe.
- (D) Arremesso.

Questão 25

A ginástica laboral constitui uma estratégia amplamente

utilizada em ambientes institucionais e corporativos com o objetivo de promover saúde, prevenir agravos ocupacionais e favorecer melhores condições de trabalho. Estruturada a partir de princípios da ergonomia, da cinesiologia e da promoção da saúde, essa prática envolve exercícios planejados e executados durante a jornada laboral, considerando as demandas biomecânicas e psicofisiológicas das atividades desempenhadas pelos trabalhadores. Nesse contexto, assinale a alternativa **INCORRETA**.

- (A) A prática sistematizada de ginástica laboral pode contribuir para a prevenção de desconfortos musculoesqueléticos, além de favorecer momentos de pausa ativa e de conscientização corporal no ambiente ocupacional.
- (B) A ginástica laboral corresponde a programas de treinamento físico de alta intensidade estruturados prioritariamente para o aumento do desempenho físico e da produtividade individual, sendo aplicados independentemente das características ergonômicas das tarefas ocupacionais.
- (C) A implementação de programas de ginástica laboral considera aspectos relacionados às características das atividades profissionais, buscando adequar os exercícios às demandas biomecânicas presentes no ambiente de trabalho.
- (D) A ginástica laboral pode incluir exercícios de alongamento, mobilidade articular e ativação muscular realizados durante pausas planejadas na jornada de trabalho, com o objetivo de reduzir desconfortos físicos e favorecer a recuperação funcional.

Questão 26

Considere as afirmativas relacionadas à inclusão de estudantes com deficiência nas aulas de Educação Física, fundamentadas na Política Nacional de Educação Especial e na Lei Brasileira de Inclusão. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__) O planejamento pedagógico deve prever o Desenho Universal para a Aprendizagem, visando à criação de produtos e ambientes utilizáveis por todos, sem necessidade de adaptação específica contínua.

(__) A adaptação de regras e materiais deve ser pautada na equidade, assegurando que o desafio motor proposto seja compatível com as possibilidades funcionais do educando, sem descaracterizar a essência da atividade.

(__) A participação do estudante com deficiência intelectual em jogos coletivos deve ser condicionada ao domínio prévio de todas as competências táticas da modalidade, de modo a preservar o nível técnico da turma.

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

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

(C) V, V, F.

(D) F, V, V.

Questão 27

A partir da Carta de Ottawa (1986), marco internacional da Promoção da Saúde, consolidou-se uma concepção ampliada de saúde que supera o modelo biomédico centrado apenas na doença e no tratamento curativo. Nesse paradigma, a saúde passa a ser entendida como resultado da interação entre determinantes e condicionantes sociais, econômicos, ambientais e comportamentais, enfatizando a capacidade de indivíduos e comunidades de melhorar suas condições de vida. Com base nesse entendimento, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) A saúde é compreendida como um recurso para a vida cotidiana, e não como objetivo final da vida, sendo produzida pela interação entre determinantes e condicionantes sociais, econômicos, ambientais e individuais, bem como pela capacidade de indivíduos e comunidades de promover e proteger sua própria saúde.
- (B) A saúde pública contemporânea fundamenta-se na priorização do tratamento curativo e no controle de agentes patogênicos, considerando secundárias as ações de promoção da saúde e prevenção de doenças.
- (C) A saúde corresponde exclusivamente à manutenção dos parâmetros fisiológicos dentro dos limites considerados normais pela medicina clínica, sendo definida prioritariamente pela ausência de doenças diagnosticáveis.
- (D) O processo saúde-doença resulta predominantemente de fatores genéticos e escolhas individuais, tendo os determinantes sociais influência secundária na qualidade de vida das populações.

Questão 28

Sobre as regras fundamentais do handebol relacionadas à condução da bola e à dinâmica de jogo, conforme as normas estabelecidas pela International Handball Federation (IHF) – Federação Internacional de Handebol, analise as sentenças a seguir:

I. No handebol, ao receber a bola, o jogador pode dar no máximo três passos sem quicar a bola, devendo realizar o passe, o arremesso ou iniciar o drible antes de exceder esse limite.

II. Durante a partida, as substituições entre jogadores podem ocorrer de forma ilimitada, desde que realizadas pela zona de substituição da equipe, conforme previsto nas regras oficiais.

III. Após iniciar o drible no handebol, o jogador pode segurar a bola com as duas mãos, interromper o movimento e reiniciar um novo drible sem que isso constitua infração.

É correto o que se afirma em:

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

Questão 29

Considere as afirmativas relacionadas às dimensões sociológicas do esporte, da recreação e do lazer, analisando sua organização e impacto nas estruturas sociais contemporâneas. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__) O fenômeno do lazer na contemporaneidade constitui uma prática que se desenvolve à margem das influências da indústria cultural, preservando as lógicas de fruição puramente autônomas.

(__) A sociologia do esporte caracteriza as manifestações esportivas como fenômenos sociais neutros, cuja organização interna é impermeável à reprodução de desigualdades de gênero ou classe.

(__) As atividades de recreação no ambiente escolar limitam-se ao provimento de estímulos para o gasto energético, desvinculando-se do compromisso com a formação da consciência crítica.

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

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

Questão 30

Considere as afirmativas relacionadas aos conceitos de Homeostase e Estado Estável (Steady State) na fisiologia do exercício. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__) A homeostase e o estado estável são conceitos sinônimos, referindo-se ambos à manutenção das variáveis fisiológicas em valores basais e imutáveis, independentemente da intensidade do esforço físico realizado pelo atleta.

(__) A homeostase caracteriza a manutenção de um meio interno relativamente constante e normal durante o repouso, enquanto o estado estável descreve o platô funcional atingido quando a demanda metabólica é suprida no esforço.

(__) O estado estável representa um equilíbrio dinâmico, no qual variáveis como a frequência cardíaca estabilizam-se em novos patamares para atender às exigências do exercício, sendo de difícil alcance em cargas de altíssima intensidade.

Assinale a alternativa com a sequência **CORRETA** de cima para baixo:

- (A) F, V, V.

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

Questão 31

Sobre o papel do exercício físico na promoção da saúde e na prevenção de doenças hipocinéticas, analise as sentenças a seguir:

I. A prática regular de exercício físico promove adaptações fisiológicas multissistêmicas, incluindo aumento da eficiência cardiorrespiratória, melhora da sensibilidade à insulina e modulação favorável do perfil lipídico plasmático, fatores associados à redução do risco de desenvolvimento de doenças hipocinéticas.

II. Programas sistematizados de exercício físico, especialmente quando combinam estímulos aeróbios e de força muscular, contribuem para o aprimoramento da aptidão funcional e para a manutenção da homeostase metabólica, aspectos que se relacionam com menor incidência de doenças hipocinéticas.

III. A ocorrência de doenças hipocinéticas está condicionada predominantemente a fatores hereditários imutáveis, de modo que adaptações fisiológicas decorrentes da prática regular de exercício físico exercem impacto limitado sobre a prevenção dessas condições, embora possam contribuir para a melhoria da qualidade de vida.

É correto o que se afirma em:

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

Questão 32

A Epistemologia Genética de Jean Piaget estabelece que a construção do conhecimento ocorre por meio de uma sucessão de períodos, cada um com estruturas lógicas próprias que organizam a percepção do mundo. Associe a segunda coluna de acordo com a primeira, que relaciona os estágios do desenvolvimento cognitivo às suas respectivas características funcionais:

PRIMEIRA COLUNA:

- (1) Sensório-motor
- (2) Pré-operatório
- (3) Operatório-concreto

SEGUNDA COLUNA:

(__) Consolidada a reversibilidade do pensamento e a capacidade de realizar operações lógicas fundamentadas em elementos da realidade.

(__) Baseia-se na coordenação de esquemas de ação e percepções sensoriais, precedendo a capacidade de representação simbólica interna.

(__) Marcado pelo surgimento da linguagem e do

pensamento intuitivo, embora a lógica ainda seja limitada pelo egocentrismo cognitivo.

Assinale a alternativa que apresenta a correta associação entre as colunas:

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

Questão 33

No campo da ergonomia aplicada aos contextos ocupacionais, diferentes estratégias têm sido propostas para minimizar impactos negativos das atividades laborais sobre o organismo humano. Entre essas estratégias, destacam-se intervenções relacionadas à organização das tarefas, à conscientização corporal e à adoção de hábitos que favoreçam melhores condições de execução das atividades cotidianas. Considerando os princípios ergonômicos relacionados à saúde e à qualidade de vida no trabalho, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) Mudanças de hábitos relacionadas à organização das atividades, à adoção de pausas ativas e à incorporação de comportamentos posturais mais adequados podem contribuir para a redução de sobrecargas biomecânicas e para a melhoria da qualidade de vida no contexto ocupacional.
- (B) A relação entre hábitos cotidianos e condições ergonômicas possui influência limitada sobre a saúde funcional, uma vez que os principais determinantes de qualidade de vida no trabalho são de natureza exclusivamente genética.
- (C) Intervenções ergonômicas voltadas à melhoria da qualidade de vida concentram-se exclusivamente na modificação de equipamentos e mobiliários, não envolvendo mudanças comportamentais ou hábitos relacionados à execução das tarefas.
- (D) A ergonomia aplicada ao trabalho prioriza a adaptação do trabalhador às exigências previamente estabelecidas pelas tarefas, mantendo estáveis as condições organizacionais e operacionais do ambiente laboral.

Questão 34

O treinamento desportivo apoia-se em princípios científicos que explicam como o organismo responde e se adapta a estímulos físicos sistematizados ao longo do tempo. Esses princípios orientam a organização das cargas de treinamento, a progressão dos estímulos e a adequação das estratégias metodológicas às características dos praticantes. A correta compreensão dessas diretrizes é fundamental para o planejamento seguro e eficaz de programas de preparação física. Considerando os fundamentos teóricos do treinamento desportivo, assinale a alternativa que define corretamente o respectivo princípio.

- (A) Reversibilidade: as adaptações fisiológicas e funcionais adquiridas por meio do treinamento tendem a diminuir progressivamente quando os estímulos sistemáticos de exercício são reduzidos ou interrompidos.
- (B) Sobrecarga: refere-se à manutenção de níveis estáveis de volume e intensidade ao longo do processo de treinamento, priorizando a repetição contínua das mesmas cargas de exercício.
- (C) Individualidade: esse princípio estabelece que programas de treinamento estruturados com as mesmas cargas e métodos produzem respostas fisiológicas iguais entre indivíduos submetidos às mesmas práticas.
- (D) Especificidade: compreende que as adaptações decorrentes do treinamento apresentam caráter amplo, generalizado e absoluto, repercutindo de forma igualitária em diferentes capacidades físicas.

Questão 35

Sobre a organização e a aplicação pedagógica da ginástica laboral em programas institucionais de promoção da saúde, analise as sentenças a seguir:

I.A ginástica laboral preparatória é realizada no início da jornada de trabalho e tem como finalidade principal ativar o organismo para as demandas da atividade profissional, envolvendo exercícios leves de mobilidade, coordenação e ativação muscular.

II.A ginástica laboral caracteriza-se por sessões de longa duração voltadas ao treinamento de alto rendimento, com foco exclusivo no desenvolvimento da força máxima e da potência aeróbia para a execução de tarefas pesadas.

III.A ginástica laboral compensatória é aplicada durante a jornada de trabalho, buscando atenuar tensões musculares decorrentes de posturas mantidas ou movimentos repetitivos, por meio de alongamentos, mobilidade articular e exercícios de relaxamento.

É correto o que se afirma em:

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

Questão 36

Como parte do encerramento de uma unidade temática sobre esportes de rede, um professor de Educação Física organizou um torneio de voleibol integrando diversas turmas. Para viabilizar a finalização do evento dentro do cronograma letivo, foi adotado o sistema de eliminatória simples para as 17 equipes inscritas. Esse formato de competição pressupõe a progressão dos vencedores a cada rodada até a decisão final. Considerando a estrutura organizacional desse sistema para que se chegue à equipe campeã, a competição terá um total de:

- (A) 15 partidas.
- (B) 17 partidas.
- (C) 18 partidas.
- (D) 16 partidas.

Questão 37

No estudo do movimento humano, conhecimentos de osteologia, artrologia e miologia são fundamentais para compreender as estruturas do sistema locomotor e as ações musculares envolvidas nos gestos motores. Nesse contexto, associe a segunda coluna de acordo com a primeira, que relaciona áreas de estudo do sistema locomotor às suas respectivas abordagens.

PRIMEIRA COLUNA:

- (1) Osteologia
- (2) Artrologia
- (3) Miologia

SEGUNDA COLUNA:

(__)Estuda os músculos esqueléticos e suas ações, analisando contrações e funções na produção do movimento.

(__)Analisa as articulações e os tipos de movimentos que ocorrem entre os ossos.

(__)Dedica-se ao estudo dos ossos que compõem o esqueleto humano e sua função estrutural.

Assinale a alternativa que apresenta a correta associação entre as colunas:

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

Questão 38

Durante uma aula de Educação Física, o professor organizou uma atividade prática de voleibol de quadra com duas equipes formadas por estudantes da turma. Antes do início do jogo, ele explicou que a altura da rede deve seguir as medidas oficiais adotadas nas competições da modalidade, ressaltando a importância de conhecer as normas regulamentares do esporte para sua correta aplicação no contexto escolar e esportivo. Considerando as regras oficiais do voleibol estabelecidas pela Federação Internacional de Voleibol (FIVB) para competições adultas, a altura da rede nas competições masculinas e femininas, respectivamente, é de:

- (A) 2,38 m e 2,18 m.
- (B) 2,40 m e 2,20 m.
- (C) 2,24 m e 2,43 m.
- (D) 2,43 m e 2,24 m.

Questão 39

Durante uma aula de Educação Física voltada à vivência

do futebol de campo, o professor organizou uma partida entre os estudantes e aproveitou a atividade para revisar algumas normas disciplinares da modalidade. Ao interromper o jogo após uma infração técnica, ele explicou que determinadas condutas exigem que o árbitro aplique sanções disciplinares, conforme as Regras de Jogo da **International Football Association Board (IFAB)**, órgão que regulamenta as regras do Futebol. No que diz respeito ao impedimento de um gol ou de uma oportunidade clara de gol por meio do manejo deliberado da bola, assinale a alternativa **CORRETA**.

- (A) O jogador de linha que impede um gol ou uma clara oportunidade de gol da equipe adversária, ao tocar deliberadamente a bola com a mão, deve ser expulso.
- (B) A advertência com cartão amarelo é a punição máxima e mandatória para qualquer situação de jogo, independentemente de a ação ter interrompido uma chance manifesta de gol.
- (C) O goleiro pode controlar a bola com as mãos dentro de sua área penal após um passe intencional de um companheiro de equipe, contanto que o recuo tenha sido executado com os pés.
- (D) O acúmulo de três cartões amarelos por um mesmo atleta, em decorrência de infrações distintas em uma mesma partida, gera a aplicação do cartão vermelho e a consequente expulsão.

Questão 40

Considere as afirmativas relacionadas aos efeitos do exercício físico na regulação fisiológica e psicológica do estresse em indivíduos submetidos às demandas do cotidiano contemporâneo. Registre V, para verdadeiras, e F, para falsas:

(__)A prática regular de exercício físico de intensidade moderada está associada à redução dos níveis basais de cortisol e ao aumento da síntese de neurotransmissores e peptídeos opioides endógenos, como as endorfinas, favorecendo a modulação do estresse.

(__)Sessões sistemáticas de exercício físico podem favorecer a adaptação do organismo a estímulos estressores, contribuindo para respostas autonômicas mais equilibradas e maior eficiência nos processos de recuperação fisiológica após situações de tensão.

(__)A participação em programas regulares de exercício físico tende a atenuar a reatividade do sistema nervoso simpático frente a estressores psicossociais, reduzindo a ativação adrenérgica crônica e minimizando o desgaste orgânico acumulado.

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

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

