

**AVANÇASP**



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE  
ITAPECERICA DA SERRA/SP

**CONCURSO PÚBLICO**  
**02/2026**

# PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA (BACHAREL)

## Leia atentamente as instruções abaixo

### 1. PROVA E FOLHA DE RESPOSTAS

Além deste Caderno de Questões, 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 Questões.

### 3. INFORMAÇÕES GERAIS

- As questões objetivas têm 05 (cinco) alternativas de resposta (A, B, C, D, E) e somente **uma** delas está correta.

- Quando for permitido abrir o Caderno de Questões, verifique se corresponde ao cargo para o qual se inscreveu, se está completo e sem falhas. Caso contrário, informe imediatamente ao fiscal da sala, para que sejam tomadas as devidas providências.

- Confira seus dados pessoais na Folha de Respostas, especialmente nome, número de inscrição, número do documento de identidade e cargo. Leia atentamente as instruções para preenchimento.

- O preenchimento das respostas da prova objetiva é de sua responsabilidade e não será permitida a substituição de Folha de Respostas em caso de erro de marcação pelo(a) candidato(a).

- 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 Questões.

- 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 em 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.

CADERNO DE QUESTÕES

PROVA OBJETIVA

---

**LÍNGUA PORTUGUESA**

---

**TEXTO**

---

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

**Vida corrida**

Na minha rotina diária, assim como na de todos os relés plebeus dessa era, eu corro. Esse verbo, o correr, tem o seu sentido rasgado e exposto para qualquer situação que precise dele. Corro para não chegar atrasado no meu compromisso, corro atrás do que eu quero, corro para manter minha saúde, corro dos meus problemas e pensamentos. Atualmente, tenho flexionado o correr para a sua forma adjetiva também: para os meus amigos, minha vida está corrida e não posso sair com eles; enquanto para mim, meus dias estão corridos e não tenho tempo para nada.

Mas, mesmo assim, acho tempo para correr. Meus olhos correm e caem na tela do meu computador, e fazem com que o tempo corra. O tempo, maldito tempo que ora passa depressa, ora devagar. Maldito tempo que não corre como eu. Maldito eu que não corre como o tempo. Maldito sou, nesse tempo parado.

Entre a correria da faculdade e a monotonia dopada nos fins de semana, encontro minha lástima no ônibus: a ponte entre uma corrida e a outra. Olho ao redor, pessoas correndo olhos e dedos em seus celulares. Minha mão corre ao bolso, e pega o retângulo metálico. Não tenho mensagens, nem números indicando algo de interesse. Corro imediatamente, dessa vez para o bolso do meu casaco, e dou função ao meu fone de ouvido. (...)

Finalmente parei de correr para longe dos pensamentos. Como se eu passasse a semana inteira correndo deles, para então, num ônibus qualquer, ser preso e forçado a parar de correr. Os belos ruídos que saíam de um violão, sem voz nenhuma para atrapalhar, continuavam a me envolver, mantendo o absoluto controle. Encarei os meus pensamentos, e para minha surpresa, como se fosse um plano deles em parceria com a música, vi os meus braços livres.

Mais precisamente, os meus polegares, que correram para escrever essas palavras. Palavras corridas, mas de sentimentos enraizados em um homem inerte ao seu mundo.

HENNING, Vinícius Rutes. Vida corrida. *Mafuá*. Disponível em <<https://mafua.ufsc.br/2017/doi-contos-vida-corrida-e-velhos-amigos/>>.

---

**QUESTÃO 01**

---

Os três primeiros parágrafos do texto “Vida corrida” retratam:

- (A) a criatividade do autor-narrador para fugir da rotina.
- (B) a vida diária do autor-narrador, marcada pela ausência de rotina.
- (C) a vida diária do autor-narrador, marcada por atividades diferentes em cada dia.
- (D) a rotina do autor-narrador, igual à de muitas pessoas ao seu redor.
- (E) a rotina do autor-narrador, diferente da rotina de qualquer outra pessoa ao seu redor.

---

**QUESTÃO 02**

---

“Palavras corridas, mas de sentimentos enraizados em um homem **inerte** ao seu mundo.”

A palavra destacada no trecho acima é sinônima de:

- (A) “prostrado”, “desanimado”.
- (B) “movimentado”, “dinâmico”.
- (C) “criativo”, “imaginativo”.
- (D) “nervoso”, “agitado”.
- (E) “rápido”, “ligeiro”.

---

**QUESTÃO 03**

---

“**Meus olhos correm e caem na tela do meu computador**, e fazem com que o tempo corra.”

Qual figura de linguagem se encontra presente no trecho destacado do enunciado acima?

- (A) Antítese
- (B) Hipérbato
- (C) Hipérbole
- (D) Prosopopeia
- (E) Pleonasma

---

**QUESTÃO 04**

---

Assinale a alternativa em que todas as palavras estão escritas de acordo com as normas vigentes em Língua Portuguesa.

- (A) O super-sônico realizou um voo rasante no meio da multidão enfurecida.
- (B) Adquiri uma pintura ultrarrealista que deve valer um preço exorbitante.
- (C) Vão-se os dedos e ficam os anéis, conforme já dizia o meu bisavô.
- (D) A ideia de ultrapassar a fronteira é extremamente ezagerada e malvista.
- (E) A alfândega criou uma excessão para taxar bagagens acima do peso permitido.

---

**QUESTÃO 05**

---

Assinale a alternativa em cujo preenchimento da lacuna ficam corretas tanto a forma “a” quanto “à”, de acordo com a norma-padrão.

- (A) Entregamos os papéis \_\_\_ secretária do setor, que os encaminhou adequadamente.
- (B) Somos todos desfavoráveis \_\_\_ situações que provoquem desconforto aos funcionários.
- (C) Foi feita uma apelação \_\_\_ sua conduta em função da necessidade urgente da empresa.
- (D) Aos finais de semana, costumo degustar um bom bife \_\_\_ palito junto com cerveja.
- (E) Entregaremos a sua encomenda daqui \_\_\_ uma hora, sem nenhum tipo de atraso.

---

**QUESTÃO 06**

---

Assinale a alternativa cuja palavra destacada apresenta função adjetiva, qualificando algum ser mencionado no enunciado.

- (A) A professora chegou **rápido** ao auditório, começando imediatamente a falar.
- (B) **Decepcionado** consigo mesmo, o aluno decidiu não reclamar sobre o resultado.
- (C) Comer **depressa** é uma ação que pode prejudicar a digestão dos alimentos.
- (D) Correr **lento** é decisão que pode atrapalhar muito os atletas de elite.
- (E) Na reunião, chegaram **imediatamente** a um veredicto final.

---

**QUESTÃO 07**

---

“Toda a obra literária leva uma pessoa dentro, **que** é o autor.” (José Saramago)

Assinale a alternativa cujos elementos preenchem corretamente as lacunas a seguir, em relação à análise da palavra destacada no período acima.

Trata-se de um(a) \_\_\_\_\_ que pode ser substituído(a) por “\_\_\_\_\_”, além de introduzir uma oração de natureza \_\_\_\_\_, do tipo \_\_\_\_\_.

- (A) conjunção integrante – o que – adverbial – consecutiva
- (B) conjunção coordenativa – o que – sindética – explicativa
- (C) pronome relativo – o qual – adjetiva – restritiva
- (D) conjunção integrante – o qual – adjetiva – explicativa
- (E) pronome relativo – a qual – adjetiva – explicativa

---

**QUESTÃO 08**

---

Assinale a alternativa cuja palavra destacada apresenta concordância de acordo com a redação oficial.

- (A) Os relatórios da comissão parlamentar de inquérito estão **anexo** na plataforma.
- (B) Seguem **anexa** ao e-mail as cartas solicitadas pelo departamento de pessoal.
- (C) **Anexas**, seguem as cópias das certidões relacionadas ao processo em pauta.
- (D) Veio **anexo** ao processo a solicitação da presidência para participação efetiva de todos.
- (E) **Anexa** à carta, chegaram as últimas fotos providenciadas pelo remetente.

**QUESTÃO 09**



CAZO. *Crianças sem vacina*. Disponível em <<https://blogdoaftm.com.br/charge-criancas-sem-vacina/>>.

Que elemento de coesão textual se encontra na fala do personagem da charge acima: “Parece que a qualidade dos pais também.”?

- (A) Ambiguidade em relação à forma verbal “parece”.
- (B) Pronominalização do nome “taxa de natalidade”.
- (C) Nominalização da forma verbal “diminuindo”.
- (D) Repetição da forma verbal “sabia”.
- (E) Elipse da forma verbal “está diminuindo”.

**QUESTÃO 10**

O ofício circular é um documento elaborado e encaminhado adequadamente quando:

- (A) um órgão envia o mesmo expediente para mais de um órgão receptor.
- (B) mais de um órgão envia, conjuntamente, o mesmo expediente para um único órgão receptor.
- (C) uma pessoa física outorga direitos para uma outra pessoa assinar em seu lugar.
- (D) alguém registra os atos e decisões de uma reunião ou assembleia.
- (E) um grupo de pessoas assina um documento fazendo uma solicitação.

**MATEMÁTICA E RACIOCÍNIO LÓGICO**

**QUESTÃO 11**

Murilo trabalha como designer freelancer e cobra R\$ 38,50 por hora de serviço. Em um projeto recente, ele trabalhou durante 8 horas. Qual foi o valor total recebido por Murilo por esse projeto?

Assinale a alternativa correta.

- (A) R\$ 200,00
- (B) R\$ 250,00
- (C) R\$ 300,00
- (D) R\$ 308,00
- (E) R\$ 308,50

**QUESTÃO 12**

Paola estava assistindo a um programa de culinária na internet, no qual a apresentadora propôs um desafio: determinar, em gramas, a quantidade correspondente a uma colher de sopa. Para isso, os espectadores deveriam encontrar a quantidade de manteiga que deve ser igual à raiz quadrada da diferença entre 205 e o quadrado de 3.

Qual é a quantidade correta, em gramas, de manteiga contida em uma colher de sopa, de acordo com o desafio proposto pela apresentadora?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 15 g
- (B) 14 g
- (C) 11 g
- (D) 10 g
- (E) 5 g

**QUESTÃO 13**

Um capital estrangeiro de R\$ 1.800.000,00 foi aplicado a uma taxa de juros simples de 0,1% ao mês, durante 10 meses em um fundo de investimento no Brasil. Assinale a alternativa que indica o valor total dos juros gerados.

- (A) R\$ 180,00
- (B) R\$ 1.800,00
- (C) R\$ 18.000,00
- (D) R\$ 20.000,00
- (E) R\$ 100.000,00

**QUESTÃO 14**

Durante a organização de um evento realizado pela prefeitura, os responsáveis pela logística precisavam distribuir cadeiras em dois camarotes do evento. O Camarote Alfa recebeu 144 cadeiras, enquanto o Camarote Beta recebeu 78 cadeiras. A equipe deseja organizar os assentos em fileiras iguais, sem que sobre nenhuma cadeira.

Qual é o maior número de cadeiras que pode haver em cada fileira, garantindo que todos os assentos sejam divididos igualmente?

Assinale a alternativa que indica a resposta correta.

- (A) 2
- (B) 3
- (C) 4
- (D) 5
- (E) 6

**QUESTÃO 15**

O engenheiro civil Fernando estava analisando os relatórios semanais de consumo de concreto em uma construção pública. Ele observou que, nos últimos quatro dias de medição, o consumo diário registrado foi:

9 m<sup>3</sup>    11 m<sup>3</sup>    12 m<sup>3</sup>    10 m<sup>3</sup>

Então, Fernando informou ao engenheiro-chefe responsável que, em média, \_\_\_\_\_ de concreto estava sendo utilizado por dia na obra.

Assinale a alternativa correta que completa a lacuna acima.

- (A) 10 m<sup>3</sup>
- (B) 10,5 m<sup>3</sup>
- (C) 11 m<sup>3</sup>
- (D) 11,5 m<sup>3</sup>
- (E) 12,5 m<sup>3</sup>

**QUESTÃO 16**

Especialistas em criptomoedas fizeram um alerta afirmando que o preço do Bitcoin deverá estar 12% maior a partir do próximo ano. Considerando que atualmente o Bitcoin está cotado a R\$ 351.750,00, qual será o valor previsto para o próximo ano, segundo essa estimativa?

Assinale a alternativa correta:

- (A) R\$ 393.960,00
- (B) R\$ 393.000,00
- (C) R\$ 351.750,00
- (D) R\$ 309.540,00
- (E) R\$ 42.210,00

**QUESTÃO 17**

Nilmar está se preparando para passar o dia na praia com os amigos e decidiu levar um cooler para armazenar bebidas e alimentos. O cooler tem formato de paralelepípedo retangular e possui as seguintes dimensões internas:

- Comprimento: 69 cm
- Largura: 48 cm
- Altura: 30 cm

Sabendo que o volume de um paralelepípedo é dado por  $V = C \times L \times A$ , qual é o volume total interno do cooler, em litros?

Considere que 1.000 cm<sup>3</sup> equivalem a 1 litro e assinale a alternativa correta:

- (A) 98,5 litros
- (B) 99,0 litros
- (C) 99,1 litros
- (D) 99,4 litros
- (E) 100 litros

**QUESTÃO 18**

Um produto custa US\$ 47,50 e está sendo vendido com um desconto de 18%. Assinale a alternativa que indica o preço final do produto após a aplicação do desconto:

- (A) US\$ 38,95
- (B) US\$ 39,00
- (C) US\$ 39,95
- (D) US\$ 40,00
- (E) US\$ 40,95

**QUESTÃO 19**

Durante o fechamento das notas do semestre, a professora de Matemática informou à Vitória que sua média final seria calculada por meio de uma média ponderada. As notas e os respectivos pesos de cada atividade são apresentados a seguir:

Atividade	Peso	Nota
Prova escrita	4	8
Trabalho em grupo	3	7
Lista de exercícios	2	9,5

Com base nesses dados, qual é a média ponderada final de Vitória?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 7,7
- (B) 7,8
- (C) 8,0
- (D) 8,1
- (E) 8,3

**QUESTÃO 20**

Leonardo está em uma trilha e quer ir do *ponto A* ao *ponto B*. Ele percebe que pode caminhar 8 km em linha reta para o leste e depois 6 km para o norte. Leonardo aplicou o Teorema de Pitágoras,  $c^2 = (8)^2 + (6)^2$  e sabe que a hipotenusa é a menor distância que ele pode percorrer, neste caso. Portanto, se ele quiser ir diretamente do *ponto A* ao *ponto B* sem fazer curvas, seguindo na direção nordeste (diagonal de onde ele está), qual será a distância total que ele percorrerá?

Assinale a alternativa correta.

- (A) 6 km
- (B) 7 km
- (C) 8 km
- (D) 9 km
- (E) 10 km

**NOÇÕES DE INFORMÁTICA**

**QUESTÃO 21**

Sobre a navegação na internet, assinale a alternativa que completa corretamente a lacuna do texto a seguir:

Os \_\_\_\_\_ consistem em pequenos registros criados no seu dispositivo durante a navegação em sites e que são reutilizados por essas páginas quando você retorna a elas.

- (A) Cookies
- (B) XMLs
- (C) TXT
- (D) Ctmp
- (E) System32

**QUESTÃO 22**

Em relação à identificação de arquivos de computador por suas extensões, assinale a alternativa que apresenta um arquivo cuja extensão é tipicamente utilizada para armazenar imagens:

- (A) prova.doc
- (B) prova.docx
- (C) prova.xml
- (D) prova.ppt
- (E) prova.jpg

**QUESTÃO 23**

Sobre o termo "Spam" no contexto da comunicação por correio eletrônico, assinale a alternativa correta.

- (A) São mensagens eletrônicas enviadas apenas entre usuários que mantêm relacionamento comercial prévio.
- (B) Consiste em vírus de computador que se propaga automaticamente pelos contatos da lista de e-mails do usuário.
- (C) Refere-se ao conjunto de e-mails considerados legítimos e que foram previamente autorizados pelo destinatário.
- (D) Corresponde aos e-mails não solicitados, enviados, em geral, para um grande número de pessoas.
- (E) É um tipo de mensagem eletrônica criptografada utilizada exclusivamente por órgãos governamentais.

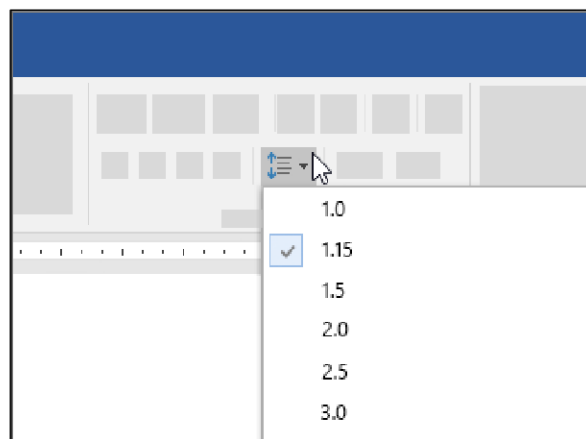
**QUESTÃO 24**

No ambiente da área de trabalho do Sistema Operacional Windows, o ícone do menu Iniciar encontra-se, por padrão, em qual local da interface?

- (A) Na barra de tarefas.
- (B) Na linha de gerenciamento.
- (C) Sobre a indicação da data e hora do sistema.
- (D) Na área de restrições.
- (E) No canto superior direito da tela, junto à lixeira.

**QUESTÃO 25**

Com base na imagem a seguir, qual ação o usuário do Microsoft Word poderá fazer ao acessar a opção ilustrada?



- (A) Alterar o espaçamento entre as linhas do texto.
- (B) Inserir a correção automática ao texto.
- (C) Solicitar a leitura em voz alta do conteúdo digitado.
- (D) Aplicar a formatação "Ítálico" no texto selecionado.
- (E) Alterar o tamanho da fonte que está sendo utilizada.

**CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS****QUESTÃO 26**

Um professor deseja que seus alunos compreendam que a avaliação não se resume a medir desempenhos. Ele planeja uma atividade teórica em que os alunos analisem diferentes sentidos que a avaliação pode assumir. Qual dos sentidos abaixo representa uma visão crítica e ampliada de avaliação?

- (A) Critério exclusivo para selecionar atletas.
- (B) Regra que determina a frequência mínima para aprovação.
- (C) Procedimento técnico baseado apenas em testagens padronizadas.
- (D) Processo que analisa as convergências e divergências entre os resultados obtidos e as metas estabelecidas no planejamento da intervenção.
- (E) Método utilizado somente para medir capacidades fisiológicas.

---

**QUESTÃO 27**

---

Uma escola busca incluir a Ginástica Para Todos como conteúdo regular das aulas. Analise as afirmativas:

- I. A modalidade contribui para o desenvolvimento do bem-estar físico, psíquico e social.
- II. O foco principal está na competição e no desempenho técnico individual.
- III. A prática valoriza o respeito às individualidades e a autossuperação.

Assinale a alternativa CORRETA:

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

---

**QUESTÃO 28**

---

Durante uma aula prática de Cinesiologia, um professor demonstra como a contração muscular provoca o movimento aproximando o osso menos estável em direção ao mais estável. Ele ressalta que, quando um músculo possui várias ações possíveis, ele tentará realizar todas simultaneamente, a menos que outras forças impeçam ações indesejadas. Após a demonstração, ele pede aos estudantes que identifiquem corretamente o papel dos agonistas durante uma contração concêntrica.

Assinale a alternativa correta.

- (A) Músculos que impedem ações indesejadas sem participar do movimento principal.
- (B) Músculos que geram força para estabilizar o segmento proximal.
- (C) Músculos que neutralizam ações específicas do agonista.
- (D) Músculos que executam ações opostas simultaneamente.
- (E) Músculos que produzem o movimento articular principal no plano de movimento.

---

**QUESTÃO 29**

---

Durante uma aula de alongamento, um professor de Educação Física observa que alguns alunos apresentam dificuldade em executar o movimento de flexão do tronco sobre os membros inferiores.

Analise a relação entre asserção e razão:

**Asserção:** A flexibilidade é a qualidade física responsável pela execução voluntária de movimentos em máxima amplitude angular, respeitando os limites morfológicos e sem risco de lesão.

**Razão:** Porque a flexibilidade depende exclusivamente da elasticidade muscular, não sofrendo influência das articulações vizinhas.

Considerando a asserção e razão, assinale a alternativa correta:

- (A) A asserção e a razão são verdadeiras, e a razão justifica a asserção.
- (B) A asserção e a razão são verdadeiras, mas a razão não justifica a asserção.
- (C) A asserção é verdadeira e a razão é falsa.
- (D) A asserção é falsa e a razão é verdadeira.
- (E) A asserção e a razão são falsas.

---

**QUESTÃO 30**

---

Durante uma competição esportiva, um atleta sofre um corte profundo com sangramento intenso. A equipe de apoio precisa agir rapidamente para evitar agravamento do quadro. O profissional responsável considera as recomendações gerais para controle de hemorragias em ambiente esportivo.

Qual medida inicial é considerada essencial antes de prestar socorro direto ao atleta?

- (A) Elevar o membro ferido acima da cabeça antes de tocar no atleta.
- (B) Garantir proteção contra exposição ao sangue potencialmente contaminado.
- (C) Remover qualquer objeto estranho do ferimento para facilitar o estancamento.
- (D) Substituir imediatamente o curativo anterior por um novo, mesmo sem paramentação.
- (E) Solicitar ao atleta que pressione o próprio ferimento enquanto chega ajuda médica.

**QUESTÃO 31**

Durante um exercício de criação, uma turma é orientada a repetir determinados movimentos para reforçar a coesão da dança. Em seguida, o professor explica que esse recurso ajuda o público a reconhecer elementos importantes da coreografia. Esse procedimento corresponde ao princípio estético de \_\_\_\_\_.

- (A) Repetição
- (B) Variedade
- (C) Contraste
- (D) Simetria
- (E) Expansão

**QUESTÃO 32**

Uma empresa quer reduzir o tempo que seus funcionários passam sentados. O setor de saúde ocupacional deverá justificar por que ações para reduzir o sedentarismo importam para a saúde coletiva da equipe. Considere as evidências epidemiológicas sobre sedentarismo e atividade física. Qual afirmação deve compor o argumento institucional?

- (A) Sentar por longos períodos não afeta a saúde cardiovascular se a pessoa for jovem.
- (B) O risco associado ao sedentarismo é irrelevante quando se consome suplementos.
- (C) Reduzir o tempo sentado é inútil se a pessoa praticar exercícios uma vez por mês.
- (D) O sedentarismo está associado a maior mortalidade e risco de doenças crônicas, mas a atividade física regular mitiga esse risco.
- (E) Apenas atletas precisam preocupar-se com o sedentarismo.

**QUESTÃO 33**

Durante uma aula de jogos, uma professora percebe que alguns alunos menos habilidosos têm medo de participar porque receiam cometer erros diante dos colegas. Ela deseja criar um ambiente onde a diversão seja o elemento central da atividade, reduzindo a ansiedade e o medo de fracassar. Nesse contexto, qual ação pedagógica está mais alinhada ao desenvolvimento moral infantil por meio do jogo?

- (A) Priorizar a competição para estimular esforço máximo.
- (B) Reforçar a ideia de que erros são parte natural da atividade.
- (C) Focar nos alunos mais habilidosos para manter o ritmo da aula.
- (D) Implementar punições para comportamentos considerados inadequados.
- (E) Exigir que todos busquem resultados para elevar o desempenho da turma.

**QUESTÃO 34**

Durante uma partida oficial de basquete, uma equipe organiza um ataque posicionado para tentar criar espaço próximo à cesta. Um jogador ofensivo permanece parado dentro da área restritiva enquanto sua equipe mantém o controle da bola. Considerando a regra que limita o tempo permitido nesse espaço, assinale a alternativa que indica corretamente o que ocorre nessa situação.

- (A) É falta pessoal, e o jogador deve ser substituído imediatamente.
- (B) É violação se permanecer mais de 5 segundos, ainda que esteja tentando sair.
- (C) É violação após 3 segundos consecutivos, exceto em situações específicas previstas na regra.
- (D) Só é violação se o jogador estiver segurando a bola.
- (E) A infração só ocorre se o jogador impedir fisicamente um defensor de se mover.

**QUESTÃO 35**

Professores de Educação Física, muitas vezes, observam que crianças pequenas apresentam melhor controle dos músculos do pescoço e dos ombros do que das pernas e pés. Em aulas iniciais, também é comum notar que elas conseguem estabilizar o tronco antes de realizar movimentos finos com as mãos. Considerando os princípios do desenvolvimento motor, qual alternativa explica esse padrão?

- (A) O desenvolvimento segue direções cefalocaudal e proximodistal.
- (B) O desenvolvimento motor é aleatório e depende exclusivamente da motivação.
- (C) As crianças desenvolvem primeiro o controle dos membros inferiores devido ao engatinhar.
- (D) O desenvolvimento ocorre sempre do geral para o específico, sem relação anatômica.
- (E) A sequência de desenvolvimento varia completamente entre os indivíduos, sem tendências previsíveis.

**QUESTÃO 36**

Durante uma prova de 400 m ( $\approx 45-60s$ ), observa-se queda progressiva na potência e acúmulo de lactato. Nesse tipo de esforço, a contribuição energética tende a ser mista, com participação importante de vias anaeróbicas. Qual alternativa descreve corretamente essa situação?

- (A) Predomínio absoluto do sistema aeróbico.
- (B) Energia fornecida apenas por triglicerídeos.
- (C) Exclusiva utilização de proteínas como substrato.
- (D) Somente renovação de ATP via síntese oxidativa.
- (E) Grande participação do sistema glicolítico com lactato e contribuição residual do ATP-PCr.

**QUESTÃO 37**

Um treinador está revisando os princípios que orientam a escolha dos métodos de treinamento durante a temporada. Ele destaca que diferentes métodos geram respostas fisiológicas distintas e que a seleção inadequada pode comprometer o processo adaptativo. Considerando características gerais dos métodos contínuos e intervalados, analise:

- I. O método intervalado caracteriza-se pela alternância entre esforços e pausas, permitindo maior volume total com intensidade moderada a alta.
- II. O método contínuo apresenta ritmo uniforme sem interrupções, sendo adequado para desenvolvimento da resistência aeróbica básica.
- III. O método intervalado não provoca elevação significativa da frequência cardíaca devido às pausas.

Assinale a alternativa CORRETA.

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

**QUESTÃO 38**

Durante uma sequência de atividades, os alunos realizam rolamentos para frente, rolamentos laterais e giros sobre diferentes eixos corporais. A intenção pedagógica é que percebam mudanças de direção e sensação corporal ao girar. Essas ações correspondem ao tema motor denominado:

- (A) Rotação.
- (B) Lançamento.
- (C) Deslocamento.
- (D) Estabilização.
- (E) Locomoção avançada.

**QUESTÃO 39**

Em uma atividade de formação docente, foi solicitado aos professores que relacionassem características do paradesporto com conceitos fundamentais da prática adaptada. Leia as características e associe-as corretamente às finalidades:

Coluna A — Características

1. Adaptação das regras e do espaço.
2. Garantia de participação social e esportiva.
3. Valorização da autonomia do praticante.

Coluna B — Finalidades

- A. Possibilitar acesso equitativo às modalidades.
- B. Permitir que cada pessoa desenvolva ações motoras conforme suas possibilidades.
- C. Criar condições para que todos possam interagir e cooperar no ambiente esportivo.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta:

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

**QUESTÃO 40**

Em processos de candidatura para megaeventos, recomenda-se formar um Comitê de Cidade Postulante que reúna poderes públicos, federações, atletas, universidades e ONGs. Essa composição ampla busca assegurar continuidade administrativa e legitimidade social ao projeto. Qual é a finalidade principal dessa composição?

- (A) Reduzir a participação do setor público.
- (B) Garantir a reorganização mínima e a continuidade da candidatura.
- (C) Substituir o Comitê Olímpico Internacional.
- (D) Facilitar a contratação de patrocinadores sem aprovação local.
- (E) Evitar o envolvimento de atletas.

**QUESTÃO 41**

Durante uma aula prática no laboratório de anatomia, um professor explica que a forma de um músculo está diretamente relacionada à maneira como suas fibras se organizam. Ele destaca que existem músculos pequenos e profundos, outros grandes e superficiais e ainda outros muito longos. O professor pede que os alunos identifiquem corretamente a relação entre forma e função muscular. Qual alternativa descreve adequadamente essa organização?

- (A) Músculos com formas diferentes sempre produzem a mesma eficiência de movimento.
- (B) Todos os músculos possuem fibras orientadas paralelamente ao eixo longitudinal.
- (C) A forma muscular pode ser longa, curta, triangular, quadrada ou circular, dependendo da função.
- (D) A forma muscular independe da localização anatômica.
- (E) Quanto mais curto o músculo, maior o torque gerado.

**QUESTÃO 42**

Em uma escolinha, observa-se que o trabalho com futsal e futebol para crianças é dominado por exercícios repetitivos, em fileiras, com pouco tempo de tomada de decisão. Considerando o que discutem estudos recentes, esse padrão metodológico:

- (A) Representa um modelo lúdico-baseado em jogos.
- (B) Demonstra uso consistente da técnica situacional.
- (C) Fortalece a capacidade de jogo ao integrar técnica e tática.
- (D) É típico da prática tradicional centrada na técnica.
- (E) Aproxima os alunos de condições reais de jogo.

---

**QUESTÃO 43**

---

Uma prefeitura municipal decidiu ampliar seu programa de incentivo ao esporte e, para isso, buscou compreender como as organizações esportivas se estruturam no Brasil. Ao consultar especialistas, percebeu que essas organizações apresentam características próprias que as diferenciam de entidades públicas tradicionais. Com base nesse cenário, qual elemento é considerado fundamental para caracterizar uma organização esportiva?

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

---

**QUESTÃO 44**

---

Em um programa de intervenções motoras, a equipe pedagógica está revisando o programa de Educação Física. O objetivo é garantir que os conteúdos selecionados permitam aos alunos compreender a realidade social a partir de práticas corporais significativas. O coordenador explica que o programa deve contemplar conhecimentos relacionados à cultura corporal, distribuídos ao longo do tempo pedagógico necessário.

Com base nesse cenário, qual elemento constitui parte essencial do programa de Educação Física?

- (A) A seleção de exercícios padronizados com foco exclusivo no desempenho motor.
- (B) O tempo disponível por aula, independentemente da complexidade dos conteúdos.
- (C) O conhecimento sistematizado sobre jogos, esportes, ginástica e dança, entendido como conteúdo.
- (D) A prioridade absoluta de modalidades esportivas competitivas.
- (E) A eliminação de conteúdos que apresentem significações sociais.

---

**QUESTÃO 45**

---

Durante o planejamento de suas aulas, um professor de Educação Física decidiu incluir atividades com pesos e elásticos para desenvolver capacidades físicas específicas dos alunos. Ele explicou que esse tipo de exercício envolve a aplicação de resistência ao movimento. Além disso, destacou que essa prática é amplamente utilizada tanto no contexto escolar quanto em academias.

Nesse contexto, esse tipo de exercício é classificado como:

- (A) Exercício exclusivamente aeróbio.
- (B) Exercício resistido voltado ao treinamento de força.
- (C) Exercício de alongamento passivo.
- (D) Atividade recreativa sem objetivos fisiológicos.
- (E) Exercício apenas para emagrecimento.

---

**QUESTÃO 46**

---

Durante o atendimento nutricional de um atleta recreacional, o profissional observa que ele segue dietas extremamente restritivas, exclui grupos alimentares inteiros e consome suplementos sem orientação. Esse cenário é comum em praticantes de atividade física que buscam resultados rápidos, mas não compreendem o impacto das escolhas alimentares sobre o desempenho. Considerando os princípios básicos de nutrição esportiva, qual orientação é mais adequada?

- (A) Manter a dieta restritiva e apenas aumentar o consumo de proteínas.
- (B) Substituir toda a alimentação por suplementos para controle mais preciso da ingestão.
- (C) Adotar jejum prolongado para otimizar a queima de gordura antes dos treinos.
- (D) Consumir carboidratos apenas após os treinos.
- (E) Priorizar uma alimentação equilibrada e utilizar os suplementos apenas como complemento.

**QUESTÃO 47**

Durante uma aula prática de futebol, o professor solicitou que os alunos realizassem atividades de troca de passes em pequenos grupos. Ele explicou que essa habilidade é essencial para a dinâmica coletiva do jogo. Além disso, destacou que o passe permite a progressão das jogadas e a comunicação entre os jogadores.

No futebol, o passe é definido como:

- (A) A ação de conduzir a bola sem contato com outros jogadores.
- (B) A ação de enviar a bola a um companheiro ou espaço vazio.
- (C) A tentativa de finalizar diretamente ao gol.
- (D) Um movimento exclusivo do goleiro.
- (E) Um gesto técnico apenas defensivo.

**QUESTÃO 48**

Um professor de Educação Física recebe um aluno com deficiência física que utiliza cadeira de rodas. Inicialmente, ele propõe atividades tradicionais, mas percebe que o aluno encontra dificuldades para participar. Diante disso, decide adaptar regras, modificar o espaço e reorganizar a dinâmica das atividades. Após essas mudanças, observa maior participação e integração entre os alunos.

Diante desse contexto, assinale a alternativa correta:

- (A) A atividade física adaptada busca garantir participação e aprendizagem para todos.
- (B) A adaptação reduz a qualidade pedagógica da aula.
- (C) A participação depende exclusivamente da condição física do aluno.
- (D) A inclusão deve ocorrer apenas em espaços especializados.
- (E) As atividades devem permanecer inalteradas para manter o padrão.

**QUESTÃO 49**

Durante uma aula de natação voltada ao desempenho esportivo, o professor propõe aos alunos a análise dos diferentes componentes de uma prova de 100 m nado livre em piscina curta. Ele enfatiza que nem sempre o nado de superfície é o principal determinante do resultado final, destacando evidências oriundas de competições internacionais.

Com base no enunciado, analise as afirmativas:

- I. As viradas são consideradas os componentes mais importantes da prova, seguidas da saída.
- II. O nado de superfície é o momento em que o nadador atinge as maiores velocidades da prova.
- III. A maior velocidade do nadador ocorre nos momentos de saída e após as viradas.

Assinale a alternativa CORRETA:

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

**QUESTÃO 50**

Durante uma aula teórica de iniciação ao atletismo, um professor apresenta aos alunos as características estruturais da pista oficial utilizada em competições. Ele destaca que a padronização dessas dimensões é fundamental para garantir igualdade de condições entre os atletas. Além disso, ressalta que os elementos, como número de raias e largura, influenciam diretamente a organização das provas.

Assinale a alternativa CORRETA:

- (A) A pista oficial possui 300 m de extensão e até 6 raias.
- (B) A pista oficial possui 400 m de extensão e de 8 a 10 raias.
- (C) Cada raia possui largura variável conforme a prova.
- (D) As linhas externas da pista possuem 10 cm de largura.
- (E) A pista oficial não possui padronização de medidas.

