



M0069005N

PREFEITURA MUNICIPAL DE VITÓRIA DA CONQUISTA/BA
SECRETARIA MUNICIPAL DE GESTÃO E INOVAÇÃO
EDITAL DE PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO Nº 002/2026

INSTRUTOR DE ESPORTES: CAPOEIRA

NOME _____

INSCRIÇÃO _____

Nível
MÉDIO

Turno
MANHÃ



Material recebido

- ✓ Prezado(a) candidato(a), além deste Caderno de Questões com **sessenta questões objetivas**, você receberá a Folha de Respostas. Verifique se seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição estão corretos.
- ✓ Confira seu Caderno de Questões quanto a falhas de impressão e de numeração e se a função corresponde àquela para a qual você se inscreveu.



Material a ser devolvido

- ✓ O único documento válido para a avaliação é a Folha de Respostas, a qual deve ser devolvida ao fiscal devidamente assinada no local destinado a esse fim.
- ✓ Na Folha de Respostas, os alvéolos devem ser preenchidos da seguinte maneira: ●
- ✓ Para todo e qualquer preenchimento, só é permitido o uso de caneta esferográfica transparente de tinta azul ou preta.



Duração da prova e permanência na sala

- ✓ O prazo de realização da prova é de 4 (quatro) horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas.
- ✓ Após 60 (sessenta) minutos do início da prova, você estará liberado(a) para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, entretanto NÃO poderá se retirar da sala com qualquer tipo de anotação e/ou com o Caderno de Questões, o qual poderá ser levado somente ao término do prazo de realização da prova estabelecido em Edital.
- ✓ Os(As) três últimos(as) candidatos(as) só poderão se retirar da sala juntos(as), após assinatura do Termo de Fechamento do envelope de retorno.



Divulgação

- ✓ O Caderno de Questões e o Gabarito preliminar estarão disponíveis no site do Instituto AOCP, no endereço eletrônico www.institutoaocp.org.br, conforme previsto em Edital.

***O não cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, neste Caderno e na Folha de Respostas incorrerá em sua eliminação.**



instituto aocp



Língua Portuguesa

Dia Nacional do Livro Infantil: entenda a importância da leitura para o desenvolvimento e a alfabetização

O Dia Nacional do Livro Infantil é celebrado no dia 18 de abril. A data é uma referência ao nascimento do escritor Monteiro Lobato, considerado o pai da literatura infantil brasileira. A oportunidade homenageia o autor e reforça o papel do livro infantil na formação das crianças. Incentivar a leitura desde os primeiros anos de vida potencializa o processo de desenvolvimento integral das crianças.

Para além de preparar melhor para a alfabetização dos pequenos, a vivência com os livros, narrativas e ilustrações auxilia na formação de vínculos afetivos com a leitura, como também amplia o vocabulário e desenvolvimento de habilidades cognitivas importantes para as crianças.

“O contato com o livro e a leitura é uma das experiências mais ricas na vida de um indivíduo, pois abre portas para todas as áreas do conhecimento. Quando ele acontece de forma prazerosa desde cedo, a criança desenvolve a atenção, a memória e a concentração, amplia o vocabulário e o repertório, fortalece a imaginação, desenvolve a criatividade, o raciocínio lógico, escreve melhor e se expressa melhor”, afirma a pedagoga Maria Cardoso.

A partir da leitura, com o passar do tempo, as crianças conseguem expor de forma mais objetiva e consistente seus pensamentos e emoções, o que é importante tanto na infância quanto na vida adulta, considera a especialista.

Maria destaca que livros com ilustrações coloridas, textos curtos e formatos variados (como obras feitas de tecido, plástico ou papelão) ajudam a tornar a experiência mais acessível e lúdica.

“É importante que, no momento de contar as histórias dos livros infantis, o adulto utilize entonação de voz diferente conforme os personagens, mostre as figuras e nomeie os objetos. Esses detalhes possibilitam uma melhor experiência para a criança, além de despertar mais interesse. A partir dos 2 anos, já é possível pedir para a criança participar da história, recontando a parte que ouviu e criando uma nova história por meio das imagens presentes no livro”, afirma.

Estimular a leitura na infância ajuda o cérebro da criança a se preparar melhor para o processo de alfabetização. Maria Cardoso lista abaixo benefícios da leitura:

O gosto pela leitura: uma criança que tem acesso aos livros desde bebê tem um interesse natural pela alfabetização, e essa motivação é um dos maiores preditores para o sucesso.

Ampliação de vocabulário: uma criança exposta aos livros desenvolve um vocabulário muito mais amplo. Oralmente, ela produz frases mais completas e entende melhor o que escuta, o que facilita bastante o início da leitura.

Desenvolvimento da consciência fonológica: o contato com histórias, rimas e cantigas desenvolve muito mais rapidamente a consciência fonológica, habilidade essencial para a alfabetização.

O contato com os livros desde cedo, viabilizado por meio da família e da escola, fomenta a formação de leitores críticos e engajados.

Adaptado de: <https://educador.brasile escola.uol.com.br/noticias/dia-nacional-livro-infantil-importancia-leitura-desenvolvimento-infantil-alfabetizacao/33475.html>. Acesso em: 23 abr. 2026.

1

Assinale a alternativa em que a reescrita da sentença manteve o sentido do texto original, respeitando a norma-padrão.

- (A) “Incentivar a leitura desde os primeiros anos de vida potencializa o processo de desenvolvimento integral das crianças.”.
Reescrita: Encorajar o hábito de ler desde a primeira infância intensifica o desenvolvimento total das crianças.
- (B) “[...] amplia o vocabulário e desenvolvimento de habilidades cognitivas importantes para as crianças.”.
Reescrita: [...] pormenoriza as palavras e a aprendizagem da capacidade comportamental, fundamental na infância.
- (C) “Quando ele acontece de forma prazerosa desde cedo, a criança desenvolve a atenção [...]”.
Reescrita: Logo no início de um livro, quando lido com prazer, a criança já demonstra estar concentrada.
- (D) “A partir da leitura, com o passar do tempo, as crianças conseguem expor de forma mais objetiva e consistente seus pensamentos e emoções, o que é importante tanto na infância quanto na vida adulta [...]”.
Reescrita: A leitura possibilita a expressão do pensamento e das emoções, o que é importante na fase adulta.
- (E) “O contato com os livros desde cedo, viabilizado por meio da família e da escola, fomenta a formação de leitores críticos e engajados.”.
Reescrita: Ler, desde criança, dificulta a formação de leitores, pela escola, na família.

2

Assinale a alternativa em que a substituição proposta entre parênteses para a expressão destacada pode ser realizada sem que haja, com isso, alteração de sentido.

- (A) “Para além de preparar melhor para a alfabetização dos pequenos, a vivência com os livros, narrativas e ilustrações auxilia na formação de vínculos afetivos com a leitura [...]” (Outrossim).
- (B) “O contato com o livro e a leitura é uma das experiências mais ricas na vida de um indivíduo, pois abre portas para todas as áreas do conhecimento.” (de fato).
- (C) “A partir da leitura, com o passar do tempo, as crianças conseguem expor de forma mais objetiva e consistente seus pensamentos e emoções [...]” (Independentemente).
- (D) “A partir dos 2 anos, já é possível pedir para a criança participar da história, recontando a parte que ouviu e criando uma nova história por meio das imagens presentes no livro [...]” (Até).
- (E) “[...] uma criança que tem acesso aos livros desde bebê tem um interesse natural pela alfabetização, e essa motivação é um dos maiores preditores para o sucesso.” (além disso).

3

A respeito do excerto “O Dia Nacional do Livro Infantil é celebrado no dia 18 de abril. A data é uma referência ao nascimento do escritor Monteiro Lobato, considerado o pai da literatura infantil brasileira.”, é correto afirmar que o termo destacado se refere a

- (A) “literatura infantil brasileira”.
- (B) “pai da literatura infantil”.
- (C) “referência”.
- (D) “18 de abril”.
- (E) “escritor Monteiro Lobato”.

4

A partir da leitura e da interpretação do texto, é correto afirmar que a leitura, na infância, pode contribuir para a alfabetização, pois

- (A) com a leitura, a criança consegue expor suas emoções, e isso a deixa mais calma para escrever.
- (B) a leitura torna a experiência da infância mais divertida.
- (C) por meio da leitura, a criança desenvolve a capacidade de perceber e manipular os sons, o que contribui para a alfabetização.
- (D) a leitura, na infância, homenageia autores importantes, como Monteiro Lobato, o que é fundamental para o processo de alfabetização.
- (E) com a leitura, a criança ajuda o adulto a utilizar entonações de voz variadas.

5

Com base na leitura e na interpretação do texto, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

- () Celebrar o Dia Nacional do Livro Infantil contribui para enfatizar a importância da leitura para as crianças.
- () Ler, na infância, ajuda no desenvolvimento de diversas habilidades, como raciocínio lógico e escrita.
- () Ao ler para uma criança, o adulto deve exercer uma função quase passiva, manifestando-se pouco com relação à leitura, para que a criança aprenda a pensar.

- (A) V – F – V.
- (B) F – F – V.
- (C) F – V – F.
- (D) V – F – F.
- (E) V – V – F.

6

Com base na leitura e na interpretação do texto, assinale a alternativa INCORRETA.

- (A) Ler amplia o vocabulário, o que contribui para o processo de alfabetização.
- (B) Gostar de ler motiva a criança a aprender naturalmente, mas isso pode afetar o sucesso da alfabetização formal na escola.
- (C) A formação de leitores envolvidos e que pensam sobre o que leem tem relação direta com o estímulo da leitura nas fases iniciais do desenvolvimento infantil.
- (D) Leitura e autoexpressão são habilidades relacionadas, pois a primeira contribui para a segunda.
- (E) Memória e criatividade podem ser desenvolvidas pelo hábito da leitura.

7

Observe os termos destacados nos seguintes excertos:

“[...] essa motivação é um dos maiores preditores para o sucesso.”.

“[...] uma criança exposta aos livros desenvolve um vocabulário muito mais amplo [...]”.

“[...] viabilizado por meio da família e da escola [...]”.

Cada um desses termos tem sentido semelhante, respectivamente, a:

- (A) incógnitas / estrito / inutilizado.
- (B) obstáculos / específico / validado.
- (C) consequências / exclusivo / anulado.
- (D) indicadores / abrangente / possibilitado.
- (E) impedimentos / espaçoso / complicado.

8

Considerando as informações apresentadas no sexto parágrafo do texto, é correto afirmar que, no excerto “[...] Esses detalhes possibilitam uma melhor experiência para a criança, além de despertar mais interesse [...]”’, a expressão destacada refere-se

- (A) ao ato de leitura em si.
- (B) aos personagens e às ilustrações presentes na maioria dos livros de literatura infantil.
- (C) à participação da criança na história, a ouvir e a recontar.
- (D) ao uso de diferentes entonações, por parte da criança, quando reconta aquilo que leu para que um adulto possa avaliar sua interpretação da história.
- (E) àquilo que o adulto pode fazer, como emprego de diferentes entonações e nomeação de objetos, durante a leitura com a criança.

9

Todo texto pode ser classificado de acordo com sua tipologia predominante. Em relação ao texto “Dia Nacional do Livro Infantil: entenda a importância da leitura para o desenvolvimento e a alfabetização”, é correto afirmar que, considerando sua tipologia predominante, ele pode ser classificado como

- (A) narrativo.
- (B) descritivo.
- (C) expositivo.
- (D) injuntivo.
- (E) poético.

10

Assinale a alternativa que apresenta uma palavra acentuada com base na mesma regra de acentuação do termo “lógico”.

- (A) Lúdica.
- (B) Já.
- (C) Além.
- (D) Imaginação.
- (E) Possível.

Raciocínio Lógico

11

Uma pesquisa realizada com todos os servidores municipais de Vitória da Conquista apresentou os seguintes dados:

- 44% de todos os servidores possuem automóvel;
- 76% de todos os servidores possuem imóvel próprio;
- 5% de todos os servidores não possuem automóvel e não possuem imóvel próprio.

Com base nessas informações, é correto afirmar que o percentual de servidores que possuem automóvel e imóvel próprio é

- (A) 19%.
- (B) 25%.
- (C) 51%.
- (D) 30%.
- (E) 70%.

12

Considerando a proposição composta $p \rightarrow q$ (se p, então q), assinale a alternativa que apresenta uma condição para que essa proposição seja falsa.

- (A) p ser verdadeira e q ser falsa.
- (B) q ser verdadeira e p ser falsa.
- (C) Ambas serem verdadeiras.
- (D) Ambas serem falsas.
- (E) Em qualquer condição, a proposição composta será falsa.

13

Para organizar um conjunto de pastas em um armário, foi atribuído, para cada pasta, um código, que consiste em duas letras seguidas de dois números. As primeiras pastas possuem os seguintes códigos:

AB12 – EC24 – ID36 – OF48 – UG50 – AH62 – EJ74 – IK86 – OL98 – UM00... e assim por diante.

Seguindo ordenadamente essa sequência, qual será o código da 48ª pasta?

- (A) IH86.
- (B) IH88.
- (C) IG86.
- (D) EG88.
- (E) EH86.

14

Em uma licitação, foram adquiridos alguns brinquedos que serão distribuídos entre as escolas de Vitória da Conquista. Sabe-se que os brinquedos foram classificados em: de linguagem, de raciocínio lógico e de coordenação motora, sendo que:

- 25% dos brinquedos são de coordenação motora;
- 3/5 dos brinquedos são de raciocínio lógico;
- todos os outros 108 brinquedos são de linguagem.

Com base nessas informações, assinale a alternativa que apresenta a quantidade de brinquedos que foi adquirida nessa licitação.

- (A) 360.
- (B) 420.
- (C) 480.
- (D) 560.
- (E) 720.

15

Uma pesquisa sobre o meio de locomoção dos alunos até as escolas, realizada com x estudantes, obteve o seguinte resultado:

- metade dos estudantes utiliza automóvel próprio para ir à escola;
- 2/5 utilizam o transporte público para ir à escola;
- 20 alunos utilizam outras maneiras para ir à escola.

Considerando essas informações, assinale a alternativa que apresenta corretamente o valor de x.

- (A) 200.
- (B) 250.
- (C) 270.
- (D) 300.
- (E) 320.

16

Considere as seguintes proposições:

r: Arthur é aluno do 5º ano.

s: Pedro completou 7 anos hoje.

Tendo em vista que, em Lógica, o conectivo é um símbolo (ou palavra) usado para conectar duas ou mais sentenças, assinale a alternativa que representa por conectivos a proposição “Arthur não é aluno do 5º ano ou Pedro completou 7 anos hoje”.

- (A) $r \vee s$
- (B) $r \vee \sim s$
- (C) $\sim r \vee s$
- (D) $r \wedge \sim s$
- (E) $\sim r \wedge s$

17

Em um trabalho realizado com os estudantes do 3º ano de um centro educacional, 32 alunos pintaram uma tela com uma ou duas cores. As cores disponíveis eram a verde e a amarela. Sabe-se que:

- 18 alunos usaram a cor verde;
- 23 alunos usaram a cor amarela.

Diante disso, o número de alunos que utilizou as duas cores foi

- (A) 32.
- (B) 18.
- (C) 23.
- (D) 12.
- (E) 9.

18

Em uma escola da rede municipal de Vitória da Conquista, há 4 turmas de 2º ano – A, B, C e D – com quantidades distintas de alunos.

Sabe-se que:

- a turma A tem mais alunos do que a turma B;
- a turma C tem menos alunos do que a turma D.
- a turma D tem mais alunos do que a turma B.

Com base nessas informações, é correto afirmar que

- (A) a turma D é a que tem mais alunos.
- (B) a turma C é a que tem menos alunos.
- (C) a turma B é a que tem menos alunos.
- (D) a turma A é a que tem menos alunos.
- (E) a turma B não é a que tem mais alunos.

19

Um conjunto de números naturais foi selecionado ao acaso. Acerca desses números, pode-se afirmar que

- 40% são pares;
- 70% são maiores do que 100;
- metade dos números menores do que 100 são ímpares.

Em relação ao total de números selecionados, qual é a porcentagem dos números que são pares e maiores do que 100?

- (A) 15%.
- (B) 25%.
- (C) 30%.
- (D) 40%.
- (E) 60%.

20

Considerando que a proposição “Se Danieli é coordenadora pedagógica, então Norberto é fiscal de pátio” tem valor lógico falso, é correto afirmar que

- (A) Danieli é coordenadora e Norberto é Fiscal de pátio.
- (B) Danieli não é coordenadora e Norberto é Fiscal de pátio.
- (C) Danieli é coordenadora e Norberto não é Fiscal de pátio.
- (D) Danieli é coordenadora ou Norberto é Fiscal de pátio.
- (E) Danieli não é coordenadora ou Norberto é Fiscal de pátio.

Noções de Informática

21

No contexto dos conceitos e dos fundamentos básicos de informática, considerando que diversos elementos compõem o funcionamento de um sistema computacional, representam componentes de hardware, EXCETO

- (A) Monitor.
- (B) Teclado.
- (C) Windows Explorer.
- (D) Mouse.
- (E) Impressora.

22

Um servidor da área administrativa de uma escola percebeu que o computador em que trabalha está mais lento e apresenta mensagens inesperadas ao abrir arquivos recebidos por e-mail. O profissional suspeita que o equipamento esteja infectado por algum tipo de malware. Considerando boas práticas de uso de antivírus, assinale a alternativa que apresenta a ação correta a ser realizada nesse contexto.

- (A) Desinstalar o antivírus para evitar conflitos com o sistema operacional.
- (B) Executar uma verificação completa do sistema utilizando o antivírus atualizado.
- (C) Ignorar os sinais e continuar utilizando o computador normalmente.
- (D) Abrir novamente os arquivos suspeitos para confirmar o problema.
- (E) Reiniciar o computador repetidamente para eliminar possíveis ameaças.

23

Sobre os conceitos básicos de memórias em computadores, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

- () A memória RAM é utilizada para armazenar dados temporariamente durante a execução de programas.
- () A memória ROM mantém suas informações mesmo quando o computador é desligado.
- () A memória RAM armazena permanentemente arquivos do usuário, como documentos e imagens.
- () A memória cache é utilizada para armazenar dados frequentemente acessados, visando melhorar o desempenho do sistema.

- (A) V – V – F – V.
- (B) V – F – F – V.
- (C) F – V – V – F.
- (D) V – V – V – F.
- (E) F – F – V – V.

24

Um servidor da área administrativa está utilizando o Microsoft Excel 2016, versão em português, para organizar uma lista de despesas mensais da escola. Ele inseriu valores nas células de A1 até A5 e deseja calcular automaticamente o total desses valores na célula A6. Considerando esse cenário, assinale a alternativa que apresenta a fórmula adequada para realizar esse cálculo.

- (A) =MÉDIA(A1:A5)
- (B) =CONT.NÚM(A1:A5)
- (C) =A1+A5
- (D) =SOMA(A1:A5)
- (E) =MULT(A1:A5)

25

A respeito do aplicativo LibreOffice Writer 6, utilizado para edição de textos, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

- () O LibreOffice Writer permite aplicar estilos de formatação, como títulos e parágrafos, possibilitando padronização do documento.
- () No LibreOffice Writer, é possível inserir tabelas para organizar informações em linhas e colunas.
- () O LibreOffice Writer utiliza o formato PDF como padrão de salvamento e PPTX para documentos de texto.
- () O LibreOffice Writer permite inserir e formatar imagens dentro do documento.

- (A) V – F – F – V.
- (B) V – V – F – V.
- (C) F – V – V – F.
- (D) V – V – V – F.
- (E) F – F – V – V.

Conhecimentos Gerais e Atualidades

26

Durante uma aula de geografia, a professora apresentou aos alunos diferentes imagens da paisagem urbana de Vitória da Conquista, referentes a distintos momentos de sua formação e expansão. A proposta da atividade consistia em analisar as transformações observadas, correlacionando as seguintes informações:

- dados sobre condições socioeconômicas;
- características do relevo local;
- infraestrutura urbana;
- preço, tamanho e localização dos lotes.

Para a análise das informações, a professora separou a turma em 4 grupos, e cada grupo apresentou as seguintes observações:

- grupo 1: a partir da década de 1970, houve uma proliferação de ocupações sem planejamento na periferia da cidade;
- grupo 2: diferentemente de outras áreas urbanas no país, o Anel Rodoviário exerceu pouca influência no crescimento do núcleo urbano;
- grupo 3: os lotes menores, mais baratos e sem infraestrutura foram destinados à população de menor renda, principalmente em áreas acidentadas como a Serra do Periperi;
- grupo 4: nos loteamentos voltados às classes média e alta, os lotes eram maiores, mais caros e, em geral, situados em áreas planas.

Com base nas análises e nas conclusões de cada grupo, a professora observou que

- (A) apenas 1 grupo está correto.
- (B) apenas o grupo 2 está incorreto.
- (C) apenas o grupo 4 está incorreto.
- (D) apenas os grupos 2 e 4 estão corretos.
- (E) apenas os grupos 1 e 4 estão incorretos.

27

No que se refere à hidrografia do município de Vitória da Conquista, é correto afirmar que

- (A) é composta, em sua maior parte, por rios e riachos classificados como intermitentes.
- (B) é formada predominantemente por rios perenes, com fluxo contínuo ao longo de todo o ano.
- (C) na área urbana de Vitória da Conquista, encontra-se a Bacia Hidrográfica Mindu, com seus riachos que cortam a cidade.
- (D) seu regime hidrológico se difere do de outros municípios da Bahia por ser influenciado pelo rio São Francisco.
- (E) possui regime hídrico uniforme, com ausência de variações sazonais significativas no volume de água dos rios e dos riachos.

28

Leia o fragmento de texto a seguir referente à colonização de Vitória da Conquista:

Desde 1806, após a ação do Coronel João Gonçalves da Costa para estabelecer relações pacíficas com estes indígenas, eles passaram a ser vistos como aliados dos portugueses. A rivalidade existente entre esse grupo indígena e outras tribos da região, como Pataxó (Cutachos) e Botocudo, favoreceu essa aproximação, embora fossem descritos como povos cautelosos e reservados. Com a intensificação da colonização, muitos desses indígenas acabaram sendo expulsos de seus territórios, submetidos à escravidão ou mortos.

O texto refere-se aos indígenas

- (A) Guajajara.
- (B) Xavante.
- (C) Kamakã-Mongoió.
- (D) Kaingang.
- (E) Sateré-Mawé.

29

Durante a correção de um trabalho sobre a vegetação do município de Vitória da Conquista, a professora analisou a produção de um aluno que descrevia as diferentes faixas de vegetação da região. Em seu texto, o estudante afirmou que a Faixa Mata de Cipó corresponde a uma vegetação mais aberta, típica de solos muito pobres e secos. Ao identificar a inconsistência conceitual, a professora decidiu intervir, com base nos conhecimentos científicos sobre a vegetação regional, esclarecendo ao aluno que a Mata de Cipó

- (A) apresenta vegetação de pequeno porte e espaçada, com predominância de gramíneas e arbustos adaptados à escassez hídrica.
- (B) é composta por vegetação de porte médio, com presença de palmeiras e maior umidade, favorecendo o desenvolvimento de gramíneas e leguminosas.
- (C) corresponde a formações vegetais de áreas úmidas, com predomínio de espécies de madeira branca e influência de nevoeiros frequentes.
- (D) é formada por uma vegetação densa e de porte elevado, caracterizada pela presença abundante de lianas, epífitas e musgos.
- (E) corresponde a uma vegetação predominantemente rasteira, com baixa diversidade de espécies arbóreas, típica de ambientes com solos compactados.

30

A respeito do movimento de Mulheres de Vitória da Conquista, assinale a alternativa INCORRETA.

- (A) Na década de 1980, mulheres de Vitória da Conquista, especialmente do meio acadêmico, organizaram um movimento em defesa de mudanças na condição feminina na sociedade.
- (B) Em 13 de novembro de 1983, foi criada a União de Mulheres, primeiro organismo feminino do município.
- (C) As bandeiras iniciais do Movimento de Mulheres de Vitória da Conquista divergiam das pautas do movimento de mulheres em âmbito nacional.
- (D) Inicialmente, a violência contra a mulher não era prioridade do movimento, ganhando destaque após recorrentes casos serem divulgados nos meios de comunicação.
- (E) A partir do fim dos anos 1980, o movimento passou a reivindicar políticas públicas e a criação de órgãos de proteção e atendimento às mulheres.

31

A economia do município de Vitória da Conquista caracteriza-se por sua diversificação, com destaque para o setor de serviços, especialmente na área de

- (A) tecnologia da informação.
- (B) serviços financeiros.
- (C) educação.
- (D) turismo.
- (E) construção civil.

32

Em 1972, Vitória da Conquista foi incluída no Plano de Renovação e Revigoramento da Cafeicultura, implementado durante o governo do General Médici. A iniciativa tinha como objetivo expandir as áreas de cultivo de café, um produto de grande valorização na época, por meio da concessão de subsídios a produtores interessados. Como resultado, houve um aumento significativo da adesão ao cultivo cafeeiro no município. O reflexo dessa nova realidade foi

- (A) a redução da dependência de políticas públicas no setor agrícola, com autonomia plena dos produtores locais.
- (B) a estagnação das atividades agropecuárias, em razão da alta demanda da produção agrícola.
- (C) a criação do programa municipal “Café na mesa de todos”, favorecendo o abastecimento do mercado interno.
- (D) a retirada dos pequenos agricultores de suas terras por meio de compra e venda ou expropriação.
- (E) a promoção da inserção de comunidades quilombolas na produção cafeeira como atividade geradora de renda e meio de subsistência.

33

Durante uma atividade de trabalho de campo no município de Vitória da Conquista, um professor de geografia conduziu os alunos até a região do Conquistinha, onde ainda existem lavadeiras que utilizam a água do rio Verruga como meio de subsistência. Durante a visita, os estudantes observaram as condições atuais do rio, a presença de ocupações urbanas no entorno e ouviram relatos de moradoras mais antigas sobre as transformações ocorridas ao longo do tempo. Ao final da atividade, o professor solicitou que os alunos elaborassem uma análise crítica relacionando o crescimento urbano da cidade às transformações socioambientais vivenciadas pelas lavadeiras. Em suas análises, os alunos constataram corretamente que

- (A) a permanência das lavadeiras na região do Conquistinha ocorreu sem alterações ao longo do tempo, uma vez que o crescimento urbano ampliou o acesso à água e fortaleceu essa atividade tradicional.
- (B) o avanço da urbanização, aliado à degradação ambiental e à valorização do solo, tem dificultado a permanência das lavadeiras e a continuidade de suas atividades.
- (C) a urbanização da cidade contribuiu para a valorização do solo e para a melhoria das condições ambientais do rio Verruga, favorecendo a continuidade das atividades das lavadeiras.
- (D) a substituição do abastecimento por rede pública estancou os conflitos relacionados ao acesso à água, garantindo condições igualitárias para todas as populações urbanas.
- (E) a relação das lavadeiras com o rio Verruga manteve-se exclusivamente econômica, sem vínculos com memória, identidade ou organização social.

34

No início do ano de 2025, a Prefeitura de Vitória da Conquista recebeu selo ouro concedido pelo Ministério da Educação (MEC) pela pontuação obtida devido à sua excelente atuação

- (A) na mecatrônica.
- (B) na matemática.
- (C) na ciência.
- (D) na alfabetização.
- (E) no esporte.

35

No início do século XX, conforme a organização administrativa vigente em 1911, o município de Vitória da Conquista encontrava-se estruturado em quatro unidades distritais, entre elas

- (A) Batinga.
- (B) Coquinhos.
- (C) Boca do Rio.
- (D) Barreiras.
- (E) Algodões.

Noções de Administração Pública e Legislação Municipal

36

Para os efeitos da Lei Municipal nº 1.762/2011, que dispõe sobre o Estatuto do Magistério Público Municipal e o Plano de Carreira e Remuneração dos Profissionais da Educação no Município de Vitória da Conquista, considera-se Rede Municipal de Ensino

- (A) a organização, as competências, as normas, a gestão e os recursos financeiros da educação na esfera municipal.
- (B) o agrupamento de cargos classificados segundo as habilitações exigidas.
- (C) o conjunto de profissionais da educação, titulares do cargo de professor e das funções de confiança de diretor, vice-diretor, coordenador pedagógico e secretário escolar, sendo este último servidor efetivo do grupo ocupacional técnico administrativo.
- (D) o conjunto de cargos de provimento permanente, organizado em cargos e referências.
- (E) o conjunto de instituições que realizam atividades de ensino mantidas pelo Município de Vitória da Conquista e sob a coordenação da Secretaria Municipal da Educação.

37

João é servidor público do Município de Vitória da Conquista e ocupa o cargo efetivo de nutricionista na Secretaria de Educação, desde janeiro de 2018. Foi aprovado no estágio probatório em janeiro de 2021 e permaneceu em efetivo exercício até janeiro de 2023, exatamente quando completou 2 anos na mesma referência de vencimento. Durante esse período:

- exerceu função de confiança por 6 meses;
- ficou afastado por licença não considerada de efetivo exercício por 3 meses;
- sofreu penalidade disciplinar de suspensão por 20 dias após processo administrativo.

Com base nessas informações e nos termos da Lei Municipal nº 1.760/2011, que dispõe sobre o Plano de Carreira e Remuneração dos Servidores, assinale a alternativa correta.

- (A) João terá direito à progressão horizontal depois de cumprir o interstício mínimo de dois anos de efetivo exercício na referência de vencimento em que se encontra, pois o período de afastamento não será computado para o interstício.
- (B) João não terá direito à progressão horizontal, pois sofreu penalidade disciplinar durante o período.
- (C) João terá direito à progressão horizontal automaticamente após o estágio probatório, independentemente de interstício mínimo de dois anos de efetivo exercício na referência de vencimento em que se encontra.
- (D) João terá direito à progressão horizontal, sendo computado todo o período, inclusive o afastamento e a função de confiança.
- (E) João não terá direito à progressão horizontal, pois exerceu função de confiança durante o período aquisitivo.

38

A Declaração Universal dos Direitos Humanos elenca diversos direitos a serem observados, entre os quais NÃO está o seguinte:

- (A) todos os indivíduos têm direito ao reconhecimento, em todos os lugares, da sua personalidade jurídica.
- (B) a educação deve visar à plena expansão da personalidade humana e ao reforço dos direitos do Homem e das liberdades fundamentais e deve favorecer a compreensão, a tolerância e a amizade entre todas as nações e todos os grupos raciais ou religiosos, bem como o desenvolvimento das atividades das Nações Unidas para a manutenção da paz.
- (C) ao Estado, e não aos pais, pertence a prioridade do direito de escolher o gênero de educação a dar aos filhos.
- (D) toda pessoa tem direito à educação. A educação deve ser gratuita, pelo menos a correspondente ao ensino elementar fundamental. O ensino elementar é obrigatório. O ensino técnico e profissional deve ser generalizado; o acesso aos estudos superiores deve ser aberto a todos em plena igualdade, em função do seu mérito.
- (E) toda pessoa tem direito à liberdade de pensamento, de consciência e de religião.

39

Nos termos da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD – Lei nº 13.709/2018), a Agência Nacional de Proteção de Dados é

- (A) uma empresa pública.
- (B) uma fundação pública.
- (C) uma sociedade de economia mista.
- (D) uma autarquia de natureza especial.
- (E) um consórcio público.

40

Determinado professor efetivo de Vitória da Conquista, que presta serviços no período diurno, foi recentemente diplomado vereador do mesmo Município, cujas sessões são realizadas no período noturno. Antes da posse, ele já mantinha um contrato de prestação de serviços educacionais com uma fundação pública municipal, precedido de licitação e com cláusulas uniformes. Após a posse, foi convidado a assumir uma função de confiança na mesma fundação, além de continuar exercendo suas atividades como professor efetivo. Diante da situação apresentada e nos termos da Lei Orgânica de Vitória da Conquista, é correto afirmar que o professor

- (A) poderá manter o contrato com a fundação pública municipal, pois foi firmado antes da diplomação, mas não poderá assumir a função de confiança após a posse.
- (B) não poderá manter o contrato com a fundação pública municipal, ainda que com cláusulas uniformes, desde a diplomação.
- (C) poderá manter o contrato com a fundação pública municipal, pois obedece a cláusulas uniformes, mas não poderá exercer a função de confiança na fundação após a posse.
- (D) poderá assumir a função de confiança na fundação pública municipal, pois já era servidor público efetivo anteriormente.
- (E) não poderá exercer acumuladamente o cargo de professor efetivo e o mandato de vereador, pois há vedação nesse sentido.

Conhecimentos Específicos

41

No planejamento pedagógico de atividades físicas voltadas para o público infantil na segunda infância, o instrutor de esportes deve reconhecer as transformações motoras e cognitivas estruturais dessa etapa. De acordo com os pressupostos do desenvolvimento humano, é correto afirmar que, nessa faixa etária,

- (A) as crianças já conseguem resolver problemas abstratos e complexos sozinhas, o que diminui a necessidade de ajuda ou de comandos do professor durante as aulas.
- (B) o desenvolvimento do pensamento lógico-concreto auxilia a assimilação de regras estruturadas e ritos coletivos presentes na roda de capoeira.
- (C) a definição de qual mão ou pé usar depende estritamente da genética, não havendo, nesse momento, influência dos treinos e estímulos que a criança recebe no projeto.
- (D) a criança não consegue acompanhar ritmos musicais, o que impede o uso de instrumentos de percussão nas aulas de capoeira.
- (E) a vontade de brincar e interagir com os colegas diminui muito, fazendo com que os alunos prefiram treinar isolados e sozinhos.

42

A Lei Federal nº 8.742/1993 regula a organização da Assistência Social em âmbito nacional, estabelecendo eixos importantes para as políticas públicas de acolhimento. Tendo em vista os objetivos da proteção social previstos na referida lei, essa política pública atua para

- (A) subsidiar o custeio de bolsas de incentivo financeiro para atletas de rendimento vinculados a agremiações profissionais.
- (B) unificar a execução dos serviços socioassistenciais na esfera estadual, desobrigando a atuação administrativa municipal.
- (C) viabilizar a cobertura de planos de assistência médico-hospitalar privada para famílias inseridas no cadastro habitacional.
- (D) estipular a necessidade de contribuição financeira regular por parte do usuário para a concessão de benefícios socioassistenciais.
- (E) promover o amparo a crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade e estimular a integração ao mercado de trabalho.

43

A dimensão musical constitui elemento estruturante da roda de capoeira, conferindo cadência e organização aos movimentos dos praticantes. No que se refere à composição e às características da bateria tradicional, assinale a alternativa correta.

- (A) O berimbau gunga possui a cabaça de grande dimensão, sendo o encarregado de emitir a sonoridade mais grave da bateria.
- (B) O berimbau viola desempenha a função de sustentar o toque básico, restando vedada a execução de repiques ou variações.
- (C) O atabaque atua com a finalidade de atenuar a projeção vocal dos cantores para realçar o som dos instrumentos de corda.
- (D) O agogô emite sinais agudos que determinam os momentos de entrada e interrupção do jogo dos capoeiristas no centro da roda.
- (E) O caxixi consiste em um instrumento de confecção metálica utilizado para acentuar a pulsação do samba de roda.

44

As relações interpessoais no contexto educativo do esporte demandam do instrutor a capacidade de mediar conflitos e promover a integração do grupo. Para favorecer um ambiente relacional harmônico entre os alunos em projetos sociais, a conduta recomendada ao profissional consiste em

- (A) preservar um distanciamento social, com o intuito de mitigar o conhecimento acerca das realidades familiares da comunidade.
- (B) centralizar a mediação de conflitos na figura de lideranças externas ao projeto, isentando os participantes de debates coletivos.
- (C) adotar preceitos de comunicação assertiva e empática, buscando a compreensão das demandas apresentadas pelos participantes.
- (D) direcionar os canais de diálogo aos praticantes que exteriorizam maior aptidão técnica na realização dos golpes.
- (E) padronizar as respostas comportamentais dos alunos por meio de regulamentos rígidos que priorizem o rendimento técnico.

45

A inserção da juventude em projetos socioesportivos municipais de capoeira fundamenta-se nos preceitos do protagonismo juvenil. Sob essa ótica pedagógica, a organização das atividades deve promover condições para que o adolescente

- (A) se dedique estritamente ao cumprimento de metas e exercícios físicos que a coordenação do projeto já deixou estipulados.
- (B) participe como sujeito ativo no processo educativo, desenvolvendo autonomia por meio da tomada de decisões coletivas.
- (C) delegue as atribuições de liderança e organização dos eventos para instâncias administrativas externas.
- (D) compreenda as práticas esportivas de modo desvinculado dos processos de transformação cultural da comunidade.
- (E) condicione sua participação nas atividades à fiscalização direta e monitoramento permanente do orientador.

46

No decorrer de uma aula de alta intensidade de capoeira, o organismo dos praticantes realiza ajustes funcionais complexos para suprir as demandas energéticas decorrentes da atividade mecânica. Em relação às respostas cardiorrespiratórias agudas provocadas pelo esforço físico vigoroso, assinale a alternativa correta.

- (A) Ocorre diminuição acentuada do volume de ejeção sistólica com a finalidade de resguardar a integridade miocárdica diante da fadiga.
- (B) O fluxo sanguíneo é direcionado majoritariamente para as vísceras abdominais para otimizar o metabolismo de carboidratos.
- (C) O débito cardíaco permanece em níveis basais estáveis, alheio às flutuações na intensidade dos movimentos da ginga e dos golpes.
- (D) Manifesta-se a elevação do consumo de oxigênio pelos tecidos musculares ativos, gerando acréscimo no volume minuto respiratório.
- (E) A pressão arterial diastólica atinge valores nulos em virtude da vasodilatação periférica severa nos membros inferiores.

47

O percurso histórico da capoeira no Brasil registra diferentes fases de aceitação e repressão por parte do ordenamento jurídico e das forças de segurança pública. No tocante ao enquadramento criminal da capoeira na legislação do período republicano, é correto afirmar que

- (A) a tipificação como infração penal ocorreu com a promulgação do Código Penal de 1890, visando à repressão de agrupamentos urbanos denominados maltas.
- (B) a prática recebeu amparo institucional por meio de subvenções financeiras diretas da Corte Imperial no final do século XIX.
- (C) a revogação das restrições legais da capoeiragem adveio do texto original da Consolidação das Leis do Trabalho na década de 1930.
- (D) as penalidades imputadas pela legislação penal republicana resumiam-se à cobrança de taxas e multas administrativas pecuniárias aos cidadãos estrangeiros.
- (E) o Código Penal de 1940 majorou as penas associadas aos capoeiristas, estendendo a proibição da prática aos recintos domésticos.

48

O Artigo 217 da Constituição Federal de 1988 preconiza o papel do Estado na promoção das manifestações esportivas no país. Segundo os princípios constitucionais que regem o esporte nacional, o poder público deve

- (A) extinguir a jurisdição da justiça desportiva, submetendo os litígios disciplinares de torneios aos juizados especiais cíveis.
- (B) exercer controle gerencial sobre as entidades desportivas dirigentes, suprimindo sua autonomia de organização interna.
- (C) conceder tratamento idêntico ao desporto de natureza profissional e ao de natureza não profissional na divisão de verbas.
- (D) vincular os repasses financeiros destinados ao esporte escolar aos órgãos de representação desportiva militar.
- (E) destinar recursos orçamentários com prioridade para a difusão do desporto educacional e o fomento ao desporto de alto rendimento.

49

A organização do processo pedagógico na capoeira requer do instrutor a escolha de metodologias que facilitem a apropriação das técnicas de forma inclusiva e progressiva. Considerando a estruturação dos níveis de ensino para turmas iniciantes, a ação metodológica mais adequada é

- (A) segmentar a execução de movimentos complexos em etapas acessíveis, respeitando o ritmo de aprendizagem do aluno.
- (B) utilizar demonstrações corporais em velocidade máxima para induzir o aprendizado fundado na imitação imediata.
- (C) restringir o fornecimento de feedbacks corretivos aos discentes que alcançam os melhores resultados físicos.
- (D) focar treinos repetitivos de força, deixando para explicar a história e a origem dos movimentos apenas nas semanas de exame de corda.
- (E) subordinar a evolução técnica do grupo ao domínio prévio de conhecimentos avançados de acrobacias de solo.

50

A ginga representa o principal fundamento técnico da capoeira, permitindo sustentação corporal, mobilidade e preparação para ataques e defesas na roda. Sobre a execução correta desse movimento básico, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s).

- I. Orienta-se o aluno a elevar o braço correspondente ao lado da perna que recua na base, mantendo a proteção na altura do rosto.
 - II. Recomenda-se posicionar os membros superiores pendentes e imóveis ao longo do tronco para otimizar o deslocamento da base.
 - III. Orienta-se o praticante a estender completamente as articulações dos joelhos para enrijecer a postura diante do oponente.
- (A) Apenas I.
 - (B) Apenas II.
 - (C) Apenas III.
 - (D) Apenas I e II.
 - (E) Apenas II e III.

51

A inserção de projetos de capoeira em políticas setoriais da administração municipal visa, também, à formação cidadã dos beneficiários. Sob a perspectiva da integração entre a prática esportiva e a cidadania, as intervenções do instrutor devem caminhar para

- (A) incentivar a reflexão sobre direitos e obrigações sociais, transformando a roda em campo de debate ético e democrático.
- (B) focar o ensino nas regras institucionais e de comportamento, reservando as conversas sobre a realidade da comunidade apenas para momentos fora da aula.
- (C) treinar os movimentos físicos de forma mecânica e repetitiva, priorizando a preparação para apresentações oficiais e eventos da prefeitura.
- (D) mostrar o ambiente do treino como um espaço de convivência privada, centrado no desenvolvimento técnico dos participantes.
- (E) circunscrever o atendimento socioesportivo aos jovens que demonstram aptidão prévia para o exercício da liderança civil.

52

Acerca do lazer, que é assegurado na Constituição Federal brasileira como direito social, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

- () As vivências de lazer atuam como ferramentas de inclusão social e fruição lúdica que promovem a sociabilidade e o resgate cultural na comunidade.
 - () As atividades de lazer configuram premiações de cunho competitivo destinadas aos praticantes que atingem metas de frequência e pontualidade.
 - () O lazer deve consistir em intervalos destinados à inatividade corporal passiva dos alunos com o intuito de conter o desgaste energético no treino.
- (A) V – F – F.
 - (B) V – V – F.
 - (C) F – V – F.
 - (D) F – F – V.
 - (E) V – F – V.

53

A diversificação de estilos na capoeira consolidou vertentes com características metodológicas, rítmicas e rituais distintas. Diante dos fundamentos diferenciadores entre a Capoeira Angola e a Capoeira Regional, assinale a alternativa correta.

- (A) A Capoeira Regional, sistematizada por Mestre Bimba, incorporou métodos didáticos estruturados e golpes de projeção.
- (B) A Capoeira Angola fundamenta-se na aceleração rítmica contínua produzida por berimbaus afinados em tons agudos.
- (C) A Capoeira Regional banuiu o uso de instrumentos de corda, sustentando o jogo por palmas e instrumentos de percussão.
- (D) A Capoeira Angola privilegia a aplicação de movimentos aéreos acrobáticos em detrimento do jogo de solo rasteiro.
- (E) a Capoeira Angola adota regras de competição rígidas, com pontuação por tempo de jogo, enquanto a Regional mantém o foco na descontração.

54

As políticas públicas municipais na área de esportes coadunam com os princípios fundamentais da Declaração Universal dos Direitos Humanos. Conforme as disposições contidas nesse documento histórico sobre o direito à educação e à vida cultural, estabelece-se que

- (A) o direito ao repouso e ao lazer fica adstrito às categorias de trabalhadores formalmente inseridos na economia.
- (B) a fruição das artes e do progresso científico constitui prerrogativa condicionada à contribuição tributária prévia do indivíduo.
- (C) o acesso ao ensino técnico e profissional deve ser concedido mediante critérios de hereditariedade social.
- (D) a educação deve visar ao pleno desenvolvimento da personalidade humana e ao fortalecimento do respeito às liberdades.
- (E) o planejamento de atividades culturais e de esporte pelo Estado deve priorizar o atendimento em bairros centrais e de maior arrecadação de impostos.

55

Durante a condução de uma vivência prática de capoeira envolvendo movimentos de rotação e deslocamentos corporais, um aluno apresenta perda súbita de consciência acompanhada de palidez cutânea. Considerando os princípios básicos dos primeiros socorros aplicados ao contexto esportivo, a conduta inicial mais adequada do instrutor é

- (A) posicionar a vítima sentada e fornecer substâncias líquidas açucaradas para restabelecer a glicemia.
- (B) deitar a vítima em decúbito dorsal em local arejado, elevar os membros inferiores e monitorar os sinais vitais.
- (C) mobilizar a vítima a erguer-se e caminhar para estimular o retorno do fluxo sanguíneo periférico.
- (D) iniciar compressões torácicas externas de forma enérgica com a vítima em estado de lucidez e respiração preservada.
- (E) aplicar compressas aquecidas na região frontal da cabeça para induzir a regulação térmica corporal.

56

As esquivas constituem o conjunto de manobras defensivas destinadas a evitar golpes traumáticos sem recorrer ao bloqueio rígido do ataque. No que tange à execução mecânica da esquiva lateral, o movimento caracteriza-se por

- (A) projetar a coluna vertebral em flexão posterior máxima, aproximando a região occipital da superfície do solo.
- (B) realizar um salto vertical estendido com o objetivo de ultrapassar a linha superior do ataque do oponente.
- (C) deslocar o tronco lateralmente em direção à perna de base, mantendo o braço homólogo erguido para resguardo do rosto.
- (D) girar o corpo em trezentos e sessenta graus sobre o próprio eixo axial, de costas para o fluxo do golpe executado.
- (E) apoiar as duas mãos no chão e dar um salto para trás, esticando as pernas para prender os pés nos ombros do parceiro de roda.

57

O pandeiro é um instrumento de percussão idiofone e membranofone integrado à bateria da capoeira, colaborando com o preenchimento sonoro e rítmico. Em relação à sua função acústica no conjunto instrumental, assinale a alternativa correta.

- (A) Emite a linha melódica principal que determina as variações de velocidade da roda.
- (B) Soma-se à condução rítmica do agogô por meio de batidas cadenciadas no couro e na vibração das platinelas.
- (C) Abafa de modo permanente a pulsação do atabaque com o propósito de clarear o canto solo.
- (D) Substitui o uso do berimbau gunga nas rodas tradicionais que ocorrem em ambientes fechados.
- (E) Marca o compasso ternário clássico das marchas de bloco aplicadas no treinamento esportivo.

58

A integridade física dos alunos deve ser resguardada por meio de condutas preventivas na gestão das aulas de capoeira. Com o propósito de reduzir a ocorrência de lesões osteomioarticulares agudas nas articulações solicitadas durante o jogo, recomenda-se

- (A) dispensar rotinas de mobilidade articular, concentrando a carga horária na execução isolada de saltos acrobáticos.
- (B) adotar superfícies de solo rígidas de concreto bruto para aumentar a estabilidade proprioceptiva do calcanhar.
- (C) induzir o treinamento de flexibilidade extrema em atletas que se encontram em estado de fadiga muscular acentuada.
- (D) prescrever sessões de aquecimento progressivo e geral, promovendo a elevação da temperatura muscular e lubrificação articular.
- (E) encorajar o uso de calçados de corrida com amortecimento alto durante o jogo na roda de Capoeira Angola.

59

A capoeira, reconhecida pela Unesco como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, expressa valores históricos, culturais e identitários vinculados à formação da sociedade brasileira. Considerando seus fundamentos e sua dimensão de preservação cultural, constitui elemento essencial dessa prática

- (A) o foco em treinos modernos de combate que priorizam a preparação física dos atletas para torneios de artes marciais mistas.
- (B) a transmissão de saberes ancorada na tradição oral, no respeito à hierarquia dos velhos mestres e nas cantigas de fundamento.
- (C) a mistura de novos ritmos de instrumentos de sopro e corda importados para modernizar o som dos berimbaus na roda.
- (D) o incentivo a disputas individuais com foco exclusivo em pontuações de agilidade para premiar os participantes mais rápidos.
- (E) a erradicação dos dialetos e termos tradicionais em favor de uma nomenclatura estritamente anatômica e desportiva.

60

Os movimentos rápidos e explosivos da capoeira exigem muita força muscular em poucos segundos e se intercalam com o balanço da ginga. Pensando nas noções de fisiologia do esporte, a energia imediata usada pelo corpo para realizar um golpe rápido ou um salto acrobático vem principalmente do sistema energético conhecido como

- (A) aeróbio, que usa o oxigênio para queimar gorduras e produzir energia em atividades de longa duração.
- (B) anaeróbio alático (sistema ATP-CP), que usa as reservas de energia rápida guardadas no próprio músculo.
- (C) anaeróbio láctico, que quebra o açúcar do corpo e causa aquela queimação muscular pelo acúmulo de lactato.
- (D) oxidativo de proteínas, que reconstrói as fibras musculares após o término do treino ou da roda.
- (E) metabólico de repouso, que controla os batimentos cardíacos enquanto o capoeirista está parado.

