



CARGO: INSTRUTOR DE ESPORTES

- Verifique se este caderno de questões corresponde ao cargo ao qual você concorre, se ele contém 30 (trinta) questões de múltipla escolha com 5 (cinco) alternativas cada (A, B, C, D e E);
- Caso o caderno esteja incompleto, possua qualquer defeito ou apresente alguma divergência ao cargo ao qual você concorre, solicite ao fiscal de sala que tome as providências cabíveis, pois não serão aceitas reclamações posteriores neste sentido;
- No momento da identificação, verifique o cartão resposta e se as informações relativas a você estão corretas. Caso haja algum dado a ser retificado, peça ao fiscal de sala corrigir em Ata;
- **Você dispõe de 4 (quatro) horas para realizar a prova objetiva;**
- Na duração da prova, está incluso o tempo destinado à entrega do material de prova e ao preenchimento do cartão resposta;
- Você deve deixar sobre a carteira apenas o documento de identificação e a caneta esferográfica de tinta azul ou preta;
- **NÃO É PERMITIDO DURANTE A REALIZAÇÃO DA PROVA:** a) equipamentos eletrônicos como calculadoras, MP3, MP4, celular, tablet, notebook, gravador, máquina fotográfica ou qualquer aparelho similar; b) livros, anotações, dicionários, consultas ou qualquer outro material impresso que não esteja expressamente permitido; c) relógio de qualquer espécie, óculos escuros ou quaisquer acessórios de chapelaria, tais como chapéu, boné, gorro etc;
- É proibido fazer anotação de informações relativas às suas respostas no comprovante de inscrição ou em qualquer outro meio que não seja permitido;
- Não se comunique com outros candidatos nem se levante sem autorização;
- Somente após decorrida 1 (uma) hora após início da prova você poderá se retirar da sala de aplicação de prova;
- **Ao terminar a prova, chame o fiscal de sala e devolva-lhe o caderno de prova e o cartão resposta devidamente assinado.**
- **O candidato NÃO poderá levar consigo o caderno de questões, poderá levar somente a anotação de gabarito a ser destacada abaixo;**
- A desobediência a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente caderno de prova e no cartão resposta poderá implicar na anulação da sua prova;
- Tenha calma para não prejudicar o seu desempenho e boa prova.

NOME COMPLETO:[illegible]

01) Analise as palavras abaixo e com base nos conceitos de som e fonema, assinale a alternativa CORRETA:

Táxi – Chuva – Excesso – Nascer – Guerra

- (A) Na palavra chuva, o dígrafo *ch* representa dois fonemas distintos.
- (B) Na palavra excesso, a letra *x* representa sempre o mesmo fonema em todas as ocorrências da língua portuguesa.
- (C) Na palavra guerra, o grupo *gu* representa dois fonemas pronunciados separadamente.
- (D) Na palavra nascer, a letra *s* representa o fonema /z/.
- (E) Na palavra táxi, a letra *x* representa dois fonemas, correspondentes aos sons /k/ e /s/.

02) Analise o texto a seguir e com base nas relações sintáticas estabelecidas, assinale a alternativa CORRETA:

"A tecnologia tem ampliado o acesso à informação, mas o desenvolvimento do pensamento crítico depende de práticas educacionais que incentivem a análise e a reflexão. Embora os recursos digitais ofereçam inúmeras possibilidades de aprendizagem, eles não substituem a mediação do professor nem o compromisso do estudante com o próprio processo de formação."

- (A) A conjunção "mas" estabelece uma relação de coordenação aditiva, enquanto "embora" introduz uma oração subordinada causal.
- (B) A oração introduzida por "que" em "práticas educacionais que incentivem a análise e a reflexão" é uma oração subordinada substantiva completiva nominal.
- (C) A conjunção "embora" introduz uma oração subordinada adverbial concessiva, enquanto "mas" estabelece uma relação de coordenação adversativa.
- (D) A expressão "nem" estabelece uma relação de coordenação conclusiva entre as orações que conecta.
- (E) A oração "que incentivem a análise e a reflexão" é coordenada à oração principal, pois acrescenta uma informação acessória ao período.

03) Considerando as ocorrências do sinal indicativo de crase no texto e as regras da norma-padrão da Língua Portuguesa, analise o texto abaixo e assinale a alternativa CORRETA:

"Uma universidade pública desenvolveu um projeto de extensão voltado à orientação de pequenos empreendedores. Durante as atividades, os estudantes prestaram assistência técnica às empresas participantes, ofereceram suporte à gestão financeira e apresentaram propostas destinadas à melhoria dos processos organizacionais. Ao final do projeto, os resultados foram apresentados à comunidade acadêmica e à sociedade local."

- (A) Em "voltado à orientação", a crase ocorre pela fusão da preposição exigida pelo adjetivo "voltado" com o artigo feminino que antecede o substantivo "orientação".
- (B) Em "assistência técnica às empresas", a crase é facultativa, pois o substantivo "empresas" está no plural.
- (C) Em "destinadas à melhoria", a crase é inadequada, uma vez que palavras abstratas não admitem artigo feminino.
- (D) Em "apresentados à comunidade acadêmica e à sociedade local", a crase ocorre apenas por razões de estilo, podendo ser omitida sem prejuízo gramatical.
- (E) Todas as ocorrências de crase no texto são motivadas exclusivamente pela presença de locuções adverbiais femininas.

04) Assinale a alternativa em que a divisão silábica está CORRETA, de acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa:

- (A) Pers-pi-caz.
- (B) Sub-li-nhar.
- (C) Trans-a-tlân-ti-co.
- (D) Obs-tá-cu-lo.
- (E) Ex-ce-ssô.

05) Analise o texto a seguir e com base nas ideias apresentadas, assinale a alternativa CORRETA:

“Nas últimas décadas, o aumento da expectativa de vida tem sido frequentemente apontado como um dos principais indicadores de desenvolvimento social. No entanto, viver mais não significa necessariamente viver melhor. O envelhecimento populacional impõe desafios relacionados à saúde, à mobilidade, à inclusão social e à sustentabilidade dos sistemas de previdência. Nesse contexto, políticas públicas voltadas à promoção da qualidade de vida dos idosos tornam-se tão importantes quanto aquelas destinadas ao aumento da longevidade. Afinal, uma sociedade que valoriza seus cidadãos não deve se preocupar apenas com os anos de vida, mas também com as condições em que esses anos são vividos.”

- (A) O autor defende que o aumento da expectativa de vida é um indicador irrelevante para a avaliação do desenvolvimento social.
- (B) O texto sustenta que o envelhecimento populacional produz apenas impactos negativos para a sociedade contemporânea.
- (C) A principal tese do texto é que as políticas públicas devem priorizar exclusivamente o aumento da longevidade da população.
- (D) O texto argumenta que a ampliação da expectativa de vida deve ser acompanhada de ações que garantam qualidade de vida à população idosa.
- (E) O autor considera que os desafios decorrentes do envelhecimento populacional restringem-se à área da previdência social.

<u>MATEMÁTICA/RACIOCÍNIO LÓGICO</u>
--

06) O carro de seu Arnaldo tem a opção de medir a velocidade em quilômetros por hora ou em milhas por hora. Ele sempre deixa com a unidade de quilômetros por hora, mas em um determinado dia, o velocímetro estava com a unidade de milhas por hora, e ele percebeu justamente quando passou por um radar, onde a velocidade máxima é de 40km/h. Se o velocímetro marcava 26 milhas por hora naquele instante, e considerando para este cálculo como fator de conversão de milhas para quilômetros o valor de 1,60, a sua velocidade em km/h no momento que passou pelo radar foi de:

- (A) 40,4 km/h.
- (B) 40,6 km/h.
- (C) 41,3 km/h.
- (D) 41,6 km/h.
- (E) 41,9 km/h.

07) Um servidor da área de segurança pública trabalha na escala 12x36 horas, ou seja, trabalha 12 horas e permanece 36 horas de folga. Considerando um período de 30 dias, a quantidade de plantões que este profissional realizou é igual a:

- (A) 10 plantões.
- (B) 12 plantões.
- (C) 15 plantões.
- (D) 16 plantões.
- (E) 18 plantões.

08) Em um treinamento da equipe de saúde de um município, 27 pessoas participaram. Em um momento do treinamento, estas pessoas foram divididas em equipes com 4 e 5 participantes cada, e todos foram alocados em uma equipe. Considerando estes dados, o número de equipes formadas é igual a:

- (A) 5 equipes.
- (B) 6 equipes.
- (C) 7 equipes.
- (D) 8 equipes.
- (E) 9 equipes.

09) A previsão de arrecadação de um município em um determinado mês era de R\$ 4.800.000,00, mas a arrecadação efetiva deste mês foi de R\$ 5.040.000,00. Considerando estes valores, qual o percentual a mais arrecadado em relação ao previsto?

- (A) 5,0%.
- (B) 2,5%.
- (C) 4,0%.
- (D) 5,5%.
- (E) 6,0%.

10) Uma ação do setor de arrecadação de um município verificou que 1 a cada 5 contribuintes não havia pago o IPTU (Imposto sobre a Propriedade Predial e Territorial Urbana) do ano de 2025. Considerando esta proporção e sabendo que este município possui 25.000 imóveis que deveriam pagar este imposto, a quantidade de contribuintes inadimplentes é de:

- (A) 2.500 contribuintes.
- (B) 3.500 contribuintes.
- (C) 4.000 contribuintes.
- (D) 5.000 contribuintes.
- (E) 5.500 contribuintes.

CONHECIMENTOS GERAIS/ATUALIDADES

11) Atualmente, a Inteligência Artificial (IA) impõe desafios práticos e regulatórios em diversas esferas da sociedade brasileira. Sobre o assunto, analise as assertivas abaixo e assinale a alternativa CORRETA:

I - No âmbito eleitoral, o Tribunal Superior Eleitoral (TSE) passou a exigir, na propaganda eleitoral, a identificação explícita de conteúdos gerados por IA e proibiu o uso de *deepfakes* que criem, substituam ou alterem falas e imagens de candidatos para fins eleitorais.

II - O debate sobre os vultuosos investimentos na expansão de data centers no Brasil inclui a ponderação do custo ambiental relativo ao alto consumo de energia elétrica e de recursos hídricos.

III - Temendo riscos à segurança nacional, a legislação brasileira banuiu integralmente o uso de IA na administração pública federal, impedindo a automação em processos fiscalizatórios.

IV - A Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD) assegura aos cidadãos o direito de solicitar a revisão de decisões tomadas unicamente por meio de tratamento automatizado de dados.

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

12) O ecoturismo e a preservação ambiental são vetores fundamentais da geografia econômica e do turismo sustentável brasileiro. Em julho de 2024, o Comitê do Patrimônio Mundial da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco) aprovou a inscrição de uma famosa unidade de conservação brasileira na cobiçada lista de Patrimônios Naturais da Humanidade. O local, reconhecido globalmente por sua paisagem singular que intercala vastos campos de dunas de areia branca e lagoas pluviais de água doce, constitui um dos principais polos de atração turística da Região Nordeste. O texto refere-se a qual unidade de conservação?

- (A) Parque Nacional dos Lençóis Maranhenses.
- (B) Parque Nacional do Pantanal Matogrossense.
- (C) Parque Nacional do Iguaçu.
- (D) Parque Nacional do Jaú.
- (E) Parque Nacional da Serra da Canastra.

13) O Fórum Brasileiro de Segurança Pública e relatórios de inteligência referentes ao período de 2023 e 2024 apontam que a rápida disseminação de canabinoides sintéticos gerou um cenário crítico para o Estado brasileiro e para o sistema de saúde. Sobre o assunto, marque V para VERDADEIRO ou F para FALSO e assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA:

() As drogas popularmente conhecidas como K2 e K9 são compostos químicos criados em laboratório que, ao interagirem com os receptores do sistema nervoso central, podem causar graves alterações psiquiátricas e motoras, induzindo o indivíduo a um estado de desorientação e imobilidade chamado coloquialmente de "efeito zumbi".

() Investigações em 2023 interceptaram mensagens nas quais líderes de facções criminosas emitiram comunicados proibindo a comercialização das drogas K, uma ação motivada pelo engajamento dessas organizações criminosas em políticas públicas oficiais de saúde e na defesa irrestrita dos direitos humanos.

() Diante do impacto nas taxas de criminalidade e internações hospitalares, destacou-se, como uma das frentes de resposta do Estado, a articulação entre forças de segurança e Ministérios Públicos em operações de inteligência voltadas ao desmantelamento de laboratórios clandestinos e apreensão de insumos químicos.

() Após uma intensa e bem-sucedida campanha nacional de conscientização promovida pelo poder público, o Brasil conseguiu erradicar completamente a circulação das "drogas K" em seu território até o final de 2024, zerando as apreensões policiais e os registros de intoxicação nos grandes centros urbanos.

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

14) Preencha as lacunas com a alternativa CORRETA. Formulada originariamente no século XIX sob o preceito fundamental de oposição ao colonialismo europeu, popularmente sintetizada no lema "A América para os americanos", a _____ consolidou-se historicamente como um pilar da política externa do seguinte ente estatal: _____. Dois séculos depois, essa diretriz geopolítica voltou a ser explicitamente invocada para justificar a ingerência direta sobre a soberania de Estados latino-americanos, como na operação militar que resultou na captura do então presidente venezuelano em janeiro de 2026, ocorrida durante a administração de _____.

- (A) Doutrina Brejnev/União Soviética/Mikhail Gorbachev.
- (B) Esplêndido Isolamento/Reino Unido/Boris Johnson.
- (C) Doutrina Estrada/México/Andrés Manuel López Obrador.
- (D) Conquista do Deserto/Argentina/Javier Milei.
- (E) Doutrina Monroe/Estados Unidos da América/Donald Trump.

15) Preencha as lacunas com a alternativa CORRETA:

O conflito armado envolvendo _____ escalou vertiginosamente a partir de outubro de 2023, desencadeando uma das mais severas crises de inanição e deslocamento forçado do século XXI. O epicentro da tragédia humanitária concentrou-se _____, onde o bloqueio logístico e os bombardeios incessantes dizimaram o acesso a suprimentos básicos. Esse cenário catastrófico chamou a atenção da comunidade internacional por meio de vítimas civis, a exemplo do menino Yazan al-Kafarneh, cuja morte por desnutrição severa tornou-se símbolo global da urgência de intervenção. Alega-se que a escalada militar no território ocorreu em resposta a ataques prévios, marcando uma ofensiva massiva conduzida _____, em mais um episódio da conturbada geopolítica contemporânea.

- (A) a coalizão HTS/na Província de Idlib/pela Síria.
- (B) o Hamas/na Faixa de Gaza/por Israel.
- (C) a Ucrânia/na Península da Crimeia/pela Rússia.
- (D) a Armênia/na região de Artsakh/pelo Azerbaijão.
- (E) a TPLF/na bacia do Tigray/pela Etiópia.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

16) A Pedagogia Não-Linear (PNL), fundamentada na psicologia ecológica e na teoria dos sistemas dinâmicos, compreende o processo de ensino-aprendizagem como um sistema complexo no qual a auto-organização emerge da interação entre restrições do indivíduo, da tarefa e do ambiente. Considerando os princípios pedagógicos que orientam a aplicação da PNL nos jogos coletivos de invasão, assinale a alternativa CORRETA sobre a organização da prática deste método de ensino dos esportes.

- (A) O professor manipula restrições da tarefa para promover o acoplamento informação-ação e a aprendizagem exploratória, priorizando o foco externo de atenção e a redução do controle consciente do movimento.
- (B) O docente atua como o detentor central do conhecimento, prescrevendo modelos técnicos ideais e utilizando o método analítico-sintético para garantir a execução mecanizada e eficiente de gestos motores.
- (C) A criação de tarefas representativas foca na repetição de fundamentos isolados e descontextualizados, visando a automação de movimentos para que o aluno domine a técnica antes de ser inserido no jogo.
- (D) Para potencializar a aprendizagem, o professor deve fornecer instruções diretivas e linguagens de controle constantes, garantindo que o aluno mantenha o foco interno na mecânica do próprio corpo.
- (E) O objetivo central da intervenção é formar jogadores "alfabetizados" e "entusiastas", organizando temporadas longas onde os alunos exercem funções diversificadas, como jornalistas, árbitros e técnicos.

17) O chute é o fundamento técnico de finalização por excelência, distinguindo-se do passe pela aplicação de maior força e pela exigência de uma coordenação biomecânica específica que envolve a formação de alavancas e o equilíbrio dinâmico. Com base na análise técnica e nas recomendações para a execução do chute, assinale a alternativa CORRETA:

- (A) O chute de bico é a técnica preferencial no futebol de campo para garantir maior precisão e controle de direção, sendo amplamente utilizado em situações de condução de bola.
- (B) A eficácia da finalização depende de fatores como o relaxamento muscular durante o balanço da perna e o posicionamento do pé de apoio ligeiramente ao lado da bola.
- (C) O voleio caracteriza-se como um fundamento de execução simples, no qual o atleta golpeia a bola imediatamente após o contato desta com o solo, na fase de subida.
- (D) Durante a formação da alavanca para o chute, a musculatura da perna de ataque deve ser mantida em rigidez total para maximizar a transferência de energia cinética à bola.
- (E) De acordo com a trajetória, os chutes altos apresentam maior índice de aproveitamento e eficiência defensiva que os chutes rasteiros, devido à complexidade da parábola.

18) As diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS) fundamentam-se na evidência de que a atividade física regular é um fator de proteção essencial para a prevenção de doenças não transmissíveis e promoção da saúde mental. O documento estabelece recomendações específicas de frequência, intensidade e duração para diferentes grupos populacionais e condições de saúde. Considerando as recomendações específicas para idosos (65 anos ou mais) e adultos com condições crônicas presentes no documento, é CORRETO afirmar que:

- (A) Adultos que vivem com hipertensão ou diabetes tipo 2 devem limitar-se estritamente à prática de atividades de intensidade leve, sendo a atividade vigorosa contraindicada para evitar riscos cardiovasculares agudos.
- (B) Para crianças e adolescentes (5 a 17 anos), o documento estabelece um limite máximo de 120 minutos semanais para o comportamento sedentário recreativo em frente às telas, com alto grau de evidência científica.
- (C) Mulheres grávidas que praticavam atividades aeróbicas de vigorosa intensidade antes da gestação devem obrigatoriamente reduzir a intensidade para o nível leve logo após o primeiro trimestre.
- (D) A triagem médica pré-exercício é um requisito obrigatório e indispensável para todos os indivíduos com condições crônicas antes de iniciarem qualquer atividade física, independentemente da intensidade pretendida.
- (E) Idosos devem realizar atividades físicas multicomponentes, que enfatizem o equilíbrio funcional e o fortalecimento muscular em três ou mais dias na semana, visando aumentar a capacidade funcional e prevenir quedas.

19) A classificação das entorses de tornozelo em graus de gravidade é um parâmetro clínico essencial para determinar o prognóstico e a conduta terapêutica. Essa categorização fundamenta-se na extensão do dano tecidual ligamentar e nas repercussões funcionais e mecânicas sobre a articulação. Considerando a caracterização das lesões ligamentares apresentada nas fontes, assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE os sintomas e o tempo estimado de recuperação para a entorse de Grau II:

- (A) Caracteriza-se por uma distensão leve, sem ruptura significativa das fibras, apresentando edema mínimo e sensibilidade local, com retorno às atividades previsto entre 1 e 2 semanas.
- (B) Configura-se como uma lesão moderada com ruptura parcial das fibras, edema significativo, possível instabilidade articular e tempo de recuperação estimado entre 4 e 8 semanas.
- (C) Define-se pela ruptura completa do ligamento com instabilidade grave, exigindo obrigatoriamente intervenção cirúrgica imediata para garantir a recuperação em exatos 3 meses.
- (D) Manifesta-se por dor leve, ausência total de hematomas e preservação da amplitude de movimento, sendo tratada exclusivamente com repouso e sem indicação de fisioterapia.
- (E) Representa uma lesão grave onde a dor intensa impede o início do treinamento proprioceptivo, limitando o tratamento apenas ao uso de órteses pelo período de 1 ano.

20) A recepção ou domínio de bola é o fundamento técnico realizado para receber e interromper a trajetória da bola vinda de um passe, colocando-a em condições adequadas para uma ação posterior. Trata-se de uma ação consciente que exige a observação de fatores temporais e espaciais para garantir a continuidade do jogo. Considerando os fatores que interferem na qualidade da recepção assinale a alternativa CORRETA:

- (A) O domínio de cabeça é indicado para bolas rasteiras e exige rigidez absoluta da musculatura cervical para garantir que a bola não escape do controle do jogador.
- (B) A responsabilidade pela eficácia da recepção recai exclusivamente sobre o receptor, não havendo influência do passador na qualidade técnica desse fundamento.
- (C) O domínio de coxa é caracterizado como um gesto de fácil execução, sendo a superfície de contato ideal para amortecer bolas que percorrem trajetórias rasteiras.
- (D) A qualidade do domínio depende de fatores como o equilíbrio do corpo no momento do recebimento, a coordenação óculo pedal e o relaxamento muscular da região envolvida.
- (E) Segundo a classificação de Voser, o uso da face interna dos pés é exclusivo para trajetórias parabólicas, sendo vedada sua aplicação em bolas de meia-altura.

21) A intervenção no estilo de vida, fundamentada na atividade física estruturada e no controle ponderal, constitui a estratégia primordial para prevenir a progressão do pré-diabetes para o diabetes mellitus tipo 2 (DM2). Tais recomendações visam otimizar o manejo metabólico e reduzir riscos cardiovasculares de forma precoce. De acordo com as diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) para indivíduos com pré-diabetes, assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE a recomendação de exercício e meta ponderal:

- (A) Devem-se priorizar exercícios de equilíbrio, como tai chi e yoga, realizados obrigatoriamente cinco vezes por semana, visando a redução imediata da HbA1c em patamares superiores ao exercício aeróbico.
- (B) A intervenção farmacológica com metformina é indicada como superior à mudança de estilo de vida, apresentando uma redução de 58% na incidência de DM2 em comparação aos 31% obtidos com exercícios.
- (C) É obrigatório o rastreamento universal de doenças cardiovasculares, com realização rotineira de eletrocardiograma e teste de esforço, para todos os indivíduos com pré-diabetes antes de iniciarem atividades leves.
- (D) Recomenda-se o mínimo de 150 minutos de atividade física aeróbica de moderada intensidade semanalmente, associada a uma redução ponderal mínima de 7% e à manutenção do peso perdido.
- (E) A redução do tempo gasto em atividades sedentárias (sitting time) é recomendada apenas para indivíduos que não conseguem cumprir a meta mínima de 150 minutos de exercício estruturado por semana.

22) A prática de exercícios físicos estruturados é uma estratégia essencial no manejo não medicamentoso da hipertensão arterial (HA), sendo capaz de promover reduções pressóricas tanto em ambiente de consultório quanto em medidas ambulatoriais. Considerando as recomendações da Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial 2025 sobre a prescrição e os efeitos das modalidades de treinamento, assinale a opção CORRETA:

- (A) Práticas como ioga, pilates e treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) são recomendadas como a base do tratamento da HA, pois apresentam evidências robustas de redução da pressão arterial ambulatorial.
- (B) A avaliação médica prévia, com a realização compulsória de teste ergométrico, é requisito indispensável para todos os indivíduos hipertensos que desejam iniciar atividades físicas de intensidade leve a moderada.
- (C) O início da sessão de treinamento físico deve ser obrigatoriamente postergado caso o paciente apresente, no momento da avaliação pré-exercício, níveis de pressão arterial superiores a 140/90 mmHg.
- (D) O treinamento aeróbico é a única modalidade de exercício com efeito comprovado na redução da pressão arterial ambulatorial, sendo recomendado que o mesmo seja complementado pelo treinamento resistido.
- (E) O treinamento resistido dinâmico e o isométrico são modalidades que não promovem redução da pressão arterial de consultório, devendo seu uso ser restrito a pacientes com HA controlada.

23) O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) adota o critério cronológico para definir os sujeitos de sua proteção especial, estabelecendo marcos etários precisos para a diferenciação entre as fases do desenvolvimento humano. De acordo com o Art. 2º da Lei nº 8.069/1990, assinale a alternativa que apresenta as definições legais CORRETAS para criança e adolescente:

- (A) Considera-se criança a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade.
- (B) Define-se como criança o indivíduo até os dez anos de idade completos, sendo adolescente aquele que possui entre onze e dezesseis anos.
- (C) Considera-se criança a pessoa até doze anos de idade completos, enquanto o adolescente é o indivíduo que possui entre treze e dezoito anos de idade.
- (D) Criança é a pessoa até os quatorze anos de idade incompletos, enquanto o adolescente é aquele que possui entre quatorze e vinte e um anos.
- (E) Para os efeitos da Lei, os termos criança e adolescente são sinônimos, referindo-se indiscriminadamente a qualquer pessoa menor de dezoito anos.

24) O princípio da prioridade absoluta, estabelecido no Art. 4º do ECA, impõe à família, à sociedade e ao Poder Público o dever de garantir a efetivação dos direitos fundamentais da população infantojuvenil. Nos termos do parágrafo único do referido artigo, a garantia de prioridade para crianças e adolescentes compreende, entre outros aspectos:

- (A) Preferência na formulação de políticas públicas, desde que não impliquem na destinação de recursos orçamentários acima do teto previsto para a assistência social.
- (B) Atendimento igualitário em relação aos adultos nos serviços de saúde, garantindo que a ordem de chegada seja o único critério para o socorro.
- (C) Destinação de recursos públicos para a infância apenas em períodos de bonança econômica, priorizando-se o pagamento da dívida pública em situações de crise.
- (D) Precedência de atendimento nos serviços de relevância pública, excetuando-se os serviços de emergência médica, que seguem legislação internacional de triagem.
- (E) Primazia de receber proteção e socorro em quaisquer circunstâncias e a precedência de atendimento nos serviços públicos ou de relevância pública.

25) O organismo humano utiliza carboidratos e lipídios como principais fontes de energia, alternando sua predominância conforme a demanda. O ciclo glicose-ácido graxo desempenha um papel vital na regulação desses substratos para otimizar o desempenho físico. Considerando exercícios de intensidade moderada e longa duração, qual é a principal característica da utilização de substratos pelo músculo esquelético nesta condição?

- (A) Ocorre a oxidação prioritária de aminoácidos, uma vez que sua contribuição energética é superior à dos carboidratos em atividades prolongadas.
- (B) A glicose torna-se o substrato exclusivo logo no início do esforço para garantir que os estoques de gordura permaneçam intactos até o final da atividade.
- (C) Há uma preferência pela oxidação de ácidos graxos, o que permite a economia dos estoques limitados de glicogênio muscular e retarda a fadiga.
- (D) A taxa de oxidação de lipídios é reduzida drasticamente para evitar que o peso dos estoques de gordura comprometa a mecânica da contração muscular.
- (E) O músculo interrompe o ciclo de Krebs para priorizar a via anaeróbia, transformando todo o ácido graxo circulante em lactato para produção rápida de ATP.

26) O princípio da sobrecarga fundamenta-se na aplicação de estímulos que desequilibram a homeostase do organismo, exigindo a manipulação de variáveis como volume e intensidade para promover adaptações biológicas e o fenômeno da supercompensação. Considerando as diretrizes para a aplicação progressiva das cargas e os efeitos da adaptação orgânica, assinale a alternativa CORRETA:

- (A) A aplicação sistemática de cargas idênticas e invariáveis por longos períodos é a estratégia recomendada para consolidar a técnica e garantir a evolução contínua da aptidão física.
- (B) É imperativo modular constantemente as cargas de esforço, pois, uma vez que o atleta se adapta a um estímulo, o organismo deixa de gerar novas respostas adaptativas positivas frente àquela mesma exigência.
- (C) O aumento da carga de treinamento em jovens atletas deve ser realizado exclusivamente por meio do acréscimo de pesos elevados, sendo a redução do intervalo de recuperação uma variável desaconselhada.
- (D) O princípio da sobrecarga determina que o tempo dedicado ao período regenerativo deve ser o menor possível, independentemente da magnitude do trauma sofrido pelas fibras musculares.
- (E) A resposta orgânica ao estresse do treinamento é restrita ao sistema muscular esquelético, não envolvendo glândulas, hormônios ou o sistema imunológico no processo de adequação energética.

27) O princípio da especificidade impõe que o treinamento deve ser estruturado com base nos requisitos da performance desportiva, respeitando o sistema energético predominante, os segmentos corporais e as coordenações psicomotoras da modalidade. Sobre a aplicação prática da especificidade e sua integração no planejamento do treinamento desportivo a longo prazo, é CORRETO afirmar que:

- (A) A especificidade deve ser confundida com a especialização precoce, recomendando-se o uso de métodos de atletas adultos para crianças visando acelerar o ganho de rendimento.
- (B) O treinamento de resistência deve focar exclusivamente na capacidade anaeróbia, visto que esta é a que prevalece em aproximadamente 90% do tempo em todas as modalidades desportivas.
- (C) No planejamento a longo prazo, o treino geral deve sempre preceder o específico, pois o volume de base prepara o atleta para suportar e realizar maiores cargas de trabalho especializado.
- (D) A adaptação do organismo às condições do ambiente é irrelevante, sendo desnecessário que nadadores ou jogadores de futebol executem treinamentos em seus locais específicos de competição.
- (E) A carga de treino deve ser padronizada universalmente para todos os praticantes da mesma modalidade, ignorando-se a individualidade biológica em favor da especificidade técnica.

28) No contexto brasileiro, os termos lazer e recreação costumam coexistir com significados distintos: a recreação é frequentemente utilizada para designar o conjunto de atividades, enquanto o lazer é compreendido como um fenômeno cultural e social mais abrangente. Considerando as discussões conceituais e as origens etimológicas, assinale a alternativa que define CORRETAMENTE os termos recreação ou lazer:

- (A) A recreação é um termo de influência estritamente europeia, criado para definir o tempo de descanso obrigatório após a jornada de trabalho fabril.
- (B) O lazer deve ser entendido como um conjunto de atividades acríticas e alienadas, cujo único objetivo é o divertimento desvinculado da realidade social.
- (C) O termo lazer associa-se etimologicamente ao latim *licere* (ser lícito, permitido), enquanto a recreação possui sentidos que variam entre a recuperação para o trabalho e a possibilidade de recriar.
- (D) A recreação é definida como a única dimensão do lúdico capaz de anular as características repressivas do trabalho através do desempenho competitivo.
- (E) O conceito de lazer é restrito ao aspecto de tempo, sendo tecnicamente impossível considerá-lo sob a ótica da atitude ou da satisfação provocada pela experiência vivida.

29) O princípio da individualidade biológica fundamenta-se na variabilidade entre elementos da mesma espécie, estabelecendo que cada ser humano possui uma estrutura e formação física e psíquica próprias, o que impede a existência de pessoas iguais. Com base nesse princípio e em suas implicações na organização do treinamento desportivo, assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE a conduta docente e as respostas adaptativas do aluno:

- (A) O treinador deve individualizar os estímulos de treino, considerando que crianças da mesma faixa etária podem apresentar respostas diferenciadas e tempos de aprendizagem distintos frente a um mesmo tipo de treinamento.
- (B) A padronização universal dos métodos de preparação física é recomendada para atletas da mesma especialidade, visto que a identidade biológica garante que o mesmo estímulo produza resultados ótimos para todos.
- (C) O planejamento do treino individual deve focar exclusivamente na manipulação das componentes da carga externa, sendo irrelevante a análise de fatores como a hereditariedade ou a idade biológica do praticante.
- (D) O fenômeno da individualidade biológica manifesta-se apenas em atletas de alto rendimento, não devendo influenciar a aplicação de cargas de treinamento em processos de iniciação esportiva com jovens.
- (E) A melhora do desempenho depende unicamente da repetição mecânica de tarefas, pois a variabilidade psíquica individual não interfere nas respostas fisiológicas do organismo aos estímulos de força e resistência.

30) O saque é o fundamento que inaugura a disputa de cada ponto, sendo executado exclusivamente em uma área específica no fundo da quadra. Sua eficiência técnica reside no domínio de variáveis como o lançamento da bola, o equilíbrio dos apoios e a precisão na mecânica de contato com o implemento. Considerando as especificidades dos determinantes do saque assinale a alternativa que descreve CORRETAMENTE a execução técnica de uma de suas variações:

- (A) No saque por baixo, o jogador deve golpear a parte posterior e superior da bola com a mão aberta, garantindo que o ângulo de saída seja inferior a 30 graus para acelerar a trajetória.
- (B) O saque tipo "viagem" diferencia-se do saque em suspensão flutuante por exigir que o contato da mão com a bola ocorra no momento da aterrissagem, utilizando o torque do tronco para gerar o efeito top spin.
- (C) Para a execução do saque tipo tênis (em apoio com rotação), o determinante essencial é a manutenção do punho rígido no momento do impacto, o que impede a rotação da bola e favorece a precisão.
- (D) O saque tipo flutuante caracteriza-se por um golpe da mão espalmada na região posterior da bola sem a ação do punho, de modo que a trajetória não apresente giro ou rotação para a quadra adversária.
- (E) No saque por baixo, o posicionamento dos pés deve ser paralelo e simétrico, sendo o movimento do braço realizado de forma lateral para maximizar a força de impacto contra a rede.