Concurso Público da Prefeitura Municipal de Lagoa de Pedras
EDITAL Nº 01/2026

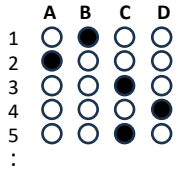
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGOA DE PEDRAS
UM NOVO TEMPO, UMA NOVA HISTÓRIA

Caderno de Provas

CPLP 18 - NS	EDUCADOR FÍSICO
Edital Nº. 01/2026 – Concurso Público da Prefeitura Municipal de Lagoa de Pedras/RN	**Data: ____/____/____**

INSTRUÇÕES GERAIS PARA A REALIZAÇÃO DA PROVA

- ☑ Use apenas caneta esferográfica transparente de tinta azul ou preta.
- ☑ Escreva a data, a sua assinatura e o seu número de inscrição no espaço indicado nesta capa.
- ☑ A prova terá duração máxima de 3 (três) horas, incluindo o tempo para responder a todas as questões do **Caderno de Provas** e preencher a **Folha de Respostas**.
- ☑ Antes de retirar-se definitivamente da sala de provas, entregue a **Folha de Respostas** e o **Caderno de Provas** ao fiscal.
- ☑ Em momento algum a pessoa candidata poderá se retirar definitivamente da sala de provas com o **Caderno de Provas**.
- ☑ Este **Caderno de Provas** contém, respectivamente, 15 (quinze) questões de Língua Portuguesa e 15 (quinze) questões de Conhecimentos Específicos.
- ☑ Se o **Caderno de Provas** contiver alguma imperfeição gráfica que impeça a leitura, comunique isso imediatamente ao Fiscal, para que seja efetuada de imediato a troca do Caderno.
- ☑ Cada questão de múltipla escolha apresenta apenas **uma** resposta correta. Para a marcação da alternativa escolhida na **Folha de Respostas**, pinte completamente o campo correspondente conforme a figura a seguir:



- ☑ Os rascunhos e as marcações feitas neste **Caderno de Provas** não serão considerados para efeito de avaliação.
- ☑ Interpretar as questões faz parte da avaliação; portanto, não é permitido solicitar esclarecimentos aos Fiscais.
- ☑ O preenchimento da **Folha de Respostas** é de sua inteira responsabilidade.
- ☑ A quantidade de questões objetivas e respectivas pontuações desta prova estão apresentadas a seguir:

Disciplina	***Número de questões***	***Pontos***
Língua Portuguesa	15 questões	30 pontos
Conhecimentos Específicos	15 questões	60 pontos
TOTAL DA PROVA	**30 questões**	**90 pontos**

ASSINATURA DO CANDIDATO:

NÚMERO DE INSCRIÇÃO:
_____

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA – LÍNGUA PORTUGUESA

As questões de 01 a 15 referem-se ao texto produzido a seguir.

A paralisação das pesquisas com inteligência artificial

Diogo Cortiz

Paralisar as pesquisas em inteligência artificial (IA) é impraticável e não atende a demandas urgentes. Esse assunto começou com uma carta publicada pelo instituto *Future of Life*, assinada por cientistas e figuras públicas como Elon Musk e Yuval Harari, pedindo que o treinamento de modelos de IA mais poderosos do que o GPT-4 — robô capaz de gerar textos sobre diversos assuntos — fosse interrompido por seis meses.

Quando li a carta pela primeira vez, fiquei entusiasmado ao ver a assinatura de alguns acadêmicos que influenciaram minha pesquisa. Até pensei em assiná-la, não só pelos nomes aos quais faria companhia mas também porque o avanço da IA me preocupa. A tecnologia trará consequências imprevisíveis nas dimensões econômica, social, política, cultural e cognitiva.

No entanto, após estudá-la com atenção, mudei de ideia. O conteúdo é superficial e com interesses latentes. A carta fundamenta seus argumentos em riscos hipotéticos ligados ao "longotermismo", corrente de pensamento do Vale do Silício que ignora problemas atuais para se preocupar com cenários de futuros não necessariamente inclusivos.

A carta pergunta se devemos desenvolver mentes não humanas que eventualmente nos superem e coloquem em risco o controle da nossa civilização, um questionamento com importância especulativa, mas não aborda temas imediatos, como algoritmos discriminatórios, anotação de dados com mão de obra barata, coleta global massiva de dados e concentração de poder.

A proposta de pausar o treinamento para conter uma possível IA super-humana desvia o foco do debate global com ênfase em transparência, responsabilidade e regulação. Além disso, seis meses não seriam suficientes nem para iniciar a discussão. É curioso observar que a OpenAI já esperou seis meses antes de liberar acesso ao seu modelo GPT-4, mas ainda assim não divulgou qualquer informação técnica sobre a IA ou os dados utilizados no treinamento.

O problema não está na pesquisa e treinamento de IA em si, mas no seu uso comercial sem transparência e regras. Estamos no berçário dos modelos amplos de linguagem (GPT-4, LaMDA, entre outros) e é fundamental continuarmos com as pesquisas para entender o seu funcionamento, melhorar suas capacidades, reduzir seus erros e aumentar o alinhamento com os interesses da sociedade. Isso demanda pesquisas e treinamentos adicionais, porque não adianta discutir critérios éticos e de segurança sem saber como aplicá-los.

Além disso, pausar o treinamento em IA é impraticável devido à acirrada competição não só entre empresas do Vale do Silício, mas também entre nações. Embora a carta não especifique uma fronteira geográfica, é evidente que há uma carga cultural ocidental em sua essência. A China, por exemplo, tem preocupações, regras e objetivos diferentes.

Em vez de pedir a suspensão, precisamos demandar transparência e responsabilidade das organizações enquanto debatemos orientações e critérios para a liberação dos modelos, com foco em consequências imediatas. A IA tem potencial para criar novos paradigmas sociais, econômicos e afetivos; por isso não podemos deixar que o futuro da humanidade seja desenhado por meia dúzia de empresas.

O que precisamos são regulações que imponham transparência e exijam que as organizações documentem e divulguem, no mínimo, os dados de treinamento e arquitetura de seus modelos. No Brasil, temos outras preocupações adicionais, como a coleta de dados de brasileiros e a concentração de poder nas mãos de poucas empresas do exterior. Nenhuma dessas questões será aprofundada com uma pausa nas pesquisas.

Disponível em: https://www.folha.uol.com.br/. Acesso em: 23 ago. 2024. (texto adaptado)

01. O texto é dominantemente

A) explicativo, pois dialoga com um posicionamento anterior, procurando ratificá-lo.
B) argumentativo, pois dialoga com um posicionamento anterior, procurando refutá-lo.
C) argumentativo, pois defende um posicionamento por meio de uma linguagem impessoal.
D) explicativo, pois defende um posicionamento consensual sobre um tema relacionado à ciência.

02. O título do texto é uma frase

A) nominal cuja leitura não direciona o leitor para o posicionamento explicitado.
B) verbal cuja leitura não direciona o leitor para o posicionamento explicitado.
C) nominal cuja leitura cria uma expectativa a ser desconstruída pelo texto.
D) verbal cuja leitura cria uma expectativa a ser desconstruída pelo texto.

03. A mudança no direcionamento do raciocínio desenvolvido pelo autor do texto é constatada no

A) segundo parágrafo, que é introduzido por um elemento linguístico sinalizador de tempo.
B) segundo parágrafo, que é introduzido por um elemento linguístico sinalizador de condição.
C) terceiro parágrafo, que é introduzido por um elemento linguístico sinalizador de conclusão.
D) terceiro parágrafo, que é introduzido por um elemento linguístico sinalizador de contraposição.

As questões 04, 05 e 06 referem-se ao trecho reproduzido a seguir.

> Quando li a carta pela primeira vez, fiquei entusiasmado ao ver a assinatura de alguns acadêmicos que influenciaram minha pesquisa. Até pensei em assiná-la, não só pelos nomes aos quais faria companhia mas também porque o avanço da IA me preocupa.

04. O uso da palavra "**Até**", acompanhada de verbo, sinaliza

A) uma ação não realizada.
B) a delimitação de um tempo.
C) uma inclusão de informação.
D) a especificação de um lugar.

05. Os elementos linguísticos **que** e **-la** foram empregados para

A) acrescentar informações; ambos exercem a função de sujeito.
B) acrescentar informações; ambos exercem a função de objeto direto.
C) retomar informações; o primeiro exerce função objeto direto, e o segundo, de sujeito.
D) retomar informações; o primeiro exerce função de sujeito, e o segundo, de objeto direto.

06. No segundo período,

A) há relação de paralelismo entre duas estruturas, sinalizando adição.
B) há relação de paralelismo entre duas estruturas, sinalizando contraposição.
C) inexiste relação de paralelismo entre duas estruturas, mas há relação de adição.
D) inexiste relação de paralelismo entre duas estruturas, mas há relação de contraposição.

07. No quarto parágrafo,

A) há citação direta, e o discurso citado encerra-se na palavra "civilização".
B) há citação indireta, e o discurso citado encerra-se na palavra "especulativa".
C) há citação indireta, e o discurso citado encerra-se na palavra "civilização".
D) há citação direta, e o discurso citado encerra-se na palavra "especulativa".

As questões 8, 9 e 10 referem-se ao período reproduzido a seguir.

> Embora a carta não especifique uma fronteira geográfica, é evidente que há uma carga cultural ocidental em sua essência.

08. A palavra **embora** poderá ser substituída, mantendo-se o sentido da informação, por

A) "caso", mas isso não exigirá mudança da forma do verbo da primeira oração.

B) "desde que", mas isso não exigirá mudança da forma do verbo da primeira oração.

C) "apesar de", mas isso exigirá mudança da forma do verbo da primeira oração para o infinitivo.

D) "mesmo que", mas isso exigirá mudança da forma do verbo da primeira oração para o infinitivo.

09. É correto afirmar que esse período é composto por

A) subordinação de orações, em que a primeira estabelece relação concessiva, e a terceira exerce função de sujeito da segunda.

B) subordinação de orações, em que a primeira estabelece relação condicional, e a terceira exerce função de sujeito da segunda.

C) coordenação de orações, em que a primeira estabelece relação condicional, e a terceira exerce função de objeto da segunda.

D) coordenação de orações, em que a primeira estabelece relação concessiva, e a terceira exerce função de objeto da segunda.

10. O verbo da terceira oração desse período, no contexto linguístico no qual se encontra,

A) é impessoal; por isso, mesmo que o seu complemento fosse flexionado para o plural, esse verbo permaneceria no singular.

B) é impessoal; por isso, se o seu complemento fosse flexionado para o plural, esse verbo iria, também, para o plural.

C) poderia ser substituído pelo verbo "existir", que permaneceria no singular, pois é, também, um verbo impessoal.

D) poderia ser substituído pelo verbo "existir", que, independentemente, da relação sintática estabelecida, permaneceria no singular.

11. Considere o trecho reproduzido a seguir.

> [...] pedindo que o treinamento de modelos de IA mais poderosos do que o GPT-4 — robô capaz de gerar textos sobre diversos assuntos — fosse interrompido por seis meses.

Sobre a pontuação desse trecho, considerando-se as relações sintático-semânticas da língua portuguesa, é correto afirmar:

A) os travessões poderiam ser substituídos por aspas.

B) os travessões poderiam ser substituídos por vírgulas.

C) o segundo travessão poderia ser substituído por ponto.

D) o primeiro travessão poderia ser substituído por ponto e vírgula.

12. O texto refere-se, algumas vezes, ao gênero "carta". Sobre esse gênero, é correto afirmar:

A) faz uso, exclusivamente, do tipo narrativo e circula em diferentes esferas da atividade social, como a jornalística e a das relações interpessoais.

B) pode fazer uso tanto do tipo narrativo quanto do tipo argumentativo e circula, exclusivamente, na esfera jornalística e acadêmica.

C) faz uso, exclusivamente, do tipo argumentativo e circula em diferentes esferas da atividade social, como a jornalística e a acadêmica.

D) pode fazer uso tanto do tipo narrativo quanto do tipo argumentativo e circula em diferentes esferas da atividade social, como a jornalística e a das relações interpessoais.

13. Considere o trecho reproduzido a seguir

> A carta fundamenta seus argumentos em riscos hipotéticos ligados ao “longotermismo” [...]

A palavra “hipotéticos” está empregada na função de

A) adjetivo e qualifica os riscos como algo a ser percebido como suposição.
B) advérbio e indica uma circunstância de modo na qual os riscos estão inseridos.
C) adjetivo e qualifica os riscos como algo a ser percebido como certeza.
D) advérbio e indica uma circunstância de condicionalidade na qual os riscos estão inseridos.

14. Ao se analisar o terceiro e o quarto parágrafos do texto, é correto afirmar:

A) ambos são desenvolvidos em torno de uma mesma ideia central, que está explícita no primeiro período do quarto parágrafo.
B) ambos são desenvolvidos em torno de uma mesma ideia central, que está explícita no primeiro período do terceiro parágrafo.
C) o quarto parágrafo tão somente desenvolve uma ideia central explícita no terceiro período do terceiro parágrafo.
D) o quarto parágrafo tão somente desenvolve uma ideia central explícita no segundo período do terceiro parágrafo.

15. Leia o período reproduzido a seguir.

> O que precisamos são regulações que **imponham** transparência e **exijam** que as organizações **documentem** e **divulguem**, no mínimo, os dados de treinamento e arquitetura de seus modelos.

Os verbos em destaque foram empregados no modo

A) subjuntivo e expressam desejo.
B) subjuntivo e expressam dúvida.
C) indicativo e expressam desejo.
D) indicativo e expressam dúvida.

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA – CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

16. Na elaboração de programas de Educação Física para diferentes públicos, é fundamental considerar as especificidades e necessidades de cada faixa etária e grupo especial. Sobre o planejamento, a prescrição e a orientação de atividades físicas para diferentes grupos, é correto afirmar:

A) Para crianças, as atividades devem priorizar o desenvolvimento das habilidades motoras específicas e ser planejadas de maneira enfastiante para manter a trivialidade e a motivação.

B) Em idosos, a ênfase deve ser dada a atividades de força e flexibilidade para auxiliar na negligência de quedas e na manutenção da dependência funcional.

C) Em gestantes, o programa de atividades físicas deve ser supervisionado e adaptado para evitar exercícios de alta intensidade, com foco no fortalecimento do assoalho pélvico e no controle postural.

D) Para pessoas com deficiência, a prescrição de exercícios deve considerar as habilidades em grupo, verificando as inconformidades dos recursos e adaptações necessárias para garantir a inclusão, o desvalimento e a segurança.

17. O planejamento, a prescrição e a orientação de programas de exercícios em academias ao ar livre e em outros equipamentos públicos exigem atenção a diversos fatores para garantir segurança e eficácia nas atividades físicas. Sobre a elaboração desses programas em espaços públicos, o educador físico deve considerar que,

A) na prescrição de exercícios em espaços públicos, é fundamental considerar o nível de condicionamento físico do usuário e, se necessário, adaptar a carga e a intensidade para promover a segurança e evitar lesões.

B) no planejamento de exercícios, em academias ao ar livre, deve-se sempre priorizar atividades de alta intensidade, independentemente da experiência do praticante, visando maior ganho de condicionamento físico.

C) na orientação em equipamentos públicos, deve-se focar apenas em exercícios aeróbicos, pois esses são os mais adequados para espaços abertos e têm menor risco de lesões.

D) em academias públicas, a variedade de equipamentos permite que o profissional dispense a avaliação inicial dos praticantes, uma vez que todos podem se beneficiar dos mesmos exercícios.

18. A ética profissional é fundamental para o exercício da profissão de Educador Físico, garantindo que os profissionais atuem de forma responsável, respeitosa e comprometida com a saúde e o bem-estar dos praticantes. Sobre a ética profissional em Educação Física, é correto afirmar:

A) É ético o profissional de Educação Física emitir diagnósticos médicos, desde que tenha experiência prática e conhecimentos específicos sobre o tema.

B) É aceitável que o profissional de Educação Física utilize as redes sociais para apresentar resultados dos pacientes em situações de treino com ou sem prévia autorização, desde que o conteúdo seja educativo e atraia novos praticantes.

C) O respeito às limitações físicas dos praticantes é discricionário e facultativo, podendo o profissional de Educação Física ajustar os exercícios, para obter melhores resultados dos praticantes.

D) O profissional de Educação Física deve preservar a privacidade dos praticantes, evitando compartilhar informações pessoais sem autorização, mesmo que essas informações possam ser relevantes para outros profissionais da área.

19. As medidas e avaliações físicas são fundamentais para elaborar programas de treinamento eficazes e seguros, além de monitorarem a evolução dos praticantes. Sobre as práticas de medidas e avaliação em Educação Física, é correto afirmar:

A) O teste de força máxima (Uma Repetição Máxima - 1RM) é indicado para todos os públicos, inclusive iniciantes e idosos, pois permite um controle preciso da intensidade de treinamento.

B) A avaliação de flexibilidade é um procedimento opcional, recomendado apenas para praticantes de atividades específicas, como yoga e ginástica, pois não influencia no desempenho de atividades diárias.

C) A bioimpedância é uma técnica amplamente utilizada para avaliação da composição corporal, pois fornece dados sobre a proporção de massa magra e massa gorda, o que auxilia no monitoramento da saúde e do condicionamento físico.

D) A avaliação cardiorrespiratória é irrelevante para praticantes que realizam apenas exercícios de força, pois a capacidade aeróbica não influencia diretamente nesse tipo de atividade.

20. A legislação brasileira reconhece a importância da atividade física como parte fundamental da promoção da saúde pública. A Lei nº 8.080/1990 e a Lei nº 8.142/1990 são marcos no Sistema Único de Saúde (SUS) e estabelecem diretrizes que influenciam o desenvolvimento de políticas públicas de saúde, incluindo a promoção da atividade física. Considerando-se essas leis específicas e suas características, é correto afirmar:

A) A Lei nº 8.080/1990 determina que a promoção da saúde, incluindo a atividade física, deve ser garantida de forma integrada com outras políticas públicas, visando à melhoria da qualidade de vida e à redução de doenças.

B) A Lei nº 8.080/1990 estabelece que a promoção de atividades físicas é responsabilidade exclusiva da parceria privada, cabendo ao Sistema Único de Saúde (SUS) apenas a prestação de serviços ambulatoriais, médicos e hospitalares.

C) A Lei nº 8.142/1990 é responsável por definir a estrutura e o financiamento do SUS, mas não prevê participação da comunidade nas políticas de saúde, incluindo atividades de promoção da saúde.

D) Ambas as leis citadas tratam exclusivamente da regulamentação dos profissionais de saúde, sem mencionar a promoção de atividades físicas como parte das ações de saúde pública.

21. A Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) é uma diretriz do Sistema Único de Saúde (SUS) que orienta a organização da atenção primária à saúde no Brasil, incluindo ações de promoção da saúde, prevenção de doenças e qualidade de vida. Os profissionais de Educação Física desempenham um papel importante nas equipes de saúde ao promoverem práticas de atividade física como parte do cuidado integral. Com base na PNAB e sua relação com a promoção de saúde, é correto afirmar:

A) Os profissionais de Educação Física podem atuar na Estratégia Saúde da Família (ESF), realizando atividades de promoção da saúde e prevenção de doenças, integrando-se às ações das equipes multiprofissionais.

B) A PNAB suprime a atuação dos profissionais de Educação Física, exclusivamente na orientação de atividades físicas em academias privadas, com secessão das equipes de saúde da atenção básica e multiprofissionais.

C) A PNAB não contempla a promoção de atividade física, pois foca apenas no atendimento clínico e no tratamento de doenças já diagnosticadas.

D) A atuação do profissional de Educação Física, segundo a PNAB, é restrita à avaliação física dos pacientes, sem a contingência de desenvolver atividades educativas e preventivas.

22. No SUS, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) integram ações de cuidado e promoção da saúde, podendo ser desenvolvidas de forma multiprofissional; nesse contexto, é correto afirmar que:

A) são destinadas exclusivamente ao tratamento de doenças crônicas, sem finalidade preventiva ou de promoção da saúde.

B) devem substituir os tratamentos convencionais sempre que houver indicação de prática integrativa.

C) o trabalho multiprofissional refere-se à integração completa entre os saberes de diferentes áreas, em que as fronteiras entre as disciplinas são dissolvidas, formando um único campo de atuação.

D) são práticas restritas aos profissionais médicos e não podem integrar ações multiprofissionais na Atenção Primária à Saúde.

23. A atuação dos profissionais de Educação Física em contextos de saúde frequentemente exige o trabalho conjunto com outros profissionais, favorecendo abordagens interdisciplinares, transdisciplinares e multiprofissionais. Esses modelos de trabalho permitem uma visão mais ampla e integrada do cuidado com o paciente. Em relação a esses conceitos, é correto afirmar:

A) O trabalho multiprofissional refere-se à integração completa entre os saberes de diferentes áreas, em que as fronteiras entre as disciplinas são dissolvidas, formando um único campo de atuação.

B) A transdisciplinaridade é caracterizada pela colaboração entre profissionais de diferentes áreas, buscando construir uma compreensão conjunta e estratégias de cuidado que integrem conhecimentos de forma holística e colaborativa.

C) No trabalho interdisciplinar, cada profissional atua de forma isolada em suas competências, sem compartilhar informações ou estratégias de cuidado, focando, exclusivamente, em sua área de especialidade.

D) No trabalho multiprofissional, os profissionais de saúde trocam competências e conhecimentos livremente, atuando fora de seus campos específicos, para garantir a cobertura de todos os aspectos do cuidado com o paciente.

24. A atividade física regular, o esporte e as práticas corporais apresentam-se como instrumentos para promover a inclusão social em diferentes contextos. A criação de espaços inclusivos permite que indivíduos de todas as idades e condições física, mental, social e cultural participem e se beneficiem dessas atividades, oportunizando a socialização, fortalecendo o senso de pertencimento e a qualidade de vida. Em relação à criação de espaços de inclusão social por meio da atividade física, do esporte e do lazer, deve-se considerar que

A) a inclusão social, no contexto da atividade física, significa apenas adaptar os equipamentos para pessoas com deficiência, não sendo necessária a adaptação das metodologias de ensino e a capacitação dos profissionais.

B) a promoção de espaços inclusivos em atividades esportivas é voltada, exclusivamente, para crianças e adolescentes, uma vez que adultos e idosos são menos beneficiados pela prática de atividades em grupo.

C) as práticas corporais para inclusão social devem ser projetadas de forma que valorizem a diversidade e incentivem a interação entre os participantes, independentemente de suas habilidades físicas ou condições socioeconômicas.

D) a criação de espaços de lazer para inclusão social deve focar apenas em atividades de baixo impacto, carga e peso moderado e intensidade moderada, pois são as únicas adequadas para grupos variados.

25. A prática regular de atividade física é reconhecida como uma estratégia eficaz para a promoção da saúde mental, contribuindo para a prevenção e o manejo de condições como ansiedade e depressão. Profissionais de Educação Física têm um papel importante ao incentivar e orientar atividades que beneficiem o bem-estar psicológico dos praticantes. Em relação aos efeitos da atividade física na saúde mental, é correto afirmar:

A) A prática de atividade física tem impacto positivo exclusivo em condições físicas, não influenciando a saúde mental dos praticantes.

B) Exercícios de alta intensidade são os únicos tipos de atividade física que demonstram melhora nos sintomas de ansiedade e depressão, pois apenas eles liberam endorfina suficiente para produzir efeitos psicológicos.

C) A saúde mental só é beneficiada pela prática de atividades físicas em ambientes naturais, sendo pouco influenciada por exercícios em academias ou espaços fechados.

D) Atividades físicas regulares, como caminhadas, yoga e musculação, estão associadas a uma redução dos sintomas de ansiedade e depressão, promovendo a liberação de endorfina e o aumento do bem-estar.

26. A promoção da saúde, o lazer e a recreação são fundamentais para o bem-estar integral dos indivíduos, contribuindo para a qualidade de vida e o desenvolvimento social. Os profissionais de Educação Física desempenham um papel importante na criação e implementação de programas que incentivem práticas saudáveis e atividades recreativas, acessíveis a diferentes faixas etárias e perfis. Em relação às estratégias de promoção da saúde, lazer e recreação, é correto afirmar:

A) A promoção da saúde, no contexto do lazer e recreação, inclui atividades que incentivem a socialização, o relaxamento e o desenvolvimento motor, contribuindo para o equilíbrio físico e emocional dos praticantes.

B) Programas de lazer e recreação voltados à promoção da saúde devem ser planejados, exclusivamente, para crianças e adolescentes; para adultos e idosos, as atividades são especificamente treinos resistidos.

C) Atividades recreativas não são indicadas para a promoção da saúde, pois seu objetivo é apenas o entretenimento e não possuem impacto sobre a condição física ou mental dos praticantes.

D) A promoção da saúde por meio do lazer e recreação só é eficaz em programas que envolvam atividades de alta intensidade e exigência física, como esportes de competição.

27. A ginástica, a caminhada e a corrida são práticas físicas amplamente recomendadas para adultos e idosos, especialmente quando o objetivo é a promoção da saúde e a manutenção da qualidade de vida. Para que essas atividades sejam seguras e efetivas, é importante que o profissional de Educação Física considere princípios específicos no planejamento e orientação dos exercícios. Em relação aos princípios das práticas de ginástica, caminhada e corrida para adultos e idosos, o Educador Físico deve considerar que

A) a intensidade das atividades para idosos deve sempre ser máxima para que eles alcancem rapidamente os benefícios da atividade física, mesmo que não estejam habituados.

B) é recomendável, para adultos e idosos, priorizar a regularidade e a progressão gradual na intensidade e duração dos exercícios, visando adaptações seguras e contínuas para a promoção da saúde.

C) exercícios de ginástica para a promoção da saúde em idosos não precisam considerar o equilíbrio e a flexibilidade, uma vez que essas capacidades não interferem no bem-estar geral.

D) caminhadas e corridas são atividades adequadas para adultos, mas devem ser evitadas para idosos, pois a prática regular dessas atividades pode ser prejudicial à mobilidade e às articulações.

28. A Política Nacional de Humanização (PNH) do SUS visa fortalecer a atenção humanizada e integral aos usuários, promovendo práticas de acolhimento, escuta qualificada e cuidado integral. No contexto da Educação Física, os profissionais têm um papel importante na implementação de práticas que respeitem a singularidade e o bem-estar dos praticantes, especialmente em espaços de promoção de saúde e atividades físicas. Com base nos princípios dessa política, é correto afirmar:

A) A PNH propõe que os profissionais de saúde, incluindo os de Educação Física, priorizem apenas os aspectos físicos dos atendimentos, sem a obrigatoriedade de realizar o acolhimento com os usuários.

B) A PNH limita a atuação dos profissionais de Educação Física apenas ao ambiente hospitalar, onde eles devem seguir protocolos retesados e padronizados, sem a necessidade de conciliar o atendimento aos diferentes perfis de usuários.

C) Segundo a PNH, os profissionais de Educação Física não têm obrigatoriedade e responsabilidade na promoção da humanização, pois essa política é voltada, exclusivamente, para o atendimento médico e hospitalar.

D) Um dos princípios da PNH é o acolhimento, o que significa que os profissionais devem oferecer um ambiente seguro e respeitoso, ouvindo as necessidades e expectativas dos praticantes, antes de propor qualquer atividade física.

.

29. Na prevenção e no controle das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), a prescrição de atividade física deve considerar as condições clínicas e as características individuais do praticante; deve-se considerar que

A) a atividade física deve ser prescrita sem necessidade de acompanhamento, desde que o praticante conheça os exercícios.

B) pessoas com DCNT devem realizar somente exercícios de baixa intensidade, independentemente de sua condição clínica.

C) a prescrição é uma avaliação individual, segura, progressiva e com objetivos relacionados à condição de saúde.

D) a presença de hipertensão ou diabetes contraindica, de modo geral, a prática de exercícios físicos.

30. O desenvolvimento motor é um processo contínuo e dinâmico que envolve mudanças no comportamento motor ao longo da vida, influenciado por fatores biológicos, ambientais e socioculturais. A compreensão desse processo é essencial para a elaboração de programas de Educação Física que atendam às necessidades de diferentes faixas etárias e níveis de habilidade corporais. Sobre desenvolvimento motor e sua aplicação em programas de Educação Física, é correto afirmar:

A) O desenvolvimento motor ocorre de maneira uniforme para todos os indivíduos, independentemente de diferenças genéticas, ambientais ou socioculturais.

B) O foco do desenvolvimento motor em adultos deve ser exclusivamente em habilidades específicas, sem necessidade de considerar capacidades gerais, como equilíbrio ou coordenação.

C) Em programas de Educação Física para idosos, deve-se evitar atividades que desafiem a coordenação motora e o equilíbrio, pois podem aumentar o risco de quedas e lesões, ocasionando limitação de atividades físicas diárias.

D) Em programas de Educação Física para idosos, o trabalho de flexibilidade é recomendado, assim como a prática de atividades que estimulem a manutenção/aumento dessa capacidade, em dois dias na semana, com a duração mínima de dez minutos em cada dia.