



# Vestibular de Inverno 2015

## Prova 3 - Educação Física

### QUESTÕES OBJETIVAS

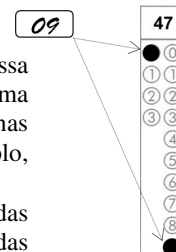
Nº DE ORDEM:

Nº DE INSCRIÇÃO:

NOME DO CANDIDATO:

### INSTRUÇÕES PARA A REALIZAÇÃO DA PROVA

- Confira os campos Nº DE ORDEM, Nº DE INSCRIÇÃO e NOME, que constam na etiqueta fixada em sua carteira.
- Confira se o número do gabarito deste caderno corresponde ao número constante na etiqueta fixada em sua carteira. Se houver divergência, avise imediatamente o fiscal.
- É proibido folhear o Caderno de Questões antes do sinal, às 9 horas.**
- Após o sinal, confira se este caderno contém 40 questões objetivas e/ou qualquer tipo de defeito. Qualquer problema, avise imediatamente o fiscal.
- Durante a realização da prova, é proibido o uso de dicionário, de calculadora eletrônica, bem como o uso de boné, de óculos de sol, de gorro, de turbante ou similares, de relógio, de celulares, de bips, de aparelhos de surdez, de MP3 *player* ou de aparelhos similares. É proibida ainda a consulta a qualquer material adicional.
- A comunicação ou o trânsito de qualquer material entre os candidatos é proibido. A comunicação, se necessária, somente poderá ser estabelecida por intermédio dos fiscais.
- O tempo mínimo de permanência na sala é de duas horas e meia, após o início da prova.
- No tempo destinado a esta prova (4 horas), está incluído o de preenchimento da Folha de Respostas.
- No caso de questão com mais de uma alternativa correta, lance na Folha de Respostas o número correspondente a essa alternativa correta. No caso de questão com mais de uma alternativa correta, a resposta a ser lançada corresponde à soma dessas alternativas corretas. Em qualquer caso o candidato deve preencher sempre dois alvéolos: um na coluna das dezenas e um na coluna das unidades, conforme o exemplo (do segundo caso) ao lado: questão 47, resposta 09 (soma, no exemplo, das alternativas corretas, 01 e 08).
- Se desejar ter acesso ao seu desempenho, transcreva as respostas deste caderno no "Rascunho para Anotação das Respostas" (nesta folha, abaixo) e destaque-o na linha pontilhada, para recebê-lo hoje, ao término da prova, no horário das 13h15min às 13h30min, mediante apresentação do documento de identificação. Após esse período, não haverá devolução, ou seja, esse "Rascunho para Anotação das Respostas" não será devolvido.
- Ao término da prova, levante o braço e aguarde atendimento. Entregue ao fiscal este caderno, a Folha de Respostas e o Rascunho para Anotação das Respostas.
- A desobediência a qualquer uma das determinações dos fiscais poderá implicar a anulação da sua prova.
- São de responsabilidade única do candidato a leitura e a conferência de todas as informações contidas no Caderno de Questões e na Folha de Respostas.



Corte na linha pontilhada.

### RASCUNHO PARA ANOTAÇÃO DAS RESPOSTAS – PROVA 3 – INVERNO 2015

Nº DE ORDEM:

NOME:

Educação Física

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20



UEM – Comissão Central do Vestibular Unificado

## GABARITO 1

# EDUCAÇÃO FÍSICA

## Questão 01

As alterações metabólicas no organismo ocorrem devido a diferentes fatores relacionados à atividade física. Em relação ao assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) A atividade física representa a variável mais importante na prevenção das alterações metabólicas decorrentes da obesidade diretamente relacionadas às doenças crônicas, como hipertensão arterial, diabetes e dislipidemias.
- 02) A fase aguda do treinamento com pesos (musculação) em pacientes diabéticos aumenta os níveis plasmáticos de leptina.
- 04) Os níveis plasmáticos de leptina são elevados em obesos quando comparados com os níveis de pessoas magras que praticam atividade física.
- 08) Não existem resultados conclusivos dos efeitos do exercício aeróbico sobre os níveis plasmáticos de leptina em humanos.
- 16) A ghrelina é um hormônio secretado pelas células do tecido adiposo, cuja ação no organismo sofre influência do exercício físico.

## Questão 02

Sobre esportes, assinale o que for **correto**.

- 01) O tênis de mesa é um esporte de rede que faz uso de raquetes, assim como fazem uso o tênis de campo, o badminton e a peteca.
- 02) No tênis de campo, *top spin* e *slice* são golpes de rede, enquanto que voleios são golpes de fundo de quadra.
- 04) O badminton pode ser disputado em formato individual, em duplas (femininas e masculinas) e em duplas mistas.
- 08) O tênis de campo, que é uma modalidade esportiva praticada na Inglaterra desde o século XIX até hoje, teve dois grandes atletas brasileiros com reconhecimento mundial: a tenista Maria Esther Bueno, que conquistou os principais torneios mundiais da modalidade, e o tenista Gustavo Kuerten, que chegou à posição de número 1 do mundo, ampliando a popularidade desse esporte no Brasil.
- 16) O atletismo é uma modalidade esportiva disputada desde os Jogos Olímpicos da Antiguidade e, atualmente, é composto por provas de pista, provas de campo, corridas de rua ou pedestrianismo, marcha atlética (de rua e de pista), *cross country* e corridas em montanhas.

## Questão 03

A competitividade extrema e a busca por melhores resultados de performance e de melhora no rendimento são comportamentos característicos de atletas que, por vezes, para atingir tais objetivos, fazem uso ilícito de drogas (*doping*). Em relação ao assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) O controle de *doping* no esporte de alto nível é regulamentado pelo Comitê Olímpico Internacional, pelas Federações Internacionais e, mais recentemente, pela WADA-AMA – Agência Mundial Anti-Doping.
- 02) O uso de substâncias para melhorar o desempenho esportivo remonta a séculos, sendo os gregos lembrados pelo uso de chá de ervas e de cogumelos e os chineses pelo uso da efedrina (substância que acelera o metabolismo) para o alcance desse objetivo.
- 04) Após ter sido flagrado, em 2013, em exame antidoping, Anderson Silva, brasileiro, lutador de MMA, repete o fato em 2015.
- 08) O controle do *doping* existe há aproximadamente 40 anos, sendo anualmente alterada a lista de substâncias e métodos proibidos para todas as modalidades e países.
- 16) Os mecanismos internacionais de controle aceitam o *doping* unicamente como alternativa válida para a cura de enfermidades ligadas ao esporte de alto rendimento.

## Questão 04

O envelhecimento provoca alteração na massa corporal. Sobre esse efeito (ou alteração) em mulheres, assinale o que for **correto**.

- 01) Os efeitos deletérios da idade em mulheres provocam alterações na massa corporal total, porém a massa magra permanece inalterada.
- 02) Em mulheres idosas, a circunferência abdominal é um indicador frágil em relação aos fatores de risco cardiovascular.
- 04) O envelhecimento leva à redistribuição e à centralização da gordura abdominal em mulheres.
- 08) O aumento da adiposidade em mulheres está associado inversamente à idade, pois nas primeiras décadas do envelhecimento há aumento da massa gorda e, nas décadas tardias desse processo, ocorre a diminuição da adiposidade, quadro que se estabiliza em torno dos 70 anos de idade.
- 16) As mulheres menopausadas apresentam menores valores de índice de massa corporal (IMC) quando comparadas a mulheres mais jovens.

**Questão 05**

A investigação das danças antigas permite a compreensão de como elas auxiliaram os seres humanos no desenvolvimento de suas formas expressivas e no conhecimento da natureza, da cultura, das questões religiosas. Sobre o assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) A dança ocupava papel importante na vida do cidadão grego, sendo realizada em inúmeras ocasiões, a exemplo das celebrações aos deuses e dos treinamentos militares de preparação para guerras.
- 02) Na Idade Média, a Igreja proibiu toda e qualquer manifestação corporal, inclusive a dança, vinculando-a ao pecado.
- 04) A dança de Shiva é uma das mais importantes danças indianas mantidas até hoje, cuja representação está ligada à criação do universo e ao cuidado com o mundo para mantê-lo sempre em harmonia.
- 08) Os egípcios dançavam por várias razões, e uma delas era para homenagear o pequeno deus *Bés* (deus ligado à fertilidade), cuja dança era marcada por cambalhotas e também por caretas, com o objetivo de assustar os maus espíritos.
- 16) A dança ligada à deusa Ísis (deusa do arco-íris) tem sua origem na cultura japonesa e simboliza a busca do corpo da deusa pelo irmão mais velho para queimá-lo numa pira, de modo que o irmão pudesse ressuscitar numa outra vida.

**Questão 06**

Marque o que for **correto** acerca do voleibol e de suas características técnicas.

- 01) O ataque, no voleibol, é um fundamento que contribui para a obtenção de pontos, porém existem outros fundamentos que se constituem como elementos mais fortes no resultado final de uma partida.
- 02) Quando a recepção de qualidade excelente predomina nas ações de jogo, há melhor possibilidade de ataque e maior chance de finalização correta.
- 04) O sistema de bloqueio é considerado a primeira linha defensiva e, independentemente de sua formação e coesão, sempre diminui a eficácia do ataque da equipe adversária.
- 08) Com as alterações na forma de se jogar voleibol e o elevado nível de desempenho no ataque, para o atleta torna-se relevante atacar com mais força, adaptando-se às necessidades da equipe a fim de torná-la mais competitiva.
- 16) O voleibol feminino mostra-se muito parecido com o masculino, especialmente no tempo de ataque rápido, com poucas bolas colocadas e com predomínio do jogo de sustentação.

**Questão 07**

Com base nas dimensões histórico-sociais e políticas da educação física e de suas manifestações corporais, no período em que a Alemanha foi governada pelo partido nacional-socialista de Hitler, assinale o que for **correto**.

- 01) O partido nacional-socialista de Hitler criou um sofisticado sistema de escolas para preparar líderes, no qual a educação de corpos saudáveis foi prioridade.
- 02) A formação das moças nas BDM's – Aliança das Jovens Alemãs – deveria acontecer de acordo com a ideologia do Führer e, além de excursões pelo campo, essa formação incluía apresentações ao ar livre de ginástica moderna com maças e bola.
- 04) Os jovens, no ideal nacional-socialismo, eram profissionalmente capazes, disciplinados e entusiastas da ordem ditatorial, sendo seduzidos pelos esportes e pelo lazer proporcionados por acampamentos de verão, em que lhes eram prometidas distrações atrativas com cantos, música, interpretações teatrais, romantismo ao redor de fogueiras, sessões de passeio de moto e regatas de veleiros, experiências nem sempre possíveis no cotidiano familiar do jovem alemão, sem a interferência do estado.
- 08) As Olimpíadas de 1936 foram realizadas na Alemanha no período do governo nacional-socialista de Hitler, embora não tenham sido influenciadas pela ideologia do Führer, haja vista que, naquele momento, adotou-se e cumpriu-se o discurso de que este evento era dos atletas e não do governo.
- 16) No governo de Hitler, as meninas alemãs que participavam das BDM's – Aliança das Jovens Alemãs – eram livres quanto ao domínio de seu corpo e à escolha de gerar ou não filhos para a pátria.

**Questão 08**

Sobre esportes de invasão, assinale o que for **correto**.

- 01) O basquetebol feminino teve seu início com a professora de educação física Sara Berenson, a qual adaptou as regras criadas por James Naismith.
- 02) Na construção histórico-cultural dos estereótipos sexuais, a educação física, por meio dos esportes, constitui campo no qual, por excelência, acentuam-se de forma hierarquizada as diferenças entre homens e mulheres.
- 04) O basquetebol organizado para pessoas com deficiência, conhecido por basquetebol em cadeira de rodas, tem sua origem atrelada ao término da Primeira Guerra Mundial, quando ex-soldados do exército alemão, feridos em guerra, passaram a praticar a modalidade.
- 08) O handebol foi uma modalidade esportiva criada apenas para prática masculina, embora, com o tempo, tenha ganhado a adesão das mulheres.
- 16) A equipe brasileira masculina de handebol já obteve o título de campeã mundial na modalidade, enquanto que a equipe feminina nunca alcançou este título.

**Questão 09**

Nas décadas do século XXI, a comunidade científica tem estudado de maneira atenta questões que envolvem a saúde no contexto da educação física escolar. Sobre o assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) Na atualidade, existe a preocupação em conhecer novas possibilidades (de tratar o conteúdo saúde na educação física escolar) que não utilizem exclusivamente o paradigma médico-biológico, mas também o suporte teórico das ciências humanas e sociais.
- 02) Desde o período higienista, são tratados, na educação física escolar, os aspectos relacionados à história da saúde, como epidemiologia, funções da atividade física e alastramento de doenças.
- 04) O paradigma da atividade física e saúde tem suas raízes no período higienista, quando o papel da educação física na escola era propor atividades que fizessem com que os indivíduos tivessem corpos fortes e vigorosos para o enfrentamento de longas rotinas de trabalho.
- 08) A associação dos conteúdos da educação física com conceitos políticos e sociais é tradicional na escola, já que esta área de conhecimento (educação física), desde o século XIX, tem seus fundamentos científicos ancorados nas ciências humanas e sociais.
- 16) Ao discutir os fatores que envolvem a saúde, é importante que o professor considere a realidade dos alunos, associando os conteúdos às situações rotineiras que fazem parte da sociedade.

**Questão 10**

Marque o que for **correto** sobre os níveis de ansiedade nos esportes individuais e coletivos.

- 01) Os atletas, em geral, têm seus melhores resultados em competições difíceis, pois o nível de ansiedade não é afetado no momento em que as situações competitivas são interpretadas como ameaçadoras.
- 02) A ansiedade é vista como uma das principais variáveis que interfere no desempenho do atleta.
- 04) No cenário esportivo, a ansiedade refere-se a um estado emocional transitório ou a uma condição do organismo humano caracterizada por sentimentos desagradáveis de tensão e pelo aumento da atividade neural no sistema nervoso autônomo.
- 08) Tanto os esportes coletivos quanto os esportes individuais geram os mesmos níveis de ansiedade cognitiva e somática.
- 16) Atletas do sexo feminino apresentam os mesmos níveis de ansiedade e de percepção de ameaça que os atletas do sexo masculino.

**Questão 11**

Marque o que for **correto** sobre o jogo.

- 01) Embora o ingresso do indivíduo no jogo seja voluntário (escolhe jogar ou não), sua saída não o é, na medida em que a normativa social do jogo prevê que o jogador, ao integrá-lo, participe dele até o seu fim.
- 02) A frivolidade e o êxtase são dois polos que limitam o âmbito do jogo, ou seja, se o jogador extrapola o êxtase (o prazer, a emoção e o deslumbre), deixa de jogar, e o mesmo acontece se encara o jogo com desprezo (frivolidade).
- 04) Além dos limites temporais e espaciais, o jogo não requer regras que possibilitem uma ordem em meio à desordem harmônica característica do jogo em geral.
- 08) No conceito do jogo, outra característica é a agradável sensação de arrebatamento possibilitada pelo ritmo e pela harmonia cativantes.
- 16) O jogo pode ser entendido como um sistema complexo, cujas características não podem ser reduzidas a partes isoladas.

**Questão 12**

A representação social do corpo está relacionada, entre outros aspectos, à saúde, à estética, ao movimento e à forma como a beleza é construída historicamente. Sobre o assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) A representação social do corpo tem densa relação com a saúde, mas não se vincula à dimensão estética.
- 02) A percepção do indivíduo sobre sua imagem corporal constitui elemento fundamental para a compreensão das representações subjetivas do corpo.
- 04) A imagem corporal é uma representação mental que os indivíduos têm do tamanho e da forma do seu corpo, representação que se constitui pela influência de fatores históricos, culturais, sociais, individuais e biológicos.
- 08) Há uma ditadura imposta pela mídia que torna as mulheres obsessivas em relação à alimentação e à atividade física, enquanto que homens e crianças estão isentos dessa influência, pois não são foco da indústria da estética corporal.
- 16) A imagem externa do corpo é um mediador do lugar social no qual o indivíduo está inserido, bem como um mediador do conhecimento de si e do outro.

**Questão 13**

Assinale o que for **correto** na relação entre saúde, sedentarismo e atividade física.

- 01) Na atualidade, o sedentarismo tem alta prevalência na população em geral, com exceção da população feminina que é o grupo que mais pratica atividade física regularmente.
- 02) No Brasil, na última década, o excesso de peso de seus habitantes vem crescendo em todas as regiões do país e tem relação direta com a falta de atividade física regular.
- 04) Quando consideramos apenas a atividade física realizada nas horas de lazer, grande parcela da população é considerada fisicamente ativa.
- 08) Em mulheres com mais de 60 anos, a prevalência de obesidade e sedentarismo é semelhante à dos homens na mesma faixa etária.
- 16) O sedentarismo contribui para o aumento dos transtornos metabólicos relacionados à obesidade, à diabetes e à resistência à insulina.

**Questão 14**

Sobre tempo livre, atividades de lazer e seu papel na vida do ser humano, marque o que for **correto**.

- 01) Na atualidade, as diversas camadas sociais e os diferentes setores da sociedade vêm experimentando profundas transformações sociais e econômicas, as quais produzem mudanças significativas no padrão e na quantidade de tempo livre disponível para o indivíduo usufruir.
- 02) Lazer e tempo livre são sinônimos, pois ambos são o tempo liberto das obrigações do trabalho.
- 04) A definição do lazer como direito social na Constituição Brasileira de 1988 é resultante de ato político realizado pelos trabalhadores, sendo eles os responsáveis por essa conceituação.
- 08) A educação para o lazer pode servir como meio de ampliação e de desenvolvimento do espírito crítico, sobretudo quando usada como ferramenta de defesa contra a homogeneização e a internacionalização dos conteúdos veiculados pelos diversos meios de comunicação de massa.
- 16) As atividades de tempo livre e de lazer podem ser classificadas em duas categorias: trabalho e repouso.

**Questão 15**

Assinale o que for **correto** sobre ginásticas.

- 01) A Ginástica para Todos tem a promoção do lazer como uma de suas finalidades.
- 02) Aeróbica, localizada, alongamento, *jump bike*, *jump fit*, *bio bike*, *runner sculpt* são exemplos de ginásticas de condicionamento físico, veiculadas na mídia por sua relação com a condição física e com a manutenção da saúde.
- 04) A *Aesthetics Gymnastics* é classificada como ginástica demonstrativa.
- 08) O ensino da ginástica acrobática requer a utilização de espaço e de materiais específicos, como argolas e cavalo com alças.
- 16) Ante o poderio da indústria cultural na sedução de pessoas para o consumo, cabe ao professor levantar questões com seus alunos acerca do uso da ginástica como produto veiculado pela mídia, que a difunde como meio de se atingir o padrão de corpo ideal, estabelecido por interesses de mercado.

**Questão 16**

Assinale o que for **correto** sobre mídia, padrão de beleza e sua relação com as diversas práticas corporais.

- 01) A mídia divulga um padrão de corpo único, branco, jovem, musculoso e, especialmente, no caso do corpo feminino, magro, o que acaba por desprezar a riqueza de corpos e de etnias próprias da configuração identitária brasileira.
- 02) Na história da humanidade, o padrão de corpo veiculado pela mídia impressa sempre esteve associado à prática do exercício físico.
- 04) Em idosos, a prática regular de atividade física contribui para a melhora da saúde geral, entretanto não altera nem melhora a autoimagem e a autoestima.
- 08) A mídia contribui para a procura de centros especializados de treinamento, uma vez que revistas, jornais e televisão divulgam como corpos perfeitos os “malhados”.
- 16) Na atualidade, a chamada “boa aparência” é fundamental, inclusive no mundo do trabalho, sendo esta associada a um ideal de beleza que se relaciona, entre outros aspectos, a exercícios físicos e a tratamentos estéticos.

**Questão 17**

Assinale o que for **correto** sobre aspectos históricos, culturais e esportivos das lutas.

- 01) Nas lutas, os praticantes se enfrentam em caráter de oposição, segundo objetivos que podem variar de acordo com cada modalidade, a exemplo do *taekwondo*, em que a meta é atingir determinada parte do corpo para pontuar, e do *sumô*, em que o atleta deve segurar a pessoa para retirá-la de um determinado espaço.
- 02) As lutas e as brigas possuem a mesma conceituação e as mesmas finalidades, sendo orientadas por regras, pelo respeito entre os praticantes e pela organização social.
- 04) Existem modalidades de lutas tais como *wrestling*, *sumô* e *boxe* que utilizam implementos.
- 08) As lutas podem ser classificadas, com relação ao oponente, em curta distância, média distância e longa distância.
- 16) No ensino de lutas, é importante que meninos e meninas lutem juntos, buscando refletir e discutir o valor de se viver e lutar unidos em sociedade, especialmente para romper com o conceito estabelecido culturalmente de que meninas não devem lutar.

**Questão 18**

Sobre o futebol, assinale o que for **correto**.

- 01) No contexto esportivo brasileiro, o futebol é o esporte com maior popularidade e o que tem recebido maior atenção do contexto mais amplo da sociedade.
- 02) A subjetividade encontrada no imaginário coletivo acerca do futebol nos remete às ideias de disciplina e de ordem.
- 04) O futebol não é ideológico em si mesmo, mas se torna na medida em que é utilizado em determinado contexto social, no sentido de transmitir verdades e valores de uma determinada concepção que se pretende tornar hegemônica.
- 08) Em 1970, a Copa do Mundo de Futebol foi transmitida, pela primeira vez, pelo rádio, diretamente da Europa para o Brasil.
- 16) A Copa de 1970 é um exemplo clássico de utilização do futebol com fins político-ideológicos, quando o então presidente Médici foi promovido a torcedor número um do Brasil e passou a ser assíduo frequentador das tribunas de honra dos estádios.

**Questão 19**

As práticas corporais relacionadas às atividades de aventura têm se tornado uma característica da atualidade. Sobre o assunto, assinale o que for **correto**.

- 01) *Slackline* e *trekking* são modalidades de aventura praticadas no ar.
- 02) Historicamente, o ser humano criou técnicas e equipamentos necessários para a superação de obstáculos naturais, equipamentos que serviram de base para as práticas corporais de aventura realizadas na atualidade por esportistas ou por interessados nessas práticas em finais de semana.
- 04) A aproximação da abordagem de educação ambiental e das atividades de aventura permite a ampliação do caráter educacional dessas práticas e o desenvolvimento de competências relevantes para a melhoria e para a manutenção da qualidade do meio ambiente.
- 08) *Stand up paddle* e *paragliding* são modalidades de aventura praticadas em terra.
- 16) Esportes californianos, esportes técnico-ecológicos, esportes em liberdade, esportes selvagens e esportes radicais são também conhecidos como práticas corporais de aventura.

**Questão 20**

Sobre estilo de vida, marque o que for **correto**.

- 01) Até pouco tempo, muitas pesquisas sobre adesão ao exercício focalizavam pessoas que já haviam iniciado programas de exercícios ou de controle de peso e, portanto, foram desenvolvidos para melhorar a aderência em longo prazo. Recentemente reconheceu-se que esforços devem dirigir-se também a uma população maior que ainda não iniciou um programa de exercício.
- 02) Os indivíduos obesos são estimulados pela mídia à prática regular de exercício físico, mas desencorajados por profissionais da saúde, que reforçam os riscos que eles correm com essa prática.
- 04) Para que os exercícios sejam úteis na manutenção da perda de peso é necessário que o indivíduo obeso adote um programa de exercício, mas também o mantenha por longo prazo.
- 08) A falta de tempo, embora seja uma variável na adesão aos programas de exercício, não está entre as principais dificuldades para que o indivíduo realize uma prática sistemática de atividade física.
- 16) Exercício de curta duração e com intensidade moderada durante o decorrer do dia não é uma estratégia adequada para superar a questão da falta de tempo para a prática de atividade física.



UEM

Comissão Central do Vestibular Unificado