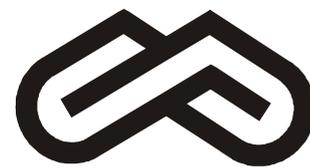


CADERNO

407



Unimontes
EVOLUINDO O CURSO DA VIDA

**PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO PARA CONTRATAÇÃO
DE PESSOAL - MUNICÍPIO DE CURRAL DE DENTRO-MG**

Educador Físico

PROVAS DE CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS E LÍNGUA PORTUGUESA

NOME:

Nº DO PRÉDIO:

SALA:

ASSINATURA

COTEC
COMISSÃO
TÉCNICA DE
CONCURSOS

ORIENTAÇÕES IMPORTANTES

- 01 - Este caderno contém questões do tipo múltipla escolha.
- 02 - Verifique se o caderno contém falhas: folhas em branco, má impressão, páginas trocadas, numeração errada, etc. Encontrando falhas, levante a mão. O Fiscal o atenderá e trocará o seu caderno.
- 03 - Cada questão tem 4 (quatro) alternativas (A - B - C - D). Apenas 1 (uma) resposta é correta. Não marque mais de uma resposta para a mesma questão, nem deixe nenhuma delas sem resposta. Se isso acontecer, a questão será anulada.
- 04 - Para marcar as respostas, use preferencialmente caneta esferográfica com tinta azul ou preta. **NÃO** utilize caneta com tinta vermelha. Assinale a resposta certa, preenchendo toda a área da bolinha ●.
- 05 - Tenha cuidado na marcação da Folha de Respostas, pois ela não será substituída em hipótese alguma.
- 06 - Confira e assine a Folha de Respostas, antes de entregá-la ao Fiscal. **NA FALTA DA ASSINATURA, A SUA PROVA SERÁ ANULADA.**
- 07 - Não se esqueça de assinar a Lista de Presenças.
- 08 - Após UMA HORA, a partir do início das provas, você poderá retirar-se da sala, SEM levar este caderno.
- 09 - Após DUAS HORAS, a partir do início das provas, você poderá retirar-se da sala, levando este caderno.

DURAÇÃO DESTAS PROVAS: TRÊS HORAS

OBS.: Candidatos com cabelos longos deverão deixar as orelhas totalmente descobertas durante a realização das provas. É proibido o uso de boné.

PROVA DE CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS
Questões numeradas de 01 a 15

QUESTÃO 01

Leia o fragmento de texto abaixo.

“Consiste na prática de várias habilidades sem uma ordem específica, envolvendo a prática não repetitiva de diferentes classes de movimentos, auxiliando na aprendizagem por meio da relembração das estratégias das ações.”

O fragmento de texto apresentado faz referência à:

- A) Transferência de aprendizagem.
- B) Prática randômica.
- C) Prática constante.
- D) Teoria do esquema.

QUESTÃO 02

Em I, II e III são feitas afirmações acerca da aprendizagem das habilidades motoras. Analise-as.

- I - O fornecimento de informações ao praticante da habilidade motora sobre dados quantitativos do movimento caracteriza o que chamamos de conhecimento de performance.
- II - Não existe relação entre o nível de automatização da habilidade motora e a maior ou menor dependência do *feedback* intrínseco ou extrínseco.
- III - Considerando a “habilidade motora padrão”, quando o executante recebe, comumente após o término da ação, informações sobre o movimento executado, está caracterizado o conhecimento de resultados.

Acerca do exposto é **CORRETO** afirmar:

- A) Apenas III apresenta uma afirmação incorreta.
- B) Apenas II apresenta uma afirmação incorreta.
- C) Somente I apresenta uma afirmação incorreta.
- D) I, II e III apresentam afirmações corretas.

QUESTÃO 03

A ocorrência da fadiga durante a prática exercícios físicos envolve fatores centrais e periféricos aumentando, dessa maneira, a complexidade desse fenômeno. Estudos a respeito da fadiga central apontaram diversos neurotransmissores envolvidos na sua ocorrência, como também revelaram diversas estratégias nutricionais para atenuá-la.

Sobre o assunto abordado, analise as afirmativas abaixo e assinale a **CORRETA**.

- A) O aumento do triptofano livre inibe a instalação da fadiga, já que aumenta a síntese de serotonina.
- B) No exercício prolongado como uma maratona, a oxidação de leucina, isoleucina e valina, para geração de energia, previne a ocorrência da fadiga central por poupar o glicogênio muscular esquelético.
- C) A dopamina pode retardar a instalação da fadiga central mediante a inibição da síntese de serotonina.
- D) A razão entre a concentração plasmática de aminoácidos de cadeia ramificada e a concentração plasmática de triptofano livre não interfere na ocorrência da fadiga central.

QUESTÃO 04

Um pesquisador submeteu dois grupos de voluntários a duas estratégias de treinamento físico. Ao longo das 36 sessões de treinamento, o volume e intensidade de treino foram sendo ajustadas. Antes e após o período de treinamento, foram feitas dosagens da glicemia de jejum, colesterol total, colesterol fracionado e aferição da pressão arterial.

Tendo como referência a aptidão física voltada para a saúde, a situação apresentada e os conhecimentos associados, é **CORRETO** deduzir que:

- A) O pesquisador tinha como objetivo verificar os efeitos das duas estratégias de treino nos componentes da dimensão patológica da aptidão física voltada para a saúde.
- B) O pesquisador tinha como objetivo verificar os efeitos das duas estratégias de treino nos componentes da dimensão funcional-motora da aptidão física voltada para a saúde.
- C) O pesquisador tinha como objetivo verificar os efeitos das duas estratégias de treino nos componentes da dimensão fisiológica da aptidão física voltada para a saúde.
- D) O pesquisador tinha como objetivo verificar os efeitos das duas estratégias de treino nos componentes da dimensão morfológica da aptidão física voltada para a saúde.

QUESTÃO 05

As medidas antropométricas podem ser usadas com diferentes finalidades e por diferentes profissionais da saúde. Podem ser usadas para avaliar o estado nutricional, para calcular a dosagem de um medicamento, para verificar os efeitos de um período de treinamento físico, entre outros objetivos.

Acerca do assunto abordado, analise as alternativas abaixo e assinale aquela que apresenta somente medidas lineares transversais.

- A) Diâmetro bitrocantariano, diâmetro do fêmur e envergadura.
- B) Altura total, altura de vértex e circunferência da cintura.
- C) Circunferência do quadril, circunferência da coxa, superfície corporal.
- D) Dobras cutâneas, peso corporal, estatura e circunferências em geral.

QUESTÃO 06

De acordo com o Art. 2.º do Decreto n.º 7.508, de 28 de junho de 2011, o “espaço geográfico contínuo constituído por agrupamentos de Municípios limítrofes, delimitado a partir de identidades culturais, econômicas e sociais e de redes de comunicação e infraestrutura de transportes compartilhados, com a finalidade de integrar a organização, o planejamento e a execução de ações e serviços de saúde”, constitui o(a):

- A) Rede de atenção à saúde.
- B) Mapa da saúde.
- C) Comitê organizativo da saúde.
- D) Região de saúde.

QUESTÃO 07

Considere a prescrição de exercícios para um indivíduo que sofreu transplante cardíaco e atente-se principalmente à seguinte informação: o coração doado é desprovido da inervação simpática e parassimpática.

Com base no exposto, é **CORRETO** afirmar:

- A) A ausência da inervação simpática não compromete a capacidade de adaptação ao exercício, pois as catecolaminas oriundas da medula adrenal suprem igualmente essa limitação.
- B) Após o término do exercício, a frequência cardíaca retorna rapidamente à condição pré-esforço devido à ausência das inerações simpática e parassimpática.
- C) A taquicardia no repouso pode ser explicada pela ausência da inervação parassimpática.
- D) A bradicardia no repouso é fruto da ação da noradrenalina nos receptores adrenérgicos nas fibras musculares ventriculares.

QUESTÃO 08

A epidemiologia da atividade física vem, nas últimas décadas, recebendo um impulso adicional no que diz respeito ao volume de publicações sobre as diversas associações e relações que compõe seu corpo de estudo. Em I, II e III são apresentadas, na forma de temas/títulos, possíveis relações e associações que compõem as pesquisas na área da epidemiologia da atividade física. Analise-as.

I - Influência dos pais na prática de exercícios físicos por parte dos filhos.

II - Associação entre a jornada de trabalho e a escolha do horário para prática de exercícios físicos.

III - Conhecimento dos taxistas da cidade de Belo Horizonte-MG sobre a importância do exercício físico na prevenção de doenças cardiometabólicas.

A partir do exposto, é **CORRETO** afirmar:

- A) Somente I e II apresentam temáticas coerentes com as pesquisas desenvolvidas na área da epidemiologia da atividade física.
- B) I, II e III apresentam temáticas que podem ser exploradas na área da epidemiologia da atividade física.
- C) Apenas I apresenta uma temática que pode ser investigada pela epidemiologia da atividade física.
- D) I, II e III não apresentam temáticas que podem ser pesquisadas na área epidemiologia da atividade física.

QUESTÃO 09

Ao elaborar um programa de treinamento físico, você pode modificar a intensidade e volume do treino manipulando diferentes variáveis.

Analise as alternativas abaixo e assinale aquela que apresenta somente variáveis referentes à intensidade do treinamento.

- A) Velocidade de execução do movimento - intervalo de recuperação entre exercícios.
- B) Frequência semanal de treino - número de repetições de um movimento.
- C) Distância total percorrida - número de exercícios na ficha de musculação.
- D) Número de sessões diárias de treino - amplitude de movimento.

QUESTÃO 10

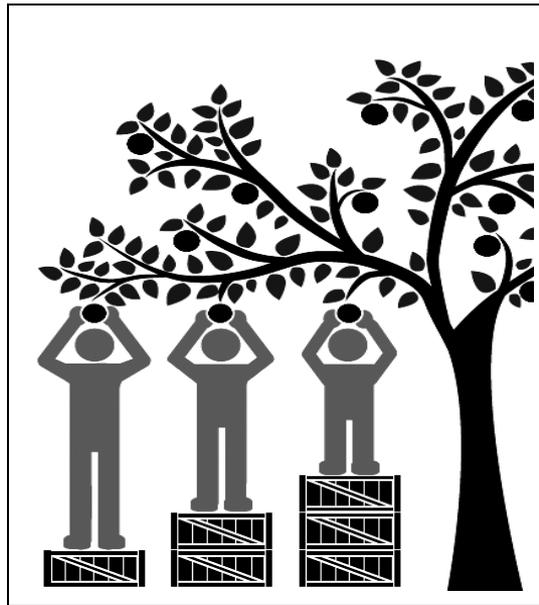
O treinamento de força é uma das intervenções que podem contribuir para a preservação da integridade do sistema músculo-esquelético.

Nas alternativas abaixo, são elencados alguns efeitos desse tipo de treinamento. Analise-as e assinale aquela que apresenta um efeito incoerente com o treino de força.

- A) Aumento e/ou preservação da massa óssea.
- B) Diminuição dos sarcômeros em série e em paralelo.
- C) Melhora na estabilidade das articulações envolvidas no treinamento.
- D) Melhora no equilíbrio estático e dinâmico.

QUESTÃO 11

A imagem abaixo exemplifica um dos princípios adotados pela Política Nacional de Promoção de Saúde. Analise-a e assinale a alternativa que apresenta **corretamente** o princípio em questão.



(Fonte: http://www.communityview.ca/images/2014_health_equity_SHR_health_equity.png. Acesso em 18/03/2016.)

- A) Igualdade.
- B) Autonomia.
- C) Sustentabilidade.
- D) Equidade.

QUESTÃO 12

As estratégias adotadas para que as ações de promoção da saúde alcancem a concretude esperada são baseadas no respeito aos valores, princípios, objetivos e diretrizes da Política Nacional de Promoção da Saúde. Conjuntamente essas estratégias são denominadas eixos. Um dos eixos diz respeito à “priorização de processos democráticos e participativos de regulação e controle, de planejamento, de monitoramento, de avaliação, de financiamento e de comunicação”.

O eixo caracterizado no trecho sublinhado é o da:

- A) Articulação e cooperação intra e intersectorial.
- B) Vigilância, monitoramento e avaliação.
- C) Gestão.
- D) Comunicação social e mídia.

QUESTÃO 13

A Portaria n.º 2.669, de 03 de novembro de 2009, estabelece as prioridades, objetivos, metas e indicadores de monitoramento e avaliação do Pacto pela Saúde, nos componentes pela Vida e de Gestão, e as orientações, prazos e diretrizes do seu processo de pactuação para o biênio 2010 - 2011.

Em I, II, III e IV são apresentadas possíveis prioridades do Pacto pela Saúde, no componente Pacto pela Vida, para o biênio 2010 – 2011. Analise-as.

I - Saúde do homem.

II - Controle do câncer de colo de útero e de mama.

III - Saúde do trabalhador.

IV - Redução da mortalidade infantil e materna.

Acerca do exposto, é **CORRETO** afirmar:

A) As prioridades apresentadas em I e II não fazem parte do Pacto pela Saúde explicitado na referida portaria.

B) Somente as prioridades apresentadas em I, II e IV fazem parte do Pacto pela Saúde/Pacto pela Vida explicitado na referida portaria.

C) Apenas III e IV apresentam prioridades mencionadas na referida portaria.

D) I, II, III e IV apresentam prioridades mencionadas na referida portaria.

QUESTÃO 14

A hidrometria, a antropometria e a tomografia computadorizada são métodos para avaliação da composição corporal respectivamente classificados como:

A) Indireto - duplamente indireto – indireto.

B) Direto - indireto – direto.

C) Indireto - indireto – direto.

D) Duplamente direto - duplamente indireto – direto.

QUESTÃO 15

Antes de inserção num programa de exercícios físicos, é muito importante a realização de uma avaliação física (funcional) do futuro praticante. Quando desejamos avaliar uma pessoa, devemos sempre levar em conta os critérios de autenticidade científica associados ao teste selecionado.

Uma das alternativas abaixo apresenta **corretamente** esses critérios. Assinale-a.

A) Fidedignidade, validade e objetividade.

B) Validade, custo e operacionalização.

C) Objetividade, confiabilidade e custo.

D) Facilidade de aplicação, custo e fidedignidade.

PROVA DE LÍNGUA PORTUGUESA

Questões numeradas de 16 a 25

INSTRUÇÃO: Leia, com atenção, o texto abaixo para responder às questões que se seguem.

O PODER DA ALEGRIA

1 As tardes de sábado eram ansiosamente esperadas pela pequena Meiry Ito. De vestidinho rosa, ela e as irmãs, Marilda, Márcia, Miltes, Miriam, Marta e Marly, de mãos dadas com o caçula, Milton, seguiam os passos rápidos do pai rumo ao galpão onde eram projetados filmes para os plantadores de chá e comerciantes de Registro, cidadezinha do interior de São Paulo às margens do Rio Ribeira de Iguape. Feliz, acomodava-se na
5 palha macia destinada às crianças enquanto a mãe distribuía para os filhos os motis, bolinhos de arroz, retirados com cuidado da *furoshiki*, a trouxa multicolorida de pano usada pelos descendentes de japoneses da região. Era um instante de sublime contentamento. “Não tínhamos nada, nada, nada, mas a alegria daquele momento é inesquecível”, lembra ela, que completou 84 anos em fevereiro. Naquele cinema improvisado, a fita de celuloide do filme rompia-se constantemente e só era possível sentar onde as goteiras do teto não pingavam. Mas
10 Meiry experimentava ali uma plenitude: estarem todos juntos na expectativa do filme, comer as delícias preparadas pela mãe e ser invadida pelo sabor do que era especial e único durante toda a semana proporcionavam um prazer indizível para ela. Até hoje, ao lembrar dessa cena, seus olhos brilham e seu rosto se abre num largo sorriso. Por alguns momentos, ela tem novamente 8 anos de idade.

15 Quem de nós não tem na memória momentos de infinita alegria na infância? Temos uma predisposição natural para sermos alegres nesse período. Nossas lembranças de momentos felizes são tão abundantes e plenas, nos primeiros anos de vida, que é fácil identificar numerosas imagens que a traduzem: mergulhar na onda para pegar jacaré, pular corda, balançar, brincar de pique, viajar... Com a idade, porém, os bons momentos costumam escassear. E são cada vez mais intercalados por emoções como tristeza, desencanto, amargura. Mas o que será que temos de tão precioso quando crianças que perdemos durante a vida?

20 A primeira resposta: vitalidade. “O contrário da alegria não é a tristeza. É a falta de energia vital”, afirma categoricamente o pensador e professor gaúcho Mário Sérgio Cortela em suas palestras. É muito importante destacar essa diferença. Quando se está pleno de vigor e disposição, é impossível ficar triste e deprimido por muito tempo. Pode ser até que sejamos atingidos pela melancolia, mas a recuperação é rápida. Porque a alegria está ligada ao prazer de estar vivo. Vida e alegria podem ser interpretadas como sinônimos. Portanto,
25 o contentamento tem uma base biológica, vital, e está muito ligado ao corpo. Alguns estados de depressão estão relacionados à má alimentação e à falta de exercícios, que ativam a energia vital. Então, para reviver a alegria de uma criança, é preciso recobrar o potencial energético que temos na infância, pelo menos em parte (caminhadas, exercícios físicos [...] são muito bons para começar).

30 Ainda dentro do campo da biologia, temos de entender que os estados emocionais positivos, como a alegria, a gratidão e a compaixão, criam um padrão neuronal positivo. Em outras palavras, quanto mais alegre você for, mais fácil será sentir alegria. Isso porque o cérebro, com a repetição dos mesmos estados emocionais, formará um padrão, uma reação que se repetirá até formar uma característica da personalidade. “As características emocionais têm um efeito condicionante na forma como as pessoas olham as experiências cotidianas e reagem a elas. Alguém predisposto ao medo ou à depressão, por exemplo, tem
35 mais chances de encarar situações com um senso de temor, enquanto alguém predisposto à confiança encarará a mesma situação com mais equilíbrio e segurança”, escreveu o monge tibetano Mingyur Rinpoche em *A Alegria de Viver* (Elsevier), um livro precioso que pode ser baixado gratuitamente.

40 Ele tem razão. Conheci Mingyur de perto (ele jantou em casa...), e sua alegria é realmente contagiante: ri com uma cascata de *hahas* cristalinos, assim como subitamente fica sério e atento se o assunto exige. Enfim, uma pessoa alegre não é necessariamente um bobo alegre, como alguns podem supor, mas alguém capaz de entrar em contato com suas emoções e expressá-las com gentileza e intensidade. [...]

(ALVES, Liane. O poder da alegria. *Revista Vida Simples*. p. 44, maio de 2016. Adaptado.)

QUESTÃO 16

Através do primeiro parágrafo do texto, pode-se inferir, **EXCETO**

- A) A alegria pode ser encontrada naquilo que há de mais simples na vida.
 - B) As crianças encontram alegria na simplicidade.
 - C) As sensações advindas das boas experiências vividas na infância perduram por toda a vida.
 - D) É impossível ter alegria quando se vive em condições de extrema pobreza.
-

QUESTÃO 17

“Quem de nós não tem na memória momentos de infinita alegria na infância?” (Linha 14)

Com essa pergunta a autora que afirmar que:

- A) Momentos alegres vividos na infância ficam na memória tanto quanto os tristes.
 - B) Momentos tristes vividos na infância são aqueles que mais permanecem na memória.
 - C) Na infância, vivem-se momentos de muita alegria e também de muita tristeza.
 - D) Todos se lembram de momentos alegres vividos na infância.
-

QUESTÃO 18

De acordo com a autora, a alegria é um sentimento vivenciado com mais frequência na

- A) infância.
 - B) fase adulta.
 - C) velhice.
 - D) adolescência.
-

QUESTÃO 19

De acordo com o texto, pode-se afirmar que:

- A) A alegria é o contrário da tristeza.
 - B) Não se fica triste ou deprimido quando se tem vitalidade.
 - C) A vitalidade é a responsável pela alegria.
 - D) A alegria não se relaciona ao funcionamento do organismo.
-

QUESTÃO 20

De acordo com o texto, pode-se afirmar que a manutenção da vitalidade está relacionada a(à), **EXCETO**

- A) atividades físicas.
 - B) negação da tristeza.
 - C) alimentação saudável.
 - D) cuidados com o corpo.
-

QUESTÃO 21

Assinale a alternativa **CORRETA** tendo em vista as ideias defendidas no texto.

- A) As características emocionais interferem na maneira como se enfrentam os fatos da vida cotidiana.
 - B) Pessoas confiantes não experimentam sentimentos negativos como o medo e a tristeza.
 - C) O medo é um sentimento que garante a segurança, já que impede que as pessoas corram riscos desnecessários.
 - D) Não há garantias de que padrões emocionais positivos interferem na forma como as pessoas enfrentam os problemas do dia a dia.
-

QUESTÃO 22

“Quem de nós não tem na memória momentos de infinita alegria na infância?” (Linha 14)

Tendo em vista esse trecho, é **CORRETO** afirmar que:

- A) No trecho citado no enunciado, a forma verbal “temos” poderia ser usada, com igual correção, em substituição à forma “tem”.
 - B) Se no lugar do pronome “quem” fosse usado o pronome “quais”, a forma verbal “tem” passaria a ser “têm”, atendendo à correta concordância verbal.
 - C) No trecho citado no enunciado, a forma verbal “tem” poderia assumir, com igual correção, as formas “têm” ou “temos”.
 - D) No trecho citado no enunciado, a presença do pronome interrogativo “quem” torna obrigatório o uso da forma “temos”.
-

QUESTÃO 23

Assinale a alternativa em que o uso do sinal indicativo de crase **NÃO** pode ser justificado pela regra geral (“a” preposição + “a/as” artigo feminino).

- A) “Alguns estados de depressão estão relacionados à má alimentação [...]” (Linhas 25-26)
- B) “Alguém predisposto ao medo ou à depressão, por exemplo, tem mais chances de encarar situações com senso de temor [...]” (Linhas 34-36)
- C) “Feliz, acomodava-se na palha macia destinada às crianças [...]” (Linhas 4-5)
- D) “[...] cidadezinha no interior de São Paulo às margens do Rio Ribeira de Iguape.” (Linha 4)

QUESTÃO 24

“[...] é fácil identificar numerosas imagens que a traduzem: mergulhar na onda para pegar jacaré, pular corda, balançar, brincar de pique, viajar...” (Linhas 16-17)

Nesse trecho, a autora usa os dois pontos para introduzir um(a)

- A) vocativo.
- B) fala.
- C) aposto.
- D) objeto direto.

QUESTÃO 25

“Em outras palavras, quanto mais alegre você for, mais fácil será sentir alegria.” (Linhas 31-32)

A locução conjuntiva presente nesse trecho introduz nele uma ideia de:

- A) Concessão.
- B) Proporção.
- C) Comparação.
- D) Finalidade.