



Universidade Estadual  
do Piauí - UESPI

# CONCURSO PÚBLICO PREFEITURA MUNICIPAL DE PARNARAMA - MA

PROVA ESCRITA OBJETIVA

CARGO: EDUCADOR FISICO

DATA: 16/03/2014 – HORÁRIO: 8h30' às 12h30' (horário do Maranhão)

## LEIA AS INSTRUÇÕES:

1. Você deve receber do fiscal o material abaixo:
  - a) Este caderno com 50 questões objetivas sem falha ou repetição.
  - b) Um CARTÃO-RESPOSTA destinado às respostas objetivas da prova.
2. Verifique se este material está completo e se seus dados pessoais conferem com aqueles constantes do CARTÃO-RESPOSTA.
3. Após a conferência, você deverá assinar seu nome completo, no espaço próprio do CARTÃO-RESPOSTA utilizando caneta esferográfica com tinta de cor azul ou preta.
4. Escreva o seu nome nos espaços indicados na capa deste CADERNO DE QUESTÕES, observando as condições para tal (assinatura e letra de forma), bem como o preenchimento do campo reservado à informação de seu número de inscrição.
5. No CARTÃO-RESPOSTA, a marcação das letras correspondentes às respostas de sua opção, deve ser feita com o preenchimento de todo o espaço do campo reservado para tal fim.
6. Tenha muito cuidado com o CARTÃO-RESPOSTA, para não dobrar, amassar ou manchar, pois este é personalizado e em hipótese alguma poderá ser substituído.
7. Para cada uma das questões são apresentadas cinco alternativas classificadas com as letras (A), (B), (C), (D) e (E); somente uma responde adequadamente ao quesito proposto. Você deve assinalar apenas **uma alternativa para cada questão**: a marcação em mais de uma alternativa anula a questão, **mesmo que uma das respostas esteja correta**; também serão nulas as marcações rasuradas.
8. As questões são identificadas pelo número que fica à esquerda de seu enunciado.
9. Os fiscais não estão autorizados a emitir opinião nem a prestar esclarecimentos sobre o conteúdo das provas. Cabe única e exclusivamente ao candidato interpretar e decidir a este respeito.
10. Reserve os 30(trinta) minutos finais para marcar seu CARTÃO-RESPOSTA. Os rascunhos e as marcações assinaladas no CADERNO DE QUESTÕES não serão levados em conta.
11. Quando terminar sua Prova, antes de sair da sala, assine a LISTA DE FREQUÊNCIA, entregue ao Fiscal o CADERNO DE QUESTÕES e o CARTÃO-RESPOSTA, que deverão conter sua assinatura.
12. O TEMPO DE DURAÇÃO PARA ESTA PROVA É DE **4h (quatro horas)**.
13. Por motivos de segurança, você somente poderá ausentar-se da sala de prova após decorridas **2h (duas horas)** do início de sua prova.
14. O rascunho ao lado não tem validade definitiva como marcação do Cartão-Resposta, destina-se apenas à conferência do gabarito por parte do candidato.

## Nº DE INSCRIÇÃO

--	--	--	--	--	--

Assinatura

Nome do Candidato (letra de forma)

## RASCUNHO

01		26	
02		27	
03		28	
04		29	
05		30	
06		31	
07		32	
08		33	
09		34	
10		35	
11		36	
12		37	
13		38	
14		39	
15		40	
16		41	
17		42	
18		43	
19		44	
20		45	
21		46	
22		47	
23		48	
24		49	
25		50	

NÚCLEO DE CONCURSOS E PROMOÇÃO DE EVENTOS – NUCEPE CONCURSO PÚBLICO – PREFEITURAMUNICIPAL DE PARNARAMA - MA  
FOLHA DE ANOTAÇÃO DO GABARITO -ATENÇÃO: Esta parte somente deverá ser destacada pelo fiscal da sala, após o término da prova.

<b>Nº DE INSCRIÇÃO</b>						

--	--	--	--	--	--	--

### TEXTO I (Para as questões de 01 a 07).

#### Autoestima

"*Eu me amo, eu me amo, não posso mais viver sem mim*" (Ultraje a rigor).

Segundo Castelo, "ter consideração por si mesmo é vital, a consideração por aquilo e por quem somos de fato. Em geral, as pessoas ficam infelizes e incapazes de contar consigo mesmas, porque agem de acordo com aquilo que pensam que são ou com aquilo que gostariam de ser, ou com o que o grupo de que fazem parte considera que deveriam ser, ou de acordo com as expectativas religiosas que têm (muitas vezes inconscientes), que não correspondem ao que de fato são. A verdadeira autoestima, é o respeito que sentimos por aquilo que somos de fato, pelo que a natureza nos deu e se impõe às nossas existências, tal como a cor da pele, do cabelo, dos olhos, a genética que portamos, bem como as nossas personalidades. Percebendo o que somos, ou o mais próximo do que isso venha a ser, podemos fazer um casamento mais proveitoso conosco para tirarmos proveito dessa condição e desenvolver os recursos de que de fato dispomos".

(...)

(Revista Grandes temas do conhecimento - Psicologia, Nº 2 - *Autoestima* - p.14-17).

01. Esse texto traz como subtítulo a frase *Eu me amo, eu me amo, não posso mais viver sem mim*. Analisando-se o sentido da palavra *Autoestima* (título da matéria) e aquilo que é dito no subtítulo, compreendemos que, para se ter autoestima, é necessário:
- termos uma boa visão do que nos rodeia.
  - deixarmos-nos influenciar por aquilo que os outros pensam sobre nós.
  - vivermos de acordo com as expectativas religiosas do nosso contexto.
  - conferirmos uma boa dose de amor por nós mesmos e de consideração pelo que somos.
  - não nos deixarmos dominar por nossas possíveis fragilidades.
02. Segundo o texto, para que se tenha *autoestima* são indispensáveis:
- autoconhecimento, aceitação e respeito.
  - autoconhecimento, capacidade de amar e felicidade.
  - reconhecimento, aceitação e capacidade de amar.
  - reconhecimento, consideração com os outros e respeito por nós mesmos.
  - consideração pelos outros, respeito a nós mesmos e expectativa de felicidade.
03. A ausência de *autoestima*, segundo o texto, é gerada em virtude:
- da correspondência entre o que se quer ser e o que se é, realmente.
  - do reconhecimento em relação àquilo que não somos.
  - da capacidade que se tem de agir em conformidade com o gosto dos outros.
  - da infelicidade por não se ser o que se gostaria de ser.
  - do descompasso entre o que se é, realmente, e aquilo que se julga ser ou que gostariam de ser.
04. Na escrita do texto, foram usadas **aspas** em dois momentos: na frase subtítulo e no corpo do texto, logo após o seu início. Nos dois casos, as aspas foram usadas para:
- agregar um sentido de ironia ao que é dito.
  - indicar que se trata de citação ou transcrição de textos/falas de outros.
  - ressaltar a impropriedade do que foi dito.
  - ênfatizar o que se quer dizer.
  - chamar a atenção para a relação de sentido estabelecida entre os dois segmentos.

**Trecho para as questões 05 e 06.**

*Em geral, as pessoas ficam infelizes e incapazes de contar consigo mesmas, porque agem de acordo com aquilo que pensam que são ou com aquilo que gostariam de ser, ou com o que o grupo de que fazem parte considera que deveriam ser, ou de acordo com as expectativas religiosas que têm (muitas vezes inconscientes), que não correspondem ao que de fato são.*

05. O segmento **in**, agregado às palavras *infelizes*, *incapazes* e *inconscientes*, derivadas de *feliz*, *capaz* e *consciente*, confere-lhes um sentido de:
- a) negação.
  - b) movimentação.
  - c) intensidade.
  - d) ênfase.
  - e) imposição.
06. A opção cuja palavra destacada (forma verbal) **não** denota ideia de tempo presente é:
- a) porque **agem** de acordo com aquilo.
  - b) com aquilo que **pensam** que são.
  - c) com aquilo que **gostariam de ser**.
  - d) com o que o grupo de que **fazem parte**.
  - e) com as expectativas religiosas que **têm**.
07. A expressão destacada em **Em geral**, as pessoas ficam infelizes e incapazes de contar consigo mesmas,... poderá ser substituída sem que o sentido do que se quer dizer seja alterado, por:
- a) possivelmente.
  - b) claramente.
  - c) provavelmente.
  - d) frequentemente.
  - e) certamente.

**TEXTO II (Para as questões de 08 a 10).**

**Vivemos o fim do futuro**

O sociólogo polonês denuncia a perda de referências políticas, culturais e morais da civilização e diz que só os jovens, com sua indignação, poderão resistir à banalização

**Época:** Os jovens podem mudar e salvar o mundo? Ou nem os jovens podem fazer algo para salvar a história?

**Bauman:** Sou tudo, menos desesperançoso. Confio que os jovens possam perseguir e consertar o estrago que os mais velhos fizeram. Como e se forem capazes de pôr isso em prática, dependerá da imaginação e da determinação deles. Para que se deem uma oportunidade, os jovens precisam resistir às pressões da fragmentação e recuperar a consciência da responsabilidade compartilhada para o futuro do planeta e de seus habitantes. Os jovens precisam trocar o mundo virtual pelo real.

(Trecho de uma entrevista concedida à Revista Época (nº 819, de 10 de fevereiro de 2014, p. 68-70), pelo sociólogo polonês e professor universitário, Zygmunt Bauman. Título da entrevista: *Vivemos o fim do futuro*)

08. A fala de Zygmunt Bauman, o sociólogo entrevistado, em Confio que os jovens possam perseguir e consertar o estrago que os mais velhos fizeram. Como e se forem capazes de pôr isso em prática, dependerá da imaginação e da determinação deles., revela que ele:
- a) tem certeza absoluta de que os jovens consertarão o estrago que os mais velhos fizeram.
  - b) acredita que os jovens têm potencial para consertar o estrago que os mais velhos fizeram.
  - c) duvida que os jovens possam consertar o estrago que os mais velhos fizeram.
  - d) deseja que os jovens consertem o estrago que os mais velhos fizeram.
  - e) determina que os jovens consertem o estrago que os mais velhos fizeram.
09. A opção cuja palavra apresentada, quanto a sua estrutura, tem a mesma forma que "desesperançoso", levando-se em conta as estruturas destacadas, é:
- a) "oportunidade".
  - b) "fragmentação".
  - c) "compartilhada".
  - d) "responsabilidade".
  - e) "habitantes".
10. O texto lido acima é caracterizado como pertencente ao gênero entrevista. Considerando-se as condições a partir das quais essa entrevista foi realizada e veiculada, pode-se afirmar que a linguagem utilizada
- a) é formal, mas não é adequada aos padrões de escrita.
  - b) apresenta características fundamentalmente de oralidade.
  - c) apresenta características de informalidade, essencialmente.
  - d) é inadequada para um evento da natureza que uma entrevista requer.
  - e) é formal, adequada à modalidade de escrita culta.

## NOÇÕES DE INFORMÁTICA

11. Assinale a alternativa **CORRETA** sobre hardware.
- a) O Estabilizador serve para alimentar o computador mesmo com a falta de energia elétrica.
  - b) Firewall é um equipamento que contém proteção contra incêndio no computador.
  - c) O Switch tem a função de copiar para o computador uma imagem desejada.
  - d) O Access Point serve para compartilhar o acesso a Internet.
  - e) O Roteador serve para alimentar o computador na falta de energia elétrica.
12. Sobre o Windows XP, assinale a opção **CORRETA**.
- a) Já vem instalado por padrão um aplicativo que permite compactar arquivos do tipo 'zip' e 'rar'.
  - b) Para apagar um arquivo sem ser enviado para a Lixeira, usa-se a combinação das teclas SHIFT + DEL.
  - c) Não suporta sistemas de arquivos NTFS e FAT.
  - d) Permite compartilhar disco e apenas as impressoras da HP.
  - e) Os nomes dos arquivos podem ter, no máximo, 10 caracteres.
13. Marque a alternativa **CORRETA** sobre softwares do Microsoft Windows.
- a) O Scandisk é uma ferramenta usada para buscar problemas e corrigir na mídia do disco rígido utilizado.
  - b) O Desfragmentador de Disco é um software que divide o disco em uma ou mais partições de arquivos.
  - c) O Bloco de Notas é um software utilitário que permite fazer imagens.
  - d) O Prompt de Comandos serve para navegar nos arquivos e pastas, inclusive nas páginas da Internet.
  - e) Para a formatação de partições do sistema de arquivos, usa-se o Microsoft Word.
14. Qual a afirmação **VERDADEIRA** sobre os protocolos da Internet?
- a) O HTTP é usado para rotear pacotes na rede.
  - b) HTML é uma linguagem de programação para desenvolver hiper-animações.
  - c) O DNS é o serviço que faz a tradução de endereços IP para nomes de domínios e vice-versa.
  - d) Um mesmo computador não pode ter mais de um endereço IP ao mesmo tempo.
  - e) O FTP permite os usuários baterem papo on-line na Internet.
15. Quanto à Internet, aponte a alternativa **CORRETA**.
- a) Upload é o procedimento de baixar um arquivo da Internet para o computador.
  - b) Download é o procedimento de enviar um arquivo do computador para a Internet.
  - c) Reload é o procedimento de fazer Upload duas ou mais vezes do mesmo arquivo.
  - d) Reboot é o procedimento para fazer Download duas ou mais vezes do mesmo arquivo.
  - e) O HTTPS é o protocolo para transações seguras em sites de compras na Internet.
16. Qual a combinação de teclas no Microsoft Word que serve para salvar o arquivo?
- a) CTRL + S.
  - b) CTRL + PgUp.
  - c) CTRL + X.
  - d) CTRL + P.
  - e) ALT + SHIFT + 5.
17. Qual a sequência **CORRETA** acerca dos comandos na figura de botões  do Microsoft Word?
- a) Colar, Copiar e Recortar.
  - b) Colar, Recortar e Desfazer.
  - c) Copiar, Colar e Desfazer.
  - d) Novo documento; Colar e Desfazer.
  - e) Recortar, Colar e Desfazer.

18. Qual a sequência **CORRETA** acerca dos comandos na figura de botões  do Microsoft Excel?

- a) Organizar os dados em ordem ascendente, Organizar os dados em ordem descendente e Função Sigma.
- b) Autosoma, Organizar os dados em ordem ascendente, Organizar os dados em ordem descendente.
- c) Função Sigma, Organizar os dados em ordem ascendente, Organizar os dados em ordem descendente.
- d) Organizar os dados em ordem descendente, Organizar os dados em ordem ascendente e Autosoma.
- e) Mostrar ou ocultar a barra de fórmulas, organizar os dados em ordem ascendente e Organizar os dados em ordem descendente.

19. Qual a sequência **CORRETA** acerca dos comandos na figura de botões  do Microsoft Outlook Express?

- a) Copiar e-mail na área de transferência, E-mail prioritário e Correção ortográfica.
- b) Copiar e-mail na área de transferência, Anexar arquivo e Correção ortográfica.
- c) Copiar texto selecionado na área de transferência, E-mail prioritário e Correção ortográfica.
- d) Copiar e-mail na área de transferência, Anexar arquivo e Correção ortográfica.
- e) Copiar texto selecionado na área de transferência, Anexar arquivo e Catálogo de endereços.

20. As figuras abaixo mostram exemplos de conectores. Aponte a alternativa **CORRETA** quanto à sequência dos tipos de cabos.



- a) USB, HDMI e Paralelo de impressora.
- b) Serial de impressora, USB e Paralelo de impressora.
- c) VGA, HDMI e Paralelo de impressora.
- d) HDMI, USB e Paralelo de impressora.
- e) SVGA, VGA e Paralelo de impressora.

## ATUALIDADES E CONHECIMENTOS LOCAIS

21. Apresentam-se nesta questão quatro proposições:

- I. A Balaiada foi um movimento de caráter popular. Os rebeldes chegaram a tomar a cidade de Caxias, este movimento teve grandes proporções chegando a ter repercussão no Piauí;
- II. A formação de parque fabril têxtil foi um ponto importante na economia do Maranhão no século XIX;
- III. O senador Vitorino Freire instalou um governo aberto à mudanças no âmbito político, conhecidas como vitorinismo;
- IV. José Sarney foi o primeiro Governador do Estado do Maranhão durante o período militar iniciando um período denominado de Maranhão Renovado.

Assinale a alternativa **CORRETA**.

- a) todas as proposições são verdadeiras.
- b) todas as proposições são falsas.
- c) somente a proposição II é verdadeira.
- d) as proposições III e IV são falsas e as proposições I e II são verdadeiras.
- e) as proposições I e II são falsas e as proposições III e IV são verdadeiras.

22. “[...]. Originalmente um núcleo habitacional chamado São José dos Matões foi, mediante Resolução do presidente da Província em Conselho, de 19. Abr.1833, elevado à vila, [...]. Ainda com nome de São José dos Matões, passou a sede de município pela Divisão Territorial Brasileira de 1940. [...]. Pelo art. 13 do ADCT da Constituição do Estado do Maranhão de 1947, recebeu a denominação de Parnarama”. (MARQUES, de César Augusto. Dicionário histórico-geográfico da Província do Maranhão. 3ª ed. São Luís: Edições AML, 2008.p.785). Sobre a História de Parnarama podemos afirmar que

- a) surgiu a partir de uma decisão do poder legislativo maranhense de criar uma cidade no leste maranhense.
- b) surgiu por meio dos viajantes e do processo de colonização, como núcleo de passagem, ainda com a denominação de São José dos Matões.

- c) foi criada a partir da expansão do núcleo têxtil do Maranhão nos anos 40.
- d) teve o nome de Parnarama por ato administrativo do Conselho provincial de 1833.
- e) a cidade surgiu como necessidade para distribuir a população que se concentrava na região de São José dos Matões.

23. “Segundo o Centro de Cultura Negra do Maranhão, existem 527 comunidades quilombolas no Estado do Maranhão, distribuídas em 134 municípios. Elas concentram-se principalmente nas regiões da Baixada Ocidental, da Baixada Oriental, do Munim, de Itapecuru, do Mearim, de Gurupi e do Baixo Parnaíba. [...]”. Acesso em 14/02/2014. [http://www.cpis.org.br/comunidades/html/i\\_brasil\\_ma.html](http://www.cpis.org.br/comunidades/html/i_brasil_ma.html).

Sobre o texto acima podemos afirmar que

- a) os quilombos no Maranhão são resultados da política do Império na libertação dos escravos.
- b) os números de quilombos são consideráveis pelo fato de o Maranhão desenvolver uma política de criação de áreas sociais para a instalação das comunidades negras do Estado desde o Império.
- c) os quilombos no Maranhão são resultados de luta constante pelo seu reconhecimento e pela posse de suas terras de origem.
- d) os quilombos no Estado do Maranhão estão passando pelo processo de extinção por falta de políticas públicas de preservação.
- e) o Maranhão é o Estado com menor número de quilombos na região nordeste.

**24. Assinale a alternativa CORRETA.**

- a) O Centro de Lançamento de Alcântara (CLA) tem como objetivo analisar as questões ligadas ao meio ambiente da Região Norte.
- b) O Cerrado constitui o maior bioma do Estado do Maranhão.
- c) A serra dos Carajás é rica em minérios, porém precisa construir a estrada de ferro para escoar sua produção.
- d) As atuações dos grileiros nos últimos anos no Maranhão foram anuladas pela ação do Estado mais enérgico no controle sobre a terra.
- e) O Maranhão é predominantemente um Estado de povo não mestiço, pois sua colonização européia por parte dos franceses teve predominância.

**25.** “O procurador-geral da República, Rodrigo Janot, confirmou, nesta quinta-feira (20) o entendimento do MP (Ministério Público) de que houve o crime de formação de quadrilha no esquema do mensalão e negou a absolvição dos petistas e dos ex-diretores do Banco Rural que receberam quatro votos favoráveis no julgamento do delito. [...]”. Acesso em 20/02/2014. <http://noticias.r7.com/brasil/mp-mantem-condenacao-de-petistas-e-ex-diretores-do-banco-rural-20022014>.

Sobre o Escândalo do Mensalão, podemos afirmar que

- a) foi fruto das ações de empresas que buscavam aumentar o seu poder de interferência nas licitações do governo federal.
- b) o mensalão foi uma quadrilha de políticos que se infiltrou no controle e nas distribuições das emendas parlamentares que beneficiavam apenas os parlamentares do PT.
- c) este escândalo está relacionado com a arrecadação irregular para campanha de prefeito de São Paulo nas eleições de 1998.
- d) o mensalão envolveu não somente o escândalo provocado pela denúncia de compra de votos, mas um conjunto de escândalos que, de uma forma ou de outra, se relacionam. Um dos elementos

que ligam esses outros eventos com o mensalão são as acusações de que em todos eles foram montados esquemas clandestinos de arrecadação financeira para o PT.

- e) foi um esquema de arrecadação de propina, que beneficiava alguns políticos do congresso que aprovavam o orçamento sem restrições para o governo e recebiam também uma quantidade de emenda parlamentar maior que os demais políticos.

**26. “OS SETE DIAS QUE MUDARAM O BRASIL”.** Este foi o título da capa da revista Veja em 26/06/2013 – Edição Histórica. O Brasil foi sacudido pelos movimentos que aconteceram no mês de junho de 2013. Este momento histórico na História do Brasil significou

- a) a luta dos jovens por mais emprego, liberdade política e liberalização das drogas.
- b) que tinha como alvo principal a melhoria nos transportes e ampliação do voto para os jovens de quatorze anos.
- c) que os gritos das ruas contra corrupção, a PEC37, os gastos na Copa e outras reivindicações.
- d) a necessidade dos acusados do mensalão fossem logo julgados e aprovação pelo STF – Supremo Tribunal Federal da redução da maior idade penal.
- e) ação mais direta dos jovens na luta contra a corrupção nas capitais e a necessidade de ampliar as vagas nas universidades públicas.

27. Sobre as séries de motins e episódios de horror e violência noticiados pela imprensa falada, escrita e eletrônica no Complexo Penitenciário de Pedrinhas no Maranhão, pode-se afirmar que
- a) é resultado das facções que atuam dentro do presídio de Pedrinhas, que buscam autonomia do sistema penitenciário de Pedrinhas, dentro do sistema prisional maranhense.
  - b) este é um fenômeno isolado que não representa a realidade do sistema prisional maranhense.
  - c) a situação do presídio de Pedrinhas é resultado apenas de investimento financeiro para ampliar suas estruturas.
  - d) as séries de revoltas internas são favorecidas pelo Grupo Interno da Capital do Maranhão (GICM), este grupo controla os principais presídios do Estado.
  - e) os acontecimentos relacionados ao presídio de Pedrinhas são resultados da fragilidade das instituições do Estado.
28. “A Polícia Militar de São Paulo decidiu adotar uma nova estratégia em relação aos Black Blocs durante as manifestações. Policiais sem armas e praticantes de artes marciais, como o jiu-jítsu, serão deslocados para deter quem praticar atos de vandalismo, de acordo com o comandante geral da Polícia Militar de São Paulo, [...]”.
- Acesso em 21/02/2014. <http://g1.globo.com/sao-paulo/noticia/2014/02/pela-1-vez-pm-usara-policiais-que-lutam-jiu-jitsu-contr-black-blocs.html>.
- Sobre os movimentos que acontecem em São Paulo, podemos compreender que
- a) a ação policial em São Paulo é resultado da falta de treinamento dos policiais sobre as manifestações pacíficas pela redução do valor da passagem de ônibus.
  - b) os movimentos dos Black Blocs têm como objetivo liberdade de expressão.
  - c) a ação policial ao movimento é resultado da dimensão das manifestações que provocam violência e depredação do patrimônio público.
  - d) é fruto dos atritos entre bairros da capital paulista e do crescimento do índice de criminalidade no Brasil.
  - e) o movimento em São Paulo é resultado do déficit de moradias e das péssimas condições do transporte público.
29. Sobre a economia brasileira, temos algumas afirmações:
- I. A carga tributária brasileira é uma das menores do mundo;
  - II. Os gastos dos brasileiros nos últimos anos no exterior têm crescido;
  - III. A inflação nos últimos meses tem dados sinais de manifestação, principalmente atrelada aos gastos com a educação;
  - IV. O setor agrícola tem demonstrado crescimento e deixa o mercado vulnerável aos produtos externos.
- As afirmações corretas são.
- a) I e II, somente.
  - b) II e III, somente.
  - c) I, II e III, somente.
  - d) III e IV, somente.
  - e) II, III e IV, somente.
30. A preocupação com o meio ambiente se tornou uma pauta global. Sobre o meio ambiente podemos afirmar que
- a) o aquecimento global tem provocado grandes debates no meio científico.
  - b) a preocupação maior é o com o derretimento do mar congelado que pode inundar os continentes.
  - c) em cinquenta anos a temperatura média do Ártico não aumentou gerando uma preocupação no mundo científico.
  - d) os climatologistas afirmam que o aumento da temperatura no meio ambiente é regular, precisando apenas de controle do uso de gás carbono.
  - e) o aquecimento global é resultado do aumento populacional, situação normal para o meio científico, pois as gerações que vão surgimento se adaptam às mudanças.

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

31. Magil (2000) relata que “os pesquisadores também costumam classificar as habilidades motoras segundo os diferentes movimentos que as pessoas fazem para realizar uma habilidade, que seria a **distinguibilidade de movimentos.**” Sabendo disto, assinale a alternativa correta sobre os tipos de habilidade motora.
- Habilidade motora discreta:** Quando uma habilidade motora exige um movimento diferente e que não tem ponto inicial e final bem definido.
  - Habilidade motora serial:** Ordenação de diversos movimentos discretos em uma sequência.
  - Habilidade motora contínua:** Composta de movimentos intermitentes.
  - Dar a partida em um carro é um exemplo de **habilidade motora discreta.**
  - A caminhada é classificada como uma **habilidade motora serial.**
32. De acordo com a ACSM (2000), existem alguns casos em que a Reabilitação Cardíaca (RC) é contraindicada. Sabendo disto assinale a alternativa que **NÃO** contém uma contraindicação para a RC.
- Frequência cardíaca de repouso maior que 120 bpm.
  - Trombo flebite.
  - Diabetes mellitus controlada.
  - Embolia recente.
  - Angina instável.
33. Para compensar as demandas fisiológicas (mãe e do feto), ocorrem várias alterações nos diferentes sistemas do organismo da mulher durante a gestação. Das alternativas, todas correspondem a estas alterações, **EXCETO:**
- Aumento da frequência respiratória.
  - Aumento até 20% da frequência cardíaca.
  - Aumento da curvatura lordose lombar.
  - Aumento do débito cardíaco.
  - Maior pressão na veia cava inferior na posição de decúbito lateral esquerdo.
34. A gestante não deve participar das atividades físicas, ou interrompê-las, se apresentar alguma das condições, **EXCETO:**
- Tamanho do útero aumentado
  - Perca de líquido vaginal
  - Risco de parto prematuro
  - Redução dos movimentos fetais
  - Palpitações cardíacas
35. A sarcopenia é o decréscimo da capacidade neuromuscular com o avanço da idade e tem suas consequências descritas, **EXCETO:**
- Diminuição da força muscular
  - Diminuições no desempenho muscular
  - Diminuição da autonomia funcional
  - Aumento da incidência de quedas
  - Aumento do metabolismo basal.
36. SIMÃO (2004) define a “obesidade como o aumento excessivo de gordura corporal”. Analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa correta.
- Aumentos nos níveis de atividade física, até mesmo na ausência de perda de peso, conseguem reduzir os riscos de doença cardiovascular em indivíduos obesos.
  - Indivíduos obesos apresentam maior risco de hipertermia durante o exercício.
  - O corpo aumenta a quantidade de gordura de duas formas: a primeira é aumentando o tamanho das células adiposas e a outra é aumentando o número destas células, condições que resultam na obesidade hiperplásica e hipertrófica respectivamente.
  - A composição da dieta alimentar é um dos fatores que podem alterar o *set point*, assim como o nível de atividade física, de leptina e de TNF $\alpha$  (Fator de Necrose Tumoral  $\alpha$ ).
  - A secreção excessiva de insulina resulta em disfunção do hipotálamo e o resultado metabólico é a obesidade.

- a) Somente II, III e V estão corretas.  
b) Somente I, II e V estão corretas.  
c) Somente I, II, III, IV e V estão corretas.  
d) Somente I e II estão corretas.  
e) Somente I, II, IV e V estão corretas.
- 37.** O diabetes melito é um grupo de doenças metabólicas que resultam de defeitos na secreção de insulina e/ou na ação da insulina (ACSM, 2007). Sobre esta patologia, assinale a alternativa **CORRETA**:
- a) A deficiência absoluta da insulina e uma alta propensão para a cetoacidose são características comuns do diabético insulino não dependente.  
b) Cerca de 90 a 95% dos casos de diabetes são do diabetes melitoinsulino dependente.  
c) O objetivo imediato para o tratamento do diabetes melitoinsulino não dependente é a redução ponderal.  
d) O diabetes melitoinsulino dependente está associado com um excesso de gordura corporal.  
e) O diabetes insulino dependente tem como uma possível causa a destruição auto-imune das células  $\beta$  do pâncreas.
- 38.** A Hipertensão Arterial (HA) é uma das formas mais prevalentes de doença cardiovascular que afeta aproximadamente 50 milhões de norte-americanos e aproximadamente 01 bilhão de indivíduos em todo o mundo (NHBPEP, 2003). Analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa **CORRETA**.
- I. Limitar o consumo de álcool pouco influenciaria no tratamento da HA.  
II. A redução no consumo de sódio contribui de maneira positiva no tratamento da HA.  
III. Hipertensos que usam  $\beta$ -bloqueadores aumentam a resposta da frequência cardíaca durante o exercício submáximo e máximo.  
IV. A realização da manobra de valsalva durante o treinamento do hipertenso deve ser evitada.
- V. Evidências mostram que a redução da pressão arterial associada à prática regular de exercício físico está diretamente associada à diminuição do débito cardíaco de repouso, que é observada com a continuidade do treinamento.
- a) Somente II, IV e V estão corretas.  
b) Somente I, II e V estão corretas.  
c) Somente II, III, IV e V estão corretas.  
d) Somente II está correta.  
e) Somente I, II, IV e V estão corretas.
- 39.** A Síndrome Metabólica (SM) descreve uma condição na qual estão presentes simultaneamente vários fatores de risco para a Doença Cardiovascular (ACSM, 2007). Analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa **CORRETA**.
- I. É também conhecida como síndrome de resistência à insulina.  
II. Na SM o tecido adiposo visceral é lipoliticamente menos ativo, o que faz com que ocorra o aumento de ácidos graxos não-esterificados (AGNE) para o fígado.  
III. Uma das consequências da maior captação hepática de AGNE é a hiperinsulinemia.  
IV. A obesidade periférica parece ser uma característica central desta síndrome.  
V. A SM apresenta associação com a baixa escolaridade, desigualdade social, isolamento social, tensão psicossocial, padrões dietéticos, nível de atividade física, alcoolismo e tabagismo.
- a) Somente II, III e V estão corretas.  
b) Somente I, III e V estão corretas.  
c) Somente I, II, III, IV e V estão corretas.  
d) Somente II, III, IV e V estão corretas.  
e) Somente I e IV estão corretas.

40. Sobre as alterações circulatórias que ocorrem durante a prática de exercício físico, assinale a alternativa **CORRETA**.

- a) A frequência cardíaca e a pressão arterial, numa determinada captação de oxigênio, são maiores durante o trabalho de perna em comparação ao trabalho de braço.
- b) A prática de exercício a nível submáximo realizado em uma atmosfera emocionalmente carregada não influencia na resposta da pressão arterial e frequência cardíaca, quando comparado à prática do mesmo em um ambiente psicologicamente neutro.
- c) Quando a taxa de trabalho muscular for constante e abaixo do limiar de lactato, um platô de estabilidade da frequência cardíaca, do volume sistólico e do débito cardíaco é atingido em dois ou três minutos.
- d) O aumento do débito cardíaco durante o exercício progressivo é obtido por meio do aumento da resistência vascular ao fluxo e do aumento da pressão arterial média.
- e) Durante o exercício, o fluxo sanguíneo ao músculo em contração aumenta, da mesma forma como aumenta os tecidos menos ativos.

41. Evidências científicas mostram que a prática de exercício físico é de grande relevância para a saúde. Se uma pessoa inicia um programa de treinamento visando obter a melhoria da sua saúde e melhor qualidade de vida, então, no seu treinamento será priorizada a melhoria da:

- a) Aptidão cardiorrespiratória, composição corporal e lateralidade.
- b) Flexibilidade, aptidão cardiorrespiratória e velocidade.
- c) Aptidão neuromuscular, aptidão cardiorrespiratória e velocidade.
- d) Flexibilidade, aptidão cardiorrespiratória e neuromuscular e composição corporal.
- e) Composição corporal, velocidade, aptidão neuromuscular e flexibilidade.

42. O objetivo de um programa de treinamento de força é aumentar a quantidade máxima de

força que pode ser gerada por determinado grupo muscular. Analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa **CORRETA**.

- I. No exercício isocinético ocorre a aplicação da força em velocidade variável.
- II. Grande parte do aumento do tamanho do músculo de corrente do treinamento de força ocorre por meio da hiperplasia.
- III. O número de repetições do exercício objetivando força varia de 04 a 12 repetições máximas.
- IV. O aumento da força muscular pode ser conseguido por meio da sobrecarga progressiva, utilizando-se os exercícios isométrico, isotônico ou isocinético.
- V. A forma mais comum do treinamento de força é o levantamento de pesos.

- a) Somente II, III e V estão corretas.
- b) Somente I, III e V estão corretas.
- c) Somente I, II, III, IV e V estão corretas.
- d) Somente II, III, IV e V estão corretas.
- e) Somente I e IV estão corretas.

43. Para elaborar um treinamento de musculação, é necessário controlar as variáveis da melhor forma e manipulá-las, criando diversas possibilidades de treino. Sobre estas variáveis, analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa **CORRETA**.

- I. Sistemas de treinamento de três ou mais dias consecutivos, seguidos por um dia de descanso, são característicos de fisiculturistas.
- II. Realizar duas sessões de treinamento para cada grupo muscular por semana não é suficiente para induzir uma resposta adaptativa ótima para hipertrofia muscular.
- III. Ao se aumentar o número de repetições, é necessário diminuir o peso (kg) do exercício realizado, isso não mudaria o objetivo do treinamento.
- IV. Um exemplo de aumento no volume do treinamento seria realizar exercícios para o mesmo grupo muscular sem alternar com outro grupo.
- V. Ao reduzir a velocidade de execução do movimento no treinamento de força, é

uma forma de se alterar a intensidade do exercício.

- a) Somente II, III e V estão corretas.
- b) Somente I, III e V estão corretas.
- c) Somente I, II, III, IV e V estão corretas.
- d) Somente II, III, IV e V estão corretas.
- e) Somente I e IV estão corretas.

44. Existem diferentes métodos de treinamento de força. O texto: “no método xxx, o objetivo do treinamento é atingir o músculo escolhido utilizando dois exercícios, sendo o primeiro monoarticular e o segundo multiarticular. Realiza-se o exercício monoarticular e suas séries na sua totalidade, ao seu término inicia-se o exercício multiarticular”. O texto refere-se ao método:

- a) Circuito
- b) Múltiplas séries
- c) Pré-exaustão
- d) Bi-set
- e) Tri-set

45. Analise as afirmativas e, em seguida, assinale a alternativa com a sequência **INCORRETA**.

- I. A Cintura escapular faz parte do esqueleto axial.
- II. Pessoas da raça negra possuem 10% a menos de substância mineral nos ossos.
- III. Uma das funções dos ossos é armazenar triglicerídeo.
- IV. A entorse consiste no deslocamento do osso que compõe uma articulação.
- V. O sistema muscular é o principal responsável pelo movimento das peças ósseas.
- VI. A irritabilidade é a capacidade que um músculo tem de responder a um estímulo.

- a) II, III e V estão corretas
- b) I, IV e V estão corretas
- c) I, II, III e IV estão corretas
- d) Somente I e IV estão corretas
- e) Somente I e V estão corretas

46. Antes de iniciar um programa de treinamento é necessária a realização de uma avaliação física. Assinale a alternativa que **NÃO** contém

item ou itens de avaliação física de acordo com a ACSM.

- a) Verificação da pressão arterial e frequência cardíaca.
- b) Assinatura do termo de consentimento.
- c) Medidas antropométricas.
- d) Avaliação da aptidão cardiorrespiratória e neuromuscular.
- e) Anamnese.

47. Sabe-se que o envelhecimento é um processo natural durante a vida e que neste processo várias alterações morfológicas e funcionais ocorrem. Neste sentido, analise as afirmativas e, em seguida, assinale a alternativa correta.

- I. Ocorre aumento da quantidade de peso corporal até os 60 anos de idade, depois disso este peso começa a diminuir, devido principalmente a diminuição na quantidade de massa muscular magra e do líquido corporal.
- II. A diminuição da estatura ocorre devido principalmente ao achatamento dos discos intervertebrais, maior cifose torácica e ao aumento dos arcos plantares.
- III. Ocorre atrofia das fibras musculares, principalmente as do tipo I (contração lenta).
- IV. As artérias se tornam mais rígidas, suas paredes mais espessas e suas formas mais alongadas e dilatadas, fazendo com que a pressão arterial aumente.
- VI. Devido à diminuição progressiva da sensibilidade dos receptores adrenérgicos (simpático), ocorre a elevação da frequência cardíaca com a idade.

- a) Somente I, III e IV estão corretas.
- b) Somente II e III estão corretas.
- c) Somente I e IV estão corretas.
- d) Somente I e III estão corretas.
- e) Somente III está correta.

48. Considere as afirmações e assinale a alternativa **CORRETA**.

“Níveis elevados de força e de potência são impossíveis se a criança não tiver alcançado a maturidade neurológica.”

**“PORQUE**

a mielinização de uma grande parte dos nervos motores é incompleta até a maturidade sexual e, deste modo, o controle neurológico fica limitado até esse momento.”

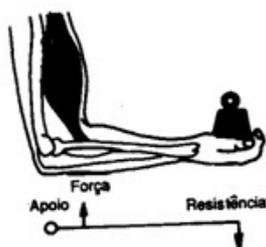
A esse respeito, pode-se concluir que a(s):

- a) duas afirmações são verdadeiras e a segunda justifica a primeira;
  - b) duas afirmações são verdadeiras e a segunda não justifica a primeira;
  - c) duas afirmações são falsas;
  - d) primeira afirmação é verdadeira e a segunda é falsa;
  - e) primeira afirmação é falsa e a segunda é verdadeira.
49. O ato de exercitar o corpo fundamenta-se no princípio das alavancas, em que a ação muscular sobre o esqueleto gera o movimento humano. Uma alavanca é uma haste rígida que gira ao redor de um eixo ou fulcro. Alavancas são constituídas basicamente por cinco elementos. São eles: fulcro ou eixo (E), força (P), braço de força (bP), resistência (R) e braço de resistência (bR).

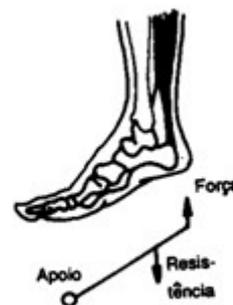
Partindo desse princípio, analise o questionamento apresentado por um aluno de musculação ao seu professor:

Se adotei a mesma regra de treinamento para todos os grupos musculares (80% de 1-RM), por que o desenvolvimento de hipertrofia nas panturrilhas (tríceps sural) não ocorreu na mesma proporção que nos músculos dos braços?

**Figura A**



**Figura B**



Considerando os tipos de alavancas e as figuras apresentadas no questionamento feito pelo aluno, analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa correta.

- I. A alavanca em A é de terceira classe. O que justifica a facilidade com que se desenvolve a musculatura do braço em detrimento da musculatura das pernas.
  - II. Na alavanca em A, o braço de potência é maior que o braço de resistência. Sendo assim, existe uma vantagem mecânica na qual a força aplicada será menor do que a resistência a ser vencida.
  - III. A alavanca em B é de segunda classe. Assim exige-se que a carga a ser empregada seja bastante elevada, a fim que se atinja maior recrutamento de unidades motoras, propiciando bom estímulo para a hipertrofia.
  - IV. Na alavanca em B, a desvantagem mecânica observada no exemplo exige dos músculos envolvidos um esforço mais vigoroso.
- a) Somente II está correta.
  - b) Somente III está correta.
  - c) Somente I e III estão corretas.
  - d) Somente II e IV estão corretas.
  - e) Somente I, III e IV estão corretas.

**Figura B**

50. A violência no futebol está presente em todas as regiões brasileiras e é um aspecto preocupante para as autoridades, pois essa prática esportiva reúne um contingente muito grande de pessoas, devido à sua inserção na cultura da sociedade brasileira. Essa violência, no Brasil, está relacionada a muitos fatores diretos e indiretos. Entre os diretos, estão: efeito da despersonalização, diminuição do controle social, ilusão de universalidade, fatores desencadeantes de violência, mecanismos de imitação, presença emocional, condições da vítima. Entre os fatores indiretos, destacam-se os problemas sociais, tais como alto índice de desemprego, analfabetismo funcional, baixa escolaridade, e falta de opções de lazer gratuito. Tudo isso induz a um uso abusivo de drogas e bebidas alcoólicas, que, por sua vez, desencadeiam atitudes de violência no futebol. [REIS, H. H. B. Futebol e Violência. Campinas: Armazém do Ipê (Autores Associados), 2006 (adaptado)].

A violência no futebol é situação complexa e, portanto, não se resolve de forma imediata, exigindo planos de curto, médio e longo prazo. Entre os fatores que podem contribuir para a redução dessa violência está a intervenção do profissional de educação física.

Diante do exposto, analise as afirmações e, em seguida, assinale a alternativa **CORRETA**.

- I - O Profissional de educação física é um elemento direto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele orienta, treina e sensibiliza seus jogadores para jogarem limpo, sem apelos à violência e às ações antijogo.
- II - O profissional de educação física é um elemento direto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele intervém se opondo a ações violentas dos atletas que orienta.
- III - O profissional de educação física é um elemento indireto para reduzir os acontecimentos de violência no futebol quando ele desconstrói a figura do

atleta herói, diminuindo o fanatismo dos torcedores.

IV - O profissional de educação física é um elemento indireto para reduzir os acontecimentos de violência no esporte quando ele orienta e treina seus jogadores para aceitarem com respeito qualquer tipo de resultado.

- a) Somente I e II estão corretas.
- b) Somente I e III estão corretas.
- c) Somente III e IV estão corretas.
- d) Somente II e IV estão corretas.
- e) Somente II, III, IV estão corretas.