



acaplam®

ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE
PREFEITURA MUNICIPAL DE ANGICOS

CONCURSO PÚBLICO

PROVA PARA CARGO DE:

Educador Físico

* ATENÇÃO - CONFIRA SE ESTA PROVA CORRESPONDE AO CARGO QUE VOCÊ CONCORRE

* Neste Caderno de Questões, você encontra:

- 28 questões ESPECÍFICAS
- 12 questões de PORTUGUÊS

* Só inicie a prova após a autorização do Fiscal de Sala.

* Duração da prova: 3 horas. O Candidato só poderá retirar-se do recinto das provas após 01 hora, contada a partir do seu efetivo início.

* O candidato só terá o direito de levar o caderno de prova após 02:00 horas do início dos trabalhos, e deixará apenas o Cartão de Respostas com o Fiscal de Sala.

* Os Fiscais de Sala não estão autorizados a prestar quaisquer esclarecimentos sobre a resolução das questões; esta tarefa é obrigação do candidato.

* Não é permitido que os candidatos se comuniquem entre si. É proibida também a utilização de quaisquer equipamentos eletrônicos.

* Assine o seu Cartão de Respostas (Gabarito). Assinale apenas uma opção em cada questão. Não deixe questão em branco, nem assinale mais de uma opção, para seu Cartão não ter questões anuladas.

* Não rasure, dobre ou amasse seu Cartão de Respostas pois em hipótese alguma ele será substituído, salvo por erro do fiscal ou por falha de impressão. Confira seus dados, leia as instruções para seu preenchimento e assinale no local indicado. A assinatura é obrigatória.

* O Gabarito desta prova estará disponível no dia 26/03/2012, no site www.acaplam.com.br, de acordo com o Edital de Retificação nº 006/2012, em cumprimento a Recomendação nº 04/2012 da PmJ de Angicos.

* Para exercer o direito de recorrer contra qualquer questão, o candidato deve seguir as orientações constantes no Edital do Concurso Público nº 001/2011 da PREFEITURA MUNICIPAL DE ANGICOS de 30/12/2011, em conformidade com o Calendário constante do Edital de Retificação nº 006/2012.

* Após o término da prova, o candidato deverá deixar a sala e em hipótese alguma poderá permanecer no estabelecimento onde realizou a mesma.

BOA PROVA!!

Data: 25 de Março de 2012.

acaplam

PARTE I – EDUCADOR FÍSICO

01 - Quando um professor faz avaliação física em seus alunos e verifica o grau de esforço com que é realizada uma atividade física ele está medindo a:

- A) resistência.
- B) intensidade.
- C) regularidade.
- D) duração.
- E) volume.

02 - Quando se estuda ginástica laboral um dos termos mais utilizados é o conhecido “DORT”, que significa:

- A) distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho.
- B) doenças originalmente relacionadas ao trabalho.
- C) distúrbios orgânicos relativos ao trabalho.
- D) doenças ortomoleculares relativas ao trabalho.
- E) diartroses osteoarticulares relativas ao trabalho.

03 - Na avaliação física, diversas metodologias são utilizadas para aferir as valências corporais. Para avaliar a força muscular, pode-se utilizar a:

- A) dinamometria e a goniometria.
- B) tensiometria e a antropometria.
- C) tensiometria e a termometria.
- D) dinamometria e a tensiometria.
- E) antropometria e a goniometria.

04 - Dentre as medidas biométricas somáticas utilizadas em avaliação física, uma é chamada de envergadura. Ela representa a distância entre:

- A) o acrômio direito e o acrômio esquerdo na posição anatômica.
- B) a parte superior do crânio e a planta dos pés na posição ortostática.
- C) as pontas dos dedos médios de ambos os membros superiores abduzidos e estendidos.
- D) a parte superior do crânio e o cóccix, na posição sentada.
- E) o maléolo externo e a crista ilíaca em decúbito dorsal.

05 - São capacidades físicas determinadas por processos energéticos:

- A) agilidade e coordenação.
- B) flexibilidade e velocidade.
- C) força e resistência.
- D) equilíbrio e força.
- E) coordenação e resistência.

06 - A coluna vertebral é uma estrutura anatômica extremamente importante no corpo humano. Ela apresenta curvas fisiológicas normais, no sentido céfalo caudal, denominadas:

- A) cervical, dorsal, sacra e lombar.
- B) lombar, dorsal, cervical e sacra.
- C) sacra, lombar, dorsal e cervical.
- D) lombar, sacra, cervical e dorsal.
- E) cervical, dorsal, lombar e sacra.

07 - Para que uma atividade recreativa tenha eficácia e sucesso, a condição mais importante é que ela seja:

- A) regrada.
- B) controlada.
- C) dirigida
- D) motivada.
- E) normatizada.

08 - Ao ministrar atividades físicas para idosos, o professor deve procurar desenvolver ações que facilitem a aprendizagem e a aquisição de padrões de movimento. Com esses objetivos, o professor deve:

- A) diminuir o grau de dificuldade das tarefas para os mais habilidosos.
- B) estimular a participação de todos nessa atividade.
- C) agrupar os mais habilidosos para dar exemplo para os demais.
- D) separar as atividades por sexo e idade.
- E) aumentar o grau de dificuldade para os menos habilidosos.

09 - A quantidade máxima de oxigênio que o sistema cardiovascular pode transportar para o músculo denomina-se:

- A) potencial anaeróbio.
- B) VO_2 máximo.
- C) capacidade vital.
- D) resistência muscular localizada.
- E) resistência máxima.

10 - As atividades de Educação Física para os idosos deverão ser:

- A) eminentemente práticas e voltadas para a competição.
- B) de livre escolha dos alunos, para que eles possam manifestar sua inclinação e gosto.
- C) eminentemente práticas, na forma de seqüências pedagógicas, desenvolvendo os esportes conhecidos.
- D) eminentemente teóricas, implementadas sob a forma de jogo, dança, recreação e ginástica.
- E) realizadas com caráter teórico-prático e implementadas com jogos, dança, recreação e ginástica.

11 - O modo de vida urbano leva os indivíduos a executar menos atividades no trabalho e nas horas de lazer, ao assistir TV e ir ao cinema. Em razão da progressiva automação emecanização observadas nos dias de hoje, em que os movimentos são substituídos pelos avanços tecnológicos, a sociedade vem cultivando hábitos de vida cada vez mais:

- A) ecléticos, acompanhando as novas tecnologias de condicionamento físico.
- B) sedentários, o que contribui para o desenvolvimento de algumas doenças.
- C) lúdicos, devido à visão de que a tecnologia possibilita o entretenimento.
- D) saudáveis e energéticos, decorrentes do culto ao corpo.
- E) esportivos, que levam à vigorexia, síndrome que prolifera em algumas academias.

12 - Segundo Palma, a visão hegemônica aponta para um viés biológico e individualizado da doença. Por outro lado, já existem em várias pesquisas fortes evidências de relações entre saúde e:

- A) três refeições diárias.
- B) acesso a plano de saúde.
- C) condições socio-econômicas
- D) sistema de assistência social pública.
- E) oportunidades de prática esportiva.

13 - A atividade aeróbia traz benefícios, como:

- A) a diminuição da frequência em repouso e o aumento da irrigação sanguínea
- B) diminuição da frequência cardíaca em atividade e diminuição da capacidade pulmonar em repouso.
- C) o aumento da frequência cardíaca e da irrigação sanguínea em repouso.
- D) diminuição da pressão arterial e aumento da capacidade intra torácica total.
- E) melhora das possibilidades de desenvolvimento muscular, em detrimento da elasticidade neural.

14 - As esteiras e as bicicletas ergométricas representam alternativa ao exercício aeróbio de alto impacto, assim como a hidroginástica, que, além da ausência de impacto com o solo, traz outras vantagens, como aumento da:

- A) força, agilidade, coordenação, equilíbrio e criatividade.
- B) resistência muscular e força rápida.
- C) resistência aeróbia e força de membros superiores.
- D) pressão arterial e diminuição das micro varizes.
- E) capacidade cardíaca e grande demanda de oxigênio

15 - Um grupo de alunos portadores de Síndrome de Down apresenta instabilidade na região cervical. O grupo está submetido a atividades físicas em conjunto. Que tipo de atividades o professor de Educação Física desse grupo deve evitar?

- A) Caminhadas
- B) Corridas
- C) Arremessos
- D) Rolamentos
- E) Deslocamentos em quatro apoios

16 - Em relação ao tipo de trabalho desenvolvido pelos músculos observe as afirmações seguintes:

I - Nas máquinas de academia é importante trabalhar a fase excêntrica dos exercícios.

II - Nas máquinas de academia não é importante trabalhar a fase excêntrica dos exercícios.

III - Na Hidroginástica só há trabalho concêntrico.

VI - Na Hidroginástica só há trabalho excêntrico.

Conforme as afirmativas acima, marque a alternativa VERDADEIRA:

- A) as alternativas II e IV são as corretas;
- B) as alternativas I e IV são as corretas;
- C) as alternativas I e III são as corretas;
- D) as alternativas II e III são as corretas;
- E) as alternativas I e II são as corretas.

17 - Na prestação de socorro a uma pessoa que apresenta um quadro de hipotermia, NÃO se deve:

- A) mantê-la com roupas molhadas
- B) protegê-la do vento
- C) cobri-la
- D) fornecer-lhe bebidas quentes
- E) mantê-la acordada

18 - Nieman (1999) fala, ao final de seu livro, Exercício e saúde, que a prática de atividade física regula e melhora a saúde, reduzindo a morte prematura, o risco de desenvolvimento de diabetes, auxilia na prevenção e tratamento da hipertensão arterial, reduz ainda o risco de desenvolvimento de câncer de colo, depressão, ansiedade e melhora o humor e a autoestima. Para isso é necessário se praticar uma atividade física da seguinte maneira:

- A) 1 hora de forma intensa
- B) 1 hora intervalando picos de esforço moderado e intenso
- C) 30 minutos de esforço intenso
- D) 30 minutos intervalando picos de esforço moderado e intenso
- E) 30 minutos de esforço moderado

19 - Um médico encaminhou um senhor de 65 anos, aposentado, sedentário e obeso a praticar atividades físicas com a orientação de um profissional de educação física. O programa abaixo indicado para esse tipo de cliente deve ser o que tenha exercícios:

- A) anaeróbio lático, em uma pista de atletismo, para provocar maior resistência nas tarefas do dia a dia
- B) anaeróbio alático, em uma piscina de 25 metros, para aumentar resistência sem provocar impactos nas articulações
- C) de força dinâmica, na musculação, para prevenção da osteopenia e da sarcopenia.
- D) aeróbio de alta intensidade, na esteira rolante, para provocar adaptações neuromusculares capazes de prevenir o câncer
- E) de velocidade de deslocamento, numa pista de atletismo, para aumentar a sua velocidade de locomoção

20 - A água é um componente que participa diretamente da manutenção da homeostase. Em relação a situações ligadas à hidratação e ao exercício físico, assinale a alternativa CORRETA:

- A) É prejudicial a ingestão de líquido que contenha entre 5% e 8% de glicose.
- B) A quantidade de água perdida durante o exercício depende da intensidade dele.
- C) Não se deve ingerir água durante o exercício.
- D) A umidade relativa do ar não afeta a eficiência do mecanismo de transpiração na regulação da temperatura corporal.
- E) O combate à hiponatremia deve ser feito com ingestão de água e sódio.

21 - A prática da atividade física altera a composição sanguínea de carboidratos. Daí se ter uma relação da atividade física com o portador de diabetes. A principal preocupação do portador de diabetes tipo I em relação à prática de exercícios é:

- A) não ingerir carboidratos após a prática da atividade física
- B) injetar insulina intramuscular no grupamento muscular a ser trabalhado
- C) ingerir pouco líquido
- D) estar com o nível de glicemia maior que 250mg/dL antes da atividade
- E) evitar a ocorrência de hipoglicemia

22 - Ao acompanhar e orientar a execução de exercícios alongamento, em um ambiente laboral, o professor deve orientar o praticante a alongar:

- A) até sentir uma tensão estável nos músculos alongados, fazendo, em seguida, pequenos balanceios.
- B) de forma suave; se sentir qualquer incômodo, voltar um pouco até uma posição confortável.
- C) fazer a contagem por um período de até 5 segundos, trocando, depois, o movimento.
- D) expirar totalmente o ar; a partir de então, não inspirar, mantendo a respiração presa.
- E) forçar ao máximo para obter um resultado melhor e mais rápido.

23 - Com relação à Nutrição e Atividade física assinale a alternativa INCORRETA:

- A) Para o ganho de massa muscular é preciso que haja um consumo de calorias adequado, bem como atividade física específica.
- B) É preciso consumir alimentos ricos em carboidratos antes da atividade física por estabilizar a glicemia, fornecer energia para a atividade e iniciar a oxidação da gordura com mais eficiência.
- C) A alimentação desempenha um papel importante na atividade física, pois prepara o organismo para o esforço, fornecendo os nutrientes necessários que irão variar de acordo com o tipo de exercício e o objetivo que se pretende alcançar como, por exemplo, perda de peso ou ganho de massa muscular.
- D) Todas as pessoas podem tomar suplementos esportivos.
- E) A dieta de um praticante de atividade física, assim como a de um sedentário, deve ser composta, em sua maioria, por alimentos fonte de carboidratos devendo compor até 65% do total de calorias fornecidas pela alimentação.

24 - De acordo com o tipo de trabalho realizado, o treinamento de força provoca dois tipos de adaptação na fibra muscular, uma de ordem fisiológica e outra de ordem:

- A) termostática.
- B) progressiva.
- C) morfológica.
- D) eletromagnética.
- E) restaurativa.

25 - Analise os itens a seguir:

I. Jovens apresentam níveis mais altos de glicerol no sangue, maior utilização de ácidos graxos livres e menor razão de troca respiratória durante o exercício, indicando uma maior utilização de gorduras.

II. Na adolescência, especial atenção deve ser dada à ingestão de ferro.

III. A ingestão insuficiente de ferro pode prejudicar a capacidade de transporte de oxigênio, diminuindo o desempenho e interferindo com o treinamento, se a deficiência de ferro progredir para uma anemia.

Podemos afirmar que:

- A) Apenas a afirmativa I está correta.
- B) Todas as afirmativas estão corretas.
- C) Apenas a afirmativa II está correta.
- D) Apenas a afirmativa III está correta.
- E) Apenas as afirmativas I e II estão corretas.

26 - Na seleção de um teste, o professor de Educação Física deve sempre considerar o critério de validade. É importante que este critério possua um alto:

- A) coeficiente de correlação.
- B) grau de confiabilidade pedagógica.
- C) grau de subjetividade.
- D) nível de dispersão epistemológica.
- E) teor de susceptibilidade.

27 - A ginástica compensatória, muito utilizada entre os profissionais de Educação Física, tem o objetivo principal de corrigir:

- A) a ausência de estruturação muscular inata.
- B) as deficiências posturais estruturadas existentes.
- C) os esforços para a eliminação dos defeitos posturais existentes.
- D) os desequilíbrios decorrentes dos esforços diários e as debilidades físicas existentes.
- E) os esforços diários e as deficiências físicas.

28 - No sistema nervoso central, a sequência normal do processamento das informações, é:

- A) perceptivo, cognitivo e efetor.
- B) decisório, efetor e cognitivo.
- C) perceptivo, decisório e efetor.
- D) perceptivo, social e efetor.
- E) cognitivo, afetivo e social.

PARTE II – PORTUGUÊS

As questões 29 e 30 referem-se ao texto seguinte:

“Arrumar o homem”

Não boto a mão no fogo pela autenticidade da estória que estou para contar. Não posso, porém, duvidar da verdade da pessoa de quem a escutei e, por isso, tenho-a como verdadeira. Salva-me, de qualquer modo, o provérbio italiano: "Se não é verdadeira...é muito graciosa!"

Estava, pois, aquele pai carioca, engenheiro de profissão, posto em sossego, admitido que, para um engenheiro, é sossego andar mergulhado em cálculos de estrutura. Ao lado, o filho, de 7 ou 8 anos, não cessava de atormentá-lo com perguntas de todo jaez, tentando conquistar um companheiro de lazer.

A ideia mais luminosa que ocorreu ao pai, depois de dez a quinze convites a ficar quieto e a deixá-lo trabalhar, foi a de pôr nas mãos do moleque um belo quebra-cabeça trazido da última viagem à Europa. "Vá brincando enquanto eu termino esta conta", sentenciava entre dentes, prelibando pelo menos uma hora, hora e meia de trégua. O peralta não levará menos do que isso para armar o mapa do mundo com um dos cinco continentes, arquipélagos, mares e oceanos, comemora o pai engenheiro.

Quem foi que disse hora e meia? Dez minutos depois, dez minutos cravados, e o menino já o puxava triunfante: "Pai, vem ver!" No chão, completinho, sem defeito, o mapa do mundo.

Como fez, como não fez? Em menos de uma hora era impossível. O próprio herói deu a chave da proeza: "Pai, você não percebeu que, atrás do mundo, o quebra-cabeça tinha um homem? Era mais fácil. E quando eu arrumei o homem, o mundo ficou arrumado!"

"Mas esse garoto é um sábio!", sobressaltei, ouvindo a palavra final. Nunca ouvi verdade tão cristalina: "Basta arrumar o homem (tão desarrumado quase sempre) e o mundo fica arrumado!"

Arrumar o homem é a tarefa das tarefas, se é que se quer arrumar o mundo.

Dom Lucas Moreira Neves, *Jornal do Brasil*, jan. 1997.

29 - Das afirmações seguintes:

I – Apesar do autor do texto não ter confiança de que a história narrada seja veraz, conta-a por sua importância moral.

II – O título concedido ao texto mostra a tarefa fundamental a ser executada inicialmente para a organização do mundo.

III – No trecho "... tenho-a como verdadeira", o vocábulo destacado refere-se à pessoa que lhe contou a história do texto.

- A) Apenas o item II está correto.
- B) Estão corretos os itens I e II.
- C) Estão corretos os itens II e III.
- D) Todos estão incorretos.
- E) Apenas o item I está correto.

30 - Das afirmações seguintes:

I – No trecho "mas esse garoto é um sábio", o vocábulo destacado encontra-se em sentido figurado.

II – No trecho "sobressaltei, ouvindo a palavra final", a oração sublinhada pode ser substituída com mesma equivalência semântica por "quando ouvi à palavra final".

III – Na frase final do texto o autor faz uma ressalva positiva quanto ao desejo e intenção das pessoas.

- A) Os itens II e III estão corretos.
- B) Os itens I e III estão corretos.
- C) Apenas o item I está correto.
- D) Os itens I e II estão corretos.
- E) Todos os itens estão corretos.

31 - Assinale o período em que há adjetivo no grau superlativo absoluto analítico:

- A) Suas mãos estavam aspérrimas.
- B) A equipe de Camarões era a menos conhecida da copa.
- C) O monte Everest é o mais alto do mundo.
- D) João é pouco mais alto que Pedro.
- E) O marceneiro mostrou-se bem habilidoso.

32 - Assinale a alternativa em que ocorre um termo grafado de modo incorreto:

- A) esfuziar – câibra – homenzinho
- B) cõncio – presunção – anticientífico
- C) mausoléu – pretestar – obséquio
- D) rescisão – hóstia – coabitar
- E) turíbulo – adepto – prescindir

33 - Numere a 2ª coluna de acordo com a 1ª considerando o processo de formação das palavras. Em seguida, marque a alternativa que corresponde a sequência encontrada:

- | | |
|-------------------------|------------------|
| (1) justaposição | () lanífero |
| (2) aglutinação | () livresco |
| (3) parassíntese | () o viver |
| (4) derivação sufixal | () mãe – pátria |
| (5) derivação imprópria | () amadurecer |
- A) 2 – 4 – 5 – 3 – 1
 - B) 4 – 2 – 5 – 1 – 3
 - C) 2 – 4 – 1 – 5 – 3
 - D) 2 – 4 – 5 – 1 – 3
 - E) 3 – 5 – 2 – 1 – 4

34 - Na oração "Meus pais, amo-os de uma forma especial", os vocábulos destacados classificam-se, respectivamente, em:

- A) objeto direto – objeto indireto
- B) objeto direto – objeto direto pleonástico
- C) objeto indireto – objeto direto pleonástico
- D) objeto direto preposicionado – objeto indireto
- E) objeto indireto – objeto indireto pleonástico

35 - Em "O blecaute assustou a população, ainda que fosse por pouco tempo", o termo destacado classifica-se como:

- A) oração subordinada adverbial consecutiva
- B) oração subordinada adverbial concessiva
- C) oração subordinada substantiva predicativa
- D) oração subordinada substantiva subjetiva
- E) oração subordinada adjetiva reduzida

As questões 36 e 37 referem-se a tira seguinte:



36 - Das afirmações seguintes:

I – De acordo com os quadrinhos, o comportamento gentil e educado entre um gato e um cão, é algo que parece ser verossímil no texto.

II – No último quadrinho (“Eu tenho a sensação de que estou esquecendo de fazer alguma coisa”) temos um período composto por subordinação.

III – Em “Eu tenho a sensação de que estou esquecendo de fazer alguma coisa”, o vocábulo “SENSAÇÃO” tem seu sentido completado pela segunda oração.

- A) Estão corretos os itens II e III.
- B) Estão corretos os itens I e III.
- C) Estão corretos os itens I e II.
- D) Apenas o item II está correto.
- E) Todos estão corretos.

37 - Em “Eu tenho a sensação de que estou esquecendo de fazer alguma coisa”, as orações classificam-se, respectivamente, como:

- A) Subordinada substantiva objetiva indireta e subordinada substantiva completiva nominal.
- B) Coordenada sindética aditiva e coordenada sindética conclusiva.
- C) Coordenada sindética explicativa e coordenada sindética conclusiva.
- D) Subordinada substantiva completiva nominal e subordinada substantiva objetiva indireta.
- E) Subordinada substantiva objetiva direta e subordinada substantiva completiva nominal.

38 - O emprego da crase encontra-se incorreto em todas as alternativas, exceto em:

- A) Eles foram à uma exposição de arte.
- B) A água caía no assoalho gota à gota.
- C) Referiu-se à ela com muito carinho.
- D) Ela se dedicou à qual profissão?
- E) A equipe de vôlei chegou à final.

39 - Indique a alternativa onde há erro de regência verbal:

- A) Informei-lhe o curso.
- B) Todos visam o reconhecimento de seus méritos.
- C) Preferia vinho a cerveja.
- D) O lojista pagou ao empregado.
- E) O touro investiu contra o toureiro.

40 - A concordância nominal está correta, exceto em:

- A) Tinha as mãos bastantes geladas.
- B) Joias custam caro.
- C) É proibido queimada.
- D) O primeiro e quarto andares estão em reforma.
- E) Os noivos saíram sós, após a festa.