



## TÉCNICO DESPORTIVO

Nome: \_\_\_\_\_ Inscrição: \_\_\_\_\_

### INSTRUÇÕES

- Você recebeu do fiscal:
  - Este *caderno de questões* contendo 50 (cinquenta) questões de múltipla escolha da Prova Objetiva;
  - Um *cartão de respostas*, personalizado, para efetuar a marcação das respostas;
- Verifique se o cargo especificado no topo da capa deste *caderno de questões* corresponde ao cargo no qual você está inscrito e que consta do seu *cartão de respostas*. Caso não corresponda, peça imediatamente para o fiscal trocar o seu *caderno de questões*;
- Preencha acima, neste *caderno de questões*, o seu nome e o seu número de inscrição;
- Verifique se os seus dados estão corretos no *cartão de respostas*. Caso necessário, solicite ao fiscal que efetue as correções na Ata de Aplicação de Prova.
- Transcreva a frase abaixo, utilizando *letra cursiva*, no espaço reservado no canto superior direito do seu *cartão de respostas*.

“Só é lutador quem sabe lutar consigo mesmo.”

Carlos Drummond de Andrade

- Assine o seu *cartão de respostas* no local apropriado para tal;
- O *cartão de respostas* NÃO pode ser dobrado, amassado, rasurado, manchado ou conter qualquer registro fora dos locais destinados às respostas.
- SOMENTE APÓS SER AUTORIZADO O INÍCIO DA PROVA**, verifique no *caderno de questões* se a numeração das questões e a paginação estão corretas;
- Leia atentamente cada questão e assinale a alternativa no seu *cartão de respostas*.
- A maneira correta de assinalar a alternativa no seu *cartão de respostas* é cobrindo, fortemente, com caneta esferográfica azul ou preta, o espaço a ela correspondente, conforme o exemplo a seguir:



- Você dispõe de quatro horas para fazer a prova. Faça tudo com tranquilidade, mas controle o seu tempo. Esse tempo inclui a marcação do *cartão de respostas*;
- Após o início da prova, um fiscal efetuará a coleta da impressão digital de cada candidato;
- Somente após uma hora do início da prova, você poderá retirar-se da sala de prova, devolvendo seu *caderno de questões* e o seu *cartão de respostas* ao fiscal;
- Você só poderá levar este *caderno de questões* depois de decorridas, no mínimo, três horas e meia de prova, desde que permaneça em sala até este momento. O seu *cartão de respostas* deverá ser obrigatoriamente devolvido ao fiscal;
- Os 3 (três) últimos candidatos de cada sala só poderão ser liberados juntos;
- Após o término de sua prova, entregue obrigatoriamente ao fiscal, o seu *cartão de respostas* devidamente assinado e o seu *caderno de questões*;
- Não se esqueça de solicitar ao fiscal seu documento de identidade quando da entrega do seu material de prova;
- Se você precisar de algum esclarecimento, solicite a presença do responsável pelo local.

### CRONOGRAMA

Divulgação, na página do Concurso na Internet, do gabarito oficial preliminar da Prova Objetiva	21/09/2009
Prazo para interposição, na página do Concurso na Internet, de recurso contra a Prova Objetiva	22/09/2009 e 23/09/2009
Divulgação do resultado do julgamento dos recursos e o resultado preliminar da Prova Objetiva	16/10/2009



## LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o texto abaixo e responda as questões 1 a 3.

### A OUTRA EPIDEMIA

Lya Luft - *Veja*, 15-07-2009

Para mim, escrever é sempre questionar, não importa se estou escrevendo um romance, um poema, um artigo. Como ficcionista, meu espaço de trabalho é o drama humano: palco, cenário, bastidores e os mais variados personagens com os quais invento histórias de magia ou desespero. Como colunista, observo e comento a realidade. O quadro não anda muito animador, embora na crise mundial o Brasil pareça estar se saindo melhor que a maioria dos países. De tirar o chapéu, se isso se concretizar e perdurar. Do ponto de vista da moralidade, por outro lado, até em instituições públicas que julgávamos venerandas, a cada dia há um novo espanto. Não por obra de todos os que lá foram colocados (por nós), mas o que ficamos sabendo é difícil de acreditar. Teríamos de andar feito o velho filósofo grego Diógenes, que percorria as ruas em dia claro com uma lanterna na mão. Questionado, respondia procurar um homem honrado.

Vamos ter de sair aos bandos, aos magotes, catando essa figura, não uma, mas multidões delas, para consertar isso, que parece não ter arrumação?

1 - Assinale a alternativa em que a segunda forma do segmento altera o sentido do segmento inicial.

- (A) “Para mim, escrever é sempre questionar” = Escrever, para mim, é sempre questionar;
- (B) “para consertar isso” = para isso ser consertado;
- (C) “o drama humano” = o drama do homem;
- (D) “os que lá foram colocados” = os que foram colocados lá;
- (E) “não uma, mas multidões” = não multidões, mas uma.

2 - “De tirar o chapéu, se isso se concretizar e perdurar. Do ponto de vista da moralidade, por outro lado, até em instituições públicas que julgávamos venerandas, a cada dia há um novo espanto. Não por obra de todos os que lá foram colocados (por nós), mas o que ficamos sabendo é difícil de acreditar”.

A alternativa que informa o valor semântico correto do elemento destacado é:

- (A) SE = condição;
- (B) POR OUTRO LADO = lugar;
- (C) ATÉ = direção;
- (D) POR = causa;
- (E) MAS = concessão.

3 - “Para mim, escrever é sempre questionar”; a forma plural correta dessa frase é:

- (A) Para nós, escrevermos é sempre questionarmos;
- (B) Para nós, escrevermos é sempre questionar;
- (C) Para nós, escrever é sempre questionar;
- (D) Para mim, escrevermos é sempre questionar;
- (E) Para mim, escrever é sempre questionarmos.

4 - Um jornal do Rio de Janeiro, falando do último show de Roberto Carlos no Maracanã, realizado sob chuva no último dia 11 de julho, em comemoração aos seus 50 anos de carreira, publicou a seguinte manchete:

“Uma plateia com devoção impermeável”

Como outras manchetes, essa também tem duplo significado, construído pelo adjetivo “impermeável” que, nesse caso, pode significar:

- (A) indiferente à chuva / imune a mudanças de gosto musical;
- (B) imune a mudanças de gosto musical / fiel à boa música;
- (C) fiel à boa música / distanciado da modernidade;
- (D) distanciado da modernidade / apegado ao gosto popular;
- (E) apegado ao gosto popular / indiferente à chuva.

5 - Nessa mesma manchete – “Uma plateia com devoção impermeável” – há um tipo de linguagem figurada denominado:

- (A) sinestesia;
- (B) silepse;
- (C) metonímia;
- (D) eufemismo;
- (E) anacoluto.

6 - Numa notícia sobre o Senado, publicada no jornal *O Globo*, de 14-07-2009, lê-se o seguinte:

“Uma casa com 204 copeiros. Pelo menos 20,4% dos 3.500 funcionários terceirizados do Senado são copeiros ou contínuos. Dá mais de sete para cada um dos 81 senadores. No total, são 717, sendo 204 copeiros e 513 contínuos, que custam ao Senado R\$2.400 por mês, cada um.”

Não há dúvida de que a notícia tem um tom crítico, condenando o Senado; o argumento em que se apoia essa crítica é de base estatística (a distorção de mais de sete funcionários para cada senador), mas apresenta uma falha, que é a de:

- (A) não incluir na crítica a Câmara dos Deputados;
- (B) desconsiderar que, além dos senadores, há muito mais gente no Senado;
- (C) incluir na estatística funcionários de tipos diferentes;
- (D) citar dados particulares em jornal de grande circulação;
- (E) não indicar a fonte de informação dos dados publicados.

7 - “Homossexualismo, drogas e prostituição são alguns dos temas que dificultam a captação de verbas para filmes brasileiros, como *Meu nome não é Johnny*.”

(*O Globo*, 14-07-2009)

Após a leitura desse pequeno texto pode-se inferir que:

- (A) o filme *Meu nome não é Johnny* não é filme brasileiro;
- (B) os patrocinadores de filmes têm posição imoral;
- (C) os atores brasileiros não mostram bom desempenho em filmes imorais;
- (D) homossexualismo, drogas e prostituição são temas obrigatórios em nossos filmes;
- (E) homossexualismo, drogas e prostituição não são os únicos temas que impedem patrocínio.



8 - “*PM vai sair da maioria das favelas. O comandante da PM, coronel Mário Sérgio, diz que fechará postos de policiamento em favelas que viraram fonte de corrupção.*”

(O Globo, 12-07-2009)

A afirmação correta sobre esse pequeno texto é:

- (A) os postos de policiamento estão corrompendo a população local;
- (B) a decisão da PM vai atingir todas as favelas do Rio;
- (C) a sigla PM significa Polícia Metropolitana;
- (D) o comandante indica a razão de sua decisão;
- (E) as medidas policiais contam com o apoio das comunidades.

9 - “*Dois frequentadores de uma discoteca, na Barra da Tijuca, acusam seguranças do lugar de tê-los agredido, na madrugada de ontem, dentro da casa de eventos. (...) De acordo com o gerente do espaço, o lugar tem câmeras que podem ajudar a identificar o que aconteceu.*”

(O Globo, 12-07-2009).

Nesse texto, muitos vocábulos substituem elementos anteriormente citados, a fim de se evitarem as repetições deselegantes. A alternativa abaixo que indica corretamente o antecedente referido é:

- (A) “seguranças do lugar” - Barra da Tijuca;
- (B) “de tê-los agredido” - seguranças;
- (C) “dentro da casa de eventos” - câmeras;
- (D) “De acordo com o gerente do espaço” - seguranças;
- (E) “identificar o que aconteceu” - o.

10 - “*PM proíbe funk onde baile causa violência.*”

(O Globo, 13-07-2009)

A forma de reescrever-se essa mesma frase tem seu sentido original alterado em todos os exemplos, exceto em:

- (A) funk é proibido pela PM apenas onde o baile causa violência;
- (B) funk causa violência sempre que esse baile é proibido pela PM;
- (C) baile foi proibido pela PM onde funk causava violência;
- (D) PM proíbe violência causada pelo baile funk;
- (E) PM faz violência ser proibida onde baile funk causa violência.

**Leia o texto abaixo e responda as questões 11 a 15.**

“*Toda obra de um homem, seja em literatura, música, pintura, arquitetura ou em qualquer outra coisa, é sempre um auto-retrato; e quanto mais ele tentar esconder-se, mais seu caráter se revelará, contra sua vontade.*”

(S. Butler)

11 - A utilização da palavra *coisa*, no texto tem o papel de:

- (A) referir-se apenas a todas as atividades não-artísticas;
- (B) possuir valor semântico pejorativo;
- (C) englobar somente as artes citadas anteriormente;
- (D) aludir a qualquer atividade humana;
- (E) apresentar valor irônico, pois desmerece as obras de arte.

12 - Segundo o texto, a obra literária tem por objetivo:

- (A) procurar ocultar o caráter de seu autor;
- (B) mostrar sempre a pessoa do autor;
- (C) trazer ilustrações biográficas do autor;
- (D) projetar fatos e fantasias de seu autor;
- (E) apresentar uma biografia do autor.

13 - “...e quanto mais ele tenta esconder-se...” / “...mais seu caráter se revelará...”.

As duas ocorrências do vocábulo SE, no trecho acima são vistas como:

- (A) ambas, à pessoa do autor;
- (B) a primeira é exemplo de um pronome indeterminador do sujeito;
- (C) a segunda é exemplo de pronome de valor reflexivo;
- (D) ambas têm idêntica função no texto;
- (E) a segunda indica a presença de voz passiva.

14 - “quanto mais ele tentar esconder-se, mais seu caráter se revelará”; a forma da frase abaixo em que a correspondência de tempos verbais contraria a norma culta da língua portuguesa é:

- (A) quanto mais ele tentou esconder-se, mais seu caráter se revelou;
- (B) quanto mais ele tenta esconder-se, mais seu caráter se revela;
- (C) quanto mais ele tentava esconder-se, mais seu caráter se revelava;
- (D) quanto mais ele tentasse esconder-se, mais seu caráter se revelaria;
- (E) quanto mais ele tentaria esconder-se, mais seu caráter se revelaria.

15 - “*Toda obra de um homem...é sempre um auto-retrato.*”; nesse segmento há a presença de um tipo de linguagem figurada denominado:

- (A) hipérbato;
- (B) metáfora;
- (C) metonímia;
- (D) comparação;
- (E) pleonasma.

**RJU – Lei 8.112/90**

16 - Para o provimento de cargos públicos federais, regulado pela Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990, a combinação de fatores legais está caracterizada na seguinte alternativa:

- A) Ter requisitos básicos para a investidura em cargo público, entre outros, a nacionalidade brasileira, o gozo dos direitos políticos e a idade mínima de vinte e um anos.
- B) A posse em cargo público é ato pessoal e intransferível, sendo proibida a sua realização mediante procuração.
- C) A posse deverá ocorrer no prazo de 30 (trinta) dias contados da publicação do ato de provimento, sob pena de ser o ato tornado sem efeito.
- D) Os concursos públicos podem ter validade de até 2 (dois) anos, possíveis duas prorrogações, por igual período.
- E) A contar da posse em cargo público, o servidor tem o prazo de 10 (dez) dias para entrar em exercício.

17 - Nos limites estabelecidos pela Lei Estatutária dos Servidores Públicos Civis da União, a Licença para tratar de interesse particular dar-se-á da seguinte forma:

- A) sem remuneração, a critério da Administração.
- B) sem remuneração, pela manifestação de vontade do servidor.
- C) sem remuneração, durante o período que mediar entre a sua escolha em convenção partidária.
- D) com remuneração, para acompanhar cônjuge ou companheiro que foi deslocado para outro ponto do território nacional.
- E) com remuneração, por motivo de doença do cônjuge ou companheiro.

18 - Ao ser eleito, a licença a favor do servidor público regido pelo RJU (Lei 8112/90) para o exercício de atividade política será:

- A) Não-remunerada, até o limite de três meses.
- B) Remunerada, até o limite de três meses, entre o registro de sua candidatura e o décimo dia seguinte ao da eleição.
- C) Remunerada, desde a escolha em convenção partidária, até o décimo dia seguinte ao da eleição.
- D) Não-remunerada, entre o dia da escolha em convenção partidária até o décimo dia seguinte ao da eleição.
- E) Remunerada, até o limite de quatro meses, entre a escolha em convenção partidária e a data da eleição.

19 - Os atos de demissão e de cassação de aposentadoria, em ação disciplinar, conforme expressa disposição contida na Lei nº 8.112/90, prescrevem-se em:

- A) 120 dias.
- B) 180 dias.
- C) 2 anos.
- D) 3 anos.
- E) 5 anos.

20 - Pela Lei 8.112/90, conceder-se-á indenização de transporte ao servidor que realizar despesas com a utilização de:

- A) transporte rodoviário municipal, trem e metrô.
- B) transporte rodoviário intermunicipal, trem e metrô.
- C) transporte rodoviário municipal ou intermunicipal, trem e metrô.
- D) meio próprio de locomoção para a execução de serviços externos
- E) transporte rodoviário municipal ou intermunicipal, trem, metrô e barca.

**CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS**

21 - Iniciar crianças na aprendizagem do voleibol com um jogo formal no modelo seis contra seis pode constituir-se em opção inadequada face as dificuldades no domínio da bola. No planejamento das aulas, o professor deveria privilegiar:

- (A) os cinco principais fundamentos;
- (B) jogos com regras adaptadas;
- (C) as habilidades e técnicas;
- (D) o toque e recepção;
- (E) o controle da bola.

22 - O líbero é um jogador que pode entrar na quadra em qualquer momento e em qualquer lugar substituindo um jogador das posições 1, 6 e 5. Nesta função o jogador executa as tarefas de:

- (A) defensor e atacante;
- (B) cortador e passador;
- (C) atacante e levantador
- (D) bloqueador e passador;
- (E) passador e defensor.

23 - O handebol é um dos esportes mais praticados nas aulas de educação física escolar. Com o objetivo de evitar que os alunos apresentem erros na execução do drible o professor deve ensinar que o número máximo de passadas que um jogador pode executar, sem quicar a bola no chão, é de:

- (A) três;
- (B) dois;
- (C) quatro;
- (D) um;
- (E) cinco.

24 - Num jogo de handebol a equipe atacante se desloca em velocidade trocando passes em frente ao gol adversário até conseguir arremessar ao gol. O tipo de arremesso mais utilizado pelos jogadores é denominado:

- (A) pronação;
- (B) rosca;
- (C) cobertura;
- (D) ombro;
- (E) reverso.

25 - Em uma aula de basquetebol o professor demonstrou, aos seus alunos, os diferentes tipos de arremessos que deveriam ser utilizados para lançar a bola na cesta. Ele utilizou os seguintes fundamentos em sua demonstração:

- (A) bandeja, com uma das mãos, jump e gancho;
- (B) bandeja, na altura do peito, jump e no alto;
- (C) bandeja, na altura do ombro, jump e por baixo;
- (D) bandeja, com uma das mãos, jump e picado;
- (E) bandeja, na altura do peito, jump e de lado.



26 - Num jogo de basquetebol, os pontos são marcados quando uma equipe consegue fazer com que a bola entre na cesta passando por cima do aro. O jogador que converte a cesta, arremessando a bola a partir da linha externa de 6,25m metros, consegue marcar para sua equipe:

- (A) um ponto;
- (B) dois pontos;
- (C) três pontos;
- (D) quatro pontos;
- (E) seis pontos.

27 - Um erro muito comum aos iniciantes em natação é nadar com uma exagerada elevação da cabeça. Quando um aluno eleva sua cabeça, ao nadar o crawl, seus quadris e pernas tenderão a abaixar provocando, principalmente, o aumento de um tipo de resistência conhecido como:

- (A) esteira;
- (B) lateral;
- (C) fricção;
- (D) frontal;
- (E) axial.

28 - Uma das principais metas do professor, ao ensinar os estilos de natação, é levar os alunos à coordenação dos movimentos de braços e pernas com o ritmo respiratório, a fim de melhorar sua técnica e tornar mais prazeroso o ato de nadar.

No nado borboleta a correta coordenação dos movimentos de pernas em relação ao de braços é:

- (A) duas pernadas para duas braçadas;
- (B) uma pernada para duas braçadas;
- (C) três pernadas para uma braçada;
- (D) uma pernada para uma braçada;
- (E) duas pernadas para uma braçada.

29 - As queimaduras de 2º grau são caracterizadas pela formação de bolhas cheias de líquido amarelo-claro. No atendimento a uma criança que se acidentou com líquido quente, deve-se, antes de cobrir o local com gaze ou pano limpo, emergi-lo em água:

- (A) morna por cinco minutos;
- (B) fria por cinco minutos;
- (C) gelada e aplicar manteiga;
- (D) fria e aplicar pomada;
- (E) gelada e furar as bolhas.

30 - Em virtude de não ter realizado um aquecimento adequado, antes de submeter-se a um esforço de alta intensidade, um corredor sentiu intensa dor na perna no início de uma corrida de velocidade, situação característica de um estiramento. Antes da chegada de socorro especializado dever-se-á aplicar na região dolorida:

- (A) água quente;
- (B) água morna;
- (C) água fria;
- (D) gelo picado;
- (E) calor úmido.

31 - O conhecimento dos sistemas de energia que fornecem o combustível para os músculos, nas provas de atletismo, é fundamental para que o técnico planeje o treinamento de seus atletas. Numa prova de 100m rasos a energia, predominantemente, utilizada pelos músculos dos atletas é proveniente do sistema anaeróbio denominado:

- (A) alático;
- (B) glicolítico;
- (C) lático;
- (D) oxidativo;
- (E) submáximo.

32 - No processo de envelhecimento, em mulheres, há um momento em que os ovários param de produzir óvulos encerrando-se, então, a capacidade de engravidar e produzir estrogênio em grande quantidade. O deficit de estrogênio no organismo pode produzir uma série de problemas para a saúde e contribuir para elevar as taxas de:

- (A) progesterona;
- (B) tiamina;
- (C) colesterol;
- (D) melatonina;
- (E) testosterona.

33 - Os exercícios com pesos são muito importantes para se combater a sarcopenia, fenômeno caracterizado pela perda da massa muscular. Ao aumentar gradativamente o nº de repetições de uma série de exercícios na sala de musculação, o professor baseou-se no princípio denominado:

- (A) reversibilidade;
- (B) especificidade;
- (C) individualidade;
- (D) variabilidade;
- (E) sobrecarga.

34 - Os abdominais são músculos posturais que permanecem contraídos por longos períodos para sustentar a coluna vertebral. O treinamento da região infraumbilical pode ser realizado através de exercícios de flexão da parte inferior da coluna conduzindo-se:

- (A) as mãos aos pés;
- (B) os joelhos ao peito;
- (C) as mãos aos joelhos;
- (D) os pés à cabeça;
- (E) as mãos ao chão.

35 - O fortalecimento do músculo bíceps, com a utilização de pesos, é uma prática bastante utilizada nas salas de ginástica. Ao executar a fase de flexão no exercício conhecido como “rosca direta”, o aluno realiza uma ação muscular denominada:

- (A) isométrica;
- (B) autônoma;
- (C) excêntrica;
- (D) concêntrica;
- (E) pliométrica.





36 - O corpo humano necessita de alimentação adequada para a manutenção de suas atividades vitais. A energia necessária para a realização dessas atividades, inclusive as atividades físicas, está presente em nossa alimentação nos seguintes nutrientes:

- (A) lipídios, proteínas e carboidratos;
- (B) vitaminas, carboidratos e glicose;
- (C) minerais, proteínas e glicogênio;
- (D) açúcares, gorduras e vitaminas;
- (E) glicogênio, açúcares e minerais.

37 - Num treinamento contínuo o atleta não conseguirá manter altas intensidades por longos períodos. Para que o professor aplique um tipo de treinamento com maiores intensidades ele deverá organizá-lo de forma a permitir pequenos períodos para a recuperação. Este tipo de treinamento é conhecido como:

- (A) alternado;
- (B) fartlek;
- (C) intenso;
- (D) progressivo;
- (E) intervalado.

38 - Na preparação de atletas em esportes cíclicos parece ser fundamental, no planejamento do treinamento aeróbio, a seleção de estímulos em alta intensidade. Este tipo de treinamento, quando bem realizado, provoca alterações na capacidade de ventilação pulmonar. Uma das alterações preconizadas é a melhora no:

- (A) percentual total de  $\text{CO}_2$ ;
- (B) percentual máximo de  $\text{O}_2$ ;
- (C) consumo máximo de  $\text{O}_2$ ;
- (D) consumo máximo de  $\text{CO}_2$ ;
- (E) percentual total de  $\text{O}_2$ .

39 - Quando se pretende reduzir o percentual de gordura de um determinado indivíduo, sugere-se que o mesmo pratique regularmente atividades aeróbias. O treinamento aeróbio pode contribuir para a redução das gorduras acumuladas desde que seja realizado com as seguintes características:

- (A) pequena duração e alta intensidade;
- (B) longa duração e baixa intensidade;
- (C) pequena duração e baixa intensidade;
- (D) longa duração e alta intensidade;
- (E) média duração e alta intensidade.

40 - No esporte de alto rendimento, há necessidade de se intercalar as fases de treinamento intenso com as fases de recuperação. As unidades de treinamento com duração em torno de uma semana são denominadas:

- (A) mesociclos;
- (B) periodização;
- (C) macrociclos;
- (D) microciclos;
- (E) transição.

41 - No ensino da corrida, o uso do método global consiste em fazer com que o aluno execute, durante as aulas, o movimento completo. Para o aluno, a vantagem da aplicação deste método ocorre em virtude da:

- (A) maior velocidade dos gestos;
- (B) limitada progressão dos movimentos;
- (C) distribuição equitativa da prática;
- (D) divisão uniforme do movimento;
- (E) melhor percepção do movimento.

42 - Ao submetemos determinado grupamento muscular a um treinamento de força bem planejado teremos como resultado sua hipertrofia muscular. Ela ocorre como consequência do aumento:

- (A) no número e tamanho das miofibrilas;
- (B) da quantidade de actino-miosina acumulada;
- (C) das fibras oxidativas lentas do tipo I;
- (D) das fibras resistentes à fadiga do tipo I;
- (E) no número e tamanho das fibras.

43 - A prática da natação é considerada, por alguns educadores, a mais importante atividade para o desenvolvimento psicomotor da criança cega. Essa afirmação pode ser justificada porque o contato com a água faz com que a criança perceba o movimento realizado através da:

- (A) orientação espacial através de pistas sonoras;
- (B) percepção do outro no contato corporal;
- (C) sensação tátil de todo o corpo;
- (D) participação no grupo em atividades lúdicas;
- (E) aprendizagem dos estilos oficiais da natação.

44 - O exercício respiratório deve fazer parte da rotina diária do portador de asma brônquica. Recomenda-se, nestes exercícios, que a inspiração deva ser sempre:

- (A) bucal
- (B) nasal;
- (C) assistida;
- (D) lenta;
- (E) rápida.

45 - Dentre as diferentes etapas do planejamento de ensino, a avaliação deve ser vista como um momento para:

- (A) medir o desempenho dos alunos;
- (B) fixar os conteúdos do programa;
- (C) estabelecer a classificação dos alunos;
- (D) analisar os problemas na aprendizagem;
- (E) determinar os conteúdos mais relevantes.

46 - Diversos estudos indicam haver relação entre a inatividade física e as doenças coronarianas. Os fatores de risco que mais se correlacionam com o aparecimento da aterosclerose são:

- (A) hipertensão arterial, estresse e sedentarismo;
- (B) diabetes melito, obesidade e sedentarismo;
- (C) hipotensão arterial, hereditariedade e tabagismo.
- (D) hiperlipoproteinemias, estresse e obesidade.
- (E) hiperlipoproteinemias, tabagismo e hipertensão arterial.



47 - O envelhecimento está associado tanto a uma crescente predominância de episódios de pressão arterial baixa quanto a um aumento progressivo nas pressões sistólicas em repouso ou em exercício. O aumento da pressão arterial observado em populações urbanas ocorre em virtude de um declínio progressivo na:

- (A) elasticidade das principais artérias;
- (B) diminuição do diâmetro das artérias;
- (C) pressão arterial sistêmica das coronárias;
- (D) capacidade para realizar exercícios físicos;
- (E) ingestão de sal na alimentação diária.

48 - A maioria dos traumas que atingem a cabeça não provoca lesões cerebrais. Sendo o couro cabeludo bastante irrigado por uma extensa rede de pequenas artérias e veias, as batidas costumam formar protuberâncias (galos) que surgem sob a pele (hematomas). Quando houver a formação de um galo, após um aluno bater com a cabeça, o professor deverá, imediatamente, aplicar:

- (A) calor;
- (B) gelo;
- (C) compressas;
- (D) pressão;
- (E) anti-inflamatório;

49 - Na terapia para pessoas com sequelas de acidente vascular cerebral ou paralisia cerebral, busca-se proporcionar aos indivíduos condições para que possam gradualmente exercitar-se e experimentar alguma autonomia. As atividades aquáticas são usualmente recomendadas porque:

- (A) a temperatura da água pode ser controlada em piscinas térmicas;
- (B) os exercícios atingem alguns grupamentos musculares do corpo humano;
- (C) a água diminui a força da gravidade facilitando os exercícios e deslocamentos;
- (D) podem ser realizadas em piscinas, lagos e praias;
- (E) pesquisas indicam que as pessoas preferem a prática da natação.

50 - Em aulas de educação física para crianças, pode-se utilizar os jogos cooperativos com o objetivo de criar oportunidades para o aprendizado cooperativo e a interação prazerosa. A proposta de jogos cooperativos tem como característica marcante:

- (A) a valorização da vitória;
- (B) a substituição dos melhores;
- (C) o uso de regras oficiais;
- (D) a inclusão de todos;
- (E) o estímulo à competição.



## **INFORMAÇÕES ADICIONAIS**

**Núcleo de Computação Eletrônica  
Divisão de Concursos**

**Endereço:** Av. Athos da Silveira Ramos, 274 - Ed. do CCMN, Bloco C e E  
Ilha do Fundão - Cidade Universitária - Rio de Janeiro/RJ

**Caixa Postal:** 2324 - CEP 20010-974

**Central de Atendimento:** (21) 2598-3333

**Informações:** Dias úteis, de 8 h às 17 h (horário de Brasília)

**Site:** [www.nce.ufrj.br/concursos](http://www.nce.ufrj.br/concursos)

**Email:** [concursoufrj09@nce.ufrj.br](mailto:concursoufrj09@nce.ufrj.br)