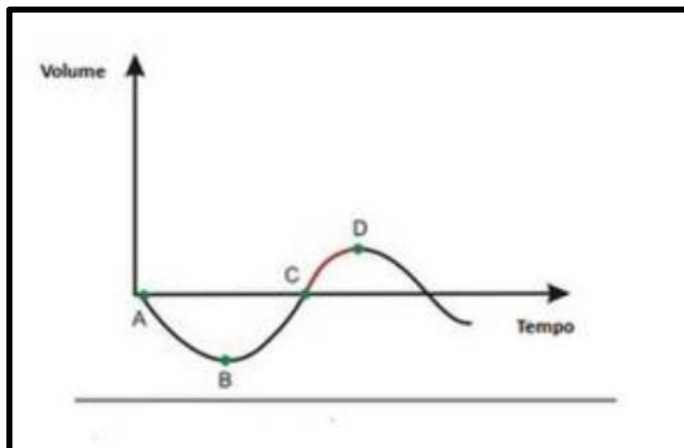


Questão 1)

De acordo com o princípio da Sobrecarga, é determinado que, para o indivíduo adquirir aptidão física, os sistemas orgânicos ou fisiológicos devem ser submetidos a cargas e esforços que provoquem adaptações. Isto é, provocar um esforço por meio do qual o organismo é obrigado a responder aos estímulos para se adaptar. De acordo com o gráfico abaixo identifique o período apontado de maneira correta nos itens abaixo.



De acordo com o gráfico acima, identifique o período apontado de maneira correta nos itens abaixo.

- a) O período de A pra B corresponde ao anabolismo.
- b) O período de A pra C identifica destreino
- c) O Período B pra C identifica o Catabolismo
- d) O período de C pra D identifica supercompensação.
- e) O ponto A identifica um sujeito após um ciclo de treinamento.

Questão 2)

Leia o texto abaixo:

O desenvolvimento das capacidades físicas (qualidades motoras passíveis de treinamento) ajuda na tomada de decisões em relação à melhor execução do movimento.



A capacidade física predominante no movimento representado na imagem é:

- a) a velocidade, que permite ao músculo executar uma sucessão rápida de gestos em movimentação de intensidade máxima.
- b) a resistência, que admite a realização de movimentos durante considerável período de tempo, sem

perda da qualidade da execução.

- c) a flexibilidade que permite amplitude máxima de um movimento, em uma ou mais articulações, sem causar lesões.
- d) a agilidade, que possibilita a execução de movimentos rápidos e ligeiros com mudanças de direção.
- e) o equilíbrio, que permite a realização dos mais variados movimentos, com o objetivo de sustentar o corpo sobre uma base.

Questão 3)

Observe a charge abaixo:



Após analisar a imagem, identifique qual alternativa descreve o pensamento do telespectador.

- a) A certeza de melhorias para os problemas sociais no Brasil
- b) O jornal consegue convence-lo de que a copa do mundo trará benefícios para o país.
- c) O telespectador não acredita na reportagem, pois sabe que os problemas vão além da copa do mundo
- d) A copa do mundo foi uma oportunidade de igualar as classes sociais
- e) O telespectador fica feliz com a notícia

Questão 4)

Leia o texto abaixo.



Além das técnicas e de treinamento específico, o atleta precisara trabalhar suas valências físicas, que são todas as qualidades físicas motoras passíveis de treinamento, comumente classificadas em diversos tipos: com a força, resistência, velocidade, agilidade, coordenação, flexibilidade, mobilidade e equilíbrio. Portanto, todos nascem com uma capacidade de gerar força e resistência, por exemplo. Identifique nas alternativas a seguir quais as valências físicas o atleta está utilizando nessa prova do atletismo.

- a) Força para se manter em pé e Agilidade para arremessar o peso.
- b) Força para arremessar o peso e Equilíbrio para se manter em pé
- c) Força para arremessar o peso e agilidade para se manter em pé
- d) Coordenação motora para arremessar o peso e resistência para se manter de pé
- e) Coordenação Motora para arremessar o peso e Equilíbrio para se manter de pé

Questão 5)

Observe a imagem abaixo.



A Língua Brasileira de Sinais é muito importante para a comunicação entre as pessoas com deficiência e para aqueles que se comunicam a partir dela. A partir do exposto e da imagem acima podemos inferir que a maior dificuldade para a aprendizagem de LIBRAS é

- a) a falta de interesse por parte das pessoas.
- b) o preconceito com os deficientes auditivos.
- c) o atendente não compreendeu a mensagem do emissor.
- d) a falta de conhecimento da língua brasileira de sinais.
- e) a ausência de um intérprete na indústria do telemarketing.

Questão 18)

Os Jogos Paraolímpicos ou Paralímpicos são o maior evento esportivo mundial envolvendo pessoas com deficiência. Incluem atletas com deficiências físicas (de mobilidade, amputações, cegueira ou paralisia cerebral), além de deficientes mentais. Realizados pela primeira vez em 1960 em Roma, Itália, têm sua origem em Stoke Mandeville, na Inglaterra, onde ocorreram as primeiras competições esportivas para deficientes físicos, como forma de reabilitar militares feridos na Segunda Guerra Mundial.

A partir disso, com relação aos Jogos Paraolímpicos, é incorreto afirmar que:

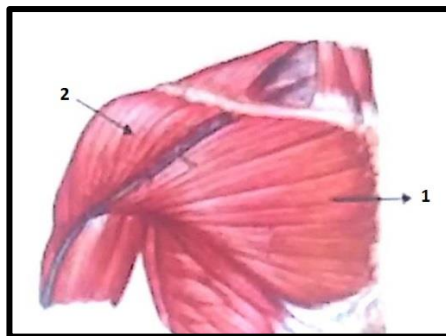
Competência: Compreender e usar a linguagem corporal como relevante para a própria vida, integradora social e formadora da identidade.

Habilidade: Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos.

- a) Os Jogos Paraolímpicos consistem em um evento desportivo, que é constituído por competições entre atletas de alto nível, desde portadores de algum tipo de deficiência, sejam elas sensoriais ou físicas.
- b) Os Jogos ocorrem no mesmo local que as Olimpíadas tradicionais, sendo disputadas paralelamente com as mesmas.
- c) Os primeiros jogos dessa natureza foram organizados num hospital londrino, no ano de 1948, voltado à recuperação de pessoas com lesões na medula óssea.
- d) Foi apenas em 1960 que ocorreu a primeira edição dos Jogos Paraolímpicos, na cidade italiana de Roma. Esse evento chegou a reunir 400 atletas, de 23 países diferentes, para disputar as competições.
- e) Foi a primeira vez dos Jogos Paralímpicos na América do Sul, na América Latina e em um país lusófono.
-

Questão 5)

A figura mostra a parte anterior do tórax de uma pessoa.

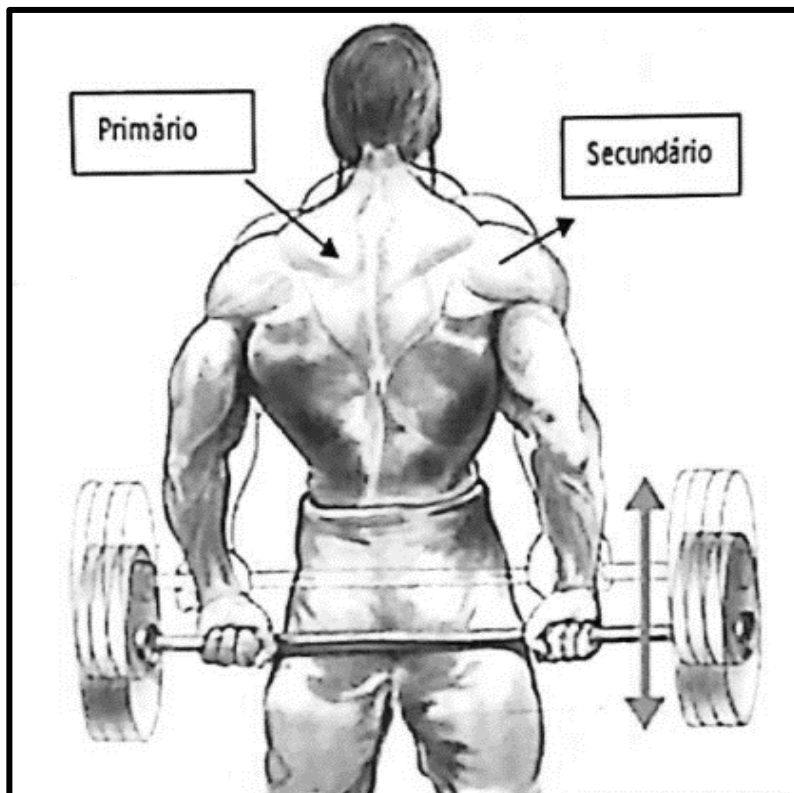


Qual o nome dos músculos indicados pelos números 1 e 2.

- a) 1- peitoral menor; 2- tríceps branquial.
- b) 1- tríceps branquial; 2- trapézio.
- c) 1- serrátil; 2- esternocleidomastóideo.
- d) 1- peitoral maior; 2- deltóide.
- e) 1- coracobraquial; 2- deltóide.
-

Questão 6)

O encolhimento de ombros com barra por trás é um exercício que consiste em elevar um pouco a barra, ou seja, contrair e depois retornar para a posição inicial.

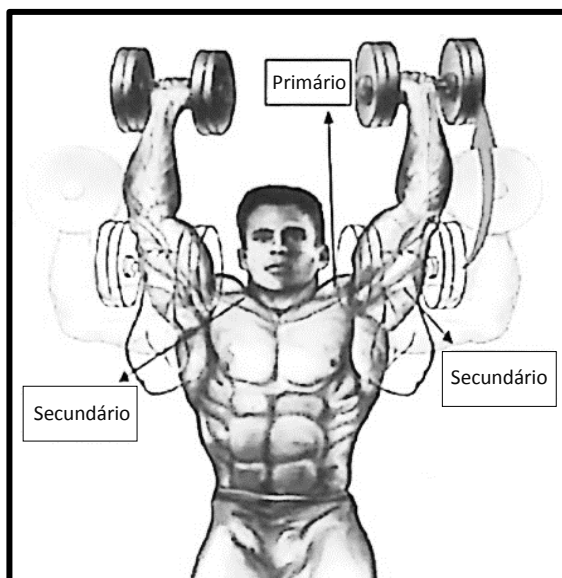


Para tanto marque a alternativa que indica os músculos envolvidos nesse exercício.

- a) músculo primário: peitoral maior; secundário: peitoral menor.
- b) músculo primário: bíceps braquial; secundário: tríceps.
- c) músculo primário: deltóide; secundário: peitoral superior.
- d) músculo primário: peitoral menor; secundário: serrátil anterior.
- e) músculo primário: trapézio; secundário: deltóide.

Questão 7)

O desenvolvimento de ombros é um exercício que consiste em levantar os halteres a partir dos ombros, estendendo os braços quase por completo e voltar os braços para posição inicial.



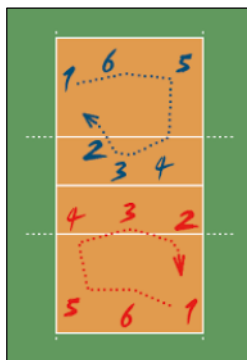
Para tanto marque a alternativa que indica os músculos envolvidos nesse exercício.

- a) músculo primário: deltóide; secundários: tríceps e peitoral superior.
- b) músculo primário: trapézio; secundários: bíceps e peitoral menor.
- c) músculo primário: peitoral maior; secundários: coracobraquial e serrátil anterior.
- d) músculo primário: peitoral menor; secundários: palmar longo, flexor ulnar do carpo, flexor radial do carpo.
- e) músculo primário: Bíceps braquial; secundários: oblíquo interno e reto do abdome.

Questão 8)

O voleibol é jogado por pontos, e não por tempo. Cada partida é dividida e dura de três a cinco sets, onde os quatro primeiros vão até 25 pontos e o quinto set, se houver, vai até 15 pontos e é denominado *tie-break*. Ao final de cada set a equipe vencedora do mesmo, deverá ter uma vantagem de dois pontos.

Os seis jogadores de cada equipe são dispostos na quadra do seguinte modo 2, 3, 4 são posições de ataque e 1, 5, 6 são posições de defesa.



Para tanto marque a alternativa que contemplam quantos e quais são os posicionamentos referentes aos atletas em quadra.

- a) 2 levantadores; 1 ponta, 2 meios, 1 oposto e 1 líbero (normalmente entra no lugar do jogador de meio que estiver no fundo de quadra).
 - b) 2 levantadores; 1 ponta, 1 meio, 2 opostos e 1 líbero (normalmente entra no lugar do jogador de meio que estiver no fundo de quadra).
 - c) 1 levantador; 2 pontas, 1 meio, 2 opostos e 1 líbero (normalmente entra no lugar do jogador de meio que estiver no fundo de quadra).
 - d) 1 levantador; 2 pontas, 2 meios, 1 oposto e 2 líberos (normalmente entram no lugar dos jogadores de meio que estiverem no fundo de quadra).
 - e) 1 levantador; 2 pontas, 2 meios, 1 oposto e 1 líbero (normalmente entra no lugar do jogador de meio que estiver no fundo de quadra).
-

Questão 9)

Em 1895, William G. Morgan, diretor da Associação Cristã de Moços de Holyoke, Massachusetts (EUA), imaginou um jogo menos cansativo e tão divertido quanto o basquete, esporte já popular nos EUA. Na hora de colocá-lo em prática, sua primeira medida foi arrancar a câmara de uma bola de basquete. Depois, Morgan suspendeu uma rede semelhante à de tênis no meio de uma quadra e distribuiu um time para cada lado. O objetivo das equipes seria rebater a bola para o lado adversário. Pronto, assim surgiu o mintorette, mas rapidamente ganhou popularidade com o nome de *volleyball*.

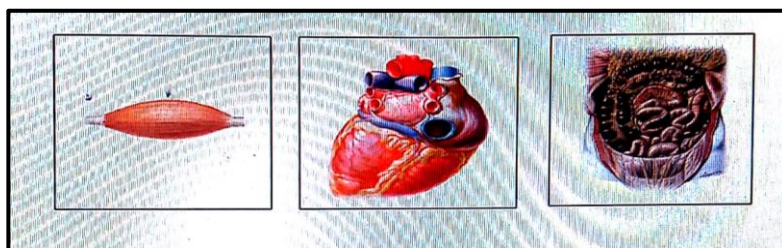
Os lances, que acontecem numa quadra de vôlei são ações responsáveis pelos principais movimentos realizados por atletas durante as partidas.

Para tanto a modalidade tem como fundamento corretamente descrito.

- a) Manchete - Lance feito com uma das mãos que serve para colocar a bola em jogo e é executado quando passa pela posição 1 na quadra.
 - b) Bloqueio - Tentativa dos jogadores que estão à rede de fazer uma muralha para impedir o ataque adversário e pode ser realizado por até três jogadores.
 - c) Toque - É a principal jogada de ataque, realizada quando o atleta dá uma tapa na bola com a maior força possível direcionando-a a quadra adversária.
 - d) Saque - É uma jogada tanto defensiva - quando a equipe recebe um ataque ou saque - quanto de passe, pois quem dá uma manchete tenta "amaciar" a bola para o levantador.
 - e) Cortada - É o segundo ou mesmo o primeiro passe dado após a equipe receber a bola do adversário. Cabe ao levantador executá-lo com perfeição, lançando a bola ao ar com a ponta dos dedos das duas mãos simultaneamente, em uma posição que favoreça o ataque.
-

Questão 10)

O corpo humano possui três tipos de tecidos musculares.



Marque a alternativa que apresenta os tipos específicos dos músculos e a ordem correta correspondente.

- a) Músculo Esquelético; Músculo Estriado; Músculo Cardíaco.
- b) Músculo Esquelético; Músculo Liso; Músculo Estriado.
- c) Músculo Estriado Esquelético; Músculo Liso; Músculo Estriado Cardíaco.
- d) Músculo Estriado Esquelético; Músculo Estriado Liso; Músculo Estriado Cardíaco.
- e) Músculo Estriado Liso; Músculo Liso; Músculo Estriado Cardíaco.
