

# Educação Física

## INSTRUÇÕES:

1. Aguarde autorização para abrir o CADERNO DE PROVAS.
2. Após esta autorização, confira devidamente o CADERNO DE PROVAS, com a máxima atenção, observando se há algum defeito (de encadernação ou de impressão) que possa dificultar a sua compreensão.
3. Ao receber o CARTÃO DE RESPOSTAS, verifique se os dados estão corretos: nome, nº da Inscrição e o número de documento de identificação. Se constatado algum erro, comunique-se imediatamente com o fiscal da sala para as devidas providências.
4. A prova, composta de 60 (sessenta) questões objetivas e numeradas de 01 a 60, terá duração máxima de 4h (quatro horas).
5. O candidato só poderá se retirar do local de prova depois de transcorrida 1 (uma) hora do início de sua aplicação. Caso o candidato pretenda retirar-se do local com o CADERNO DE PROVA, só poderá fazê-lo depois de transcorridas 2 (duas) horas do início de sua aplicação.
6. As respostas às questões objetivas deverão ser assinaladas no CARTÃO DE RESPOSTAS que lhe foi entregue. Lembre-se de que, para cada questão objetiva, há **apenas uma** resposta correta, dentre as **4 (quatro)** alternativas apresentadas com as letras A, B, C e D.
7. O CARTÃO DE RESPOSTAS deverá ser marcado, obrigatoriamente, com caneta esferográfica, com tinta na cor azul ou preta. O candidato terá inteira responsabilidade sobre seu CARTÃO DE RESPOSTAS e não deverá rasurá-lo, dobrá-lo, amassá-lo ou danificá-lo, pois esse não será substituído.
8. É vedada a substituição do CARTÃO DE RESPOSTAS em decorrência de erro cometido pelo candidato.
9. A interpretação dos enunciados faz parte da aferição de conhecimentos. Não cabem, portanto, esclarecimentos.
10. Ao término de sua prova, entregue o CARTÃO DE RESPOSTAS, devidamente assinado ao Fiscal da sala.

## Saúde Pública e Coletiva

### Questão 1.

Considere as seguintes afirmações:

- I. A saúde é um direito fundamental do ser humano.
- II. Estado deve prover as condições indispensáveis ao seu pleno exercício.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 2.

De acordo com o artigo 196 da Constituição Federal de 1988, a *“saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação”*.

Trata-se do princípio da

- (A) Universalidade.
- (B) Equidade.
- (C) Integralidade
- (D) Regionalidade

### Questão 3.

Em relação ao campo de atuação do Sistema Único de Saúde, considere as seguintes afirmações:

- I. a execução de ações de vigilância sanitária e epidemiológica;
- II. a participação na formulação da política e na execução de ações de saneamento básico;

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 4.

São ações abrangidas pela vigilância sanitária:

- I. o controle de bens de consumo que se relacionem com a saúde.
- II. o controle da prestação de serviços que se relacionam direta ou indiretamente com a saúde.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 5.

No que tange aos normativos relacionados aos serviços de saúde, considere as seguintes afirmações:

- I. Compete ao Ministério da Saúde elaborar normas para regular as relações entre o SUS e os serviços privados contratados de assistência à saúde.
- II. Cabe aos estados firmarem contratos e convênios com entidades prestadoras de serviços privados de saúde, bem como controlar e avaliar sua execução.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 6.

Em relação à Estratégia em Saúde da Família, considere as seguintes afirmações:

- I. O Serviço de Atenção Domiciliar tem como objetivo a promoção de espaços de cuidado e de trocas de experiências para cuidadores e funcionários.
- II. O programa de Saúde da Família (PSF) foi criado como estratégia para contribuir com a construção de um novo modelo de atenção integral à saúde das famílias.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 7.

São características específicas do processo de trabalho da Estratégia Saúde da Família, EXCETO:

- (A) Manter atualizado o cadastramento das famílias e dos indivíduos e utilizar, de forma sistemática, os dados para a análise da situação de saúde considerando as características sociais, econômicas, culturais, demográficas e epidemiológicas do território.
- (B) Diagnóstico, programação e implementação das atividades segundo critérios de Risco à saúde, priorizando solução dos problemas de saúde financeiramente mais onerosos.
- (C) Prática do cuidado familiar ampliado, efetivada por meio do conhecimento da estrutura e da funcionalidade das famílias, que visa propor intervenções que influenciem os processos de saúde-doença dos indivíduos, das famílias e da própria comunidade;
- (D) Trabalho interdisciplinar e em equipe, integrando áreas técnicas e profissionais de diferentes formações.

### Questão 8.

No que tange os benefícios da assistência domiciliar à população idosa, considere as seguintes afirmações:

- I. o estímulo constante para a preservação da autonomia.
- II. maior proteção contra os fatores de risco.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 9.

No que diz respeito ao conceito de intersetorialidade, considere as seguintes afirmações:

- I. Corroborar para a anulação dos espaços específicos das políticas setoriais.
- II. Busca a união de diferentes setores para fortalecer a ação do Estado sobre o controle da população.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 10.

Considere as seguintes afirmações:

- I. A intersetorialidade objetiva a ação articulada com outras áreas de política social para produzir melhores resultados de saúde.
- II. A intersetorialidade não é recomendada para atuar sobre problemas estruturais da sociedade.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 11.

Em relação aos princípios que regem as ações e serviços públicos e privados de saúde, considere as seguintes afirmações:

- I. A descentralização político-administrativa com direção coparticipativa em todas as esferas de governo.
- II. A descentralização da oferta no âmbito estatal a partir da consolidação e atualização das organizações sociais.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 12.

Com relação ao disposto no Estatuto da Criança e do Adolescente, considere as seguintes afirmações:

- I. Criança é a pessoa que possuiu até 12 (doze) anos de idade completos. Em casos excepcionais, expressas em lei, o Estatuto poderá ser aplicado às pessoas entre 18 (dezoito) anos e 21 (vinte e um) anos de idade.
- II. A convivência integral da criança com a mãe adolescente que estiver em acolhimento institucional será devidamente garantida.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 13.

São campos de atuação do Sistema Único de Saúde (SUS):

- I. saúde estudantil.
- II. vigilância sanitária.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 14.

Não está relacionado às diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa:

- (A) Promoção do envelhecimento ativo.
- (B) Fortalecimento do controle social.
- (C) Fragmentação da atenção.
- (D) Apoio ao desenvolvimento de pesquisas.

### Questão 15.

Não é membro prioritário da equipe multiprofissional previsto para a Rede de Atenção à Saúde no que tange a Atenção Domiciliar:

- (A) Médico.
- (B) Psicólogo.
- (C) Fisioterapeuta.
- (D) Assistente social.

### Questão 16.

São temas prioritários da Política Nacional de Promoção da Saúde, EXCETO:

- (A) formação e educação sob demanda.
- (B) alimentação adequada e saudável.
- (C) práticas corporais e atividades físicas;
- (D) enfrentamento do uso abusivo de álcool e outras drogas

### Questão 17.

Considere as seguintes afirmações:

- I. Universalidade, equidade e integralidade são princípios norteadores da atenção básica.
- II. Os ambulatórios especializados são formas de acesso aos serviços nas Redes de Atenção à Saúde.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 18.

Considere as seguintes afirmações:

- I. A organização do SUS está alicerçada em regionalização e hierarquização.
- II. A gratuidade é princípio ou diretriz norteador do SUS.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 19.

Em relação às competências e atribuições do sistema único de saúde, considere as seguintes afirmações:

- I. incrementar em sua área de atuação o desenvolvimento científico e tecnológico.
- II. fiscalizar e inspecionar alimentos, compreendido o controle de seu teor nutricional.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 20.

Em relação ao atendimento e a internação domiciliares, no âmbito do Sistema Único de Saúde, considere as seguintes afirmações:

- I. poderão ser realizados independentemente de indicação médica, desde que haja expressa concordância do paciente e de sua família.
- II. serão realizados por equipes multidisciplinares que atuarão nos níveis da medicina preventiva, terapêutica e reabilitadora.

Assinale a alternativa correta:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

## Conhecimento Específico

### Questão 21.

NÃO é princípio profissional que deve pautar o exercício profissional em Educação Física:

- (A) o respeito à vida, à dignidade, à integridade e aos direitos do indivíduo.
- (B) a ausência de discriminação ou preconceito de qualquer natureza.
- (C) a sustentabilidade do meio ambiente.
- (D) transparência em suas ações e decisões.

### Questão 22.

São responsabilidades e deveres do Profissional de Educação Física, EXCETO:

- (A) guardar sigilo sobre fato que tiver ciência em decorrência do exercício da profissão, sem qualquer exceções.
- (B) elaborar o programa de atividades do beneficiário em função de suas condições gerais de saúde.
- (C) promover e facilitar o aperfeiçoamento técnico, científico e cultural das pessoas sob sua orientação profissional.
- (D) manter-se atualizado quanto aos conhecimentos técnicos, científicos e culturais.

### Questão 23. X

Considere os seguintes efeitos associados a contração muscular:

“Decorre de movimento articular, com alteração do comprimento do músculo sem alterar sua tensão máxima. Possui alto consumo calórico e é de rápida duração”

Trata-se da contração

- (A) isométrica.
- (B) dinâmica.
- (C) parcial.
- (D) rotacional.

### Questão 24.

A Lei Nº 9.696, de 1º de setembro de 1998, dispõe sobre a regulamentação da Profissão de Educação Física e cria os respectivos Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física. Nos dizeres da referida lei, são competências do Profissional de Educação Física, exceto:

- (A) a coordenação e supervisão de projetos em áreas de atividade física.

- (B) a prestação de serviços de auditoria e consultoria em áreas de esporte.
- (C) a elaboração de instruções técnicas e pedagógicas em áreas laborais.
- (D) a participação de equipes técnicas nas áreas de esporte.

### Questão 25.

A antropometria tem grande aplicação no acompanhamento do crescimento e desenvolvimento de crianças, na verificação das adaptações ao treinamento, na seleção de atletas e em estudos de caracterização étnica. Quando as medidas são feitas periodicamente, obtém-se informações precisas da resposta do organismo a estímulos dados. Em relação às medidas biométricas somáticas utilizada na antropometria, julgue as seguintes afirmações:

- I. A envergadura é a distância entre as pontas dos dedos médios de ambos os membros superiores abduzidos e estendidos.
- II. Estando o indivíduo em pé, a altura tronco-encefálica é dada pela distância entre o vértex e o plano de apoio da bacia.

Em relação às afirmações, é CORRETO afirmar que:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 26.

O crossfit é uma metodologia de condicionamento físico criada com base em três pilares: movimentos funcionais, movimentos constantemente variados e movimentos de alta intensidade. Em relação às capacidades físicas exploradas na prática do crossfit, considere as seguintes afirmações:

- I. A resistência cardiorrespiratória está associada à capacidade do corpo humano de gerar, processar e distribuir oxigênio para suas partes.
- II. O equilíbrio diz respeito à capacidade de controlar o centro de gravidade do corpo humano em relação à base que ele se encontra.
- III. A flexibilidade consiste da habilidade de maximizar a amplitude do movimento de uma articulação e/ou músculo.

O número de afirmações corretas é

- (A) 0.
- (B) 1.
- (C) 2.
- (D) 3.

### Questão 27.

A coluna vertebral é composta por 33 vértebras; sendo 7 cervicais; 12 torácicas; 5 lombares e 5 vértebras estão fundidas formando o sacro e as quatro vértebras inferiores constituem o cóccix, algumas representadas a seguir:

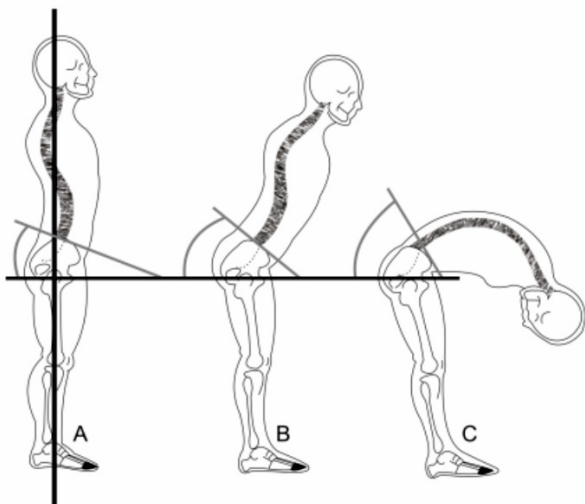


Da esquerda para a direita são apresentadas, respectivamente, as vértebras

- (A) Cervical, lombar e torácica.
- (B) Lombar, Cervical e torácica.
- (C) Cervical, torácica e lombar.
- (D) Lombar, torácica e cervical.

### Questão 28.

As vértebras apresentam diferentes níveis de mobilidade, dependendo da sua localização, por exemplo, as torácicas se flexionam pouco para evitar que sejam comprimidos órgãos vitais como pulmão e coração, ao passo que a flexão vertebral em L5-S1 é de 20 graus.



Em relação aos diferentes níveis de mobilidade das vértebras e considerando os movimentos A, B e C da figura acima, assinale a alternativa correta:

- (A) O movimento (C) é resultado do movimento (B).
- (B) O movimento (C) corresponde à flexão do quadril.
- (C) A rotação no eixo longitudinal é menor nas vértebras torácicas e maior nas lombares.
- (D) À medida que flexionamos o tronco, os discos intervertebrais não são comprimidos.

### Questão 29.

Força é uma característica humana, com qual se move uma massa (seu próprio corpo ou um implemento esportivo), sua capacidade em dominar ou reagir a uma resistência pela ação muscular". Assinale a alternativa que contém o tipo de força muscular que pode levar um grupo de músculos a atuar, no decorrer de um determinado movimento, contra uma determinada resistência.

- (A) Força estática
- (B) Força explosiva
- (C) Força dinâmica
- (D) Força máxima

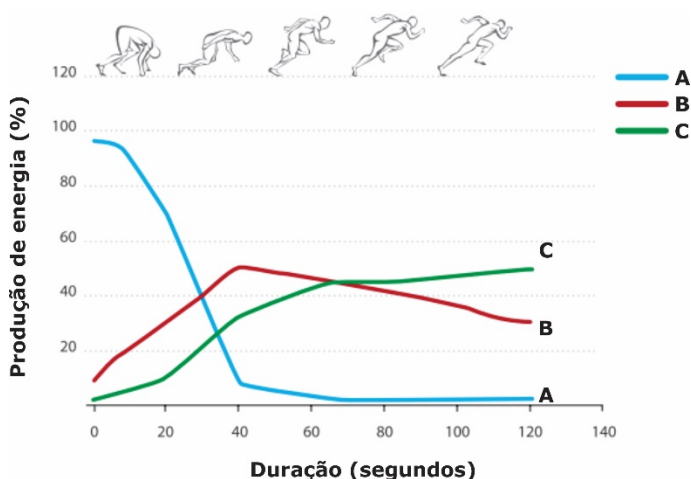
### Questão 30.

Qual a quantidade de energia necessária para elevar a temperatura a temperatura de 1 g de água de 14,5°C para 15,5°C submetido à pressão de 1 atm (atmosfera)?

- (A) 1 Joule
- (B) 1 Caloria
- (C) 1 Watt
- (D) 1 Kwh

### Texto e figura para as questões 31 e 32:

O gráfico a seguir mostra a produção de energia em função do tempo em um exercício de intensidade máxima para cada um dos processos energéticos ATP-CP, Lático e Aeróbio.



O pico de cada curva corresponde à potência desse processo energético e a área que cada curva define em relação aos dois eixos corresponde à capacidade.

Considerando as informações apresentadas ou relacionadas aos conceitos presentes no gráfico, responda:

### Questão 31.

As fontes A, B e C correspondem, respectivamente, a

- (A) Lático, Aeróbio e ATP-CP.
- (B) ATP-CP, Lático e Aeróbio.
- (C) Aeróbio, ATP-CP e Lático.
- (D) ATP-CP, Aeróbio e Lático.

### Questão 32.

A fonte energética mais potente e a de maior capacidade são dadas, respectivamente, por

- (A) A e C.
- (B) A e B.
- (C) C e A.
- (D) C e B.

### Questão 33.

A respeito de fisiologia do exercício, considere as seguintes afirmações:

- I. As respostas agudas ocorrem no decorrer de uma sessão de exercício físico.
- II. As adaptações crônicas são consequências de um período de treinamento físico.

Em relação às afirmações, é CORRETO afirmar que:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 34.

Em relação à fisiologia do exercício e temas a ela inerentes, julgue as seguintes afirmações:

- I. Em repouso, a pressão sistólica mais alta é de aproximadamente 120 mmHg enquanto a pressão diastólica está entre 70 e 80 mmHg.
- II. Os primeiros minutos de uma atividade muscular rítmica são caracterizados por rápida elevação da pressão sistólica.

Em relação às afirmações, é CORRETO afirmar que:

- (A) I é verdadeira e II é falsa.
- (B) I é falsa e II é verdadeira.
- (C) I e II são verdadeiras.
- (D) I e II são falsas.

### Questão 35.

A espessura das dobras cutâneas permite avaliar o grau de desenvolvimento do tecido celular subcutâneo, ou seja, a adiposidade. Assinale a alternativa INCORRETA em relação aos pontos de referência para medidas de dobras cutâneas:

- (A) Tríceps: dobra vertical na parte posterior (dorso) do braço na linha média entre o processo acromial e processo do olécrano da aluna
- (B) Peitoral: dobra diagonal tomada ao longo do caminho médio da linha oblíqua para os homens e no primeiro terço para as mulheres, entre a axila e o mamilo.
- (C) Abdominal: dobra vertical tomada a 2 cm laterais do umbigo, mas não inclui tecido umbilical e é realizada no lado direito.
- (D) Perna: dobra vertical na região anterior da coxa, no ponto médio entre a dobra inguinal e a borda superior da patela, estando a perna direita relaxada, semi-fletida com o pé apoiado e o peso do corpo transferido para a perna esquerda

### Questão 36.

Os perímetros também conhecidos como circunferências, são medidas antropométricas sobre planos transversais ao maior eixo longitudinal do corpo, medindo, portanto, seus contornos. Permitem conhecer melhor o grau de desenvolvimento das estruturas musculares, ósseas e gordurosas de um determinado segmento, o grau de simetria dos membros e o estado de nutrição.



Na figura, está representado o procedimento para medida do perímetro:

- (A) abdominal umbilical.
- (B) xifoidiano.
- (C) abdominal epigástrico.
- (D) do quadril.

### Questão 37.

Na figura, está representado um importante teste de potência:



Trata-se do:

- (A) Teste de impulsão.
- (B) Salto longitudinal.
- (C) Teste estático.
- (D) Salto dinâmico.

### Questão 38.

Segundo Fitts & Posner, são três os estágios de aprendizagem motora, que evoluem em função do tempo: cognitivo, associativo e autônomo. É característica do estágio cognitivo:

- (A) Quantidade reduzida de erros no desempenho.
- (B) Capacidade de desempenhar tarefas simultâneas.
- (C) Desempenho altamente inconsistente.
- (D) Detecção e correção dos próprios erros.

### Questão 39.

É exemplo de habilidade motora seriada:

- (A) Cobrar pênalti em uma partida de futebol.
- (B) Pedalar bicicleta em uma prova de ciclismo.
- (C) Mudar marcha ao dirigir um carro.
- (D) Sacar bola em uma partida de voleibol.

### Questão 40.

“Requer maior controle de músculos menores, principalmente os envolvidos na coordenação das mãos e dos olhos, pois esses movimentos necessitam de um alto grau de precisão”.

Trata-se do conceito de:

- (A) Habilidade motora fina.
- (B) Habilidade motora grossa.
- (C) Controle motor.
- (D) Controle biomecânico.

### Questão 41.

Em relação aos princípios do treinamento esportivo, assinale a alternativa INCORRETA:

- (A) As cargas de treino, quando utilizadas no momento certo e com a intensidade adequada, resultam em supercompensação.
- (B) O aumento progressivo das cargas de treino dá origem à supercompensação repetida e à melhora da forma física.
- (C) Não se verifica melhora da aptidão física se as cargas forem sempre iguais e/ou se forem aplicadas com longos intervalos entre si.
- (D) O treino excessivo decorre somente do uso de cargas são demasiadamente grandes.

### Questão 42.

São objetivos do treinamento de capacidade e potência láctica para a velocidade, EXCETO:

- (A) ativar as fibras musculares glicolíticas e oxidativas rápidas (IIa, IIb, IIc).
- (B) melhorar a resistência de velocidade.
- (C) manter o funcionamento do sistema metabólico, apesar do lactato.
- (D) melhorar a tolerância às grandes concentrações de lactato.

### Questão 43.

A fratura pode ser conceituada como a perda da continuidade óssea que resulta em rompimento completo ou incompleto do osso lesionado. Geralmente, a ocorrência de fraturas, durante práticas esportivas, sugere que houve a aplicação significativa de determinada quantidade de energia sobre a região óssea, maior que a resistência necessária para suportá-la, reproduzindo como consequência a fratura.

Como principais sinais e sintomas de fratura, podemos destacar, EXCETO:

- (A) Crepitação Óssea.
- (B) Falta de sensibilidade.
- (C) Dormência ou Formigamento.
- (D) Incapacidade motora.



#### Questão 44.

A hemorragia é considerada a perda aguda de volume sanguíneo, proveniente de lesões de compartimentos vasculares. As hemorragias são classificadas em externas e internas, sendo a hemorragia externa a mais comum em acidentes durante práticas esportivas. Ocorre extravasamento de sangue ao meio externo, por ferimentos abertos como cortes. As hemorragias externas são classificadas em três tipos: arterial, venosa e capilar, sendo a arterial a mais séria, pois a perda de sangue é muito rápida.

Os principais procedimentos que podem ser usados por um socorrista no controle da hemorragia externa são, EXCETO:

- (A) Compressão direta.
- (B) Elevação de membro.
- (C) Compressão de pontos arteriais.
- (D) Aplicação de gelo.

#### Questão 45.

São características dos jogos cooperativos, EXCETO:

- (A) interesse maior voltado para a participação.
- (B) maior capacidade de inclusão e envolvimento.
- (C) redução qualitativa do nível de empatia.
- (D) aprimoramento do desenvolvimento humano.

#### Questão 46.

A partir dos conceitos de recreação, atividade recreativa e lazer propostos por Lênea Gaelzer (1979, p. 59), uma das grandes incentivadoras do desenvolvimento da recreação e do lazer com seu trabalho pioneiro no Sul do Brasil, NÃO se pode afirmar que:

- (A) as atividades recreativas são a ação prática da recreação.
- (B) tanto a recreação como o lazer relacionam-se ao ato de ter prazer.
- (C) o lazer é uma atividade de recreação, ou seja, está contida na recreação.
- (D) as atividades de lazer e recreação estão ligadas à livre escolha do ser humano.

#### Questão 47.

Em relação aos principais aspectos relacionados às atividades físicas, considere as seguintes afirmações:

- I. Ao desenvolver atividades físicas para idosos, o professor deve desenvolver ações que facilitem a aprendizagem e a aquisição de padrões de movimento. Com esses objetivos, o professor deve diminuir o grau de dificuldade das tarefas para os mais habilidosos.

- II. Um dos cuidados que deve ser tomado durante e após a realização das atividades físicas é a reposição hídrica, porque a água apresenta propriedades estabilizantes da temperatura corporal.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

#### Questão 48.

Em relação à prática de atividades físicas para indivíduos com idade entre 5 e 17 anos de idade, considere as seguintes afirmações:

- I. Predominantemente, a atividade física diária deve ser aeróbia.
- II. Deve-se optar, no mínimo, por 60 minutos diários de atividades físicas leves a moderadas.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

#### Questão 49.

Em relação à prática de atividades físicas e aos conceitos a ele inerentes, considere as seguintes afirmações:

- I. Exercício Físico é uma estrutura de atividade planejada, estruturada e repetitiva.
- II. Atividade Física é a capacidade de realizar tarefas diárias com rigor e vivacidade, sem fadiga inadequada a ampla energia para conduzir as necessidades das atividades da vida diária.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 50.

Considere os seguintes dados:

- I. A promoção e manutenção da saúde.
- II. O gosto pela prática de atividades físicas.
- III. A socialização e a estética.
- IV. Ter ocupação e distração

O número de itens que apresentam motivos de aderência dos longevos a programas de atividades físicas é igual a

- (A) 1.
- (B) 2.
- (C) 3.
- (D) 4.

### Questão 51.

Em relação adesão e aderência à prática de atividades físicas, considere as seguintes afirmações:

- I. adesão à prática do exercício é uma tarefa árdua, constituída por fases complexas, tais quais a adoção, manutenção, desligamento e retomada da atividade, onde as mesmas estão ligadas aos fatores motivacionais.
- II. a fase de desligamento está relacionada com fatores como falta de tempo, motivação, questões situacionais, e ocorre mais em pessoas que tem em seu histórico o sedentarismo e baixa capacidade motora ou física;

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 52.

Em relação ao Sistema Único de Saúde e a temas a ele relacionados, considere as seguintes afirmativas:

- I. Cuidar da saúde e assistência pública, da proteção e garantia das pessoas com deficiência é de competência do Sistema Único de Saúde em todo o território nacional.
- II. Estão incluídas ainda no campo de atuação do Sistema Único de Saúde (SUS) a execução de ações de vigilância sanitária.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 53.

Em relação ao Programa de Saúde da Família (PSF) e a temas a ele relacionados, considere as seguintes afirmativas:

- I. É objetivo do Programa de Saúde da Família a prestação de assistência integral, contínua, com resolubilidade e boa qualidade às necessidades de saúde da população do bairro.
- II. A atuação das equipes de saúde do PSF está restrita às ações de prevenção e reabilitação de doenças.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 54.

Trata-se da capacidade de executar movimentos rápidos com mudança de direção:

- (A) Flexibilidade.
- (B) Lateralidade.
- (C) Força.
- (D) Resistência.

### Questão 55.

No contexto das medidas e avaliações em Educação Física, considere as seguintes afirmações:

- I. O conceito de cineantropometria está associado a medir o homem em movimento.
- II. Os testes dimensionais são utilizados para estudar a flexibilidade.

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 56.

Consiste de um conjunto de exercícios realizados no início da jornada de trabalho com o objetivo de aquecer os grupos musculares e preparar os empregados para as tarefas que serão realizadas. Isso aumenta a circulação sanguínea, oxigena a musculatura, desperta a mente e aumenta a disposição e capacidade de concentração. Geralmente, possui duração de 10 a 20 minutos. Trata-se da:

- (A) Ginástica preparatória.
- (B) Ginástica de relaxamento.
- (C) Ginástica compensatória.
- (D) Ginástica de rendimento.

### Questão 57.

São benefícios proporcionados pela ginástica laboral, EXCETO:

- (A) Aumento da produtividade.
- (B) Diminuição dos acidentes.
- (C) Aumento do absenteísmo.
- (D) Melhoria do clima organizacional

### Questão 58.

Refere-se a todo o tipo de processo que tem por objetivo a medição de forças, bem como, a medição da distribuição de pressões:

- (A) Dinamometria.
- (B) Antropometria.
- (C) Eletromiografia.
- (D) Econometria.

### Questão 59.

Em relação aos tipos de avaliação utilizados pelo profissional de educação física, considere as seguintes afirmações:

- I. A avaliação diagnóstica leva em consideração o progresso dos indivíduos, no decorrer do processo ensino-aprendizagem ou de avaliação, indicando ao professor o grau de aprendizagem do aluno.
- II. A avaliação somativa leva em consideração todas as avaliações realizadas no fim de cada unidade do planejamento, com o intuito de obter o progresso do aluno

É CORRETO afirmar que:

- (A) I está CORRETA e II está ERRADA.
- (B) I está ERRADA e II está CORRETA.
- (C) I e II estão CORRETAS.
- (D) I e II estão ERRADAS.

### Questão 60.

Considere os seguintes quesitos:

- I. Usar roupas adequadas.
- II. Ter dormido de 6 a 8 horas.
- III. Ter realizado exercício físico antes da avaliação.

São recomendações para a realização de avaliação física apenas o que consta em:

- (A) I e II.
- (B) I e III.
- (C) II e III.
- (D) I, II e III.