



Prefeitura Municipal de São Carlos

CONCURSO PÚBLICO

24. PROVA OBJETIVA

TÉCNICO DE ESPORTES – ÁREA GINÁSTICA ARTÍSTICA

- ♦ VOCÊ RECEBEU SUA FOLHA DE RESPOSTAS E ESTE CADERNO CONTENDO **50** QUESTÕES OBJETIVAS.
- ♦ CONFIRA SEU NOME E NÚMERO DE INSCRIÇÃO IMPRESSOS NA CAPA DESTE CADERNO.
- ♦ LEIA CUIDADOSAMENTE AS QUESTÕES E ESCOLHA A RESPOSTA QUE VOCÊ CONSIDERA CORRETA.
- ♦ RESPONDA A TODAS AS QUESTÕES.
- ♦ MARQUE, NA FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS, LOCALIZADA NO VERSO DESTA PÁGINA, A LETRA CORRESPONDENTE À ALTERNATIVA QUE VOCÊ ESCOLHEU.
- ♦ TRANSCREVA PARA A FOLHA DE RESPOSTAS, COM CANETA DE TINTA AZUL OU PRETA, TODAS AS RESPOSTAS ANOTADAS NA FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS.
- ♦ A DURAÇÃO DA PROVA É DE **3** HORAS.
- ♦ A SAÍDA DO CANDIDATO DA SALA SERÁ PERMITIDA APÓS TRANSCORRIDA **1** HORA DO INÍCIO DA PROVA.
- ♦ AO SAIR, VOCÊ ENTREGARÁ AO FISCAL A FOLHA DE RESPOSTAS E ESTE CADERNO, PODENDO DESTACAR ESTA CAPA PARA FUTURA CONFERÊNCIA COM O GABARITO A SER DIVULGADO.

AGUARDE A ORDEM DO FISCAL PARA ABRIR ESTE CADERNO DE QUESTÕES.



Prefeitura Municipal de
São Carlos

FOLHA INTERMEDIÁRIA DE RESPOSTAS

QUESTÃO	RESPOSTA
01	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
02	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
03	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
04	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
05	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

06	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
07	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
08	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
09	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
10	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

11	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
12	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
13	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
14	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
15	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

16	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
17	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
18	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
19	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
20	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

21	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
22	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
23	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
24	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
25	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

QUESTÃO	RESPOSTA
26	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
27	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
28	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
29	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
30	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

31	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
32	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
33	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
34	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
35	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

36	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
37	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
38	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
39	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
40	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

41	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
42	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
43	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
44	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
45	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

46	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
47	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
48	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
49	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E
50	<input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> E

Leia o texto para responder às questões de números 01 a 09.

Uma bola, dois halteres, um elástico... e seu corpo. E você achava que precisava de aparelhos e uma montanha de acessórios para treinar com eficiência! Isso é tudo o que precisa para construir músculos fortes e definidos, ganhar resistência e deixar seu corpo mais “esperto”.

Formulado na década de 1970, nos EUA, o treino funcional vem conquistando *personal trainers* e frequentadores de academia e ganhando espaço na preparação de atletas amadores e profissionais. Pontos a favor? Contempla variáveis pouco trabalhadas nos aparelhos de musculação, como equilíbrio, agilidade e coordenação, e quebra a rotina dos treinos convencionais. O melhor: você faz em casa, na boa.

“O grande trunfo da eficiência do treino funcional é a execução perfeita dos movimentos. Na musculação tradicional, a dificuldade dos exercícios está ligada apenas ao aumento das cargas. No funcional, as tarefas, mais complexas, englobam vários movimentos diferentes, deixando o corpo forte e equilibrado”, explica o treinador Luciano D’Elia, de São Paulo, precursor do treino funcional no Brasil.

Num só exercício você agacha, avança, gira ou levanta, mexe simultaneamente diferentes grupos musculares e torna o corpo mais “inteligente”. “Como os estímulos são diferentes dos do treino convencional, também pode complementar o que já é feito na academia”, explica D’Elia.

Por não só fortalecer os músculos como também promover sua eficiência, o treinamento funcional vem sendo usado por profissionais que dependem do condicionamento físico – como policiais. Ao deslocar o centro de gravidade do corpo por meio de bases instáveis ou posturas, os exercícios recrutam não só os principais músculos como outros menores e mais profundos (os estabilizadores). Isso aumenta a intensidade do treino e aprimora a percepção do próprio corpo no espaço.

O trabalho fortalece o core, região central do corpo formada por abdômen, quadril e região lombar, envolvida no equilíbrio da maior parte das atividades. “Isso ajuda a tornar todas as práticas esportivas mais seguras, com menor risco de lesões”, diz o fisiologista do esporte Renato Lotufo, da Clínica Medicina do Esporte, de São Paulo.

(*Men’s Health*, maio de 2009)

01. Assinale a alternativa que reproduz, de maneira coerente, uma ideia contida no texto.

- (A) Quem frequenta academias tem menos probabilidade de lesões nas articulações.
- (B) Os estímulos musculares no treino convencional têm muita densidade.
- (C) Para obter músculos enrijecidos, é preciso fazer exercícios com aparelhos especializados.
- (D) Um corpo forte e equilibrado é o resultado de treinamentos com estabilizadores.
- (E) Os policiais precisam ter um bom condicionamento físico.

02. O treinamento funcional

- (A) permite que o corpo fique mais equilibrado, com movimentos diferentes daqueles do treinamento tradicional.
- (B) aumenta o ritmo de permanência em cada aparelho de musculação.
- (C) fortalece o enrijecimento dos músculos do tórax.
- (D) segue uma rotina equivalente ao treinamento tradicional.
- (E) foi elaborado pelo fisiologista Renato Lotufo, para garantir maior desenvoltura aos atletas.

03. Segundo o treinador Luciano D’Elia,

- (A) as práticas esportivas mais seguras são aquelas em que o atleta tem total domínio do seu corpo.
- (B) o treinamento funcional só tem êxito a partir da repetição insistente de atividades.
- (C) exercícios feitos em academia podem ser complementados por atividades com estímulos diversos.
- (D) as práticas esportivas devem levar em conta a segurança dos atletas em todos os aspectos.
- (E) para treinar com eficiência, é preciso o auxílio de vários aparelhos e profissionais especializados.

04. Em – “Por não só fortalecer os músculos *como também* promover sua eficiência, ...” – as expressões destacadas estabelecem uma relação de

- (A) adversidade.
- (B) temporalidade.
- (C) causa.
- (D) adição.
- (E) concessão.

05. Leia as frases.

- I. Com o treino funcional, o corpo começa a ganhar mais agilidade e notam-se movimentos diferentes.
- II. A medida que o atleta pratica com aparelhos de musculação, devem haver melhoras sensíveis em seu corpo.
- III. O fisiologista afirma que, para evitar as lesões, necessita-se de práticas constantes que garantam o equilíbrio.
- IV. A complexidade dos exercícios deixam o corpo com mais equilíbrio, por isso muitos profissionais estão aderindo à essa prática.

As frases em que a concordância verbal e o uso ou não do acento indicativo da crase estão de acordo com a norma culta são:

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

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

06. As aspas usadas em – ... *músculos fortes e definidos, ganhar resistência e deixar seu corpo mais “esperto”* – servem para
- (A) indicar uma citação.
 - (B) introduzir um novo interlocutor.
 - (C) apresentar uma informação contraditória.
 - (D) marcar o emprego de uma variante linguística.
 - (E) complementar o sentido da expressão *corpo*.
07. Em – “*Como os estímulos são diferentes* do treino convencional, também pode complementar o que já é feito na academia...” – a expressão destacada pode ser substituída, sem alteração de sentido, por
- (A) Porque os estímulos são diferentes...
 - (B) Por conseguinte, os estímulos são diferentes...
 - (C) Todavia, os estímulos são diferentes...
 - (D) Embora os estímulos sejam diferentes...
 - (E) Logo, os estímulos são diferentes...
08. Assinale a alternativa em que a informação entre parênteses está correta.
- (A) Contempla variáveis *pouco* trabalhadas nos aparelhos de musculação... (a expressão em destaque expressa sentido de tempo).
 - (B) ...e uma montanha de acessórios para treinar *com eficiência!* (a expressão destacada expressa circunstância de modo).
 - (C) Na musculação tradicional, a dificuldade dos exercícios está ligada *apenas* ao aumento das cargas. (a expressão destacada estabelece relação de inclusão).
 - (D) Num só exercício você agacha, avança, gira ou levanta, mexe *simultaneamente* diferentes grupos musculares... (a expressão em destaque denota sentido de espaço).
 - (E) Ao deslocar o centro de gravidade do corpo *por meio* de bases instáveis ou posturas... (a expressão destacada indica circunstância de intensidade).
09. Em – “*Isso* ajuda a tornar todas as práticas esportivas mais seguras, com menor risco de lesões.” (6.º parágrafo) – a expressão *Isso* refere-se
- (A) ao equilíbrio da maior parte das atividades.
 - (B) ao baixo risco de lesões.
 - (C) ao fortalecimento do core.
 - (D) à intensidade dos treinos.
 - (E) à percepção do corpo no espaço.
10. Assinale a alternativa em que a expressão em destaque está empregada conforme norma padrão da língua escrita.
- (A) O treino funcional, *onde* a execução dos movimentos é um trunfo, está sendo utilizado por policiais.
 - (B) *Se pode* verificar que o treino funcional vem conquistando os frequentadores de academias.
 - (C) Os esportistas deverão impetrar um *mandato* de segurança contra o juiz.
 - (D) Quando o atleta *vir* o resultado do treino funcional, mudará seus exercícios.
 - (E) O grande trunfo do método é a sequência de movimentos. Por isso, os atletas devem *praticar-lhe* constantemente.

11. A prática regular de atividade física traz benefícios para a saúde. Indivíduos com diabetes do tipo 1 podem ser muito beneficiados pela prática de atividade física.

Assinale a alternativa que expressa, correta e respectivamente, a disfunção de um indivíduo com diabetes do tipo 1 e qual o benefício da atividade física para ele.

- (A) Incapacidade de produzir glicose; maior utilização da insulina pelos tecidos musculares, retirando-a da corrente sanguínea.
- (B) Incapacidade de produzir insulina; maior utilização de aminoácidos pelos tecidos musculares, retirando-os da corrente sanguínea.
- (C) Incapacidade de produzir insulina; maior utilização da glicose pelos tecidos musculares, retirando-a da corrente sanguínea.
- (D) Alta produção de insulina; menor utilização da glicose pelos tecidos musculares, mantendo uma alta concentração na corrente sanguínea.
- (E) Alta produção de glicose; menor utilização de insulina pelos tecidos musculares, mantendo uma alta concentração na corrente sanguínea.

12. Em um domingo ensolarado, dois amigos jogaram futebol de campo em um parque público perto de suas casas por mais de duas horas, sob um sol muito forte. Ao final desse período, um deles comprou duas latas de cerveja, enquanto o outro comprou uma garrafa de 1,5 litros de água e ambos as tomaram rapidamente. Quando chegaram a suas casas, foram ao banheiro e perceberam que a cor de suas urinas estava muito clara, além de começarem a sentir dor de cabeça muito forte, o que poderia ser um sinal de desidratação.

Pensando em tal situação, leia atentamente as seguintes afirmativas.

- I. A cerveja é um diurético. A água, quando tomada em abundância e de maneira muito rápida, inibe a produção do hormônio antidiurético (ADH). Por isso, ambas estimularam a produção de urina.
- II. A água é um ótimo repositores hídrico, mas não foi suficiente para reidratar o organismo após a realização da atividade muito intensa por conter poucos sais minerais.
- III. A cerveja é um bom repositores hídrico, pois contém muita água, e também muitas calorias e álcool que contribuem para a retenção de líquido pelo organismo.
- IV. Tanto a cerveja quanto a água estimularam a produção de hormônio antidiurético (ADH), o que fez com que o organismo produzisse urina de maneira mais rápida e abundante.

As afirmativas que justificam, corretamente, a possível desidratação dos dois amigos são, apenas,

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

13. Considere as seguintes atividades realizadas no tempo livre.
- Uma menina anda de bicicleta aos sábados e domingos.
 - Um rapaz vai à academia de musculação em dias alternados.
 - Uma senhora lê livros e joga dominó com as amigas.
- Analisando as atividades realizadas por essas pessoas, assinale a alternativa que contém o substrato utilizado na obtenção de energia e o tipo de alimento que deve ser ingerido para repor a energia gasta.
- Aminoácidos, Proteínas.
 - Ácidos Graxos, Lipídios.
 - Aminoácidos, Lipídios.
 - Glicose, Carboidratos.
 - Glicose, Proteínas.
14. Um dos objetivos do Sistema Nacional de Esporte e Lazer é promover a cidadania esportiva e de lazer, na sua dimensão científica, política e tecnológica.
- Para isso, o Sistema enfatiza a necessidade da realização de pesquisas que tenham um determinado tipo de referência.
- Assinale a alternativa correta a respeito de qual referência as pesquisas devem adotar para que se possa atingir o objetivo de promover cidadania esportiva e de lazer.
- Capital.
 - Experimental.
 - Bibliográfica.
 - Comercial.
 - Social.
15. O esporte e o lazer são direitos de todos os cidadãos brasileiros e podem influenciar na obtenção de uma melhor qualidade de vida de cada indivíduo.
- Assinale a alternativa que expressa um objetivo do Sistema Nacional de Esporte e Lazer diretamente relacionado a esses direitos.
- Centralizar no Ministério da Economia a gestão das verbas públicas para o esporte e o lazer.
 - Detectar e desenvolver talentos esportivos em potencial, melhorando o esporte competitivo no Brasil.
 - Democratizar e universalizar o acesso ao esporte e ao lazer à população brasileira.
 - Transferir a gestão das políticas públicas de esporte e lazer para os Ministérios da Saúde ou da Educação.
 - Promover espetáculos esportivos internacionais, transmitidos por sistemas de TV por assinatura.
16. Assinale a alternativa correta a respeito da relação entre o ensino do esporte e a formação da cidadania.
- Para aprender a ser um bom cidadão por meio da prática esportiva, basta treinar e obter um melhor desempenho físico e motor.
 - O indivíduo se torna um melhor cidadão pelo simples fato de treinar suas capacidades físicas e motoras, mesmo que não obtenha um melhor desempenho a partir delas.
 - O bom cidadão é aquele que compreende e aceita que os espaços públicos de esporte devem ser destinados, exclusivamente, aos atletas, pois são eles que garantem uma boa imagem do país em competições internacionais.
 - A Educação Física e o Esporte auxiliam na formação do cidadão quando evitam abordar assuntos que levem seus alunos a reivindicarem o acesso a centros esportivos e lazer, e a programas de práticas corporais dirigidos à população em geral.
 - A Educação Física e o Esporte auxiliam na formação do cidadão quando, por exemplo, levam seus alunos a compreenderem e reivindicarem o acesso a centros esportivos e de lazer e a programas de práticas corporais dirigidos à população em geral.
17. Leia atentamente as afirmativas relacionadas às propostas de ação resultantes da I Conferência Nacional do Esporte, ocorrida em 2004, no que se refere ao esporte de alto rendimento.
- Definir e implementar uma política nacional que desenvolva o esporte olímpico, paraolímpico e não olímpico.
 - Estabelecer um sistema nacional de capacitação profissional para professores de Educação Física, técnicos, preparadores físicos e dirigentes de esportes de base e de alto rendimento.
 - Implementar sistemas de treinamento esportivo em escolas de educação infantil e de ensino fundamental I, para promover a descoberta de novos talentos.
 - Implementar Centros de Formação, Treinamento, Pesquisa e Excelência esportiva por meio de parcerias com Universidades, Forças Armadas e entidades afins.
- Estão corretas apenas as afirmativas
- I e III.
 - I, II e III.
 - II e III.
 - I, II e IV.
 - I, III e IV.

18. Para o desenvolvimento do esporte educacional, uma série de ações se torna necessária.

Assinale a afirmativa correta a respeito do que se entende como desejável para promover o esporte educacional no Brasil.

- (A) Adquirir materiais esportivos, fabricados dentro das especificações técnicas das regras oficiais determinadas pelas federações e confederações esportivas.
- (B) Evitar parcerias públicas e privadas que complicam a gestão do esporte, seja nas escolas, seja fora delas.
- (C) Construir e restaurar equipamentos, ampliando e constituindo uma nova infraestrutura esportiva no país.
- (D) Conseguir investimentos provenientes, apenas, da iniciativa privada.
- (E) Conseguir investimentos públicos provenientes, apenas, da esfera federal.

19. O Manifesto Mundial do Esporte, publicado em 1964 pelo Conselho Internacional de Educação Física e Esporte da UNESCO, foi um marco na história da área por tornar evidente que o esporte pode ser visto e interpretado de formas diferentes. É possível, hoje, notar que a classificação do esporte adotada nos atuais documentos oficiais brasileiros sofreu forte influência do conteúdo desse documento.

Assinale a alternativa que contém as três perspectivas a respeito do esporte moderno apresentadas e analisadas nesse Manifesto.

- (A) Esporte da escola; na escola; educacional.
- (B) Esporte de rendimento; educacional; laboral.
- (C) Lazer esportivo; esporte educacional; esporte saudável.
- (D) Esporte nos tempos livres; de lazer; de ócio.
- (E) Esporte na escola; nos tempos livres; de alta competição.

20. O crescimento desenfreado das grandes metrópoles como São Paulo e Rio de Janeiro, nas décadas de 60 e 70, gerou consequências significativas na cultura do lazer e do esporte de suas populações.

Assinale a alternativa que expressa, corretamente, tais consequências.

- (A) A busca por atividades campestres e em meio à natureza, a fim de se afastar da poluição e aliviar as tensões da vida moderna.
- (B) A busca por atividades noturnas, como cinema e discotecas das grandes metrópoles, aproveitando o crescimento desse mercado de entretenimento.
- (C) A quase extinção da cultura de lazer e esporte devido à falta de cuidado com o corpo e a indisponibilidade de academias ou clubes de esporte para a prática de atividade física.
- (D) O aumento de doenças pulmonares e dermatológicas que deixou a população assustada, e gerou o fenômeno da *urbanofobia*.
- (E) Desenvolvimento de péssimos hábitos alimentares e de hábitos sedentários, devido ao aumento da propaganda de alimentos *fast-food*.

21. Com o crescimento urbano que se presencia até hoje, surgem alguns *hobbies* que mudam o estilo de vida das pessoas e o meio ambiente em que vivem.

Leia, atentamente, as afirmativas a respeito do processo de urbanização e da relação entre urbanização e prática de atividades físicas.

- I. As pessoas, em geral, buscam esquecer as tensões e fugir da poluição das grandes cidades indo para a praia ou para o campo sempre que podem.
- II. Arborizar o ambiente doméstico e praticar jardinagem como forma de lazer ajuda a compensar a frieza dos ambientes urbanos.
- III. A prática de atividades físicas em contato com a natureza pode ser vista como compensatória ao estilo de vida urbano.
- IV. A prática de exercícios ao ar livre costuma ser prejudicial à saúde física e mental.

Assinale a alternativa correta a respeito das afirmativas.

- (A) As frases I, II e III estão corretas, e a IV contradiz a III.
- (B) As frases I, II e IV estão corretas, e a III contradiz a IV.
- (C) As frases I, II e III estão incorretas, e a IV contradiz a III.
- (D) As frases I e II estão corretas, e a III e a IV, incorretas.
- (E) As frases II e III se complementam, e ambas contradizem a frase I.

22. O conceito de Cultura Corporal abrange vários esportes, manifestações culturais e de recreação. Uma das mais praticadas hoje em dia é a Ginástica, que pode ser subdividida em Ginástica Formativa e Ginástica Competitiva.

Leia atentamente as frases a seguir a respeito dessa subdivisão da Ginástica.

- I. Seu objetivo é estimular o desenvolvimento do potencial biológico, para ser utilizado em diferentes situações com o intuito de melhorar a eficiência mecânica e funcional do organismo.
- II. Além de servir como ferramenta principal do condicionamento físico, ela é ideal para ser utilizada como parte do processo de aquisição de habilidades motoras altamente estruturadas.
- III. Serve para ampliar as experiências ou o nível de proficiência das crianças, por meio das variações das atividades de jogos e brincadeiras e atividades pré-esportivas, oferecidas dentro de todas as suas possibilidades lúdicas e recreativas.

Assinale a alternativa que associa, corretamente, as afirmativas com a subdivisão da Ginástica.

- (A) I e II estão relacionadas à Ginástica Formativa, e III, à Ginástica Competitiva.
- (B) I e II estão relacionadas à Ginástica Competitiva, e III, à Ginástica Formativa.
- (C) II e III estão relacionadas à Ginástica Formativa, e I, à Ginástica Competitiva.
- (D) I, II e III estão relacionadas à Ginástica Formativa.
- (E) I, II e III estão relacionadas à Ginástica Competitiva.

23. A mídia influencia muito na formação da cultura corporal das pessoas, nos esportes a serem praticados por uma nação e também nos grupos sociais e *tribos urbanas* que as pessoas acabam constituindo.

Assinale a alternativa que expressa como o profissional de Educação Física deve estar preparado para lidar com esse tipo de imposição da mídia.

- (A) Preocupar-se com os temas veiculados pela mídia e tomá-los como guia de seu trabalho, despreocupando-se em elaborar projetos político-pedagógicos para sua instituição ou unidade de trabalho.
- (B) Despreocupar-se com os temas veiculados pela mídia e seguir estritamente o projeto político-pedagógico da instituição e unidade em que atua.
- (C) Despreocupar-se com os temas veiculados pela mídia e procurar formação continuada em Universidades para conseguir se adaptar à realidade e não se tornar um profissional “atrasado”.
- (D) Ter amplo conhecimento dos diversos conteúdos da Educação Física e do Esporte, tendo, assim, condições para discutir as mensagens que a mídia veicula.
- (E) Não tomar como base o que a mídia impõe e fundamentar-se nos conhecimentos biológicos e socioculturais que são mais relevantes para a Educação Física e para o Esporte.

24. O senso comum, muitas vezes reforçado pela mídia, estabelece relações equivocadas entre o Esporte e a Educação Física.

Assinale a alternativa que expressa uma dessas relações equivocadas.

- (A) A Educação Física é sinônimo de Esporte de alto rendimento, tendo seus objetivos em comum.
- (B) A Educação Física pode contar com o Esporte para ensinar valores cooperativos e de cidadania.
- (C) O Esporte de alto rendimento não é a única vertente da Educação Física, podendo nem estar diretamente associado a ela.
- (D) Conduzir pessoas para treinamentos que visam à alta performance não pode ser encarado como o grande objetivo da Educação Física.
- (E) A Educação Física se fundamenta em várias áreas e enxerga o Esporte como um dos aspectos da diversidade da cultura corporal.

25. Leia atentamente as frases e classifique-as como verdadeiras (V) ou falsas (F).

- I. Com a profissionalização do esporte, muitos indivíduos da classe pobre puderam ver uma chance de ascensão social vertiginosa em suas vidas devido às possibilidades de renda que o esporte oferece.
- II. O esporte também tem um papel funcionalista, isto é, ele pode ser utilizado como estratégia para a busca de eficácia e produtividade no trabalho.
- III. O esporte de alto rendimento tem como objetivo promover a saúde e a integridade física dos praticantes e de entusiastas amadores.

As frases são classificadas, respectivamente, como:

- (A) F, F, V.
- (B) F, V, F.
- (C) V, V, F.
- (D) V, F, V.
- (E) V, V, V.

26. Não há dúvidas de que o esporte pode influenciar uma sociedade inteira. Um exemplo disso é o fanatismo que os brasileiros têm pelo futebol; mas não se pode esquecer que a sociedade também influencia o esporte com seus costumes, crenças e preconceitos.

Assinale a alternativa que expressa uma influência da sociedade no esporte.

- (A) Brigas de torcidas em estádio de futebol influenciam as pessoas a continuarem a ser violentas em seus contextos domésticos ou de trabalho.
- (B) Os Jogos Olímpicos colaboram com o país sede, aumentando seu comércio, turismo e número de empregos para sua população.
- (C) Copas do mundo de futebol trazem maior consciência política aos espectadores quando são mostradas as diferenças entre os países participantes.
- (D) Competições internacionais adiam ou auxiliam a resolução de conflitos entre duas ou mais nações separadas por conflitos ideológicos.
- (E) Países de cultura latina, normalmente machista, estimulam a prática e ainda caracterizam alguns esportes como masculinos, a exemplo do futebol e das lutas, e outros como femininos, como a dança e o voleibol.

27. Nas Olimpíadas de Berlim, em 1936, ficou evidente a tentativa de Hitler em comprovar sua teoria de que a raça ariana era superior às outras. Ao longo da história do esporte, também se pode observar o confronto nos quadros de medalhas olímpicas entre países como os Estados Unidos e a União Soviética para defender qual seria o melhor regime político: o Capitalismo americano ou o Comunismo soviético.

Com esses acontecimentos, chega-se à conclusão de que o esporte continha um grande propósito para estas nações.

Assinale a alternativa que expressa com qual propósito era utilizado o esporte.

- (A) Incentivo às práticas saudáveis.
- (B) Instrumento para democratizar as nações.
- (C) Veículo de propaganda ideológica.
- (D) Conscientização de nações subdesenvolvidas.
- (E) Veículo de opressão partidária.

28. Os esportes paraolímpicos são praticados por pessoas com deficiências, porém existe uma classe de deficientes que não é contemplada em nenhuma modalidade paraolímpica.
Assinale a alternativa que menciona qual é essa classe e a razão pela qual ela não é contemplada em nenhuma modalidade paraolímpica.
- (A) Deficientes visuais, porque são incapazes de adquirir autonomia para a prática de atividades físicas.
 - (B) Deficientes mentais, porque possuem total impedimento motor para a prática de qualquer atividade física.
 - (C) Amputados, porque não são considerados deficientes pelo fato de a amputação não ser uma deficiência congênita.
 - (D) Deficientes auditivos, porque sua deficiência permite que a prática esportiva ocorra junto dos não deficientes.
 - (E) Hemiplégicos, porque, devido ao comprometimento dos membros atingidos pela paralisia, torna-se difícil redigir regulamentos específicos para as competições.
29. O atletismo paraolímpico já trouxe várias medalhas para o Brasil.
Assinale a alternativa que expressa as categorias de deficientes que competem no atletismo paraolímpico e suas provas.
- (A) Deficiência física e visual, provas masculinas e femininas, respeitando-se especificidades da deficiência dos competidores e se dividindo em corridas e saltos.
 - (B) Deficiência física e visual, provas masculinas e femininas, respeitando-se especificidades da deficiência dos competidores e se dividindo em corridas, saltos, lançamentos e arremessos.
 - (C) Deficiência física e visual, provas masculinas e femininas para os deficientes visuais e somente masculinas para os deficientes físicos, dividindo-se em corridas, saltos, lançamentos e arremessos.
 - (D) Deficiência mental, em provas masculinas e femininas, respeitando-se especificidades da deficiência dos competidores e se dividindo em corridas, saltos, lançamentos e arremessos.
 - (E) Deficiência cognitiva, em provas masculinas e femininas, respeitando-se especificidades da deficiência dos competidores e se dividindo em corridas e saltos.
30. Um grupo de pessoas de uma comunidade decide realizar um campeonato de futebol com os times de seu bairro no formato de eliminatória simples. Ao final do prazo de inscrições, 32 equipes se inscreveram. Devido à disponibilidade de tempo dos participantes, os jogos seriam realizados somente aos sábados, porém o campo só comportaria 2 jogos por sábado para preservar as boas condições do gramado.
Quantos sábados foram necessários para o término desse campeonato?
- (A) 14.
 - (B) 15.
 - (C) 16.
 - (D) 17.
 - (E) 18.
31. Em um campeonato de basquetebol de eliminatória simples foram inscritas 29 equipes. Quantas equipes sairão isentas (bye) na primeira rodada?
- (A) 3.
 - (B) 4.
 - (C) 5.
 - (D) 6.
 - (E) 7.
32. Uma das principais linhas filosóficas utilizada na Promoção à Saúde é o *empowerment*, que pode ter o sentido de *empowerment* psicológico e o de *empowerment* comunitário.
A respeito do tema, leia as afirmativas.
- I. O *empowerment* psicológico é um sentimento de maior controle sobre a própria vida que os indivíduos experimentam através do pertencimento a distintos grupos.
 - II. No *empowerment* psicológico, existe uma necessidade de as pessoas participarem de ações políticas coletivas.
 - III. O *empowerment* comunitário entende o poder como um recurso material ou não material distribuído à sociedade na qual convivem diferentes interesses.
- Assinale a alternativa que classifica, correta e respectivamente, as afirmativas como verdadeiras (V) ou falsas (F).
- (A) F, V, F.
 - (B) F, V, V.
 - (C) V, V, F.
 - (D) V, F, F.
 - (E) V, F, V.
33. O ideário da Nova Promoção à Saúde surgido nos países desenvolvidos nos anos 70 assume uma das principais linhas de atuação da Organização Mundial de Saúde, o que influenciou, nos anos seguintes, a elaboração de políticas de saúde de diversos países.
Em 1984, foram sintetizadas novas linhas de ação para a promoção à saúde que, juntamente com a Carta de Otawa produzida durante a 1.^a Conferência Internacional de Promoção à Saúde (1986) e a Alma Ata, apresentam alguns eixos de ação, os quais, direta ou indiretamente, estão relacionados ao ensino das atividades físicas e do esporte.
Assinale a alternativa que contém esses eixos.
- (A) Controle de natalidade e manutenção de hospitais e maternidades.
 - (B) Diminuição no custo de planos de saúde e melhora no atendimento na saúde pública.
 - (C) Constituição de políticas públicas saudáveis e criação de ambientes sustentáveis.
 - (D) Despoluição de rios e mananciais e melhora da qualidade da água potável.
 - (E) Elaboração de um novo sistema público de saúde e capacitação da população para contribuir com isso.

34. O trabalho geralmente é encarado como estressante e cansativo, enquanto o lazer e o esporte, por outro lado, têm características contrárias às do trabalho.

Assinale a alternativa que expressa, corretamente, a relação entre lazer e trabalho.

- (A) O lazer e o esporte oferecem momentos de desgaste físico e mental diferentes dos momentos em que o indivíduo está no trabalho, e isso faz com que seu estresse diminua.
- (B) O lazer é um reparador das deteriorações das forças físicas e mentais provocadas pelas tensões resultantes do trabalho; também diverte e entretém o trabalhador, opondo-se ao tédio e à monotonia do trabalho do dia a dia.
- (C) O lazer e o esporte não têm a preocupação de recuperar ou amenizar esforços físicos e mentais originados do trabalho; assim, devido a essa ausência de preocupação, aliviam o estresse e tensão provenientes do trabalho.
- (D) Os momentos de lazer hoje em dia são tão escassos e curtos que mesmo em alguma atividade prazerosa o trabalhador não se desprende do trabalho, tornando o lazer ineficaz.
- (E) Com as ginásticas laborais e outras atividades dentro do ambiente de trabalho, o trabalhador não precisa mais de momentos de lazer fora desse ambiente, diminuindo a função do lazer como reparador de danos laborais.

35. As ginásticas laborais, atividades recreativas e confraternizações estão cada vez mais sendo adotadas por grandes empresas devido aos benefícios que proporcionam, tanto para seus funcionários, quanto para a própria empresa.

Assinale a alternativa que apresenta a vantagem que as empresas levam ao aplicarem esta política de esporte e lazer.

- (A) Passam uma imagem de consciência social para o público trabalhador e para seus familiares, mesmo que, com isso, ela perca em produtividade.
- (B) A certeza de que as empresas estão cientes da condição física de seus funcionários e estão preocupadas com a saúde deles.
- (C) Os funcionários temporariamente incapacitados têm garantida sua estabilidade no emprego para quando forem reabilitados, o que faz com que a empresa ganhe em produtividade.
- (D) Os funcionários sofrem menos lesões resultantes de esforços repetitivos e também ficam mais motivados a trabalhar; com isso, a empresa ganha em produtividade.
- (E) Melhora-se o ambiente de trabalho e a empresa torna-se uma espécie de segunda família para o empregado, sem haver, no entanto, qualquer implicação para a produtividade.

36. Hoje em dia, os espaços físicos urbanos estão cada vez mais se tornando saturados de construções, o que, conseqüentemente, diminui a quantidade de espaços vazios (áreas verdes ou sem construções), que são importantes para as vivências de lazer e do esporte.

Assinale a alternativa que aponta o que acaba acontecendo com os espaços de esporte e lazer em centros urbanos super-popolosos.

- (A) Continuam como áreas voltadas para a saúde, porém no formato de clínicas ou hospitais.
- (B) Deixam de ser áreas voltadas para a saúde, apesar de muitas se transformarem em clínicas ou hospitais.
- (C) São transformados em espaços urbanos culturais cada vez mais acessíveis à população.
- (D) Muda-se sua localização, são comercializados, mas se tornam mais acessíveis à população.
- (E) Acabam comercializados e privatizados, sendo somente frequentados por sócios, o que implica em exclusão da maioria da população.

37. O lazer e suas práticas muitas vezes são vistos como não essenciais para a sociedade, o que acarreta um grande problema com relação aos espaços de lazer.

Assinale a alternativa que expressa esse problema.

- (A) Os espaços e equipamentos de lazer não recebem a atenção necessária, mas lhes é atribuída uma grande importância em políticas de administração urbana.
- (B) Os espaços e equipamentos de lazer recebem a atenção que lhes é necessária, mas não têm importância em políticas de administração urbana.
- (C) Os espaços e equipamentos de lazer não recebem a atenção necessária, nem lhes é atribuída importância numa política de administração urbana.
- (D) Os espaços e equipamentos de lazer recebem a atenção necessária, mas os planejadores urbanos ainda os condenam como sendo tempo improdutivo.
- (E) Mesmo os espaços e equipamentos de lazer recebendo grande importância dentro de uma política de administração urbana, a sociedade ainda condena o lazer como sendo tempo perdido.

38. O lazer oferece vários tipos de vivências que podem ser utilizadas como práticas educativas muito eficientes se bem utilizadas e fundamentadas num bom conhecimento de seus fundamentos teóricos e práticos.

Leia as afirmativas.

- I. Favorecer o desenvolvimento pessoal e social por meio do lazer.
- II. Ajudar na compreensão da realidade por meio do lazer.
- III. As atividades de lazer aliviam as tensões do dia a dia.
- IV. O lazer propicia uma fuga da realidade da sociedade em que vivemos.
- V. Estimular relações interpessoais e o desenvolvimento de sentimento de solidariedade por meio do lazer.

As afirmativas que podem ser entendidas como objetivos educativos são:

- (A) I, II e III, apenas.
- (B) I, II e V, apenas.
- (C) II, III e IV, apenas.
- (D) I, III e V, apenas.
- (E) IV e V, apenas.

39. O lazer tem uma importância muito grande com relação à educação, tanto no aspecto da educação pelo lazer, em que o lazer é utilizado como ferramenta, quanto no aspecto da educação para o lazer, em que a sociedade é educada e incentivada a ter seus momentos de lazer no dia a dia.

Assinale a alternativa que expressa um caso de educação para o lazer.

- (A) Um grupo de adolescentes é incentivado a praticar esportes e atividades lúdicas em seu tempo livre para ficar longe de problemas como drogas e violência.
- (B) Uma pessoa acima do peso se sente bem ao praticar uma atividade física e percebe que, com isso, pode melhorar sua saúde e qualidade de vida.
- (C) Um professor de ensino fundamental utiliza algumas vivências esportivas para ensinar conceitos de matemática.
- (D) Monitores de acampamento se utilizam de jogos e brincadeiras em grupo para que as crianças aprendam como viver e trabalhar em sociedade.
- (E) Um professor de artes marciais utiliza o judô para mostrar o respeito que as pessoas devem ter em relação às outras.

40. Relacione os itens das duas colunas, considerando os objetivos educativos e os domínios do comportamento a que pertencem.

OBJETIVOS	DOMÍNIOS DO COMPORTAMENTO
I. Aprimorar as capacidades físicas básicas e as habilidades motoras.	a. Afetivo-social.
II. Desenvolver capacidade para reconhecer os próprios erros e colaborar para o bom desempenho da equipe em atividades coletivas.	b. Cognitivo-intelectual.
III. Compreender os aspectos históricos e sociais dos jogos e esportes.	c. Físico-motor.

Assinale a alternativa que expressa a correspondência correta

- (A) I-a, II-b, III-c.
- (B) I-b, II-c, III-a.
- (C) I-c, II-b, III-a.
- (D) I-c, II-a, III-b.
- (E) I-a, II-c, III-b.

41. Atualmente, é recomendável que a avaliação da aprendizagem em Educação Física e do Esporte seja feita de maneira processual.

Esse tipo de avaliação é caracterizado por ocorrer

- (A) sem que o aluno tenha qualquer informação sobre o resultado para que não se frustrate na aprendizagem de uma determinada modalidade.
- (B) ao final do processo de ensino, quando o professor decide se o aluno tem condições de evoluir na modalidade esportiva.
- (C) de maneira fragmentada, limitando o número de habilidades por ciclo de aprendizagem.
- (D) continuamente, acompanhando a evolução do aluno em várias dimensões do seu comportamento.
- (E) contínua e progressivamente, fornecendo conhecimento de resultados coletivos e evitando *feedbacks* individuais para não constanger qualquer aprendiz diante do grupo.

42. Muitos autores da Ginástica Artística partem do princípio de que as habilidades necessárias para sua prática são derivadas de padrões básicos de movimento e de suas combinações.

Leia atentamente as afirmações a respeito de certos princípios mecânicos.

- I. Uma melhor absorção do impacto acontece quando são utilizadas mais partes do corpo por mais tempo.
- II. Quanto maior a base de apoio e mais próximo o centro de gravidade estiver dessa base, maior será a estabilidade.
- III. O início do movimento ocorre quando se aplica uma força que não passe pelo centro de gravidade do corpo, quanto mais longe do centro de gravidade esta força for aplicada, maior será a eficácia do movimento.

Assinale a alternativa que apresenta, correta e respectivamente, a quais padrões básicos de movimentos ginásticos os princípios mecânicos se referem.

- (A) Posições Estáticas; Rotações; Aterrissagem.
- (B) Rotações; Aterrissagem; Posições Estáticas.
- (C) Aterrissagem; Posições Estáticas; Rotações.
- (D) Aterrissagem; Saltos; Posições Invertidas.
- (E) Saltos; Rotações; Posições Estáticas.

43. Na Ginástica Artística, existem várias maneiras de se realizar um mesmo fundamento.

Assinale a alternativa que apresenta a(s) maneira(s) de se realizar a aterrissagem.

- (A) Somente sobre os pés.
- (B) Somente sobre os pés e as mãos.
- (C) Sobre os pés, sobre as mãos, sobre as costas, mas nunca em rotação.
- (D) Sobre os pés, sobre as mãos, com rotação, mas nunca sobre as costas.
- (E) Sobre os pés, sobre as mãos, com rotação e sobre as costas.

44. Os acidentes em aulas de iniciação ou de treinamento de Ginástica Artística podem ter duas causas: as intrínsecas e as extrínsecas.

A respeito disso, leia, atentamente, os seguintes aspectos.

- I. Fatores psicológicos que podem estar relacionados ao medo ou ao excesso de confiança.
- II. Fatores biológicos que podem ser manifestados por fadiga e perda de ação reflexa.
- III. Fatores pedagógicos que podem estar inadequados ao ensino das habilidades e à utilização de equipamentos.
- IV. Condições das instalações, que podem estar inadequadas às práticas da Ginástica Artística.

As causas citadas podem ser classificadas, respectivamente, como:

- (A) extrínseca, extrínseca, intrínseca e intrínseca.
- (B) intrínseca, intrínseca, extrínseca e extrínseca.
- (C) extrínseca, intrínseca, extrínseca e intrínseca.
- (D) intrínseca, extrínseca, intrínseca e extrínseca.
- (E) extrínseca, intrínseca, intrínseca e extrínseca.

45. A ajuda manual é muito utilizada na Ginástica Artística, tanto na aprendizagem de novas habilidades, quanto no treinamento de atletas de alto rendimento. Ela pode ser feita por professores, técnicos e até por atletas e alunos, quando bem instruídos.

Assinale a alternativa que contenha a situação em que a ajuda manual é bem aplicada e contribui para a segurança da aula.

- (A) Quando permite ao praticante sentir a forma correta da posição, por exemplo, em parada de mãos.
- (B) Quando a preparação física e a compreensão do movimento por parte do praticante são inadequadas para a execução da habilidade.
- (C) Para substituir equipamentos inadequados ou inseguros, principalmente com relação aos colchões.
- (D) Para superar uma disposição ou configuração inadequada do equipamento, por exemplo, quando a mesa de salto está alta demais.
- (E) Como substituto de uma sequência de atividades preliminares ou de algum fundamento.

46. Leia atentamente o texto.

O programa de treinamento deve enfatizar os sistemas neuro-fisiológicos que são críticos para as demandas da modalidade esportiva com a qual o atleta está envolvido. Isto quer dizer que a ênfase deve estar tanto sobre os sistemas energéticos, como sobre os grupos musculares mais utilizados e o padrão de movimentos característico da modalidade esportiva.

Esse texto se refere a qual princípio do treinamento?

- (A) Especificidade.
- (B) Individualidade Biológica.
- (C) Sobrecarga.
- (D) Reversibilidade.
- (E) Treinabilidade.

47. As séries nos aparelhos da Ginástica Artística são consideradas curtas, pois a duração nunca ultrapassa 90 segundos. Isso faz com que esta modalidade esportiva adquira características específicas quanto ao meio de obtenção de energia pelo organismo e quanto aos aspectos físicos e motores a serem desenvolvidos em alunos e atletas.

Assinale a alternativa que expressa, respectivamente, o meio de obtenção de energia pelo organismo nas séries de Ginástica Artística e qual(is) aspecto(s) físico(s) e motor(es) deve(m) ser treinado(s) juntamente com a flexibilidade e a coordenação motora.

- (A) Aeróbio; força e potência muscular.
- (B) Anaeróbio; força e potência muscular.
- (C) Aeróbio; condição cardiorrespiratória.
- (D) Anaeróbio; condição cardiorrespiratória.
- (E) Aeróbio; hipertrofia muscular.

48. Na Ginástica Artística, os movimentos e acrobacias mais complexos são combinações de vários elementos básicos da ginástica ensinados desde as primeiras aulas de iniciação.

Partindo dessa ideia, assinale a alternativa que contém os elementos básicos que compõem o rolamento para frente na posição carpada desde o início do movimento até o momento anterior à sua finalização em pé, com os braços estendidos.

- (A) Fechamento de pernas sobre o tronco; curveta; passagem pela vela.
- (B) Curveta; vela; passagem pelo fechamento de tronco sobre as pernas.
- (C) Curveta; vela; passagem pelo fechamento de pernas sobre o tronco.
- (D) Fechamento de tronco sobre as pernas; vela; passagem pela curveta.
- (E) Vela; fechamento de tronco sobre pernas; passando pela curveta.
49. No sistema de pontuação em competições de Ginástica Artística, os juízes devem atribuir uma nota final de 0 a 10, partindo de uma base de pontos diferente para mulheres e para homens e podendo conceder bônus, também diferenciados para mulheres e homens.

Assinale a alternativa que apresenta os valores de pontuação corretos para provas femininas e masculinas.

	Base de pontos para as mulheres	Base de pontos para os homens	Bônus que podem ser acrescentados às mulheres	Bônus que podem ser acrescentados aos homens
(A)	8,8	8,7	1,2	1,3
(B)	9,2	8,9	0,8	1,1
(C)	8,5	8,0	1,5	2,0
(D)	8,7	8,3	1,3	1,7
(E)	9,0	8,6	1,0	1,4

50. Existem diversos erros que podem ser cometidos ao longo da realização de um exercício na Ginástica Artística e que resultarão em deduções na pontuação final.

Analise os exemplos a seguir.

- I. Na chegada ao solo, ao final da execução de um salto, o ginasta dá um passo à frente para se equilibrar.
- II. O ginasta apresenta desequilíbrio resultante de uma má colocação das mãos no aparelho.
- III. O ginasta toca nos aparelhos com qualquer parte do corpo durante a execução de um elemento ou de uma saída, exceto quando isso é necessário para sua correta execução.
- IV. O ginasta alcança muita altura na execução de um elemento ginástico.

Os exemplos de erros que acarretam deduções da pontuação final estão contidos em

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