



Caderno de Provas

CAM 25/107 – NS

EDUCADOR FÍSICO

**Editais Nº. 001/2024 –
Prefeituras dos Municípios da AMCEVALE/RN**

Data: ____/____/____

INSTRUÇÕES GERAIS PARA A REALIZAÇÃO DA PROVA

- Use apenas caneta esferográfica transparente de tinta azul ou preta.
- Escreva a data, a sua assinatura e o seu número de inscrição no espaço indicado nesta capa.
- A prova terá duração máxima de 3 (três) horas, incluindo o tempo para responder a todas as questões do **Caderno de Provas** e preencher a **Folha de Respostas**.
- Antes de retirar-se definitivamente da sala de provas, entregue a **Folha de Respostas** e o **Caderno de Provas** ao fiscal.
- Em momento algum a pessoa candidata poderá se retirar definitivamente da sala de provas com o **Caderno de Provas**.
- Este **Caderno de Provas** contém, respectivamente, 10 (dez) questões de Língua Portuguesa, 5 (cinco) questões de Lógica e 15 (quinze) questões de Conhecimentos específicos.
- Se o **Caderno de Provas** contiver alguma imperfeição gráfica que impeça a leitura, comunique isso imediatamente ao Fiscal, para que seja efetuada de imediato a troca do Caderno.
- Cada questão de múltipla escolha apresenta apenas **uma** resposta correta. Para a marcação da alternativa escolhida na **Folha de Respostas**, pinte completamente o campo correspondente conforme a figura a seguir:



- Os rascunhos e as marcações feitas neste **Caderno de Provas** não serão considerados para efeito de avaliação.
- Interpretar as questões faz parte da avaliação; portanto, não é permitido solicitar esclarecimentos aos Fiscais.
- O preenchimento da **Folha de Respostas** é de sua inteira responsabilidade.
- A quantidade de questões objetivas e respectivas pontuações desta prova estão apresentadas a seguir:

<i>Disciplina</i>	<i>Número de questões</i>	<i>Pontos</i>
Língua Portuguesa	10 questões	30 pontos
Lógica	05 questões	10 pontos
Conhecimentos específicos	15 questões	60 pontos
TOTAL DA PROVA	30 questões	100 pontos

ASSINATURA DO CANDIDATO:

NÚMERO DE INSCRIÇÃO:

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA – LÍNGUA PORTUGUESA

As questões de 01 a 10 referem-se ao texto a seguir.

Literatura na escola: menos homens brancos, mais mulheres pretas

José Ruy Lozano

Como tudo que é resultado da percepção humana ao longo do tempo, o cânone literário – conjunto de livros considerados referências de uma época ou cultura – tem mudanças e permanências. Mas não há dúvida quanto ao papel fundamental que o ensino de literatura nas universidades e escolas desempenha em sua constituição. Afinal, à chancela acadêmica dos estudiosos une-se a difusão da leitura de obras consideradas clássicas realizada na educação básica. Notoriedade e prestígio juntam-se ao conhecimento mais amplo do público leitor por meio das instituições de ensino.

Tais instituições não são refratárias ao momento político e social em que estão inseridas. Em tempos de *Black Lives Matter*, identitarismo e questionamentos mais frequentes e profundos a respeito do racismo estrutural no Brasil e no mundo, percebe-se um movimento de deslocamento do cânone literário rumo a vozes até aqui marginalizadas em nossa literatura. Para muitos surpreendente, a inclusão das letras de *sobrevivendo no inferno*, disco do grupo de rap paulista Racionais Mc's, como leitura obrigatória no vestibular da Unicamp demonstra que os tempos estão mudando.

Ainda não cancelaram José de Alencar – escritor que defendeu publicamente a escravidão e organizou um retrato idílico das populações indígenas conveniente ao Estado imperial de sua época –, mas os homens brancos do passado já têm de abrir espaço não só a outros homens, mas também a mulheres pretas, do passado e do presente. A indicação de obras com essa marca de autoria por exames vestibulares de universidades públicas e particulares está obrigando as escolas a se abrir a vozes distintas, e os alunos passam a ler narrativas que se aproximam de seu mundo, marcado pela desigualdade, pobreza e discriminação.

Passo determinante nessa trajetória é o resgate de Carolina Maria de Jesus. Seus diários, que retratam o cotidiano de mulher negra e favelada, apresenta aos estudantes um universo literário bem distinto dos clássicos de costume. *Quarto de despejo* passou a ser indicação obrigatória de leitura em vestibulares a partir de 2016, e muitos professores de literatura de Ensino Médio tiveram de “descobrir” uma escritora brasileira cuja obra já foi traduzida para catorze idiomas desde os anos 1960. Em 2020, Carolina consta na lista de leituras dos exames das universidades estaduais de Maringá, Londrina, Ponta Grossa e da universidade federal do Tocantins.

Conceição Evaristo, premiada romancista, poeta e contista mineira, nasceu em uma comunidade pobre de Belo Horizonte, trabalhou como empregada doméstica, até concluir sua formação como professora. A discriminação racial e de gênero são temas recorrentes de sua ficção. Militante do movimento negro, apresentou em 2018 uma simbólica candidatura à vaga número 7 da Academia Brasileira de Letras, cujo patrono é o poeta abolicionista Castro Alves. Se essa tentativa de diálogo com a instituição canônica por excelência da literatura brasileira não teve êxito, sua presença nos estudos literários veio para ficar: a universidade de Passo Fundo indica a seus candidatos a leitura dos contos de *Olhos d'água*, e a universidade federal do Rio Grande do Sul incluiu em sua lista de leituras obrigatórias o romance *Ponciá Vicêncio*.

Ainda no vestibular da federal gaúcha, consta o romance *Úrsula*, de Maria Firmina dos Reis. A maranhense Firmina foi precursora na vida e na obra. Mulher negra, prestou concurso público para professora e sustentava-se sozinha. É dela o primeiro romance de autoria feminina do Brasil, justamente *Úrsula*, publicado em 1859, que também é considerado a primeira narrativa abolicionista da literatura brasileira, humanizando e dando voz aos escravizados. Embora tenha tido destaque na sociedade maranhense em sua época, foi silenciada e esquecida, mas hoje recebe merecido destaque, tendo sua obra principal reeditada pela PUC de Minas Gerais e ganhado atenção de pesquisadores que constroem sua fortuna crítica.

A Universidade Estadual do Rio de Janeiro selecionou, para seu exame de acesso, a obra de uma mulher negra, nascida em 1977, na periferia de Nova Iguaçu, conhecedora do cenário de pobreza e violência de onde provém boa parte de seus estudantes. Na UERJ, 50% das vagas são reservadas para alunos de escolas públicas do estado, tendo sido essa universidade a pioneira do regime de cotas raciais e sociais no Brasil. *Assim na terra como embaixo da terra*, de Ana Paula Maia, elabora um cenário distópico em que um presídio de segurança máxima, construído sobre terreno que outrora abrigara local de tortura e morte de escravos, torna-se um campo de extermínio. Ali se entrevê uma alegoria das mazelas da atuação policial e do sistema prisional brasileiros, vinculados a um passado histórico de opressão.

Não só gênero e raça se mostram mais diversos, mas também a nacionalidade. A Universidade Federal de Uberlândia fará questões em seu vestibular sobre o romance *A cor púrpura*, da norte-americana Alice Walker. Militante feminista e do movimento negro, Walker retrata no livro as agruras de uma menina negra, no sul agrário e racista dos Estados Unidos, abusada sexualmente pelo pai – de quem engravida e dá à luz dois filhos – e, posteriormente, obrigada a se casar com um senhor branco que a trata como empregada.

CONCURSO PÚBLICO PREFEITURAS DOS MUNICÍPIOS DA AMCEVALLE – VALE DO AÇU
EDITAL Nº 001/2024

A narrativa de estupro em família, num contexto de preconceito e pobreza, guarda estreita relação com situações semelhantes infelizmente frequentes no Brasil.

A universidade de Taubaté, interior de São Paulo, inseriu em sua lista obrigatória de leituras o livro *Hibisco roxo*, primeiro romance da feminista nigeriana Chimamanda Nzoie Adichie, que narra conflitos familiares na Nigéria pós-colonial, tematizando a misoginia associada ao fanatismo religioso. Escritora premiada, ensaísta e palestrante de sucesso, Adichie já teve trechos de suas falas inseridos na letra da música *Flawless*, da popstar Beyoncé.

A vida das periferias, pobreza, racismo, violência urbana, machismo... A entrada de vozes femininas e negras no ensino de literatura amplia as temáticas abordadas em sala de aula e aproxima as leituras escolares da realidade vivida por milhões de estudantes no Brasil. Diversidade fundamental por si só, esse fenômeno representa uma oportunidade valiosa para os educadores: despertar nos estudantes o sentido e o propósito do fazer literário, ressaltando a importância das narrativas como construção da memória coletiva.

Disponível em: < <https://diplomatie.org.br/>>. Acesso em: 08 dez. 2023. [Texto adaptado]

01. No texto, de forma dominante, há o propósito de

- A) defender um posicionamento que reforça um posicionamento hegemônico.
- B) defender um posicionamento que se contrapõe a um posicionamento hegemônico.
- C) explicar uma questão histórica de invisibilidade de autoras negras no meio acadêmico.
- D) explicar uma questão histórica de reconhecimento de autoras negras no meio acadêmico.

02. De acordo com o texto,

- A) o reconhecimento acadêmico e a disseminação da leitura de determinadas obras na escola contribuíram para justificar o reconhecimento de autores homens e brancos, em sua maioria.
- B) as universidades e escolas, devido ao seu papel social de resistência às influências políticas e sociais do meio no qual estão inseridas, são fundamentais para a disseminação da leitura de autoras negras.
- C) o movimento de mudança pela qual vem passando o cânone literário é restrito à produção literária brasileira, devido à realidade do nosso país, estigmatizado pela pobreza, desigualdade e discriminação.
- D) as autoras elencadas deveriam ser lidas nas escolas tão somente pelo fato de serem mulheres e negras e, por isso, pertencentes a um grupo historicamente estigmatizado pela sociedade branca e patriarcal.

03. O título do texto

- A) revela ironia em relação ao tema.
- B) sintetiza a discussão desenvolvida.
- C) expressa neutralidade em relação ao tema.
- D) gera uma expectativa a ser desfeita pela leitura.

04. Considere o período a seguir.

Afinal, à chancela acadêmica dos estudiosos une-se a difusão da leitura de obras consideradas clássicas realizada na educação básica.

Nesse período, a ocorrência do acento grave justifica-se

- A) tão somente pela regência de um verbo.
- B) tão somente pela regência de um nome.
- C) pela regência de um verbo e pelo gênero da palavra posposta ao “a”.
- D) pela regência de um nome e pelo gênero da palavra posposta ao “a”.

05. O nome “Conceição Evaristo”, no primeiro período do quinto parágrafo, é retomado, no segundo e terceiro períodos desse mesmo parágrafo, pelo recurso coesivo

- A) da substituição por pronome relativo e da omissão do elemento linguístico.
- B) da omissão do elemento linguístico e da substituição por pronome pessoal.
- C) da omissão do elemento linguístico e da substituição por expressão sinônima.
- D) da substituição por pronome possessivo e da omissão do elemento linguístico.

06. Considere o trecho a seguir.

[...] uma simbólica candidatura à vaga número 7 da Academia Brasileira de Letras, cujo patrono é o poeta abolicionista Castro Alves.

Sobre o pronome relativo presente nesse trecho, é correto afirmar:

- A) é variável, estabelece relação de posse, admite uso de artigo posposto e concorda com o termo antecedente.
- B) é invariável, estabelece relação de posse, não admite uso de artigo posposto e concorda com o termo subsequente.
- C) é variável, estabelece relação de posse, não admite uso de artigo posposto e concorda com o termo subsequente.
- D) é invariável, estabelece relação de posse, admite uso de artigo posposto e concorda com o termo antecedente.

As questões 07 e 08 referem-se ao período reproduzido a seguir.

Assim na terra como embaixo da terra, de Ana Paula Maia, elabora um cenário distópico em que um presídio de segurança máxima, construído sobre terreno que outrora abrigara local de tortura e morte de escravos, torna-se um campo de extermínio.

07. O uso forma verbal “abrigara” indica ação

- A) futura e refere-se a algo certo de acontecer.
- B) futura e refere-se a algo provável de acontecer.
- C) passada, mas anterior à outra também já passada.
- D) passada, mas posterior à outra também já passada.

08. A palavra “distópico” mantém relação de

- A) antonímia com a palavra “utópico”.
- B) sinonímia com a palavra “utópico”.
- C) antonímia com a palavra “prototípico”.
- D) sinonímia com a palavra “prototípico”.

09. Sobre o gênero do texto desta prova, é correto afirmar:

- A) utiliza linguagem formal, o que o aproxima do gênero crônica.
- B) utiliza marcas de primeira pessoa, o que o aproxima do gênero notícia.
- C) apresenta um traço composicional que o diferencia do gênero editorial.
- D) apresenta propósito comunicativo semelhante ao do gênero artigo informativo.

10. Considere o período a seguir.

Não só gênero e raça se mostram mais diversos, mas também a nacionalidade.

Sobre a organização desse período, é correto afirmar:

- A) há uma relação de adição entre as informações, evidenciada pelo paralelismo sintático entre duas expressões.
- B) há uma relação de contraposição entre as informações, evidenciada pelo paralelismo sintático entre duas expressões.
- C) há uma relação de adição entre as informações, independentemente do paralelismo sintático entre duas expressões.
- D) há uma relação de contraposição entre as informações, independentemente do paralelismo sintático entre duas expressões.

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA – LÓGICA

11. A sequência infinita de letras, apresentada a seguir, possui um padrão de repetição:

CONCAMCEVALELAVECMACNOCONCAMCEVALELAVECMACNOCONCAM...

Então, a letra que ocupa a posição 3052ª é

- A) L.
 - B) V.
 - C) C.
 - D) E.
12. Realizando-se a permutação das letras da palavra AMCEVALE, determinam-se todos os seus anagramas. Considere as seguintes ações:

- I. Cada um dos anagramas é escrito em um cartão individual e colocados todos em uma urna;
- II. Sorteia-se, aleatoriamente, um dos cartões da urna.

A probabilidade desse cartão sorteado ter escrito um anagrama em que o par de letras A (AA) e o par de letras E (EE) estão juntos é de

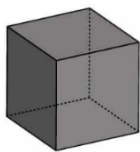
- A) 1/168.
 - B) 1/84.
 - C) 1/42.
 - D) 1/21.
13. Considerando-se verdadeira a proposição “Gustavo só será aprovado no concurso se não for para festa”, conclui-se que
- A) se Gustavo for aprovado no concurso, não foi para festa.
 - B) se vai para festa, Gustavo poderá ser aprovado no concurso.
 - C) se não vai para festa, Gustavo não será aprovado no concurso.
 - D) se Gustavo não for aprovado no concurso, então foi para festa.
14. Na tabela a seguir estão representadas as três primeiras colunas da tabela-verdade referente à proposição lógica $(\sim P \wedge Q) \leftrightarrow (R \rightarrow P)$.

P	Q	R	...	$(\sim P \wedge Q) \leftrightarrow (R \rightarrow P)$
V	V	V		
V	V	F		
V	F	V		
V	F	F		
F	V	V		
F	V	F		
F	F	V		
F	F	F		

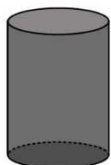
Se V corresponde ao valor lógico verdadeiro, e F corresponde ao valor lógico falso, na última coluna da tabela-verdade a quantidade de valores V é

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

15. Observe as comparações lógicas, a seguir:



está para RATO.



está para ELEFANTE.

Logo,



está para

- A) LAGARTO.
- B) CAVALO.
- C) TIGRE.
- D) GATO.

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA – CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

16. A aptidão física relacionada à saúde é um conjunto de atributos físicos que permitem ao indivíduo realizar atividades cotidianas de forma eficaz, sem fadiga excessiva, e também reduzem o risco de doenças crônicas não transmissíveis. Correspondem a essas variáveis:
- A) equilíbrio, agilidade, velocidade e resistência anaeróbia.
 - B) flexibilidade, equilíbrio, velocidade e coordenação motora.
 - C) resistência anaeróbia, agilidade, aptidão cardiorrespiratória e coordenação motora.
 - D) força e resistência muscular, flexibilidade, aptidão cardiorrespiratória e composição corporal.
17. O Guia de Atividade Física para a População Brasileira, elaborado pelo Ministério da Saúde, é um documento que oferece diretrizes para a prática de atividades físicas visando à promoção da saúde. Aconselha-se dedicar, pelo menos, 150 minutos semanais a atividades moderadas, destacando a relevância da incorporação de exercícios de fortalecimento muscular. De acordo com o guia, atividade física
- A) é classificada como de lazer, intelectual, doméstica, de deslocamento e de trabalho.
 - B) deve ser planejada, estruturada e repetitiva, objetivando a manutenção ou o aprimoramento das capacidades físicas.
 - C) é um comportamento que envolve os movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima do nível de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente.
 - D) deve exigir o mínimo esforço físico e causar pequeno aumento da respiração e dos batimentos do coração.
18. O papel fundamental da atividade física na promoção da saúde e no bem-estar holístico é evidente, proporcionando benefícios significativos na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. Além disso, ela desempenha um papel crucial nos aspectos físicos, psicológicos e sociais da vida. Sobre atividade física, é correto afirmar que
- A) pessoas com renda financeira menor realizam mais atividade física no domínio do trabalho e do deslocamento quando comparados a pessoas de renda financeira mais baixa.
 - B) em termos de saúde física, a prática regular de atividade física está associada à redução do risco de condições como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e certos tipos de câncer.
 - C) sujeitos com menor nível de escolaridade apresentam maiores níveis de atividade física quando comparados a sujeitos com menor escolaridade.
 - D) a prática de atividade no tempo livre e a prática esportiva é maior entre os homens acima de 45 anos quando comparados às mulheres, no Brasil.
19. Em relação à atuação do profissional de educação física na saúde pública, é correto afirmar:
- A) o profissional de educação física é capacitado para intervir na prevenção, promoção e reabilitação da saúde por meio da educação, oferecimento de eventos, lazer e esportes, desempenhando desse modo, atividades muito importantes no âmbito da saúde coletiva.
 - B) a qualificação do profissional de educação física atuante na atenção primária, na abordagem da saúde, deve primar pela complexidade dos conteúdos que envolvem o metabolismo humano e suas interações socioafetivas e, sobretudo, pela difusão de informações e instrumentalização dos sujeitos para que estes pratiquem mais atividade física com segurança, independentemente do acompanhamento de um profissional de saúde.
 - C) o comportamento sedentário bem como o tempo de tela e o tempo sentado são considerados uma epidemia; porém, em diversos estudos epidemiológicos, é mostrado que as pessoas sabem da importância da atividade física. O que mostra que a educação e o acesso à informação sobre saúde não estão relacionados ao comportamento sedentário.
 - D) o profissional de Educação Física configura uma emergente necessidade de atuação como parceiro de médicos, enfermeiros e fisioterapeutas, uma vez que sua atuação deve ser vista como meramente assistencial; é, também, de prioridade na promoção de saúde e qualidade de vida.

20. Em relação à obesidade e o seu impacto em doenças hipocinéticas, é correto afirmar:
- A) aterosclerose, doenças no miocárdio, osteoporose e sarcopenia são exemplos de doenças hipocinéticas que podem afetar o ser humano.
 - B) as doenças hipocinéticas são condições de saúde relacionadas à carência de atividade física e ao estilo de vida sedentário. Elas abrangem uma variedade extensa de problemas de saúde que podem ser desencadeados ou intensificados pela falta de movimentação, como doenças cardiovasculares, diabetes, depressão e ansiedade.
 - C) incorporar práticas de vida saudável, como adotar uma alimentação equilibrada, realizar atividade física regularmente e reduzir a ingestão calórica, contribui para a perda de peso e aumenta a probabilidade de desenvolvimento de doenças hipocinéticas.
 - D) doenças hipocinéticas são alterações que atingem a saúde humana e tem como causas, entre outras, hábitos produtores, principalmente no tange ao sedentarismo, à má alimentação, à falta de exercícios físicos e à consequente obesidade.
21. Os princípios do treinamento físico funcionam como norteadores do planejamento, execução, consolidação e controle da preparação de um ser humano. Isso inclui os aspectos e as tarefas do treino, determinando o conteúdo, os meios, os métodos e a organização dos exercícios físicos. São princípios de treinamento:
- A) sobrecarga, continuidade, especificidade e irreversibilidade.
 - B) paridade, dependência, contingente biológico e reversibilidade.
 - C) individualidade biológica, adaptação, continuidade e especificidade.
 - D) variabilidade, interdependência, individualidade biológica e irreversibilidade.
22. Há diversos testes físicos destinados a avaliar a capacidade cardiorrespiratória, sendo responsabilidade do professor avaliador a escolha do teste mais apropriado para atender às características específicas do indivíduo. É característica dos testes de aptidão física (cardiorrespiratórios):
- A) nos testes de aptidão física máxima, os níveis de pressão arterial sistólica e frequência cardíaca se elevarão, atingindo até 80% do valor máximo possível.
 - B) nos testes de capacidade cardiorrespiratória, é necessário considerar a escolha do avaliador, não importando as características específicas do indivíduo que está sendo avaliado.
 - C) ao realizar testes máximos de aptidão física utilizando a caixa ou o banco, é viável obter a medida do consumo máximo de oxigênio utilizando exclusivamente um oxímetro.
 - D) durante os testes de aptidão física máxima, é fundamental que a equipe multidisciplinar tenha equipamentos de primeiros socorros, maca e desfibrilador externo automático (DEA). Também é necessário, na presença de um cardiologista, medir o eletrocardiograma de repouso (ECG), a frequência cardíaca (FC) e a pressão arterial (PA).
23. As mulheres grávidas fazem parte de um grupo de pessoas em condições especiais que podem realizar exercício regularmente seguindo algumas adaptações específicas. Sobre os benefícios do treinamento para mulheres grávidas que tiveram autorização médica para esses exercícios físicos, é correto afirmar:
- A) o treinamento regular para mulheres grávidas, com autorização médica, pode contribuir para a promoção da saúde materna ao depauperar a musculatura, melhorar a circulação e auxiliar na gestão do peso, proporcionando uma gravidez debilmente saudável.
 - B) o treinamento adequado pode preparar o corpo da gestante para o processo do parto, fortalecendo músculos importantes. Além disso, contribui para uma recuperação mais eficaz no pós-parto, auxiliando na retomada da forma física e na gestão do estresse pós-natal.
 - C) a prática de exercícios físicos adaptados pode ajudar a reduzir refrigérios comuns durante a gestação, como dores nas costas e intumescência nas pernas, promovendo uma melhor qualidade de vida para a gestante.
 - D) a prática de atividades físicas pode contribuir para a dessimetria emocional, reduzir o estresse e melhorar o humor, aspectos fundamentais durante a gestação, proporcionando uma experiência contraproducente para a mulher.

24. Compreende-se a importância da atividade física para a saúde e que esta oportuniza qualidade de vida, ainda mais quando se direciona para o desenvolvimento das aptidões físicas. Sobre os temas: Atividade física, saúde, qualidade de vida e aptidão física, é correto afirmar:
- A) saúde se caracteriza apenas como um estado de ausência de doenças nos indivíduos, mas como um estado geral de equilíbrio, nos diferentes aspectos e sistemas que caracterizam o homem: biológico, psicológico, social, emocional, mental e intelectual, resultando em sensação de bem-estar.
 - B) qualidade de vida apresenta-se como o apedutismo do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.
 - C) atividade física é qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulte em gasto energético. Já aptidão física representa a habilidade do corpo de se adaptar às demandas do esforço físico que a atividade precisa para níveis moderados ou vigorosos, sem levar à completa exaustão.
 - D) a relação entre atividade física, aptidão física e saúde destaca a importância de abjurar um estilo de vida díspar para alcançar benefícios duradouros.
25. Os fundamentos fisiológicos de treinamento neuromuscular são os princípios que regem o funcionamento dos sistemas ósseo, muscular e nervoso. Esses princípios são essenciais para entender como o corpo se move e como o treinamento pode melhorar a performance física. São considerados os três tipos de contrações musculares: concêntrica, isométrica e excêntrica. A opção que apresenta a definição correta para cada contração, respectivamente, é
- A) Na contração concêntrica, o músculo encurta enquanto gera força, como ao levantar um peso; a contração isométrica ocorre quando o músculo se contrai, mas não altera seu comprimento, como segurar uma posição; na contração excêntrica, o músculo se alonga enquanto gera força, como na fase de descida ao abaixar um peso.
 - B) A contração concêntrica ocorre quando o músculo se contrai, mas não altera seu comprimento, como segurar uma posição; na contração isométrica, o músculo se alonga enquanto gera força, como na fase de descida ao abaixar um peso; na contração excêntrica, o músculo encurta enquanto gera força, como ao levantar um peso.
 - C) Na contração concêntrica, o músculo se alonga enquanto gera força, como na fase de descida ao abaixar um peso; a contração isométrica ocorre quando o músculo se contrai, mas não altera seu comprimento, como segurar uma posição; na contração excêntrica, o músculo encurta enquanto gera força, como ao levantar um peso.
 - D) Na contração concêntrica, o músculo encurta enquanto gera força, como ao levantar um peso; na contração isométrica, o músculo se alonga enquanto gera força, como na fase de descida ao abaixar um peso; a contração excêntrica ocorre quando o músculo se contrai, mas não altera seu comprimento, como segurar uma posição.
26. Os profissionais de Educação Física desempenham um papel crucial no Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) por meio da organização de eventos recreativos e esportivos. Essas atividades e eventos têm como objetivo promover a saúde e o bem-estar da comunidade. A opção que apresenta os benefícios do desenvolvimento destas ações, no NASF, é
- A) As ações como corridas, caminhadas, torneios esportivos e atividades recreativas oportunizam o desprendimento e a alienação ativa da comunidade, promovendo a socialização e fortalecendo os laços comunitários.
 - B) A prática regular de atividades esportivas contribui para a prevenção de doenças crônicas, melhora da saúde mental e reversão de hábitos de vida saudáveis.
 - C) Essas ações fortalecem o sistema de saúde local e empoderaram a comunidade a adotar um estilo de vida mais saudável, criando um ambiente propício para o cuidado integral e duradouro.
 - D) Os eventos recreativos e esportivos podem ser usados para abstrair as pessoas sobre a importância da saúde e da prevenção de doenças.

- 27.** Com base nas diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS) e sob olhar atento e respaldado, o Ministério da Saúde aprovou, por meio da Portaria GM/MS no 971, de 3 de maio de 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC). As PICS compreendem uma abordagem holística que busca unir métodos tradicionais e alternativos para promover o bem-estar físico e emocional. Elas têm como objetivo
- A) contribuir ao aumento da irresolução do Sistema e ampliação do acesso à PNPIC, garantindo qualidade, falibilidade, eficiência e segurança no uso.
 - B) promover a racionalização das ações de saúde, estimulando alternativas convencionais, standardizadas e socialmente penúria ao desenvolvimento sustentável de comunidades.
 - C) incorporar e implementar as Práticas Integrativas e Complementares no SUS, na perspectiva da prevenção de agravos e da promoção e recuperação da saúde, com ênfase na atenção básica, voltada ao cuidado continuado, humanizado e integral em saúde.
 - D) estimular as ações referentes ao controle/participação social, promovendo o envolvimento responsável e continuado dos usuários, gestores e trabalhadores nas diferentes instâncias de efetivação das políticas de saúde.
- 28.** A relação entre atividade física e prevenção de doenças não transmissíveis (DCNT) é um dos pilares da promoção da saúde. A prática regular de atividade física tem demonstrado ser um fator significativo na redução do risco de doenças como
- A) diabetes, câncer e escarlatina.
 - B) depressão, poliomielite e varicela.
 - C) doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade.
 - D) doenças respiratórias, difteria e doenças ósseas.
- 29.** A anatomia e a fisiologia do exercício são áreas de conhecimento essenciais para o profissional de Educação Física atuar no campo da Atenção Básica à Saúde. A opção apresenta corretamente conhecimentos relativos a essas áreas é
- A) Conhecer sobre estruturas musculares, esqueléticas e articulares, para desenvolver programas de atividades físicas desintegradas às necessidades individuais e global dos pacientes.
 - B) Conhecer sobre sistemas cardiovascular, respiratório e neuromuscular para uma abordagem holística na promoção da saúde.
 - C) Avaliar a capacidade escusável dos indivíduos e adaptar as intervenções de acordo com as condições exclusivas biológica e física da população atendida na Atenção Básica de Saúde.
 - D) Conhecer sobre adaptações ao treinamento, respostas cardiovasculares e metabólicas, para criar abordagens indolentes e refutáveis de promoção da atividade física.
- 30.** A criação de espaços de inclusão social por meio da atividade física regular, do esporte e lazer, e das práticas corporais desempenha um papel fundamental na construção de comunidades mais coesas e saudáveis. Marque a alternativa correta que apresenta os benefícios dos espaços de inclusão social.
- A) Oferecem oportunidades para a interação social, promovendo a diversidade e a inclusão de pessoas de diferentes idades, origens e habilidades.
 - B) A prática regular de atividades físicas não apenas melhora a saúde física, mas também fortalece os laços comunitários e amplia o isolamento social.
 - C) Os espaços de inclusão social proporcionam um ambiente onde as pessoas podem se sentir aceitas e valorizadas dependendo de suas habilidades atléticas.
 - D) A prática do esporte e lazer não só promove a saúde mental e emocional, mas também ensina valores como trabalho em equipe, destemperança, respeito, desfaçatez e superação de desafios.