

PODER EXECUTIVO DE PEJUÇARA



PROVA

PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO Nº. 08/2021

EDUCADOR FÍSICO

PREFEITURA MUNICIPAL DE PEJUÇARA

25/09/2021

DURAÇÃO DA PROVA: 2 HORAS

HORÁRIO: 14h

**USO EXCLUSIVO DA COMISSÃO – NÃO
PREENCHER**

Nº DO CARTÃO RESPOSTA:

NOME COMPLETO DO (A) CANDIDATO (A):

Instruções:

Verifique, no caderno de provas, se:

- Faltam folhas e se a sequência de questões está correta.
- Há imperfeições gráficas que possam causar dúvidas.

Atenção!

- Não é permitido qualquer tipo de consulta durante a realização da prova.
- Para cada questão são apresentadas 5 (cinco) alternativas. Diferentes de respostas (a,b,c,d,e). Apenas uma constitui a resposta correta em relação ao enunciado da questão.
- Não é permitido lançar qualquer informação na grade de resposta que propicie a sua identificação.
- É dever do candidato acompanhar o preenchimento do campo “uso exclusivo da comissão”, no término da prova.
- As provas não serão entregues aos candidatos, sendo, porém, permitida vista e cópia no ambiente da Prefeitura durante o prazo de recurso;
- Dever do candidato identificar a prova com seu nome de forma legível;
- A única folha que o (a) candidato (a) poderá levar é a de nº7, que consta a cópia da grade do cartão resposta.

QUESTÕES DE LÍNGUA PORTUGUESA

1. Adolescentes: mais altos, gordos e preguiçosos

A oferta de produtos industrializados e a falta de tempo têm sua parcela de responsabilidade no aumento da silhueta dos jovens. “Os nossos hábitos alimentares, de modo geral, mudaram muito”, observa Vivian Ellinger, presidente da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), no Rio de Janeiro. Pesquisas mostram que, aqui no Brasil, estamos exagerando no sal e no açúcar, além de tomar pouco leite e comer menos frutas e feijão.

Outro pecado, velho conhecido de quem exhibe excesso de gordura por causa da gula, surge como marca da nova geração: a preguiça. “Cem por cento das meninas que participam do Programa não praticavam nenhum esporte”, revela a psicóloga Cristina Freire, que monitora o desenvolvimento emocional das voluntárias.

Você provavelmente já sabe quais são as consequências de uma rotina sedentária e cheia de gordura. “E não é novidade que os obesos têm uma sobrevivência menor”, acredita Claudia Cozer, endocrinologista da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Mas, se há cinco anos os estudos projetavam um futuro sombrio para os jovens, no cenário atual as doenças que viriam na velhice já são parte da rotina deles. “Os adolescentes já estão sofrendo com hipertensão e diabetes”, exemplifica Claudia.

DESGUALDO, P. Revista Saúde. Disponível em: <http://saude.abril.com.br>. Acesso em: 28 jul. 2012 (adaptado).

Sobre a relação entre os hábitos da população adolescente e as suas condições de saúde, as informações apresentadas no texto indicam que

- a) a falta de atividade física somada a uma alimentação nutricionalmente desequilibrada constituem fatores relacionados ao aparecimento de doenças crônicas entre os adolescentes.
- b) a diminuição do consumo de alimentos fontes de carboidratos combinada com um maior consumo de alimentos ricos em proteínas contribuíram para o aumento da obesidade entre os adolescentes.
- c) a maior participação dos alimentos industrializados e gordurosos na dieta da população adolescente tem tornado escasso o consumo de sais e açúcares, o que prejudica o equilíbrio metabólico.
- d) a ocorrência de casos de hipertensão e diabetes entre os adolescentes advém das condições de alimentação, enquanto que na população adulta os fatores hereditários são preponderantes.
- e) a prática regular de atividade física é um importante fator de controle da diabetes entre a população adolescente, por provocar um constante aumento da pressão arterial sistólica.

2. A alternativa que contém somente substantivos coletivos de animais é

- a) Fauna e flora
- b) Manada e olival
- c) Praga e reboredo
- d) Revoada e réstia
- e) Ninhada e colmeia

3. Na frase “O lugar onde se vende carne chama-se _____.” A palavra que preenche a lacuna corretamente é

- a) açogue
- b) assogue
- c) açouge

- d) asougue
- e) açougue

4. Dadas as palavras:

- 1) des – a – ten – to
- 2) sub – es – ti – mar
- 3) trans – tor – no

Constatamos que a separação silábica está CORRETA:

- a) apenas em 1.
- b) apenas em 2.
- c) apenas em 3.
- d) em todas as palavras.
- e) nenhuma das alternativas está correta.

5. Marque a única alternativa que não é escrita com Z:

- a) caza
- b) azul
- c) cazulo
- d) anzol
- e) vizinho

QUESTÕES DE LEGISLAÇÃO MUNICIPAL

06. De acordo com o artigo 7º do Regime Jurídico da Prefeitura Municipal de Pejuçara, são requisitos básicos para ingresso no serviço público municipal:

- I - ser brasileiro;
- II - ter idade mínima de dezoito anos;
- III - estar quite com as obrigações militares e eleitorais;
- IV - gozar de boa saúde física e mental, comprovada mediante exame médico;
- V - ter atendido a outras condições prescritas em Lei.

Marque a alternativa CORRETA:

- a) I, II apenas.
- b) II, III, IV apenas.
- c) IV apenas
- d) I, II, III, IV e V.
- e) I apenas.

07. Maria é Servidora do Município de Pejuçara e está gestante. Com base no Regime Jurídico do Município de Pejuçara, considerando que não haverá qualquer prejuízo em sua remuneração, de quantos dias será o afastamento a título de licença gestante?

- a) 45 (quarenta e cinco).
- b) 60 (sessenta).
- c) 90 (noventa).
- d) 120 (cento e vinte)

e) 180 (cento e oitenta).

08. Sem qualquer prejuízo, poderá o servidor ausentar-se do serviço até _____ dias consecutivos, por motivo de falecimento do cônjuge, companheiro, pais madrasta ou padrasto, filhos ou enteados, irmãos, menor sob guarda ou tutela:

- a) um dia.
- b) dois dias.
- c) quatro dias.
- d) sete dias.
- e) dez dias.

09. Ao Município de Pejuçara compete prover a tudo quanto diga respeito ao seu peculiar interesse e ao bem estar de sua população, cabendo-lhe privativamente:

I - instituir e arrecadar tributos de sua competência, bem como aplicar as suas rendas, sem prejuízo da obrigatoriedade de prestar contas e publicar balancetes nos prazos fixados em lei;

II - manter, com a cooperação técnica e financeira da União e do Estado, programas de educação pré-escolar e de ensino fundamental;

III - prestar, com a cooperação técnica e financeira da União e do Estado, serviço de atendimento à saúde da população;

IV - dispor sobre o horário de funcionamento do comércio local;

V - dispor sobre a administração, utilização e alienação de seus bens;

Marque a alternativa CORRETA:

- a) I apenas.
- b) I, II, III apenas.
- c) IV apenas
- d) II apenas.
- e) I, II, III, IV e V.

10. Os vereadores são invioláveis por suas opiniões, palavras e votos:

- a) na circunscrição do Estado.
- b) em âmbito Federal.
- c) na circunscrição do Município.
- d) em qualquer parte do território nacional, independentemente de estar em missão ou não.
- e) em missão legislativa, em qualquer parte do território nacional.

QUESTÃO DE CONHECIMENTO ESPECÍFICO

11. São exemplos de Ações de Promoção da Saúde, dentro da Política Nacional de Promoção da Saúde:

- I – Ações de cuidado com o corpo.
- II – Ações de alimentação saudável.
- III – Ações de prevenção e controle do tabagismo.
- IV – Ações de desenvolvimento de uma cultura de paz.

De acordo com o exposto, assinale a alternativa CORRETA.

- a) Somente os itens I e II estão corretos.
- b) Somente os itens I e III estão corretos.

- c) Todos os itens estão corretos.
- d) Os itens I, II, e III estão corretos.
- e) Somente o item III está correto.

12. Na prescrição de exercícios utilizando a frequência cardíaca de reserva, é CORRETO afirmar que:

- a) refere-se somente ao uso do parâmetro Frequência Cardíaca Máxima.
- b) ao calcular um percentual da frequência cardíaca de reserva para utilizar em uma prescrição não é correto somar a esse valor a frequência cardíaca de repouso.
- c) é calculada pela seguinte subtração: frequência cardíaca máxima menos a frequência cardíaca de treino.
- d) é calculada pela seguinte subtração: frequência cardíaca máxima menos a frequência cardíaca de repouso.
- e) todas as alternativas são verdadeiras.

13. Estudos demonstram inúmeros benefícios que a prática de atividades aquáticas promove nas diferentes faixas etárias nos aspectos físico, psicológico e social. Com relação ao aspecto físico, pode-se destacar a possibilidade de:

- a) realizar movimentos sem causar impacto às articulações e tendões;
- b) estimulação de toda a musculatura e manutenção do tônus muscular;
- c) efeitos benéficos sobre o sistema respiratório e cardiovascular e recuperação de enfermidades;
- d) todas as alternativas estão corretas.
- e) nenhuma das alternativas está correta.

14. Na área da Educação Física e do desporto o termo “capacidade” refere-se às qualidades inatas de uma pessoa. As capacidades são determinadas geneticamente, mas estas podem ser treinadas ao longo da nossa vida. São exemplos de capacidades motoras:

- a) Resistência, força, agilidade, flexibilidade e velocidade;
- b) Flexibilidade, força, maturidade, agilidade e velocidade;
- c) Agilidade, flexibilidade, comunicabilidade, força e velocidade;
- d) Resistência, força, maturidade, agilidade e velocidade.
- e) nenhuma das alternativas está correta.

15. A Zona-alvo de treinamento é determinada pela Frequência Cardíaca do indivíduo. Para atividades aeróbias de longa duração, se o objetivo for a redução da massa gorda, a Zona-alvo de treinamento deverá ser de aproximadamente:

- a) 90 - 95 % da FC máx
- b) 85 - 90 % da FC máx
- c) 70 - 75 % da FC máx
- d) 40 - 45 % da FC máx
- e) nenhuma das alternativas está correta.

16. A prática de exercício físico, especialmente em lugares quentes e fechados, provoca diminuição significativa do volume de água no organismo. Sobre o assunto, leia as afirmativas abaixo e responda a opção correta.

- a) A desidratação antecede a sede, e é por esse motivo que não podemos esperar a manifestação da sede para nos hidratarmos. Portanto, durante a atividade física, o indivíduo deve, a cada cinco minutos, ingerir em média meio litro de água.
- b) A perda hídrica pela sudorese, induzida pelo exercício, especialmente quando realizado em ambientes quentes, pode levar à desidratação, alterando o equilíbrio hidroeletrólítico, dificultando a termorregulação e, podendo assim, representar um risco para a saúde.
- c) A transpiração é um sinal de desidratação; ocorre devido ao hipotálamo estimular as glândulas sudoríparas a retirar água e sais minerais do plasma sanguíneo para jogá-los na pele, através dos poros e, desta forma, esquentar a pele.
- d) O estado de hidratação anterior à prática da atividade física não é considerado um fator determinante, desde que o praticante se hidrate durante o exercício.
- e) Todas as alternativas estão corretas.

17. Os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) foram criados pelo Ministério da Saúde e são compostos por profissionais de várias áreas distintas, incluindo os profissionais de Educação Física. Analise a afirmativa CORRETA a respeito das competências esperadas para os profissionais da Educação Física em sua atuação nesses núcleos.

- a) Tal profissional deve ser capaz de compreender e acolher as pessoas que serão atendidas nos núcleos de maneira humanizada, considerando e respeitando suas diferenças.
- b) Esse profissional precisa compreender que os problemas e necessidades de saúde dos indivíduos independem de fatores sociais, econômicos e culturais.
- c) O profissional da área da Educação Física não precisa estabelecer um vínculo com a comunidade que o núcleo irá atender.
- d) Tal profissional precisa saber explicar quais são as alterações fisiológicas que acontecem no corpo do indivíduo durante a prática de exercícios físicos, porém não precisa informar ao usuário as contraindicações para a prática de algumas atividades específicas.
- e) nenhuma das alternativas está correta.

18. As Academias da Terceira Idade (ATIs) estão presentes em praças e parques de todo o Brasil e se tornaram referência de saúde, bem-estar e qualidade de vida, pois estimulam a prática regular de atividades

físicas, que traz diversos benefícios. Assinale a alternativa incorreta com relação a tais benefícios.

- a) Perda de gordura corporal e controle do peso.
- b) Aumento da disposição e energia.
- c) Combate ao sedentarismo, ansiedade e depressão.
- d) Diminuição da força e resistência muscular.
- e) nenhuma das alternativas está correta.

19. A água é responsável por organizar todo o metabolismo, fazendo com que as reações químicas ocorram, como produção de energia, digestão, absorção de nutrientes e eliminação de toxinas. A hidratação adequada durante o exercício praticado em ambiente terrestre tem diversas finalidades. Sobre esse assunto, é CORRETO afirmar que:

- a) Preserva o volume plasmático.
- b) Provoca diminuição expressiva na produção de suor.
- c) Contribui significativamente para ocorrência da hiponatremia.
- d) Aumenta a frequência cardíaca máxima.
- e) Aumenta a pressão arterial de repouso.

20. A aprendizagem motora busca compreender como as pessoas adquirem habilidades motoras, como elas desenvolvem e usam tais habilidades em várias situações. A habilidade consiste na capacidade de executar uma tarefa com a máxima certeza e o mínimo dispêndio de energia e/ou tempo. A tentativa do indivíduo de solucionar uma determinada situação, a partir da estrutura cognitiva que ele possui naquele momento específico da sua existência, denomina-se:

- a) Acomodação.
- b) Assimilação.
- c) Equilibração.
- d) Isoequilíbrio.
- e) Reversão.

Prova Padrão

CÓPIA DA GRADE DO CARTÃO RESPOSTA – PARA CONFERÊNCIA

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.

Prova Padrão