

**Vida e morte das agendas**

Começamos por cancelar os mortos. Depois, os telefones fixos. E, por fim, a própria agenda.

Ruy Castro

Agendas de telefones precisam ser refeitas de anos em anos, de acordo com o número de pessoas que entram e saem de nossa vida. De repente não cabe mais ninguém. Nomes que, um dia, foram anotados porque tinham a ver com algo terrivelmente importante passam para a categoria do “quem era mesmo?”. Tornam-se nomes sem rosto, tragados pela nossa desmemória. Mas o pior é o doloroso processo de suprimir os mortos.

É incrível quantos amigos ou conhecidos têm o hábito de nos deixar a cada dez ou 15 anos. As agendas são um registro macabro dessa fatalidade. Conheço gente que desenha uma caveirinha (com as tíbias cruzadas) ao lado dos nomes das pessoas que morreram. Pode ser prático, mas é cruel e, ao mesmo tempo, cômico — aquela fila de caveirinhas na margem das páginas faz da agenda um gibi de terror. Imagine se essa agenda cai em mãos de um parente dos falecidos.

De algum tempo para cá, outro tipo de supressão ficou obrigatório: o dos telefones fixos. Se a agenda anterior contém o número do telefone fixo e do celular de cada pessoa, e você tenta ligar para um e para outro a fim de certificar-se de que continuam valendo, ficará espantado com quantos fixos, de repente, passaram a dar aquele sinal diferente de ocupado — característico dos telefones que foram desativados, não existem mais. É terrível constatar que até os seus companheiros de geração reduziram-se ao celular.

Para completar, as próprias agendas de papel estão em xeque. Mesmo entre os coroas, quase ninguém mais as usa — os números de telefones são anotados diretamente no celular. Mas o que acontece quando, até por serem coroas, têm o celular roubado ou o esquecem em algum lugar, e já jogaram fora o velho caderno enebado?

Talvez as agendas do futuro sejam gravadas diretamente no cérebro — no mísero cérebro

humano, arcaico, analógico, que ainda é o NOSSO.

Fonte: <https://www1.folha.uol.com.br/colunas/ruycastro/2019/11/vida-e-morte-das-agendas.shtml>

**QUESTÃO 01**

Sobre o texto lido, é correto afirmar que:

- (A) O autor vê de modo negativo as mudanças promovidas pela passagem do tempo e pelas inovações tecnológicas no que se refere à comunicação entre as pessoas.
- (B) O autor vê de modo natural as mudanças promovidas pela passagem do tempo e pelas inovações tecnológicas no que se refere à comunicação entre as pessoas.
- (C) O autor vê de modo positivo as mudanças promovidas pela passagem do tempo e pelas inovações tecnológicas no que se refere à comunicação entre as pessoas.
- (D) O autor se questiona sobre as mudanças promovidas pela efemeridade das relações e pelas inovações tecnológicas no que se refere à comunicação entre as pessoas.
- (E) O autor apenas constata as mudanças promovidas pela efemeridade das relações e pelas inovações tecnológicas no que se refere à comunicação entre as pessoas.

**QUESTÃO 02**

Assinale a alternativa em que o trecho transcrito expresse uma relação de concessão.

- (A) “Se a agenda anterior contém o número do telefone fixo e [...] você tenta ligar [...], ficará espantado com quantos fixos, de repente, passaram a dar aquele sinal [...] característico dos telefones que foram desativados, não existem mais.”
- (B) “Nomes que, um dia, foram anotados porque tinham a ver com algo terrivelmente importante passam para a categoria do ‘quem era mesmo?’.”
- (C) “Pode ser prático, mas é cruel e, ao mesmo tempo, cômico”
- (D) “Mesmo entre os coroas, quase ninguém mais as usa”
- (E) “Talvez as agendas do futuro sejam gravadas diretamente no cérebro”

### QUESTÃO 03

Em “os números de telefones são anotados diretamente no celular”, o termo em destaque atua como:

- (A) advérbio de modo.
- (B) advérbio sequencial.
- (C) advérbio de lugar.
- (D) pronome relativo.
- (E) pronome indefinido.

### QUESTÃO 04

Assinale a alternativa em que o termo / expressão em destaque NÃO esteja empregado em seu sentido conotativo.

- (A) “No período de trabalho, não conseguia vencer a enxurrada de mensagens “
- (B) “os e-mails invadiam as horas dedicadas à família e ao sono.”
- (C) “A tela conseguiu hipnotizar multidões de mulheres, crianças e homens mantidos online 24 horas.”
- (D) “Custava os olhos da cara, mas valia.”
- (E) “Estava encoberto pelos faxes que a maldita máquina vomitara sem trégua.”

### QUESTÃO 05

O termo em destaque na frase: “*e agora o Dinho Ouro Preto/vai transformar sua cabeça em coreto*” encerra qual dos significados abaixo?

- (A) Multa atribuída a acusados de roubo de propriedade intelectual.
- (B) Remédio para insônia.
- (C) Corpo atropelado por caminhão em contexto de acidente rodoviário.
- (D) Recipiente onde se armazena substâncias químicas que fazem mal à saúde.
- (E) Reunião festiva em que se entoam cantos de libação e confraternização, normalmente para várias vezes.

## LEGISLAÇÃO EDUCACIONAL E CONHECIMENTOS PEDAGÓGICOS

### QUESTÃO 06

Segundo as normas constituídas pelo Estatuto da Criança e do Adolescente, os pais, os integrantes da família ampliada, os responsáveis, os agentes públicos executores de medidas socioeducativas ou qualquer pessoa encarregada de cuidar de crianças e de adolescentes, tratá-los, educá-los ou protegê-los que utilizarem castigo físico ou tratamento cruel ou degradante como formas de correção, disciplina, educação ou qualquer outro pretexto estarão sujeitos, sem prejuízo de outras sanções cabíveis, às seguintes medidas, EXCETO:

- (A) encaminhamento a tratamento psicológico ou psiquiátrico.
- (B) obrigação de encaminhar a criança a tratamento especializado.
- (C) encaminhamento a cursos ou programas de orientação.
- (D) prisão civil nos casos de grave agressão.
- (E) advertência.

### QUESTÃO 07

Define a Constituição Federal que a lei estabelecerá o plano nacional de educação, de duração decenal, com o objetivo de articular o sistema nacional de educação em regime de colaboração e definir diretrizes, objetivos, metas e estratégias de implementação para assegurar a manutenção e desenvolvimento do ensino em seus diversos níveis, etapas e modalidades por meio de ações integradas dos poderes públicos das diferentes esferas federativas para que seja conduzida as seguintes situações, EXCETO:

- (A) promoção humanística, científica e tecnológica do País.
- (B) melhoria da qualidade do ensino.
- (C) universalização do atendimento escolar.
- (D) aplicação de recursos públicos em educação como proporção do produto interno bruto.
- (E) erradicação do pluralismo de ideias e de concepções pedagógicas.

### QUESTÃO 08

Conforme definido pelo Estatuto da Criança e do Adolescente, o direito à liberdade compreende os seguintes aspectos abaixo consignados, EXCETO:

- (A) buscar refúgio, auxílio e orientação.
- (B) participar da vida política, indistintamente.
- (C) brincar, praticar esportes e divertir-se.
- (D) crenças e cultos religiosos.
- (E) opinião e expressão.

### QUESTÃO 09

Nos moldes determinados pela Constituição Federal as universidades gozam de autonomia didático-científica, administrativa e de gestão financeira e patrimonial, e obedecerão ao seguinte princípio:

- (A) igualdade de condições de permanência no ambiente universitário.
- (B) autonomia pedagógica.
- (C) criticidade e adequação dos planos de ensino.
- (D) indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão.
- (E) gestão democrática do ensino e valorização das experiências de trabalho.

### QUESTÃO 10

Determinado pela Lei nº 9.615/1998, a exploração e a gestão do desporto profissional constituem exercício de atividade econômica sujeitando-se, especificamente, à observância dos seguintes princípios, EXCETO:

- (A) Reversibilidade do indivíduo.
- (B) Moralidade na gestão desportiva.
- (C) Transparência financeira e administrativa.
- (D) Tratamento diferenciado em relação ao desporto não profissional.
- (E) Responsabilidade social de seus dirigentes.

### CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

#### QUESTÃO 11

Movimentos similares ao *afundo* aparecem em registros históricos desde a Roma antiga. Eles acabaram por influenciar as lutas de espada na Idade Média e o que se chama, hoje, de esgrima, guardando utilidade contemporânea em esportes coletivos de combate, no tênis e nos demais esportes de raquete. Sobre esse tipo de movimento, é incorreto afirmar que:

- (A) Seus benefícios estão na melhoria da mobilidade de quadris e de tornozelos, e na geração de estabilidade por meio do *core* e da base de suporte, os pés.
- (B) O afundo envolve o corpo de forma integral, fazendo que se ajuste em relação à produção de movimento em afastamento anteroposterior.
- (C) Com poucos exercícios, consegue-se combinar estímulos de ganho de mobilidade e flexibilidade com força.
- (D) A sobrecarga pode ser estimulada com o uso de barra e anilha, halteres, kettlebell, saco de peso ou o próprio peso corporal.
- (E) no afundo, os sacos de peso trabalharão mais estabilidade e equilíbrio, enquanto que os halteres exigiram mais do *core*.

#### QUESTÃO 12

Quando um peso está sendo baixado de maneira controlada, os principais músculos envolvidos estão desenvolvendo força e se alongando de maneira controlada, o que é chamado de ação muscular \_\_\_\_\_. Quando um peso está sendo levantado, os principais músculos envolvidos estão se encurtando ou realizando uma ação muscular \_\_\_\_\_.

Assinale a alternativa que preenche, correta e respectivamente, as lacunas do texto:

- (A) concêntrica / excêntrica.
- (B) excêntrica / concêntrica.
- (C) concêntrica / isométrica.
- (D) excêntrica / isométrica.
- (E) isométrica / concêntrica.

**QUESTÃO 13**

Os treinadores precisam atentar-se para os erros de performance na realização do afundo. Uma boa posição inicial é ponto de partida para a execução correta. Sobre a posição, considere a alternativa correta:

- (A) O tronco deve estar em posição ereta, sem estar alinhado com a cabeça e o quadril, enquanto o joelho deve estar estendido e sempre alinhado com o calcanhar – com a ponta do pé.
- (B) O tronco deve estar em posição ereta, alinhado com a cabeça e o quadril, enquanto o joelho deve estar estendido e sempre alinhado com o calcanhar – com a ponta do pé.
- (C) O tronco deve estar em posição ereta, alinhado com a cabeça e o quadril, enquanto o joelho deve estar estendido e sempre alinhado com o calcanhar – nunca com a ponta do pé.
- (D) O tronco deve estar em posição ereta, alinhado com a cabeça e o quadril, enquanto o joelho deve estar flexionado e sempre alinhado com o calcanhar – com a ponta do pé.
- (E) O tronco deve estar em posição ereta, alinhado com a cabeça e o quadril, enquanto o joelho deve estar flexionado e sempre alinhado com o calcanhar – nunca com a ponta do pé.

**QUESTÃO 14**

Observe a imagem e indique o tipo de treinamento funcional demonstrado nela:



- (A) Zercher squat
- (B) Agachamento rei.
- (C) Agachamento búlgaro.
- (D) Afundo com Slidez.
- (E) Afundo pliométrico.

**QUESTÃO 15**

Com relação ao agachamento, leia o excerto abaixo:

“A projeção dos joelhos à frente na sua flexão é importante para o recrutamento do quadríceps, mas deve ser controlada para que a barra sempre se mantenha alinhada com o meio dos pés.”

A qual ponto de correção do exercício o excerto está atentando?

- (A) Direção da força de propulsão.
- (B) Padrões de ativação muscular.
- (C) Posição dos pés.
- (D) Ângulo da tíbia em relação ao vetor vertical.
- (E) Angulação do tronco e dos quadris.

**QUESTÃO 16**

Zona de treino por repetição é um intervalo que costuma ter três repetições (como 3-5, 8-10). Ao fazer as repetições numa zona de treino por repetição, a carga usada pode permitir que a pessoa realize a quantidade desejada de repetições com relativa facilidade, ou pode resultar em falha voluntária momentânea. Se a carga usada resultar em falha, o nome dado à zona de treino por repetição é zona de treino de:

- (A) Repetição Máxima.
- (B) Potência.
- (C) Força Máxima.
- (D) Série.
- (E) Fadiga.

### QUESTÃO 17

Especificidade da fonte energética se refere ao conceito de que o treinamento físico pode:

- (A) indicar que os ganhos na força são, em parte, específicos ao tipo de ação muscular utilizado no treinamento.
- (B) resultar na capacidade de recrutar os músculos da forma mais eficiente para o desempenho de um determinado tipo de ação ou exercício muscular.
- (C) provocar adaptações dos sistemas metabólicos predominantemente utilizados para suprir a energia necessária aos músculos que realizam determinada atividade física.
- (D) incorporar um pouco de treinamento isométrico ao programa de treinamento de resistência.
- (E) significar simplesmente que cada grupo muscular que requeira ganhos de força ou outras adaptações ao programa de treinamento devem ser especificamente treinados.

### QUESTÃO 18

No voleibol, temos as posturas básicas, caracterizadas por alguns elementos. Na Fase principal, é exemplo de comportamento fundamental:

- (A) calcanhares firmes no solo.
- (B) mãos abaixo da cintura.
- (C) corpo totalmente fletido.
- (D) posição expectante.
- (E) tronco levemente inclinado para trás.

### QUESTÃO 19

Leia:

É uma evolução do saque por cima. O aluno deve manter os procedimentos técnicos do saque anterior e acrescentar um salto antes de sua execução, devendo buscar o contato com a bola no ponto de máximo alcance possível. O golpe na bola deve ser com a palma da mão rígida, buscando imprimir uma trajetória irregular e sem giros no seu percurso (BIZZOCHI, 2004).

O excerto define o:

- (A) Saque por cima convencional.
- (B) Saque jornada nas estrelas.
- (C) Saque viagem ao fundo do mar.
- (D) Saque flutuante com salto.
- (E) Saque por baixo.

### QUESTÃO 20

No voleibol, o ataque é uma habilidade motora de execução bastante complexa. Sua preparação para a realização varia em consequência da recepção e da trajetória do levantamento. Um bom atacante deve:

- (A) obedecer a diferentes empregos estratégicos no contexto do jogo, condicionados a sua habilidade e a dos líberos.
- (B) utilizar-se dos toques laterais, para trás e em suspensão (toque com salto) para a sua realização.
- (C) dominar golpes variados para sua execução, já que o tempo que ele tem para decidir no momento da jogada é pequeno.
- (D) utilizar recursos como a manchete e o levantamento com apenas uma das mãos.
- (E) interceptar ou diminuir a velocidade do ataque do adversário próximo à rede.

### QUESTÃO 21

No voleibol, a parte da zona livre no lado do banco das equipes, limitada pela extensão da linha de ataque até a linha de fundo, denomina-se:

- (A) Zona de frente.
- (B) Zona de saque.
- (C) Zona de substituição.
- (D) Zona de aquecimento.
- (E) Zona de troca do Líbero.

### QUESTÃO 22

No voleibol, \_\_\_\_\_ é a sequência de ações de jogo ocorridas desde o momento em que o saque é executado pelo jogador sacador até o momento em que a bola é considerada fora de jogo.

Assinale a alternativa que preenche, corretamente, a lacuna do texto:

- (A) Game.
- (B) Rally.
- (C) Set.
- (D) Play.
- (E) Mind.

### QUESTÃO 23

Estilo livre é uma prova de natação na qual os nadadores podem aplicar qualquer movimento de sua escolha, que, em geral, é o:

- (A) peito.
- (B) crawl.
- (C) costas.
- (D) golfinho.
- (E) borboleta.

### QUESTÃO 24

Considere a alternativa que define, corretamente, o nado de peito:

- (A) Um movimento de braços em que as duas mãos se movem simultaneamente para a frente, para fora e para trás da frente do peito, e as pernas se movem como as de uma rã.
- (B) Um movimento no qual o nadador fica de costas, movimentando os pés e girando os braços alternadamente para trás.
- (C) Um movimento de braços em que os dois braços se levantam simultaneamente para fora da água, movem-se para a frente e submergem em combinação com o nado golfinho.
- (D) Um movimento de braços caracterizado por movimentos alternados de levantamento dos braços e batidas contínuas dos pés para cima e para baixo; originalmente chamado crawl australiano.
- (E) Uma batida feita por movimentos estilo borboleta em que as pernas são mantidas juntas e deslocadas para cima e para baixo por meio de sua flexão e extensão no joelho duas vezes em sucessão rápida; também utilizada nas largadas e voltas do nado de costas.

### QUESTÃO 25

Flutter-kick é descrito como uma batida, em geral, executada como parte do nado \_\_\_\_\_, na qual as pernas são mantidas estendidas e deslocadas para cima e para baixo de modo alternado.

Assinale a alternativa que preenche, corretamente, a lacuna do texto:

- (A) costas.
- (B) peito.
- (C) crawl.
- (D) borboleta.
- (E) golfinho.

### QUESTÃO 26

Na prova de medley individual, o nadador nada os quatros nados na seguinte ordem:

- (A) peito, costas, borboleta e livre.
- (B) livre, borboleta, peito e costas.
- (C) livre, borboleta, costas e peito.
- (D) borboleta, costas, peito e livre.
- (E) borboleta, peito, costas e livre.

### QUESTÃO 27

Sobre o nado borboleta, analise os itens:

I - Todos os movimentos para cima e para baixo das pernas devem ser simultâneos.

II - As pernas ou os pés não precisam estar no mesmo nível, mas não podem alternar um em relação ao outro.

III - O movimento de pernada de peito não é permitido.

É correto o que se afirma em:

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

### QUESTÃO 28

Sobre o nado peito, é incorreto afirmar que:

- (A) A partir da primeira braçada após a saída e após cada virada, o corpo deve ser mantido sobre o peito.
- (B) As mãos devem ser lançadas junto para frente a partir do peito, abaixo ou sobre a água.
- (C) Os cotovelos deverão estar acima da água exceto para última braçada antes da volta, durante a volta e na última braçada antes da chegada.
- (D) A partir da saída e durante a prova, o ciclo do nado deve ser uma braçada e uma pernada, nessa ordem.
- (E) Não é permitido ficar na posição de costas em nenhum momento, exceto quando da volta, após o toque na parede onde é permitido girar de qualquer maneira, contanto que quando deixar a parede o corpo deve estar na posição sobre o peito.

### QUESTÃO 29

Pelas Regras Oficiais da Natação, no nado de costas, é permitido ao nadador estar completamente submerso durante a volta e por uma distância não maior que:

- (A) 5 metros após a saída e cada volta.
- (B) 10 metros após a saída e cada volta.
- (C) 15 metros após a saída e cada volta.
- (D) 20 metros após a saída e cada volta.
- (E) 30 metros após a saída e cada volta.

### QUESTÃO 30

No futsal, o chute feito durante um giro, quando a bola é recebida estando o jogador de costas para o gol, é chamado de chute:

- (A) de pivô.
- (B) de trivela.
- (C) bate-pronto.
- (D) simples.
- (E) de cobertura.

### QUESTÃO 31

No futsal, usamos esta recepção quando a bola vem pelo alto em parábola ou em linha reta. Trata-se da recepção com:

- (A) o peito.
- (B) o pé.
- (C) a coxa.
- (D) a cabeça.
- (E) o joelho.

**QUESTÃO 32**

No futsal, o defensor é chamado de:

- (A) ala esquerda.
- (B) ala direita.
- (C) pivô.
- (D) fixo.
- (E) engate.

**QUESTÃO 33**

No Futsal, a sinalização indicada pelo árbitro, na imagem, representa:

- (A) Contagem de 4 segundos.
- (B) Tiro de fundo.
- (C) Tiro de 10 metros.
- (D) Vantagem em tiro livre indireto.
- (E) Vantagem em tiro livre direto.

**QUESTÃO 34**

No basquetebol, \_\_\_\_\_ é aquele que direciona e auxilia os demais a estarem na melhor posição para marcar pontos, sendo considerado o “cérebro” da equipe.

Assinale a alternativa que preenche, corretamente, a lacuna do texto:

- (A) armador.
- (B) ala-armador.
- (C) ala-pivô.
- (D) ala-central.
- (E) central (pivô).

**QUESTÃO 35**

No basquetebol, na área do garrafão, só é permitido ao atacante permanecer no máximo \_\_\_\_\_ segundos antes de um passe.

Assinale a alternativa que preenche, corretamente, a lacuna do texto:

- (A) 3
- (B) 5
- (C) 7
- (D) 8
- (E) 10

**QUESTÃO 36**

Sobre o manejo da bola no jogo de basquetebol, sabe-se que segurar a bola de forma correta faz diferença entre jogadores de competição. É preciso manter a bola à altura do peito, segurando-a com firmeza apenas com os dedos e mantendo as mãos na posição natural na direção dos braços. São exercícios trabalhados pelo Educador Físico para esse fundamento, exceto:

- (A) Recepcionar a bola "mal" passada.
- (B) Passar a bola por trás do corpo e por entre as pernas.
- (C) Troca de mão e direção pela frente do corpo, por entre as pernas e por trás do corpo.
- (D) Jogar a bola para o alto e segurá-la logo após tocar o solo com o corpo inclinado sobre ela.
- (E) Fazer a bola girar de uma mão a outra pelos braços e peito.



---

**QUESTÃO 37**

---

Para se trocar a bola de mão, protegendo-a do marcador, pode-se utilizar o fundamento \_\_\_\_\_. O atleta apoia o pé do lado oposto ao da mão que dribla a bola à frente do marcador, em seguida gira o outro pé e o corpo para trás sobre este pé de apoio, trocando a mão que dribla simultaneamente. Assim, livra-se do marcador, muda de direção e de mão que dribla a bola.

- (A) da variação de velocidade.
- (B) da troca de mão.
- (C) do controle.
- (D) da corrida.
- (E) da reversão.

---

**QUESTÃO 38**

---

No handebol, quando se procura vencer um ou mais adversários por cima, em contra-ataques ou nos passes de longa distância, indica-se o uso do passe:

- (A) voleio.
- (B) indireto.
- (C) direto.
- (D) parabólico.
- (E) picado.

---

**QUESTÃO 39**

---

Sobre os arremessos especiais no handebol, o arremesso pivô pode ser descrito como:

- (A) Arremessos com queda parado.
- (B) Arremessos em suspensão.
- (C) Arremessos com queda de frente.
- (D) Arremessos giro e queda.
- (E) Arremessos queda para o lado direito e esquerdo.

---

**QUESTÃO 40**

---

Análise os itens, abaixo, sobre os arremessos no handebol:

I - São os Arremessos executados, sem preocupação com a progressão e com qualquer pé de apoio.

II - Arremessos executados, estando o jogador com os pés fixos no chão, normalmente utilizando as progressões.

III - Estando o jogador no máximo em altura de um salto, após uma progressão, efetua o arremesso.

Respectivamente, os itens discorrem sobre os arremessos:

- (A) em suspensão; de apoio; na corrida.
- (B) na corrida; de apoio; em suspensão.
- (C) na corrida; em suspensão; de apoio.
- (D) de apoio; em suspensão; na corrida.
- (E) de apoio; na corrida; em suspensão.