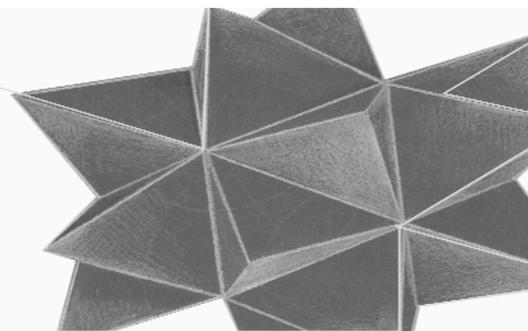


# VESTIBULAR DE VERÃO 2014



## Prova 3 - Educação Física

### QUESTÕES OBJETIVAS

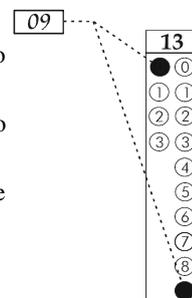
Nº DE ORDEM:

Nº DE INSCRIÇÃO:

NOME DO CANDIDATO:

### INSTRUÇÕES PARA A REALIZAÇÃO DA PROVA

1. Confira os campos Nº DE ORDEM, Nº DE INSCRIÇÃO e NOME, que constam na etiqueta fixada em sua carteira.
2. Confira se o número do gabarito deste caderno corresponde ao constante na etiqueta fixada em sua carteira. Se houver divergência, avise, imediatamente, o fiscal.
3. **É proibido folhear o Caderno de Questões antes do sinal, às 9 horas.**
4. Após o sinal, confira se este caderno contém 40 questões objetivas e/ou qualquer tipo de defeito. Qualquer problema, avise, imediatamente, o fiscal.
5. O tempo mínimo de permanência na sala é de 2 horas e 30 minutos, após o início da resolução da prova.
6. No tempo destinado a esta prova (4 horas), está incluso o de preenchimento da Folha de Respostas.
7. Transcreva as respostas deste caderno para a Folha de Respostas. A resposta para cada questão será a soma dos números associados às alternativas corretas. Portanto, preencha sempre dois alvéolos: um na coluna das dezenas e um na coluna das unidades, conforme o exemplo ao lado: questão 13, resposta 09 (soma, no exemplo, das alternativas corretas, 01 e 08).
8. Este Caderno de Questões não será devolvido. Assim, se desejar, transcreva as respostas deste caderno no Rascunho para Anotação das Respostas, constante abaixo, e destaque-o para recebê-lo amanhã, ao término da prova.
9. Ao término da prova, levante o braço e aguarde atendimento. Entregue ao fiscal este caderno, a Folha de Respostas, o Rascunho para Anotação das Respostas.
10. São de responsabilidade do candidato a leitura e a conferência de todas as informações contidas no Caderno de Questões e na Folha de Respostas.



Corte na linha pontilhada.

### RASCUNHO PARA ANOTAÇÃO DAS RESPOSTAS – PROVA 3 – VERÃO 2014

Nº DE ORDEM:

NOME:

#### Educação Física

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20



UEM – Comissão Central do Vestibular Unificado

## GABARITO 3

# EDUCAÇÃO FÍSICA

## Questão 01

Marque o que for **correto** acerca da relação entre nutrição, exercício físico e saúde corporal.

- 01) O equilíbrio na ingestão de nutrientes contidos nos alimentos que consumimos (como proteínas, hidratos de carbono, lipídios, vitaminas, sais minerais) contribui para a busca da saúde corporal.
- 02) Os lipídios, conhecidos como gorduras, apresentam menor importância que as proteínas e os hidratos de carbono por serem componentes que trazem danos ao organismo.
- 04) No momento em que o corpo é submetido a exercício físico, a glicose converte-se em lipídio por meio de um processo conhecido como metabolismo lipídico.
- 08) A ingestão de glicose é recomendada durante a realização de práticas corporais em que o atleta precisa de rápida explosão do movimento, a exemplo do que ocorre nos exercícios da ginástica artística.
- 16) O envolvimento de jovens em programas de treinamento intensos e sua participação precoce em eventos competitivos requerem a atenção de profissionais da saúde quanto à adoção de comportamentos alimentares que trazem danos ao organismo, como desidratação, práticas de controle de peso inadequadas, distúrbios alimentares e uso indiscriminado de substâncias que estimulem a prática de exercício físico.

## Questão 02

Marque a(s) opção(ões) **correta(s)** no que se refere ao tema adaptações e ajustes anatomofisiológicos promovidos pelo exercício e pela atividade física.

- 01) Pelo número de batimentos do coração, é possível avaliar se o esforço realizado durante uma atividade física foi adequado ou demasiado.
- 02) Durante a prática de atividade física intensa há maior consumo de oxigênio e menor produção de gás carbônico.
- 04) A realização de exercícios, com a finalidade de fortalecimento muscular, leva à redução da velocidade de movimento e da flexibilidade.
- 08) Provas de curta duração e alta intensidade, como corrida de 100 metros e natação de 25 metros, exigem do organismo o fornecimento gradativo de energia.
- 16) Treinamento progressivo com pesos, treinamento isométrico e treinamento isocinético são três sistemas comuns de exercícios utilizados para o treino dos músculos com vistas a deixá-los mais fortes.

## Questão 03

Sobre as relações entre saúde e lazer, marque o que for **correto**.

- 01) A saúde corporal não se restringe a hábitos de vida saudáveis, mas também depende da relação do ser humano com o meio social, com o trabalho, com a realização de atividade física regular e com as possibilidades de lazer.
- 02) A organização de um estilo de vida marcado pela aceleração do cotidiano faz com que se aumentem os problemas relacionados ao corpo e à saúde, como estresse e depressão, bem como se reduzam as possibilidades de organização do tempo e do espaço para a realização de outras atividades, como o lazer.
- 04) A prática do lazer deve respeitar a hierarquia das necessidades humanas, a qual entende que somente após satisfeitas as primeiras necessidades (como a do trabalho, a da saúde, a da educação) é que outras necessidades passam a ser concretizadas.
- 08) As práticas corporais realizadas no tempo-espaço de lazer distanciam-se de preocupações ligadas à estética do corpo e à saúde, haja vista que o enfoque é no prazer proporcionado pelo lazer.
- 16) Durante muito tempo, o lazer foi tema desvalorizado em sociedades que privilegiavam a produção, o que levou o ser humano a deixar de percebê-lo como algo importante para a qualidade de vida.

## Questão 04

O futebol possui características técnicas e táticas que balizam o desempenho do atleta durante o jogo. Sobre o assunto, marque o que for **correto**.

- 01) O futebol foi inventado para atender a demandas da sociedade em relação à necessidade da criação de um jogo coletivo que desenvolvesse a habilidade dos pés.
- 02) Pegada média na altura dos ombros, pegada alta e pegada baixa com as mãos são habilidades técnicas ou movimentos específicos que o goleiro de futebol pode recorrer para realizar a ação defensiva em qualquer lugar do campo.
- 04) O processo metodológico do treinamento da tática no futebol apresenta características antagônicas àquelas dos condicionamentos físico e técnico.
- 08) No futebol, o componente tático é considerado como um dos fatores mais amplos, ricos e decisivos para a conquista dos objetivos nas competições.
- 16) Treinamento das ações táticas específicas, treinamento tático posicional, treinamento tático em forma de jogo e método técnico situacional são exemplos de treinamentos táticos no futebol.

**Questão 05**

Com base na relação entre corpo e ginástica na Grécia antiga, marque o que for **correto**.

- 01) Para os gregos, o adestramento do corpo pela ginástica era um meio para a formação do espírito e da moral.
- 02) As atividades atléticas eram realizadas em locais abertos, como praças e ruas, de modo a valorizar a busca da saúde, da força, da velocidade e da destreza no contato com a natureza.
- 04) As festividades ginásticas vinculavam-se a competições poéticas e artísticas, em atendimento aos objetivos físicos, espirituais e morais previstos para a prática gímnica.
- 08) A prática de exercícios gímnicos requeria o uso de roupas colantes ao corpo, de modo a ressaltar sua beleza e harmonia, bem como ampliar a possibilidade de movimento para a busca da saúde.
- 16) Uma vez que a ginástica, para os gregos, constituía-se como obrigação moral, o descuido dessa obrigação era uma vergonha.

**Questão 06**

Marque o que for **correto** sobre lutas.

- 01) Oposição, foco no oponente, ações simultâneas e imprevisibilidade são características gerais das lutas.
- 02) Esgrima, *kendo* e *kempo* são lutas de curta distância.
- 04) Judô, *jiu-jitsu* e *sumô* são lutas de média distância.
- 08) Para as lutas de longa distância é necessário algum tipo de implemento no desenvolvimento das ações de toque, seja com socos seja com chutes.
- 16) *Kung fu*, boxe, *muay thai* são lutas de distância mista.

**Questão 07**

A capoeira é uma prática corporal que, no Brasil, conta com milhões de praticantes. Sobre o assunto, marque o que for **correto**.

- 01) A capoeira foi registrada pelo governo brasileiro como bem cultural, tornando-se patrimônio nacional por indicação do Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN/MinC).
- 02) No Brasil, a capoeira foi proibida por cerca de 40 anos e só pôde ser praticada (em lugares fechados) depois que o presidente Getúlio Vargas, na década de 1930, permitiu a realização de manifestações afro-brasileiras.
- 04) Angola e Regional são dois estilos de capoeira.
- 08) Ginga, benção, martelo e queixada são movimentos básicos da capoeira.
- 16) Aú, bananeira, esquiva e cocorinha têm por característica a movimentação rasteira.

**Questão 08**

O tema do legado olímpico é atual e integra as preocupações do país a partir da realização dos megaeventos esportivos. Mas, o que podemos entender por legado olímpico? Como esse legado olímpico passa a se constituir como herança à população em termos de melhoria de suas condições de vida? Tomando por base essas questões, marque o que for **correto**.

- 01) Legado olímpico pode ser compreendido como aquilo que é deixado à população no país sede dos Jogos Olímpicos em termos de instalações materiais, de desenvolvimento cultural, de educação, de informação, de recursos, de memória, entre outros.
- 02) As políticas públicas integram parte das dimensões do legado olímpico e podem ser percebidas nas inovações ocorridas na cidade, incluindo-se as formas de cooperação e de parcerias desencadeadas pela realização dos jogos.
- 04) O legado esportivo advém de ações ligadas à qualificação dos atletas de nível olímpico, os quais passam a ter maiores recursos para sua preparação e acesso às instalações construídas para as competições.
- 08) O legado educacional, como dimensão do legado olímpico, pode ser observado, por exemplo, na compreensão dos ideais olímpicos e na sua aplicação cotidiana, tanto pelos atletas quanto pela população em geral.
- 16) O legado em termos de impactos sociais e econômicos esperados dos Jogos Rio 2016 encontra-se desobrigado de um projeto nacional idealizado pelos governantes, haja vista que esse megaevento visa atender à política do Comitê Olímpico Internacional (COI).

**Questão 09**

O brinquedo (material) e a brincadeira (ação de brincar) resistem a gerações e, em muitos casos, mesclam-se numa ação em que o próprio brinquedo remete à brincadeira e às necessidades lúdicas em diferentes sociedades e etnias. Como a brincadeira exige ação, encontre brinquedos ou brincadeiras no quadro abaixo e marque o que for **correto**.

- a) R G S T P E T E C A D V H J T  
 b) P E I A Q U E I M A D A X C V  
 c) S O P K A R C O E F L E C H A  
 d) S W Z P I A O L H J N C U Ç X  
 e) C A M A D E G A T O F R D G I

- 01) A palavra disposta na *fileira a* representa um brinquedo que, ao ser utilizado na brincadeira, deve ficar o maior tempo possível no ar, com a utilização da palma das mãos para esse fim.
- 02) Na *fileira b*, a palavra refere-se a um brinquedo que reflete a situação de dominação do branco sobre o negro, pois consiste em imitar o gesto de bater com chicote nas costas do escravo.
- 04) O brinquedo nominado na *fileira a* e o brinquedo nominado na *fileira e* integram a cultura infantil indígena.
- 08) A palavra que aparece na *fileira c* refere-se a um brinquedo que, por ser perigoso e exigir manuseio cuidadoso, passa a integrar as brincadeiras infantis indígenas somente a partir dos nove anos de idade.
- 16) Na *fileira d* evidencia-se um brinquedo feito de madeira que chegou ao Brasil por intermédio dos africanos.

**Questão 10**

Marque o que for **correto** sobre manifestações ginásticas na atualidade.

- 01) *Fast group, mat pilates, jump, body combaty* são exemplos de ginástica de condicionamento físico que visam à estética corporal relacionada ao padrão de corpo belo na sociedade de consumo.
- 02) As ginásticas de conscientização corporal fazem uso de movimentações corporais de origem europeia e americana, além de serem inspiradas em práticas orientais milenares, como *yoga* e *tai-chi-chuan*.
- 04) A antiginástica é uma ginástica classificada como de demonstração.
- 08) *Rope skipping*, rodas ginásticas, trampolim e esportes acrobáticos são ginásticas competitivas regulamentadas pela Federação Internacional de Ginástica.
- 16) Trave de equilíbrio, mesa de salto e barra fixa são aparelhos oficiais da ginástica acrobática.

**Questão 11**

Marque o que for **correto** acerca das relações entre corpo, circo e ginástica.

- 01) O circo perde seu fascínio na sociedade europeia do século XIX, sobretudo quando a arte do corpo é pensada para atender simultaneamente a diferentes classes sociais.
- 02) No lugar em que se instalava o Circo Máximo de Roma, na antiguidade, foi criado o Coliseu, cujo espetáculo sangrento de gladiadores, animais exóticos e engolidores de fogo fez com que o interesse pelas artes circenses passasse a ser reduzido.
- 04) No circo contemporâneo, os artistas precisam ser especialistas numa dada habilidade corporal, devendo escolher a ginástica, a dança, o teatro ou a estética.
- 08) No Renascimento, o circo, como arte do entretenimento e como expressão do corpo gímnico, propiciava a ruptura da ordem estabelecida ao organizar espetáculos pautados na diversão e no encantamento.
- 16) Dadas a grande habilidade corporal e a preparação técnica que o circo contemporâneo exige, torna-se inviável sua tematização como conteúdo das aulas de educação física.

**Questão 12**

A mídia propaga conceitos de corpo feminino saudável e belo, relacionando-os com a prática de exercício físico, além de outros comportamentos e valores. Sobre o assunto, marque o que for **correto**.

- 01) Na década de 1950, as revistas focavam o crescimento do mercado do músculo, do consumo de bens e serviços destinados à manutenção do corpo.
- 02) Os *reality shows* da TV aberta e dos canais de TV por assinatura propagam que, com esforço e trabalho físico, as mulheres podem alcançar a aparência desejável, mesmo que para isso sejam necessários exercícios intensos, cirurgias plásticas e dietas radicais.
- 04) Na década de 1960, impérios industriais ocuparam a fatia do mercado relativa ao ferro, às vitaminas e ao suor, produzindo aparelhos de musculação e suplementos nutricionais.
- 08) Na década de 1980, aparece na mídia uma nova categoria que mescla a maromba (prática de exercitar os músculos) à preocupação com o bem-estar – o *wellness* –, denominada de *maromba-zen*.
- 16) No mundo contemporâneo, o corpo com músculos rígidos e livres de gorduras indesejadas é exaltado como indicador de saúde.

**Questão 13**

Sobre a Copa do Mundo de Futebol, um dos eventos esportivos mais importantes do mundo, marque o que for **correto**.

- 01) Na Copa do Mundo de Futebol, de 2014, a bola oficial foi chamada de Jabulani, nome escolhido pela FIFA em homenagem ao país sede.
- 02) Para a Copa do Mundo de Futebol, de 2014, realizada no Brasil, doze estádios foram construídos ou reformados. Destes, o Maracanã, no Rio de Janeiro, é o que possui maior capacidade de espectadores. O menor é o Arena da Baixada, em Curitiba.
- 04) A única seleção estreante na Copa do Mundo de Futebol, de 2014, foi a de Camarões.
- 08) Fuleco, mascote da Copa do Mundo de Futebol, de 2014, é um tatu-bola – animal típico do Brasil, que tem a capacidade de se enrolar e ficar no formato de uma bola, que é um dos principais componentes do futebol.
- 16) Antes da realização da Copa no Brasil, em 2014, quatro edições do evento aconteceram na América do Sul. A primeira foi realizada no Uruguai, a segunda no Brasil, seguidas pelo do Chile e da Argentina.

**Questão 14**

Marque o que for **correto** sobre dança.

- 01) A dança expressionista é semelhante à dança clássica, pois ambas possuem características como: virtuosismo técnico, inspiração grega e necessidade de expressar o pessimismo perante a vida.
- 02) Na Idade Média, o teatro pagão e a dança a ele associada foram proibidos, considerados subversivos e moralmente indesejados.
- 04) A dança, como expressão da cultura, é fenômeno social, estético e cultural que expressa sentidos por meio de uma gestualidade própria.
- 08) Na dança contemporânea mesclam-se elementos do balé, da dança moderna, do teatro, da *performance* e de outras formas de movimentação humanas, incluindo lutas e técnicas circenses.
- 16) A dança coral, proposta por Rudolf Laban, caracteriza-se pelo coro de movimentos realizado em uma composição solística.

**Questão 15**

Portadores de insuficiência cardíaca têm como característica a piora de sua capacidade funcional e da sua qualidade de vida. Sobre o assunto, marque o que for **correto**.

- 01) A prática regular de atividade física é considerada uma conduta farmacológica que auxilia no tratamento de portadores de insuficiência cardíaca.
- 02) O exercício físico influencia negativamente nos aspectos emocionais de portadores de insuficiência cardíaca, haja vista o medo e a ansiedade que eles têm em decorrência das restrições a que são expostos.
- 04) A prática regular de exercício físico é uma das formas de melhorar a capacidade funcional de portadores de insuficiência cardíaca.
- 08) A prática regular de exercício físico contribui para a redução dos sintomas da insuficiência cardíaca.
- 16) Os meios de comunicação de massa orientam as pessoas acerca dos benefícios que a prática regular de exercícios físicos pode oferecer à saúde, embora não informem como essa prática pode contribuir no combate à hipertensão arterial.

**Questão 16**

Sobre o exercício físico e sua relação com a saúde do idoso, marque o que for **correto**.

- 01) A prática do exercício físico tem papel significativo na prevenção e no tratamento de doenças mentais em idosos, uma vez que promove alterações neurofisiológicas e psicológicas.
- 02) O exercício físico representa uma condição de estresse, uma vez que promove alterações na homeostase, porém sem apresentar indicadores psicológicos de ameaça ou medo.
- 04) Em idosos, após o exercício físico, não há recuperação dos níveis de cortisol.
- 08) A reatividade ao estresse físico e psicológico, no idoso, pode estar associada a diversos fatores, como resposta cardíaca, níveis de catecolaminas e traços de personalidade.
- 16) Fenômenos cronobiológicos, com alterações de acordo com as estações do ano e variações diurnas naturais associadas ao exercício físico, não influenciam nos níveis de cortisol do idoso.

**Questão 17**

Marque o que for **correto** sobre técnica e tática nos esportes individuais e coletivos.

- 01) A técnica é essencial ao desenvolvimento dos esportes individuais e coletivos e caracteriza-se pelo estudo e pela orientação e execução de ações de uma equipe durante o jogo com o objetivo de marcar pontos ou se defender da equipe adversária.
- 02) A tática é caracterizada pelos movimentos realizados individualmente pelos jogadores quando driblam, arremessam ou recebem a bola.
- 04) Entre os fatores que influenciam na definição tática de uma equipe estão as informações obtidas sobre o adversário e a técnica individual dos jogadores.
- 08) Toque, saque, manchete, posição de expectativa, cortada e bloqueio constituem fundamentos técnicos do voleibol.
- 16) No badminton, para executar uma ação tática de ataque o jogador deve encontrar espaços vazios na quadra adversária, rebatendo a peteca para onde seu oponente encontrar maior dificuldade para devolvê-la.

**Questão 18**

Sobre cultura esportiva e de lazer, marque o que for **correto**.

- 01) Apesar de o Brasil adotar políticas de cunho nacionalista, não se observam ações específicas relacionadas a esporte e lazer que destaquem práticas de identidade nacional.
- 02) Lazer e alto rendimento se articulam na forma de espetáculo quando da realização de eventos que apresentam, embora de modo sutil, as fronteiras entre popular e massivo, a exemplo das festas de peão, das rodas de capoeiras ou mesmo dos jogos dos povos indígenas.
- 04) A herança cultural de diferentes etnias, a exemplo das populações indígenas e afro-brasileiras, contribuiu diretamente para a constituição da cultura corporal brasileira.
- 08) Os jogos de grupo imitando animais, como jogo do gavião e jogo do jaguar, são originários das populações afro-brasileiras.
- 16) Na brincadeira de montar em carneiro, difundida nos tempos do engenho, os meninos negros serviam de montaria para os filhos dos senhores de engenho.

**Questão 19**

Marque o que for **correto** sobre o basquete no contexto brasileiro.

- 01) Apesar de ter contribuído diretamente para a criação e para o desenvolvimento de várias modalidades esportivas no mundo todo, a Associação Cristã de Moços (ACM) não interveio no processo de implementação e consolidação do basquete no Brasil.
- 02) O Brasil foi um dos primeiros países a conhecer o basquete, situação propiciada pela vinda de um professor norte-americano (conhecedor da modalidade recém-criada), convidado para lecionar no *Mackenzie College*, em São Paulo.
- 04) A imediata aceitação do basquete por mulheres, no *Mackenzie College*, em São Paulo, dificultou a difusão da modalidade entre os rapazes, fortalecendo a ideia do machismo tão presente à época.
- 08) A prática do futebol por homens e sua grande aceitação foram elementos essenciais que os motivaram a buscar paralelamente outras modalidades de esporte coletivo, a exemplo do basquete.
- 16) Apesar de ser esporte competitivo pautado no desenvolvimento da aptidão física e da técnica corporal refinada, o basquete, no contexto brasileiro, pode ser trabalhado numa dimensão formativa, valorizando-se sua prática como forma de lazer e promoção da saúde.

**Questão 20**

Marque o que for **correto** em relação ao esporte.

- 01) O processo de esportivização dos jogos teve início com as práticas corporais da elite inglesa.
- 02) O esporte passa a ser percebido em sua função mercadológica principalmente com a deflagração da Primeira Guerra Mundial.
- 04) A transformação dos jogos ancestrais, ligados a festas e eventos da natureza, culminou nos jogos ditos modernos, ligados à lógica da industrialização e da urbanização.
- 08) A expansão do esporte pelo mundo deu-se de modo pacífico, sem oposição ou resistência, dada sua fácil aceitação por diferentes segmentos sociais.
- 16) A Comissão de Reformulação do Esporte Brasileiro, instituída pelo Presidente José Sarney, na década de 1980, trouxe o conceito de esporte em três manifestações: a) desporto-performance; desporto-participação; c) desporto-educação.



UEM

Comissão Central do Vestibular Unificado