

NOME:

EDUCAÇÃO FÍSICA

QUESTÃO 01

É um fato legítimo as pessoas relacionarem as aulas de educação física à prática de atividades físicas, provavelmente porque é o componente curricular que tem como objeto de estudo a cultura do movimento humano. Isto fez com que a educação física ganhasse uma grande importância social.

Na sua opinião isso se deve a qual motivo?

- (A) Por ser um componente curricular onde podemos jogar e brincar.
- (B) Por estimular a prática de uma atividade física e combater o sedentarismo nos nossos dias.
- (C) Por podemos sair das salas de aula e ficar mais a vontade.
- (D) Por ser um momento mais lúdico e alegre.
- (E) Por que faz parte da grade de disciplinas da escola.

QUESTÃO 02

Um dos vários objetivos da educação física dentro da escola, é estimular o estudante a praticar uma atividade física regular dentro e fora da escola. Outro objetivo também importante, tem ligação com o desenvolvimento da autonomia desse estudante.

Você saberia dizer qual é?

- (A) Fazer com que este estudante tenha condições de ser um atleta profissional.
- (B) Mostrar que existem vários esportes ao redor do mundo.
- (C) Apresentar aos estudantes os diversos tipos de atividades físicas que existem na cultura corporal.
- (D) Preparar e dar condições para que esse estudante possa continuar a prática de uma atividade física por toda vida.
- (E) Nenhuma alternativa está certa.

QUESTÃO 03

A Educação Física junto com a saúde, envolve uma condição geral do corpo, no que se refere ao vigor físico e bem estar. Na escola, a Educação Física, tem o objetivo de preparar o estudante para uma prática autônoma e consciente de alguma atividade física, visando a sensação de bem estar e a melhora ou manutenção da saúde física e mental.

Dessa forma, é correto afirmar que:

- (A) Todos devemos praticar qualquer atividade física até a exaustão, sem se preocupar com os limites do organismo.
- (B) Para se ter algum benefício com a prática de atividades físicas devemos respeitar nos limites e nossa condição física e seguir a orientação de um profissional em educação física.
- (C) Não há necessidade de se preocupar com a alimentação, hidratação ou com o repouso, antes, durante ou depois de qualquer atividade física.
- (D) Devemos fazer uso de suplementação nutricional para ter melhores condições de treino.
- (E) Devemos praticar qualquer atividade física independente da nossa condição de saúde, pois isso só nos fará bem.

QUESTÃO 04

Um aspecto importante em toda prática de atividade física, são atividades de “aquecimento” e atividades de “volta à calma”. Essas atividades tem alguns objetivos específicos na rotina de treinamento.

Você saberia dizer quais são esses objetivos?

- (A) Deixar todos com calor e assim fazer com que bebam bastante água.
- (B) Fazer com que todos fiquem bem ativos e atentos após o treino.
- (C) Preparar o organismo para a parte principal do treino e depois fazer com que o organismo volte ao estado de repouso.
- (D) Produzir um efeito de cansaço físico maior para promover um aumento da força física.
- (E) Tem por objetivo ocupar um tempo maior no treino ou na aula de determinada atividade física.

QUESTÃO 05

A evolução do esporte até se tornar “espetáculo”, se deu de forma natural, pois, no sistema capitalista, esse fenômeno foi incorporado tanto pela classe trabalhadora, quanto pela classe dominante. Que tipo de esporte pode se relacionar ao esporte espetáculo, protagonizado por atletas profissionais e envolve campeonatos e torneios oficiais?

- (A) Esporte Educacional
- (B) Esporte Casual
- (C) Esporte de Alto Rendimento
- (D) Esporte de Participação
- (E) Esporte de Lazer

QUESTÃO 06

É praticado livre e voluntário pelas pessoas, sem restrição de idade ou de gênero, sem regras oficiais (ou com regras adaptadas), contribuindo para a integração dos participantes, de caráter lúdico promovendo saúde e respeitando o meio ambiente.

Estamos falando de que tipo de esporte?

- (A) Esporte Educacional
- (B) Esporte Casual
- (C) Esporte de Alto Rendimento
- (D) Esporte de Participação
- (E) Nenhuma das respostas acima

QUESTÃO 07

Na última década houve uma maior profissionalização de jovens atletas de alto rendimento em várias modalidades esportivas. Esse fato ocorreu devido ao aumento da demanda de mercado por esse tipo de atleta.

Na sua opinião o que provocou esse aumento de demanda?

- (A) Desinteresse por esportes de alto rendimento.
- (B) Aumento da crise econômica e do desemprego.
- (C) Maior preocupação com a saúde das pessoas.
- (D) Tentativa de diminuir o sedentarismo.
- (E) Aumento do interesse e do investimento em esportes de alto rendimento.

QUESTÃO 08

Para se tornar um atleta profissional, há a necessidade de se dedicar integralmente ao esporte, dessa forma se tornando uma profissão, que em alguns casos, pode trazer ascensão social, dinheiro e fama. Vários fatores levam jovens de todo mundo a buscar uma carreira de atleta profissional em várias modalidades esportivas de alto rendimento.

Dentre esses fatores, qual na sua opinião, é o que mais influência essa busca?

- (A) Busca por uma melhor saúde física.
- (B) Busca por sucesso e fama.
- (C) Busca pelo prazer em praticar uma modalidade esportiva.
- (D) Busca por melhores condições de vida e por ajudar a família.
- (E) Busca por uma oportunidade de fazer parte da seleção de seu país.

QUESTÃO 09

Não há dúvidas de que as diferentes mídias são importantes veículos de difusão e de manifestação da cultura corporal. Dessa forma, também existe uma forte tendência em se padronizar e estabelecer o que seria o “corpo” ideal.

Qual seria, na sua opinião, o motivo para a criação desse padrão de “corpo” ideal?

- (A) Como forma de promoção de saúde e bem estar para a população.
- (B) Padronização de “corpo” com base em padrões estéticos, com o objetivo de atender a chamada “indústria da beleza” com fins basicamente lucrativos.
- (C) Para poder estimular as pessoas a praticarem cada vez mais atividades físicas com o objetivo de buscar a saúde física e mental.
- (D) Para poder padronizar uma determinada população e ter controle sobre como cada um deve se alimentar e praticar uma determinada atividade física.
- (E) Todas as alternativas estão certas.

QUESTÃO 10

Hoje em dia, um grande número de pessoas procura praticar uma atividade física com objetivos estéticos, seguindo uma disseminação de modelo de “corpo” ideal, em detrimento do objetivo de buscar ter saúde e uma melhor qualidade de vida.

Você saberia diferenciar saúde de estética?

- (A) Não existe diferença, as duas são a mesma coisa e tem os mesmos objetivos.
- (B) As diferenças são mínimas, pois, as duas podem deixar as pessoas mais bonitas fisicamente.
- (C) Estética é mais importante do que saúde por que você fica com o físico mais atraente.
- (D) Saúde tem relação com o bem estar físico psíquico e social, enquanto que estética tem relação com a aparência física, beleza e modismo.
- (E) Nenhuma das respostas acima



GABARITO

- Questão 01 – B
- Questão 02 – D
- Questão 03 – B
- Questão 04 – C
- Questão 05 – C
- Questão 06 – D
- Questão 07 – E
- Questão 08 – D
- Questão 09 – B
- Questão 10 – D