

NOME:

EDUCAÇÃO FÍSICA

QUESTÃO 01

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.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2mn> Acesso em: 30 mar. 2021.

QUESTÃO 02

É praticado livremente pelas pessoas, sem restrição de idade ou de gênero, sem regras oficiais (ou com regras adaptadas), em que o lúdico é a maior motivação.

Estamos falando de que tipo de esporte?

- (A) Esporte educacional.
- (B) Esporte casual.
- (C) Esporte de alto rendimento.
- (D) Esporte de participação.
- (E) Esporte de lazer.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2mn> Acesso em: 30 mar. 2021.(Adaptada)



QUESTÃO 03

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.

O que provocou esse aumento de demanda foi

- (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.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2na> Acesso em: 30 mar. 2021.(Adaptada)

QUESTÃO 04

Vários fatores levam jovens de todo mundo a buscar uma carreira de atleta profissional em várias modalidades esportivas de alto rendimento. Entre esses fatores, qual é o que mais influência essa busca?

- (A) Melhorar a saúde física.
- (B) Conquistar sucesso e fama.
- (C) Obter prazer em praticar uma modalidade esportiva.
- (D) Melhorar as condições de vida e ajudar a família.
- (E) Conquistar uma oportunidade para fazer parte da seleção de seu país.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2nv> Acesso em: 30 mar. 2021.(Adaptado)



QUESTÃO 05

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.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2ob> Acesso em: 30 mar. 2021.(Adaptada)

Essa visibilidade da educação física pode ser explicada por

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

QUESTÃO 06

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.

Disponível em: <http://gg.gg/oz2pk> Acesso em: 30 mar. 2021.(Adaptada)

Esse outro objetivo é:

- (A) Fazer com que o 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 o estudante possa continuar a prática de uma atividade física por toda vida.
- (E) Proporcionar ao estudante uma consciência da necessidade da prática de atividade física.



QUESTÃO 07

Com 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, é correto afirmar que

- (A) 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 nossos 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 08

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

Um desses objetivos específico é

- (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) ocupar um tempo maior no treino ou na aula de determinada atividade física.



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.

A criação desse padrão de “corpo” ideal deve-se à (ao)

- (A) forma de promoção de saúde e bem estar para a população.
- (B) padronização do “corpo”, baseada em padrões estéticos, para atender a chamada “indústria da beleza” com fins basicamente lucrativos.
- (C) poder de estimular as pessoas a praticarem cada vez mais atividades físicas com o objetivo de buscar a saúde física e mental.
- (D) padronização de uma determinada população e com controle da alimentação de cada um e o comando da prática de uma determinada atividade física.
- (E) manipulação do comportamento humano das mulheres para práticas esportivas saudáveis..

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.

A diferença entre saúde e estética é:

- (A) Não existe diferença, as duas têm os mesmos objetivos.
- (B) As diferenças são mínimas, pois, as duas podem deixar as pessoas mais bonitas fisicamente.
- (C) Estética é mais importante que saúde, pois deixa 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) Saúde é mais importante, pois, por meio dela se a conquista a estética.



GABARITO

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