

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE**

# **CONCURSO PÚBLICO**

**CADERNO 1**



**CADERNO 1**

**DIA - 14/06/2009**

**CARGO: TÉCNICO DESPORTIVO**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE**

**CONCURSO PÚBLICO**

**GABARITO**

<b>PORTUGUÊS</b>	<b>INFORMÁTICA</b>	<b>LEGISLAÇÃO</b>	<b>MATEMÁTICA</b>	<b>ESPECÍFICA</b>
01-	11-	21-	31-	36-
02-	12-	22-	32-	37-
03-	13-	23-	33-	38-
04-	14-	24-	34-	39-
05-	15-	25-	35-	40-
06-	16-	26-		41-
07-	17-	27-		42-
08-	18-	28-		43-
09-	19-	29-		44-
10-	20-	30-		45-
				46-
				47-
				48-
				49-
				50-

## P O R T U G U Ê S

Um prêmio para a produtividade

Wálter Nunes

O estereótipo do funcionário público é o sujeito que pendura o paletó na cadeira quando chega e passa o resto do dia no cafezinho, batendo papo com os colegas. Pelas regras atuais do funcionalismo, não faz diferença trabalhar mais ou menos, ser mais ou menos eficiente. No fim do mês, o contracheque é igual. Claro que a maior parte dos funcionários trabalha – e muito, mas justamente quem se esforça mais tem a sensação de que não é premiado de modo justo pelo sistema de remuneração. As filas nos hospitais e o desempenho dos alunos da rede pública de escolas são uma evidência de que a qualidade do serviço público brasileiro deixa a desejar. Dá para resolver?

Em São Paulo, o governo pretende adotar uma abordagem inovadora. A ideia, de modo simplificado, é remunerar melhor os servidores das unidades mais produtivas. Ele pretende, por meio de prêmios, incentivar a eficiência no serviço público. Numa palavra, pretende instaurar a meritocracia. Basicamente, cada escola, posto de saúde ou hospital teria uma meta a cumprir. Ao final do ano, haveria uma remuneração adicional aos servidores, de acordo com o desempenho de cada unidade.

Os representantes dos servidores são contra qualquer proposta. “Qualquer critério de análise seria injusto, porque no serviço público há realidades diferentes”, diz o presidente da Associação dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo. Em países como México e Portugal, a remuneração por mérito já existe. É evidente que as deficiências do serviço público não são consequência exclusiva da falta de meritocracia, mas ninguém pode ser contra critérios de premiação por mérito, desde que sejam justos.

(Adaptado de artigo disponível em <http://revistaepoca.globo.com> . Acesso em 23 de março de 2009.)

**01** - De acordo com o sentido das palavras, a ideia contida na palavra *prêmio*, presente no título, é retomada, no texto, adequadamente, por

- a) remuneração.
- b) meritocracia.
- c) desempenho.
- d) eficiência.
- e) produtivas.

**02** - A frase, no texto, que melhor reflete a opinião do autor sobre a meritocracia é:

- a) No fim do mês, o contracheque é igual.
- b) Os representantes dos servidores são contra qualquer proposta.
- c) É evidente que as deficiências do serviço público não são consequência exclusiva da falta de meritocracia.
- d) Mas ninguém pode ser contra critérios de premiação por mérito, desde que sejam justos.
- e) Qualquer critério de análise seria injusto, porque no serviço público há realidades diferentes.

**03** - O segundo e o terceiro parágrafos apresentam, em relação à ideia geral do texto,

- a) fatos e argumentos contrários e favoráveis.
- b) argumentos contrários e fatos comprobatórios.
- c) um fato e argumentos favoráveis.
- d) contra-argumentos e exemplos.
- e) exemplos e fatos comprobatórios.

04 - A forma verbal *diz*, no último parágrafo, refere-se a uma

- a) opinião do autor.
- b) proposta do governo.
- c) ironia do autor.
- d) fala do autor.
- e) fala de outrem.

05 - As duas ocorrências da conjunção *mas*, no 1§ e no 3§, indicam

- a) explicação de um fato.
- b) conclusão de um enunciado.
- c) oposição entre ideias.
- d) inclusão de uma informação.
- e) ênfase de uma ideia.

06 - O uso das expressões *Claro que* (1§) e *É evidente que* (3§) tem como função

- a) enfatizar uma opinião externa ao texto.
- b) antecipar uma argumentação contrária.
- c) expor uma informação complementar.
- d) separar um fato de sua explicação.
- e) adicionar argumentos contrários.

07 - O primeiro período do texto serve para

- a) apresentar a ideia geral do texto.
- b) expor dados comprovados no texto.
- c) apresentar um dado sem comprovação.
- d) recuperar um fato de conhecimento geral.
- e) relatar um caso vivenciado pelo autor.

08 - A forma verbal *são*, no 1§,

- a) está na 3ª pessoa do plural do presente do indicativo, concordando com “filas e desempenho”.
- b) está na 3ª pessoa do plural do presente do indicativo, concordando com “filas”.
- c) está na 3ª pessoa do plural do pretérito perfeito do indicativo, concordando com “filas e hospitais”.
- d) está na 3ª pessoa do plural do presente do subjuntivo, concordando com “hospitais e desempenho”.
- e) está na 3ª pessoa do plural do presente do indicativo, concordando com “hospitais e escolas”.

09 - A estrutura *uma abordagem inovadora*, no 2§, é retomada, adequadamente, no mesmo parágrafo, por

- a) a eficiência.
- b) uma remuneração.
- c) a meritocracia.
- d) a ideia.
- e) uma meta.

10 - O uso da forma verbal *haveria*, no 2§, indica

- a) exclusão de um fato.
- b) um caso ocorrido.
- c) uma possibilidade.
- d) um fato improvável.
- e) uma condição.

NOÇÕES DE INFORMÁTICA

11 - O núcleo essencial de um sistema operacional é conhecido como:

- a) Processo.      b) Thread.      c) Driver.      d) Shell.      e) Kernel.

12 - No *Microsoft Office Excel*, na versão para língua portuguesa, a função que verifica se dois *strings* de texto são idênticos é:

- a) EXATO.  
b) IGUAL.  
c) MESMO.  
d) SEMELHANTE.  
e) EH\_IGUAL.

13 - Analise as seguintes afirmações sobre *Windows XP* e marque as CORRETAS.

- I) O duplo clique sobre um arquivo que está sendo apresentado na área de trabalho é suficiente para excluí-lo.  
II) O *Windows XP* é um software proprietário.  
III) O *Windows XP* pode ser instalado em um esquema dual *boot* com o *Linux*.  
IV) O sistema de arquivo NTFS permite o compartilhamento de recursos.

Escolha a alternativa correta.

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

14 - Considere uma organização que em sua política de *backups* adota uma combinação de *backups* normais e incrementais. Para restaurar os dados a partir da utilização dos *backups*, é mandatório ter:

- a) Todos os backups normais e incrementais.  
b) Apenas todos os backups normais.  
c) Apenas todos os backups incrementais.  
d) Apenas o último backup normal e o último backup incremental.  
e) Apenas o último backup normal e todos os backups incrementais criados a partir do último backup normal.

15 - Considere a seguinte especificação: Monitor LCD de 19", Processador *Intel Dual Core*, 2.20 GHz, 1 MB L2 *Cache*, 800 MHz FSB, 2GB DDR2, HD de 160GB SATA – 7200 RPM, 16x DVD+/-RW, *Intel Graphics Media Accelerator 3100* Integrado e *Windows Vista Home Basic*. Com base nesta especificação, analise os seguintes itens e marque os CORRETOS.

- I) Possui 1GB de memória RAM.  
II) O termo *dual core* se refere a processador de dois núcleos, em que ambos compartilham a mesma pastilha de silício.  
III) A sigla FSB se refere a um barramento de dados entre a CPU e o HD.  
IV) A memória DDR2 é uma evolução da tão utilizada memória DDR. Entre suas principais características estão o menor consumo de energia elétrica, menor custo de produção, maior largura de banda de dados e maior velocidade.

Escolha a alternativa correta.

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

16 - Em um documento editado no *Microsoft Word*, na versão para língua portuguesa, para exibir a caixa de diálogo *Salvar Como* é suficiente que o usuário aperte a tecla de atalho:

- a) F8
- b) F9
- c) F10
- d) F11
- e) F12

17 - Em um documento editado no *Microsoft Word*, na versão para língua portuguesa, as teclas de atalho para abrir o dicionário de sinônimos são:

- a) SHIFT + F5
- b) SHIFT + F7
- c) CTRL + F5
- d) CTRL + F7
- e) CTRL + F4

18 - As teclas de atalho que permitem inserir um novo *slide* no *Microsoft PowerPoint*, na versão para língua portuguesa são:

- a) CTRL + A
- b) CTRL + I
- c) CTRL + B
- d) CTRL + M
- e) CTRL + K

19 - *Google* é uma ferramenta de busca na *internet* que ajuda o usuário a encontrar o que deseja na *Web*. O *Google* oferece diversos tipos de filtros de busca. Para realizar uma busca pela palavra *ufcg* apenas nas URLs dos sítios da *Web*, é necessário digitar no espaço de busca por palavras-chave do *Google*:

- a) url:ufcg
- b) filetype:ufcg
- c) inurl:ufcg
- d) site:ufcg
- e) www:ufcg

20 - São exemplos de *webmails*:

- a) hotmail, gmail e pine.
- b) hotmail, gmail e Yahoo! Mail.
- c) pine, gmail e Yahoo! Mail.
- d) Office, hotmail e pine.
- e) Browser, Yahoo! Mail e mozilla.

LEGISLAÇÃO

**21** - Assinale a alternativa que NÃO corresponde a princípio ou diretriz na gestão dos cargos do plano de carreira, segundo a lei 11.091/05.

- a) Dinâmica dos processos de pesquisa, de ensino, de extensão e de administração, e as competências específicas decorrentes.
- b) Vinculação ao planejamento estratégico e ao desenvolvimento organizacional das instituições.
- c) Direito à livre associação sindical.
- d) Garantia de programas de capacitação que contemplem a formação específica e a geral, nesta incluída a educação formal.
- e) Avaliação do desempenho funcional dos servidores, como processo pedagógico, realizada mediante critérios objetivos decorrentes das metas institucionais, referenciada no caráter coletivo do trabalho e nas expectativas dos usuários.

**22** - A lei 8.112/90 veda ao servidor público federal a prática de certos atos ou fatos, contudo, é permitido-lhe:

- a) Recusar fé a documentos públicos.
- b) Participar da administração de empresas privadas.
- c) Opor resistência injustificada ao andamento de documento e processo ou execução de serviço.
- d) Participar dos conselhos de administração e fiscal de empresas ou entidades em que a União detenha, direta ou indiretamente, participação no capital social ou em sociedade cooperativa constituída para prestar serviços a seus membros.
- e) Cometer a pessoa estranha à repartição, fora dos casos previstos em lei, o desempenho de atribuição que seja de sua responsabilidade ou de seu subordinado.

**23** - De acordo com a lei 11.091/05, o desenvolvimento do servidor na carreira dar-se-á, exclusivamente, pela mudança de nível de capacitação e de padrão de vencimento. Assim, a mudança para o padrão de vencimento imediatamente subsequente, a cada 2 (dois) anos de efetivo exercício, desde que o servidor apresente resultado fixado em programa de avaliação de desempenho, observado o respectivo nível de capacitação, corresponde a:

- a) Progressão por capacitação profissional.
- b) Progressão por aperfeiçoamento profissional.
- c) Progressão por mérito profissional.
- d) Progressão por eficiência profissional.
- e) Progressão por disciplina profissional.

**24** - Analise as proposições contidas na lei 11.091/05, e marque as CORRETAS.

- I - São atribuições gerais dos cargos que integram o Plano de Carreira planejar, organizar, executar ou avaliar as atividades inerentes ao apoio técnico-administrativo ao ensino;
- II - Os cargos do Plano de Carreira são organizados em 5 (cinco) níveis de classificação;
- III - A mudança de nível de capacitação e de padrão de vencimento não acarretará mudança de nível de classificação;
- IV - A liberação do servidor para a realização de cursos de Mestrado e Doutorado está condicionada ao resultado favorável na avaliação de desempenho.

Assinale a alternativa correta:

- a) Todas as proposições estão corretas.
- b) Todas as proposições estão incorretas.
- c) Apenas as proposições I e II estão corretas.
- d) Apenas a proposição III está incorreta.
- e) Apenas a proposição IV está incorreta.

**25** - Relativamente ao provimento em cargo público nos termos da Lei nº 8.112/90, havendo o retorno do servidor à atividade em disponibilidade, considera-se caso de:

- a) Readaptação.
- b) Aproveitamento.
- c) Readmissão.
- d) Reintegração.
- e) Reversão.

26 - É INVERÍDICO a alternativa abaixo que define o termo “posse” em dissonância com a Lei nº 8.112/90:

- a) Que só ocorrerá no prazo de trinta dias contados a partir da publicação do ato de provimento.
- b) Que só ocorrerá nos casos de provimento de cargo por nomeação.
- c) Que só ocorrerá nos casos de provimento de cargo por nomeação dentro de trinta dias, contados da nomeação.
- d) Que poderá dar-se mediante procuração específica.
- e) Que a posse em cargo público dependerá de prévia inspeção médica oficial.

27 - Nos termos da lei 8.112/90, a suspensão, como penalidade disciplinar, será aplicada em caso de reincidência das faltas punidas com advertência e de violação das demais proibições que não tipifiquem infração sujeita a penalidade de demissão, NÃO podendo exceder o prazo de:

- a) 30 dias.
- b) 45 dias.
- c) 60 dias.
- d) 75 dias.
- e) 90 dias.

28 - Determina a lei 8.112/90 que o deslocamento de cargo de provimento efetivo, ocupado ou vago no âmbito do quadro geral de pessoal, para outro órgão ou entidade do mesmo Poder, com prévia apreciação do órgão central do SIPEC, compreende:

- a) Reintegração.
- b) Readaptação.
- c) Aproveitamento.
- d) Redistribuição.
- e) Reversão.

29 - A respeito da instituição do regime jurídico dos servidores públicos civis da União, pela lei 8.112/90, pode-se dizer que será aplicado também aos

- a) servidores da Administração Indireta em geral.
- b) servidores autárquicos federais.
- c) servidores estaduais e municipais.
- d) servidores estaduais, apenas.
- e) servidores municipais, apenas.

30 - Considerando a lei 8.112/90, o servidor em débito com o erário, que for demitido, exonerado ou que tiver sua aposentadoria ou disponibilidade cassada, deverá quitar o débito no prazo de:

- a) 15 dias.
- b) 30 dias.
- c) 45 dias.
- d) 60 dias.
- e) 90 dias.



## MATEMÁTICA

- 31 No último ano, a média aritmética de ida aos jogos do Campeonato Paraibano de Futebol de um grupo formado por 20 torcedores, dentre trezeanos e botafoguenses, foi de 5,5 vezes. Se no mesmo período, a média aritmética de ida a esses jogos dos trezeanos desse grupo foi de seis vezes e a dos botafoguenses foi de cinco vezes, quantos torcedores trezeanos tem nesse grupo?
- 15.
  - 13.
  - 10.
  - 6.
  - 12.
- 32 - Determine o valor da soma dos algarismos do número  $N=10^{2009}-9$ .
- 16063.
  - 16171.
  - 17161.
  - 18063.
  - 18073.
- 33 - Três recipientes idênticos contêm misturas de álcool e gasolina, respectivamente, nas proporções de 2:3 no primeiro recipiente, 3:4 no segundo e 1:5 no terceiro. Juntando-se os conteúdos dos três recipientes, obteremos uma mistura de álcool e gasolina, respectivamente, na proporção de:
- 209:421.
  - 129:364.
  - 212:411.
  - 125:226.
  - 194:391.
- 34 - Com 4 máquinas, funcionando 6 horas por dia, uma fábrica produz 288 dispositivos eletrônicos em 3 dias. Se uma das máquinas não puder funcionar, em quanto tempo a fábrica produzirá 480 dispositivos eletrônicos, com as três máquinas restantes funcionando 8 horas por dia?
- 4 dias.
  - 5 dias.
  - 6 dias.
  - 7 dias.
  - 8 dias.
- 35 - Diante da crise econômica mundial e da desvalorização dos investimentos nas bolsas de valores de todo o mundo, uma empresa teve suas ações desvalorizadas em 10% ao dia. Um investidor comprou R\$ 20.000,00 em ações dessa empresa. Após três dias dessa crise, quanto o investidor tinha em reais?
- 17.000,00.
  - 15.850,00.
  - 16.765,00.
  - 14.580,00.
  - 10.530,00.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

36 - Dentre os desportos individuais mais praticados, o atletismo e a natação são os mais difíceis para se organizar uma competição, em razão das diferentes provas que os compõem. Em uma competição universitária, quais grupos de provas poderão constar em um programa de atletismo e de natação?

- a) 110 metros com barreiras; salto em distância; arremesso do peso; 100 metros nado peito; e salto sobre a mesa.
- b) 200 metros medley; 400 metros nado livre; exercícios livres obrigatórios masculino; trave de equilíbrio; e salto com vara feminino.
- c) Barras assimétricas feminino; salto em altura feminino; 1.500 metros feminino; arremesso do dardo; e arremesso do disco.
- d) Revezamento 400 metros medley; corrida de revezamento 4 X 100 ; corrida de revezamento 4 X 400; corrida 3.000 metros com obstáculo; e 100 metros nado costa.
- e) Salto com vara; decatlon; 800 metros nado peito; salto ornamental; e nado sincronizado.

37 - Para que seja possível aprimoramento técnico-tático no futsal, são necessárias capacidades específicas que permitam a completa organização e coordenação das ações coletivas. Para a realização dos movimentos exigidos pelos jogos, as capacidades coordenativas e condicionais constituem-se em pré-requisitos ao aperfeiçoamento técnico e tático. Assinale quais capacidades coordenativas são mais importantes para o futsal.

- a) Controle motor, reação motora, combinação motora, diferenciação motora e transformação motora.
- b) Reação motora, transformação motora, relaxamento, equilíbrio e coordenação motora.
- c) Coordenação motora, coordenação fina, coordenação de concentração e transformação motora.
- d) Reação motora, transformação motora, impulsão, ritmo e diferenciação motora.
- e) Controle motor, controle emocional, coordenação ampla, reação motora e capacidade de relaxamento.

38 - No livro de regras editado pela Confederação Brasileira de Futebol de Salão existem 18 regras e cinco anexos. É tão importante para o técnico desportivo compreender as regras do jogo quanto entender os códigos de sinais do anexo IV. Observe os sinais abaixo e assinale a alternativa que identifica a sequência correta.



- a) Quinta falta acumulativa; falta do jogador número 4; pedido de tempo; anotado; tiro livre direto.
- b) Faltam 5 minutos para final do jogo; contagem dos 4 segundos; falta técnica; jogador sem condição de jogo; tiro livre direto.
- c) Falta do jogador número 5; contagem dos 4 segundos; falta técnica; bola sem condição de jogo; até 5 jogadores na barreira.
- d) Tiro livre indireto; anotado; pedido de tempo; contagem dos 4 segundos; 5 faltas.
- e) Faltam 5 minutos para o final do primeiro tempo; substituição do jogador número 4; pedido de tempo; anotado; tiro livre.

39 - Em um processo de organização de competição esportiva, um dos fatores muito importantes é o sistema de disputa a ser adotado. Assinale quais as formas corretas para a organização da tabela de jogos de uma competição esportiva.

- a) Eliminatória simples, eliminatória consolação, processo de rodízio, processo de combinações e processos de grupos.
- b) Processo de escala, disputa por chaves, eliminatória dupla, por grupos mistos e sorteio.
- c) Eliminatória *BAGNALL-WILD*, combinação rodízio, combinação rodízio e eliminatórias, processo indicativo, índice técnico e tabela sugerida.
- d) Tabela sugerida, *gol averaje*, *play off*, rodízio lombardo e rodízio simples.
- e) Sorteio, tabela por nível técnico, rodízio lombardo, processo escala e *gol averaje*.

40 - Na competição de rendimento não existem milagres. Os resultados têm suas bases reais fundadas solidamente na ciência, tecnologia e treinamento. Tudo é trabalho, organização, investigação e aplicação dos métodos de treinamento esportivo. Para se elaborar um programa de treinamento é necessário conhecer os fatores mais importantes da organização de um treinamento. Baseado nestes princípios assinale a alternativa que apresenta a organização de um treinamento esportivo.

- a) Trabalho de equipe, trabalho psicológico, recreação e fisiologia.
- b) Organização do treinamento, variação do treinamento, descansos contínuos e treinamento muscular.
- c) Trabalho muscular, jogos esportivos diários, trabalho fisiológico e trabalho individual.
- d) Natação, treino de voleibol, treino de futebol e quadro geral de acompanhamento do treinamento.
- e) Trabalho fisiológico, trabalho muscular, organização do treinamento e trabalho psicológico.

41 - A quadra de jogo do futsal é um retângulo com várias marcações compreendidas internacionalmente e servem para orientar árbitros, mesários, atletas, técnicos e o público. Neste sentido, assinale a alternativa que apresenta as marcações corretas.

- a) Quadra de jogo com 20 metros de largura e 45 metros de comprimento.
- b) Círculo central com 3,5 metros de raio e 6 metros de distância da marcação da cobrança de pênalti.
- c) Trave com 3 metros de largura e 8 metros de distância de onde serão cobrados os tiros livres sem barreira.
- d) 5 metros é a largura da zona de substituição e 8 centímetros é a medida das linhas demarcatórias.
- e) Todas as alternativas estão corretas.

42 - O treinamento desportivo é um processo organizado de aperfeiçoamento esportivo dirigido por princípio científico estimulando modificações funcionais e morfológicas no organismo, influenciando sistematicamente na capacidade de rendimento do atleta. Por isso o treinamento é considerado um processo de desenvolvimento conscientemente dirigido da capacidade física e das aptidões motrizes que asseguram a obtenção de melhores resultados esportivos, quando trabalhados corretamente todos os seus componentes.

Assinale a alternativa que indica quais os componentes do treinamento desportivo.

- a) Preparação física, preparação tática, descanso e preparação motora.
- b) Preparação física, preparação tática, preparação técnica e motora e preparação psicológica.
- c) Preparação tática, trabalho de equipe, trabalho individual e descanso.
- d) Preparação tática, trabalho de academia, preparação psicológica, recreação e descanso.
- e) Preparação física, preparação tática, jogos, natação e recreação.

43 - O jogo de voleibol é regido por regras específicas divulgadas pela Confederação Brasileira de Voleibol. No início de cada partida de voleibol as equipes envolvidas têm direito a um tempo para aquecimento. Qual o tempo destinado para o aquecimento das equipes?

- a) As equipes possuem dez minutos para aquecimento.
- b) As equipes têm três minutos juntas na quadra para aquecimento.
- c) O aquecimento das equipes deve ser realizado no vestiário durante cinco minutos.
- d) As equipes terão seis ou dez minutos e, se qualquer capitão solicitar, o aquecimento de rede pode ser realizado separadamente por três ou cinco minutos.
- e) Nenhuma das respostas está correta.

44 - A substituição é o ato pelo qual um jogador, que não o líbero, nem com quem ele tenha trocado, após ter sido registrado pelo apontador, entra no jogo para ocupar a posição de outro jogador. Quantas e como podem ser realizadas as substituições em um set de uma partida de voleibol?

- a) Seis substituições é o máximo permitido por equipe em um set.
- b) As substituições são livres e a critério do técnico de cada equipe.
- c) Um jogador da formação inicial pode deixar o jogo e retornar, mas somente uma vez no set e para sua posição anterior na formação.
- d) As alternativas “a” e “c” estão corretas.
- e) O jogador reserva pode entrar no jogo e sair quantas vezes o técnico julgar necessário.

45 - A resistência é uma qualidade física que pode se manifestar de diversas maneiras. Assinale o item que corresponde à definição de resistência conforme a participação da musculatura; à especificidade do esporte; à mobilização da energia muscular; à duração e as principais formas de solicitação motora:

- a) Resistência localizada e geral; aeróbica e anaeróbica; pequena; média e de longa duração; resistência de força de explosão e de *endurance*.
- b) *Endurance*; resistência geral e específica; curta; média e de longa duração; potência muscular e resistência de velocidade.
- c) Resistência geral e local; geral e especial; aeróbica e anaeróbica; curta, média e longa duração; pequena e de grande duração; resistência de força; de explosão e de velocidade.
- d) Resistência leve e de intensidade; aeróbica e estática; de média, curta e de longa duração e de resistência de força e de explosão de velocidade.
- e) Resistência muscular localizada; potência esportiva; potencia aeróbica e anaeróbica.

46 - Os princípios do treinamento desportivo são:

- a) O princípio da subjetividade individual; o princípio do sobrepeso; o princípio da repetição e o princípio da relação volume-intensidade.
- b) O princípio da individualidade; o princípio da acomodação e da adaptação; o princípio da sobrecarga; o princípio da repetição e o princípio da relação volume-intensidade.
- c) O princípio da resistência individual; o princípio da adaptação; o princípio da sobrecarga; o princípio da continuidade e o princípio da interdependência volume-intensidade.
- d) O princípio da individualidade biológica; o princípio da adaptação; o princípio da sobrecarga; o princípio da continuidade e o princípio da interdependência volume-intensidade.
- e) O princípio da subjetividade biológica; o princípio do contrapeso; o princípio da acomodação; O princípio da repetição progressiva.

47 - O treinamento intervalado (Interval Training) foi criado por dois pesquisadores na década de 1950 e é composto pelos seguintes itens:

- a) Distância do treinamento; tempo para cobrir as distâncias; número de repetições; intervalo a ser cumprido e ação durante os intervalos.
- b) Número de repetições; tempo dos intervalos, Intensidade dos treinamentos e tempo na distância do treinamento.
- c) Local de treinamento, número de treinos por sessão, tempo das distâncias cobertas e recuperação nos intervalos
- d) Distância no treinamento, intensidade das distâncias, número de repetições, ação durante os intervalos e intervalo a ser cumprido.
- e) Intensidade das distâncias percorridas, repetições variadas, distancias dos estímulos motores e intervalos ativos.

48 - Alguns autores que discutem os jogos desportivos coletivos, como o futebol e o voleibol, apontam duas situações consideradas como “jogo de fraco nível e desenvolvimento de bom jogo”. Nas situações abaixo assinale a sequência que corresponde a um jogo de fraco nível:

- a) Todos junto da bola, querer a bola só pra si, não procurar espaço para facilitar o passe, não defender.
- b) Fazer correr a bola, afastar-se do colega que tem a bola para receber o passe, receber o passe e observar, movimentar-se para criar linha de passe.
- c) Querer a bola só pra si, movimentar-se para criar linha de passe, buscar marcar o gol ou o ponto, não defender.
- d) Prender a bola, afastar-se do colega que tem a bola para receber o passe, não respeitar as decisões do arbitro.
- e) Descumprir as regras do jogo, procurar sempre fazer o passe correto, não prestar atenção ao jogo, soltar sempre a bola ao ser tocado por ela.

49 - As propostas didáticas para o aprendizado e/ou o treinamento do voleibol, geralmente, investem nos fundamentos da modalidade. Marque a alternativa que representa a sequência de fundamentos que caracterizam o voleibol.

- a) Saque, levantamento, passe, ataque, bloqueio, passe.
- b) Saque, passe, ataque, defesa, bloqueio.
- c) Passe, levantamento, ataque, defesa, toque.
- d) Saque, passe, levantamento, ataque, bloqueio, defesa.
- e) Saque, passe, levantamento, defesa, bloqueio, ataque.

50 - O voleibol passou por grandes transformações, entre as quais, o desenvolvimento de vários tipos de saque. Marque a alternativa que mostra os diferentes tipos de saque utilizados no voleibol.

- a) Saque por cima, saque estrelar, saque sinuoso, saque maneiro, viagem ao fundo do mar.
- b) Saque por baixo ou por cima, jornada nas estrelas, saque com efeito, saque flutuante ou saque sem peso, viagem ao fundo do mar e saque oriental.
- c) Saque por baixo, jornada ao fundo do mar, jornada nas estrelas, saque flutuante.
- d) Saque por cima e por baixo, saque com efeito, saque flutuante, saque ocidental.
- e) Jornada nas estrelas, saque por cima, saque com efeito, saque leve ou sem força.

TÉCNICO  
DESPORTIVO