

**CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA
DE MAGISTÉRIO SUPERIOR - EDITAL Nº 42/2021 - PROGRAD**
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

Número de C.P.F. _____

Respostas das questões objetivas.

QUESTÕES	ALTERNATIVAS				
1	A. ()	B. ()	C. (X)	D. ()	E. ()
2	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
3	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
4	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
5	A. ()	B. ()	C. ()	D. ()	E. (X)
6	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
7	A. ()	B. ()	C. (X)	D. ()	E. ()
8	A. (X)	B. ()	C. ()	D. ()	E. ()
9	A. ()	B. (X)	C. ()	D. ()	E. ()
10	A. ()	B. (X)	C. ()	D. ()	E. ()
11	A. ()	B. ()	C. ()	D. ()	E. (X)
12	A. ()	B. ()	C. (X)	D. ()	E. ()
13	A. ()	B. (X)	C. ()	D. ()	E. ()
14	A. ()	B. (X)	C. ()	D. ()	E. ()
15	A. ()	B. ()	C. ()	D. ()	E. (X)
16	A. ()	B. (X)	C. ()	D. ()	E. ()
17	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
18	A. ()	B. ()	C. ()	D. ()	E. (X)
19	A. ()	B. ()	C. ()	D. (X)	E. ()
20	A. (X)	B. ()	C. ()	D. ()	E. ()

CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA DE MAGISTÉRIO SUPERIOR – EDITAL Nº 42/2021 – PROGRAD
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

Número de C.P.F. _____

Chave de correção.

QUESTÃO 21. (Valor da questão: 1,0 ponto).

Dom Francisco Amoros Y Ondeño:

- Coronel Amoros, conhecido como Marquês de Soletto, foi o fundador da Escola Francesa. Militar espanhol que em 1816 foi deportado para a França, pelo apoio que deu ao exército de Napoleão, na invasão espanhola.
- Considerado o “pai da ginástica francesa”, precursor na utilização de aros, escada de cordas, trapézio e a máquina para testar a força.
- Em 1818, criou o Ginásio Militar, no qual deu origem a ginástica eclética, que misturou as técnicas e ideias de Guts-Muths e Jahn. O principal objetivo da escola Amorosiana era proporcionar o condicionamento físico, o aprimoramento do caráter que seria para defender a pátria.
- A ginástica científica influenciou a escola francesa, pois sua ginástica se voltou para a saúde, sendo que Amoros colocou em seu método áreas médicas como a fisiologia, fornecendo dados para a mecânica do movimento.
- Admitia o sistema três tipos de ginásticas: civil, militar e médica. Condenava o funambulismo, que no dizer de Amoros, começa onde a utilidade do exercício cessa.
- Tornou obrigatória a Ginástica no currículo escolar, com a finalidade de melhorar a condição moral e física do povo. Assim os militares foram os primeiros professores de ginástica nas escolas francesas.
- Amoros idealizou uma série de itens que considerava essencial para sua obra, entre eles: Ênfase na resistência à fadiga; Andar ou correr sobre terrenos fáceis ou difíceis; Saltar em profundidade, extensão e altura, com ou sem ajuda de materiais; Equilibrar-se em traves fixas; Transpor barreiras; Lutar de várias maneiras; Subir com auxílio de corda com nós ou lisa, fixa ou móvel; Suspensão pelos braços; Esgrima e vários outros procedimentos aplicáveis a um grande número de situações de guerra ou de interesse público geral.

Georges Démeny

- Para Georges Démeny (1850-1917), a educação física é o conjunto de meios destinados a ensinar o homem a executar qualquer trabalho físico, com o máximo de economia no emprego da força.
- Apoiado na Ciências, fez sérias críticas a método sueco, baseado em estudos cronofotográficos e observações científicas, publicando numerosas obras de elevado valor cultural, entre elas: Bases Científicas da Educação Física; Mecanismos e Educação dos Movimentos; Escola Francesa; Educação e Harmonia dos

CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA DE MAGISTÉRIO SUPERIOR – EDITAL Nº 42/2021 – PROGRAD
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: EDUCAÇÃO FÍSICA

Número de C.P.F. _____

Movimentos; Danças Ginásticas é Educação e Esforço. Todos estes trabalhos permitiram retirar o caráter acentuadamente militar da ginástica. (Ramos, p. 216)

- Com isso lançou as bases da Educação Física francesa, de características essencialmente ecléticas, experimentais e fisiológicas, através da execução de movimentos ginásticos completos, arredondados e contínuos.

- Preconizou a ginástica feminina dançada com acompanhamento musical. Voltou-se para a saúde da mulher, combatendo “hábitos elegantes”, tais como cintas, salto alto, porta-seios; condenava os meios de sustentação artificiais (Soares, 2004) e (Ramos, p. 220)

- Démeny organizou congresso, cursos (inclusive o Superior de Educação Física), redigiu o Manual do Exército e também era adepto à ginástica lenta, gradual, progressiva, pedagógica, interessante e motivadora.

- Démeny denominava o educador ginástico de “engenheiro biologista”, o que reforçava a valorização tecno-científica e biologicista da época, onde a Ginástica compunha este mosaico de certezas, onde apenas as ações úteis e passíveis de comprovações experimentais tinham lugar.

Georges Hérbert

- Oficial da Marinha, Georges Hérbert foi um esportista e educador físico que desenvolveu o Método Natural de Educação Física (MN);

- Iniciou seus ensaios na Escola de Fuzileiros Navais de Lorient (1906).

- Fundou o Centro de Educação Física Feminina, cuidando dos exercícios para crianças e adolescentes. Escreveu numerosas obras técnicas, entre elas: Educação ou Treinamento Completo pelo Método Natural; A Lição Padrão de Treinamento Completo Utilitário; Guia Prático de Educação Física; O Código de Força; Educação Física Feminina, Músculo e Beleza Plástica; o Desporto Contra a Educação Física; Educação Física Viril e Moral pelo Método Natural. Na elaboração de seu método foi influenciado por Amorós e Démeny. (Ramos, p.216)

- A Ginástica Natural surgiu na França e Áustria e se baseava nos exercícios naturais, sendo dez as famílias de seus exercícios naturais: marchar, correr, saltar, quadrupedar, trepar, equilibrar, levantar, lançar, defender-se e nadar. (Ramos, p. 220)

- O método grupa os exercícios naturais dentro de um quadro pedagógico – a lição. Através dela, ministrada em um pátio ou no decorrer de um percurso, preparado ou não, o praticante realiza um esforço progressivo e total, jamais localizado. A continuidade e a alternância dos exercícios são os dois princípios básicos na condução do trabalho. Ao término da sessão realiza-se uma volta à calma, seguida de banho. (Ramos, p. 220-221)

CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA DE MAGISTÉRIO SUPERIOR – EDITAL Nº 42/2021 – PROGRAD
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: EDUCAÇÃO FÍSICA

Número de C.P.F. _____

- Tinham também as atividades de utilidade como o hipismo e o ciclismo e as de cunho recreativo como os jogos, as danças, os esportes e outros.
- Viveu e escreveu sua obra em um período permeado por movimentos naturistas, médicos e pedagógicos, e quando a natureza selvagem vivenciada também no escotismo esteve na moda.
- Hérbert acentuava, em suas propostas de educação, a necessidade de ser forte, definindo que "ser forte" significa se desenvolver não só de maneira completa, mas útil.
- Sua obra exprime o fascínio pela potência misteriosa de populações exóticas, pois ele teria viajado extensivamente pelo mundo, se impressionando pelo desenvolvimento físico e habilidades dos movimentos de povos indígenas africanos e de outros lugares.
- Nas palavras de Hérbert: “Seus corpos eram esplêndidos, flexíveis, ágeis, habilidosos, duráveis, resistentes e, ainda, nunca tiveram um tutor em ginástica, exceto pelo seu convívio com a natureza”.
- Foi viajando através de lugares pouco civilizados, que pode observar os silvícolas, que desfrutavam de excelente saúde, postura e elevado grau de robustez.
- Para Hérbert, no senso “físico”, o Método Natural promove as qualidades de resistência orgânica, muscularidade e velocidade, em função de poder andar, correr, pular, movimento quadrúpede, escalar, andar em equilíbrio, arremessar, levantar, defender-se e nadar.
- No senso "viril" ou energético, o sistema consiste em ter energia suficiente, força de vontade, coragem, frieza e fermeté ("firmeza").
- No senso "moral", a educação, pela elevação das emoções, conduz ou mantém a fibra moral de uma forma útil e benéfica.
- O método, no seu sentido mais abrangente, era considerado como o resultado de três forças em particular: uma síntese do físico, viril e moral, residindo não só nos músculos e na respiração, mas, na energia que é usada, na determinação que direciona e no sentimento que guia.

QUESTÃO 22. (Valor da questão: 1,0 ponto).

A base da pirâmide está relacionada a atividade física adaptada ao estilo de vida. Neste sentido, deve-se notar algumas características fundamentais sobre a pirâmide de atividades físicas como:

1. A abordagem do condicionamento adaptada ao estilo de vida que se encontra na base da pirâmide de atividades, o que significa que todos devem tentar acumular pelo menos 30 minutos de atividades físicas quase todos os dias. Esse é um bom começo e traz benefícios básicos de saúde e condicionamento. No

CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA DE MAGISTÉRIO SUPERIOR – EDITAL Nº 42/2021 – PROGRAD
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

Número de C.P.F. _____

entanto, níveis mais elevados de condicionamento aeróbio e muscular podem ser obtidos subindo na pirâmide de atividades.

2. O programa formal de exercícios está resumido nos níveis 2 e 3 da pirâmide de atividades físicas. O condicionamento aeróbio é aumentado com a prática de caminhada rápida, natação, ciclismo e corrida, ou com esportes ativos por 20 a 60 minutos, de 3 a 5 dias por semana. Este está posicionado no nível 2 da pirâmide.

3. O condicionamento muscular é alcançado com levantamento de pesos, exercícios calistênicos, trabalhos de grande demanda física e alongamentos. Execute um mínimo de 8 a 10 exercícios distintos que treine os principais grupos musculares. Realize uma série de 8 a 12 repetições de cada um destes exercícios até o ponto de fadiga pelo menos 2 a 3 dias por semana. Para obter flexibilidade, alongue-se pelo menos 2 a 3 dias por semana, incluindo pelo menos quatro repetições de vários alongamentos que sejam mantidos de 10 a 30 segundos em uma posição de desconforto moderado. Estes aspectos estão posicionados no nível 3 da pirâmide.

4. O tempo em posição sentada deve ser reduzido, uma vez que as pessoas passam tempo demais assistindo televisão, jogando videogames, navegando na internet, dirigindo e assistindo outras pessoas praticarem esportes. Estes fatores estão relacionados a inatividade física, recomenda reduzir a inatividade, ou seja, deve-se procurar ser mais ativo. Estes aspectos estão posicionados no nível 4 da pirâmide de atividade física.

QUESTÃO 23. (Valor da questão: 1,0 ponto).

Teoria do instinto: A teoria dos instintos e impulso parte do princípio de que a agressão representa um instinto inato, espontâneo e cumulativo, o qual provoca no organismo humano uma acumulação contínua de energia agressiva, que deve ser descarregada de vez em quando (SAMULSKI, 2009). De acordo com a teoria as pessoas tem um instinto inato de serem agressivas que se desenvolve até inevitavelmente acabar se manifestando. Esse instinto pode ser expresso diretamente por ataque a outro ser vivo ou ser deslocado por catarse, caso em que a agressão é liberada ou expulsa por meios socialmente aceitos, como o esporte. Portanto, para um teórico do instinto, esporte e exercício desempenham função muito importante na sociedade, na medida em que permitem que as pessoas canalizem seus instintos agressivos de formas socialmente aceitáveis (WEINBERG & GOULD, 2016).

Teoria da Frustração-agressão: Parte da hipótese de que vivências de fracasso provocam agressão. A frustração é definida como um impedimento de uma atividade atual dirigida a uma meta (SAMULSKI, 2009). As vezes chamada de teoria do impulso, estabelece simplesmente que a agressão é o resultado direto

CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS PARA O CARGO EFETIVO DE PROFESSOR DA CARREIRA DE MAGISTÉRIO SUPERIOR – EDITAL Nº 42/2021 – PROGRAD
FOLHA DEFINITIVA DE RESPOSTA

Área: EDUCAÇÃO FÍSICA

Número de C.P.F. _____

de uma frustração que ocorre devido a bloqueio ou fracasso do objetivo. A hipótese, a princípio, fez sentido intuitivamente para os psicólogos, porque a maioria dos atos agressivos é cometida quando as pessoas estão frustradas (WEINBERG & GOULD, 2016).

Teoria da aprendizagem social: Essa teoria postula que a forma e a frequência do comportamento agressivo depende das consequências positivas ou negativas. Os reforços podem ser criados por meio de estímulos materiais, psíquicos ou sociais (SAMULSKI, 2009). A teoria explica a agressão como um comportamento que as pessoas aprendem ao observarem outros que modelam determinados comportamentos e ao receberem reforço por exibir atitudes semelhantes. Coerente com os princípios da teoria da aprendizagem social, pesquisadores também demonstraram, de modo convincente, que a observação de violência na mídia tem uma relação positiva com a agressividade (WEINBERG & GOULD, 2016).

Teoria da frustração-agressão revisada: também conhecida como teoria de neoassociação cognitiva por teóricos contemporâneos, combina elementos da hipótese de frustração-agressão original com a teoria da aprendizagem social. De acordo com essa visão amplamente aceita, embora uma frustração nem, sempre leve a agressão, ela aumenta a probabilidade de agressão pelo aumento da excitação, da raiva e de outros pensamentos e emoções (SAMULSKI, 2009; WEINBERG & GOULD, 2016).