

CARGO/FUNÇÃO E UNIDADES: Profissional de Educação Física (Natal e Grande Natal)

INSTRUÇÕES

- | | |
|---|------|
| ASSINATURA DO (A) CANDIDATO (A) – Utilizar letra de forma | DATA |
|---|------|

[illegible]

1) (SESC-RN/2025) Quais os três pilares básicos da psicomotricidade segundo Jean Le Bouch: (1,0 ponto)

- a) Motricidade, Afetividade, Desenvolvimento Motor
- b) Motricidade, Afetividade, Cognitividade
- c) Afetividade, Intelecto, Movimento Reflexo
- d) Afetividade, Movimento rudimentar, Lateralidade
- e) Nenhuma das alternativas

2) (SESC-RN/2025) Para realização das atividades de um professor, é necessário que ele se dedique ao planejamento, garantindo a eficiência de suas ações. O ponto de partida na realização desse planejamento é: (1,0 ponto)

- a) Definição dos objetivos que se pretende alcançar
- b) Identificação do perfil da turma/alunos
- c) Definição dos critérios de avaliação
- d) Identificação do perfil da instituição
- e) Identificação do perfil do profissional

3) (ADAPTADA SES-MT/2024). Um praticante de atividade física optou por fazer uma caminhada em seu cotidiano. Numa escala de percepção de esforço, sua atividade transita de 1 a 4. A intensidade da atividade desenvolvida é considerada: (1,0 ponto)

- a) Lúdica
- b) Recreativa
- c) Leve
- d) Exaustivo
- e) Vigorosa

4) (ADAPTADA SESC-RN/2019) Qual das alternativas a seguir não corresponde a uma etapa tradicionalmente reconhecida no processo de ensino aprendizagem da natação? (1,0 ponto)

- a) Adaptação ao meio líquido
- b) Flutuação
- c) Respiração
- d) Propulsão
- e) Fundamentação esportiva



5) (SESC-RN/2025) Observe os itens a seguir. (1,0 ponto)

1. Agilidade
2. Flexibilidade
3. Aptidão Cardiorespiratória
4. Adaptabilidade
5. Força
6. Equilíbrio

De acordo com o Guia de Atividade Física da População Brasileira do Ministério da Saúde (2021) assinale a opção que relaciona os itens presentes nas capacidades físicas relacionadas à saúde.

- a) 2 e 3 apenas
- b) 1, 2, 3, 4, 5 e 6
- c) 1, 2 e 3 apenas
- d) 1,2, 3 e 5 apenas
- e) 2, 3, 5 e 6 apenas

6. (SESC-RN/2025) Sabemos que o coração humano funciona involuntariamente e reage a diferentes estímulos e alterações. Nesse contexto, a frequência cardíaca é utilizada principalmente para monitorar estímulos relacionados a: (1,0 ponto)

- a) esforço físico, recuperação e respostas emocionais ou de estresse
- b) esforço físico, estresse, adrenérgicos, percepção de esforço
- c) perimétricos, adrenérgicos, respostas emocionais
- d) estímulos periféricos e esforço físico
- e) nenhuma das alternativas acima

7. (ADAPTADA SEDUC-SP/2013) Assinale a alternativa que indica os três principais sistemas de produção de energia para a ação do músculo esquelético. (1,0 ponto)

- a) Creatina-fosfato, oxidação do lactato e glicose
- b) ATP- CP, sistema glicolítico, aeróbico
- c) ATP- CP, sistema oxidativo, ciclo de Krebs



- d) Creatina-fosfato, oxidação do lactato e oxidação da glicose
- e) Nenhuma das alternativas acima

8. (SESC-RN/2025) O professor Patricio visando trabalhar as musculaturas/articulações do ombro prescreve alguns exercícios, entre eles a “remada alta com a barra”. Nesse exercício, os músculos do manguito rotador solicitados para estabilizar o movimento são: (1,0 ponto)

- a) Supraespinhal, infraespinhal, redondo menor
- b) Supraespinhal, latíssimo do dorso, redondo menor
- c) Infraespinhal, Braquioradial, redondo menor
- d) Supraespinhal, semitendinoso, infraespinhal
- e) Infraespinhal, mental, Supraespinhal

9. (SESC-RN/2025) O Crossfit visa o desenvolvimento geral das capacidades físicas, tais como força, resistência, flexibilidade, coordenação e potência, utilizando uma metodologia de treinos variados e intensos, com foco na performance e na preparação física funcional. De acordo com Glassman, G (2023) quais os princípios básicos da modalidade: (1,0 ponto)

- a) movimentos funcionais, previsibilidade, alta intensidade, treinamento em circuito
- b) desempenho e competição, busca por resultados, variedade
- c) movimentos funcionais, variedade, alta intensidade, treinamento em circuito, padrões de técnica, desempenho e competição
- d) competição interna, desempenho, adaptação, coordenação motora fina
- e) nenhuma das opções acima

10. (ADAPTADA ACAFE/2017) Os exercícios feitos nas aulas de hidroginástica podem ajudar as pessoas com problemas como artrite, pois favorecem a melhor utilização das articulações afetadas, sem oferecer risco de agravamento dos sintomas. Pesquisas identificaram melhora nos casos de pessoas com artrite reumatoide, além de reduzir dores de osteoartrite. Assim, analise as proposições a seguir, marque com V as verdadeiras e com F as falsas e assinale a alternativa com a sequência correta. (1,0 ponto)

() Na piscina da hidroginástica aparece uma força de empuxo da água sobre a pessoa para cima diminuindo o efeito do peso.



- () O valor da força peso será igual ao empuxo quando a pessoa estiver boiando em equilíbrio na piscina de hidroginástica.
- () O empuxo recebido pela pessoa tem o mesmo valor do peso da massa de água da piscina que a pessoa desloca.
- () O valor da força peso só será igual ao empuxo quando a pessoa estiver totalmente submersa na piscina de hidroginástica.

- a) V - F - V – F
- b) V - V - V – F
- c) F - V - F – F
- d) V - F - F – V
- e) Nenhuma das opções acima



PROCESSO SELETIVO

CARGO E UNIDADES: Profissional de Educação Física (Natal e Grande Natal)

Atenção Candidato,

- Esse é o anexo de **CONFERÊNCIA DO GABARITO**. Ele não tem validade oficial para o certame, servindo apenas para facilitar seu acompanhamento/verificação do Gabarito Oficial Preliminar do Sesc/RN.
- Para isso, anote abaixo o Gabarito da sua prova, conforme **CAMPO DE RESPOSTAS OFICIAL**.
- Certifique-se de estarem idênticos.
- Confira os documentos que serão divulgados no site oficial do Sesc/RN, no dia agendado para a divulgação do Gabarito Oficial Preliminar e compare seu Gabarito com o Gabarito da Prova realizada.
- Lembre-se que “Se do exame de recursos resultar na anulação de questão(ões), a pontuação correspondente a essa(s) questão(ões) será atribuída a todos os candidatos, independentemente de terem recorrido. E se houver alteração do gabarito oficial preliminar, por força de impugnações, as provas serão corrigidas de acordo com o gabarito oficial definitivo”.
- Visualize o Quadro de Notas que será divulgado no site e continue acompanhando as demais etapas.
- **Boa prova!**

CAMPO DE RESPOSTAS – CANDIDATO

QUESTÕES	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
RESPOSTAS										

Este Campo de Respostas tem o intuito EXCLUSIVO de facilitar ao candidato o acompanhamento/verificação do Gabarito Oficial Preliminar, não sendo permitida a utilização para qualquer outro fim.

Essa folha poderá ser levada com o candidato