

## Conhecimentos Específicos - ACT

### Questão 21

(Correta: B)

Durante um curso de capacitação para professores de Ginástica Artística e Ginástica Rítmica, os participantes discutem a importância dos fundamentos técnicos nas diferentes modalidades. O instrutor apresenta uma situação problemática: ao planejar uma aula de Ginástica Artística para crianças iniciantes, o professor deseja introduzir elementos de acrobacia de solo. No entanto, ele está preocupado com a segurança dos alunos. Considerando os fundamentos técnicos das modalidades, qual dos seguintes princípios deve ser enfatizado para garantir a segurança das crianças?

- (A) Ensinar os alunos a realizar movimentos acrobáticos sem o uso de colchões de proteção para desenvolver a confiança.
- (B) Focar na progressão gradual, começando com movimentos simples e garantindo que os alunos dominem a técnica antes de avançar para elementos mais complexos.
- (C) Incentivar a tentativa de movimentos mais complexos para desafiar o crescimento técnico dos alunos desde o início.
- (D) Introduzir movimentos avançados desde o início para manter o interesse das crianças na Ginástica Artística.
- (E) Incluir movimentos acrobáticos de alto risco logo no início para identificar os alunos mais talentosos.

### Defesa da Questão

FONTE: NUNOMURA, M.; NISTA-PICOLO, V.L. (orgs). Compreendendo a Ginástica Artística. São Paulo: Editora Phorte, 2004.

A alternativa é a correta porque reflete a abordagem segura e eficaz ao ensinar movimentos acrobáticos na Ginástica Artística. O princípio de progressão gradual permite que os alunos desenvolvam uma base sólida de habilidades técnicas, o que é essencial para garantir sua segurança ao avançar para movimentos mais complexos. Começar com movimentos simples e garantir que os alunos dominem a técnica antes de avançar é fundamental para evitar lesões e promover um aprendizado sólido.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque incentivar movimentos mais complexos desde o início pode aumentar o risco de lesões, especialmente em alunos iniciantes.

Esta alternativa está incorreta porque ensinar movimentos acrobáticos sem colchões de proteção é perigoso e não promove a segurança dos alunos.

Esta alternativa está incorreta, pois introduzir movimentos avançados desde o início não leva em

consideração a necessidade de desenvolver uma base técnica sólida e segura.

Esta alternativa está incorreta, pois incluir movimentos acrobáticos de alto risco no início pode ser extremamente perigoso e não é uma abordagem segura para o ensino da Ginástica Artística.

## Questão 22

(Correta: A)

Complete a frase a seguir com a alternativa correta.

A compreensão da Ginástica no contexto da Educação Física e do Esporte demanda uma abordagem que valorize não apenas a aquisição de habilidades técnicas, mas também a promoção de \_\_\_\_\_, incentivando a construção de valores como disciplina, autoestima e inclusão.

- (A) Educação integral e bem-estar psicossocial
- (B) Desenvolvimento motor e agilidade
- (C) Adaptação ao treinamento de elite e destaque em competições
- (D) Desempenho físico e aptidão aeróbica
- (E) Competitividade e excelência atlética

### Defesa da Questão

FONTE: NUNOMURA, M.; NISTA-PICOLO, V.L. (orgs). Compreendendo a Ginástica Artística. São Paulo: Editora Phorte, 2004.

A alternativa é a correta, pois enfatiza a importância da Ginástica no contexto da Educação Física e do Esporte como uma ferramenta para promover a educação integral dos alunos e o bem-estar psicossocial. A Ginástica não deve ser apenas sobre a busca pela excelência atlética, mas também sobre o desenvolvimento de aspectos emocionais, sociais e psicológicos dos indivíduos.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque enfatiza a competitividade e a excelência atlética, o que não abrange a dimensão mais ampla da Ginástica no contexto educacional.

Esta alternativa está incorreta porque se concentra no desempenho físico e na aptidão aeróbica, negligenciando outros aspectos importantes da Ginástica.

Esta alternativa está incorreta porque menciona o desenvolvimento motor e a agilidade, que são componentes técnicos, mas não aborda a dimensão psicossocial e educacional da Ginástica.

Esta alternativa está incorreta porque se refere à adaptação ao treinamento de elite e destaque em competições, o que não reflete a abordagem mais abrangente da Ginástica no contexto da Educação Física e do Esporte.

## Questão 23

(Correta: D)

Com base no Projeto Político Pedagógico do Instituto Estadual de Educação, analise as afirmativas a seguir.

I.O esporte escolar é tratado no projeto como uma atividade complementar às aulas regulares, sem influência significativa no desenvolvimento global dos alunos.

II.O Projeto Político Pedagógico destaca a importância do esporte escolar como ferramenta de formação cidadã, promovendo valores como disciplina, respeito e trabalho em equipe.

III.O documento menciona a necessidade de garantir a inclusão de alunos com deficiências nas atividades esportivas escolares, adaptando as práticas de acordo com suas necessidades.

IV.O projeto enfatiza a competição como o principal objetivo do esporte escolar, incentivando a seleção de talentos e a formação de equipes de elite.

V.O Projeto Político Pedagógico reconhece a importância de envolver os professores de Ginástica Rítmica e Ginástica Artística no planejamento e implementação das atividades esportivas escolares.

Estão corretas as afirmativas:

- (A) III, IV e V.
- (B) I, II e III.
- (C) I, IV e V.
- (D) I, III e V.
- (E) II, III e IV.

### Defesa da Questão

FONTE: Projeto Político Pedagógico do Instituto Estadual de Educação - Item: 8.9. ESPORTE ESCOLAR. Disponível em: [h33f8oAAAbsfscview e.com/file/d/1mXuv9LVDn08a9dfOkjO5h3f8oAtbsfsc/view](https://www.inee.com.br/file/d/1mXuv9LVDn08a9dfOkjO5h3f8oAtbsfsc/view)

(Falso) - O Projeto Político Pedagógico não trata o esporte escolar como uma atividade complementar sem influência significativa no desenvolvimento global dos alunos. Pelo contrário, enfatiza a importância do esporte escolar como parte integrante da formação dos estudantes.

(Verdadeiro) - O Projeto Político Pedagógico destaca a importância do esporte escolar como uma ferramenta de formação cidadã, promovendo valores como disciplina, respeito e trabalho em equipe. Isso reflete a abordagem educacional do projeto.

(Verdadeiro) - O documento menciona a necessidade de garantir a inclusão de alunos com deficiências nas atividades esportivas escolares, adaptando as práticas de acordo com suas necessidades. Isso demonstra o compromisso com a inclusão e a diversidade.

(Falso) - O projeto não enfatiza a competição como o

principal objetivo do esporte escolar, nem incentiva a seleção de talentos e a formação de equipes de elite. Ele enfatiza a importância do esporte como um meio de desenvolvimento pessoal e social, não apenas como competição.

(Verdadeiro) - O Projeto Político Pedagógico reconhece a importância de envolver os professores de Ginástica Rítmica e Ginástica Artística no planejamento e implementação das atividades esportivas escolares, demonstrando a colaboração entre os docentes e a integração das modalidades na proposta pedagógica.

## Questão 24

**(Correta: C)**

Analise as seguintes afirmativas sobre dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica e marque V para verdadeiro e F para falso:

( ) As dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica são raras, uma vez que a modalidade é acessível e de fácil compreensão para a maioria dos praticantes.

( ) A falta de flexibilidade é uma das principais dificuldades que os alunos podem enfrentar na Ginástica Rítmica, tornando mais desafiador executar movimentos elegantes e fluidos.

( ) As dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica são exclusivamente relacionadas a questões físicas e motoras, sem influência de fatores psicológicos.

( ) A dificuldade em coordenar movimentos das mãos e do corpo é comum na Ginástica Rítmica, especialmente em iniciantes, podendo afetar o desempenho nas coreografias.

( ) A abordagem mais eficaz para lidar com as dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica é fornecer feedback construtivo e criar um ambiente de treinamento positivo.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência CORRETA dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, F, V, F, V.
- (B) F, V, V, F, F.
- (C) F, V, F, V, V.
- (D) F, V, F, F, V.
- (E) F, F, V, V, F.

## Defesa da Questão

FONTE: LAFFRANCHI, B. Treinamento Desportivo Aplicado à Ginástica Rítmica. Londrina, Paraná: UNOPAR, 2001.

(Falso) - As dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica não são raras. Assim como em qualquer modalidade esportiva, os praticantes podem enfrentar desafios ao aprender e aprimorar suas habilidades na

Ginástica Rítmica.

(Verdadeiro) - A falta de flexibilidade pode ser uma das principais dificuldades enfrentadas pelos alunos na Ginástica Rítmica. A flexibilidade é essencial para a execução de movimentos graciosos e elegantes, sendo um aspecto importante a ser desenvolvido.

(Falso) - As dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica não se limitam apenas a questões físicas e motoras. Fatores psicológicos, como ansiedade, autoconfiança e concentração, também podem desempenhar um papel significativo nas dificuldades de aprendizagem na modalidade.

(Verdadeiro) - A dificuldade em coordenar movimentos das mãos e do corpo é comum na Ginástica Rítmica, especialmente em iniciantes. A coordenação motora é uma habilidade fundamental a ser desenvolvida na modalidade.

(Verdadeiro) - Segundo princípios pedagógicos e psicológicos, fornecer feedback construtivo e criar um ambiente de treinamento positivo são abordagens eficazes para lidar com as dificuldades de aprendizagem na Ginástica Rítmica. O suporte emocional e motivacional desempenha um papel importante no progresso dos alunos.

## Questão 25

**(Correta: E)**

Durante uma reunião de planejamento pedagógico, os professores de Ginástica Artística e Ginástica Rítmica discutem a inclusão da Ginástica no contexto da educação física e do esporte nas escolas municipais. Eles reconhecem a importância da Ginástica como uma disciplina que promove o desenvolvimento motor, cognitivo e social dos alunos. No entanto, surge uma preocupação: como abordar a Ginástica de forma a atender às diretrizes curriculares e promover a inclusão de alunos com diferentes habilidades e necessidades? Qual das seguintes estratégias é mais apropriada?

- (A) Exigir que todos os alunos sigam o mesmo currículo de Ginástica, sem considerar suas habilidades ou necessidades individuais.
- (B) Focar exclusivamente em aspectos competitivos da Ginástica, incentivando a seleção de talentos e a formação de equipes de elite.
- (C) Criar turmas separadas para alunos com diferentes níveis de habilidade, de modo que cada grupo possa progredir no seu próprio ritmo.
- (D) Reduzir a ênfase na Ginástica em favor de outras modalidades esportivas mais populares entre os alunos.
- (E) Adotar uma abordagem inclusiva, adaptando os exercícios e atividades de Ginástica para atender às necessidades individuais dos alunos, independentemente de suas habilidades e limitações.

## Defesa da Questão

FONTE: SIGALES, Giziane. A prática da ginástica artística em uma escola municipal de Santa Maria/RS: uma proposta crítico-superadora. Salão de Extensão (09.: 2008: Porto Alegre, RS). Caderno de resumos. Porto Alegre: UFRGS/PROEXT, 2008., 2008.

A alternativa é a correta porque reflete uma abordagem inclusiva e adequada para o ensino da Ginástica no contexto da educação física e do esporte nas escolas municipais. A adaptação dos exercícios e atividades de Ginástica para atender às necessidades individuais dos alunos promove a inclusão de todos os estudantes, independentemente de suas habilidades ou limitações. Isso permite que cada aluno participe ativamente e se beneficie do desenvolvimento motor, cognitivo e social proporcionado pela Ginástica.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque criar turmas separadas com base nos níveis de habilidade pode levar à segregação e não promove a inclusão de todos os alunos.

Esta alternativa está incorreta porque focar exclusivamente em aspectos competitivos da Ginástica não considera as necessidades individuais dos alunos e não promove a inclusão.

Esta alternativa está incorreta porque exigir que todos os alunos sigam o mesmo currículo de Ginástica sem considerar suas habilidades ou necessidades individuais também não promove a inclusão e pode ser desmotivador para alguns alunos.

Esta alternativa está incorreta porque reduzir a ênfase na Ginástica em favor de outras modalidades esportivas não aborda a questão da inclusão e pode privar os alunos dos benefícios da Ginástica.

## Questão 26

**(Correta: A)**

Durante um workshop para treinadores de esportes oferecidos como atividades extracurriculares no contraturno escolar, a discussão se volta para a importância de criar programas inclusivos que atendam a alunos com diferentes níveis de habilidade e interesses. Considerando esse desafio, qual das seguintes estratégias representa a abordagem mais complexa e eficaz para garantir a inclusão de todos os alunos em esportes extracurriculares?

- (A) Desenvolver planos de treinamento individualizados para cada aluno, adaptando as atividades esportivas para atender às necessidades e habilidades específicas, proporcionando um ambiente inclusivo e de desenvolvimento pessoal.
- (B) Selecionar apenas os alunos com talento evidente para participar das atividades esportivas, visando a formação de equipes de elite que representem a escola em competições.

- (C) Focar exclusivamente no treinamento intensivo de um único esporte, visando a formação de atletas de alto rendimento, excluindo aqueles que não demonstram interesse em competições de alto nível.
- (D) Implementar um programa de esportes extracurriculares com um currículo padronizado, onde todos os alunos seguem o mesmo plano de treinamento, independentemente de suas habilidades ou interesses.
- (E) Oferecer uma ampla variedade de esportes extracurriculares, permitindo que os alunos escolham os que mais lhes interessam, enquanto os menos interessados em esportes são dispensados das atividades.

## Defesa da Questão

FONTE: GALLAHUE, David L; DONNELLY, Frances Cleland. Educação física desenvolvimentista para todas as crianças. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

A alternativa é a correta porque representa a estratégia mais complexa e eficaz para promover a inclusão de todos os alunos em esportes extracurriculares. Desenvolver planos de treinamento individualizados permite adaptar as atividades esportivas para atender às necessidades e habilidades específicas de cada aluno, criando um ambiente inclusivo e promovendo o desenvolvimento pessoal.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque a seleção apenas dos alunos com talento evidente não promove a inclusão e exclui aqueles que podem não ter sido identificados como talentosos, mas ainda desejam participar das atividades esportivas.

Esta alternativa está incorreta porque dispensar os alunos menos interessados em esportes não aborda o desafio da inclusão e da diversidade de interesses dos alunos.

Esta alternativa está incorreta porque a ênfase exclusiva no treinamento intensivo de um único esporte exclui os alunos que não têm interesse em competições de alto nível e não promove a inclusão.

Esta alternativa está incorreta porque a imposição de um currículo padronizado sem considerar as necessidades individuais dos alunos não leva em conta a diversidade e não promove a inclusão.

## Questão 27

**(Correta: E)**

Você é um professor de Ginástica Rítmica e/ou Ginástica Artística e deseja escolher uma abordagem de avaliação que ofereça uma visão completa do desempenho e do progresso de seus alunos. Qual das seguintes opções é a melhor escolha?

- (A) Realizar apenas avaliações escritas e teóricas para medir o conhecimento dos alunos sobre as regras e histórico das modalidades.
- (B) Realizar avaliações práticas uma vez por ano, sem fornecer feedback contínuo aos alunos, com foco exclusivo na performance final.
- (C) Realizar avaliações de múltipla escolha sobre a teoria das modalidades e, ocasionalmente, pedir aos alunos que escrevam ensaios sobre suas experiências práticas.
- (D) Basear a avaliação apenas no desempenho competitivo dos alunos em competições locais e regionais, sem considerar as habilidades técnicas e os princípios fundamentais.
- (E) Conduzir avaliações práticas regulares, observando o desempenho dos alunos em rotinas e exercícios específicos, e também fornece oportunidades para que os alunos auto avaliem seu progresso.

### Defesa da Questão

FONTE: NUNOMURA, M.; NISTA-PICOLO, V.L. (orgs). Compreendendo a Ginástica Artística. São Paulo: Editora Phorte, 2004.

A alternativa é a correta porque representa a abordagem mais eficaz e abrangente para avaliar o progresso dos alunos em Ginástica Rítmica e Ginástica Artística. A realização de avaliações práticas regulares permite que os professores observem o desempenho dos alunos em situações reais, o que é essencial para essas modalidades. Além disso, fornecer oportunidades para que os alunos autoavaliem seu progresso promove a autorreflexão e o desenvolvimento metacognitivo, aspectos importantes da aprendizagem.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque foca exclusivamente em avaliações escritas e teóricas, que não capturam o desempenho prático e técnico dos alunos.

Esta alternativa está parcialmente correta ao incluir avaliações práticas, mas ainda prioriza avaliações teóricas sobre a prática. Não fornece um equilíbrio adequado.

Esta alternativa está incorreta porque se concentra apenas no desempenho competitivo em competições externas, sem considerar a avaliação interna e contínua das habilidades e do progresso dos alunos.

Esta alternativa está incorreta porque limita a avaliação prática a uma única ocasião por ano e não fornece feedback contínuo aos alunos, o que não é eficaz para o desenvolvimento das habilidades.

### Questão 28

**(Correta: B)**

Complete a frase a seguir com a alternativa correta.

A preparação física é fundamental para o sucesso nas

atividades esportivas, e a Ginástica Rítmica e Artística são modalidades que demandam um alto nível de \_\_\_\_\_, que inclui força, flexibilidade, coordenação e resistência.

- (A) conhecimento teórico
- (B) competência técnica
- (C) experiência em competições
- (D) concentração na estética
- (E) preparação psicológica

### Defesa da Questão

FONTE: ARAÚJO, C. Manual de ajudas em Ginástica. Editora da ULBRA. Canoas, Brasil, 2003.

Justificação:

A alternativa é a correta porque a competência técnica, que inclui a habilidade de executar movimentos com precisão, é fundamental para o sucesso nas modalidades de Ginástica Rítmica e Artística. Essas modalidades exigem um alto nível de habilidade técnica, que envolve força, flexibilidade, coordenação e resistência para a realização de movimentos complexos e coreografias.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque, embora a experiência em competições seja importante, ela não é mencionada na frase como uma característica fundamental para o sucesso nas modalidades de Ginástica Rítmica e Artística.

Esta alternativa está incorreta porque o conhecimento teórico não é destacado na frase como um requisito fundamental para o sucesso nas modalidades esportivas mencionadas.

Esta alternativa está incorreta porque a preparação psicológica não é mencionada na frase, embora seja relevante para o desempenho esportivo, não é o aspecto principal abordado na sentença.

Esta alternativa está incorreta porque a concentração na estética não é mencionada como o aspecto mais crucial para o sucesso nas modalidades de Ginástica Rítmica e Artística. A ênfase principal é dada à competência técnica.

### Questão 29

**(Correta: A)**

Com base na experiência em Competições a nível municipal, estadual, nacional e internacional, complete a frase a seguir com a alternativa correta.

Para que nossos alunos de Ginástica Rítmica e Ginástica Artística alcancem sucesso em competições a nível municipal, estadual, nacional e internacional, é fundamental proporcionar-lhes uma preparação rigorosa que inclui não apenas o aprimoramento das habilidades técnicas, mas também a atenção ao desenvolvimento de

- (A) Competências sociais e emocionais
- (B) Táticas avançadas de competição
- (C) Acesso a equipamentos de última geração
- (D) Treinamento exclusivamente físico
- (E) Conexões políticas na federação esportiva

## Defesa da Questão

FONTE: DUARTE, Luiz Henrique; FERREIRA FILHO, Raul Alves; NUNOMURA, Myriam. O medo na ginástica artística: treinamento e competição. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 7, n. 2, 2008.

A alternativa é a correta porque ressalta a importância das competências sociais e emocionais, como a resiliência, autoconfiança, trabalho em equipe e gerenciamento do estresse, para o sucesso dos alunos em competições esportivas em diferentes níveis. Além das habilidades técnicas, o aspecto emocional e social desempenha um papel crucial no desempenho competitivo.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque embora táticas avançadas de competição sejam importantes, elas não são mencionadas como o aspecto mais fundamental na preparação para competições em diferentes níveis.

Esta alternativa está incorreta porque conexões políticas na federação esportiva não são um elemento central na preparação dos alunos para competições. O foco está na preparação técnica e emocional.

Esta alternativa está incorreta porque o treinamento exclusivamente físico não abrange a preparação emocional e social dos alunos, que são igualmente importantes para o sucesso nas competições.

Esta alternativa está incorreta porque o acesso a equipamentos de última geração, embora possa ser benéfico, não é o aspecto mais fundamental na preparação dos alunos para competições em diferentes níveis. O desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais desempenha um papel mais crítico.

## Questão 30

**(Correta: E)**

Durante uma reunião de planejamento pedagógico em uma escola municipal, os professores de Ginástica Rítmica e Ginástica Artística discutem sobre a importância dos fundamentos histórico-culturais, pedagógicos e técnicos em suas respectivas modalidades. Em um momento de troca de experiências, um professor de Ginástica Artística menciona a influência das Olimpíadas na popularização da modalidade e sua conexão com a cultura grega antiga. Por outro lado, um professor de Ginástica Rítmica destaca a relação da sua modalidade com a dança e a música, mencionando a influência da União Soviética no desenvolvimento da GR.

Nesse contexto, qual das seguintes afirmações é correta?

- (A) A Ginástica Rítmica tem suas raízes na Grécia Antiga, incorpora elementos de dança e música em sua prática, enquanto a Ginástica Artística, influenciada pela União Soviética, com ênfase em movimentos acrobáticos e de força.
- (B) Tanto a Ginástica Artística quanto a Ginástica Rítmica têm origens na Grécia Antiga, com ênfase em movimentos acrobáticos e de força, e compartilham influências da cultura grega.
- (C) Ambas as modalidades de Ginástica têm suas raízes na União Soviética, com ênfase em elementos de dança e música, enquanto a influência grega é mais evidente na Ginástica Geral.
- (D) A Ginástica Artística se originou na União Soviética, enfatizando a dança e a música, enquanto a Ginástica Rítmica tem suas raízes na Grécia Antiga, com movimentos acrobáticos e de força.
- (E) A Ginástica Artística tem suas origens na cultura grega, destacando-se por movimentos acrobáticos e de força, enquanto a Ginástica Rítmica, influenciada pela União Soviética, concentra-se na expressão corporal e na dança.

## Defesa da Questão

FONTE: NUNOMURA, M.; NISTA-PICOLO, V.L. (orgs). Compreendendo a Ginástica Artística. São Paulo: Editora Phorte, 2004.

A alternativa é a correta porque reflete com precisão as características distintivas das modalidades de Ginástica Artística e Rítmica em termos de suas origens histórico-culturais e enfoque técnico. A Ginástica Artística tem suas raízes na cultura grega antiga, com ênfase em movimentos acrobáticos e de força, enquanto a Ginástica Rítmica foi influenciada pela União Soviética, enfatizando a expressão corporal, a dança e a música.

Justificativas para as demais alternativas:

Esta alternativa está incorreta porque atribui erroneamente a origem da Ginástica Artística à União Soviética, o que não é correto.

Esta alternativa também está incorreta, pois sugere que ambas as modalidades têm origens na Grécia Antiga, o que não é verdade, e não menciona a influência da União Soviética na Ginástica Rítmica.

Esta alternativa está incorreta, pois atribui a origem de ambas as modalidades à União Soviética, o que não é verdade, e não menciona a influência grega na Ginástica Artística.

Esta alternativa está incorreta porque inverte as origens das modalidades, atribuindo erroneamente a Ginástica Artística à União Soviética e a Ginástica Rítmica à Grécia Antiga.