

Código da Prova 4000

Data 27 de março de 2015

Duração da Prova: 90 minutos.

15 Páginas



Declaro que desisti
da realização da prova

NÚMERO DO DOCUMENTO
DE IDENTIFICAÇÃO



ASSINATURA (CONFORME DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO)

RUBRICA DO VIGILANTE

INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO

Utilize caneta ou esferográfica de tinta preta indelével.

Não é permitido o uso de corretor.

Marque com um X a sua resposta:

Para anular uma resposta:

Para revalidar uma resposta:

RESPOSTAS AOS ITENS DE ESCOLHA MÚLTIPLA

- | | |
|---|--|
| 1. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 16. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 2. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 17. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 3. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 18. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 4. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 19. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 5. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 20. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 6. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 21. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 7. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 22. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 8. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 23. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 9. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 24. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 10. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 25. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 11. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 26. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 12. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 27. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 13. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 28. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 14. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 29. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |
| 15. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> | 30. .. (A) <input type="checkbox"/> (B) <input type="checkbox"/> (C) <input type="checkbox"/> (D) <input type="checkbox"/> |

Para tornar menos morosa a realização da prova, é-lhe fornecida uma cópia da folha de registo das respostas aos itens de escolha múltipla. No entanto, caso a utilize, terá de transcrever as respostas aí registadas para a folha de rosto do caderno da prova. Para esse efeito, dispõe de 10 minutos suplementares após a conclusão da prova (*Guia da Prova*, Capítulo IV, B-11).

Como material de escrita, só pode ser usada caneta ou esferográfica de tinta indelével preta.

As respostas são registadas na folha própria para o efeito.

Só são consideradas as respostas que apresentem de forma inequívoca a opção correta.

A prova é constituída por 30 itens de escolha múltipla.

A prova é classificada numa escala de 0 a 100 pontos.

Item 1

1. Tomando por referência os princípios metodológicos do treino e da aprendizagem motora, bem como as orientações curriculares da disciplina de Educação Física (EF) em vigor, qual das situações seguintes expressa um planeamento mais adequado ao desenvolvimento das diversas matérias ao longo do ano letivo?
- (A) As matérias são repartidas pelos vários períodos letivos, sendo trabalhadas aquelas que terão atividades no final do período letivo respetivo, nomeadamente jogos interturmas ou saraus.
 - (B) As matérias são trabalhadas ao longo do ano letivo, registando-se uma maior concentração ou distribuição ao longo do tempo, de acordo com as necessidades de aprendizagem dos alunos.
 - (C) Até ao final do 2.º período são trabalhados todos os jogos desportivos coletivos (JDC) e o atletismo, por terem uma relação estreita com a aptidão física, remetendo-se para o 3.º período todas as restantes matérias.
 - (D) Por se poderem considerar matérias curriculares estruturantes, são trabalhadas ao longo de todo o ano letivo, de uma forma distribuída, apenas a ginástica de solo e aparelhos, o atletismo e todos os JDC.

Item 2

2. Os princípios biológicos do treino decorrem dos fenómenos da adaptação e da supercompensação, inerentes à aplicação de uma carga de treino.

O princípio da sobrecarga assenta no pressuposto de que

- (A) os estímulos que perturbam significativamente o equilíbrio metabólico ou a regulação de uma determinada função são indutores do processo de reorganização interna conducente a uma resposta superior.
- (B) a natureza da carga associada a um determinado exercício condiciona os sistemas solicitados, a tipologia de recrutamento muscular e a resposta neuroendócrina envolvida.
- (C) a interrupção ou a redução significativa do nível de treino leva a uma reversão parcial ou completa das adaptações fisiológicas que permitem melhores resultados.
- (D) a relação existente entre o tempo de aquisição e o tempo de regressão necessários, para que se atinjam níveis de adaptação significativos, varia de capacidade para capacidade.

Item 3

3. Entre os fatores que, em termos metabólicos, justificam a prática de atividade física regular por parte das crianças e dos jovens com excesso de peso encontra-se

- (A) o aumento do metabolismo basal e da utilização de ácidos gordos como fonte de energia.
- (B) o aumento da capacidade de armazenamento de glicogénio pelos músculos e pelo fígado.
- (C) o aumento da capacidade de oxidação dos lactatos pelo fígado, miocárdio e pelo músculo esquelético.
- (D) o aumento da produção de ácido láctico para uma dada percentagem de VO_2 máximo.

Item 4

4. Após a realização de uma determinada ação motora, um aluno apresenta as seguintes queixas associadas à mobilização da zona tibiotársica: incapacidade funcional parcial, dor localizada e edema.

Perante este quadro, e excluindo-se a necessidade de apoio hospitalar através dos indicadores de gravidade da lesão, o professor, para além de interromper a atividade e vigiar a situação, deve

- (A) recorrer a um método de vasodilatação; colocar a zona afetada em posição horizontal; massajar suavemente a zona afetada.
- (B) recorrer à manipulação suave da zona afetada; aconselhar a compressão manual ao longo do dia; recorrer a um método de crioterapia.
- (C) recorrer à elevação da zona afetada; providenciar compressão com ligadura; recorrer a um método de crioterapia.
- (D) recorrer à compressão com ligadura elástica; estimular a vasodilatação; aconselhar a aplicação de um *spray* analgésico.

Item 5

5. Em qual das figuras seguintes se representa um exercício que solicita mais eficaz e intensamente os músculos da parede antero-lateral do abdómen?

(A)



(B)



(C)



(D)



Item 6

6. No trabalho de flexibilidade, numa situação de alongamento excessivo de um músculo ou grupo muscular, desencadeia-se o reflexo miotático porque
- (A) o órgão tendinoso de Golgi é estimulado antes do fuso neuromuscular, causando a contração desse músculo ou grupo muscular.
 - (B) o órgão tendinoso de Golgi é estimulado antes do fuso neuromuscular, causando o relaxamento desse músculo ou grupo muscular.
 - (C) o fuso neuromuscular é estimulado, causando o relaxamento desse músculo ou grupo muscular.
 - (D) o fuso neuromuscular é estimulado, causando a contração desse músculo ou grupo muscular.

Item 7

7. Na realização das extensões de braços descritas no protocolo *fitnessgram* são trabalhados preponderantemente
- (A) os bíceps, os peitorais e os tríceps.
 - (B) os bíceps, os peitorais e os trapézios.
 - (C) os deltoides, os peitorais e os tríceps.
 - (D) os deltoides, os trapézios e os tríceps.

Item 8

8. Identifique a afirmação **falsa**.
- (A) 1 grama de hidratos de carbono corresponde a cerca de 4 quilocalorias e 1 grama de gordura a aproximadamente 9 quilocalorias.
 - (B) 40 minutos de corrida são suficientes para compensar a ingestão de um pequeno bolo, como, por exemplo, um pastel de nata.
 - (C) O consumo de 40 gramas de fibras alimentares fornece ao organismo tanta energia como 10 gramas de proteínas.
 - (D) Um sumo de laranja ingerido antes de uma corrida matinal pode ajudar na metabolização dos ácidos gordos.

Item 9

9. As iniciativas do hispano-francês Amorós, do alemão Jahn, do sueco Ling e do inglês Arnold surgiram no contexto
- (A) da Revolução Industrial e das transformações políticas, sociais, ideológicas e militares que resultaram tanto dos novos meios de produção, como das ambições imperialistas da época.
 - (B) do ideário de Pierre Coubertin, da inspiração neoclássica, estética e romântica dos Jogos Olímpicos e dos valores sociais da época.
 - (C) da 1.^a Guerra Mundial, da emergência das ideias nacionalistas e da necessidade de proceder à profilaxia das doenças e à reabilitação terapêutica das populações.
 - (D) do período pós-2.^a Guerra Mundial e da explosão demográfica no interior dos sistemas de ensino.

Item 10

10. De acordo com as orientações curriculares em vigor, depois de avaliado o nível de desempenho em todas as matérias, da área das atividades físicas, trabalhadas ao longo do ano letivo
- (A) apura-se a média aritmética de todas as classificações obtidas pelo aluno em todas as matérias trabalhadas.
 - (B) apura-se a média ponderada de todas as classificações obtidas pelo aluno, de acordo com as percentagens previamente definidas.
 - (C) selecionam-se as matérias em que o aluno obteve melhor desempenho, de acordo com determinadas categorias.
 - (D) selecionam-se apenas as matérias em que o aluno revelou uma progressão significativa no seu desempenho.

Item 11

11. A seguir apresentam-se, em duas colunas, algumas áreas de intervenção de atividade física e a sua vocação fundamental.

Área de intervenção	Vocação fundamental
1. Educação Física	a. Aprendizagem de matérias representativas das diferentes atividades físicas.
2. Desporto Escolar	b. Desenvolvimento das capacidades psicomotoras e culto da camaradagem.
3. Desporto federado	c. Desenvolvimento sustentável de uma modalidade desportiva.
4. Desporto de alto rendimento	d. Enriquecimento curricular e desenvolvimento da cultura desportiva.
5. Desporto profissional	e. Geração de receitas e entretenimento dos espetadores.
	f. Obtenção de resultados de excelência, em função de padrões internacionais.
	g. Plena integração e participação sociais e promoção da igualdade de oportunidades.

Qual das opções contém a associação correta entre as áreas de intervenção e a respetiva vocação fundamental?

- (A) 1-a; 2-d; 3-b; 4-e; 5-f
(B) 1-d; 2-c; 3-f; 4-g; 5-b
(C) 1-a; 2-d; 3-c; 4-f; 5-e
(D) 1-c; 2-a; 3-g; 4-e; 5-b

Item 12

12. A seguir apresentam-se três técnicas de luta no solo.

1. Dupla prisão de pernas com rotação
2. Chave de braços e pescoço (chave alemã)
3. Dupla prisão de pernas e braços

Qual das opções indica a ordem em que, em termos metodológicos, estas técnicas devem ser abordadas nas aulas de EF?

- (A) 1; 3; 2
(B) 3; 2; 1
(C) 1; 2; 3
(D) 3; 1; 2

Item 13

13. Num jogo de basquetebol, após receber a bola, o atacante executa uma paragem a dois tempos, com uma sequência de apoios esquerdo-direito. Qual das ações seguintes o atacante não pode executar, por infringir as regras?

- (A) Finta de lançamento e interposição da perna direita para saltar e lançar com a mão esquerda.
- (B) Finta de lançamento e interposição da perna esquerda para saltar e lançar com a mão direita.
- (C) Arranque em drible cruzado com a mão esquerda.
- (D) Arranque em drible direto com a mão direita.

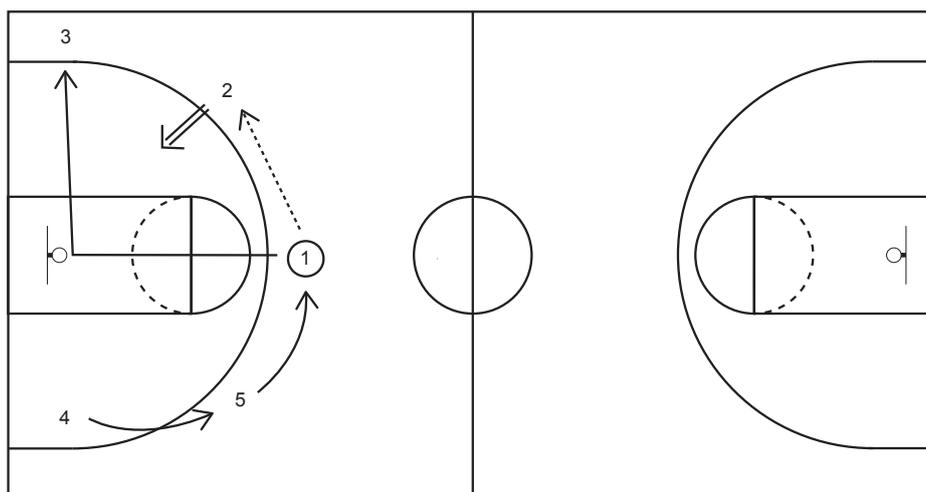
Item 14

14. Na proteção ao bloco no sistema 3 : 1 : 2 do voleibol,

- (A) o jogador da zona 5 deve participar no bloco e responsabilizar-se pelos ressaltos na rede.
- (B) o jogador da zona 6 deve responsabilizar-se pelas bolas que passam por cima do bloco e pelos ataques curtos.
- (C) o jogador da zona 3 deve afastar-se lateralmente do bloco, assegurando a proteção ao bloco.
- (D) o jogador da zona 1 deve aproximar-se da zona central do campo para apoiar a devolução da bola ao passador.

Item 15

15. Considere que o diagrama seguinte representa a fase inicial de aprendizagem do jogo, encontrando-se os jogadores em ataque de cinco abertos.

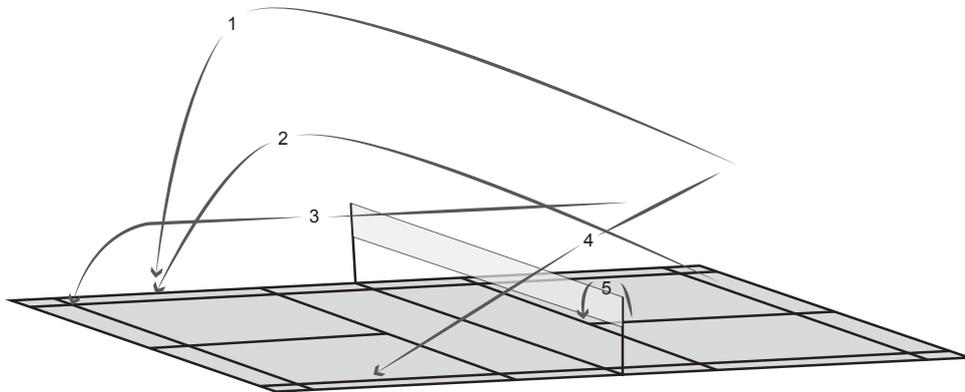


Qual é o jogador atacante que está a executar uma ação taticamente desadequada?

- (A) 1
- (B) 2
- (C) 3
- (D) 5

Item 16

16. Na figura seguinte, estão representadas cinco trajetórias do volante, num jogo de badminton, resultantes de cinco gestos técnicos diferentes.



Em qual das opções seguintes estão identificados corretamente os cinco gestos técnicos?

- (A) 1 – Lob; 2 – Clear; 3 – Remate; 4 – Amorti; 5 – Drive.
- (B) 1 – Drive ; 2 – Lob; 3 – Remate; 4 – Clear; 5 – Amorti.
- (C) 1 – Lob; 2 – Amorti; 3 – Clear; 4 – Remate; 5 – Drive.
- (D) 1 – Clear; 2 – Lob; 3 – Drive; 4 – Remate; 5 – Amorti.

Item 17

17. Tomando por referência os princípios associados à avaliação em EF expressos nas orientações curriculares em vigor, em qual das áreas seguintes se enquadra a avaliação do conhecimento das regras dos jogos desportivos coletivos e do respeito pelas decisões da arbitragem?

- (A) Atividades Físicas.
- (B) Aptidão Física.
- (C) Conhecimentos.
- (D) Atitudes e Valores.

Item 18

18. No salto em altura, na técnica de *fosbury flop*, a corrida deve ser realizada

- (A) inicialmente em linha reta, com uma segunda parte em curva até à chamada.
- (B) inicialmente em curva, com uma segunda parte em linha reta até à chamada.
- (C) sempre em linha reta até à chamada, obliquamente em relação à linha da fasquia.
- (D) sempre em curva, desde o início da corrida até à realização da chamada.

Item 19

19. Depois de conseguida uma chamada enérgica com elevação da bacia, qual das recomendações seguintes melhor auxilia a execução do salto de eixo no plinto longitudinal?
- (A) Procurem usar a velocidade para fazer o apoio longe, de modo a não caírem na receção.
 - (B) Tentem subir o peito sobre o aparelho, para conseguirem afastar as pernas no fim do movimento.
 - (C) Projetem as mãos para o fim do plinto, para empurrarem o cavalo de modo a elevarem o peito antes da receção.
 - (D) Apoiem as mãos no último terço do plinto e puxem a bacia para a frente, para garantir uma receção em equilíbrio.

Item 20

20. Se o objetivo for trabalhar a «desmarcação orientada», numa perspetiva de melhorar o repertório tático-estratégico dos jogos de invasão, qual dos seguintes jogos pré-desportivos deve ser usado?
- (A) Jogo da rabia.
 - (B) Jogo do mata.
 - (C) Jogo dos dez passes.
 - (D) Jogo da bola ao capitão.

Item 21

21. Tomando por referência a metodologia de aprendizagem das diversas técnicas na patinagem artística, qual das seguintes afirmações é **falsa**?
- (A) O «salto a dois pés» deve anteceder o «oito para a frente».
 - (B) A «curva com pés paralelos» deve anteceder a «curva com cruzamento de pernas».
 - (C) O «deslize de cócoras» deve anteceder o «carrinho».
 - (D) O «deslize em oito para trás» deve anteceder o «deslize em águia».

Item 22

22. Considerando os objetivos da disciplina de EF, qual das situações seguintes de avaliação deve ser evitada?
- (A) Jogo simplificado de voleibol (4X4), dando especial relevância ao posicionamento relativo e ao contributo de cada aluno para o êxito da equipa.
 - (B) Apresentação de uma coreografia composta e realizada pelos alunos, que inclua habilidades gímnicas e dança.
 - (C) No futebol, situação de receção e remate (9 metros), sem oposição, dando especial relevância à capacidade de concretização.
 - (D) Combate simplificado (*randori*) entre dois alunos, com estatura e nível de desempenho semelhantes, dando especial relevância à gestão das oportunidades de uso das técnicas lecionadas.

Item 23

23. A seguir apresentam-se, em duas colunas, algumas ações técnico-táticas referentes ao jogo de andebol e respetiva descrição.

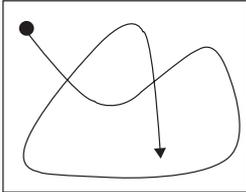
Descrição	Ação técnico-tática
1. Ação defensiva através da qual os defensores, perante uma mudança de posição dos atacantes, trocam de adversário direto, mantendo cada defensor a sua zona original.	a. Troca de marcação b. Deslizamento c. Cruzamento d. Bloqueio e. Écran f. Passe e vai
2. Troca de posição de dois jogadores, normalmente de postos específicos adjacentes, com o objetivo de conseguir uma situação clara de remate ou de superioridade numérica.	
3. Ação defensiva através da qual os defensores, perante uma mudança de posição dos atacantes, realizam um deslocamento, permanecendo cada um com o seu adversário inicial.	
4. Caso particular do bloqueio em que o objetivo é evitar que um jogador seja marcado.	

Qual das opções seguintes contém unicamente associações corretas?

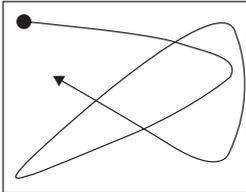
- (A) 1-a; 2-c; 3-b; 4-e.
- (B) 1-b; 2-c; 3-a; 4-e.
- (C) 1-c; 2-f; 3-e; 4-d.
- (D) 1-c; 2-d; 3-e; 4-f.

Item 24

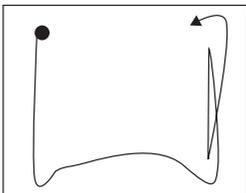
24. Qual das opções seguintes ilustra a sequência gímnica que melhor respeita os parâmetros de distribuição espacial, de harmonia e de fluidez?

(A)  Sequência A

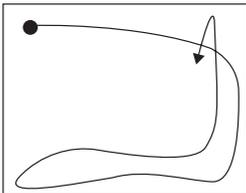
1. Cambalhota saltada
2. Ponte
3. 1/2 Pirueta
4. Avião
5. Saltitares coreografados
6. Rolamento frt. prn. afastadas

(B)  Sequência B

1. Rodada
2. 1/2 Pirueta
3. Cambalhota saltada
4. Avião
5. Saltitares coreografados
6. Pino de cabeça

(C)  Sequência C

1. Rodada
2. Rolamento rtg. prn. afastadas
3. Pino de braços
4. 1 Pirueta
5. Saltitares coreografados
6. Roda

(D)  Sequência D

1. Pino de braços
2. Cambalhota frt. engrupada
3. Rodada
4. Saltitares coreografados
5. Rolamento rtg. prn. afastadas
6. Pino cambalhota frt. engrupado

Item 25

25. Na dança, a complexidade das ações motoras permite delinear progressões em cuja concepção se devem ter em conta as respetivas componentes críticas.

Qual das afirmações seguintes é verdadeira?

- (A) As voltas são menos complexas do que os saltos.
- (B) As quedas são menos complexas do que os equilíbrios.
- (C) A complexidade dos saltos depende do número e sequência dos apoios.
- (D) A complexidade das voltas é independente do número de rotações.

Item 26

26. Um aluno apresenta as características abaixo descritas.

Gênero: masculino;

Peso: 70 kg;

Altura: 1,75 m;

Idade: 15 anos;

FC (repouso): 70 bpm;

Resultado no teste do vaivém: 30 percursos;

Hábitos sedentários.

Procurando aconselhar o aluno a melhorar a sua resistência aeróbia, qual das situações seguintes desaconselharia, por violar um ou mais princípios do treino?

	Atividade	Volume	Frequência	Intensidade
(A)	Marcha em passadeira	10 × 500 m	seg., ter. e sáb.	5 km/h
(B)	Corrida	5 km	seg., qua. e sex.	8 km/h
(C)	Natação	10 × 50 m	seg., qua. e sex.	130 / 150 bpm
(D)	Bicicleta	45 min	seg., sex. e sáb.	140 / 160 bpm

Item 27

27. A aptidão física é definida por um conjunto de atributos, alguns com grande influência na saúde das crianças e dos jovens, devendo por isso ser objeto de desenvolvimento e avaliação na escola.

Qual das opções seguintes inclui apenas atributos de aptidão física referenciados a critérios de saúde?

(A) Equilíbrio, coordenação, composição corporal e potência.

(B) Equilíbrio, velocidade, composição corporal e flexibilidade.

(C) Composição corporal, força e resistência muscular, aptidão cardiorrespiratória e flexibilidade.

(D) Coordenação, força e resistência muscular, aptidão cardiorrespiratória e agilidade.

Item 28

28. A tabela seguinte apresenta os valores de referência do *fitnessgram* para o IMC (género masculino).

Idade	IMC	
	Min.	Máx.
5	14,7	20
6	14,7	20
7	14,9	20
8	15,1	20
9	15,2	20
10	15,3	20
11	15,8	21
12	16,0	22
13	16,6	23
14	17,5	24,5
15	18,1	25
16	18,5	26,5
17	18,8	27
Mais 17	19,0	27,8

Manual de Aplicação de Testes do protocolo do *fitnessgram* (adaptado)

O IMC de um aluno de 13 anos, com 1,70 m de altura e 68 kg de peso, situa-se

- (A) fora da ZSAF, por excesso.
- (B) fora da ZSAF, por defeito.
- (C) dentro da ZSAF, no limite superior.
- (D) dentro da ZSAF, no limite inferior.

Item 29

29. Com o objetivo de promover um rápido incremento da força muscular, é mais indicado prescrever exercícios
- (A) de ação isométrica, imediatamente antecedida da ação isotônica do mesmo músculo ou grupo muscular.
 - (B) de ação isotônica, imediatamente antecedida da ação isométrica do mesmo músculo ou grupo muscular.
 - (C) de ação concêntrica, imediatamente antecedida da ação excêntrica do mesmo músculo ou grupo muscular.
 - (D) de ação excêntrica, imediatamente antecedida da ação concêntrica do mesmo músculo ou grupo muscular.

Item 30

30. Qual das medidas seguintes está fortemente associada à acumulação de tecido adiposo subcutâneo e visceral?
- (A) Prega bicipital.
 - (B) Prega tricipital.
 - (C) Perímetro abdominal.
 - (D) Perímetro crural.

FIM

PROVA DE AVALIAÇÃO DE CONHECIMENTOS E CAPACIDADES
COMPONENTE ESPECÍFICA — EDUCAÇÃO FÍSICA (4000)