



MODELO DO ESPELHO DA PROVA ESCRITA

ITEM 5.2 DO EDITAL N° 11/2022

A prova escrita terá por objeto um único tema do referido programa, sorteado no momento de aplicação da prova e será avaliada obedecendo aos seguintes critérios:

Setor de Estudo: Biodinâmicas

Tema sorteado: Anatomia sistêmica e as relações entre os ciclos de vida no contexto da saúde e desempenho humano

Para todos os itens abaixo descritos, a banca examinadora do processo seletivo deverá considerar:

1) **Conteúdo (desenvolvimento do tema com fundamentação teórico-científica adequada, até 5,0 pontos);**

Considerando o estado da arte a luz da revisão da literatura clássica e atual sobre o tema, espera-se que o candidato contextualize e considere aspectos inerentes a:

Correlação entre a anatomia sistêmica e as relações entre os ciclos de vida no contexto da saúde e desempenho humano com considerações sobre os protocolos de recomendação de atividades física para criança e adolescente; para mulher (considerando ainda o período gestacional e o climatério) e para o idoso com ênfase aos processos degenerativos em decorrência do envelhecimento. Espera-se ainda a contextualização acerca das alterações orgânicas crônicas em decorrência da variação de estímulos especialmente no exercício para o alto rendimento. Deve-se ainda abordar, com base em concepções globais e recomendações fundamentadas, sobre os benefícios da atividade física programada e incidental e da adoção de um estilo de vida ativo e saudável para a obtenção e manutenção da saúde orgânica coerente ao conceito de bem-estar.

Na construção, é ainda “recomendável” que o candidato apresente adequada coerência e consistência interna e adequada fundamentação sobre:

- Considerações da Anatomia e Fisiologia Humana do Sistema Cardiovascular e Respiratório com ênfase ao treinamento de Endurance e recursos de monitoramento por *gadgets* ou *wearebles*.
- Relação da homeostase e estresse adaptativo do sistema locomotor em decorrência dos ciclos de treinamento neuromuscular considerando os princípios de carga progressiva e continuidade dentre outros.
- Alterações e do sistema locomotor e cardiovascular em decorrência do processo de envelhecimento, considerações e contribuições do treinamento de força.

Salienta-se que este espelho tem caráter elucidativo e norteador ao processo de avaliação e não limita o pleno e amplo desenvolvimento sobre o tema por parte do candidato. Espera-se do candidato o preenchimento de acordo com a temática sorteada conceitos que, impreterivelmente, a prova deverá conter e demais itens que assim julgarem necessários para excelente construção textual que aborde tal temática.

2) **Abrangência do tema (verificação do grau de aproximação da dissertação com a literatura atualizada, até 3,0 pontos)**

Trazer os principais tópicos que o(a) candidato(a) deverá abordar para contextualizar o tema com as respectivas referências, no que diz respeito a leitura crítica e pertinente à construção textual e à realidade social. As referenciais aqui sugeridas não são limitadoras, mas sim aderentes ao tema de estudo e adequadas a luz da matriz conceitual norteadora.

BOMPA, Tudor O. Periodização No Treinamento Esportivo, a . Editora Manole Ltda, 2001.
DÂNGELO, José Geraldo; FATTINI, Carlo Américo. Anatomia Humana Sistêmica e Segmentar. 2ed. São Paulo: Atheneu, 2001.
DANTAS, Estélio HM. A prática da preparação física. In: A prática da preparação física. 1986. p. 325-325.
FARINATTI, Paulo de Tarso Veras. Apresentação de uma versão em português do compêndio de atividades físicas: uma contribuição aos pesquisadores e profissionais em fisiologia do exercício. Rev Bras Fisiol Exerc, v. 2, n. 2, p. 177-208, 2003.
FOSS, M. L.; Keteynian, S. J. Bases fisiológicas do exercício e do esporte. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 6ª Ed, 2010.
FREITAS, Valdemar de. Anatomia – Conceitos e Fundamentos. São Paulo: Artmed, 2004.
GUYTON, A.C.; Hall, J. E. Tratado de fisiologia médica. São Paulo: Saunders 11ª Ed, 2006.
MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. Fisiologia do exercício. Wolters Kluwer Health, 2015.
NETTER, Frank H.. Atlas de Anatomia Humana. 2ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.
SOBOTTA, Johannes. Atlas de Anatomia Humana. 21ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.
WILMORE, J. H.; Costill, D. L.; Kenney, W. L. Fisiologia do esporte e do exercício. São Paulo: Manole, 4ª Ed, 2010.

3) **Forma (elaboração clara e objetiva, com uso correto da língua, dos conceitos sobre o tema em questão, mantendo coerência interna na construção, até 2,0 pontos).**

Utilizar corretamente a língua mantendo estrutura e desenvolvimento textual com coerência e consistência teórica.