

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU



PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV

PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

1ª Chamada – 3/5/2019

Tempo: 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

N.B. – Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Explique a relação entre os sistemas respiratório e circulatório.

(3,0 valores)

1.2. O que entende por metabolismo energético?

(2,0 valores)

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. O que entende por Desporto?

(2,5 valores)

2.2. Das dimensões do desporto que conhece qual é a que mais valoriza? Justifique.

(2,5 valores)

BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

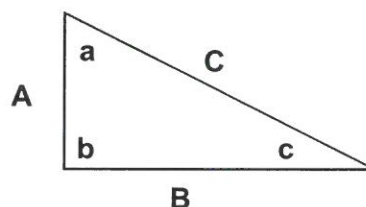
3.1. Atente no triângulo representado na figura (cujos lados estão representados pelas letras maiúsculas **A**, **B** e **C**, e os ângulos internos pelas letras minúsculas **a**, **b**, e **c**) e com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo $a = 54^\circ$

Ângulo $b = 90^\circ$

Lado $C = 10$ metros



a) Como classifica o triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

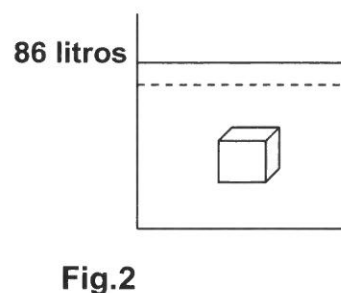
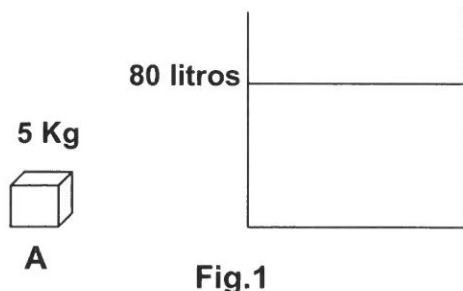
b) Qual o valor do ângulo “c”? Justifique.

(0.5 valores)

c) Qual o comprimento do lado **B** do triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

3.2. Considere o corpo **A** e o recipiente com água representados na **Figura 1**. Quando o corpo foi colocado no recipiente, o nível da água subiu de 80 para 86 litros, como ilustrado na **Figura 2**. Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.



a) Qual o volume do corpo **A**? Justifique.

(1,0 valores)

b) Como se designam as duas Forças a que o corpo fica sujeito quando é colocado dentro de água? (RESPOSTA DIRETA)

c) (0,5 valores)

d) Que acontece ao corpo (**A**) quando largado dentro de água?

(Escolha a resposta correcta e justifique essa escolha, apresentando os cálculos que efetuar)

- I. regressa à superfície
- II. permanece onde foi largado
- III. dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

b) (2,0 valores)

(NOTA: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

BLOCO 4

Responda apenas a uma das duas questões que se seguem

(5,0 valores)

4.1. Qual é o papel do associativismo no desenvolvimento do desporto em Portugal?

4.2. A prática regular de atividade física é um fator primordial para o bem estar físico, psicológico e social. Comente a afirmação.

FIM

Curso de Desporto e Actividade Física

Prova Específica +23 anos 2010

CRITÉRIOS DE CORRECÇÃO

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Total = 3,0 valores

- Processo de respiração externa; **(1 valor)**
- Processo de transporte de gases no sangue; **(1 valor)**
- Processo de respiração interna. **(1 valor)**

1.2. Total = 2,0 valores

- Definição enquanto processo de transformação de energia química em energia mecânica. **(1 valor)**
- Nomeia os mecanismos de ressíntese de ATP - aeróbio, anaeróbio láctico e anaeróbio aláctico. **(1 valor)**

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. Total = 2,5 valores

Apresenta somente a ideia de actividade física **(1,0 valores)**

Ao anterior acrescenta as condições de realização, bem como as suas potencialidades **(+ 1,5 valores)**

2.2. Total = 2,5 valores

Apresenta somente a noção de uma dimensão do desporto **(1,0 valores)**

Ao anterior acrescenta as potencialidades da dimensão escolhida **(+ 1,5 valores)**

BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Total = 1,5 valores

- a) Apresenta o valor correcto **(0,25 valores)**
Apresenta justificação condizente **(0,25 valores)**
- b) Apresenta o valor correcto **(0,25 valores)**
Apresenta justificação condizente **(0,25 valores)**
- c) Apresenta o valor correcto **(0,25 valores)**
Apresenta justificação condizente **(0,25 valores)**

3.2. Total = 3,5 valores

- a) Apresenta o valor correcto **(0,5 valores)**
Apresenta justificação condizente **(0,5 valores)**
- b) Designa corretamente as duas Forças $(0,25 \times 2 = 0,50 \text{ valores})$
- c) Apresenta o valor correto **(0,5 valores)**

Curso de Desporto e Actividade Física

Prova Específica +23 anos 2010

CRITÉRIOS DE CORRECÇÃO

Apresenta justificação condizente, com respetivos cálculos **(1,50 valores)**

BLOCO 4

4.1. Total = 5,0 valores

Apresenta todas as dimensões de análise. **(1,5 valores)**

Justifica todas as dimensões de análise apresentadas. **(+ 3.5 valores)**

4.2. Total = 5 valores

- Principais benefícios psicológicos/emocionais/sociais **(2 valores)**;

- Principais benefícios físicos (anatômicos e funcionais) **(3 valores)**.

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU



PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV

PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

2ª Chamada – 16/5/2018

Tempo: 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

N.B. – Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Descreva os três mecanismos de ressíntese de ATP que conhece. (3,0 valores)

1.2. Qual a constituição base do aparelho cardiovascular? (2,0 valores)

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. O que entende por Desporto? (2,5 valores)

2.2. Quais os objectivos do desporto de lazer? (2,5 valores)

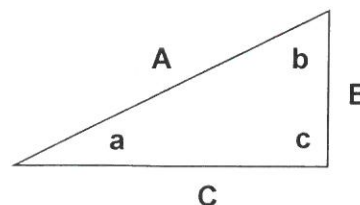
BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Atente no triângulo representado na figura (cujos lados estão representados pelas letras maiúsculas **A**, **B** e **C**, e os ângulos internos pelas letras minúsculas **a**, **b**, e **c**) e com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo $c = 90^\circ$

Ângulo $b = 58^\circ$



a) Como classifica o triângulo? Justifique. (0.5 valores)

b) Qual o valor do ângulo “a”? Justifique. (0.5 valores)

c) A partir dos dados e do valor calculado na alínea anterior, diga, sem fazer qualquer medição, qual o lado mais pequeno do triângulo? Justifique.

(0,5 valores)

3.2. Considere o corpo **A** e o recipiente com água representados na **Figura 1**. Quando o corpo foi colocado no recipiente, o nível da água subiu de 50 para 54 litros, como ilustrado na **Figura 2**.

Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.

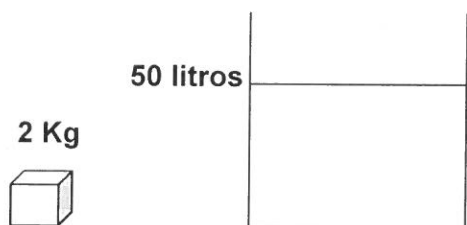


Fig.1

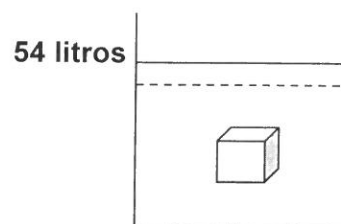


Fig.2

a) Qual o volume do corpo **A**? Justifique.

(1,0 valores)

b) Que acontece ao corpo (**A**) quando largado dentro de água?

(Escolha a resposta correcta e justifique essa escolha)

(2,5 valores)

- I. regressa à superfície
- II. permanece onde foi largado
- III. dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

(NOTA: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

BLOCO 4

Responda apenas a uma das duas questões que se seguem

(5,0 valores)

4.1. Comente a frase:

“O desporto é um dos grandes acontecimentos sociais dos tempos modernos”.

4.2. Descreva as principais alterações orgânicas induzidas pelo treino desportivo?

FIM

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU



PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV

PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

1ª Chamada – 3/5/2018

Tempo: 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

N.B. – Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Descreva os três mecanismos de ressíntese de ATP que conhece. (3,0 valores)

1.2. Qual a constituição base do aparelho cardiovascular? (2,0 valores)

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. O que entende por Desporto? (2,5 valores)

2.2. Quais os objectivos do desporto de lazer? (2,5 valores)

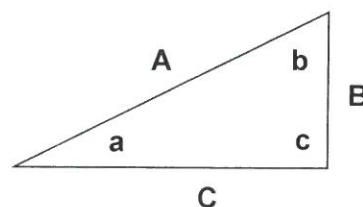
BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Atente no triângulo representado na figura (cujos lados estão representados pelas letras maiúsculas **A**, **B** e **C**, e os ângulos internos pelas letras minúsculas **a**, **b**, e **c**) e com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo $c = 90^\circ$

Ângulo $b = 58^\circ$



a) Como classifica o triângulo? Justifique. (0.5 valores)

b) Qual o valor do ângulo “a”? Justifique. (0.5 valores)

c) A partir dos dados e do valor calculado na alínea anterior, diga, sem fazer qualquer medição, qual o lado mais pequeno do triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

3.2. Considere o corpo **A** e o recipiente com água representados na **Figura 1**. Quando o corpo foi colocado no recipiente, o nível da água subiu de 50 para 54 litros, como ilustrado na **Figura 2**.

Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.

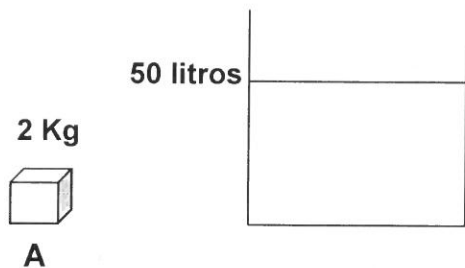


Fig.1

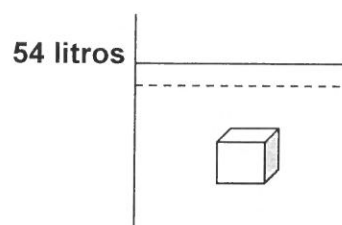


Fig.2

a) Qual o volume do corpo **A**? Justifique.

(1,0 valores)

b) Que acontece ao corpo (**A**) quando largado dentro de água?

(Escolha a resposta correcta e justifique essa escolha)

(2,5 valores)

- I. regressa à superfície
- II. permanece onde foi largado
- III. dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

(NOTA: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

BLOCO 4

Responda apenas a uma das duas questões que se seguem

(5,0 valores)

4.1. Comente a frase:

“O desporto é um dos grandes acontecimentos sociais dos tempos modernos”.

4.2. Descreva as principais alterações orgânicas induzidas pelo treino desportivo?

FIM

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU



PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV

PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

1ª Chamada – 3/5/2017

Tempo: 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

N.B. – Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Descreva os três mecanismos de ressíntese de ATP que conhece.

(3,0 valores)

1.2. Qual a constituição base do aparelho cardiovascular?

(2,0 valores)

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. O que entende por Desporto?

(2,5 valores)

2.2. Quais os objectivos do desporto de lazer?

(2,5 valores)

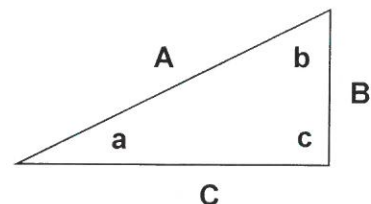
BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Atente no triângulo representado na figura (cujos lados estão representados pelas letras maiúsculas **A**, **B** e **C**, e os ângulos internos pelas letras minúsculas **a**, **b**, e **c**) e com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo $c = 90^\circ$

Ângulo $b = 58^\circ$



a) Como classifica o triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

b) Qual o valor do ângulo “a”? Justifique.

(0.5 valores)

c) A partir dos dados e do valor calculado na alínea anterior, diga, sem fazer qualquer medição, qual o lado mais pequeno do triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

3.2. Considere o corpo **A** e o recipiente com água representados na **Figura 1**. Quando o corpo foi colocado no recipiente, o nível da água subiu de 50 para 54 litros, como ilustrado na **Figura 2**.

Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.

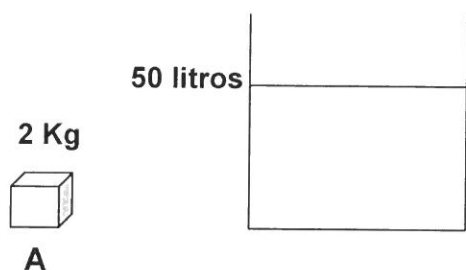


Fig.1

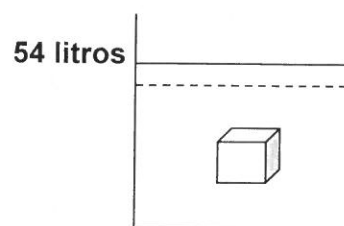


Fig.2

a) Qual o volume do corpo **A**? Justifique.

(1,0 valores)

b) Que acontece ao corpo (**A**) quando largado dentro de água?

(Escolha a resposta correcta e justifique essa escolha)

(2,5 valores)

- I. regressa à superfície
- II. permanece onde foi largado
- III. dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

(NOTA: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

BLOCO 4

Responda apenas a uma das duas questões que se seguem

(5,0 valores)

4.1. Comente a frase:

“O desporto é um dos grandes acontecimentos sociais dos tempos modernos”.

4.2. Descreva as principais alterações orgânicas induzidas pelo treino desportivo?

FIM

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU



PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV

PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

2ª Chamada – 16/5/2017

Tempo: 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

N.B. – Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1. Descreva os três mecanismos de ressíntese de ATP que conhece. (3,0 valores)

1.2. Qual a constituição base do aparelho cardiovascular? (2,0 valores)

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL DO DESPORTO

2.1. O que entende por Desporto? (2,5 valores)

2.2. Quais os objectivos do desporto de lazer? (2,5 valores)

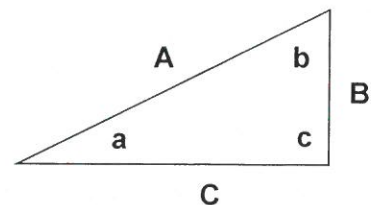
BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Atente no triângulo representado na figura (cujos lados estão representados pelas letras maiúsculas **A**, **B** e **C**, e os ângulos internos pelas letras minúsculas **a**, **b**, e **c**) e com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo $c = 90^\circ$

Ângulo $b = 58^\circ$



a) Como classifica o triângulo? Justifique. (0.5 valores)

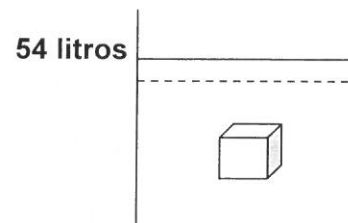
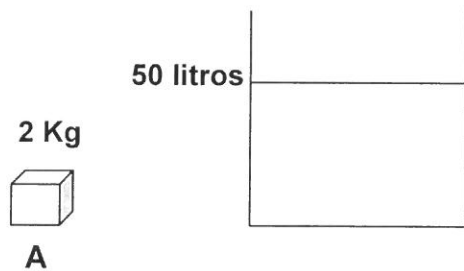
b) Qual o valor do ângulo "a"? Justifique. (0.5 valores)

c) A partir dos dados e do valor calculado na alínea anterior, diga, sem fazer qualquer medição, qual o lado mais pequeno do triângulo? Justifique.

(0.5 valores)

3.2. Considere o corpo **A** e o recipiente com água representados na **Figura 1**. Quando o corpo foi colocado no recipiente, o nível da água subiu de 50 para 54 litros, como ilustrado na **Figura 2**.

Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.



a) Qual o volume do corpo **A**? Justifique.

(1,0 valores)

b) Que acontece ao corpo (**A**) quando largado dentro de água?

(Escolha a resposta correcta e justifique essa escolha)

(2,5 valores)

- I. regressa à superfície
- II. permanece onde foi largado
- III. dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

(NOTA: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

BLOCO 4

Responda **apenas a uma das duas** questões que se seguem

(5,0 valores)

4.1. Comente a frase:

“O desporto é um dos grandes acontecimentos sociais dos tempos modernos”.

4.2. Descreva as principais alterações orgânicas induzidas pelo treino desportivo?

FIM

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU

PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV
PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS

1ª CHAMADA – 06/05/2009

T = 60' (+20')

Nome: _____

Nº _____ ou B.I. _____

Nº Convencional: _____ (a preencher pela instituição)

XX

Nº Convencional: _____ (a preencher pela instituição)

N.B. – Deve responder aos 4(quatro) blocos. Cada bloco está cotado para 5 valores, numa escala de 0 a 20 valores.

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

1.1 - Descreva os três mecanismos de ressíntese de ATP que conhece.

1.2 - Distinga a circulação sanguínea pulmonar da circulação sanguínea sistémica.

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL

2.1 - Quais as funções que assume o lazer? Justifique.

2.2 - Quais as instituições não governamentais que regulamentam e supervisionam o desporto federado em Portugal. Quais são as responsabilidades de cada uma delas?

BLOCO 3 – BIOMECÂNICA

3.1. Atente no **triângulo rectângulo** representado na figura (os lados têm as letras maiúsculas **A, B, C**, e os ângulos internos as letras minúsculas **a, b, c**).

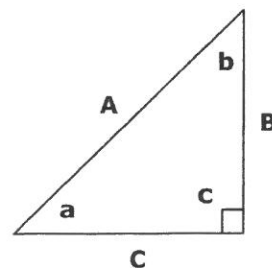
Com base nos dados que seguem justifique as respostas que der.

Dados:

Ângulo **b** = 48°

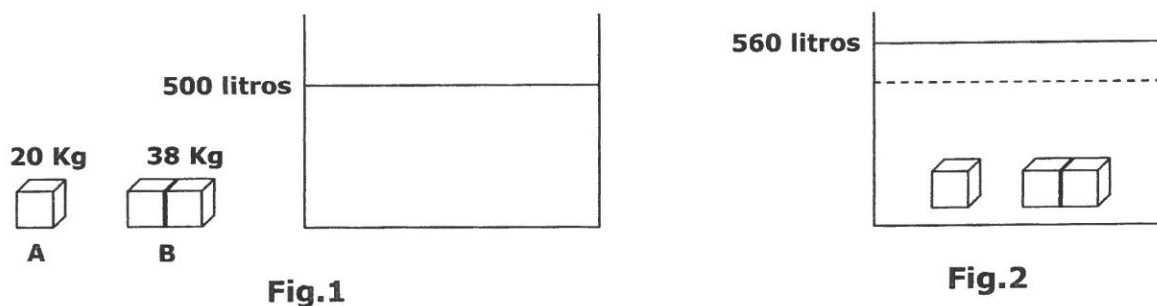
a) Qual o valor do ângulo "a"?

b) A partir dos dados e do valor calculado na alínea anterior, diga, sem fazer qualquer medição, qual o lado mais pequeno do triângulo. Justifique.



(cont.pág.2)

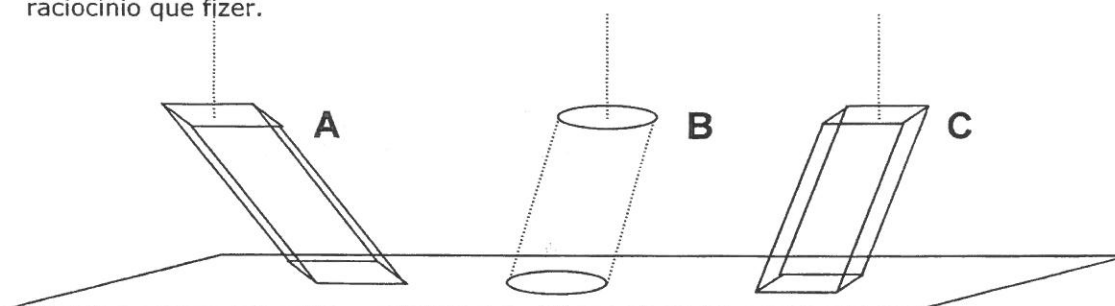
3.2. Considere os corpos **A** e **B** e o recipiente com água, representados na **Figura 1**.
 O corpo **A** tem o dobro do volume do corpo **B**. Os seus pesos estão representados na figura.
 Quando os corpos foram colocados simultaneamente no recipiente, o nível da água subiu de 500 para 530 litros, como ilustrado na **Figura 2**.
 Em função destes dados, responda às questões que seguem, justificando todas as suas respostas.



- a) Qual o volume de cada um dos corpos (A e B)? Justifique.
 b) Que acontece ao corpo **B** quando largado dentro de água?
 (Escolha a resposta correcta e justifique a sua escolha)
- regressa à superfície
 - permanece onde foi largado
 - dirige-se ao fundo do recipiente? Justifique.

(Nota: Como sabe, a densidade da Água é 1, daí que 1 litro de água pesa sensivelmente 1 Kg)

3.3. Os corpos **A**, **B** e **C**, representados na figura que segue, estão apoiados na superfície de uma mesa e suportados por fios que os mantêm nessa posição.
 Se esses fios forem cortados, quais os corpos que tombam sobre a mesa e quais os que mantêm a posição em que se encontram? Justifique a sua resposta ilustrando no desenho o raciocínio que fizer.



BLOCO 4

Responda apenas a uma das duas questões que se seguem:

- Relacione os Jogos Olímpicos da Grécia Antiga com os da Era Moderna.
- A prática regular de actividade física é um factor primordial para o bem estar físico, psicológico e social. Comente a afirmação.

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE VISEU

**PROVA DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE PARA FREQUÊNCIA DO
CURSO DE DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA DA ESEV
PROVA ESPECÍFICA – PARA MAIORES DE 23 ANOS**

2ª CHAMADA – 15/05/2009

T = 60' (+20')

CRITÉRIOS DE CORRECÇÃO E COTAÇÃO

BLOCO 1 - ANATOMOFISIOLOGIA

Questão nº 1.1- Total = 3 valores

- Processo de respiração externa (1 valor);
- Processo de transporte de gases no sangue (1 valor);
- Processo de respiração interna (1 valor).

Questão nº 1.2- Total = 2 valores

- Definição enquanto processo de transformação de energia química em energia mecânica (1 valor);
- Nomeia os mecanismos de ressíntese de ATP - aeróbio, anaeróbio láctico e anaeróbio aláctico (1 valor).

BLOCO 2 – DIMENSÃO SOCIAL

Questão nº 2.1 – Total= 2.5 valores

1 valor - apresenta somente a ideia de actividade física

+ 1.5 valor – ao anterior acrescenta as condições de realização, bem como as suas potencialidades

Questão 2.2 - Total= 2.5 valores

1 valor - apresenta somente a ideia de ocupação dos tempos livres com actividades desportivas

+ 1.5 valor - ao anterior acrescenta as potencialidades do desporto de lazer

