Educação Física também é assunto do Enem

Educação Física

Enviado por: _marcelocosta@seed.pr.gov.br

Postado em:01/08/2014

Diário de Pernambuco / Anamaria Nascimento Jogos, dietas e dança também são assuntos do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Poucos estudantes lembram, mas os temas abordados nas aulas de Educação Física também são cobrados na prova que é a principal porta de entrada para as Universidades do país. Mais do que frequentar uma academia ou praticar um esporte, o aluno deve estar atento aos conceitos teóricos da disciplina. No Enem, é cobrado que o candidato compreenda a prática física como forma de melhorar a qualidade de vida e a saúde. Segundo professores de Educação Física, o tema Linguagem Corporal é cobrado na prova de linguagens, códigos e suas tecnologias; aplicada no segundo dia do Enem. Este ano, o exame está marcado para os dias 8 e 9 de novembro. Há quatro anos, pelo menos duas questões abordam o assunto. “O aluno deve estar ligado aos conceitos de luta, jogos, ginástica e esportes. Assuntos que cercam o cotidiano dos alunos, como percentual de gordura e avaliação física, devem ser estudados”, pontuou o professor de educação física do Colégio Visão Pedro Henrique Lopes. Teste seus conhecimentos sobre o assunto: Questão 1 - Enem/2013 Adolescentes: mais altos, gordos e preguiçosos A oferta de produtos industrializados e a falta de tempo têm sua parcela de responsabilidade no aumento da silhueta dos jovens. "Os nossos hábitos alimentares, de modo geral, mudaram muito", observa Vivian Ellinger, presidente da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), no Rio de Janeiro. Pesquisas mostram que, aqui no Brasil, estamos exagerando no sal e no açúcar, além de tomar pouco leite e comer menos frutas e feijão. Outro pecado, velho conhecido de quem exibe excesso de gordura por causa da gula, surge como marca da nova geração: a preguiça. "Cem por cento das meninas que participam do Programa não praticavam nenhum esporte", revela a psicóloga Cristina Freire, que monitora o desenvolvimento emocional das voluntárias. Você provavelmente já sabe quais são as consequências de uma rotina sedentária e cheia de gordura. " E não é novidade que os obesos têm uma sobrevida menor", acredita Claudia Cozer, endocrinologista da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Mas, se há cinco anos os estudos projetavam um futuro sombrio para os jovens, no cenário atual as doenças que viriam na velhice já são parte da rotina deles. "Os adolescentes já estão sofrendo com hipertensão e diabete", exemplifica Claudia. DESGUALDO, P. Revista Saúde. Disponível em: http://saude.abril.com.br. Acesso em: 28 jul 2012 (adaptado) Sobre a relação entre os hábitos da população adolescente e as suas condições de saúde, as informações apresentadas no texto indicam que A) a falta de atividade física somada a uma alimentação nutricionalmente desequilibrada constituem fatores relacionados ao aparecimento de doenças crônicas entre os adolescentes. B) a diminuição do consumo de alimentos fontes de carboidratos combinada com um maior consumo de alimentos ricos em proteínas contribuíram para o aumento da obesidade entre os adolescentes. C) a maior participação dos alimentos industrializados e gordurosos na dieta da população adolescente tem tornado escasso o consumo de sais e açúcares, o que prejudica o equilíbrio metabólico. D) a ocorrência de casos de hipertensão e diabetes entre os adolescentes advém das condições de alimentação, enquanto que na população adulta os fatores hereditários são preponderantes. E) a prática regular de atividade física é um importante fator de

controle da diabetes entre a população adolescente, por provocar um constante aumento da pressão arterial sistólica. Questão 2 - Enem/2013 O jogo é uma atividade ou ocupação voluntária, exercida dentro de certos e determinados limites de tempo e de espaço, segundo regras livremente consentidas, mas absolutamente obrigatórias, dotado de um fim em si mesmo, acompanhado de um sentimento de tensão e de alegria e de uma consciência de ser diferente da “vida quotidiana”. HUIZINGA, J. Homo ludens: o jogo como elemento da cultura. São Paulo: Perspectiva, 2004. Segundo o texto, o jogo comporta a possibilidade de fruição. Do ponto de vista das práticas corporais, essa fruição se estabelece por meio do(a) A) fixação de táticas, que define a padronização para maior alcance popular. B) competitividade, que impulsiona o interesse pelo sucesso. C)refinamento técnico, que gera resultados satisfatórios. D) caráter lúdico, que permite experiências inusitadas. E) uso tecnológico, que amplia as opções de lazer. Questões 3 - Enem/2011 Na modernidade, o corpo foi descoberto, despido e modelado pelos exercícios físicos da moda. Novos espaços e práticas esportivas e de ginástica passaram a convocar as pessoas a modelarem seus corpos. Multiplicaram-se as academias de ginástica, as salas de musculação e o número de pessoas correndo pelas ruas. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO. Caderno do professor : educação física. São Paulo, 2008. Diante do exposto, é possível perceber que houve um aumento da procura por A) exercícios físicos aquáticos (natação/hidroginástica), que são exercícios de baixo impacto, evitando o atrito (não prejudicando as articulações), e que previnem o envelhecimento precoce e melhoram a qualidade de vida. B) mecanismos que permitem combinar alimentação e exercício físico, que permitem a aquisição e manutenção de níveis adequados de saúde, sem a preocupação com padrões de beleza instituídos socialmente. C) programas saudáveis de emagrecimento, que evitam os prejuízos causados na regulação metabólica, função imunológica, integridade óssea e manutenção da capacidade funcional ao longo do envelhecimento. D) exercícios de relaxamento, reeducação postural e alongamentos, que permitem um melhor funcionamento do organismo como um todo, bem como uma dieta alimentar e hábitos saudáveis com base em produtos naturais. E) dietas que preconizam a ingestão excessiva ou restrita de um ou mais macronutrientes (carboidratos, gorduras ou proteínas), bem como exercícios que permitem um aumento de massa muscular e/ou modelar o corpo. Questão 4 - Enem/2011 A dança é um importante componente cultural da humanidade. O folclore brasileiro é rico em danças que representam as tradições e a cultura de várias regiões do país. Estão ligadas aos aspectos religiosos, festas, lendas, fatos históricos, acontecimentos cotidianos e brincadeiras e caracterizam-se pelas músicas animadas(com letras simples e populares) figurinos e cenários representativos. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO. Proposta curricular do Estado de São Paulo: Educação Física. São Paulo: 2009(adaptado) A dança, como manifestação e representação da cultura rítmica envolve expressão corporal própria de um povo. Considerando-a como elemento folclórico a dança revela. A) manifestações afetivas, históricas, ideológica, intelectuais e espirituais de um povo, refletindo seu modo de expressar-se no mundo. B) aspectos eminentemente afetivos, espirituais e de entretenimento de um povo, desconsiderando fatos históricos. C) acontecimentos do cotidiano, sobre influência mitológica e religiosa de cada região, sobrepondo aspectos políticos. D) tradições culturais de cada região, cujas manifestações rítmicas são classificadas em um ranking das mais originais. E) lendas, que se sustentam em inverdades históricas, uma vez que são inventadas, e servem apenas para a vivência lúdica de um povo. Respostas: A, D, E, A Este conteúdo foi acessado em 01/08/2014 - Diário de Pernambuco. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.