



RERRATIFICADO EM 19/03/2019

ANEXO II – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E SUGESTÃO BIBLIOGRÁFICA

CONTEÚDOS COMUNS PARA TODOS OS CARGOS

Legislação – 05 questões:

- ✓ ~~Decreto nº 4.201/02 – “Dispõe sobre o Conselho Nacional do Esporte e dá outras providências”;~~
- ✓ Lei Federal nº 9.696/98 “Dispõe sobre a regulamentação da Profissão de Educação Física e cria os respectivos Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física”;
- ✓ Lei Federal nº 11.438/06 - Lei de Incentivo ao Esporte.
- ✓ **Decreto nº 7.984/13 – “Regulamenta a Lei nº 9.615, de 24 de março de 1998, que institui normas gerais sobre desporto”.**

Referências bibliográficas – 25 questões:

- ✓ DANGELO, J. G.; FATTINI, C. A. Anatomia humana básica. 2ª edição. Atheneu, 2000.
- ✓ DANTAS, E. H. A prática da preparação física. Editora SHAPE, Rio de Janeiro, 2003.
- ✓ FLECK, S. KRAEMER, W. J. Fundamentos do treinamento de força. Porto Alegre, Artmed, 1999.
- ✓ GALLARUE, D. L. OZMUN, J. C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês crianças, adolescentes e adultos. 3ª Edição. São Paulo, Phorte, 2005.
- ✓ GOMES, A. C. Treinamento Desportiva estruturação e periodização. Editora Artmed, 2002.
- ✓ MCARDLE, W. D. KATCH, F. I. KATCH, V. L. Fisiologia do Exercício. Nutrição, Energia e Desempenho Humano. 7ª Edição, Guanabara Koogan, 2011.
- ✓ MCGUINIS, P. Biomecânica do esporte e do exercício. Artmed, 2000.
- ✓ NOVAES, J. S. Manual de primeiros socorros para educação física. 1ª Edição, Editora Sprint, Rio de Janeiro RJ, 1994.
- ✓ PITANGA, F. J. G. Testes, Medidas e Avaliação em educação física. 3ª Edição, Phorte Editora, 2004.
- ✓ SIMÃO, R. Fisiologia e Prescrição de Exercício para Grupos Especiais. 3ª edição, Rio de Janeiro, Phorte Editora, 2007.
- ✓ WEINECK, J. Treinamento Ideal. 3º edição, Barueri: Manole, 2003.

CONTEÚDOS ESPECÍFICOS PARA CADA CARGO

3.01 – Profissional de Educação Física na área de Basquetebol

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem treinamento dos fundamentos físicos do basquete;
- ✓ Regras oficiais do basquete;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do basquete;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no basquete.
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.02 – Profissional de Educação Física na área de Bicicross

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem treinamento dos fundamentos físicos do ciclismo, modalidade Bicicross;
- ✓ Regras oficiais do ciclismo, modalidade Bicicross;
- ✓ Fundamentação técnica e tática do ciclismo, modalidade Bicicross;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no ciclismo, modalidade Bicicross.
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.03 – Profissional de Educação Física na área de Capoeira

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem treinamento dos fundamentos físicos da capoeira;
- ✓ Regras oficiais da capoeira;
- ✓ Fundamentação técnica e tática da capoeira;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física da capoeira.
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.04 – Profissional de Educação Física na área de Karatê

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Karatê;



- ✓ Regras oficiais do Karatê;
- ✓ Fundamentação técnica e tática do Karatê;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Karatê;
- ✓ Modalidades, categorias e competição.
- ✓ Regras Confederação Brasileira de Karatê.

3.05 – Profissional de Educação Física na área de Ciclismo

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem treinamento dos fundamentos físicos do ciclismo;
- ✓ Regras oficiais do ciclismo;
- ✓ Fundamentação técnica e tática do ciclismo;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no ciclismo;
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.06 – Profissional de Educação Física na área de Educação Física Adaptada

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem treinamento dos fundamentos físicos do Esporte adaptado para pessoa com deficiência
- ✓ Regras oficiais do Esporte adaptado para pessoa com deficiência
- ✓ Fundamentação técnica e tática do Esporte adaptado para pessoa com deficiência
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Esporte adaptado para pessoa com deficiência
- ✓ Modalidades, categorias e competição.
- ✓ Lei Federal nº 13.146/15 “Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência”, disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm
- ✓ Lei Federal nº 12.764/12 – “Institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista; e altera o § 3o do art. 98 da Lei no 8.112, de 11 de dezembro de 1990”, Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm

3.07 – Profissional de Educação Física na área de Futebol

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do futebol; Regras oficiais do Futebol;
- ✓ Fundamentação técnica e tática do Futebol;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Futebol.
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.08 – Profissional de Educação Física na área de Futsal

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do futebol; Regras oficiais do Futsal;
- ✓ Fundamentação técnica e tática do Futsal;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Futsal;
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.09 – Profissional de Educação Física na área de Ginástica Artística

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ História da Ginástica Artística (masculina e feminina);
- ✓ GAF: características das provas oficiais (solo, trave, salto e paralelas assimétricas);
- ✓ GAM: características das provas oficiais (cavalo com alças, solo, salto, barra fixa, barras paralelas, argolas);
- ✓ Código de Pontuação;
- ✓ Características das séries competitivas: diferentes níveis;
- ✓ Adaptação do conhecimento da GA aos diferentes espaços de prática (escola, clubes, etc.);
- ✓ Aspectos de segurança para a prática da GA.

3.10 – Profissional de Educação Física na área de Ginástica de Academia

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ Metodologia da ginástica de academia.
- ✓ Ginástica localizada.
- ✓ Ginástica aeróbica e step training.
- ✓ Novas tendências do fitness.



- ✓ Princípios básicos dos exercícios ginásticos. Prescrições, indicações e contra-indicações dos exercícios ginásticos.
- ✓ Conhecimento e prática dos vários estilos de ginástica que são aplicados e seu funcionamento.

3.11 – Profissional de Educação Física na área de Ginástica de Trampolim

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ Trampolim Individual
- ✓ Trampolim Sincronizado
- ✓ Duplo Mini-Trampolim
- ✓ Tumbling
- ✓ Principais Saltos
- ✓ Arbitragem, regras, regulamentos

3.12 – Profissional de Educação Física na área de Ginástica Rítmica

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ Fundamentos da Ginástica
- ✓ Código de Pontuação da Federação Internacional de Ginástica Rítmica (FIG)
- ✓ Regras
- ✓ Movimentos
- ✓ Aparelhos
- ✓ Dança
- ✓ Pedagogia do Movimento Humano
- ✓ Métodos Ginásticos Contemporâneos
- ✓ Cineantropometria

3.13 – Profissional de Educação Física na área de Handebol

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Handebol;
- ✓ Regras oficiais do Handebol;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Handebol;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Handebol;
- ✓ Modalidades, categorias e competição.

3.14 – Profissional de Educação Física na área de Hidroginástica

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ Metodologia de ensino da hidroginástica.
- ✓ Iniciação ao nadar para públicos específicos: crianças pré-escolares, escolares, adultos, idosos, pessoas com deficiências
- ✓ Psicologia aplicada às atividades aquáticas
- ✓ Aspectos Estruturais das Aulas de Hidroginástica
- ✓ Hidrostática, hidrodinâmica e biomecânica aplicada às atividades aquáticas
- ✓ Segurança aquática e salvamento

3.15 – Profissional de Educação Física na área de Jiu Jitsu

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Jiu-Jitsu;
- ✓ Regras oficiais do Jiu-Jitsu;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Jiu-Jitsu;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Jiu-Jitsu;
- ✓ Modalidades, categorias e competição;
- ✓ Regras Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu.

3.16 – Profissional de Educação Física na área de Judô

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ Processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Judô;
- ✓ Regras oficiais do Judô;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Judô;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Judô
- ✓ Modalidades, categorias e competição.
- ✓ Regras Confederação Brasileira de Judô



3.17 – Profissional de Educação Física na área de Musculação

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos da Musculação;
- ✓ Fisiologia e Biomecânica do treinamento de musculação;
- ✓ Treinamento concorrente;
- ✓ Como organizar o treinamento;
- ✓ Treinamento para hipertrofia, como fazer;
- ✓ Métodos de treino.
- ✓ ARENA, Simone Sagres. Exercício físico e qualidade de vida: avaliação, prescrição e planejamento. São Paulo: Phorte, 2009. 237 p.
- ✓ COSSENZA, Bernardo. Treinamento muscular. Rio de Janeiro: Sprint, 2010. 123 p.
- ✓ GENTIL, Paulo. Emagrecimento: quebrando mitos e mudando paradigmas. Rio de Janeiro: Sprint, 2010. 208 p.
- ✓ NOVAES, Jefferson da Silva. Ciência do treinamento dos exercícios resistidos. São Paulo: Phorte, 2008. 230 p.
- ✓ MATOS, Oslei de. Atividades físicas em academia. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. 188 p.
- ✓ MARINS, João Carlos Bouzas; GIANNICHI, Ronaldo Sérgio. Avaliação e prescrição de atividade física: guia prático. 3. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003. 341 p.
- ✓ NOVAES, Jefferson da Silva. Estética: o corpo na academia. Rio de Janeiro: Shape, 2001. 190 p.

3.18 – Profissional de Educação Física na área de Nataação

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos da Nataação;
- ✓ Regras oficiais da Nataação;
- ✓ Fundamentação técnica e tática da Nataação;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física na Nataação;
- ✓ Modalidades, categorias e competição;
- ✓ Regras Confederação Brasileira da Nataação.

3.19 – Profissional de Educação Física na área de Taekwondo

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Taekwondo
- ✓ Regras oficiais do Taekwondo;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Taekwondo;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Taekwondo;
- ✓ Modalidades, categorias e competição;
- ✓ Regras Confederação Brasileira do Taekwondo.

3.20 – Profissional de Educação Física na área de Tênis

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do Tênis
- ✓ Regras oficiais do Tênis;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Tênis
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Tênis
- ✓ Modalidades, categorias e competição.
- ✓ Regras Confederação Brasileira do Tênis

3.21 – Profissional de Educação Física na área de Voleibol

Conhecimentos Específicos do Cargo – 10 questões:

- ✓ O processo ensino aprendizagem- treinamento dos fundamentos físicos do voleibol;
- ✓ Regras oficiais do Voleibol;
- ✓ Fundamentações técnica e tática do Voleibol;
- ✓ Avaliação técnica, tática e física no Voleibol.
- ✓ Modalidades, categorias e competição.