

**tricto
ensu**
Editora

QUESTÕES COMENTADAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O ENEM

ISBN:978-65-86283-18-1



Almir Ferreira Luz Junior

2ª edição

2020

Almir Ferreira Luz Junior

Questões Comentadas de Educação Física para o ENEM

Rio Branco, Acre

Stricto Sensu Editora

CNPJ: 32.249.055/001-26

Prefixos Editorial: ISBN: 80261 – 86283 / DOI: 10.35170

Editora Geral: Profa. Dra. Naila Fernanda Sbsczk Pereira Meneguetti

Editor Científico: Prof. Dr. Dionatas Ulises de Oliveira Meneguetti

Bibliotecária: Tábata Nunes Tavares Bonin – CRB 11/935

Capa: Elaborada por Led Camargo dos Santos (ledcamargo.s@gmail.com)

Avaliação: Foi realizada avaliação por pares, por pareceristas *ad hoc*

Revisão: Realizada pelos autores e organizadores

Conselho Editorial

Prof^a. Dr^a. Ageane Mota da Silva (Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Acre)

Prof. Dr. Amilton José Freire de Queiroz (Universidade Federal do Acre)

Prof. Dr. Edson da Silva (Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri)

Prof^a. Dr^a. Denise Jovê Cesar (Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Santa Catarina)

Prof. Dr. Francisco Carlos da Silva (Centro Universitário São Lucas)

Prof. Dr. Humberto Hissashi Takeda (Universidade Federal de Rondônia)

Prof. Msc. Herley da Luz Brasil (Juiz Federal – Acre)

Prof. Dr. Jader de Oliveira (Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho - UNESP - Araraquara)

Prof. Dr. Leandro José Ramos (Universidade Federal do Acre – UFAC)

Prof. Dr. Luís Eduardo Maggi (Universidade Federal do Acre – UFAC)

Prof. Msc. Marco Aurélio de Jesus (Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Rondônia)

Prof^a. Dr^a. Mariluce Paes de Souza (Universidade Federal de Rondônia)

Prof. Dr. Paulo Sérgio Bernarde (Universidade Federal do Acre)

Prof. Dr. Romeu Paulo Martins Silva (Universidade Federal de Goiás)

Prof. Dr. Renato Abreu Lima (Universidade Federal do Amazonas)

Prof. Msc. Renato André Zan (Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Rondônia)

Prof. Dr. Rodrigo de Jesus Silva (Universidade Federal Rural da Amazônia)

Ficha Catalográfica

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Q5

Questões comentadas de educação física para o ENEM / Almir Ferreira Luz Junior. 2ª Edição, Rio Branco: Stricto Sensu, 2020.

110 p.: il.

ISBN: 978-65-86283-18-1

DOI: 10.35170/ss.ed.9786586283181

1. Educação física. 2. ENEM. 3. Educação. I. Luz Junior, Almir Ferreira. II. Título.

CDD 22. ed. 796.01

Bibliotecária Responsável: Tábata Nunes Tavares Bonin / CRB 11-935

O conteúdo dos capítulos do presente livro, correções e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

É permitido o download deste livro e o compartilhamento do mesmo, desde que sejam atribuídos créditos aos autores e a editora, não sendo permitida a alteração em nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

www.sseditora.com.br

PREFÁCIO

O propósito dessa 2ª edição do livro **Questões Comentadas de Educação Física para o ENEM**, elaborada por meio de serviços editoriais profissionais, é de promover o maior alcance da obra aos estudantes que se preparam para o exame.

Essa edição, ao contrário da primeira que foi realizada pelo autor com o propósito de atender seus alunos dos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio do IFES – campus Aracruz, apresenta um trabalho mais técnico de organização, diagramação e ilustração realizado pela editora Stricto Sensu. Houve também uma readequação dos capítulos e o acréscimo de algumas questões na lista de exercícios finais.

Além disso, me animei com a proposta de acesso livre no site da editora por permitir uma preparação mais democrática e inclusiva dos alunos, especialmente nesse período de isolamento social causado pela pandemia de COVID-19.

Espero que assim, esse trabalho possa auxiliar mais estudantes em sua preparação para o desafio de realizar uma boa prova do ENEM.

Almir Ferreira Luz Junior

APRESENTAÇÃO

A motivação para a escrita desse e-book parte da constatação de que existe uma lacuna na preparação dos estudantes para o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) no que diz respeito às questões da área do saber da Educação Física.

A Educação Física está inserida na Área de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, e, pelo fato de ser desenvolvida na escola de maneira predominantemente prática (apesar de não possuir somente saberes práticos), essa disciplina, assim como as demais, é cobrada no ENEM por meio de questões de múltipla escolha.

Minha experiência com alunos do ensino médio tem demonstrado que em geral os alunos têm apresentado dificuldades na resolução dessas questões. Tal dificuldade ocorre não pelo desconhecimento do conteúdo, mas por não estarem habituados a resolverem questões no formato exigido.

Dessa forma, esse livro busca orientar sobre a melhor maneira de resolução das questões visto que estas têm seguido um padrão. É importante esclarecer que esse não é um livro que se aprofunda no conteúdo da Educação Física, mas enfoca na melhor maneira de resolver as questões.

Inicialmente buscaremos analisar na introdução como são organizadas as questões, abordando os principais conteúdos cobrados, quantidade de questões cobradas por ano do exame e formas práticas de resolução. Após ler a introdução, se você quiser tentar resolver as questões por si só, poderá fazer.

A partir do primeiro até o terceiro capítulo, resolveremos cerca de 50 questões e você poderá ver que não é difícil. E ao final haverá questões para você resolver sozinho.

Então, vem comigo!!

SUMÁRIO

QUAL O PADRÃO DAS QUESTÕES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENEM?.....	7
QUESTÕES SOBRE O ESPORTE.....	12
QUESTÕES SOBRE OUTRAS PRÁTICAS CORPORAIS (DANÇAS, LUTAS, JOGOS E BRINCADEIRAS).....	38
QUESTÕES SOBRE ATIVIDADE FÍSICA/EXERCÍCIO FÍSICO E SAÚDE.....	58
OUTRAS QUESTÕES.....	88
AGRADECIMENTOS.....	108
AUTOR.....	109

As questões de **Educação Física** estão na prova da área de *Linguagens, Códigos e suas Tecnologias*, junto com **Língua Portuguesa, Literatura, Artes, Inglês/Espanhol e Tecnologias da Informação e Comunicação**, que nos últimos anos acontece no primeiro dia do exame. Nesse dia também ocorre a prova de Ciências Humanas e suas Tecnologias e, Redação.

A quantidade de questões na prova de 2019 foi de **4** na prova para pessoas privadas de liberdade (PPL) e **5** para aplicação regular, de um total de 45 questões da área. Ou seja **8,8 a 11%** do total da área.

Pode parecer pouco, mas é importante lembrar que essas questões podem custar a sua vaga no curso que você quer ou que seja próximo à sua casa. Logo, qualquer questão é importante. E isso faz mais diferença por causa dos critérios de pontuação adotado no ENEM.

Segundo o edital do ENEM 2020, publicado no Diário Oficial da União em 31 de março de 2020: *15.2 O cálculo das proficiências dos participantes, a partir de suas respostas às questões de múltipla escolha das provas objetivas, terá como base a Teoria de Resposta ao Item (TRI). O documento com a metodologia utilizada e com os critérios adotados pela banca poderá ser consultado no Portal do Inep, no endereço <portal.inep.gov.br/enem>.*

Sem aprofundar-se muito nesse método de cálculo, em geral espera-se que alunos que acertaram questões difíceis acertem também as fáceis. Assim, se você errar as fáceis você vai perder mais pontos. Então, é bom não errar questões que podem parecer fáceis.

PRESTE ATENÇÃO: As questões de Educação Física no ENEM são consideradas fáceis e eu vou demonstrar por quê.

Por isso, você **NÃO** pode errar!!

Como afirmado inicialmente, as questões de Educação Física para o ENEM seguem um padrão que vamos decifrar agora.

1º PADRÃO

O primeiro padrão é que quase 100% das questões dos últimos anos possuem um texto motivador. Algumas questões possuem até 2 textos. E em geral esses textos são longos para fazerem o candidato **perder tempo** e se complicar na escrita da redação.

A dica é: **leia primeiro o enunciado da questão e as alternativas!!!** Porque pode ser que você consiga resolver sem ler o texto, por meio da eliminação das alternativas absurdas que cada questão possui. Se não for possível, leia o texto. E aí vem o segundo padrão.

2º PADRÃO

As **questões mais recentes** podem ser resolvidas por meio da **interpretação do texto**, sem a necessidade de um conhecimento profundo na área da Educação Física.

Geralmente esses textos são de artigos científicos da área, especialmente sobre as práticas corporais e a sociedade. Logo, para resolver as questões de Educação Física, você vai precisar demais da **Língua Portuguesa**. E isso demonstra o perfil interdisciplinar do ENEM.

Voltando ao fato do porquê as questões de Educação Física são consideradas fáceis, podemos afirmar que é pelo fato de que elas exigem uma interpretação mais simples do texto.

Explico: geralmente elas vão exigir que o candidato perceba no texto o TEMA GERAL. E haverá uma alternativa que vai apontar isso. Vocês verão abaixo na questão que vou usar como exemplo, que o tema geral está no TÍTULO. Isso mesmo!! Somente com a leitura do título seria possível responder corretamente.

Uma observação é importante: **as questões mais antigas** seguem um padrão um pouco diferente. Para resolver essas questões, o candidato precisa ter uma boa vivência nas aulas de educação física da escola e acompanhar transmissões esportivas na TV. Mas a tendência dos últimos anos não tem sido essa.

3º PADRÃO

O terceiro e último padrão é sobre os conteúdos. Das quase 50 questões utilizadas nesse livro veremos que 1/3 destas são sobre o **ESPORTE**. Dessas, a grande maioria trata de questões sobre **esporte e a sociedade atual**. Pouquíssimas questões tratam sobre as regras, técnicas e as táticas esportivas. Isso comprova mais uma vez que é nos textos motivadores que estarão as respostas.

Pouco menos de 1/3 das questões trata de outras **PRÁTICAS CORPORAIS** como a **dança, o jogo, as brincadeiras e as lutas**. Essas também são abordadas em uma perspectiva de sua relação com a sociedade.

Por fim, pouco mais de 1/3 é sobre a **SAÚDE E CORPO**, abordando especialmente as questões de padrões na sociedade contemporânea e discursos sobre a saúde.

Vamos a um exemplo inicial para vocês observarem essas características!!!!

(INEP - ENEM 2019) Esporte e cultura: análise acerca da esportivização de práticas corporais nos jogos indígenas:

Texto inicial

Nos Jogos dos Povos Indígenas, observa-se que as práticas corporais realizadas envolvem elementos tradicionais (como as pinturas e adornos corporais) e modernos (como a regulamentação, a fiscalização e a padronização). O arco e flecha e a lança, por exemplo, são instrumentos tradicionalmente utilizados para a caça e a defesa da comunidade na aldeia. Na ocasião do evento, esses artefatos foram produzidos pela própria etnia, porém sua estruturação como “modalidade esportiva” promoveu uma semelhança entre as técnicas apresentadas, com o sentido único da competição. ALMEIDA, A. J. M.; SUASSUNA, D. M. F. A. Pensar a prática, n. 1, jan.-abr. 2010 (adaptado).

A relação entre os elementos tradicionais e modernos nos Jogos dos Povos Indígenas desencadeou a

- a) padronização de pinturas e adornos corporais.
- b) sobreposição de elementos tradicionais sobre os modernos.
- c) individualização das técnicas apresentadas em diferentes modalidades.
- d) legitimação das práticas corporais indígenas como modalidade esportiva.
- e) preservação dos significados próprios das práticas corporais em cada cultura.

Vamos então, resolver por meio da interpretação textual.

Primeiramente realize você a leitura da questão!!!

O título já dá uma dica sobre o assunto. Ele diz que o tema é sobre a transformação das Práticas Corporais em Esporte, ou seja, a modificação das práticas tradicionais que possuem um sentido original para o sentido competitivo esportivo.

Notem que a palavra esporte e suas variantes (modalidade esportiva, esportivização) aparecem bastante.

Vamos então analisar o que a questão pede.

Pelo enunciado ela requer que se saiba **o que a relação entre os elementos tradicionais e modernos nos Jogos dos Povos Indígenas desencadeou.**

Vamos às alternativas!

a) padronização de pinturas e adornos corporais.

O texto nada fala sobre a essa padronização de adornos e pinturas. Fala somente que esses elementos estão presentes junto com os elementos modernos nos Jogos dos Povos Indígenas (linha 2).

b) sobreposição de elementos tradicionais sobre os modernos.

Essa alternativa é uma pegadinha para os mais desatentos. Em uma leitura superficial pode-se achar o contrário: que os **elementos modernos** se sobrepõem aos tradicionais e isso confunde quem faz uma leitura mais rápida. Mas isso também não é verdadeiro porque o texto diz que ambos coexistem nos Jogos dos Povos Indígenas (linhas 2 a 4).

c) individualização das técnicas apresentadas em diferentes modalidades.

Na verdade, o texto diz que a coexistência dos elementos tradicionais e modernos nos Jogos Indígenas “promoveu uma semelhança entre as técnicas apresentadas” e não uma individualização.

d) legitimação das práticas corporais indígenas como modalidade esportiva.

Como citado acima, o **título** afirma exatamente isso: que as práticas corporais indígenas começam a se parecer com o esporte. O trecho do texto que fala que “promoveu uma semelhança entre as técnicas apresentadas, com o sentido único da competição” (linhas 7 e 8) quer dizer que essa prática tem apresentado as características do esporte. **ESSA É A ALTERNATIVA CORRETA.**

e) preservação dos significados próprios das práticas corporais em cada cultura.

Nada disso. Os significados mudaram. No caso do uso da flecha e da lança, estes deixaram de ser elementos somente para subsistência, mas também passaram a ser elementos de competição.

Resposta: Letra D.

Viram que não é difícil. Basta ler com atenção e aqui vão mais duas dicas para a hora da prova:

- 1) Grife as partes do texto que são mais relevantes ou as palavras relevantes que mais aparecem.
- 2) Risque em cima das alternativas que você entende que estão erradas.

Bem. Vamos ao capítulo seguinte para a resolução das questões por temas principais.

Como afirmamos anteriormente, a maioria das questões trata da relação do esporte com a sociedade. As questões mais antigas abordavam aspectos técnicos, mas nos últimos anos essa tem sido a tendência: ESPORTE E SOCIEDADE.

Sem perder tempo, vamos para a análise das questões.

OBS.: Antes de ir para a resolução, faça uma leitura do texto, do enunciado e das alternativas.

1) (INEP – ENEM 2017)

A ascensão social por meio do esporte mexe com o imaginário das pessoas, pois em poucos anos um adolescente pode se tornar milionário caso tenha um bom desempenho esportivo. Muitos meninos de famílias pobres jogam com o objetivo de conseguir dinheiro para oferecer uma boa qualidade de vida à família. Isso aproximou mais ainda o futebol das camadas mais pobres da sociedade, tornando-o cada vez mais popular.

Acontece que esses jovens sonham com fama e dinheiro, enxergando no futebol o único caminho possível para o sucesso. No entanto, eles não sabem da grande dificuldade que existe no início dessa jornada em que a minoria alcança a carreira profissional. Esses garotos abandonam a escola pela ilusão de vencer no futebol, à qual a maioria sucumbe.

O caminho até o profissionalismo acontece por meio de um longo processo seletivo que os jovens têm de percorrer. Caso não seja selecionado, esse atleta poderá ter que abandonar a carreira involuntariamente por falta de uma equipe que o acolha. Alguns podem acabar em subempregos, à margem da sociedade, ou até mesmo em vícios decorrentes desse fracasso e dessa desilusão. Isso acontece porque no auge da sua formação escolar e na condição juvenil de desenvolvimento, eles não se preparam e não são devidamente orientados para buscar alternativas de experiências mais amplas de

ocupação fora e além do futebol. BALZANO, O. N.; MORAIS, J. S. A formação do jogador de futebol e sua relação com a escola. **EFDeportes**, n. 172, set. 2012 (adaptado).

Ao abordar o fato de, no Brasil, muitos jovens depositarem suas esperanças de futuro no futebol, o texto critica o(a)

- a) despreparo dos jogadores de futebol para ajudarem suas famílias a superar a miséria.
- b) garantia de ascensão social dos jovens pela carreira de jogador de futebol.
- c) falta de investimento dos clubes para que os atletas possam atuar profissionalmente e viver do futebol.
- d) investimento reduzido dos atletas profissionais em sua formação escolar, gerando frustração e desilusão profissional no esporte.
- e) despreocupação dos sujeitos com uma formação paralela à esportiva, para habilitá-los a atuar em outros setores da vida.

O enunciado requer que se saiba o que **o texto critica!!**

Vamos analisar cada alternativa!

a) despreparo dos jogadores de futebol para ajudarem suas famílias a superar a miséria.

Essa alternativa está completamente errada. O primeiro parágrafo diz que “muitos meninos de famílias pobres jogam com a expectativa de conseguir dinheiro para oferecer uma boa qualidade de vida à família”.

b) garantia de ascensão social dos jovens pela carreira de jogador de futebol.

Do contrário. O texto critica a falta de garantia de ascensão social.

c) falta de investimento dos clubes para que os atletas possam atuar profissionalmente e viver do futebol.

Nada é dito no texto sobre o investimento dos clubes. Portanto, alternativa errada.

d) investimento reduzido dos atletas profissionais em sua formação escolar, gerando frustração e desilusão profissional no esporte.

A alternativa estava indo bem na primeira parte quando disse que os atletas investem pouco em sua formação escolar. Mas quando aborda a consequência disso, fala que isso vai gerar frustração e desilusão no esporte. Isso não é dito no texto nem é verdade. O texto diz que poderá gerar frustração na vida.

e) despreocupação dos sujeitos com uma formação paralela à esportiva, para habilitá-los a atuar em outros setores da vida.

Isso mesmo. Essa é a crítica do texto. Essa é a alternativa correta.

Resposta: Letra E.

2) (INEP – ENEM 2017)

No esporte-participação ou esporte popular, a manifestação ocorre no princípio do prazer lúdico, que tem como finalidade o bem-estar social dos seus participantes. Está associado intimamente com o lazer e o tempo livre e ocorre em espaços não comprometidos com o tempo e fora das obrigações da vida diária. Tem como propósitos a descontração, a diversão, o desenvolvimento pessoal e o relacionamento com as pessoas. Pode-se afirmar que o esporte-participação, por ser a dimensão social do esporte mais inter-relacionada com os caminhos democráticos, equilibra o quadro de desigualdades de oportunidades esportivas encontrado na dimensão esporte-performance. Enquanto o esporte-performance só permite sucesso aos talentos ou àqueles que tiveram condições, o esporte-participação favorece o prazer a todos que dele desejarem tomar parte. GODTSFRIEDT, J. Esporte e sua relação com a sociedade: uma síntese bibliográfica. **EFDeportes**, n. 142, mar. 2010.

O sentido de esporte-participação construído no texto está fundamentalmente presente

a) nos Jogos Olímpicos, uma vez que reúnem diversos países na disputa de diferentes modalidades esportivas.

- b) nas competições de esportes individuais, uma vez que o sucesso de um indivíduo incentiva a participação dos demais.
- c) nos campeonatos oficiais de futebol, regionais e nacionais, por se tratar de uma modalidade esportiva muito popular no país.
- d) nas competições promovidas pelas federações e confederações, cujo objetivo é a formação e a descoberta de talentos.
- e) nas modalidades esportivas adaptadas, cujo objetivo é o maior engajamento dos cidadãos.

O enunciado exige do concorrente que encontre entre as alternativas, aquela que dá o sentido de esporte-participação.

Podemos pensar em palavras ou termos no texto que demonstrem o sentido de esporte-participação:

Prazer lúdico (linha 2), bem-estar social (linha 2), lazer e tempo livre (linha 3), espaços não comprometidos com o tempo e fora das obrigações da vida diária (linhas 4 e 5).

Há muitas outras palavras, mas por essas já é possível resolver a questão.

As alternativas de **a) a d)** tratam de competições esportivas onde essas características vão se perdendo ou são quase inexistentes, dando lugar ao profissionalismo.

Logo, a alternativa correta é a **LETRA E**.

3) (INEP – ENEM 2015)

Organizados pelo Comitê Intertribal Indígena, com apoio do Ministério dos Esportes, os Jogos dos Povos Indígenas têm o seguinte mote: "O importante não é competir, e sim, celebrar". A proposta é recente, já que a primeira edição dos jogos ocorreu em 1996, e tem como objetivo a integração das diferentes tribos, assim como o resgate e a celebração dessas culturas tradicionais. A edição dos jogos de 2003, por exemplo, teve a participação de sessenta etnias, dentre elas os kaiowá, guarani, bororo, pataxó e yanomami. A última edição ocorreu em 2009, e foi a décima vez que o torneio foi realizado. A periodicidade dos

jogos é anual, com exceção do intervalo ocorrido em 1997, 1998, 2006 e 2008, quando não houve edições. RONDINELLI, P. Disponível em: www.brasilecola.com. Acesso em: 15 ago. 2013.

Considerando o texto, os Jogos dos Povos Indígenas assemelham-se aos Jogos Olímpicos em relação à

- a) quantificação de medalhas e vitórias.
- b) melhora de resultados e performance.
- c) realização anual dos eventos e festejos.
- d) renovação de técnicas e táticas esportivas.
- e) aproximação de diferentes sujeitos e culturas.

Mais uma questão que o candidato não pode errar.

O enunciado requer que se saiba, com base no texto, quais as semelhanças entre os Jogos dos Povos Indígenas e os Jogos Olímpicos.

Vamos às alternativas:

a) quantificação de medalhas e vitórias.

O texto não fala nada sobre o assunto. Ao contrário, fala que o mote dos Jogos Indígenas é: "O importante não é competir, e sim, celebrar". ERRADA

b) melhora de resultados e performance.

Idem à anterior.

c) realização anual dos eventos e festejos.

Os Jogos Indígenas ocorrem anualmente com algumas interrupções (linhas 8 e 9), mas os Jogos Olímpicos são a cada 4 anos.

d) renovação de técnicas e táticas esportivas.

O texto não aborda esse tema.

e) aproximação de diferentes sujeitos e culturas.

Essa é uma característica comum. Enquanto nos Jogos Olímpicos ocorre a aproximação entre países, nos Jogos Indígenas ocorre a aproximação entre etnias e tribos (linhas 4 e 5). Alternativa CORRETA.

Resposta: Letra E.

4) (INEP – ENEM 2014)

A história do futebol é uma triste viagem do prazer ao dever. Ao mesmo tempo em que o esporte se tornou indústria, foi desterrando a beleza que nasce da alegria de jogar só pelo prazer de jogar. Neste mundo do fim do século, o futebol profissional condena o que é inútil, o que não é rentável, ninguém ganha nada com esta loucura que faz com que o homem seja menino por um momento, jogando como menino que brinca com o balão de gás e como o gato que brinca com o novelo de lã: bailarino que dança com uma bola leve como o balão que sobe ao ar e o novelo que roda, jogando sem saber que joga, sem motivo, sem relógio e sem juiz. O jogo se transformou em espetáculo, com poucos protagonistas e muitos espectadores, futebol para olhar, e o espetáculo se transformou num dos negócios mais lucrativos do mundo, que não é organizado para ser jogado, mas para impedir que se jogue. A tecnocracia do esporte profissional foi impondo um futebol de pura velocidade e muita força, que renuncia à alegria, atrofia a fantasia e proíbe a ousadia. GALEANO, E. Futebol ao sol e à sombra. Porto Alegre: L&PM, 1995.

As transformações que marcam a trajetória histórica do futebol, especialmente aquelas identificadas no texto, se caracterizam pelo(a)

- a) redução dos níveis de competitividade, o que tornou o futebol um esporte mais organizado e mundialmente conhecido.
- b) processo de mercadorização e espetacularização que tem possibilitado o crescimento do número dos praticantes e dos espaços usados para sua prática.
- c) redução às formas mais padronizadas, seguida de uma crescente tendência ao aparecimento de regionalismos na forma de vivenciar a prática do futebol.

d) tendência de desaparecimento de sentidos sociais e estéticos, característicos nos jogos e nas brincadeiras populares.

e) processo de espetacularização e elevação dos indicadores estéticos do futebol, resultado da aplicação dos avanços científicos e tecnológicos.

A questão quer saber quais as transformações que marcam a história do futebol, destacadas no texto.

Vamos procurar palavras, termos e frases apontados no texto que indicam mudança:

Do prazer ao dever (linha 1), se tornou indústria (linha 2), desterrando a beleza que nasce da alegria de jogar só pelo prazer de jogar (linhas 2 e 3), condena o que é inútil, o que não é rentável, ninguém ganha nada com esta loucura que faz com que o homem seja menino por um momento (linhas 3 a 5). Está bom de termos!! Acho que já dá para resolver.

a) redução dos níveis de competitividade, o que tornou o futebol um esporte mais organizado e mundialmente conhecido.

Ao contrário, o que ocorreu foi o aumento dos níveis de competitividade.

b) processo de mercadorização e espetacularização que tem possibilitado o crescimento do número dos praticantes e dos espaços usados para sua prática.

Realmente, o futebol é cada vez mais mercadoria, mas não se pode afirmar que aumentou a quantidade de praticantes. Veja o que diz o texto: “O jogo se transformou em espetáculo, com poucos protagonistas e muitos espectadores, futebol para olhar, e o espetáculo se transformou num dos negócios mais lucrativos do mundo, que não é organizado para ser jogado, mas para impedir que se jogue”. Logo, a alternativa está ERRADA.

c) redução às formas mais padronizadas, seguida de uma crescente tendência ao aparecimento de regionalismos na forma de vivenciar a prática do futebol.

ERRADA. O futebol atual é padronizado. Assim, o que ocorre não é a regionalização na forma de jogar, mas uma padronização em todas as regiões do mundo.

d) tendência de desaparecimento de sentidos sociais e estéticos, característicos nos jogos e nas brincadeiras populares.

Isso mesmo. O futebol mercadoria é transmitido massivamente e isso apaga os sentidos sociais e pessoais da prática. Alternativa CORRETA.

e) processo de espetacularização e elevação dos indicadores estéticos do futebol, resultado da aplicação dos avanços científicos e tecnológicos.

O processo de espetacularização **diminui** os padrões estéticos do jogo. Estética aqui não no sentido visual, mas no sentido de essência do jogo. Essa diminuição ocorre com a padronização promovida pela aplicação dos avanços científicos. Veja a última oração do texto: “A tecnocracia do esporte profissional foi impondo um futebol de pura velocidade e muita força, que renuncia à alegria, atrofia a fantasia e proíbe a ousadia”. Alternativa ERRADA.

Resposta: Letra D.

Vamos agora a uma questão elaborada com o mesmo texto!!!

5) (INEP – ENEM 2018)

A história do futebol é uma triste viagem do prazer ao dever. [...] O jogo se transformou em espetáculo, com poucos protagonistas e muitos espectadores, futebol para olhar, e o espetáculo se transformou num dos negócios mais lucrativos do mundo, que não é organizado para ser jogado, mas para impedir que se jogue. A tecnocracia do esporte profissional foi impondo um futebol de pura velocidade e muita força, que renuncia à alegria, atrofia a fantasia e proíbe a ousadia. Por sorte ainda aparece nos campos, [...] algum atrevido que sai do roteiro e comete o disparate de driblar o time adversário inteirinho, além do juiz e do público das arquibancadas, pelo puro prazer do corpo que se lança na proibida aventura da liberdade. GALEANO, E. Futebol ao sol e à sombra. Porto Alegre: L&PM, 1995.

O texto indica que as mudanças nas práticas corporais, especificamente no futebol,

- a) fomentaram uma tecnocracia, promovendo uma vivência mais lúdica e irreverente.
- b) promoveram o surgimento de atletas mais habilidosos, para que fossem inovadores.
- c) incentivaram a associação dessa manifestação à fruição, favorecendo o improvisado.

d) tornaram a modalidade em um produto a ser consumido, negando sua dimensão criativa.

e) contribuíram para esse esporte ter mais jogadores, bem como acompanhado de torcedores.

O enunciado requer que se ache nas alternativas as indicações de mudanças no futebol que estão no texto.

a) fomentaram uma tecnocracia, promovendo uma vivência mais lúdica e irreverente.

Realmente existe a tecnocracia, mas essa promove a padronização e não a ludicidade e a irreverência. ERRADA

b) promoveram o surgimento de atletas mais habilidosos, para que fossem inovadores.

Não. A padronização promove o jogo mais veloz e forte, mas não mais belo e criativo. ERRADA.

c) incentivaram a associação dessa manifestação à fruição, favorecendo o improviso.

Não. Incentiva à padronização.

d) tornaram a modalidade em um produto a ser consumido, negando sua dimensão criativa.

EXATA. Produto a ser consumido e não jogado como diz o texto. CORRETA.

e) contribuíram para esse esporte ter mais jogadores, bem como acompanhado de torcedores.

Nada disso. Aumentam os espectadores, diminuem os jogadores.

Resposta: Letra D

6) (CESGRANRIO - INEP - ENEM 2002)

Em 1958, a seleção brasileira foi campeã mundial pela primeira vez. O texto foi extraído da crônica "A alegria de ser brasileiro", do dramaturgo Nelson Rodrigues, publicada naquele ano pelo jornal Última Hora.

"Agora, com a chegada da equipe imortal, as lágrimas rolam. Convenhamos que a seleção as merece. Merece por tudo: não só pelo futebol, que foi o mais belo que os olhos mortais já contemplaram, como também pelo seu maravilhoso índice disciplinar. Até este Campeonato, o brasileiro julgava-se um cafajeste nato e hereditário. Olhava o inglês e tinha-lhe inveja. Achava o inglês o sujeito mais fino, mais sóbrio, de uma polidez e de uma cerimônia inenarráveis. E, súbito, há o Mundial. Todo mundo baixou o sarrafo no Brasil. Suecos, britânicos, alemães, franceses, checos, russos, davam botinadas em penca. Só o brasileiro se mantinha ferozmente dentro dos limites rígidos da esportividade. Então, se verificou o seguinte: o inglês, tal como o concebíamos, não existe. O único inglês que apareceu no Mundial foi o brasileiro. Por tantos motivos, vamos perder a vergonha (...), vamos sentar no meio-fio e chorar. Porque é uma alegria ser brasileiro, amigos".

Além de destacar a beleza do futebol brasileiro, Nelson Rodrigues quis dizer que o comportamento dos jogadores dentro do campo

- a) foi prejudicial para a equipe e quase pôs a perder a conquista da copa do mundo.
- b) mostrou que os brasileiros tinham as mesmas qualidades que admiravam nos europeus, principalmente nos ingleses.
- c) ressaltou o sentimento de inferioridade dos jogadores brasileiros em relação aos europeus, o que os impediu de revidar as agressões sofridas.
- d) mostrou que o choro poderia aliviar o sentimento de que os europeus eram superiores aos brasileiros.
- e) mostrou que os brasileiros eram iguais aos europeus, podendo comportar-se como eles, que não respeitavam os limites da esportividade.

O enunciado requer que se destaque as características comportamentais da Seleção Brasileira em campo.

a) foi prejudicial para a equipe e quase pôs a perder a conquista da copa do mundo.

Não. Foi positivo e exemplar em aspectos esportivos.

b) mostrou que os brasileiros tinham as mesmas qualidades que admiravam nos europeus, principalmente nos ingleses.

EXATA. “Olhava o inglês e tinha-lhe inveja. Achava o inglês o sujeito mais fino, mais sóbrio, de uma polidez e de uma cerimônia inenarráveis” (linhas 5 e 6). Essa parte do texto destaca a admiração dos brasileiros pelos estrangeiros, especialmente os ingleses. CORRETA!

c) ressaltou o sentimento de inferioridade dos jogadores brasileiros em relação aos europeus, o que os impediu de revidar as agressões sofridas.

ERRADA. O comportamento dos brasileiros não tem relação com o sentimento de inferioridade.

d) mostrou que o choro poderia aliviar o sentimento de que os europeus eram superiores aos brasileiros.

O choro foi de alegria e de “orgulho de ser brasileiro” (linhas 12 e 13).

e) mostrou que os brasileiros eram iguais aos europeus, podendo comportar-se como eles, que não respeitavam os limites da esportividade.

Como afirmado anteriormente não foi isso. Os brasileiros se distinguiram nessa copa do mundo porque não revidaram as agressões.

Resposta: Letra B.

7) (INEP – ENEM 2016)

É uma partida de futebol

A bandeira no estádio é um estandarte
A fâmula pendurada na parede do quarto
O distintivo na camisa do uniforme
Que coisa linda é uma partida de futebol

Posso morrer pelo meu time
Se ele perder, que dor, imenso crime
Posso chorar se ele não ganhar
Mas se ele ganha, não adianta
Não há garganta que não pare de berrar

REIS, N.; ROSA, S. Samba poconé. São Paulo: Sony, 1996 (fragmento).

No Brasil, além de um esporte de competição, o futebol é um meio de interação social que desperta paixão nas pessoas. No trecho da letra da canção, esse esporte é apresentado como um(a)

- a) modalidade esportiva técnica.
- b) forma de controle da violência.
- c) esporte organizado com regras.
- d) elemento da identidade nacional.
- e) fator de alienação social do povo.

O enunciado requer saber sobre como o esporte é apresentado na música "É uma partida de futebol".

a) modalidade esportiva técnica.

O trecho da música não apresenta o futebol dessa forma. ERRADA.

b) forma de controle da violência.

Idem.

c) esporte organizado com regras.

Idem.

d) elemento da identidade nacional.

Alguns elementos do texto demonstram isso. *Bandeira, flamula, coisa linda é uma partida, posso morrer pelo meu time, não pare de berrar.* Alternativa CORRETA.

e) fator de alienação social do povo.

Também não apresenta o futebol dessa forma.

Resposta: Letra D.

8) (INEP – ENEM 2011)

O esporte de alto rendimento envolve atividades físicas de caráter competitivo, no qual os atletas competem consigo mesmos ou com outros, sujeitando-se a regras preestabelecidas aprovadas pelos organismos internacionais ou nacionais de cada modalidade.

As grandes competições são reservadas aos grandes talentos e possibilitam a promoção de espetáculos que

- a) geram modelos de atletas, que passam a ser exemplos seguidos por jovens e crianças.
- b) permitem aos espectadores assistirem às partidas, fazendo parte de equipes.
- c) minimizam as possibilidades de participação e procura pelas práticas esportivas.
- d) incentivam o abandono das práticas esportivas, além do sedentarismo nos indivíduos.
- e) possibilitam aos espectadores desenvolvimento tático e participação nas equipes.

Essa é uma questão que não tem a resposta no texto motivador. Mas a chave para a resolução se encontra nas contradições das alternativas.

O enunciado requer que se saiba sobre o que a promoção de espetáculos esportivos possibilita.

a) geram modelos de atletas, que passam a ser exemplos seguidos por jovens e crianças.

VERDADE. Os atletas se tornam modelos e os jovens e crianças imitam suas boas e más atitudes. CORRETA.

b) permitem aos espectadores assistirem às partidas, fazendo parte de equipes.

Os espectadores ficam a parte das equipes. São meros espectadores.

c) minimizam as possibilidades de participação e procura pelas práticas esportivas.

Minimizam as possibilidades de participação competitiva, mas não é necessariamente verdadeiro que as pessoas não procurem as práticas esportivas de outras formas que não sejam competitivas.

d) incentivam o abandono das práticas esportivas, além do sedentarismo nos indivíduos.

Isso não é verdade.

e) possibilitam aos espectadores desenvolvimento tático e participação nas equipes.

Apesar de que no Brasil muitos pensam que entendem de futebol, na verdade os espectadores compreendem pouco os sistemas táticos do jogo e não participam das equipes. ERRADA.

Resposta: Letra A.

9) (INEP – ENEM 2019)

Há casais que jogam com os sonhos como se jogassem tênis. Ficam à espera do momento certo para a cortada. O jogo de tênis é assim: recebe-se o sonho do outro para destruí-lo, arrebatá-lo como bolha de sabão. O que se busca é ter razão e o que se ganha é o distanciamento. Aqui, quem ganha, sempre perde.

Já no frescobol é diferente. O sonho do outro é um brinquedo que deve ser preservado, pois sabe-se que, se é sonho, é coisa delicada, do coração. Assim cresce o amor. Ninguém ganha para que os dois ganhem. E se deseja então que o outro viva sempre, eternamente, para que o jogo nunca tenha fim...

ALVES, R. Tênis X Frescobol. *As melhores crônicas de Rubem Alves*. Campinas: Papyrus, 2012.

O texto de Rubem Alves faz uma analogia entre dois jogos que utilizam raquetes as diferentes formas de as pessoas se relacionarem afetivamente, de modo que

- a) o tênis indica um jogo em que a cooperação predomina, o que representa o distanciamento na relação entre as pessoas.
- b) o tênis indica um jogo em que a competição é predominante, o que representa um sonho comum no relacionamento entre pessoas.
- c) o frescobol indica um jogo em que a cooperação prevalece, o que simboliza o compartilhamento de sonhos entre as pessoas no relacionamento.

d) o frescobol indica um jogo em que a competição prevalece, o que simboliza um relacionamento em que uma pessoa busca destruir o sonho da outra.

e) o frescobol e o tênis indicam, respectivamente, situações de competição e cooperação, o que ilustra os diferentes sonhos das pessoas no relacionamento.

Que texto do Rubem Alves hein!!?

O enunciado já decifra o texto dizendo que ele faz uma analogia do tênis e do frescobol com uma relação amorosa. Então, a resposta está na demonstração das características dessa analogia apontada pelo autor.

Vamos às alternativas.

a) o tênis indica um jogo em que a cooperação predomina, o que representa o distanciamento na relação entre as pessoas.

Do contrário. No texto o tênis é apontado como um jogo competitivo que causa ao afastamento das pessoas.

b) o tênis indica um jogo em que a competição é predominante, o que representa um sonho comum no relacionamento entre pessoas.

Também não. O tênis é um jogo competitivo que analogicamente com uma relação afetiva, distancia as pessoas em seus sonhos.

c) o frescobol indica um jogo em que a cooperação prevalece, o que simboliza o compartilhamento de sonhos entre as pessoas no relacionamento.

EXATA. Isso mesmo. Jogar frescobol é algo cooperativo, o que analogicamente em um relacionamento amoroso significa acolher o sonho do outro.

d) o frescobol indica um jogo em que a competição prevalece, o que simboliza um relacionamento em que uma pessoa busca destruir o sonho da outra.

ERRADA. Conforme explicado na alternativa acima.

e) o frescobol e o tênis indicam, respectivamente, situações de competição e cooperação, o que ilustra os diferentes sonhos das pessoas no relacionamento.

Respectivamente o contrário. Frescobol = cooperação; tênis = competição. ERRADA.

Resposta: Letra C

10) (INEP – ENEM 2019)

Mídias: aliadas ou inimigas da educação física escolar?

No caso do esporte, a mediação efetuada pela câmera de TV construiu uma nova modalidade de consumo: o esporte telespetáculo, realidade textual relativamente autônoma face à prática “real” do esporte, construída pela codificação e mediação dos eventos esportivos efetuados pelo enquadramento, edição das imagens e comentários, interpretando para o espectador o que ele está vendo. Esse fenômeno tende a valorizar a forma em relação ao conteúdo, e para tal faz uso privilegiado da linguagem audiovisual com ênfase na imagem cujas possibilidades são levadas cada vez mais adiante, em decorrência dos avanços tecnológicos. Por outro lado, a narração esportiva propõe uma concepção hegemônica de esporte: esporte é esforço máximo, busca da vitória, dinheiro... O preço que se paga por sua espetacularização é a fragmentação do fenômeno esportivo. A experiência global do ser-atleta é modificada: a sociabilização no confronto e a ludicidade não são vivências privilegiadas no enfoque das mídias, mas as eventuais manifestações de violência, em partidas de futebol, por exemplo, são exibidas e reexibidas em todo o mundo. BETTI, M. Motriz, n. 2, jul.- dez. 2001 (adaptado).

A reflexão trazida pelo texto, que aborda o esporte telespetáculo, está fundamentada na

- a) distorção da experiência do ser-atleta para os espectadores.
- b) interpretação dos espectadores sobre o conteúdo transmitido.
- c) utilização de equipamentos audiovisuais de última geração.
- d) valorização de uma visão ampliada do esporte.
- e) equiparação entre a forma e o conteúdo.

Essa questão está bem elaborada e necessita de uma boa leitura do texto.

O enunciado pede a alternativa que melhor fundamenta o esporte como telespetáculo.

a) distorção da experiência do ser-atleta para os espectadores.

EXATA. A experiência de ser atleta para o espectador é modificada por causa das edições de texto e narrações que abordam determinados aspectos do jogo. Praticamente todo o texto apresenta elementos que confirmam isso.

b) interpretação dos espectadores sobre o conteúdo transmitido.

Os espectadores não interpretam. Simplesmente recebem a versão fornecida pelos meios de comunicação de massa. “Por outro lado, a narração esportiva propõe uma concepção hegemônica de esporte: esporte é esforço máximo, busca da vitória, dinheiro” (linhas 9 a 11).

c) utilização de equipamentos audiovisuais de última geração.

Esse não é o fundamento da mudança no ser atleta para o espectador. Equipamentos não fazem nada sozinhos. O editor e o narrador sim.

d) valorização de uma visão ampliada do esporte.

Não. Ocorre a valorização de uma visão restrita do esporte, conforme apontado na alternativa b).

e) equiparação entre a forma e o conteúdo.

Não. Ocorre a sobreposição da forma ao conteúdo. “Esse fenômeno tende a valorizar a forma em relação ao conteúdo...” (linha 6).

Resposta: Letra A.

11) (INEP – ENEM 2018)

Encontrando base em argumentos supostamente científicos, o mito do sexo frágil contribuiu historicamente para controlar as práticas corporais desempenhadas pelas mulheres. Na história do Brasil, exatamente na transição entre os séculos XIX e XX, destacam-se os esforços para impedir a participação da mulher no campo das práticas

esportivas. As desconfianças em relação à presença da mulher no esporte estiveram culturalmente associadas ao medo de masculinizar o corpo feminino pelo esforço físico intenso. Em relação ao futebol feminino, o mito do sexo frágil atuou como obstáculo ao consolidar a crença de que o esforço físico seria inapropriado para proteger a feminilidade da mulher “normal”. Tal mito sustentou um forte movimento contrário à aceitação do futebol como prática esportiva feminina. Leis e propagandas buscaram desacreditar o futebol, considerando-o inadequado à delicadeza. Na verdade, as mulheres eram consideradas incapazes de adequar às múltiplas dificuldades do “esporte-rei”. TEIXEIRA, F. L. S.; CAMINHA, I. O. Preconceito no futebol feminino: uma revisão sistemática. **Movimento**, Porto Alegre, n. 1, 2013 (adaptado).

No contexto apresentado, a relação entre a prática do futebol e as mulheres é caracterizada por um

- a) argumento biológico para justificar desigualdades históricas e sociais.
- b) discurso midiático que atua historicamente na desconstrução do mito do sexo frágil.
- c) apelo para a preservação do futebol como uma modalidade praticada apenas pelos homens.
- d) olhar feminista que qualifica o futebol como uma atividade masculinizante para as mulheres.
- e) receio de que sua inserção subverta o “esporte-rei” ao demonstrarem suas capacidades de jogo.

Observem que o enunciado pede que se ache nas alternativas a característica apontada pelo texto na relação histórica entre futebol e mulheres.

a) argumento biológico para justificar desigualdades históricas e sociais.

CORRETA. O texto fala de argumentos supostamente científicos (linhas 1 a 3) para confirmar o mito do sexo frágil.

b) discurso midiático que atua historicamente na desconstrução do mito do sexo frágil.

Ao contrário disso. O discurso histórico da mídia foi de construção do mito do sexo frágil. O texto das linhas 7 e 12 demonstra isso. ERRADA.

c) apelo para a preservação do futebol como uma modalidade praticada apenas pelos homens.

Não. Na verdade, pode parecer que é isso que os argumentos apresentados no texto dizem, mas não é. O que eles afirmam é que a mulher não estaria preparada para o futebol por causa do mito do sexo frágil.

d) olhar feminista que qualifica o futebol como uma atividade masculinizante para as mulheres.

Não é essa a argumentação do texto.

e) receio de que sua inserção subverta o “esporte-rei” ao demonstrarem suas capacidades de jogo.

Não. O texto diz que os argumentos contra a prática das mulheres eram de que ela não conseguiria suportar a prática do esporte-rei.

Resposta: Letra A.

12) (INEP – ENEM 2016)

O filme *Menina de ouro* conta a história de Maggie Fitzgerald, uma garçonete de 31 anos que vive sozinha em condições humildes e sonha em se tornar uma boxeadora profissional treinada por Frankie Dunn.

Em uma cena, assim que o treinador atravessa a porta do corredor onde ela se encontra, Maggie o aborda e, a caminho da saída, pergunta a ele se está interessado em treiná-la. Frankie responde: “Eu não treino garotas”. Após essa fala, ele vira as costas e vai embora. Aqui, percebemos, em Frankie, um comportamento ancorado na representação de que boxe é esporte de homem e, em Maggie, a superação da concepção de que os ringues são tradicionalmente masculinos.

Historicamente construída, a feminilidade dominante atribui a submissão, a fragilidade e a passividade a uma “natureza feminina”. Numa concepção hegemônica dos gêneros, feminilidades e masculinidades encontram-se em extremidades opostas.

No entanto, algumas mulheres, indiferentes às convenções sociais, sentem-se seduzidas e desafiadas a aderirem à prática das modalidades consideradas masculinas. É o que observamos em Maggie, que se mostra determinada e insiste em seu objetivo de ser treinada por Frankie.

FERNANDES, V.; MOURÃO, L. *Menina de ouro e a representação de feminilidades plurais. Movimento*, n. 4, out.-dez. 2014 (adaptado).

A inserção da personagem Maggie na prática corporal do boxe indica a possibilidade da construção de uma feminilidade marcada pela

- a) adequação da mulher a uma modalidade esportiva alinhada a seu gênero.
- b) valorização de comportamentos e atitudes normalmente associados à mulher.
- c) transposição de limites impostos à mulher num espaço de predomínio masculino.
- d) aceitação de padrões sociais acerca da participação da mulher nas lutas corporais.
- e) naturalização de barreiras socioculturais responsáveis pela exclusão da mulher no boxe.

O enunciado pede a argumentação do texto a favor da inserção das mulheres em práticas convencionalmente atribuídas aos homens.

a) adequação da mulher a uma modalidade esportiva alinhada a seu gênero.

O texto admite que socialmente o boxe é associado ao gênero masculino. ERRADA (veja o último parágrafo).

b) valorização de comportamentos e atitudes normalmente associados à mulher.

Não. O texto fala da transposição de atitudes que socialmente são atribuídas às mulheres (veja o 3º parágrafo).

c) transposição de limites impostos à mulher num espaço de predomínio masculino.

EXATA a alternativa. Isso mesmo. O texto fala sobre a transposição desses limites.

d) aceitação de padrões sociais acerca da participação da mulher nas lutas corporais.

Não. O texto fala da transposição desses limites conforme apresentado na alternativa anterior.

e) naturalização de barreiras socioculturais responsáveis pela exclusão da mulher no boxe.

É exatamente contra a naturalização desses preconceitos que o texto aponta.

Resposta: Letra C.

Agora vamos abordar as poucas questões sobre a dinâmica, técnica e tática dos esportes. Essas questões são de provas mais antigas e, para resolvê-las você precisará se lembrar das suas aulas de educação física. Ou seja, se você vivenciou a prática terá mais facilidade para resolvê-las.

13) (INEP – ENEM 2016)

É possível considerar as modalidades esportivas coletivas dentro de uma mesma lógica, pois possuem uma estrutura comum: seis princípios operacionais divididos em dois grupos, o ataque e a defesa. Os três princípios operacionais de ataque são: conservação individual e coletiva da bola, progressão da equipe com a posse da bola em direção ao alvo adversário e finalização jogada, visando a obtenção de ponto. Os três princípios operacionais da defesa são: recuperação da bola, impedimento do avanço da equipe contrária com a posse da bola e proteção do alvo para impedir a finalização da equipe adversária. DAOLIO, J. Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos — modelo pendular a partir das ideias de Claude Bayer. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, out. 2002 (adaptado).

Considerando os princípios expostos no texto, o drible no handebol caracteriza o princípio de

- a) recuperação da bola.
- b) progressão da equipe.
- c) finalização da jogada.
- d) proteção do próprio alvo.
- e) impedimento do avanço adversário.

O enunciado quer que você relacione o drible do handebol com um dos 6 princípios operacionais citados no texto.

Para quem vivenciou o handebol, saberá que o drible dessa modalidade é diferente do drible no futebol. Enquanto no futebol significa usar a habilidade técnica para passar por um jogador adversário, no handebol significa simplesmente conduzir a bola quicando.

Nas alternativas, a única que se refere a conduzir a bola quicando é a **alternativa B**. O jogador realiza essa ação para a **progressão da equipe** em direção da meta do time adversário.

Resposta: Letra B.

14) (INEP – ENEM 2017)

Os esportes podem ser classificados levando em consideração critérios como a quantidade de competidores e a interação com o adversário. Os chamados Esportes individuais em interação com o oponente são aqueles em que os atletas se enfrentam diretamente, tentando alcançar os objetivos do jogo e evitando, concomitantemente, que o adversário o faça, porém sem a colaboração de um companheiro de equipe. Os Esportes coletivos em interação com o oponente são aqueles nos quais os atletas, colaborando com seus companheiros de equipe, de forma combinada, enfrentam-se diretamente com a equipe adversária, tentando atingir os objetivos do jogo, evitando, ao mesmo tempo, que os adversários o façam. GONZALEZ, R J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. **EFDeportes**, n. 71, abr. 2004.

São exemplos de "esportes individuais em interação com o oponente" e "esportes coletivos em interação com o oponente", respectivamente,

- a) judô e futebol americano.
- b) lançamento de disco e polo aquático.
- c) remo e futebol.
- d) badminton e nado sincronizado.
- e) salto em distância e basquetebol.

Se você vivenciou as práticas, prestou atenção às aulas de educação física ou mesmo se assistiu competições esportivas como os Jogos Olímpicos, você não precisará ler o texto para responder a essa questão. Isso te economizará tempo para as questões mais difíceis da prova.

a) judô (individual com interação com o oponente) e futebol americano (coletiva com interação com o oponente).

Essa é a alternativa CORRETA.

b) lançamento de disco (individual sem interação com o oponente) e polo aquático (coletiva com interação com o oponente).

c) remo (individual sem interação com o oponente) e futebol (coletiva com interação com o oponente).

d) badminton (pode ser individual ou coletiva em duplas) e nado sincronizado (coletiva sem interação com oponente).

e) salto em distância (individual sem interação com o oponente) e basquetebol (coletiva com interação com o oponente).

Resposta: Letra A.

15) (INEP – ENEM 2014)

Os esportes podem ser classificados levando-se em consideração diversos critérios, como a quantidade de competidores, a relação com os companheiros de equipe, a interação com o adversário, o ambiente, o desempenho comparado e os objetivos táticos da ação. Os chamados esportes de invasão ou territoriais são aqueles nos quais os competidores entram no setor defendido pelo adversário, objetivando atingir a meta contrária para pontuar, além de se preocupar em proteger simultaneamente a sua própria meta. GONZALEZ, F. J. Revista Digital, Buenos Aires, n. 71, abr. 2004 (adaptado).

São exemplos de esportes de invasão ou territoriais:

- a) Handebol, basquetebol, futebol e voleibol.
- b) Rúgbi, futsal, natação e futebol americano.
- c) Tênis de mesa, vôlei de praia, badminton e futevôlei.
- d) Basquetebol, handebol, futebol e futsal.

e) Ginástica olímpica, beisebol, judô e tae kwon do.

Novamente você não vai precisar ler o texto se tiver vivenciado a prática, prestado atenção às aulas ou assistido competições esportivas na TV.

A única alternativa que tem todos os esportes de invasão é a **letra D**.

a) Handebol, basquetebol, futebol e voleibol.

O Voleibol não é um esporte de invasão!!!!

b) Rúgbi, futsal, natação e futebol americano.

Esportes individuais como a natação não possuem essa característica.

c) Tênis de mesa, vôlei de praia, badminton e futevôlei.

Todos esses esportes utilizam redes que impedem que se invada o campo adversário.

d) Basquetebol, handebol, futebol e futsal.

CORRETA.

e) Ginástica olímpica, beisebol, judô e tae kwon do.

Essa alternativa contém esportes individuais que não tem a característica de invasão e o beisebol que é um esporte coletivo de interação entre oponentes.

Resposta: Letra D.

16) (INEP – ENEM 2010)

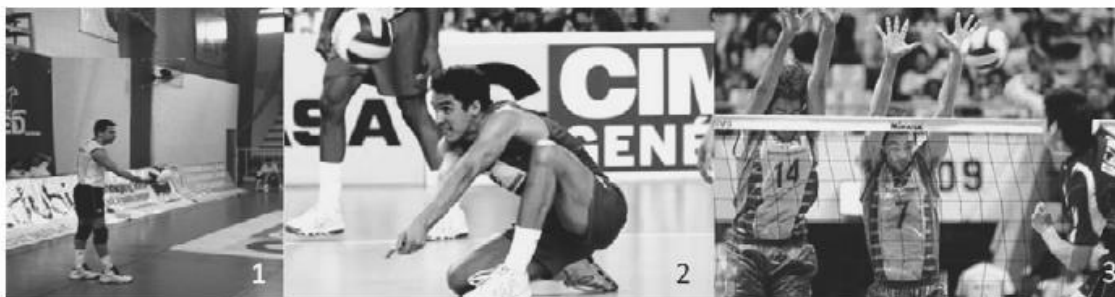


Figura 1: Disponível em: http://www.diciotris.com.br/blog/fotos/235151post_foto.jpg.
Figura 2: Disponível em: <http://esportes.hsw.uol.com.br/volei-jogos-olimpicos.htm>.
Figura 3: Disponível em: <http://www.anel.com.br/leurocup/volei/>.
Acesso em: 27 abr. 2010.

O voleibol é um dos esportes mais praticados na atualidade. Está presente nas competições esportivas, nos jogos escolares e na recreação. Nesse esporte, os praticantes utilizam alguns movimentos específicos como: saque, manchete, bloqueio, levantamento, toque, entre outros. Na sequência de imagens, identificam-se os movimentos de

- a) sacar e colocar a bola em jogo, defender a bola e realizar a cortada como forma de ataque.
- b) arremessar a bola, tocar para passar a bola ao levantador e bloquear como forma de ataque.
- c) tocar e colocar a bola em jogo, cortar para defender e levantar a bola para atacar.
- d) passar a bola e iniciar a partida, lançar a bola ao levantador e realizar a manchete para defender.
- e) cortar como forma de ataque, passar a bola para defender e bloquear como forma de ataque.

Agora!! O melhor ficou para o final!!! Quem me conhece sabe como eu amo essa modalidade esportiva!!

Brincadeiras à parte, se você prestou atenção na sua aula de voleibol vai responder facilmente essa questão.

Essa é uma questão que usa imagens ao invés de textos. Então, o candidato precisa identificar as técnicas que os jogadores estão realizando. O enunciado pede a sequência das ações que aparecem nas imagens da ESQUERDA para a DIREITA.

A única alternativa que contempla todas as ações a **letra A**.

a) sacar e colocar a bola em jogo, defender a bola e realizar a cortada como forma de ataque. CORRETA.

b) arremessar a bola, tocar para passar a bola ao levantador e bloquear como forma de ataque.

Não se trata de arremessar a bola, mas sacar. Não é o toque, mas a manchete. O bloqueio não é uma técnica de ataque e sim de defesa.

c) tocar e colocar a bola em jogo, cortar para defender e levantar a bola para atacar.

Não se trata de tocar a bola, mas de sacar. Não é a cortada, mas a manchete. Não é o levantamento e sim o ataque com o bloqueio.

d) passar a bola e iniciar a partida, lançar a bola ao levantador e realizar a manchete para defender.

Não se trata de passar a bola, mas sacar. Não é o lançamento da bola, mas a manchete. Não é a manchete e sim o ataque com o bloqueio.

e) cortar como forma de ataque, passar a bola para defender e bloquear como forma de ataque.

Não se trata da cortada, mas do saque. Não se trata de passar bola para defender, mas de realizar a manchete. O bloqueio não é uma técnica de ataque e sim de defesa.

Resposta: Letra A.

As questões sobre outras práticas corporais seguem a mesma lógica das questões sobre o esporte. São em sua maioria interpretativas e apresentam textos sobre sua relação social.

Vamos então às questões.

1) (INEP – ENEM 2015)

Riscar o chão para sair pulando é uma brincadeira que vem dos tempos do Império Romano. A amarelinha original tinha mais de cem metros e era usada como treinamento militar. As crianças romanas, então, fizeram imitações reduzidas do campo utilizado pelos soldados e acrescentaram numeração nos quadrados que deveriam ser pulados. Hoje as amarelinhas variam nos formatos geométricos e na quantidade de casas. As palavras “céu” e “inferno” podem ser escritas no começo e no final do desenho, que é marcado no chão com giz, tinta ou graveto. Disponível em: www.biblioteca.ajes.edu.br. Acesso em: 20 maio 2015 (adaptado).

Com base em fatos históricos, o texto retrata o processo de adaptação pelo qual passou um tipo de brincadeira.

Nesse sentido, conclui-se que as brincadeiras comportam o(a)

- a) caráter competitivo que se assemelha às suas origens.
- b) delimitação de regras que se perpetuam com o tempo.
- c) definição antecipada do número de grupos participantes.
- d) objetivo de aperfeiçoamento físico daqueles que a praticam.
- e) possibilidade de reinvenção no contexto em que é realizada.

Vamos seguir com a mesma forma de resolução, apontando no texto os termos, palavras e frases que tratam do tema principal que estará em uma das alternativas.

O enunciado já diz que a brincadeira de amarelinha passou por um processo de mudança e esse é o tema principal do texto todo. Então a alternativa tem que falar sobre isso de forma correta.

Vamos analisá-las!!

a) caráter competitivo que se assemelha às suas origens.

ERRADA. O texto diz que a amarelinha na época do Império Romana tinha uma finalidade militar e, depois as crianças romanas da época a adaptaram (linhas 2 a 5).

b) delimitação de regras que se perpetuam com o tempo.

ERRADA. O texto diz que as regras daquela época mudaram (linhas 5 a 8).

c) definição antecipada do número de grupos participantes.

O texto não menciona isso.

d) objetivo de aperfeiçoamento físico daqueles que a praticam.

ERRADA. Surgiu para o treinamento militar. Isso não é brincadeira!!!

e) possibilidade de reinvenção no contexto em que é realizada.

CORRETA. Ela foi e é reinventada de acordo com o local e o tempo (linhas 5 a 8).

Resposta: Letra E.

2) (INEP – ENEM 2014)

Nas últimas décadas, a capoeira está cada vez mais presente no ambiente escolar, seja por intermédio de estudantes que a praticam nos intervalos das aulas, seja como parte das propostas curriculares de diversas instituições de ensino. Disponível em: <http://crv.educacao.mg.gov.br> (adaptado).

Cada vez mais reconhecida, a capoeira é considerada a 14ª expressão artística do país, registrada como patrimônio imaterial pelo IPHAN.

Sua prática representa nas escolas um(a)

- a) atividade que proporciona diálogo e inclusão para os praticantes.
- b) alternativa que contraria o ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente).
- c) meio didático desvinculado da cultura popular.
- d) movimento teórico e intelectual sem práxis coletiva.
- e) prática sem vínculo identitário e cultural.

Essa questão é respondida sem a necessidade de leitura do texto. Isso lhe poupa tempo e, se faz pela eliminação das alternativas que não correspondem ao solicitado no enunciado.

O enunciado requer que se saiba o que a capoeira representa nas escolas.

a) atividade que proporciona diálogo e inclusão para os praticantes.

Isso mesmo!!! A capoeira é ao mesmo tempo, jogo, luta e dança e isso promove o diálogo, a inclusão em todos os sentidos. A dinâmica da roda permite os mais experientes jogarem com os menos respeitando seus limites. Entre outros fatores.

b) alternativa que contraria o ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente).

De forma alguma. O ECA prevê que é direito da criança e do adolescente o lazer, o esporte e a saúde.

c) meio didático desvinculado da cultura popular.

Como assim? Se há um representante da cultura popular afro-brasileira em termos de prática corporal é a capoeira.

d) movimento teórico e intelectual sem práxis coletiva.

Não é um movimento teórico nem intelectual, mas popular que produz um grande conhecimento (práxis= teoria + prática) coletivo ligado à cultura afro-brasileira.

e) prática sem vínculo identitário e cultural.

De forma alguma. Faz parte da identidade e cultura brasileira.

Resposta: Letra A.

3) (INEP – ENEM 2014)

As origens da capoeira remontam ao Brasil escravocrata e ao tráfico negreiro africano. O confronto dessas ações e contextos tornou possível o florescimento dessa prática corporal. O negro na condição de escravo nunca se submeteu totalmente à violência do branco, quer seja física ou simbólica, criando suas próprias estratégias de resistência. Evidentemente, a capoeira enfrentou uma série de preconceitos e rejeições até o seu recente reconhecimento como patrimônio histórico nacional pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional. PELEGRINI. T. A contribuição da capoeira para a formação do professor de Educação Física: fundamentos teóricos e possibilidades de intervenção. Disponível em: www.efdeportes.com. Acesso em: 2 mar. 2012 (fragmento).

Até o seu recente reconhecimento como patrimônio cultural nacional, a trajetória social da Capoeira, como expressão de resistência da população negra no Brasil, foi marcada

- a) pelo massivo apoio e incentivo do Estado e de suas instituições oficiais, através de diversas políticas públicas direcionadas para a diminuição das desigualdades sociais.
- b) pela predominância do espontaneísmo e do improviso sobre os elementos de ataque e defesa, reduzindo o seu impacto como luta de resistência da população negra.
- c) pela presença de instituições e organizações oficiais encarregadas de ensinar sua prática e que foram importantes para o reconhecimento social da população negra no Brasil.
- d) pela compreensão de sua prática associada à vadiagem e à desordem, que contribuíram para sua marginalização, especialmente, até a terceira década do século XX.
- e) pela existência de uma estrutura normativa que possibilitou o estabelecimento de regras e códigos próprios, ampliando seus significados libertários e contestatórios.

Boa questão. Bem elaborada!!

A resposta não está no texto. Mas explorando as contradições das alternativas poderemos marcar a resposta correta.

a) pelo massivo apoio e incentivo do Estado e de suas instituições oficiais, através de diversas políticas públicas direcionadas para a diminuição das desigualdades sociais.

De forma alguma. O Estado brasileiro no começo a marginalizou, concebendo-a como vadiagem. Depois passou a tolerá-la e até pouco tempo a considerava como uma prática peculiar e exótica.

b) pela predominância do espontaneísmo e do imprevisto sobre os elementos de ataque e defesa, reduzindo o seu impacto como luta de resistência da população negra.

O espontaneísmo e o imprevisto são algumas das características da capoeira. Porém, isso não tem relação com o fato de reduzir a luta de resistência da população negra. Na verdade, o imprevisto foi determinante para que pudesse ser desenvolvida nas condições de escravidão.

c) pela presença de instituições e organizações oficiais encarregadas de ensinar sua prática e que foram importantes para o reconhecimento social da população negra no Brasil.

O Estado brasileiro não acolheu institucionalmente a capoeira até pouco tempo atrás. O responsável pelo seu reconhecimento social foi a comunidade negra.

d) pela compreensão de sua prática associada à vadiagem e à desordem, que contribuíram para sua marginalização, especialmente, até a terceira década do século XX.

CERTA. Existiram leis que proibiram a capoeira na primeira metade do século XX.

e) pela existência de uma estrutura normativa que possibilitou o estabelecimento de regras e códigos próprios, ampliando seus significados libertários e contestatórios.

ERRADA. A capoeira possui códigos próprios de respeito e regras. Mas ao mesmo tempo ela é muito diversa, com grupos e estilos diferentes. Esses grupos e estilos diferentes é que

deram em parte sua contribuição para a ampliação dos significados libertários e contestatórios da capoeira.

Resposta: Letra D.

4) (INEP - ENEM 2009)

A falta de espaço para brincar é um problema muito comum nos grandes centros urbanos. Diversas brincadeiras de rua tal como o pular corda, o pique pega e outros têm desaparecido do cotidiano das crianças. As brincadeiras são importantes para o crescimento e desenvolvimento das crianças, pois desenvolvem tanto habilidades perceptivo-motoras quanto habilidades sociais.

Considerando a brincadeira e o jogo como um importante instrumento de interação social, pois por meio deles a criança aprende sobre si, sobre o outro e sobre o mundo ao seu redor, entende-se que

- a) o jogo possibilita a participação de crianças de diferentes idades e níveis de habilidade motora.
- b) o jogo desenvolve habilidades competitivas centradas na busca da excelência na execução de atividades do cotidiano.
- c) o jogo gera um espaço para vivenciar situações de exclusão que serão negativas para a aprendizagem social.
- d) através do jogo é possível entender que as regras são construídas socialmente e que não podemos modificá-las.
- e) no jogo, a participação está sempre vinculada a necessidade de aprender um conteúdo novo e de desenvolver habilidades motoras especializadas.

Essa é mais uma questão em que o candidato não precisa ler o texto para resolver. As questões mais antigas eram assim. As mais recentes possuem textos longos com as respostas neles.

Mas se você se lembrar das suas brincadeiras e jogos infantis conseguirá resolver essa.

a) o jogo possibilita a participação de crianças de diferentes idades e níveis de habilidade motora.

Sim. É isso. Lembra dos jogos de queimada (ou baleado, na Bahia). Todos brincam. Alguns são “café com leite”, mas participam mesmo assim.

b) o jogo desenvolve habilidades competitivas centradas na busca da excelência na execução de atividades do cotidiano.

No jogo não há um compromisso com o desenvolvimento de habilidades competitivas, mas com a diversão.

c) o jogo gera um espaço para vivenciar situações de exclusão que serão negativas para a aprendizagem social.

Pode gerar. Mas isso não é necessariamente certo. Em geral o que prevalece é a participação de todos. Por isso, está errada.

d) através do jogo é possível entender que as regras são construídas socialmente e que não podemos modificá-las.

Olha que contradição na alternativa. Se as regras são construídas socialmente, elas podem sim ser alteradas. Quantas vezes as brincadeiras e jogos foram modificados por falta de espaço, número de pessoas, ou mesmo por variações de regras regionalmente?

e) no jogo, a participação está sempre vinculada a necessidade de aprender um conteúdo novo e de desenvolver habilidades motoras especializadas.

Esse não é o compromisso dos jogos. É a diversão e a ludicidade.

Resposta: Letra A.

5) (INEP – 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 cotidiana”. 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.

Essa questão é mais recente e apresenta o tema corretamente em uma alternativa. Vamos ver?

O enunciado quer saber de onde vem a fruição (espontaneidade) do jogo.

Observe o trecho do texto nas linhas 3 a 6. “...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 cotidiana””. Esse trecho chave demonstra o caráter **espontâneo e lúdico** dos jogos. Dito isso, vamos às alternativas.

a) Fixação de táticas, que define a padronização para maior alcance popular.

As táticas (formas de desenvolver o jogo coletivamente) são desenvolvidas espontaneamente no decorrer do jogo. A fixação da tática é uma característica do esporte de rendimento.

b) Competitividade, que impulsiona o interesse pelo sucesso.

A competitividade é reduzida no jogo. A competitividade enrijece o jogo e não o deixa mais espontâneo.

c) Refinamento técnico, que gera resultados satisfatórios.

O refinamento técnico se sobrepõe à espontaneidade. Essa não é uma característica dos jogos.

d) Caráter lúdico, que permite experiências inusitadas.

Isso mesmo. Da ludicidade decorrem a criatividade e a fruição.

e) Uso tecnológico, que amplia as opções de lazer.

No texto não há relação com o uso da tecnologia.

Resposta: Letra D.

6) (INEP – ENEM 2016)

Se o dançarino já preparou toda a sensação antes, ele não está no vazio... já está acabado. Nesse momento (vazio) é o seu corpo que está dizendo algo, não é você. Quando o ator está nesse momento de desistir, é nesse momento que ele deve continuar; é nesse momento que chega algo para quem está assistindo. Não importa tanto a coreografia e todo esse trabalho. O mais importante é isso, o vazio, e como você continua com isso...

COLLA, A. C. Caminhante, não há caminhos, só rastros. São Paulo: Perspectiva, 2013.

O texto considera que um corpo vazio (de som, sentimento e pensamento) pode fazer qualquer coisa. Nessa concepção, a atuação do dançarino alcança o ápice de

- a) inércia em cena.
- b) transcendência de si.
- c) significação do preparo.
- d) ausência de comunicação.
- e) consciência do movimento.

Essa é mais uma questão que confirma isso: quem vivenciou a prática terá mais facilidade em responder.

Mas o enunciado nos dá uma dica valiosa: “corpo vazio (de som, sentimento, pensamento)”. Isso nos dá a ideia de transcendência (sair do estado comum).

Logo, a alternativa correta é a letra B.

Quem já se apresentou sabe que você se concentra tanto que nem percebe o que está ao redor. Somente a coreografia importa.

- a) inércia em cena.
- b) transcendência de si.
- c) significação do preparo.
- d) ausência de comunicação.
- e) consciência do movimento.

Resposta: Letra B.

7) (INEP – ENEM 2014)

Essa forma de dança social (folclórica) desenvolveu-se como parte dos costumes e tradições de um povo que expressa sua manifestação cultural. Transmitida de geração a geração, é uma das formas de dança mais antigas, datando desde a época das culturas tribais evoluídas que estabeleceram ligação com as grandes civilizações da história da humanidade. A principal característica dessa dança é a integração, socialização, prazer, divertimento, respeito aos costumes e tradições. HASS, A. N; GARCIA, A. Ritmo e Dança. Canoas: Ulbra, 2003 (fragmento).

As danças folclóricas, sendo uma expressão das diferentes manifestações da dança

- a) distinguem-se das demais pelo refinamento técnico dos seus gestos e movimentos e pela complexidade dos seus elementos coreográficos.
- b) compreendem expressões culturais brasileiras diversificadas como o maracatu, o funk, a catira, o boi-bumbá, o hip hop e o baião.
- c) são contextuais, pois seus gestos e coreografias fazem referência a situações da vida cotidiana e/ou expressam visões de mundo de uma comunidade.
- d) possuem qualidades rítmicas e expressivas secundárias em relação aos significados sociais, culturais e representacionais.
- e) reforçam tendências de massificação social e de dispersão de sentidos da vida comunitária, favorecendo a universalização de valores culturais.

O texto nos dá dicas para responder essa questão.

a) distinguem-se das demais pelo refinamento técnico dos seus gestos e movimentos e pela complexidade dos seus elementos coreográficos.

Vejam o seguinte trecho do texto nas linhas 5 a 7: “A principal característica dessa dança é a **integração, socialização, prazer, divertimento, respeito aos costumes e tradições**”. Esse trecho demonstra que as danças folclóricas são simples possuindo mais o sentido de integração e ludicidade, que de performance. ERRADA.

b) compreendem expressões culturais brasileiras diversificadas como o maracatu, o funk, a catira, o boi-bumbá, o hip hop e o baião.

O funk e o hip-hop são ritmos com elementos eletrônicos com forte influência da cultura negra norte-americana, apesar de sua massificação no Brasil. ERRADA.

c) são contextuais, pois seus gestos e coreografias fazem referência a situações da vida cotidiana e/ou expressam visões de mundo de uma comunidade.

CERTA. Elas demonstram a vida da comunidade como a colheita, casamentos, religião, entre outros.

d) possuem qualidades rítmicas e expressivas secundárias em relação aos significados sociais, culturais e representacionais.

Não se pode dizer que as qualidades rítmicas e expressivas são secundárias. Há uma organização própria na quadrilha junina, no boi-bumbá, no congo e em outras, apesar do não refinamento técnico.

e) reforçam tendências de massificação social e de dispersão de sentidos da vida comunitária, favorecendo a universalização de valores culturais.

Não. Na verdade, afirmam a vida comunitária local e não a massificação de uma cultura. ERRADA.

Resposta: Letra C.

8) (INEP – ENEM 2017)

É dia de festa na roça. Fogueira posicionada, caipiras arrumados, barraquinhas com quitutes suculentos e bandeirinhas de todas as cores enfeitando o salão. Mas o ponto mais esperado de toda a festa é sempre a quadrilha, embalada por música típica e linguajar próprio. Anarriê, alavantú, balancê de damas e tantos outros termos agitados pelo puxador da quadrilha deixam a festa de São João, comemorada em todo o Brasil, ainda mais completa.

Embora os festejos juninos sejam uma herança da colonização portuguesa no Brasil, grande parte das tradições da quadrilha tem origem francesa. E muita gente dança sem saber.

As influências estrangeiras são muitas nas festas dos três santos do mês de junho (Santo Antônio, no dia 13, e São Pedro, no dia 29, completam o grupo). O “changê de damas” nada mais é do que a troca de damas na dança, do francês “changer”. O “alavantú”, quando os casais se aproximam e se cumprimentam, também é francês, e vem de “en avant tous”. Assim também acontece com o “balancê”, que também vem de bailar em francês. SOARES, L. Disponível em: <http://gazetaonline.globo.com>. Acesso em: 30 jun. 2015 (adaptado).

Ao discorrer sobre a festa de São João e a quadrilha como manifestações da cultura corporal, o texto privilegia a descrição de

- a) movimentos realizados durante a coreografia da dança.
- b) personagens presentes nos festejos de São João.
- c) vestimentas utilizadas pelos participantes.
- d) ritmos existentes na dança da quadrilha.
- e) folguedos constituintes do evento.

ATENÇÃO: a questão quer saber o que diz o texto. Vamos para as alternativas e ao texto.

a) movimentos realizados durante a coreografia da dança.

CORRETA. No primeiro e no último parágrafos o autor do texto aborda o nome e o significado dos movimentos e sua influência advinda do idioma francês.

b) personagens presentes nos festejos de São João.

O texto não foca nos personagens da festa. ERRADA.

c) vestimentas utilizadas pelos participantes.

O texto não aborda o tema das vestimentas. ERRADA.

d) ritmos existentes na dança da quadrilha.

Não é o ritmo, mas os movimentos. O ritmo é o mesmo e possui a base do acordeom e dos instrumentos de percussão.

e) folguedos constituintes do evento.

Folguedos são danças com um significado próprio, em geral religioso, que acontecem em datas específicas no Brasil. A quadrilha junina é o folguedo da Festa de São João.

Resposta: Letra A.

9) (INEP – ENEM 2011)

[...] esporte, as ginásticas, a dança, as artes marciais, as práticas de aptidão física tornam-se, cada vez mais, produtos de consumo (mesmo que apenas como imagens) e objetos de conhecimento e informação amplamente divulgados ao grande público. Jornais, revistas, videogames, rádio e televisão difundem ideias sobre a cultura corporal do movimento. Betti, M.; Zuliani, L. R. Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte. São Paulo, 2002.

Essa difusão possibilitou o acesso a uma diversidade de atividades físicas e esportes coletivos praticados ao redor do mundo, que

- a) promoveu um aumento, no Brasil, da prática de esportes como a ginástica e uma diminuição da prática do voleibol e basquetebol.
- b) permitiu uma maior compreensão de esportes praticados em alguns países e/ou comunidades, de acordo com as suas características sociais e regionais.

- c) diminuiu a prática de esportes desse tipo em algumas regiões do Brasil, pois são considerados excessivamente agressivos e necessitam de muitos jogadores.
- d) aumentou o número de pessoas ao redor do mundo que praticam esportes desse tipo e diminuiu a prática das artes marciais como o karatê.
- e) estimulou o ensino de algumas lutas, como, por exemplo, a capoeira, por ser considerada étnica e envolver um único grupo social.

Essa é uma questão mais antiga em que a resposta não está no texto, mas com um pouco de leitura consegue-se resolver por meio da eliminação de alternativas erradas.

a) promoveu um aumento, no Brasil, da prática de esportes como a ginástica e uma diminuição da prática do voleibol e basquetebol.

Preste atenção. Se o texto não traz uma informação clara com dados confiáveis sobre um fato, é bem provável que uma alternativa que afirme um fato não comprovado seja falsa. A disseminação das práticas corporais aumentou sua procura. FALSA.

b) permitiu uma maior compreensão de esportes praticados em alguns países e/ou comunidades, de acordo com as suas características sociais e regionais.

VERDADEIRA. Se não há possibilidades de prática a todos, ao menos a difusão permite uma maior compreensão destas.

c) diminuiu a prática de esportes desse tipo em algumas regiões do Brasil, pois são considerados excessivamente agressivos e necessitam de muitos jogadores.

Mesmo caso da alternativa A. É um fato não comprovado.

d) aumentou o número de pessoas ao redor do mundo que praticam esportes desse tipo e diminuiu a prática das artes marciais como o karatê.

IDEM.

e) estimulou o ensino de algumas lutas, como, por exemplo, a capoeira, por ser considerada étnica e envolver um único grupo social.

IDEM.

Resposta: Letra B.

10) (INEP – ENEM 2015)

O rap, palavra formada pelas iniciais de rhythm and poetry (ritmo e poesia), junto com as linguagens da dança (o break dancing) e das artes plásticas (o grafite), seria difundido, para além dos guetos, com o nome de cultura hip hop. O break dancing surge como uma dança de rua. O grafite nasce de assinaturas inscritas pelos jovens com sprays nos muros, trens e estações de metrô de Nova York. As linguagens do rap, do break dancing e do grafite se tornaram os pilares da cultura hip hop. DAYRELL, J. A música entra em cena: o rap e o funk na socialização da juventude. Belo Horizonte: UFMG, 2005 (adaptado).

Entre as manifestações da cultura hip hop apontadas no texto, o break se caracteriza como um tipo de dança que representa aspectos contemporâneos por meio de movimentos

- a) retilíneos, como crítica aos indivíduos alienados.
- b) improvisados, como expressão da dinâmica da vida urbana.
- c) suaves, como sinônimo da rotina dos espaços públicos.
- d) ritmados pela sola dos sapatos, como símbolo de protesto.
- e) cadenciados, como contestação às rápidas mudanças culturais.

Vamos às alternativas explorando suas contradições.

a) retilíneos, como crítica aos indivíduos alienados.

O break não possui movimentos retilíneos. São movimentos improvisados e em geral ondulados.

b) improvisados, como expressão da dinâmica da vida urbana.

EXATA. O break como parte do movimento hip hop é uma forte expressão da vida nas grandes cidades.

c) suaves, como sinônimo da rotina dos espaços públicos.

Ao contrário. São movimentos fortes, amplos e rápidos.

d) ritmados pela sola dos sapatos, como símbolo de protesto.

ERRADA.

e) cadenciados, como contestação às rápidas mudanças culturais.

São movimentos improvisados e sem cadência.

Resposta: Letra B.

11) (INEP – ENEM 2016)

As lutas podem ser classificadas de diferentes formas, de acordo com a relação espacial entre os oponentes. As lutas de contato direto são caracterizadas pela manutenção do contato direto entre os adversários, os quais procuram empurrar, desequilibrar, projetar ou imobilizar o oponente. Já as lutas que mantêm o adversário a distância são caracterizadas pela manutenção de uma distância segura em relação ao adversário, para não ser atingido pelo oponente, procurando o contato apenas no momento da aplicação de uma técnica (golpe). Secretaria de Estado da Educação. Diretrizes curriculares de educação física para os anos finais do ensino fundamental e para o ensino médio. Curitiba: SEED, 2008 (adaptado).

Com base na classificação presente no texto, são exemplos de luta de contato direto e de luta que mantém o adversário a distância, respectivamente,

- a) judô e karatê.
- b) jiu-jitsu e sumô.
- c) boxe e kung fu.
- d) esgrima e luta olímpica.
- e) Muay Thai e tae kwon do.

Quem teve a mínima vivência das lutas, prestou atenção nas aulas de educação física ou assistiu alguma competição na TV não terá dificuldade em responder à questão, usando também o texto.

a) judô (contato direto) e karatê (adversário à distância).

CORRETA.

b) jiu-jitsu (contato direto) e sumô (contato direto).

ERRADA.

c) boxe (adversário à distância) e kung fu (adversário à distância).

ERRADA.

d) esgrima (adversário à distância) e luta olímpica (contato direto).


ERRADA. Pede primeiro a luta de contato direto depois de adversário à distância.

e) Muay Thai (adversário à distância) e tae kwon do (adversário à distância).

ERRADA.

Resposta: Letra A.

12) (CESPE/CESGRANRIO - INEP – ENEM 2008)

A linguagem utilizada pelos chineses há milhares de anos é repleta de símbolos, os ideogramas, que revelam parte da história desse povo. Os ideogramas primitivos são quase um desenho dos objetos representados. Naturalmente, esses desenhos alteraram-se com o tempo, como ilustra a seguinte evolução do ideograma  que significa cavalo e em que estão representados cabeça, cascos e cauda do animal.



Considerando o processo mencionado acima, escolha a sequência que poderia representar a evolução do ideograma chinês para a palavra luta.

- a)     
- b)     
- c)     

- d) 
- e) 

Questão diferente!!! É mais antiga. Por isso, não segue o padrão de resolução das questões mais recentes.

Para resolvê-la você tem que observar em qual figura há dois elementos semelhantes em posição de luta.

Note que a alternativa B possui elementos semelhantes, um de frente ao outro em posição de luta.



Resposta: Letra B.

Agora vamos fechar com uma questão que trata de uma técnica geral das práticas corporais.

13) (INEP – ENEM 2010)



Figura I

Figura II

Figura III

Figura I. Disponível em: <http://zuperdido.wordpress.com>. Acesso em: 27 abr. 2010.

Figura II. Disponível em: <http://jornale.com.br>. Acesso em: 27 abr. 2010.

Figura III. Disponível em: <http://www.alamedavirtual.com>. Acesso em: 27 abr. 2010.

O salto, movimento natural do homem, está presente em ações cotidianas e também nas artes, nas lutas, nos esportes, entre outras atividades. Com relação a esse movimento, considera-se que

- a) é realizado para cima, sem que a impulsão determine o tempo de perda de contato com o solo.
- b) é na fase de voo que se inicia o impulso, que, dado pelos braços, determina o tipo e o tempo de duração do salto.
- c) é verificado o mesmo tempo de perda de contato com o solo nas situações em que é praticado.
- d) é realizado após uma breve corrida para local mais alto, sem que se utilize apoio para o impulso.
- e) é a perda momentânea de contato dos pés com o solo e apresenta as fases de impulsão, voo e queda.

A questão é sobre o salto; movimento básico para a vida. Pense no saltar e resolva!

a) é realizado para cima, sem que a impulsão determine o tempo de perda de contato com o solo.

Sim. Ele é realizado para cima vencendo a força gravitacional, mas o que determina o tempo de perda do contato com o solo é exatamente a impulsão. ERRADA.

b) é na fase de voo que se inicia o impulso, que, dado pelos braços, determina o tipo e o tempo de duração do salto.

ERRADA. O salto possui 3 fases: impulsão, voo e aterrissagem. O início se dá com a impulsão.

c) é verificado o mesmo tempo de perda de contato com o solo nas situações em que é praticado.

Não. Há saltos de todos os tipos: altos, baixos, de acordo com a necessidade da prática corporal ou situação da vida.

d) é realizado após uma breve corrida para local mais alto, sem que se utilize apoio para o impulso.

Como assim? Sem o apoio dos pés não há impulsão.

e) é a perda momentânea de contato dos pés com o solo e apresenta as fases de impulsão, voo e queda.

EXATA. Conforme a explicação da alternativa a).

Resposta: Letra E.

Nesse capítulo, vamos abordar as questões sobre corpo e saúde. Esses temas têm sido muito cobrados nas últimas provas do ENEM. Porém, seguem aquela lógica de que a resposta está na interpretação do texto, buscando o tema principal que estará em uma das alternativas.

Vamos às questões!!

1) (INEP - ENEM 2019)

O craque crespo

Desde que Neymar despontou no futebol, uma de suas marcas registradas é o cabelo. Sempre com um visual novo a cada campeonato. Mas nesses anos de carreira ainda faltava o ídolo fazer uma aparição nos gramados com seu cabelo crespo natural, que ele assumiu recentemente para a alegria e a autoestima dos meninos cacheados que sonham ser craques um dia.

É difícil assumir os cachos e abandonar a ditadura do alisamento em um mundo onde o cabelo liso é tido como o padrão de beleza ideal. Quando conseguimos fazer a transição capilar, esse gesto nos aproxima da nossa real identidade e nos empodera. Falo por experiência própria. Passei 30 anos usando cabelos lisos e já nem me lembrava de como eram meus fios naturais. Recuperar a textura crespa, para além do cuidado estético, foi um ato político, de aceitação, de autorreconhecimento e de redescoberta da minha negritude.

O discurso dos fios naturais tem ganhado uma representação cada vez mais positiva, valorizando a volta dos cachos sem cair no estereótipo do “exótico”, muito comum no Brasil. O cabelo crespo, definitivamente, não é uma moda passageira. Torço que para Neymar também não seja. Alexandra Loras é ex-consulesa da França em São Paulo, empresária, consultora de empresas e autora de livros. LORAS, A. O craque crespo. Disponível em: <http://diplomatie.org.br>. Acesso em: 1 set. 2017.

Considerando os procedimentos argumentativos presentes nesse texto, infere-se que o objetivo da autora é

- a) valorizar a atitude do jogador ao aderir à moda dos cabelos crespos.
- b) problematizar percepções identitárias sobre padrões de beleza.
- c) apresentar as novas tendências da moda para os cabelos.
- d) relatar sua experiência de redescoberta de suas origens.
- e) evidenciar a influência dos ídolos sobre as crianças.

Essa questão foi muito bem elaborada. A resposta não está tão óbvia e requer a leitura do texto. Lembrem-se que a melhor maneira de resolver questões assim é grifando os termos, palavras e frases que expõe o tema geral do texto.

O enunciado quer saber qual o objetivo da autora do texto. Ou seja, o tema principal. Vamos às alternativas.

a) valorizar a atitude do jogador ao aderir à moda dos cabelos crespos.

Parece que sim. Só que não! A autora aborda a atitude do jogador de forma exemplificativa e isso não é o fundamento do texto.

b) problematizar percepções identitárias sobre padrões de beleza.

EXATA. Vejamos os argumentos: “Recuperar a textura crespa, para além do cuidado estético, foi um ato político, de aceitação, de autorreconhecimento e de redescoberta da minha negritude” (linhas 10 a 12).

c) apresentar as novas tendências da moda para os cabelos.

Não há indícios nesse sentido conforme demonstrado na alternativa anterior.

d) relatar sua experiência de redescoberta de suas origens.

Sua experiência pessoal também é exemplificativa.

e) evidenciar a influência dos ídolos sobre as crianças.

Não é esse o tema do texto.

Resposta: Letra B.

2) (INEP – ENEM 2019)

O debate sobre o conceito de saúde refere-se à importância de minimizar a simplificação que abrange o entendimento do senso comum sobre esse fenômeno. É possível entendê-lo de modo reducionista, tão somente, à luz dos pressupostos biológicos e das associações estatísticas presentes nos estudos epidemiológicos. Os problemas que daí decorrem são: a) o foco centra-se na doença; b) a culpabilização do indivíduo frente à sua própria doença; c) a crença na possibilidade de resolução do problema encerrando-se uma suposta causa, a qual recai no processo de medicalização; d) a naturalização da doença; e) o ceticismo em relação à contribuição de diferentes saberes para auxiliar na compreensão dos fenômenos relacionados à saúde. BAGRICHEVSKY, M. et al. Considerações teóricas acerca das questões relacionadas à promoção da saúde. In: BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. (Org.). A saúde em debate na educação física. Blumenau: Edibes, 2003.

O texto apresenta uma reflexão crítica sobre o conceito de saúde, que deve ser entendida mediante

- a) dados estatísticos presentes em estudos epidemiológicos.
- b) pressupostos relacionados à ausência de doenças nos indivíduos.
- c) responsabilização dos indivíduos pela adoção de hábitos saudáveis.
- d) intervenção da medicina nos diferentes processos que acometem a saúde.
- e) compreensão dos fenômenos sociais, políticos e econômicos relacionados à saúde.

Resposta no texto hein!! Leitura atenta, grifando os termos, frases e palavras principais.

O texto quer que se saiba qual o entendimento crítico que o texto apresenta.

a) dados estatísticos presentes em estudos epidemiológicos.

Não. O estudo critica a visão reducionista de saúde que a aborda somente em seus aspectos biológicos e com base na epidemiologia (linhas 3 a 10).

b) pressupostos relacionados à ausência de doenças nos indivíduos.

Não. A visão ampliada de saúde a compreende além da mera ausência de doenças (linhas 5 a 10).

c) responsabilização dos indivíduos pela adoção de hábitos saudáveis.

A visão ampliada de saúde entende que há determinantes sociais que estão além das decisões pessoais. Dessa forma, não é possível culpabilizar exclusivamente os indivíduos (linha 6).

d) intervenção da medicina nos diferentes processos que acometem a saúde.

A visão ampliada de saúde prevê a intervenção multiprofissional (linhas 8 a 10).

e) compreensão dos fenômenos sociais, políticos e econômicos relacionados à saúde.

EXATA. A compreensão de saúde em uma perspectiva ampliada a entende como resultado de determinantes sociais, políticos e econômicos relacionados à saúde.

Resposta: Letra E.

3) (INEP – ENEM 2018)

TEXTO I



Disponível em: <http://revistaiqb.usac.edu.gt>. Acesso em: 25 abr. 2018 (adaptado).

TEXTO II

Imaginemos um cidadão, residente na periferia de um grande centro urbano, que diariamente acorda às 5h para trabalhar, enfrenta em média 2 horas de transporte público, em geral lotado, para chegar às 8h ao trabalho. Termina o expediente às 17h e chega em casa às 19h para, aí sim, cuidar dos afazeres domésticos, dos filhos etc. Como dizer a essa pessoa que ela deve praticar exercícios, pois é importante para sua saúde? Como ela irá entender a mensagem da importância do exercício físico? A probabilidade de essa pessoa praticar exercícios regularmente é significativamente menor que a de pessoas da classe média/alta que vivem outra realidade. Nesse caso, a abordagem individual do problema tende a fazer com que a pessoa se sinta impotente em não conseguir praticar exercícios e, conseqüentemente, culpada pelo fato de ser ou estar sedentária.

FERREIRA, M. S. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. RBCE, n. 2, jan. 2001 (adaptado).

O segundo texto, que propõe uma reflexão sobre o primeiro acerca do impacto de mudanças no estilo de vida na saúde, apresenta uma visão

- a) medicalizada, que relaciona a prática de exercícios físicos por qualquer indivíduo à promoção da saúde.
- b) ampliada, que considera aspectos sociais intervenientes na prática de exercícios no cotidiano.
- c) crítica, que associa a interferência das tarefas da casa ao sedentarismo do indivíduo.
- d) focalizada, que atribui ao indivíduo a responsabilidade pela prevenção de doenças.
- e) geracional, que preconiza a representação do culto à jovialidade.

Questão sobre o mesmo assunto: a saúde em uma perspectiva ampliada. E veio com dois textos.

Porém, para resolvê-la é necessário entender bem o segundo texto, porque é isso que o enunciado pede.

a) medicalizada, que relaciona a prática de exercícios físicos por qualquer indivíduo à promoção da saúde.

Não. O segundo texto não apresenta uma visão medicalizada da saúde. O argumento do texto é que não basta dar um remédio se a causa do adoecimento não é abordada. Nesse caso, o remédio que é o exercício físico não poderá ser usado se as condições de vida urbana não mudarem. Essas causas vão além das decisões individuais. ERRADA.

b) ampliada, que considera aspectos sociais intervenientes na prática de exercícios no cotidiano.

EXATA. O segundo texto questiona exatamente o primeiro texto abordando o fato de que pessoas que vivem em condições urbanas desfavoráveis não conseguirão simplesmente encontrar tempo para cuidar da própria saúde.

c) crítica, que associa a interferência das tarefas da casa ao sedentarismo do indivíduo.

ERRADA. O texto é crítico, mas não em relação à interferência das tarefas domésticas.

d) focalizada, que atribui ao indivíduo a responsabilidade pela prevenção de doenças.

ERRADA. O primeiro texto responsabiliza o indivíduo. O segundo afirma que isso pode gerar uma sensação de impotência e incapacidade diante da impossibilidade de realizar exercício físico.

e) geracional, que preconiza a representação do culto à jovialidade.

O primeiro texto sim, visto que a imagem da mulher fala tanto quanto o texto. O segundo critica isso.

Resposta: Letra B.

4) (INEP – ENEM 2016)

Entrevista com Terezinha Guilhermina

Terezinha Guilhermina é uma das atletas mais premiadas da história paraolímpica do Brasil e um dos principais nomes do atletismo mundial. Está no *Guinness Book* de 2013/2014 como a "cega" mais rápida do mundo.

Observatório: Quais os desafios você teve que superar para se consagrar como atleta profissional?

Terezinha Guilhermina: Considero a ausência de recursos financeiros, nos três primeiros anos da minha carreira, como meu principal desafio. A falta de um atleta-guia, para me auxiliar nos treinamentos, me obrigava a treinar sozinha e, por não enxergar bem, acabava sofrendo alguns acidentes como trombadas e quedas.

Observatório: Como está a preparação para os Jogos Paraolímpicos de 2016?

Terezinha Guilhermina: Estou trabalhando intensamente, com vistas a chegar lá bem melhor do que estive em Londres. E, por isso, posso me dedicar a treinos diários, trabalhos preventivos de lesões e acompanhamento psicológico e nutricional da melhor qualidade.

Revista do Observatório Brasil de Igualdade de Gênero, n. 6, dez. 2014 (adaptado).

O texto permite relacionar uma prática corporal com uma visão ampliada de saúde. O fator que possibilita identificar essa perspectiva é o(a)

- a) aspecto nutricional.
- b) condição financeira.
- c) prevenção de lesões.
- d) treinamento esportivo.
- e) acompanhamento psicológico.

Mais uma questão sobre a saúde em uma perspectiva ampliada. Note que no texto, a entrevistada relata as dificuldades financeiras para desenvolver o seu treinamento esportivo.

Logo a alternativa correta é a letra B.

Resposta: Letra B.

Vamos agora às questões sobre a relação do corpo e a sociedade contemporânea. Esse tema tem sido muito cobrado nas últimas provas. Portanto, atenção na leitura do texto e das alternativas.

5) (INEP – ENEM 2016)

A educação física ensinada a jovens do ensino médio deve garantir o acúmulo cultural no que tange à oportunização de vivência das práticas corporais; a compreensão do papel do corpo no mundo da produção, no que tange ao controle sobre o próprio esforço, e do direito ao repouso e ao lazer; a iniciativa pessoal nas articulações coletivas relativas às práticas corporais comunitárias; a iniciativa pessoal para criar, planejar ou buscar orientação para suas próprias práticas corporais; a intervenção política sobre as iniciativas públicas de esporte e de lazer. Disponível em: www.portal.mec.gov.br. Acesso em: 19 ago. 2012.

Segundo o texto, a educação física visa propiciar ao indivíduo oportunidades de aprender a conhecer e a perceber, de forma permanente e contínua, o seu próprio corpo, concebendo as práticas corporais como meios para

- a) ampliar a interação social.
- b) atingir padrões de beleza.
- c) obter resultados de alta performance.
- d) reproduzir movimentos predeterminados.
- e) alcançar maior produtividade no trabalho.

O enunciado da questão requer que o candidato saiba de que forma as práticas corporais são meios para conhecer e perceber o próprio corpo.

Logo, é necessário observar o trecho do texto que fala da relação entre educação física escolar e corpo.

Vejamos: “a iniciativa pessoal nas articulações coletivas relativas às práticas corporais comunitárias” (linhas 4 e 5). Essa parte do texto afirma que as práticas corporais nas aulas de educação física ajudam o aluno a ter iniciativa para mobilizar coletivamente práticas corporais comunitárias.

Dessa forma, a alternativa que aponta esse aspecto é a letra A.

As demais alternativas apontam benefícios secundários que não estão no texto.

Resposta: Letra A.

6) (INEP – ENEM 2019)

A mídia divulga à exaustão um padrão corporal determinado, padrão único, branco, jovem, musculoso e, especialmente no caso do corpo feminino, magro. Pesquisas apontam para o fato de que esse padrão de beleza divulgado se aplica apenas de 5 a 8% da população mundial. Especialmente no Brasil, onde a diversidade é uma característica marcante, a mídia no geral acaba por mostrar seu desprezo pela riqueza de tipos, de raças, pela própria mestiçagem, insistindo num padrão único de beleza tanto para mulheres quanto para homens.

MALDONADO, G. A educação física e o adolescente: a imagem corporal e a estética da transformação na mídia impressa. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes*, n. 1, 2006 (adaptado).

Em relação aos aspectos do padrão corporal dos brasileiros, compreende-se que esta população

- a) é caracterizada pela sua rica diversidade.
- b) possui, em sua maioria, mulheres obesas.
- c) está devidamente representada na grande mídia.
- d) tem padrão de beleza idêntico aos demais países.
- e) é composta, na maioria, por pessoas brancas e magras.

Questão fácil, com a resposta no texto.

O enunciado deseja saber qual o padrão corporal dos brasileiros.

Nas linhas 6 e 7 do texto, há a afirmação de que o Brasil é marcado pela diversidade de padrões corporais.

Logo a CORRETA é a alternativa A.

a) é caracterizada pela sua rica diversidade.

EXATA.

b) possui, em sua maioria, mulheres obesas.

Lembrem da dica: se o texto não dá uma afirmação precisa sobre um fato, é bem provável que uma alternativa que afirme algo assim esteja errada. É o caso desta. ERRADA.

c) está devidamente representada na grande mídia.

ERRADA. Segundo o texto, o padrão valorizado pela mídia compreende somente 5 a 8% das pessoas (linhas 5 e 6).

d) tem padrão de beleza idêntico aos demais países.

ERRADO. Para responder essa questão você não precisa nem ler o texto, sabendo que cada país é diferente do outro em relação ao padrão de beleza.

e) é composta, na maioria, por pessoas brancas e magras.

IDEM.

Resposta: Letra A.

7) (INEP – ENEM 2014)

Os discursos referentes à prática de exercícios físicos estão imbricados de valores sociais, culturais e educativos influenciados, principalmente, pelos discursos midiáticos. O processo natural de envelhecimento passa a ser visto como um descuido por aqueles que assim o aparentam, especialmente nos cuidados com o corpo.



Disponível em: <http://umahistoriaporacabar.blogspot.com>. Acesso em: 25 fev. 2012.

Ao analisarmos a imagem, podemos considerar que ela apresenta

- a) os valores do corpo visto enquanto conjunto de partes funcionando como uma máquina, fruto dos valores mecanicistas.
- b) a ideia do corpo ideal jovem, musculoso e atlético e o exercício como a fórmula para se alcançar a juventude eterna e, por sua vez, o sucesso.
- c) a prática de exercícios como promoção de saúde e respeito ao desenvolvimento humano.
- d) um corpo em toda a sua essência, físico, psíquico, biológico e cultural e o exercício auxiliando o entendimento de todas essas dimensões.
- e) o exercício físico como possibilidade de atender às pessoas de qualquer idade e classe para o aprimoramento estético.

Essa questão requer a interpretação da imagem. Mas aqui está a dica: **geralmente se houver um texto anterior, ele vai ajudar na interpretação.** O texto anterior diz nas últimas linhas: “O processo natural de envelhecimento passa a ser visto como um descuido por aqueles que assim o aparentam, especialmente nos cuidados com o corpo”.

Na imagem, um senhor idoso que está fazendo exercício físico se observa no espelho e vê na imagem um ator famoso que é conhecido por ser musculoso. Logo, essa imagem expressa uma expectativa de manter a juventude corporal por meio da prática de exercícios físicos.

A alternativa que melhor expressa essa ideia é a letra B.

a) os valores do corpo visto enquanto conjunto de partes funcionando como uma máquina, fruto dos valores mecanicistas.

ERRADA.

b) a ideia do corpo ideal jovem, musculoso e atlético e o exercício como a fórmula para se alcançar a juventude eterna e, por sua vez, o sucesso.

EXATA. É exatamente isso que a imagem e o texto afirmam.

c) a prática de exercícios como promoção de saúde e respeito ao desenvolvimento humano.

Não. A saúde passou longe dessa imagem!!!

d) um corpo em toda a sua essência, físico, psíquico, biológico e cultural e o exercício auxiliando o entendimento de todas essas dimensões.

ERRADA. Somente valoriza os aspectos físicos.

e) o exercício físico como possibilidade de atender às pessoas de qualquer idade e classe para o aprimoramento estético.

Não é a ideia de inclusão que o texto e a imagem transmitem. ERRADA. Cuidado com alternativas assim. Parecem certas, mas não são.

Resposta: Letra B.

8) (INEP – ENEM 2009)

O convívio com outras pessoas e os padrões sociais estabelecidos moldam a imagem corporal na mente das pessoas. A imagem corporal idealizada pelos pais, pela mídia, pelos grupos sociais e pelas próprias pessoas desencadeia comportamentos estereotipados que podem comprometer a saúde. A busca pela imagem corporal perfeita tem levado muitas pessoas a procurar alternativas ilegais e até mesmo nocivas à saúde. Revista Corpoconsciência. FEFISA, v. 10, nº 2, Santo Andre, jul./dez. 2006, (adaptado).

A imagem corporal tem recebido grande destaque e valorização na sociedade atual. Como consequência,

- a) a ênfase na magreza tem levado muitas mulheres a depreciar sua autoimagem, apresentando insatisfação crescente com o corpo.
- b) as pessoas adquirem a liberdade para desenvolver seus corpos de acordo com critérios estéticos que elas mesmas criam e que recebem pouca influência do meio em que vivem.
- c) a modelagem corporal é um processo em que o indivíduo observa o comportamento de outras, sem, contudo, imitá-los.
- d) o culto ao corpo produz uma busca incansável, trilhada por meio de árdua rotina de exercícios, com pouco interesse no aperfeiçoamento estético.
- e) o corpo tornou-se um objeto de consumo importante para as pessoas criarem padrões de beleza que valorizam a raça a qual pertencem.

Essa questão tem a solução ao encontrarmos as contradições das alternativas.

a) a ênfase na magreza tem levado muitas mulheres a depreciar sua autoimagem, apresentando insatisfação crescente com o corpo.

EXATA. É isso que o texto afirma: “O convívio com outras pessoas e os padrões sociais estabelecidos moldam a imagem corporal na mente das pessoas. A imagem corporal idealizada pelos pais, pela mídia, pelos grupos sociais e pelas próprias pessoas desencadeia comportamentos estereotipados que podem comprometer a saúde” (linhas 1 a 4).

b) as pessoas adquirem a liberdade para desenvolver seus corpos de acordo com critérios estéticos que elas mesmas criam e que recebem pouca influência do meio em que vivem.

ERRADA, conforme o trecho do texto citado na alternativa anterior.

c) a modelagem corporal é um processo em que o indivíduo observa o comportamento de outras, sem, contudo, imitá-los.

ERRADA. A modelagem corporal orienta as pessoas a imitarem o comportamento de outras.

d) o culto ao corpo produz uma busca incansável, trilhada por meio de árdua rotina de exercícios, com pouco interesse no aperfeiçoamento estético.

ERRADA. A busca pelo corpo perfeito busca o aprimoramento estético.

e) o corpo tornou-se um objeto de consumo importante para as pessoas criarem padrões de beleza que valorizam a raça a qual pertencem.

ERRADA. O corpo como objeto de consumo valoriza somente um padrão racial.

Resposta: Letra A.

9) (INEP – 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.

Essa questão é interessante, porque ela vai ser respondida mais por aquilo que o texto não diz, do que por aquilo que diz. Assim, poderemos excluir as alternativas que extrapolam o que foi dito no texto.

O enunciado requer que se saiba, de acordo com o texto, em que práticas corporais houve aumento de procura atualmente. Vejam que o enunciado diz “diante do exposto”, que dá a ideia de querer saber o que o texto diz.

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.

ERRADA. O texto não afirma isso.

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.

ERRADA. O texto afirma que a procura é pela estética e não pela saúde.

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.

ERRADA. Nada disso é falado.

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.

ERRADA.

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.

Esse é o gabarito da questão. Mas na minha opinião essa questão deveria ser anulada porque o texto não fala nada sobre aspectos nutricionais. Portanto, não há alternativa que não tenha extrapolado o exposto no texto, já que o enunciado pede que se afirme de acordo com este.

Resposta: Letra E. Mas na minha opinião deveria ter sido anulada.

10) (INEP – ENEM 2016)



Essa história em quadrinhos aborda a padronização da imagem corporal na contemporaneidade. O fator que pode ser identificado como influenciador do comportamento obsessivo retratado nos quadrinhos é o

- a) entendimento da aparência corporal relacionada à saúde.
- b) controle feminino sobre o ideal social de estética corporal.
- c) desejo pelo modelo de corpo ideal construído socialmente.
- d) questionamento crítico dos valores ligados ao sucesso social.
- e) posicionamento reflexivo da mulher frente às imposições estéticas.

O enunciado pede que se encontre nas alternativas aquela que demonstre o fator “influenciador do comportamento obsessivo retratado nos quadrinhos”. Qual é?

a) entendimento da aparência corporal relacionada à saúde.

Não. O que importa é a magreza, mesmo que a pessoa seja bonita, rica etc. Corpo magro nem sempre é saudável. ERRADA.

b) controle feminino sobre o ideal social de estética corporal.

Os quadrinhos demonstram a falta de controle sobre esse ideal já que todas as personagens se importam com o padrão magro de beleza.

c) desejo pelo modelo de corpo ideal construído socialmente.

EXATA. É esse desejo pelo corpo ideal que leva à obsessão.

d) questionamento crítico dos valores ligados ao sucesso social.

Não. Nos quadrinhos não há questionamento crítico.

e) posicionamento reflexivo da mulher frente às imposições estéticas.

ERRADA. Não há reflexão crítica nos quadrinhos.

Resposta: Letra C.

11) (INEP – ENEM 2009)

Nunca se falou e se preocupou tanto com o corpo como nos dias atuais. É comum ouvirmos anúncios de uma nova academia de ginástica, de uma nova forma de dieta, de uma nova técnica de autoconhecimento e outras práticas de saúde alternativa, em síntese,

vivemos nos últimos anos a redescoberta do prazer, voltando nossas atenções ao nosso próprio corpo. Essa valorização do prazer individualizante se estrutura em um verdadeiro culto ao corpo, em analogia a uma religião, assistimos hoje ao surgimento de novo universo: a corpolatria. CODO, W.; SENNE, W. O que é corpo(latria). Coleção Primeiros Passos. Brasiliense, 1985 (adaptado).

Sobre esse fenômeno do homem contemporâneo presente nas classes sociais brasileiras, principalmente, na classe média, a corpolatria

- a) é uma religião pelo avesso, por isso outra religião; inverteram-se os sinais, a busca da felicidade eterna antes carregava em si a destruição do prazer, hoje implica o seu culto.
- b) criou outro ópio do povo, levando as pessoas a buscarem cada vez mais grupos igualitários de integração social.
- c) é uma tradução dos valores das sociedades subdesenvolvidas, mas em países considerados do primeiro mundo ela não consegue se manifestar porque a população tem melhor educação e senso crítico.
- d) tem como um de seus dogmas o narcisismo, significando o “amar o próximo como se ama a si mesmo”.
- e) existe desde a Idade Média, entretanto esse acontecimento se intensificou a partir da Revolução Industrial no século XIX e se estendeu até os nossos dias.

Excelente questão. Há alguns pontos do texto que nos ajudam, mas é possível resolver com as contradições das alternativas.

a) é uma religião pelo avesso, por isso outra religião; inverteram-se os sinais, a busca da felicidade eterna antes carregava em si a destruição do prazer, hoje implica o seu culto.

CORRETA. Enquanto as religiões, em geral, buscam a negação de algum prazer para um benefício futuro, a religião do corpo (corpolatria) busca o prazer momentâneo.

b) criou outro ópio do povo, levando as pessoas a buscarem cada vez mais grupos igualitários de integração social.

A corpolatria leva as pessoas ao individualismo. ERRADA.

c) é uma tradução dos valores das sociedades subdesenvolvidas, mas em países considerados do primeiro mundo ela não consegue se manifestar porque a população tem melhor educação e senso crítico.

ERRADA. Esse é um fenômeno global, mais acentuado em lugares onde há possibilidade de consumo.

d) tem como um de seus dogmas o narcisismo, significando o “amar o próximo como se ama a si mesmo”.

O dogma do narcisismo é “ame a si mesmo e só a si mesmo”. Ou seja, a hiper valorização do eu. ERRADA.

e) existe desde a Idade Média, entretanto esse acontecimento se intensificou a partir da Revolução Industrial no século XIX e se estendeu até os nossos dias.

A Idade Média foi caracterizada pela valorização da alma e negação do corpo.

Resposta: Letra A.

12) (INEP – ENEM 2014)

Dietas radicais são perigosas, que o diga o protagonista da comédia O Professor Aloprado. Mesmo sem recorrer a poções explosivas como o personagem de Eddie Murphy, muitas vezes as pessoas se dispõem a correr certos riscos para perder alguns quilinhos. As estatísticas mostram que os distúrbios alimentares graves como a anorexia (redução extrema ou perda de apetite) e bulimia (apetite compulsivo seguido de vômito provocado) se manifestam, sobretudo, entre as adolescentes. Com a pressão estética exercida principalmente sobre os jovens e por desconhecerem os aspectos positivos de uma dieta equilibrada associada a exercícios físicos, "fecham a boca" e trilham um caminho bastante perigoso para a saúde. Disponível em: www.revistaescola.abril.com.br. Acesso em: 26 out. 2010 (adaptado).

Levando-se em conta a conscientização acerca de hábitos corporais saudáveis e a reflexão crítica sobre os modelos de corpo disseminados pela sociedade, os jovens devem considerar importante a

- a) assimilação de que os tipos de corpos difundidos socialmente devem ser escolhidos como modelos a serem seguidos.
- b) preocupação com as estatísticas e "fechar a boca" para perder alguns quilinhos, buscando a melhoria da saúde.
- c) compreensão de que a imagem corporal é construída a partir de influências sociais, culturais, políticas e econômicas.
- d) adoção de uma mudança de hábitos alimentares escolhendo uma dieta padronizada, a fim de conseguir o "corpo ideal".
- e) valorização de ideias de beleza e saúde, buscando adequar-se ao padrão corporal que a sociedade exige.

Essa questão é mais intuitiva. O texto está fazendo um alerta de que os jovens são influenciados pela perspectiva midiática de padrões de beleza.

Logo, a alternativa que melhor demonstra isso é alternativa C.

Resposta: Letra C.

13) (INEP – ENEM 2019)

No Brasil, a disseminação de uma expectativa de corpo com base na estética da magreza é bastante grande e apresenta uma enorme repercussão, especialmente, se considerada do ponto de vista da realização pessoal. Em pesquisa feita na cidade de São Paulo, aparecem os percentuais de 90% entre as mulheres pesquisadas que se dizem preocupadas com seu peso corporal, sendo que 95% se sentem insatisfeitas com “seu próprio corpo”. SILVA, A. M. Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade. Campinas: Autores Associados; Florianópolis: UFSC, 2001.

A preocupação excessiva com o “peso” corporal pode provocar o desenvolvimento de distúrbios associados diretamente à imagem do corpo, tais como

- a) anorexia e bulimia.
- b) ortorexia e vigorexia.
- c) ansiedade e depressão.
- d) sobrepeso e fobia social.
- e) sedentarismo e obesidade.

Preste atenção ao enunciado. Ele quer saber qual a opção que traz os distúrbios relacionados ao peso corporal.

a) anorexia e bulimia.

EXATA. A anorexia é a redução extrema ou perda de apetite e, a bulimia é o apetite compulsivo seguido de vômito provocado. Ambos os distúrbios têm relação com a imagem corporal.

b) ortorexia e vigorexia.

Ortorexia é a obsessão por uma alimentação correta visando excessivamente uma vida saudável, não necessariamente o corpo magro. Vigorexia é a obsessão por exercícios físicos.

c) ansiedade e depressão.

Esses são distúrbios emocionais de outro tipo.

d) sobrepeso e fobia social.

ERRADA.

e) sedentarismo e obesidade.

ERRADA.

Resposta: Letra A.

A partir de agora, vamos abordar as questões sobre os aspectos biológicos e fisiológicos do exercício físico e da saúde. Atualmente, essas questões têm sido pouco cobradas. Mas podem voltar.

14) (INEP – ENEM 2009)

Saúde, no modelo atual de qualidade de vida, é o resultado das condições de alimentação, habitação, educação, renda, trabalho, transporte, lazer, serviços médicos e acesso à atividade física regular. Quanto ao acesso à atividade física, um dos elementos

essenciais é a aptidão física, entendida como a capacidade de a pessoa utilizar seu corpo — incluindo músculos, esqueleto, coração, enfim, todas as partes —, de forma eficiente em suas atividades cotidianas; logo, quando se avalia a saúde de uma pessoa, a aptidão física deve ser levada em conta. A partir desse contexto, considera-se que uma pessoa tem boa aptidão física quando

- a) apresenta uma postura regular.
- b) pode se exercitar por períodos curtos de tempo.
- c) pode desenvolver as atividades físicas do dia-a-dia, independentemente de sua idade.
- d) pode executar suas atividades do dia a dia com vigor, atenção e uma fadiga de moderada a intensa.
- e) pode exercer atividades físicas no final do dia, mas suas reservas de energia são insuficientes para atividades intelectuais.

Não vou entrar muito no conceito de aptidão física, pois pela leitura das alternativas é possível resolver essa questão.

a) apresenta uma postura regular.

Uma boa postura é importante, mas não é suficiente para determinar se a pessoa tem boa aptidão física. ERRADA.

b) pode se exercitar por períodos curtos de tempo.

ERRADA. A pessoa com boa aptidão consegue se exercitar por um bom período.

c) pode desenvolver as atividades físicas do dia-a-dia, independentemente de sua idade.

Essa é a melhor definição de aptidão, em que cada indivíduo consegue realizar as atividades cotidianas de acordo com a sua idade.

d) pode executar suas atividades do dia a dia com vigor, atenção e uma fadiga de moderada a intensa.

ERRADA. Se a pessoa tem fadiga (cansaço) moderada a intensa para realizar as atividades do dia a dia, não possui boa aptidão física.

e) pode exercer atividades físicas no final do dia, mas suas reservas de energia são insuficientes para atividades intelectuais.

IDEM.

Resposta: Letra C.

15) (INEP – ENEM 2009)

Luciana trabalha em uma loja de venda de carros. Ela tem um papel muito importante de fazer a conexão entre os vendedores, os compradores e o serviço de acessórios. Durante o dia, ela se desloca inúmeras vezes da sua mesa para resolver os problemas dos vendedores e dos compradores. No final do dia, Luciana só pensa em deitar e descansar as pernas.

Na função de chefe preocupado com a produtividade (número de carros vendidos) e com a saúde e a satisfação dos seus funcionários, a atitude correta frente ao problema seria

- a) propor a criação de um programa de ginástica laboral no in frio da jornada de trabalho.
- b) sugerir a modificação do piso da loja para diminuir o atrito do solo e reduzir as dores nas pernas.
- c) afirmar que os problemas de dores nas pernas são causados por problemas genéticos.
- d) ressaltar que a utilização de roupas bonitas e do salto alto são condições necessárias para compor o bom aspecto da loja.
- e) escolher um de seus funcionários para conduzir as atividades de ginástica laboral em intervalos de 2 em 2 horas.

A ginástica laboral ocorre no ambiente de trabalho de forma a prevenir lesões e, promover o relaxamento e a recuperação muscular. Logo, a alternativa CORRETA é a letra A.

Resposta: Letra A.

14) (INEP – ENEM 2011)

Como a ideia de gênero está fundada nas diferenças biológicas entre os sexos, ela aponta para o caráter implicitamente relacional do feminino e do masculino. Assim, gênero é uma categoria relacional porque leva em conta o outro sexo, em presença ou ausência. Além disso, relaciona-se com outras categorias, pois não somos vistos(as) de acordo apenas com nosso sexo ou com o que a cultura fez dele, mas de uma maneira muito mais ampla: somos classificados(as) de acordo com nossa idade, raça, etnia, classe social, altura e peso corporal, habilidades motoras, entre muitas outras. SOUSA, E. S.; ALTMANN, H. Meninos e meninas: expectativas corporais e implicações na educação física escolar. Cadernos Cedes. Ano XIX, nº 48, ago.1999.

Diante do exposto, é possível perceber que as diferenças entre sexo masculino e feminino se encontram em todos os campos de atividades. Atualmente, no campo da prática de atividades físicas, percebe-se

- a) um aumento da participação, tanto do sexo feminino como do sexo masculino, na prática de exercícios e jogos que eram exclusivamente pertencentes a um determinado sexo, incluindo as pessoas com deficiência.
- b) uma manutenção na prática de exercícios direcionados ao uso de força física somente para os homens e outros que exigem delicadeza exclusivamente para as mulheres.
- c) um aumento da oferta por espaços que permitem praticar exercícios ao ar livre e/ou em academias direcionados a recreação e jogos, voltados para homens e mulheres, separando-os em razão de suas diferenças.
- d) uma manutenção das diferenças entre os sexos feminino e masculino, porém com um aumento significativo de mulheres que deixaram de praticar exercícios por não encontrar uma atividade adequada ao seu corpo.
- e) um aumento da procura por parte do sexo masculino de exercícios que propiciam relaxamento, educação postural e alongamento, com o objetivo de melhorar o desempenho na prática da musculação.

Esse texto motivador tratou de um assunto um pouco diferente daquele que está nas alternativas. Tratou das diferenças de gênero, mas o enunciado pede que o candidato reconheça o que ocorre no campo das práticas corporais **atualmente**.

Vejamos as alternativas.

a) um aumento da participação, tanto do sexo feminino como do sexo masculino, na prática de exercícios e jogos que eram exclusivamente pertencentes a um determinado sexo, incluindo as pessoas com deficiência.

EXATA. Aumento da prática para todos. Mulheres no futebol, nas lutas, maior participação de pessoas com deficiências, entre outros.

b) uma manutenção na prática de exercícios direcionados ao uso de força física somente para os homens e outros que exigem delicadeza exclusivamente para as mulheres.

Não. Hoje em dia as mulheres têm participado de práticas anteriormente reservadas aos homens.

c) um aumento da oferta por espaços que permitem praticar exercícios ao ar livre e/ou em academias direcionados a recreação e jogos, voltados para homens e mulheres, separando-os em razão de suas diferenças.

Não. Esses espaços ao ar livre permitem a interação entre diferentes pessoas.

d) uma manutenção das diferenças entre os sexos feminino e masculino, porém com um aumento significativo de mulheres que deixaram de praticar exercícios por não encontrar uma atividade adequada ao seu corpo.

ERRADA. Conforme citado no comentário da alternativa b).

e) um aumento da procura por parte do sexo masculino de exercícios que propiciam relaxamento, educação postural e alongamento, com o objetivo de melhorar o desempenho na prática da musculação.

Não há evidências que comprovem isso.

Resposta: Letra A.

15) (INEP – ENEM 2015)



A charge retrata um comportamento recorrente nos dias atuais: a insatisfação das pessoas com o peso. No entanto, do ponto de vista orgânico, o peso corporal se torna um problema à saúde quando

- a) estimula a adesão à dieta.
- b) aumenta conforme a idade.
- c) expressa a inatividade da pessoa.
- d) provoca modificações na aparência.
- e) acomete o funcionamento metabólico.

Essa questão quer saber quando o peso corporal se torna um problema do ponto de vista orgânico (fisiológico). Ou seja, algo que pode acometer a saúde.

a) estimula a adesão à dieta.

Não. Estimular uma dieta saudável é algo bom.

b) aumenta conforme a idade.

O aumento do peso é comum com o aumento da idade.

c) expressa a inatividade da pessoa.

Não. Há pessoas ativas com sobrepeso e pessoas inativas com baixo peso. Nem sempre o peso é a melhor expressão de atividade física e de saúde.

d) provoca modificações na aparência.

Essa não é uma preocupação orgânica, mas estética.

e) acomete o funcionamento metabólico.

EXATA. A obesidade e o sobrepeso podem acometer o funcionamento metabólico do organismo, especialmente se associados a outros fatores como hipertensão, diabetes e colesterol alto.

Resposta: Letra E.

16) (INEP – ENEM 2010)



Disponível em: <http://aiga.vetuniv.br/wp-content/uploads/2009/04/prm-ginastica-etnica-01.jpg>. Acesso em: 01 set. 2010.

O desenvolvimento das capacidades físicas (qualidades motoras passíveis de treinamento) ajuda na tomada de decisões em relação à melhor execução do movimento. A capacidade física predominante no movimento representado na imagem é

- a) a velocidade, que permite ao músculo executar uma sucessão rápida de gestos em movimentação de intensidade máxima.
- b) a resistência, que admite a realização de movimentos durante considerável período de tempo, sem perda da qualidade da execução.
- c) a flexibilidade, que permite a amplitude máxima de um movimento, em uma ou mais articulações, sem causar lesões.
- d) a agilidade, que possibilita a execução de movimentos rápidos e ligeiros com mudanças de direção.
- e) o equilíbrio, que permite a realização dos mais variados movimentos, com o objetivo de sustentar o corpo sobre uma base.

As alternativas trazem as definições corretas das capacidades físicas. Mas a alternativa que traz a definição da capacidade física demonstrada na imagem é a letra C – flexibilidade.

Resposta: Letra C.

17) (INEP – ENEM 2016)

A perda de massa muscular é comum com a idade, porém, é na faixa dos 60 anos que ela se torna clinicamente perceptível e suas consequências começam a incomodar no dia a dia, quando simples atos de subir escadas ou ir à padaria se tornam sacrifícios. Esse processo tem nome: sarcopenia. Essa condição ocasiona a perda da força e qualidade dos músculos e tem um impacto significativo na saúde. Disponível em: www.infoescola.com. Acesso em: 19 dez. 2012 (adaptado).

A sarcopenia é inerente ao envelhecimento, mas seu quadro e consequentes danos podem ser retardados com a prática de exercícios físicos, cujos resultados mais rápidos são alcançados com o(a)

- a) hidroginástica.
- b) alongamento.
- c) musculação.
- d) corrida.
- e) dança.

Mais uma vez a vivência das práticas corporais vai ajudar a resolver a questão.

O texto fala de perda de massa muscular. A melhor atividade, entre as citadas nas alternativas, para reduzir a perda de massa muscular com o avanço da idade é a Musculação.

Resposta: Letra C.

18) (INEP – ENEM 2019)

Emagrecer sem exercício?

Hormônio aumenta a esperança de perder gordura sem sair do sofá. A solução viria em cápsulas.

O sonho dos sedentários ganhou novo aliado. Um estudo publicado na revista científica *Nature*, em janeiro, sugere que é possível modificar a gordura corporal sem fazer exercício. Pesquisadores do Dana-Farber Cancer Institute e da Escola de Medicina de Harvard, nos EUA, isolaram em laboratório a irisina, hormônio naturalmente produzido pelas células musculares durante os exercícios aeróbicos, como caminhada, corrida ou pedalada. A substância foi aplicada em ratos e agiu como se eles tivessem se exercitado, inclusive com efeito protetor contra o diabetes.

O segredo foi a conversão de gordura branca — aquela que estoca energia inerte e estraga nossa silhueta — em marrom. Mais comum em bebês, e praticamente inexistente em adultos, esse tipo de gordura serve para nos aquecer. E, nesse processo, gasta uma energia tremenda. Como efeito colateral, afinaria nossa silhueta.

A expectativa é que, se o hormônio funcionar da mesma forma em humanos, surja em breve um novo medicamento para emagrecer. Mas ele estaria longe de substituir por completo os benefícios da atividade física. “Possivelmente existem muitos outros hormônios musculares liberados durante o exercício e ainda não descobertos”, diz o fisiologista Paul Coen, professor assistente da Universidade de Pittsburgh, nos EUA. A irisina não fortalece os músculos, por exemplo. E para ficar com aquele tríceps de fazer inveja só o levantamento de controle remoto não daria conta. LIMA, F. Galileu. São Paulo, n. 248, mar. 2012.

Para convencer o leitor de que o exercício físico é importante, o autor usa a estratégia de divulgar que

- a) a falta de exercício físico não emagrece e desenvolve doenças.
- b) se trata de uma forma de transformar a gordura branca em marrom e de emagrecer.
- c) a irisina é um hormônio que apenas é produzido com o exercício físico.
- d) o exercício é uma forma de afinar a silhueta por eliminar a gordura branca.
- e) se produzem outros hormônios e há outros benefícios com o exercício.

Essa é uma questão recente que requer uma boa interpretação do texto. Mas, como vocês já estão espertos, já sabem que as respostas estão lá.

O enunciado pede que se saiba qual o argumento para convencer o leitor de que continuar fazendo exercício físico é importante.

Vejamos as alternativas!

a) a falta de exercício físico não emagrece e desenvolve doenças.

O texto não aborda esses fatores sobre o exercício físico.

b) se trata de uma forma de transformar a gordura branca em marrom e de emagrecer.

Esse argumento é usado a favor do uso do hormônio que foi isolado pelos cientistas. ERRADA.

c) a irisina é um hormônio que apenas é produzido com o exercício físico.

O texto diz que os cientistas conseguiram isolar o hormônio em laboratório (linhas 3 a 6).

d) o exercício é uma forma de afinar a silhueta por eliminar a gordura branca.

Isso não é abordado pelo texto.

e) se produzem outros hormônios e há outros benefícios com o exercício.

CORRETA. O texto usa a fala de um cientista para demonstrar esse benefício da prática de exercícios físicos. “Mas ele estaria longe de substituir por completo os benefícios da atividade física. “Possivelmente existem muitos outros hormônios musculares liberados

durante o exercício e ainda não descobertos”, diz o fisiologista Paul Coen...” (linhas 15 a 18).

Resposta: Letra E.

19) (INEP – ENEM 2019)

Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar

A educação para a saúde deverá ser alcançada mediante interação de ações que possam envolver o próprio homem mediante suas atitudes frente às exigências ambientais representadas pelos hábitos alimentares, estado de estresse, opções de lazer, atividade física, agressões climáticas etc. Dessa forma, parece evidente que o estado de ser saudável não é algo estático. Pelo contrário, torna-se necessário adquiri-lo e construí-lo de forma individualizada constantemente ao longo de toda a vida, apontando para o fato de que saúde é educável e, portanto, deve ser tratada não apenas com base em referenciais de natureza biológica e higienista, mas sobretudo em um contexto didático-pedagógico. GUEDES, D. P. Motriz, n. 1, 1999.

A educação para a saúde pressupõe a adoção de comportamentos com base na interação de fatores relacionados à

- a) adesão a programas de lazer.
- b) opção por dietas balanceadas.
- c) constituição de hábitos saudáveis.
- d) evasão de ambientes estressores.
- e) realização de atividades físicas regulares.

Conforme o enunciado, a alternativa que melhor demonstra que a educação em saúde promove a adoção de comportamentos (no plural) saudáveis é a letra C.

Resposta: Letra C.

Nesse capítulo eu separei algumas outras questões que vão desde as primeiras provas até as mais recentes. Você deve resolver sozinho e, ao final vai o gabarito.

Mãos à obra!

Divirta-se!!

1) (INEP – ENEM 2019)

Em nenhuma outra época o corpo magro adquiriu um sentido de corpo ideal e esteve tão em evidência como nos dias atuais: esse corpo, nu ou vestido, exposto em diversas revistas femininas e masculinas, está na moda: é capa de revistas, matérias de jornais, manchetes publicitárias, e se transformou em sonho de consumo para milhares de pessoas. Partindo dessa concepção, o gordo passa a ter um corpo visivelmente sem comedimento, sem saúde, um corpo estigmatizado pelo desvio, o desvio pelo excesso. Entretanto, como afirma a escritora Marylin Wann, é perfeitamente possível ser gordo e saudável. Frequentemente os gordos adoecem não por causa da gordura, mas sim pelo estresse, pela opressão a que são submetidos. VASCONCELOS, N.A; SUDO, I; SUDO, N; Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia. Revista Mal-Estar e Subjetividade. N. 1, mar 2004 (adaptado).

No texto, o tratamento predominante na mídia sobre a relação entre saúde e corpo recebe a seguinte crítica:

- a) Difusão das estéticas antigas.
- b) Exaltação das crendices populares.
- c) Propagação das conclusões científicas.
- d) Reiteração dos discursos hegemônicos.
- e) Contestação dos estereótipos consolidados.

2) (INEP – ENEM 2018)

Tanto os Jogos Olímpicos quanto os Paralímpicos são mais que uma corrida por recordes, medalhas e busca da excelência. Por trás deles está a filosofia do barão Pierre de Coubertin, fundador do Movimento Olímpico. Como educador, ele viu nos Jogos a oportunidade para que os povos desenvolvessem valores, que poderiam ser aplicados não somente ao esporte, mas à educação e à sociedade. Existem atualmente sete valores associados aos Jogos. Os valores olímpicos são: a amizade, a excelência e o respeito, enquanto os valores paralímpicos são: a determinação, a coragem, a igualdade e a inspiração. MIRAGAYA, A. Valores para toda a vida. Disponível em: www.esporteessencial.com.br. Acesso em: 9 ago. 2017 (adaptado).

No contexto das aulas de Educação Física escolar, os valores olímpicos e paralímpicos podem ser identificados quando o colega

- a) a procura entender o próximo, assumindo atitudes positivas como simpatia, empatia, honestidade, compaixão, confiança e solidariedade, o que caracteriza o valor da igualdade.
- b) faz com que todos possam ser iguais e receber o mesmo tratamento, assegurando imparcialidade, oportunidades e tratamentos iguais para todos, o que caracteriza o valor da amizade.
- c) dá o melhor de si na vivência das diversas atividades relacionadas ao esporte ou aos jogos, participando e progredindo de acordo com seus objetivos, o que caracteriza o valor da coragem.
- d) o manifesta a habilidade de enfrentar a dor, o sofrimento, o medo, a incerteza e a intimidação nas atividades, agindo corretamente contra a vergonha, a desonra e o desânimo, o que caracteriza o valor da determinação.
- e) inclui em suas ações o fair play (jogo limpo), a honestidade, o sentimento positivo de consideração por outra pessoa, o conhecimento dos seus limites, a valorização de sua própria saúde e o combate ao doping, o que caracteriza o valor do respeito.

3) (INEP – ENEM 2017)

Apesar de muitas crianças e adolescentes terem a Barbie como um exemplo de beleza, um infográfico feito pelo site Rehabs.com comprovou que, caso uma mulher tivesse as medidas da boneca de plástico, ela nem estaria viva.

Não é exatamente uma novidade que as proporções da boneca mais famosa do mundo são absurdas para o mundo real. Ativistas que lutam pela construção de uma autoimagem mais saudável, pesquisadores de distúrbios alimentares e pessoas que se preocupam com o impacto da indústria cultural na psique humana apontam, há anos, a influência de modelos como a Barbie na distorção do corpo feminino.

Pescoço

Com um pescoço duas vezes mais longo e 15 centímetros mais fino do que o de uma mulher, a Barbie seria incapaz de manter sua cabeça levantada.

Cintura

Com uma cintura de 40 centímetros (menor do que a sua cabeça), a Barbie da vida real só teria espaço em seu corpo para acomodar metade de um rim e alguns centímetros de intestino.

Quadril

O índice que mede a relação entre a cintura e o quadril da Barbie é de 0,56, o que significa que a medida da sua cintura representa 56% da circunferência de seu quadril. Esse mesmo índice, em uma mulher americana média, é de 0,8. Disponível em: <http://oglobo.globo.com>. Acesso em: 2 maio 2015.

Ao abordar as possíveis influências da indústria de brinquedos sobre a representação do corpo feminino, o texto analisa a

- a) noção de beleza globalizada veiculada pela indústria cultural.
- b) influência da mídia para a adoção de um estilo de vida salutar pelas mulheres.
- c) relação entre a alimentação saudável e o padrão de corpo instituído pela boneca.
- d) proporcionalidade entre a representação do corpo da boneca e a do corpo humano.
- e) influência mercadológica na construção de uma autoimagem positiva do corpo feminino.

4) (INEP – ENEM 2017)

Olha o meu povo nas favelas e vai perceber
Daqui eu vejo uma caranga do ano
Toda equipada e o tiozinho guiando
Com seus filhos ao lado estão indo ao parque
Eufóricos brinquedos eletrônicos
Automaticamente eu imagino
A molecada lá da área como é que tá
Provavelmente correndo pra lá e pra cá
Jogando bola descalços nas ruas de terra
É, brincam do jeito que dá
[...]
Olha só aquele clube, que da hora
Olha aquela quadra, olha aquele campo, olha
Olha quanta gente
Tem sorveteria, cinema, piscina quente
[...]
Aqui não vejo nenhum clube poliesportivo
Pra molecada frequentar nenhum incentivo
O investimento no lazer é muito escasso
O centro comunitário é um fracasso.
RACIONAIS MCs. Racionais MCs. São Paulo: Zimbabwue, 1994 (fragmento)

A letra da canção apresenta uma realidade social quanto à distribuição distinta dos espaços de lazer que

- a) retrata a ausência de opções de lazer para a população de baixa renda, por falta de espaço adequado.
- b) ressalta a irrelevância das opções de lazer para diferentes classes sociais, que o acessam à sua maneira.
- c) expressa o desinteresse das classes sociais menos favorecidas economicamente pelas atividades de lazer.

d) implica condições desiguais de acesso ao lazer, pela falta de infraestrutura e investimentos em equipamentos.

e) aponta para o predomínio do lazer contemplativo, nas classes favorecidas economicamente; e do prático, nas menos favorecidas.

5) (INEP – ENEM 2015)

Obesidade causa doença

A obesidade tornou-se uma epidemia global, segundo a Organização Mundial da Saúde, ligada à Organização das Nações Unidas. O problema vem atingindo um número cada vez maior de pessoas em todo o mundo, e entre as principais causas desse crescimento estão o modo de vida sedentário e a má alimentação. Segundo um médico especialista em cirurgia de redução de estômago, a taxa de mortalidade entre homens obesos de 25 a 40 anos é 12 vezes maior quando comparada à taxa de mortalidade entre indivíduos de peso normal. O excesso de peso e de gordura no corpo desencadeia e piora problemas de saúde que poderiam ser evitados. Em alguns casos, a boa notícia é que a perda de peso leva à cura, como no caso da asma, mas em outros, como o infarto, não há solução. FERREIRA, T. Disponível em: <http://revistaepoca.globo.com>. Acesso em: 2 ago. 2012 (adaptado).

O texto apresenta uma reflexão sobre saúde e aponta o excesso de peso e de gordura corporal dos indivíduos como um problema, relacionando-o ao:

a) padrão estético, pois o modelo de beleza dominante na sociedade requer corpos magros.

b) equilíbrio psíquico da população, pois esse quadro interfere na autoestima das pessoas.

c) quadro clínico da população, pois a obesidade é um fator de risco para o surgimento de diversas doenças crônicas.

d) preconceito contra a pessoa obesa, pois ela sofre discriminação em diversos espaços sociais.

e) desempenho na realização das atividades cotidianas, pois a obesidade interfere na performance.

6) (INEP – ENEM 2014)

O boxe está perdendo cada vez mais espaço para um fenômeno relativamente recente do esporte, o MMA. E o maior evento de Artes Marciais Mistas do planeta é o Ultimate Fighting Championship, ou simplesmente UFC. O ringue, com oito cantos, foi desenhado para deixar os lutadores com mais espaço para as lutas. Os atletas podem usar as mãos e aplicar golpes de jiu-jitsu. Muitos podem falar que a modalidade é uma espécie de vale-tudo, mas isso já ficou no passado: agora, a modalidade tem regras e acompanhamento médico obrigatório para que o esporte apague o estigma negativo. CORREIA, D. UFC: saiba como o MMA nocauteou o boxe em oito golpes. Veja, 10 jun. 2011 (fragmento).

O processo de modificação das regras do MMA retrata a tendência de redimensionamento de algumas práticas corporais, visando enquadrá-las em um determinado formato. Qual o sentido atribuído a essas transformações incorporadas historicamente ao MMA?

- a) A modificação das regras busca associar valores lúdicos ao MMA, possibilitando a participação de diferentes populações como atividade de lazer.
- b) As transformações do MMA aumentam o grau de violência das lutas, favorecendo a busca de emoções mais fortes tanto aos competidores como ao público.
- c) As mudanças de regras do MMA atendem à necessidade de tornar a modalidade menos violenta, visando sua introdução nas academias de ginástica na dimensão da saúde.
- d) As modificações incorporadas ao MMA têm por finalidade aprimorar as técnicas das diferentes artes marciais, favorecendo o desenvolvimento da modalidade enquanto defesa pessoal.
- e) As transformações do MMA visam delimitar a violência das lutas, preservando a integridade dos atletas e enquadrando a modalidade no formato do esporte de espetáculo.

7) (INEP – ENEM 2014)

Uso de suplementos alimentares por adolescentes

Evidências médicas sugerem que a suplementação alimentar pode ser benéfica para um pequeno grupo de pessoas, aí incluídos atletas competitivos, cuja dieta não seja

balanceada. Tem-se observado que adolescentes envolvidos em atividade física ou atlética estão usando cada vez mais tais suplementos. A prevalência desse uso varia entre os tipos de esportes, aspectos culturais, faixas etárias (mais comum em adolescentes) e sexo (maior prevalência em homens). Poucos estudos se referem a frequência, tipo e quantidade de suplementos usados, mas parece ser comum que as doses recomendadas sejam excedidas. A mídia é um dos importantes estímulos ao uso de suplementos alimentares ao veicular, por exemplo, o mito do corpo ideal. Em 2001, a indústria de suplementos alimentares investiu globalmente US\$ 46 bilhões em propaganda, como meio de persuadir potenciais consumidores a adquirir seus produtos. Na adolescência, período de autoafirmação, muitos deles não medem esforços para atingir tal objetivo. ALVES, C.; LIMA, R. J. *Pediatra*. v.85, n.4, 2009 (fragmento).

Sobre a associação entre a prática de atividades físicas e o uso de suplementos alimentares, o texto informa que a ingestão desses suplementos

- a) é indispensável para as pessoas que fazem atividades físicas regularmente.
- b) é estimulada pela indústria voltada para adolescentes que buscam um corpo ideal.
- c) é indicada para atividades físicas como a musculação com fins de promoção da saúde
- d) direciona-se para adolescentes com distúrbios metabólicos e que praticam atividades físicas.
- e) melhora a saúde do indivíduo que não tem uma dieta balanceada e nem pratica atividades físicas.

8) (INEP – 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 diabetes”, 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.

9) (INEP – ENEM 2012)

Aqui é o país do futebol

Brasil está vazio na tarde de domingo, né?

Olha o sambão, aqui é o país do futebol

[...]

No fundo desse país

Ao longo das avenidas

campos de terra e grama

Brasil só é futebol

Nesses noventa minutos

De emoção e alegria

casa e o trabalho

A vida fica lá fora

Dinheiro fica lá fora

A cama fica lá fora

A mesa fica lá fora

Salário fica lá fora

A fome fica lá fora

A comida fica lá fora

A vida fica lá fora

E tudo fica lá fora

SIMONAL, W. Aqui é o país do futebol. Disponível em: www.vagalume.com.br. Acesso em: 27 out. 2011 (fragmento).

Na letra da canção *Aqui é o país do futebol*, de Wilson Simonal, o futebol, como elemento da cultura corporal de movimento e expressão da tradição nacional, é apresentado de forma crítica e emancipada devido ao fato de:

- a) reforçar a relação entre o esporte futebol e o samba.
- b) ser apresentado como uma atividade de lazer.
- c) ser identificado com a alegria da população brasileira.
- d) promover a reflexão sobre a alienação provocada pelo futebol.
- e) ser associado ao desenvolvimento do país.

10) (INEP – ENEM 2012)



NIEMAN, D. Exercício e saúde. São Paulo: Manole, 1999 (adaptado).

A partir dos efeitos fisiológicos do exercício físico no organismo, apresentados na figura, são adaptações benéficas à saúde de um indivíduo:

- a) Diminuição da frequência cardíaca em repouso e aumento da oxigenação do sangue.
- b) Diminuição da oxigenação do sangue e aumento da frequência cardíaca em repouso.
- c) Diminuição da frequência cardíaca em repouso e aumento da gordura corporal.
- d) Diminuição do tônus muscular e aumento do percentual de gordura corporal.
- e) Diminuição da gordura corporal e aumento da frequência cardíaca em repouso.

11) (INEP – ENEM 2012)

Verbo ser

QUE VAI SER quando crescer? Vivem perguntando em redor. Que é ser? É ter um corpo, um jeito, um nome? Tenho os três. E sou? Tenho de mudar quando crescer? Usar outro nome, corpo e jeito? Ou a gente só principia a ser quando cresce? É terrível, ser? Dói? É bom? É triste? Ser: pronunciado tão depressa, e cabe tantas coisas? Repito: ser,

ser, ser. Er. R. Que vou ser quando crescer? Sou obrigado a? Posso escolher? Não dá para entender. Não vou ser. Não quero ser. Vou crescer assim mesmo. Sem ser. Esquecer. ANDRADE, C. D. Poesia e prosa. Rio de Janeiro: Nova Aguilar, 1992.

A inquietação existencial do autor com a autoimagem corporal e a sua corporeidade se desdobra em questões existenciais que têm origem

- a) no conflito do padrão corporal imposto contra as convicções de ser autêntico e singular.
- b) na aceitação das imposições da sociedade seguindo a influência de outros.
- c) na confiança no futuro, ofuscada pelas tradições e culturas familiares.
- d) no anseio de divulgar hábitos enraizados, negligenciados por seus antepassados.
- e) na certeza da exclusão, revelada pela indiferença de seus pares.

12) (INEP – ENEM 2011)

Conceito e importância das lutas

Antes de se tornarem esporte, as lutas ou as artes marciais tiveram duas conotações principais: eram praticadas com o objetivo guerreiro ou tinham um apelo filosófico como concepção de vida bastante significativo.

Atualmente, nos deparamos com a grande expansão das artes marciais em nível mundial. As raízes orientais foram se disseminando, ora pela necessidade de luta pela sobrevivência ora pela “defesa pessoal”, ora pela necessidade de ter as artes marciais como própria filosofia de vida. CARREIRO, E. A. Educação Física Escolar: Implicações para prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008 (fragmento).

Um dos problemas da violência que está presente principalmente nos grandes centros urbanos são as brigas e os enfrentamentos de torcidas organizadas, além da formação de gangues, que se apropriam de gestos das lutas, resultando, muitas vezes, em fatalidades.

Portanto, o verdadeiro objetivo da aprendizagem desses movimentos foi mal compreendido afinal as lutas:

- a) se tornaram um esporte, mas eram praticadas com objetivo guerreiro a fim de garantir a sobrevivência.

- b) apresentam a possibilidade de desenvolver o autocontrole, o respeito ao outro e a formação do caráter.
- c) possuem como objetivo principal a defesa pessoal por meio de golpes agressivos sobre o adversário.
- d) sofreram transformações em seus princípios filosóficos em razão de sua disseminação pelo mundo.
- e) se disseminaram pela necessidade de luta pela sobrevivência ou como filosofia pessoal de vida.

13) (INEP – 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.

14) (INEP – ENEM 2010)

Não é raro ouvirmos falar que o Brasil é o país das danças ou um país dançante. Essa nossa “fama” é bem pertinente, se levarmos em consideração a diversidade de manifestações rítmicas e expressivas existentes de Norte a Sul. Sem contar a imensa repercussão de nível internacional de algumas delas.

Danças trazidas pelos africanos escravizados, danças relativas aos mais diversos rituais, danças trazidas pelos imigrantes etc. Algumas preservam suas características e pouco se transformaram com o passar do tempo, como o forró, o maxixe, o xote, o frevo. Outras foram criadas e são recriadas a cada instante: inúmeras influências são incorporadas, e as danças transformam-se, multiplicam-se. Nos centros urbanos existem as danças como o funk, hip hop, as danças de rua e de salão.

É preciso deixar claro que não há jeito certo ou errado de dançar. Todos podem dançar, independentemente de biótipo, etnia ou habilidade, respeitando-se as diferenciações de ritmos e estilos individuais. GASPARI, T. C. Dança e educação física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008 (adaptado).

Com base no texto, verifica-se que a dança, presente em todas as épocas, espaços geográficos e culturais é uma

- a) prática corporal que conserva inalteradas suas formas independentes das influências culturais da sociedade.
- b) forma de expressão corporal baseada em gestos padronizados e realizada por quem tem habilidade para dançar.
- c) manifestação rítmica e expressiva voltada para as apresentações artísticas, sem que haja preocupação com a linguagem corporal.
- d) prática que traduz os costumes de determinado povo ou região e está restrita a este.
- e) representação das manifestações, expressões, comunicações e características culturais de um povo.

15) (INEP – ENEM 2010)

Saúde

Afinal, abrindo um jornal, lendo uma revista ou assistindo à TV, insistentes são os apelos feitos em prol da atividade física. A mídia não descansa; quer vender roupas esportivas, propagandas de academias, tênis, aparelhos de ginástica e musculação, vitaminas, dietas... uma... uma relação infindável de materiais, equipamentos e produtos alimentares que, por trás de toda essa “parafernália”, impõe um discurso do convencimento e do desejo de um corpo belo, saudável e, em sua grande maioria, de melhor saúde. RODRIGUES, L. H.; GALVÃO, Z. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

Em razão da mídia no comportamento das pessoas, no que diz respeito ao padrão de corpo exigido, podem ocorrer mudanças de hábitos corporais. A esse respeito, infere-se do texto que é necessário

- a) reconhecer o que é indicado pela mídia como referência para alcançar o objetivo de ter um corpo belo e saudável.
- b) valorizar o discurso da mídia, entendendo-o como incentivo à prática da atividade física, para o culto do corpo perfeito.
- c) diferenciar as práticas corporais veiculadas pela mídia daquelas praticadas no dia a dia, considerando a saúde e a integridade corporal.
- d) atender aos apelos midiáticos em prol da prática exacerbada de exercícios físicos, como garantia de beleza.
- e) identificar os materiais, equipamentos e produtos alimentares como o caminho para atingir o padrão de corpo idealizado pela mídia.

16) (CESPE/CESGRANRIO – INEP – ENEM 2008)

O índice de massa corpórea (IMC) é uma medida que permite aos médicos fazer uma avaliação preliminar das condições físicas e do risco de uma pessoa desenvolver certas doenças, conforme mostra a tabela abaixo.

IMC	classificação	risco de doença
menos de 18,5	magreza	elevado
entre 18,5 e 24,9	normalidade	baixo
entre 25 e 29,9	sobrepeso	elevado
entre 30 e 39,9	obesidade	muito elevado
40 ou mais	obesidade grave	multíssimo elevado

Fonte: <www.somatematica.com.br>.

Considere as seguintes informações a respeito de João, Maria, Cristina, Antônio e Sérgio.

Nome	peso (kg)	altura (m)	IMC
João	113,4	1,80	35
Maria	45	1,50	20
Cristina	48,6	1,80	15
Antônio	63	1,50	28
Sérgio	115,2	1,60	45

Os dados das tabelas indicam que

- Cristina está dentro dos padrões de normalidade.
- Maria está magra, mas não corre risco de desenvolver doenças.
- João está obeso e o risco de desenvolver doenças é muito elevado.
- Antônio está com sobrepeso e o risco de desenvolver doenças é muito elevado.
- Sérgio está com sobrepeso, mas não corre risco de desenvolver doenças.

17) (CESGRANRIO – INEP – ENEM 2005)

A DANÇA E A ALMA

A DANÇA? Não é movimento,

súbito gesto musical.
É concentração, num momento,
da humana graça natural.

No solo não, no éter pairamos,
nele amaríamos ficar.
A dança – não vento nos ramos:
seiva, força, perene estar.

Um estar entre céu e chão,
novo domínio conquistado,
onde busque nossa paixão
libertar-se por todo lado...

Onde a alma possa descrever
suas mais divinas parábolas
sem fugir à forma do ser,
por sobre o mistério das fábulas.

(Carlos Drummond de Andrade. Obra completa. Rio de Janeiro: Aguilar, 1964. p. 366.).

A definição de dança, em linguagem de dicionário, que mais se aproxima do que está expresso no poema é

- a) a mais antiga das artes, servindo como elemento de comunicação e afirmação do homem em todos os momentos de sua existência.
- b) a forma de expressão corporal que ultrapassa os limites físicos, possibilitando ao homem a liberação de seu espírito.
- c) a manifestação do ser humano, formada por uma sequência de gestos, passos e movimentos desconcertados.
- d) o conjunto organizado de movimentos do corpo, com ritmo determinado por instrumentos musicais, ruídos, cantos, emoções etc.
- e) o movimento diretamente ligado ao psiquismo do indivíduo e, por consequência, ao seu desenvolvimento intelectual e à sua cultura.

18) (CESGRANRIO – INEP – ENEM 2005)

A obesidade, que nos países desenvolvidos já é tratada como epidemia, começa a preocupar especialistas no Brasil. Os últimos dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares, realizada entre 2002 e 2003 pelo IBGE, mostram que 40,6% da população brasileira estão acima do peso, ou seja, 38,8 milhões de adultos. Desse total, 10,5 milhões são considerados obesos. Várias são as dietas e os remédios que prometem um emagrecimento rápido e sem riscos. Há alguns anos foi lançado no mercado brasileiro um remédio de ação diferente dos demais, pois inibe a ação das lipases, enzimas que aceleram a reação de quebra de gorduras. Sem serem quebradas elas não são absorvidas pelo intestino, e parte das gorduras ingeridas é eliminada com as fezes. Como os lipídios são altamente energéticos, a pessoa tende a emagrecer. No entanto, esse remédio apresenta algumas contraindicações, pois a gordura não absorvida lubrifica o intestino, causando desagradáveis diarreias. Além do mais, podem ocorrer casos de baixa absorção de vitaminas lipossolúveis, como as A, D, E e K, pois

- a) essas vitaminas, por serem mais energéticas que as demais, precisam de lipídios para sua absorção.
- b) a ausência dos lipídios torna a absorção dessas vitaminas desnecessária.
- c) essas vitaminas reagem com o remédio, transformando-se em outras vitaminas.
- d) as lipases também desdobram as vitaminas para que essas sejam absorvidas.
- e) essas vitaminas se dissolvem nos lipídios e só são absorvidas junto com eles.

19) (CESGRANRIO - INEP – ENEM 2004)

Os Jogos Olímpicos tiveram início na Grécia, em 776 a.C., para celebrar uma declaração de paz. Na sociedade contemporânea, embora mantenham como ideal o conagraçamento entre os povos, os Jogos Olímpicos têm sido palco de manifestações de conflitos políticos. Dentre os acontecimentos apresentados abaixo, o único que evoca um conflito armado e sugere sua superação, reafirmando o ideal olímpico, ocorreu

- a) em 1980, em Moscou, quando os norte-americanos deixaram de comparecer aos Jogos Olímpicos.

- b) em 1964, em Tóquio, quando um atleta nascido em Hiroshima foi escolhido para carregar a tocha olímpica.
- c) em 1956, em Melbourne, quando a China abandonou os Jogos porque a representação de Formosa também havia sido convidada para participar.
- d) em 1948, em Londres, quando os alemães e os japoneses não foram convidados a participar.
- e) em 1936, em Berlim, quando Hitler abandonou o estádio ao serem anunciadas as vitórias do universitário negro, Jesse Owens, que recebeu quatro medalhas.

20) (CESGRANRIO – FCC – INEP- ENEM 2000)

A adaptação dos integrantes da seleção brasileira de futebol à altitude de La Paz foi muito comentada em 1995, por ocasião de um torneio, como pode ser lido no texto abaixo.

A seleção brasileira embarca hoje para La Paz, capital da Bolívia, situada a 3.700 metros de altitude, onde disputará o torneio Interamérica. A adaptação deverá ocorrer em um prazo de 10 dias, aproximadamente. O organismo humano, em altitudes elevadas, necessita desse tempo para se adaptar, evitando-se, assim, risco de um colapso circulatório.

(Adaptado da revista Placar, edição fev.1995)

A adaptação da equipe foi necessária principalmente porque a atmosfera de La Paz, quando comparada à das cidades brasileiras, apresenta:

- a) menor pressão e menor concentração de oxigênio.
- b) maior pressão e maior quantidade de oxigênio.
- c) maior pressão e maior concentração de gás carbônico.
- d) menor pressão e maior temperatura.
- e) maior pressão e menor temperatura.

21) (INEP – ENEM 1998)

Matéria publicada em jornal diário discute o uso de anabolizantes (apelidados de “bombas”) por praticantes de musculação. Segundo o jornal, “os anabolizantes são

hormônios que dão uma força extra aos músculos. Quem toma consegue ganhar massa muscular mais rápido que normalmente. Isso porque uma pessoa pode crescer até certo ponto, segundo sua herança genética e independentemente do quanto ela se exercite”. Um professor de musculação, diz: “Comecei a tomar bomba por conta própria. Ficava nervoso e tremia. Fiquei impotente durante uns seis meses. Mas como sou lutador de vale tudo, tenho que tomar”.

A respeito desta matéria, dois amigos fizeram os seguintes comentários:

I. o maior perigo da automedicação é seu fator anabolizante, que leva à impotência sexual.

II. o crescimento corporal depende tanto dos fatores hereditários quanto do tipo de alimentação da pessoa, se pratica ou não esportes, se dorme as 8 horas diárias.

III. os anabolizantes devem ter mexido com o sistema circulatório do professor de musculação, pois ele até ficou impotente.

IV. os anabolizantes são mais perigosos para os homens, pois as mulheres, além de não correrem o risco da impotência, são protegidas pelos hormônios femininos.

Tomando como referência as informações da matéria do jornal e o que se conhece da fisiologia humana, pode-se considerar que estão corretos os comentários:

- a) I, II, III e IV.
- b) I, II e IV, apenas.
- c) III e IV, apenas.
- d) II e III, apenas.
- e) I, II e III, apenas.

GABARITO

1) E	11) A
2) E	12) B
3) D	13) A
4) D	14) E
5) C	15) C
6) E	16) C
7) B	17) B
8) A	18) E
9) D	19) B
10) A	20) A
21)D	

AGRADECIMENTOS

Os agradeço a Deus por permitir tudo o que ocorre em nossas vidas.

Também tenho minha profunda gratidão à Raquel, minha esposa, por suportar comigo a escrita desse livro. E agradeço também às minhas filhas pelo apoio e incentivo.

Por fim, gostaria de agradecer à colega de trabalho Kelly Rita de Azevedo que apoiou a finalização da 1ª edição.

AUTOR

Almir Ferreira Luz Junior



Almir Ferreira Luz Junior nasceu no ano de 1978 em Belo Horizonte, MG. É filho de mãe capixaba e pai baiano, sendo criado em Vitória, ES. Formou-se em Bacharelado em Esporte pela Escola de Educação Física e Esporte da USP (2001) e Licenciatura Plena em Educação Física pelo Centro de Educação Física e Desportos da UFES (2007). É Especialista em Atenção Primária à Saúde (2011) e atualmente é mestrando do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT) no IFES, campus Vitória. É professor do Ensino Básico, Técnico e Tecnológico do IFES, campus Aracruz, na disciplina de Educação Física. Atualmente mora em Aracruz, ES com a esposa e as filhas.



DOI: 10.35170/ss.ed.9786586283181