



**GABABRITO DE VÔLEI DE PRAIA**

Q No	Correct
<b>Oficina: Trein. Vôlei de Praia - Língua Portuguesa</b>	
1	A
2	D
3	C
4	B
5	B
6	A
<b>Oficina: Trein. Vôlei de Praia - Conteúdo Específico</b>	
7	C
8	A
9	B
10	A
11	C
12	B
13	C
14	D
15	C
16	C
17	D
18	D
19	D
20	D

nome:

Nº de protocolo:

**CADERNO DE PROVA - OFICINA: TREINAMENTO DE VÔLEI DE PRAIA**

**LÍNGUA PORTUGUESA**

**Questão 01**

**Estudo alerta para emissões de novas hidrelétricas na Amazônia**

*Pesquisa aponta que 6 das 18 usinas que governo ergueu ou pretende erguer na região podem ter impacto comparável à queima de combustíveis fósseis.*

*(João Fellet BBC)*

Seis das 18 hidrelétricas que o governo ergueu recentemente, está erguendo ou pretende erguer na Amazônia poderão emitir níveis de gases causadores do efeito estufa equivalentes aos de usinas alimentadas por combustíveis fósseis, segundo um estudo publicado na revista científica americana Environmental Research Letters.

Divulgada em dezembro, a pesquisa empregou um método inédito para calcular as emissões de gás carbônico e metano geradas na formação dos reservatórios e construção das usinas.

A análise apontou uma alta probabilidade de que as hidrelétricas de Cachoeira do Caí (PA), Cachoeira dos Patos (PA), Sinop (MT), Bem Querer (RR), Colíder (MT) e Marabá (PA) gerem emissões comparáveis às de usinas de gás natural, fonte normalmente mais poluente que a hidráulica mas menos poluente que os demais combustíveis fósseis.

Em alguns casos - como os de Sinop e Cachoeira do Caí -, as emissões poderiam até superar as de usinas de carvão, o mais poluente dos combustíveis fósseis.

As emissões em hidrelétricas geralmente ocorrem quando a matéria orgânica presente no solo ou na vegetação submerge durante a formação de reservatórios, produzindo gás metano. Por isso, usinas cujos reservatórios inundam grandes áreas tendem a gerar mais emissões que hidrelétricas a fio d'água (com reservatórios menores e que aproveitam a velocidade natural do rio para gerar energia).

A legislação brasileira atual exige a retirada da vegetação de áreas a serem alagadas. Ainda assim, segundo o estudo, quantidades significativas de matéria orgânica permanecem no solo.

Disponível em: <https://g1.globo.com/natureza/noticia/2016/01/estudo-alerta-para-emissoes-de-novas-hidretricas-na-amazonia.html> acesso dia 15 de set. 2023.

➤ **As usinas hidrelétricas apresentadas no texto:**

- A. indicam emissão de poluentes praticamente semelhante aos índices das usinas de gás natural.
- B. demonstram índices de poluição mais altos do que aqueles emitidos pelos combustíveis fósseis.
- C. são altamente poluentes durante a formação dos reservatórios e construção das usinas.
- D. emitem gás carbônico e metano equivalentes aos de usinas de outros combustíveis fósseis.

**Questão 02**

**É impossível ser feliz sozinho?**

➤ Leia o texto abaixo:

A dependência irrefreável de estar rodeado de pessoas o tempo todo pode ser tão perigoso quanto qualquer outra droga psicotrópica: a abstinência de gente pode levar à tristeza profunda e à banalização do viver. Contudo, o tratamento é simples e não tem contra-indicações: aceitar os pequenos momentos em que estamos completamente solitários e desfrutá-los com o mesmo prazer que desfrutaríamos de um almoço de domingo com a casa cheia.

Mais essencial que o amor em sua forma genérica, é o nosso amor-próprio, que está intimamente ligado ao prazer em estarmos na nossa própria companhia, e ponto. Importante lembrar que a palavra solidão tem interpretações ambíguas, podendo significar estar só dentro de um espaço físico ou sentindo-se com a alma solitária em meio a uma multidão. Solidão nada tem a ver com a falta de pessoas ao nosso redor, e sim com um estado de espírito. Portanto, reveja seus conceitos.

*Disponível em: <https://brainly.com.br/tarefa/11633462> Acesso em: 15 set. 2023.*

➤ **Sobre o assunto abordado, o autor defende a tese de que**

- A. a aceitação dos pequenos momentos em que estamos sozinhos supera a solidão.
- B. a palavra solidão tem interpretações ambíguas e significados diferentes.
- C. a falta de amor próprio e o não gostar de si mesmas são problemas para as pessoas.
- D. a solidão é um estado de espírito e não está relacionada à interação com outras pessoas.

### Questão 03

#### Malala Yousafzai

Malala vivia no vale do Swat, no norte do Paquistão, onde sua família dirige uma série de escolas. Em 2010, os radicais do talibã assumiram o controle da região e proibiram as meninas de frequentarem a escola. Malala não se intimidou e ficou famosa depois de criar um blog defendendo o direito das mulheres. A fama quase lhe custou a vida.

No dia 9 de outubro de 2012, ela estava dentro de um ônibus escolar quando um pistoleiro a chamou pelo nome e disparou três tiros contra sua cabeça. Durante semanas ela permaneceu em condição crítica e foi levada de avião para o Hospital Queen Elizabeth, em Birminghan, na Inglaterra. Depois de uma recuperação milagrosa a menina tornou-se um símbolo da luta pelo direito à educação e contra o terrorismo. Depois de discursar nas Nações Unidas Malala acabou sendo agraciada com o Nobel. Mas sua coragem custou caro. Hoje ela vive exilada na Inglaterra e não pode voltar para sua terra natal.

*Disponível em: <<http://www.diariodovale.com.br/noticias/0,96222,A-historia-da-menina-que-ganhou-o-premio-Nobel.html#axzz42AAhVVdW>>. Acesso em: 14 de set. 2016. (Adaptado)*

- **A história de Malala tem diversos momentos fundamentais. Mas, o texto nos informa que o acontecimento que gerou a mais importante mudança na sua trajetória foi:**
- A. quando os radicais do Talibã assumiram o controle da região onde ela morava.
  - B. quando as meninas da região foram proibidas de frequentar a escola.
  - C. quando um pistoleiro entrou no ônibus escolar e disparou três tiros contra ela.
  - D. uma demonstração de reconhecimento ao receber o Prêmio Nobel.

### Questão 04

#### PEC 438

Uma das principais bandeiras daqueles que combatem o trabalho escravo é a aprovação da proposta de emenda à Constituição (PEC) que permite a expropriação das terras onde sejam encontrados trabalhadores em condições de escravidão.

[...]

Autor de um dos textos que tramitam juntamente com a PEC 438/01, o ex-deputado Paulo Rocha (PT-PA) explica que, atualmente, proprietários de terras, para evitar problemas com a Justiça, transferem a administração de suas fazendas a outras pessoas e não se preocupam ou se responsabilizam pelas condições de trabalho oferecidas aos

empregados. Se houver a hipótese da expropriação, porém, esse artifício não poderá mais ser usado e o dono das terras terá que buscar alternativas para adequar-se às leis trabalhistas do país.

[...]

Integrantes da Frente Parlamentar da Agropecuária (FPA – nome oficial dos ruralistas) temem a falta de uma definição clara de trabalho escravo, para que, então, a Justiça possa determinar o confisco de terras ou de outros imóveis dos culpados por esse crime.

“É claro que todos somos contra o trabalho escravo, mas algumas coisas precisam ser esclarecidas na PEC. Como votar algo no escuro? Ainda existe uma dúvida da sociedade porque esse assunto é bastante complexo, tanto do ponto de vista conceitual quanto do prático”, afirma a senadora Kátia Abreu (DEM-TO), que também é presidente da Confederação Nacional da Agricultura e Pecuária do Brasil (CNA).

Disponível em: <<http://www.senado.gov.br/NOTICIAS/JORNAL/EMDISCUSSAO/trabalho-escravo/pec-438.aspx>>. Acesso em: 14 set. 2023.

➤ **A PEC 438 propõe uma emenda constitucional que permite a expropriação de terras onde sejam encontrados trabalhadores em situação de escravidão. Segundo o texto:**

- A. os que se posicionam favoráveis à PEC 438 defendem que transferir a administração das terras para outras pessoas os isenta da responsabilidade trabalhista sobre as condições oferecidas aos empregados.
- B. os que se posicionam contrários à PEC 438 não são contra o trabalho escravo, nem contra a medida em si, mas precisam que ela esclareça melhor o que se quer dizer com trabalho escravo.
- C. o autor de parte do documento da PEC 438 defende que a perda do poder sobre as terras, no processo que é chamado de expropriação, garante boas condições de trabalho para os trabalhadores rurais.
- D. o texto da PEC 438 beneficia os trabalhadores rurais, reduzindo os riscos de trabalharem em condições de escravidão, mas prejudica os proprietários das terras, porque ameaça tirar deles a terra.

## Questão 05

### TEXTO I

#### **Papel da ética frente à morte**

*Escrito por Waldo Robatto*

Ninguém, sem qualquer dúvida, é o “Dono da verdade” diante a persistente complexa questão da Eutanásia, a morte piedosa, entre outros sinônimos etimológicos: morte sem agonia, sem dor, morte calma, serena, etc. Idem, para com a Distanásia, neologismo antônimo da Eutanásia, ato defeituoso de prolongamento exagerado do processo do

morrer de um paciente. “Obstinação Terapêutica”, medicação fútil, inútil, através a qual, enfim, busca-se desesperadamente curar o impossível, a morte!

[...]

“A discussão sana equívocos, reduz excessos, proporciona o equilíbrio das deliberações”. Neste artigo, procuro sugerir debates sobre Eutanásia e Distanásia referentes à grave problemática dos pacientes terminais numa pretensão que, pelo menos, a indiferença sobre o assunto tenha fim. Humanização, aprimoramento de cuidados paliativos para com eles, indispensável alocação de recursos específicos dos governos, federal, estaduais e municipais para tal desiderato. “Fomos ajudados para nascer, indiscutivelmente também precisamos ser ajudados para morrer”. “O sofrimento humano somente é intolerável se ninguém procura amenizar”.

Dignidade no processo do morrer, eis a questão!

Disponível em: <https://portal.cfm.org.br/artigos/papel-da-etica-frente-a-morte/> Acesso 15 de set. 2023

## TEXTO II

### O que é vida e o que é morte

*Fernando Pessoa*

O que é vida e o que é morte

Ninguém sabe ou saberá

Aqui onde a vida e a sorte

Movem as coisas que há.

Mas, seja o que for o enigma

De haver qualquer coisa aqui,

Terá de mim próprio o estigma

Da sombra em que eu o vivi.

*Poesias Inéditas (1930-1935) Fernando Pessoa. Lisboa: Ática, 1955. <http://arquivopessoa.net/textos/557>. Acesso 15 set. 2023.*

➤ **O tema da morte é abordado nos dois textos de maneira diferente. Isso pode ser constatado observando que:**

A. o leitor do texto I não tem interesse pela visão de morte apresentada no texto II.

B. o texto I aborda a morte pela perspectiva da medicina, e o texto II, da literatura.

- C. o texto I aborda o tema pela perspectiva biológica, e o texto II, pelo terror.
- D. o leitor do texto I busca a cura, e o do texto II busca a elevação da alma.

### Questão 06

#### **“O Pequeno Príncipe”, Antoine de Saint-Exupéry**

*Por Tamires Morett*

Esse livro conta a história de uma criança, o pequeno príncipe que vive em um planeta bem pequeno, um asteroide na verdade, onde tem uma vida super tranquila. Um certo dia, uma flor cresce lindamente em seu planeta e seus dias passam a ser mais felizes. O pequeno príncipe não consegue entender o poder que a flor tem sobre ele e como ela pode proporcionar sentimentos tão estranhos, surgindo então alguns questionamentos.

Um certo dia, cansado das desavenças com a rosa, o pequeno príncipe decide viajar para conhecer outros planetas e ao passar por vários asteroides chega no planeta Terra, onde faz grandes descobertas. Na viagem, o menino conhece outros personagens e observa como cada habitante vive os seus dias, suas prioridades, desejos, conquistas e finalmente entende o sentimento que a flor proporciona a ele, percebendo que ela é na verdade um tesouro em sua vida.

Uma história cheia de pequenos detalhes que revelam como as pessoas vivem de modo automático e até egoísta. A leitura desse livro foi bastante desafiadora e apesar de ser um livro infantil a história que ele passa é na verdade uma lição de vida para todos os adultos, deixando muitas mensagens de reflexão.

<https://letras.biblioteca.ufrj.br/o-pequeno-principe-antoine-de-saint-exupery-2/> visualizado em 15 de setembro de 2023.

- **Analisando as características do texto, sabe-se que ele tem como objetivo:**
- A. apresentar a sinopse de um novo livro do autor.
  - B. explicar o motivo para a publicação de uma obra.
  - C. enaltecer a qualidade do trabalho de um escritor.
  - D. resumir as partes integrantes de uma obra literária.

**CONTEUDO ESPECÍFICO: TREINAMENTO DE VÔLEI DE PRAIA**

**Questão 07**

O vôlei de praia surgiu em 1920, desenvolvido em busca de novos praticantes na modalidade de vôlei. Em qual país surgiu o vôlei de Praia?

- A. Estados Unidos da América
- B. Austrália
- C. Brasil
- D. Rússia

**Questão 08**

Quais as dimensões de uma quadra de vôlei de praia?

- A. 9 metros x 18 metros
- B. 8 metros x 16 metros
- C. 7,80 metros x 15,60 metros
- D. 10 metros x 20 metros

**Questão 09**

Os acessórios abaixo, podem ser usados no vôlei de praia, de acordo com a regra:

- A. Óculos, viseira, joelheira e biquíni ou bermuda
- B. Óculos, viseira, bermudas para homens, biquíni para mulheres
- C. Óculos, viseira, meião e tênis
- D. Joelheira, tênis, uniforme com bermuda e camiseta

**Questão 10**

Em quantos sets, é disputado um jogo de vôlei de praia?

- A. Melhor de 3 sets
- B. Melhor de 5 sets
- C. Somente em 2 sets
- D. 1 set único

### **Questão 11**

A pontuação de um set de vôlei de praia, é correto dizer:

- A. Cada set vai até 25 pontos, tie break (se necessário) até 15 pontos, para fechar o set, a equipe deve sempre abrir dois pontos de vantagem
- B. Cada set vai até 21 pontos, tie break (se necessário) até 15 pontos
- C. Cada set vai até 21 pontos, tie break (se necessário) até 15 pontos, para fechar o set, a equipe deve sempre abrir dois pontos de vantagem
- D. Cada set vai até 15 pontos, tie break (se necessário) até 15 pontos, para fechar o set, a equipe deve sempre abrir dois pontos de vantagem

### **Questão 12**

De acordo com a regra, o que não é permitido no vôlei de praia:

- A. Sacar por baixo
- B. Bloquear saque
- C. Passar para quadra adversária com manchete
- D. Realizar defesa com os pés

### **Questão 13**

Em qual situação abaixo, segundo a regra, um atleta em jogo poderá ser substituído?

- A. Quando sofrer uma lesão e ficar impossibilitado de continuar no jogo
- B. Quando um atleta for desqualificado durante o jogo
- C. Nenhum atleta poderá ser substituído após o jogo iniciado
- D. Quando a substituição for solicitada pelo técnico, restrita a uma substituição por set

### **Questão 14**

O vôlei de praia, tornou-se um esporte olímpico depois muitos anos ser fomentado e praticado em todos os continentes do mundo. É correto dizer que o Vôlei de Praia, foi incluído definitivamente nos Jogos Olímpicos, a partir de que ano e lugar:

- A. Em 1992, em Barcelona, na Espanha
- B. Em 1988, em Seul, na Coreia do Sul
- C. em 1984, no Rio de Janeiro, no Brasil

D. em 1996, em Atlanta, nos Estados Unidos da América

### **Questão 15**

Está CORRETO o que se afirma em alternativas:

I. No Vôlei de Praia, a bola tocada no bloqueio é considerado o primeiro toque da equipe.

II. O vôlei de praia é praticado por duplas ou quartetos, masculino, feminino, podendo realizar o quarteto misto.

III. Existe uma jogada de defesa, muito utilizada no vôlei de praia e também no de quadra, chama peixinho. Ela ocorre quando o jogador arremessa seu corpo, em direção ao solo, para alcançar a bola. Como o movimento é parecido com o de mergulho, a jogada ganhou este nome.

- A. Apenas os itens I e II estão corretos.
- B. Apenas os itens I e III estão corretos.
- C. Apenas os itens II e III estão corretos.
- D. Todos os itens estão corretos.

### **Questão 16**

“Um praticante de vôlei de praia, deve treinar todos os fundamentos da modalidade, para facilitar e desenvolver seu jogo”. Partindo desse pressuposto, assinale alternativa onde todas as técnicas não são relacionadas ao Vôlei de Praia.

- A. Saque, recepção, toque, levantamento, arremesso da linha dos três, bloqueio e ataque
- B. Saque, toque, levantamento, bloqueio e ataque
- C. Manchete, toque, largada, defesa alta e defesa baixa
- D. Levantamento usando manchete, bloqueio ofensivo, defesa em recuo

### **Questão 17**

INVASÃO POR SOB A REDE:(dupla e quarteto)- Só será considerada invasão (interferência) se o atleta interferir na ação do adversário (tocando-o ou não).

Considerando essa regra do jogo, assinale a alternativa correta.

- A. Outro atleta poderá impedir, segurando ou puxando o companheiro, evitando a infração
- B. Não havendo interferência, o árbitro pode ignorar um possível toque na rede na ação

- C. Mesmo se tocar no adversário, mas o mesmo concluir sua ação e for favorável a ele, árbitro não considerará infração
- D. Em hipótese alguma o atleta pode entrar na quadra adversária por sob a rede de jogo

**Questão 18**

De acordo com a regra de jogo, qual o tempo de execução de saque e quantas tentativas pode realizar após o lançamento da bola?

- A. tem 08 segundos para sacar, tendo 2 tentativas em cada situação de saque.
- B. atleta tem até 10 segundos, com tentativa única, após lançar a bola
- C. uma tentativa de saque com 5 segundo para execução
- D. todas estão incorretas.

**Questão 19**

De acordo com a regra de jogo, é correto dizer que a altura da rede para as categorias de base, são:

- A. para masculino e feminino, mesma altura: sub 17 = 2,24m, sub 15 e sub 13 = 2,12m
- B. para masculino e feminino, mesma altura: sub 17 e sub 15 = 2,24m, sub 13 = 2,12m
- C. para masculino e feminino, mesma altura: sub 17 = 2,24m, sub 15 = 2,12m e sub 13 = 2,00m
- D. para masculino: sub 17 = 2,24m, sub 15 e sub 13 = 2,12m, para feminino: sub 17 e sub 15 = 2,12 e sub 13 = 2,00m

**Questão 20**

Qual o principal objetivo de um jogo de vôlei de praia?

- A. Realizar defesas e ataques com grande eficiência
- B. Fazer do jogo, possibilidade de movimentos plásticos que exaltem a beleza técnica do jogo
- C. Fomentar o jogo atraindo novos praticantes
- D. Fazer a bola tocar no solo, dentro da quadra do adversário.