

FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

PROVA MODELO

CURSOS

Ciências do Desporto
Dança
Ergonomia
Gestão do Desporto
Reabilitação Psicomotora

ÁREAS EM AVALIAÇÃO

Biologia Humana
Psicologia e Comportamento Humano



Nome: _____

I. (1.5 valores) | **Identifique dois organelos celulares e explique o seu papel na síntese proteica.**

II. (0.25 valor/questão) | **Indique as afirmações verdadeiras (V) e falsas (F) assinalando com um X na respectiva quadrícula.**

As respostas erradas penalizam as respostas correctas na proporção de 2:1.

V F

- Os genes localizam-se no núcleo da célula.
- Na *difusão* os solutos movem-se de uma área de pequena concentração para outra de grande concentração.
- Chama-se *transporte activo* à passagem de substâncias através da membrana celular, com recurso ao ATP.
- Um tecido é um conjunto de órgãos idênticos e com a mesma função.
- As glândulas salivares são glândulas endócrinas enquanto que a hipófise é uma glândula exócrina.
- As proteínas são sequências de aminoácidos.
- Os nervos são formados por tecido epitelial e conduzem impulsos electroquímicos.
- Os neurónios são células do sistema nervoso que recebem e transmitem impulsos eléctricos.
- A adrenalina é uma hormona segregada pela hipófise.
- As hormonas são substâncias segregadas por glândulas exócrinas como as glândulas supra-renais.
- No sangue só os eritrócitos possuem hemoglobina.
- No coração, o ventrículo direito expulsa sangue para a grande circulação.
- A artéria aorta pertence à grande circulação enquanto que a veia cava superior pertence à pequena circulação.
- As válvulas cardíacas impedem a passagem do sangue dos ventrículos para as aurículas.
- As células mais abundantes do sangue são os eritrócitos.
- Nas veias circula sempre sangue arterial.
- A inspiração eupneica é um fenómeno activo e implica a utilização de músculos como o diafragma.
- Ao conjunto das reacções químicas envolvida na manutenção da vida dá-se o nome de *metabolismo*.
- Na respiração externa o oxigénio passa dos alvéolos pulmonares para os capilares pulmonares.
- O ciclo de Krebs é um processo de glicólise que ocorre no retículo endoplasmático.

III. (0.4 valores / cada pergunta) | Em cada pergunta, assinale na respectiva grelha, a resposta mais correcta de entre as opções sugeridas. Cada resposta errada desconta 0.1 valores no somatório das respostas certas.

1. | Indique o organelo celular onde ocorre a síntese de ATP (respiração celular)

- a. – mitocôndria
- b. – aparelho de Golgi
- c. – retículo endoplasmático
- d. – ribossomas

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. | A síntese das moléculas de ATP ocorre:

- a. – maioritariamente na mitocôndria através do ciclo de Krebs
- b. – por glicólise na presença de oxigénio
- c. – por neoglicogénese na presença de oxigénio
- d. – a. ; b.

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. | Enzimas são catalizadores orgânicos que:

- a. – aumentam a velocidade e a direcção das reacções químicas em que estão envolvidas
- b. – aumentam a velocidade das reacções químicas em que estão envolvidas
- c. – determinam a natureza dos produtos finais das reacções químicas em que estão envolvidas
- d. – b. ; c.

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. | Selecione a alternativa que permite preencher os espaços e obter afirmações correctas

A osmose é o _____ de um fluido através de uma membrana permeável desde uma área com _____ concentração de soluto para uma área de _____ concentração de soluto.

- a. – movimento activo [...] reduzida [...] elevada
- b. – movimento activo [...] elevada [...] reduzida
- c. – movimento passivo [...] reduzida [...] elevada
- d. – movimento passivo [...] elevada [...] reduzida

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. | Os quatro tipos de tecidos básicos são:

- a. – nervoso; fibroso; muscular; sanguíneo
- b. – sanguíneo; ósseo; cartilaginoso; nervoso
- c. – epitelial; muscular; conjuntivo; nervoso
- d. – muscular; ósseo; nervoso; epitelial

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. | Selecione a sequência que traduz a hierarquia das unidades estruturais do corpo humano, desde o nível mais simples até ao mais complexo.

- a. – molécula – célula – tecido – órgão – sistema
- b. – célula – molécula – tecido – órgão – sistema
- c. – molécula – tecido – célula – sistema – órgão
- d. – molécula – célula – órgão – tecido – sistema

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. | A sigla ATP identifica a molécula de:

- a. – adenina trifosfato
- b. – adenosina trifosfato
- c. – adenosina triplo posfato
- d. – aldosterona triplo piruvico

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. | Indique os sistemas de regulação do organismo humano:

- a. – nervoso e endócrino
- b. – nervoso e cardiovascular
- c. – endócrino e respiratório
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. | A propósito do sistema nervoso diga:

- a. – divide-se em sistema nervoso central (SNC) e sistema nervoso periférico (SNP)
- b. – divide-se em sistema nervoso somático (SNS) e sistema nervoso autónomo (SNA)
- c. – composto maioritariamente por tecido nervoso e neurónios
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. | São órgãos do sistema nervoso:

- a. – encéfalo; nervos; receptores cutâneos
- b. – encéfalo; medula; cerebelo
- c. – medula; nervos; globo ocular (esclerótica)
- d. – tronco cerebral; meninges; globo ocular (coroideia)

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. | O sistema nervoso vegetativo ou autónomo:

- a. – integra as divisões simpática e parassimpática
- b. – participa na regulação da actividade cardíaca
- c. – um dos seus principais centros é o hipotálamo
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. | São efectores do sistema nervoso autónomo

- a. – o estômago e os pulmões
- b. – o músculo diafragma e o músculo esternocleidomastoideo
- c. – o coração e a íris dos olhos
- d. – a. ; c.

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. | Hormonas são substâncias químicas segregadas:

- a. – exclusivamente pelo sistema nervoso (hipotálamo)
- b. – por glândulas exócrinas, lançadas na rede linfática e com acção em órgãos-alvo
- c. – por glândulas endócrinas, lançadas na rede sanguínea e com acção em órgãos-alvo
- d. – por órgãos glandulares como as glândulas salivares

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. | A função do sistema endócrino é:

- a. – distribuir nutrientes às células
- b. – regular e integrar a actividade metabólica do organismo
- c. – eliminar os produtos residuais do metabolismo
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. | O volume médio de sangue do jovem adulto é, aproximadamente, de:

- a. – 5000 ml
- b. – 500 ml
- c. – 3000 ml
- d. – 7000 ml

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. | A propósito do sistema cardiovascular, diga:

- a. – do ventrículo esquerdo sai sangue arterial
- b. – as artérias pulmonares transportam sangue arterial
- c. – do ventrículo direito sai sangue arterial
- d. – as veias pulmonares transportam sangue venoso

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. | O sistema cardiovascular caracteriza-se por:

- a. – ter uma circulação pulmonar e outra sistémica
- b. – ser um sistema contínuo de vasos sanguíneos
- c. – a. ; b.
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. | O coração:

- a. – é um órgão cujo funcionamento não depende do sistema nervoso autónomo
- b. – é irrigado pelas artérias coronárias
- c. – relaciona-se superiormente com o músculo diafragma
- d. – relaciona-se atrás com a coluna vertebral

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. | O débito cardíaco:

- a. – é a quantidade de sangue expulso do coração em cada minuto
- b. – depende do volume sistólico
- c. – depende da frequência cardíaca
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. | No jovem adulto as pressões arteriais sistólica e diastólica são, respectivamente;

- a. – 100 mmHg e 80 mmHg
- b. – 80 mmHg e 120 mmHg
- c. – 120 mmHg e 80 mmHg
- d. – 30 mmHg e 80 mmHg

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. | Na circulação pulmonar ou pequena circulação:

- a. – o sangue arterial sai dos pulmões e entra no coração na aurícula direita
- b. – o sangue arterial sai dos pulmões e entra no coração na aurícula esquerda
- c. – o sangue venoso sai dos pulmões e entra no coração na aurícula esquerda
- d. – o sangue venoso sai dos pulmões e entra no coração na aurícula direita

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. | Funcionalmente pode dividir-se o aparelho respiratório em:

- a. – fossas nasais, faringe, laringe e vias aéreas inferiores
- b. – vias aéreas superiores e vias aéreas inferiores
- c. – espaço morto anatómico e zonas de trocas gasosas
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23. | Na inspiração (eupneica) a redução da pressão intra-pulmonar é consequência:

- a. – da descida do músculo diafragma
- b. – da descida da grelha costal
- c. – do aumento da pressão intra-abdominal
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 24. | Transporte de gases respiratórios no sangue:**
a. – o oxigénio é transportado no eritrócito
b. – o dióxido de carbono é transportado exclusivamente no plasma
c. – o dióxido de carbono combina-se com a hemoglobina, no eritrócito
d. - a. ; c.

a.	b.	c.	d.

- 25. | Quando o oxigénio atravessa a parede dos alvéolos em direcção à rede sanguínea**
a. – dirige-se maioritariamente ao eritrócito
b. – junta-se à hemoglobina e forma a oxihemoglobina
c. – a. ; b.
d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.

IV. (1.5 valores) | Distinga o modo de actuação dos sistemas nervoso e endócrino na regulação da vida orgânica interna.

V. (2 valores) | Distinga ventilação de respiração e explique o papel do oxigénio no funcionamento do organismo humano.

PROVA ESPECÍFICA: PROVA DE PSICOLOGIA

Nome: _____

I. (40 pontos) Explique a relação entre a componente emocional do comportamento humano e as expressões faciais.

II. (5 pontos /questão) Indique as afirmações verdadeiras (V) e falsas (F) assinalando com um X na respectiva quadrícula. As respostas erradas penalizam as respostas corretas na proporção de 2:1.

V F

- O tempo de reação é o intervalo que medeia uma sequência de respostas.
- O modo como interpretamos os acontecimentos sociais designa-se “cognição social”.
- “Temperamento” é um termo usado para definir habilidade culinária.
- A discriminação é a diminuição da tendência para responder a estímulos que se tornaram familiares.
- As emoções básicas são diferentes de pessoa para pessoa.
- Os motivos da ação dirigem o comportamento para, ou em direção oposta, a um dado objectivo.
- A Lei do Efeito indica que as consequências de uma resposta levam a executá-la de novo.
- As imagens mentais são representações analógicas.
- A auto-monitorização acontece quando a adaptação do indivíduo às situações é controlada por outros.
- As heurísticas são procedimentos que resultaram no passado e que é provável voltarem a resultar.
- Os reflexos condicionados acontecem após uma associação entre dor e resposta condicionada.
- A associação é a ligação entre dois processos psicológicos vividos desfasadamente no tempo.
- “Locus de controlo” é a percepção da pessoa sobre as causas do que lhe acontece na vida.
- Os mapas mentais são sempre do tipo pictórico.
- A atenção designa todos os processos pelos quais percebemos de uma maneira seletiva.
- A atitude é uma disposição estável que faz agir positiva ou negativamente em relação a uma situação.
- A empatia é uma resposta emocional dirigida à aparência física de outra pessoa.
- Os estereótipos são esquemas simplificados com que se categorizam grupos de outras pessoas.
- O conformismo acontece quando as pessoas, ou não querem ter razão, ou querem ser estimadas.
- Um estímulo é tudo o que no ambiente pode ser detectado e a que se pode responder.

III. (8 pontos / cada pergunta) Em cada pergunta, assinale na grelha, a resposta mais correta de entre as opções sugeridas. Cada resposta errada desconta 2 pontos no somatório das respostas certas.

1. | **O pensamento é:**

- a. – fundamentado em conhecimento
- b. – composto por articulações entre representações mentais
- c. – baseado na articulação de representações analógicas e simbólicas
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. | **A inteligência artificial:**

- a. – caracteriza pessoas que pretendem ser inteligentes
- b. – consiste em programar computadores para simularem o pensamento humano.
- c. – é uma consequência de uma operação aos lobos temporais
- d. – é influenciada pela educação do seio familiar

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. | **A forma mais simples de aprendizagem é:**

- a. – o condicionamento instrumental
- b. – a aprendizagem intuitiva
- c. – a habituação
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. | **A abordagem da personalidade que defende que as pessoas diferem em resultado do grupo cultural em que foram criadas e de que são membros é a:**

- a. – abordagem sócio-cultural
- b. – teoria dos traços
- c. – abordagem humanista
- d. – abordagem cognitivo-comportamental

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

| **O condicionamento clássico acontece quando**

- a. – o estímulo incondicionado evoca uma resposta incondicionada
- b. – o estímulo condicionado evoca uma resposta condicionada
- c. – não há diferença entre estímulo e resposta
- d. – ausência de relação entre estímulo e resposta

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. | **O fluxo óptico é produzido:**

- a. – pelos movimentos da nossa cabeça e do nosso corpo
- b. – por um acelerador de partículas
- c. – pela rotação da Terra
- d. – pela personalidade de cada um

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. | **A aprendizagem por condicionamento distingue-se da cognitiva:**

- a. – mas em nenhuma delas há associação entre dois acontecimentos
- b. – pois a primeira baseia-se na aquisição de unidades de conhecimento ou cognições
- c. – pois esta última baseia-se na aquisição de unidades de conhecimento ou cognições.
- d. – nenhuma das afirmações anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. | **O condicionamento operante:**

- a. – acontece quando a resposta é uma operação
- b. – acontece quando o organismo emite uma resposta operante
- c. – é também designado por condicionamento clássico
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. | **Os indícios de profundidade da percepção visual são, entre outros:**

- a. – a focagem dos olhos
- b. – a disparidade binocular, a interposição e os gradientes de textura
- c. – a falta de miopia
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. | **A psicologia é a ciência que estuda**

- a. – o cérebro
- b. – a alma
- c. – as sociedades
- d. – os comportamentos dos organismos

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. | **A consciência:**

- a. – caracteriza-se pela negligência visual que permite fazer discriminações visuais
- b. – é sinónimo de automatização
- c. – ajuda a escolher entre alternativas
- d. – dificulta a monitorização do comportamento

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. | O fenómeno da transposição da forma consiste:

- a. – numa forma percebida poder permanecer idêntica mesmo se forem alteradas todas as suas partes constituintes
- b. – numa ilusão de óptica
- c. – na percepção do movimento que permita transpor um obstáculo
- d. – no sujeito reagir à forma real do objecto com maior ou menor independência da sua orientação

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. | Um perito num dado domínio distingue-se de um principiante:

- a. – por ter sempre as mesmas conversas
- b. – por ter mais conhecimento e tê-lo mais acessível
- c. – por não sofrer de daltonismo
- d. – por parecer um computador

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. | A percepção do movimento é detectada pela:

- a. – percepção tátil
- b. – percepção cinestésica
- c. – percepção auditiva
- d. – percepção visual

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. | As representações mentais:

- a. – são peças de teatro que memorizamos
- b. – são componentes do nosso conhecimento, equivalentes às representações externas
- c. – ou são analógicas ou simbólicas, nunca dos dois tipos
- d. – podem ser analógicas e simbólicas

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. | A comparação social:

- a. – é uma forma de se ter mais informação sobre um assunto que não se conhece bem
- b. – é sinónimo de igualdade
- c. – dificulta a interação com os outros
- d. – serve apenas para nos deixar mal

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. | O processo de tomada de decisão:

- a. – implica a estimação de probabilidades para escolher determinado curso de acção
- b. – exclui a possibilidade de se utilizar heurísticas
- c. – depende do viés confirmatório
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. | Os factores que atraem as pessoas entre si incluem:

- a. – a influência social e a facilitação social
- b. – a difusão da responsabilidade e a inibição social
- c. – a proximidade física, a familiaridade, a semelhança e a atração física
- d. – a ignorância pluralista e a difusão da responsabilidade

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. | O comportamento social:

- a. – depende exclusivamente do comportamento dos outros
- b. – nunca pode ser compreendido
- c. – é independente dos processos cognitivos
- d. – diz respeito ao modo como as pessoas interpretam as situações com que se deparam

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. | As interações de um-para-um:

- a. – são independentes do intercâmbio social
- b. – expressam-se no comportamento da multidão
- c. – são sinónimas de liderança
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. | A consciência

- a. – resulta de fazemos juízos morais
- b. – serve para irmos além do hábito e da rotina
- c. – já não existe
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. | A resolução de problemas assenta numa

- a. – sensação de alívio
- b. – inclinação mental
- c. – estrutura hierárquica de objectivos

a.	b.	c.	d.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

d. – nenhuma das anteriores

22. | O altruísmo:

- a. – diminui devido a fenómenos como o efeito do espectador
- b. – não existe
- c. – permite que se suporte a presença de outros
- d. – todas as anteriores

a.	b.	c.	d.

23. | A obediência:

- a. – tende a ser *desumanizante*
- b. – é influenciada pela distância psicológica entre as ações de uma pessoa e o seu resultado final
- c. – é tanto maior quanto maior o autoritarismo
- d. – nenhuma das anteriores

a.	b.	c.	d.

24. | As atitudes:

- a. – são interpretações avaliativas do estado emocional em que a pessoa se encontra
- b. – não mudam com comunicações persuasivas
- c. – são iguais na maior parte das pessoas
- d. – são disposições estáveis que permitem a avaliação positiva ou negativa das situações

a.	b.	c.	d.

IV. (30 pontos) Indique o que entende por aprendizagem.

V. (30 pontos) O que é liderar e do que depende uma liderança eficaz?
