



SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA – Sesi-SP
PROCESSO SELETIVO 001/2019

ANEXO II – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

PROFESSOR DE ATIVIDADES ESPORTIVAS

LÍNGUA PORTUGUESA

1. Compreensão e interpretação de textos
2. Variação linguística; gêneros de texto;
3. Estilística: Figuras de linguagem;
4. Coerência e coesão textuais;
5. Semântica: Sinônimos; Antônimos; Homônimos; Parônimos;
6. Ortografia oficial; acentuação gráfica;
7. Ortografia: Dificuldades ortográficas; Emprego do “s, z, g, j, ss, ç, x, ch”;
8. Estrutura da oração e do período: aspectos sintáticos e semânticos;
9. Morfologia (Flexão e Emprego): Substantivo; Adjetivo; Pronome; Artigo; Preposição; Numeral; Advérbio; Interjeição; Verbo-flexão;
10. Substantivo: classificação, flexão, emprego;
11. Adjetivo: classificação, flexão, emprego;
12. Pronome: classificação, emprego, colocação dos pronomes pessoais oblíquos átonos, formas de tratamento;
13. Verbo: conjugação, flexão, propriedades, classificação, emprego, correlação dos modos e tempos verbais, vozes;
14. Advérbio: classificação e emprego
15. Coordenação e subordinação;
16. Concordância verbal e nominal;
17. Sujeito: classificação; Predicado: verbal, nominal e verbo – nominal;
18. Regência verbal e nominal;
19. Emprego do sinal indicativo da crase;
20. Adjuntos adnominais e adverbiais;
21. Pontuação.

RACIOCÍNIO LÓGICO

1. Conjuntos: operações, número de elementos de um conjunto, subconjunto, conjunto vazio, conjunto das partes, complementar de um conjunto, conjuntos numéricos e intervalos.
2. Determinantes;
3. Exponencial: propriedades, função e equação;
4. Função de 1º grau: raiz, coeficiente angular, equação e gráfico;
5. Função de 2º grau: raízes, concavidade, discriminante, equação, vértice e gráfico;
6. Função: definição; classificação quanto injetora, sobrejetora e bijetora; composta; e inversa;
7. Geometria espacial: prisma, pirâmide, cilindro, cone e esfera;
8. Geometria plana: Teorema de Pitágoras; área e propriedades das figuras planas: quadriláteros, triângulo e circunferência;
9. Logaritmos: propriedades, função e equação;
10. Matemática Financeira: porcentagem; juros simples e compostos; montante; e equivalência de taxas e de capitais;
11. Matrizes;
12. Potenciação e radiciação;
13. Probabilidade e análise combinatória;

14. Razão e proporção;
15. Resolução de situações-problema;
16. Sequência e Progressões aritmética e geométrica;
17. Sistema de equações lineares;
18. Sistema métrico: medidas de tempo, comprimento, superfície e volume;
19. Trigonometria: seno, cosseno e tangente; teorema fundamental da Trigonometria; equações, transformações e identidades trigonométricas;

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS POR ÁREA DE ATUAÇÃO

ATIVIDADES ESPORTIVAS

1. Alongamento e flexibilidade
2. Elaboração de plano de atividades e relatórios técnicos.
3. Desenvolvimento de atividades socioculturais e o papel do profissional de Educação Física.
4. Organização de eventos esportivos.
5. Avaliação Física e Cineantropometria.
6. Fisiologia do exercício, cinesiologia e biomecânica aplicada a atividade física.
7. Modalidades esportivas coletivas e individuais.
8. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
9. Pacote Office.
10. Inclusão em atividades esportivas.
11. Processo de aprendizagem e desenvolvimento motor.
12. Treinamento esportivo em longo prazo e especialização precoce.
13. Jogo e ludicidade

FITNESS

1. Alongamento e flexibilidade.
2. Conceitos de bem estar e qualidade de vida.
3. Elaboração de plano de atividades, relatórios técnicos e metodologia do treinamento físico com periodização.
4. Processo de aprendizagem e desenvolvimento motor.
5. Desenvolvimento de atividades socioculturais e o papel do profissional de Educação Física.
6. Avaliação Física e Cineantropometria
7. Exercícios de hidroginástica.
8. Fisiologia do exercício, cinesiologia e biomecânica aplicada a atividade física.
9. Ginástica Laboral
10. Técnicas de Ginástica, Pilates, Treinamento Funcional e Musculação
11. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
12. Pacote Office.
13. Atividades para públicos especiais
14. Aulas coreografadas com ritmos diversos.

NATAÇÃO

1. Alongamento e flexibilidade.
2. Conceitos de lazer, recreação e qualidade de vida.
3. Elaboração de plano de atividades e relatórios técnicos.
4. Processo de aprendizagem e desenvolvimento motor.
5. Desenvolvimento de atividades socioculturais e o papel do profissional de Educação Física.

6. Avaliação Física e Cineantropometria.
7. Estilos de nado
8. Fisiologia do exercício, cinesiologia e biomecânica aplicada a atividade física
9. Regras da natação
10. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
11. Pacote Office.
12. Inclusão em atividades esportivas.
13. Treinamento esportivo em longo prazo e especialização precoce.
14. Organização de eventos esportivos.

DANÇA

1. Composição coreográfica.
2. Produção artística em dança.
3. Ritmos e expressão corporal.
4. Técnicas de dança.
5. Técnicas didático-pedagógicas (didática, planejamento e elaboração de planos de aula).
6. Pacote Office.
7. Atividades inclusivas na área de atuação.
8. Organização de eventos da área de atuação.
9. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
10. Organização de eventos da área de atuação.

JUDÔ

1. Aspectos Históricos - Origem e filosofia do Judô.
2. Objetivos das técnicas de Ukemis.
3. Processo pedagógico de ensino e correção dos fundamentos de Nague-Waza e Katame-Waza.
4. Regras de arbitragem do Judô.
5. Técnicas didático-pedagógicas (didática, planejamento e elaboração de planos de aula).
6. Pacote Office.
7. Atividades inclusivas na área de atuação.
8. Organização de eventos da área de atuação.
9. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
10. Organização de eventos da área de atuação.

KARATÊ

1. Histórico, regras, fundamentos, táticas e técnicas.
2. Importância e objetivos das técnicas de Kihon no Karatê.
3. Processo pedagógico de ensino dos fundamentos de Kata.
4. Regras de arbitragem do Karatê
5. Técnicas didático-pedagógicas (didática, planejamento e elaboração de planos de aula).
6. Pacote Office.
7. Atividades inclusivas na área de atuação.
8. Organização de eventos da área de atuação.
9. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
10. Organização de eventos da área de atuação.



YOGA

1. Filosofia do yoga. Yoga terapia. Meditação e Mantras.
2. Metodologia de Patanjali: Yama, Nyamas, Asanas, Pranayamas, Pratyahara, Dharama, Dhyana e Samadhi.
3. Processo pedagógico da yoga: Asanas, Pranayama, Banda, KryiaKryia e MudraMudra.
4. Técnicas didático-pedagógicas (didática, planejamento e elaboração de planos de aula).
5. Pacote Office.
6. Atividades inclusivas na área de atuação.
7. Organização de eventos da área de atuação.
8. Prevenção, segurança e primeiros socorros.
9. Organização de eventos da área de atuação.