

Julgamento de Recursos

Conforme Edital n° 003/2013 do Processo Seletivo da Prefeitura Municipal de Lagoa Grande/MG, a empresa organizadora torna público o Julgamento dos Recursos referente o Gabarito das Provas Objetivas divulgado em **20/01/2014**, conforme a seguir:

Nome	N° de Inscrição	Cargo
ANA CLÁUDIA MOREIRA DA SILVA	688	PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA
WELQUER VINICIO ROCHA	560	

QUESTÃO 19

Recurso **DEFERIDO**, a questão foi **ANULADA** devido a um equívoco de elaboração.

QUESTÃO 20

Lei de sobrecarga

- O corpo se adapta à carga de treinamento – isso explica o funcionamento do treinamento
- Cargas de treinamento adequadas melhoram o preparo físico e aumentam o desempenho
- Fatores de influência na carga de treinamento – frequência, duração e intensidade

Lei de reversibilidade

- Cargas de treinamento que aumentam gradualmente proporcionam maiores níveis de preparo físico
- Nenhum aumento de preparo físico ocorrerá caso a carga de treinamento seja leve demais ou permaneça a mesma
- Treinamento em excesso ou adaptação incompleta ocorre quando as cargas de treinamento são muito grandes ou muito próximas

Lei de especificidade

- Carga de treinamento específica produz reações específicas e adaptações
- Treinamento genérico prepara o atleta para treinamento específico
- Quanto maior o volume de treinamento genérico, maior será a capacidade para treinamento específico

Princípio de individualismo

- Atletas trazem ao treinamento seu talento, capacidades e habilidades únicas
- A hereditariedade determina muitos fatores fisiológicos que influenciam o treinamento
- As idades cronológica, biológica e de treinamento devem ser consideradas ao planejar um programa de treinamento e competição

Princípio de variedade

- O treinamento é um processo prolongado, e carregar e se recuperar pode se tornar monótono
- Faça-o ficar divertido para o atleta
- Seja criativo

Princípio de envolvimento ativo

- O atleta deve querer participar ativamente e de boa vontade de seu programa de treinamento
- O atleta deve estar comprometido
- Todos os aspectos da vida do atleta contribuem para seu sucesso atlético

Conforme Resumo dos princípios de treinamento, o recurso foi **INDEFERIDO**, mantém – se a alternativa “C”, conforme divulgado.

Belo Horizonte, 03 de fevereiro de 2014.

Absoluto RH