



PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO
SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE E LAZER DA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

EDITAL N.º 04/2025

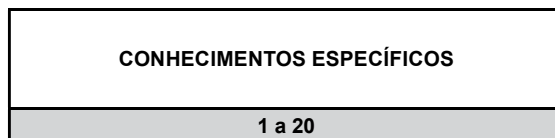
**ORIENTADOR(A) DE ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA
(MODALIDADE VOLEIBOL)**

Duração: 2h (duas horas)

Leia atentamente as instruções abaixo:

01 Você recebeu do fiscal o seguinte material:

a) Este caderno, com **20 (vinte)** questões da prova objetiva, sem repetição ou falha, conforme distribuição abaixo:



b) Um cartão de respostas destinado à marcação da alternativa correta.

02 Verifique se este material está em ordem e se o seu nome, RG, cargo e número de inscrição conferem com os dados que aparecem no cartão de respostas. Caso contrário, notifique imediatamente o fiscal.

03 Após a conferência, o candidato deverá assinar no espaço próprio do cartão de respostas, com caneta esferográfica de tinta na cor azul ou preta.

04 No cartão de respostas da prova objetiva, a marcação da alternativa correta deve ser feita cobrindo a letra correspondente ao número da questão e preenchendo todo o espaço interno, com caneta esferográfica de tinta na cor azul ou preta, de forma contínua e densa.

Exemplo: A B C D

05 Para cada uma das questões objetivas, são apresentadas **4 (quatro) alternativas** classificadas com as letras (A, B, C e D), mas só uma responde adequadamente à questão proposta. Você só deve assinalar uma alternativa. A marcação em mais de uma alternativa anula a questão, mesmo que uma das respostas esteja correta.

06 O candidato poderá entregar seu cartão de respostas, seu caderno de questões e retirar-se da sala de prova somente depois de decorrido **30 min (trinta minutos)** do início da prova. O candidato que insistir em sair da sala de prova, descumprindo o aqui disposto, deverá assinar o termo de ocorrência declarando sua desistência do certame, que será lavrado pelo coordenador do local.

07 ao candidato, será permitido levar seu caderno de questões a partir de **30 min (trinta minutos)** para o término da prova e desde que permaneça em sala até esse momento.

08 Não será permitida a cópia de gabarito no local de prova. Ao terminar a prova de conhecimentos, o candidato entregará, obrigatoriamente, o seu cartão de respostas. **O candidato que se retirar da sala levando o cartão de respostas estará automaticamente eliminado do certame.**

09 Reserve os **30 (trinta)** minutos finais para marcar seu cartão de respostas. Os rascunhos e as marcações assinaladas no caderno de questões não serão levados em consideração.

10 Os **3 (três)** últimos candidatos permanecerão sentados até que todos concluam a prova ou que termine o seu tempo de duração, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

1. O pulso é um importante sinal vital para mensurar a condição física de uma pessoa desmaiada. Para avaliarmos o pulso de um praticante de voleibol que tenha desmaiado em quadra, quais características devemos observar:

- A) força, frequência e ritmo
- B) frequência, latência e coloração
- C) ritmo, elasticidade e pressão
- D) tônus, coloração e latência

2. Trauma é toda ação que causa algum tipo de dano ao corpo, sempre resultado da liberação de formas específicas de energia. Numa situação de jogo em que dois praticantes se chocam de cabeça, a energia liberada é:

- A) elétrica
- B) térmica
- C) mecânica
- D) química

3. As articulações sinoviais são aquelas que permitem maior liberdade de movimento do nosso corpo, permitindo que segmentos movimentem-se em até três planos. Para que isso seja possível, a articulação sinovial possui as seguintes estruturas:

- A) tecido esponjoso, tecido conjuntivo, uma cartilagem hialina e líquido sinovial
- B) uma sínfise, um disco articular, uma sutura e líquido articular
- C) três cartilagens articulares, um disco articular, uma sínfise e líquido sinovial
- D) uma cartilagem articular, uma cápsula articular, uma membrana sinovial e líquido sinovial

4. Os antebraços são fundamentais para a técnica da manchete do voleibol. No antebraço temos dois ossos classificados como longos que se chamam:

- A) úmero e ulna
- B) rádio e ulna
- C) úmero e rádio
- D) escápula e metacarpo

5. O salto é um movimento fundamental durante uma partida de voleibol. Seja para uma ação de ataque ou defesa, os músculos dos membros inferiores são fundamentais para o praticante produzir saltos eficientes. Para produzir o movimento de extensão da coxa, temos a ação dos seguintes músculos:

- A) reto da coxa, vasto lateral, vasto medial e vasto intermédio
- B) bíceps da coxa, reto da coxa, vasto medial e vasto lateral
- C) glúteo máximo, bíceps da coxa, semitendíneo e semimembranáceo
- D) semitendíneo, semimembranáceo, vasto intermédio

6. A rede de voleibol numa partida oficial para homens e mulheres, respectivamente, deve estar a que altura da linha central:

- A) 3,12 metros e 3,23 metros
- B) 2,84 metros e 2,65 metros
- C) 2,43 metros e 2,24 metros
- D) 2,22 metros para ambos, sem distinção de gênero

7. Para competições nacionais e regionais de voleibol quantos jogadores podem ser inscritos na súmula do jogo:

- A) 10 jogadores
- B) 12 jogadores
- C) 14 jogadores
- D) 15 jogadores

8. Durante uma partida oficial de voleibol é proibido que os jogadores usem:

- A) objetos que possam causar lesões ou proporcionar uma vantagem artificial ao jogador
- B) óculos ou lentes de contato são expressamente proibidos em uma partida oficial
- C) calçados que proporcionem maior impulsão ao atleta e objetos de correção visual
- D) indumentárias de compressão para auxílio e proteção do atleta não são permitidas

9. As posições dos jogadores durante uma partida de voleibol são numeradas de acordo com a posição deles na quadra. Da esquerda para a direita, os jogadores que ocupam a linha de frente, próximos a rede, são os:

- A) 5, 6 e 1
- B) 1, 2 e 3
- C) 4, 3 e 2
- D) 3, 2 e 6

10. Durante a prática esportiva, nosso corpo promove reações químicas em diversos tipos de células do nosso organismo. Essas reações são chamadas de:

- A) catabolismo
- B) homeostase
- C) gasto energético
- D) metabolismo

11. Durante uma partida de voleibol, o corpo precisa de muita energia para por em prática todos os movimentos exigidos pelo jogo. Dentro da célula muscular há uma ligação química de alto conteúdo energético responsável pela contração muscular, e que aumenta muito a sua produção durante o jogo, chamada de:

- A) ADP
- B) ATP
- C) glicogênio
- D) glicólise

12. Compreender a tática de um jogo de voleibol é importante para que haja melhores condições de superar os adversários. Segundo Greco (2006, apud TEIXEIRA, 2017), a tática coletiva deve ser entendida como:

- A) organização de jogadas construídas e treinadas individualmente para, em seguida, ser testada coletivamente
- B) estruturação da equipe em camadas territoriais, onde cada atleta sabe a sua função, bem como a dos demais
- C) previsão de acontecimentos analisados a luz das características das equipes adversárias
- D) sucessão simultânea de ações, entre três ou mais jogadores, na busca de solução em tarefa/problema de jogo, valendo-se de conceitos pré-estabelecidos.

13. Para que a criança ou o adolescente aprendam mais rápido os gestos técnicos do voleibol, o melhor método de ensino é o:

- A) analítico
- B) sintético
- C) sincrético
- D) dialético

14. Um jovem de 17 anos de idade, praticante de voleibol desde os 8 anos, interessado em seguir a carreira profissional no esporte, pode ser classificado no seu programa de treinamento em que estágio do desenvolvimento esportivo:

- A) iniciação
- B) especialização
- C) transição
- D) instrumentalização

15. Dos sistemas táticos ofensivos do voleibol, um deles é o mais recomendado para iniciação no esporte, porque todos os jogadores em quadra ocupam a função de levantador e atacante, não havendo a especialização de função e posição. Esse sistema tático é:

- A) 4x2
- B) 5x1
- C) 6x0
- D) 3x3

16. Um dos fundamentos mais importantes para que pessoas iniciantes no voleibol possam dar fluidez ao jogo é a recepção. Para que isso aconteça de forma adequada, o melhor sistema para iniciantes é de recepção:

- A) em W
- B) em semicírculo
- C) dois receptores
- D) 3x3

17. Desde o saque até a marcação do ponto de uma equipe, muitas jogadas podem ser feitas numa partida de voleibol. A sequência das jogadas produzidas pelos atletas enquanto a bola está em jogo no voleibol é chamada de:

- A) disputa
- B) rally
- C) câmbio
- D) recorde

18. O ataque na rede com a chamada "cortada" é um dos principais momentos de uma partida de voleibol. Para produzir os movimentos necessários para executar a "cortada", o corpo do praticante recruta diversos grupamentos musculares. Para o ato de golpear a bola, os músculos que promovem a extensão do braço são:

- A) peitoral maior, deltóide e coracobraquial
- B) bíceps do braço, grande dorsal e braquial
- C) redondo maior, peitoral maior e coracobraquial
- D) grande dorsal, deltóide e redondo maior

19. O voleibol de alto rendimento exige muito conhecimento técnico e científico por parte da comissão técnica. Para pensar o tipo de treinamento em cada etapa da vida, é fundamental que se tenha clareza sobre os estágios de desenvolvimento motor dos atletas. Segundo Gallahue e Ozmun (2005), a fase motora especializada é dividida nos seguintes estágios:

- A) inicial, elementar e maduro
- B) inibição de reflexos, pré-controle e maduro
- C) transitório, aplicação e utilização permanente
- D) elementar, aplicação e maduro

20. A compreensão do desenvolvimento motor ao longo da infância e adolescência é muito importante para a prescrição adequada de treinamentos esportivos. Para Gallahue e Ozmun (2005), o modelo "ampulheta" apresenta dois fatores fundamentais para a compreensão do desenvolvimento motor do indivíduo, a saber:

- A) hereditariedade e ambiente
- B) hereditariedade e cultura
- C) poder econômico e cultura
- D) alimentação e sociabilidade