



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

EDITAL N.º 04/2025

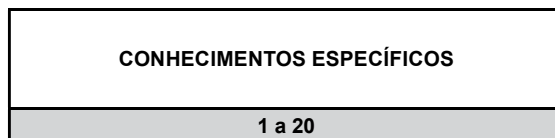
**ORIENTADOR(A) DE ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA**  
**(MODALIDADE HANDEBOL)**

**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	●	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 concluem a prova ou que termine o seu tempo de duração, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

**1.** Durante uma aula de handebol, um praticante teve uma fratura na perna direita. No primeiro atendimento a ele, o mesmo mostrava-se com muita dor, nervoso e com medo. Ainda na quadra, o professor, seguindo os manuais de primeiros socorros, conduziu o primeiro atendimento da seguinte forma:

- A) respeitando o momento do jogo, permitindo que este continue, e solicitando às pessoas que aguardam do lado para que se faça o atendimento
- B) mantendo o controle emocional, preservando os sentimentos de empatia, humanização, solidariedade e respeito à pessoa acidentada
- C) acalmando a pessoa acidentada com palavras de ordem da equipe e motivação para não deixar a pessoa desmaiar
- D) chamando a atenção dos envolvidos, pois as orientações dadas eram claras no que diz respeito à condução do jogo

**2.** Durante um treinamento de handebol, um adolescente sentiu-se mal e o professor aferiu a sua frequência de pulso na região do punho. Para fazer essa aferição, o professor pressionou a artéria:

- A) carótida
- B) braquial
- C) coronária
- D) radial

**3.** As articulações sinoviais são aquelas capazes de permitir maior liberdade para os movimentos do nosso corpo. Dentro dos grupos de movimentos destas articulações, temos o movimento angular que é representado pela:

- A) supinação, pronação, flexão e extensão
- B) elevação, depressão, inversão e eversão
- C) flexão, extensão, abdução e adução
- D) abdução, adução, protração e retração

**4.** A articulação sinovial permite maior liberdade a determinados segmentos do nosso corpo. No conjunto de articulações sinoviais temos as triaxiais, ou seja, que permitem movimentos em até três planos. Esses movimentos são possíveis apenas em articulações:

- A) esferoides
- B) selares
- C) capsular
- D) condilares

**5.** Durante uma partida de handebol, quantas substituições uma equipe pode fazer por tempo de jogo:

- A) cinco até o décimo minuto, após não há limite
- B) não há limite
- C) sete
- D) quatorze

**6.** Sobre o manejo de bola no handebol, é permitido que o jogador lance, agarre, pare, empurre ou golpee a bola usando quais partes do corpo:

- A) mãos, braços, cabeça, tronco, coxas, e pés
- B) mãos, braços, cabeça, tronco, pernas e pés
- C) mãos, braços, cabeça, tronco, coxas e joelhos
- D) mãos, braços, tronco, coxas, pernas e pés

**7.** Sobre as punições disciplinares durante uma partida de handebol, quando o infrator é obrigado a ficar dois minutos fora de jogos sem que possa ser substituído, o árbitro aplicou uma:

- A) exclusão
- B) desqualificação
- C) advertência
- D) intervenção

**8.** Para que uma partida oficial de handebol tenha dois tempos de 30 minutos, com 10 minutos de intervalo, é preciso que os jogadores tenham que idade:

- A) superior a 20 anos
- B) igual ou superior a 18 anos
- C) igual ou superior a 16 anos
- D) igual ou superior a 14 anos

**9.** O metabolismo é o conceito atribuído a todas as reações químicas promovidas pelas células do nosso organismo, reações essas potencializadas pelo treinamento esportivo. Essas reações metabólicas são divididas em:

- A) endógenas e exógenas
- B) anabólicas e catabólicas
- C) basais e energéticas
- D) térmicas e dinâmicas

**10.** Quando um treinador orienta um atleta de handebol a enfatizar o trabalho muscular da cintura escapular através de exercícios de musculação e arremessos de bola, ele está priorizando qual princípio do treinamento:

- A) reversibilidade
- B) especificidade
- C) individualidade biológica
- D) adaptação

**11.** No jogo de handebol, apesar das capacidades individuais dos atletas serem importantes, a organização e o entrosamento da equipe é o que prepondera para o resultado. Para Leal (2001) apud Teixeira (2017), a distribuição organizada dos jogadores de um time em campo, coordenados e unidos, com funções definidas é entendida como:

- A) capacidade analítica
- B) capacidade social
- C) padrão motor coletivo
- D) sistema de jogo

**12.** Sobre os estágios do desenvolvimento esportivo, praticantes de handebol que estejam entre seis e dez anos de idade encontram-se no estágio de:

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

**13.** O esquema tático defensivo do handebol onde o pivô é o responsável pela segunda linha de defesa, dificultando a troca de passes entre os armadores adversários é chamado de:

- A) 3:3
- B) 4:3
- C) 4:2
- D) 5:1

**14.** O tempo de reação é um componente da aptidão física voltada ao desempenho. Para o goleiro do Handebol, esse componente permite que o praticante tenha maior e melhor participação no jogo. Para Gallahue e Ozmun (2005), o tempo de reação pode ser estudado e trabalhado de forma fracionada. Para os autores, as análises científicas dividem o tempo de reação fracionado em:

- A) sintético e analítico
- B) temporal e analítico
- C) pré-motora e motora
- D) rudimentar e específico

**15.** O desenvolvimento motor apresentado por Gallahue e Ozmun (2005) possui quantas fases:

- A) três
- B) quatro
- C) cinco
- D) seis

**16.** A aptidão física é tratada por Gallahue e Ozmun (2005) como a articulação de características do sujeito relacionadas à habilidade de promover uma atividade física. Para os autores, a aptidão física pode ser subdividida em:

- A) aptidão relacionada à saúde e aptidão relacionada ao desempenho
- B) aptidão relacionada à saúde e aptidão relacionada à resistência
- C) aptidão relacionada à flexibilidade e aptidão relacionada à homeostase
- D) aptidão relacionada à força e aptidão relacionada à agilidade

**17.** A propriocepção expressa a capacidade que o corpo tem de se relacionar com o espaço, mantendo o senso de consciência corporal e de posição independente da tarefa motora. Segundo Gallahue e Ozmun (2005), uma das estruturas responsáveis pelo controle proprioceptivo fica na região do ouvido e é chamada de sistema:

- A) vascular
- B) timpânico
- C) vestibular
- D) coclear

**18.** Nos estudos sobre o desenvolvimento motor apresentados por Gallahue e Ozmun (2005), as alterações do comportamento motor são observáveis através dos movimentos agrupados nas seguintes categorias:

- A) estabilizadoras, locomotoras e manipulativas
- B) locomotoras, coordenativas e reflexivas
- C) reflexivas, dinâmicas e complexas
- D) aeróbias, anaeróbias aláticas e anaeróbias lácticas

**19.** A articulação do ombro é fundamental para o bom desempenho de um praticante de handebol. Esta articulação, também chamada de cintura escapular, possui um osso achatado de forma triangular, o maior da articulação, que se chama:

- A) acrômio
- B) clavícula
- C) esterno
- D) escápula

**20.** Após a constatação da parada cardiorrespiratória (PCR) de um aluno adulto durante um treinamento de handebol, logo após solicitar ajuda, o professor deu início à reanimação cardiorrespiratória (RCP), considerando que esta pode ser fundamental para a manutenção da vida do aluno. Para tal, o professor deu início às seguintes técnicas no corpo da vítima:

- A) lateralização da vítima, flexão dos joelhos e compressão torácica
- B) abertura das vias respiratórias, ventilação e compressão torácica
- C) posicionamento da traqueia, abdução dos ombros e flexão dos joelhos
- D) posicionamento da cabeça, respiração e massagem torácica