



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

EDITAL N.º 04/2025

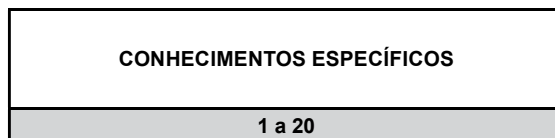
ORIENTADOR(A) DE ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA
(MODALIDADE TÊNIS DE MESA)

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. Sobre a bola oficial do tênis de mesa, ela deve ser feita de celuloide ou plástico similar, pesando 2,7g e com diâmetro de:

- A) 20mm
- B) 40mm
- C) 75mm
- D) 80mm

2. Sobre os fatores que afetam o desempenho esportivo, é possível destacar uma condição definida como a incapacidade de manter um nível de potência ou de força durante repetidas contrações musculares. Tal condição é denominada de:

- A) fadiga
- B) dieta hipercalórica
- C) hipertrofia muscular
- D) produção energética

3. No tênis de mesa, um jogador realiza uma ação de ataque com o contato da raquete na bola feito de baixo para cima. Tal movimento é denominado de:

- A) topspin
- B) chilena
- C) tipo coreana
- D) golpeada americana

4. Uma partida oficial de tênis de mesa pode ser interrompida, sem atribuição de ponto, quando:

- A) acontece um ace
- B) um dos jogadores toca na rede
- C) um dos jogadores erra o saque
- D) as condições de jogo forem perturbadas

5. O tênis de mesa é uma modalidade que exige muito dos membros superiores. Afastado da prática da modalidade, aluno do professor Igor está com tendinite na mão direita. Entre os principais músculos da mão, é possível destacar:

- A) grácil
- B) pectíneo
- C) tensor da fáschia
- D) abdutor do dedo mínimo

6. O método de somatotipia de Carter e Heath (1990) apresenta três componentes: endomorfismo, mesomorfismo e ectomorfismo. Este último componente é caracterizado como a:

- A) robustez musculoesquelética
- B) adiposidade relativa de um físico
- C) linearidade ou magreza relativa de um físico
- D) densidade corporal adiposa e muscular relativa ao físico

7. A altura da superfície de jogo da mesa de tênis de mesa em relação ao solo é de 0,76 m. A marcação sobre a superfície da mesa conta com a linha central, uma linha contínua de cor branca, utilizada para separar os lados direito e esquerdo. Além da linha central, a mesa conta com as linhas:

- A) de fundo e laterais
- B) transversas e laterais
- C) longitudinais e medianas
- D) de saque e de contra-ataque

8. O *slice* é um movimento do tênis de mesa que pode ser utilizado para:

- A) aumentar a velocidade do contra-ataque
- B) tirar a velocidade do golpe do adversário
- C) empreender um ataque de cima para baixo
- D) realizar um golpe com contato com de baixo para cima

9. No tênis de mesa, a rede estende-se por 15,25cm além das bordas laterais da mesa e tem a altura de:

- A) 15,00cm
- B) 15,25cm
- C) 15,85cm
- D) 17,05cm

10. Durante a aula de tênis de mesa, o aluno da professora Bianca reclama de dores na região do grande dorsal (latíssimo do dorso). O referido músculo tem um papel importante na:

- A) flexão do quadril
- B) abdução do joelho
- C) extensão do ombro
- D) hiperextensão do cotovelo

11. Entre os diferentes tipos de articulações sinoviais, é possível destacar o tipo que permite a rotação nos três planos de movimento, como as articulações do quadril e do ombro. Segundo Hall (2021), o referido tipo de articulação é denominado de:

- A) selar
- B) dobradiça
- C) condiloide
- D) Globosa (esferóidea)

12. Entre os tipos de procedimentos e técnicas de alongamento, é possível reconhecer o alongamento passivo, descrito por Hume e Reid (2011) como aquele que:

- A) depende de potência muscular no músculo agonista
- B) não depende de força muscular no músculo a ser alongado
- C) exige que o atleta crie força muscular para avanço da articulação
- D) não conta com a posição estática, tampouco com a ajuda de um colega

13. Entre os movimentos do tênis de mesa, é possível destacar o bloqueio, sendo caracterizado como:

- A) uma jogada defensiva
- B) um intervalo para hidratação
- C) um golpe com apoio na mesa
- D) o golpe mais comum em partidas de dupla

14. A professora de tênis de mesa Cláudia corrige uma execução irregular no saque de seu atleta. Prezando pelas regras oficiais, a professora orienta seu aluno a realizar o saque:

- A) sem lançar a bola em uma altura acima de 16 cm
- B) com o primeiro toque da bola na mesa do adversário
- C) à frente da linha de fundo ou à direita da linha central
- D) atrás da linha de fundo ou numa extensão imaginária desta

15. Para Hall (2021), o manguito rotador desempenha um papel fundamental na estabilidade da articulação do ombro. O manguito rotador é composto por quatro músculos, sendo um deles o:

- A) supinador
- B) braquiorradial
- C) redondo menor
- D) pronador quadrado

16. A velocidade dos movimentos é uma demanda relevante para os/as praticantes de tênis de mesa. Para Cronin e Blazevich (2011), o tempo de reação consiste no tempo consumido desde o(a):

- A) detecção de um estímulo até o primeiro movimento
- B) primeiro movimento até o primeiro *feedback* interno
- C) primeiro movimento até a segundo *feedback* externo
- D) percepção do primeiro movimento até o segundo movimento

17. Os sistemas visual, vestibular e somatossensitivo estão envolvidos no controle do equilíbrio e da estabilidade. Entre os receptores somatossensitivos estão:

- A) os corpúsculos de Nico
- B) os complexos de fibras lentas
- C) os órgãos tendinosos de Golgi
- D) as membranas semitendinosas

18. Estela, uma professora de tênis de mesa, conversa com um aluno sobre qual empunhadura lhe deixa mais confortável. O aluno menciona que tem jogado com a empunhadura classineta, que tem como característica:

- A) pegar a raquete como um aperto de mão
- B) ser uma evolução da empunhadura caneta
- C) ser uma evolução da empunhadura clássica
- D) permitir golpear com apenas um dos lados da raquete

19. Joana, uma atleta de tênis de mesa, está em um jogo oficial e, durante uma disputa de ponto, sua adversária movimenta, acidentalmente, a mesa do jogo. Nessa situação, o árbitro toma a decisão de:

- A) voltar o saque
- B) atribuir ponto para Joana
- C) não interromper a disputa
- D) atribuir ponto para a adversária de Joana

20. A articulação do ombro é bastante solicitada em uma partida de tênis de mesa. Um dos músculos com ação na adução horizontal do ombro é o:

- A) Infraespinal
- B) Peitoral maior
- C) Tríceps braquial
- D) Redondo menor

RASCUNHO