

Prefeitura Municipal de Irani

Processo Seletivo – 01/2025

CADERNO DE PROVA

Organizadora:



FACILITADOR DE OFICINA DE GINÁSTICA

LEIA ATENTAMENTE AS INSTRUÇÕES:

- Durante a realização da prova não será permitido ao candidato, sob pena de exclusão do Processo Seletivo:
 - a) Qualquer espécie de consulta bibliográfica, utilização de livros, manuais ou anotações;
 - b) Comunicação entre candidatos;
 - c) Uso de máquina calculadora;
 - d) Uso de relógio de qualquer tipo;
 - e) Agendas eletrônicas, telefones celulares, smartphones, MP3, notebook, palmtop, tablet, BIP, walkman, gravador ou qualquer outro receptor ou transmissor;
 - f) Uso de óculos escuros, bonés, protetores auriculares e outros acessórios similares;
 - g) Perturbar de qualquer modo a execução dos trabalhos;

- Todas as respostas do Caderno de Prova deverão ser transportadas para o Cartão Resposta;

- Não serão computadas as questões não assinaladas ou que contenham mais de uma resposta, ementa ou rasura;

- O gabarito da letra escolhida deve ser pintado de forma a completar todo o círculo. Exemplo:

Alternativas



- Para a realização da Prova Escrita, o candidato deverá utilizar caneta esferográfica de tubo transparente nas cores azul ou preta;
- Não é permitido ao candidato a permanência no local de prova como também de utilizar os banheiros após a realização da prova, na entrega do caderno de provas e gabarito, o candidato deverá retirar-se do local;

- Ao terminar a prova, o candidato entregará ao fiscal o Caderno de Prova e o Cartão Resposta devidamente preenchido e assinado;
- A Prova escrita terá duração 02h30min (duas horas e trinta minutos), incluindo o tempo para preenchimento do cartão resposta. A duração mínima para realização da prova é de 30 (trinta) minutos.
- A Prova será composta por 20 questões de múltipla escolha, sendo cada questão composta de 05 alternativas (a, b, c, d, e), possuindo somente uma alternativa correta;
- Verifique se o Caderno de Provas está completo, sem falhas de impressão e se a quantidade de questões está correta;
- Você deverá transcrever as respostas das questões para o Cartão-Resposta, que será o único documento válido para a correção das provas.
- O preenchimento do Cartão Resposta é de inteira responsabilidade do candidato e não será substituído em caso de erro do candidato.

BOA PROVA!

Questão 01

"Os cientistas planetários continuam intrigados pela simples existência do planeta mais próximo do nosso Sol. Ele é minúsculo, com 20 vezes menos massa do que a Terra e apenas um pouco maior que a Austrália. Ainda assim, Mercúrio é o segundo planeta mais denso do nosso Sistema Solar, atrás apenas da Terra, devido a um grande núcleo metálico que representa a maior parte de sua massa."

(Acesso: <https://www.bbc.com/portuguese/articles/cvgr5778gg6o>)

Com base nas regras de acentuação, analise as afirmativas a seguir:

I.Os vocábulos 'planetários' e 'existência' recebem acento por uma mesma regra de acentuação.

II.A palavra 'minúsculo' recebe acento segundo a mesma regra que também justifica o acento em 'graúdo' e 'proteína'.

III.O vocábulo 'atrás' é uma oxítone corretamente acentuada. Da mesma forma, são oxítonas acentuadas corretamente os vocábulos 'carijós', 'pontapés' e 'jabutís'.

IV.O vocábulo 'metálico' recebe acento por ser uma palavra proparoxítone. Recebem acento pela mesma regra 'Cleópatra' e 'veículo'.

É correto o que se afirma em:

- (A) I e III apenas.
- (B) I e IV apenas.
- (C) III e IV apenas.
- (D) I, II, III e IV.
- (E) II e III apenas.

Questão 02

Leia o trecho retirado do site BBC:

Os 300 bilhões de barris de petróleo de reservas "comprovadas" da Venezuela representam quase um quinto do total mundial. No entanto, esse número autodeclarado é alvo de questionamento de especialistas, que argumentam que ele possa estar inflado.

O vocábulo 'autodeclarado' está grafado corretamente sem hífen, assim como os vocábulos das frases a seguir, EXCETO:

- (A) A decoração da sala estava em cor de açafrão, trazendo um clima acolhedor.
- (B) O aluno participa de atividades extraescolares todos os dias após as aulas.
- (C) O discurso antissemita foi duramente criticado pela comunidade.
- (D) Ela decidiu usar uma minissaia no evento de verão.
- (E) O material da nova mochila é superresistente e suporta cargas muito pesadas.

Questão 03

Uma empresa de transportes precisa distribuir 5 rotas distintas entre 3 motoristas: Carlos, Júlia e Renato. Cada rota deve ser feita por apenas um motorista, e todos os motoristas devem receber ao menos uma rota. De quantas maneiras diferentes essa distribuição pode ser feita?

- (A) 180 maneiras.
- (B) 200 maneiras.
- (C) 210 maneiras.
- (D) 150 maneiras.
- (E) 240 maneiras.

Questão 04

Em uma fazenda, os agricultores anotaram a quantidade de litros de leite produzidos nos primeiros dias de ordenha em uma nova vacaria. A sequência observada foi: 2, 6, 12, 20, 30, 42, 56, ...

Mantendo esse mesmo padrão de crescimento, quantos litros foram produzidos no 25º dia?

- (A) 650 litros.
- (B) 780 litros.
- (C) 728 litros.
- (D) 600 litros.
- (E) 702 litros.

Informática

Questão 05

O Microsoft Word oferece diversos recursos para formatação e organização de documentos. Julgue os itens a seguir como Verdadeiro (V) ou Falso (F) sobre os recursos do Word:

(__) Os estilos no Word permitem aplicar uma formatação consistente a títulos, subtítulos e parágrafos em todo o documento.

(__) O cabeçalho e rodapé são utilizados para adicionar informações que se repetem em todas as páginas do documento.

(__) A tabela de conteúdo é criada manualmente, digitando cada título e número de página.

(__) É possível criar um documento com múltiplas colunas de texto usando o recurso de layout de página.

Marque a alternativa **CORRETA** que corresponde à sequência de cima para baixo das lacunas acima:

- (A) V, V, V, F.
- (B) F, F, V, V.
- (C) V, F, V, V.
- (D) F, V, F, V.
- (E) V, V, F, V.

Questão 06

Os recursos de apresentação no PowerPoint permitem criar apresentações profissionais e dinâmicas. Julgue os itens a seguir como Verdadeiro (V) ou Falso (F) sobre os recursos do PowerPoint:

(__) A transição de slide é um efeito visual que ocorre quando se avança de um slide para o próximo.

(__) A animação de objeto permite que elementos individuais dentro de um slide se movam ou apareçam em sequência.

(__) O Slide Mestre é utilizado para aplicar efeitos de movimento a objetos específicos dentro de um slide.

(__) O modo de apresentação exibe a apresentação em tela cheia, ocultando a barra de ferramentas do PowerPoint.

Marque a alternativa **CORRETA** que corresponde à sequência de cima para baixo das lacunas acima:

- (A) V, V, V, F.
- (B) V, F, F, V.
- (C) F, V, F, V.
- (D) V, V, F, V.
- (E) V, F, V, V.

Conhecimentos Gerais

Questão 07

A análise do nome de um município permite compreender elementos culturais, linguísticos e ambientais associados à sua formação histórica. No caso de Irani/SC, a origem do topônimo revela a presença indígena e a relação simbólica com a natureza local, integrando língua, território e identidade. Considerando o texto apresentado, qual interpretação expressa corretamente a origem e o significado do nome Irani/SC?

- (A) O nome foi escolhido em referência direta aos colonizadores europeus.
- (B) A denominação foi criada para homenagear líderes militares do conflito regional.
- (C) O nome deriva da língua tupi-guarani e está associado a um elemento natural da região.
- (D) O topônimo resulta da adaptação de um termo de origem portuguesa.
- (E) A designação surgiu a partir de decisão administrativa do governo estadual.

Questão 08

A urbanização contemporânea resulta da intensificação do crescimento populacional, do consumo e da concentração de atividades econômicas nos espaços urbanos. Esse processo pode ampliar o acesso a serviços e oportunidades, mas também gera desafios quando ocorre sem planejamento e gestão adequados. A ausência de controle sobre o uso do solo urbano tende a provocar impactos ambientais, sociais e na saúde

coletiva, exigindo ações integradas entre diferentes setores da sociedade. Com base nesse contexto, analise as assertivas a seguir.

I. A urbanização pode favorecer o desenvolvimento econômico local e a ampliação do acesso a serviços essenciais.

II. A falta de gestão urbana contribui para a degradação ambiental e para o agravamento de problemas sociais nas cidades.

III. O crescimento urbano acelerado está associado, em alguns casos, ao aumento de problemas como criminalidade e adoecimento mental.

IV. A urbanização elimina automaticamente os impactos negativos sobre o ambiente natural e o espaço construído.

Está CORRETO o que se afirma em:

- (A) II e III, apenas.
- (B) I, II e III, apenas.
- (C) I, II e IV, apenas.
- (D) III e IV, apenas.
- (E) I e IV, apenas.

Conhecimentos Específicos

Questão 09

A formação continuada e a participação em reuniões são deveres do servidor que visam a atualização facilitador de oficina de ginástica e o alinhamento das ações de governo. Analise as afirmativas sobre a importância dessas atividades. Acerca do assunto, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(__) A participação em cursos de capacitação é facultativa e deve ser feita exclusivamente fora do horário de trabalho, não gerando benefícios para a carreira do servidor.

(__) As reuniões pedagógicas ou administrativas são espaços para padronização de procedimentos, troca de experiências e resolução de conflitos da equipe.

(__) A atualização profissional constante é necessária devido à evolução rápida das evidências científicas na área da saúde e educação física.

(__) O servidor que se recusa sistematicamente a participar de capacitações oferecidas pelo órgão pode estar descumprindo o dever de manter-se atualizado e eficiente.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, V, V.
- (B) V, V, F, F.
- (C) V, F, V, F.
- (D) F, F, V, V.
- (E) F, V, V, V.

Questão 10

A prevenção de lesões em programas de ginástica e atividade física envolve o conhecimento sobre os mecanismos de lesão e as estratégias profiláticas. O 'overtraining' (supertreinamento) e as lesões por esforço repetitivo são preocupações constantes. Para mitigar esses riscos, o facilitador de oficina de ginástica deve aplicar corretamente os conceitos de volume e intensidade. Nesse contexto, assinale a alternativa que apresenta CORRETAMENTE uma estratégia correta de prevenção de lesões baseada no manejo das variáveis de treinamento.

- (A) Manter a mesma intensidade e volume de treino durante todo o ano para que o corpo se acostume com o estresse constante.
- (B) Eliminar completamente o aquecimento em dias quentes, pois a temperatura ambiente já garante a viscosidade muscular ideal.
- (C) Ignorar dores articulares leves durante a aula, incentivando o aluno a continuar para desenvolver resistência psicológica à dor.
- (D) Alternar os grupos musculares trabalhados e os tipos de impacto nas sessões, garantindo o tempo de recuperação tecidual adequado entre os estímulos.
- (E) Realizar exercícios balísticos de alta velocidade com alunos iniciantes para fortalecer os tendões através do choque mecânico rápido.

Questão 11

A prática de atividade física, quando orientada sob a perspectiva da saúde pública e da educação, deve seguir princípios que garantam a segurança e a efetividade das ações para a promoção do bem-estar. Analise as afirmativas abaixo quanto a esses princípios, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

() O princípio da sobrecarga progressiva, embora oriundo do treinamento desportivo, pode ser adaptado para a saúde, indicando que o estímulo deve aumentar gradualmente para gerar adaptações sem causar lesões.

() A individualidade biológica deve ser ignorada em atividades de grupo no serviço público, pois o foco é atingir a média da população para otimizar o tempo do profissional.

() A continuidade é um princípio fundamental, pois os benefícios fisiológicos da atividade física são reversíveis e se perdem com a interrupção prolongada da prática.

() A especificidade determina que as adaptações do corpo são específicas ao tipo de estímulo aplicado, ou seja, caminhar melhora a resistência cardiorrespiratória, mas tem pouco efeito na hipertrofia de membros superiores.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, F, F, V.

(B) F, F, V, V.

(C) V, F, V, V.

(D) V, V, V, V.

(E) F, V, F, F.

Questão 12

O trabalho em equipe é um elemento essencial para o bom funcionamento das oficinas de ginástica, contribuindo para a qualidade das atividades, a segurança dos participantes e o alcance dos objetivos propostos. Considerando a atuação do facilitador de oficina de ginástica nesse contexto, assinale a alternativa correta.

- (A) A divisão de tarefas em equipe elimina a necessidade de planejamento prévio, pois a execução das atividades ocorre de forma espontânea durante a prática.
- (B) A atuação em equipe pressupõe comunicação clara, cooperação entre os profissionais envolvidos e respeito às diferentes funções, favorecendo a organização das atividades e a motivação dos participantes.
- (C) O trabalho em equipe limita a autonomia do facilitador, uma vez que todas as decisões devem ser tomadas exclusivamente de forma coletiva, independentemente do contexto da oficina.
- (D) A cooperação entre os membros da equipe dispensa a definição de responsabilidades individuais, uma vez que todos devem executar as mesmas funções simultaneamente.
- (E) O trabalho em equipe é relevante apenas em oficinas com grande número de participantes, não sendo necessário em grupos reduzidos.

Questão 13

Os princípios constitucionais que regem a Administração Pública orientam a atuação dos agentes estatais e delimitam os parâmetros de legalidade, moralidade e finalidade do exercício da função pública. Acerca do assunto, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

() O princípio da Impessoalidade impede que o servidor faça promoções pessoais às custas de obras ou serviços públicos, e exige tratamento igualitário aos administrados.

() O princípio da Publicidade pode ser restringido em casos excepcionais, como quando a segurança da sociedade e do Estado estiverem em risco.

() O princípio da Eficiência exige que o servidor desempenhe suas funções com presteza, perfeição e rendimento funcional, buscando os melhores resultados com o menor custo possível.

() O princípio da Legalidade permite que o servidor público faça tudo aquilo que a lei não proíbe, assemelhando-se ao princípio da autonomia da vontade do direito privado.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, V, F.
- (B) F, F, V, V.
- (C) V, V, V, V.
- (D) F, V, F, V.
- (E) V, F, V, F.

Questão 14

Ao trabalhar com a formação e acompanhamento de grupos de ginástica em programas municipais, o facilitador de oficina de ginástica se depara frequentemente com a heterogeneidade dos participantes em termos de idade, condicionamento e habilidades motoras. Nesse contexto, para garantir a adesão e a eficácia do programa, o facilitador de oficina de ginástica deve adotar estratégias de liderança e dinâmica de grupo adequadas. Considerando a necessidade de coesão e motivação, assinale a alternativa que CORRETAMENTE apresenta a conduta técnica mais adequada para o gerenciamento desses grupos.

- (A) Padronizar a aula pelo nível mais alto de dificuldade para forçar a evolução rápida dos iniciantes, assumindo o risco de desistência dos menos aptos.
- (B) Utilizar estratégias de inclusão, oferecendo variações de intensidade e complexidade para o mesmo exercício, permitindo que iniciantes e avançados treinem juntos com segurança.
- (C) Ignorar as diferenças individuais e aplicar estritamente o protocolo padrão sem adaptações, alegando o princípio da isonomia no serviço público.
- (D) Focar a atenção e os elogios apenas nos alunos com melhor desempenho técnico, utilizando-os como único modelo a ser seguido pelos demais.
- (E) Segregar o grupo rigidamente por idade e capacidade física logo na primeira aula, impedindo a interação entre níveis diferentes para evitar constrangimentos.

Questão 15

A ginástica de condicionamento físico utiliza diversos fundamentos técnicos para melhorar as capacidades biomotoras. Analise as afirmativas a seguir:

I.A força muscular é a capacidade de exercer tensão contra uma resistência, sendo fundamental para a manutenção da postura e execução de tarefas diárias.

II.A flexibilidade é definida como a amplitude de movimento disponível em uma articulação ou grupo de articulações, dependendo da extensibilidade dos tecidos moles.

III.O equilíbrio é uma capacidade física irrelevante para a saúde de idosos, sendo uma preocupação exclusiva de atletas de ginástica olímpica.

IV.A resistência cardiorrespiratória refere-se à

capacidade dos sistemas circulatório e respiratório de fornecer oxigênio aos músculos durante a atividade física contínua.

Assinale a alternativa que apresenta somente as proposições CORRETAS:

- (A) I, III e IV.
- (B) I e II.
- (C) I, II e IV.
- (D) I, II, III e IV.
- (E) II, III e IV.

Questão 16

A relação hierárquica e a cooperação são fundamentais na estrutura administrativa. Sobre o dever de obediência e cooperação, analise as afirmativas, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(__) O servidor tem o dever de acatar as ordens legais de seus superiores hierárquicos, zelando pelo cumprimento das diretrizes do órgão.

(__) Caso a ordem superior seja manifestamente ilegal (ex: falsificar um documento ou discriminar um usuário), o servidor tem o dever de não cumpri-la e representar contra a chefia.

(__) A cooperação implica que o servidor deve fazer o trabalho dos outros constantemente, mesmo que isso prejudique suas próprias atribuições principais definidas em edital.

(__) A insubordinação grave em serviço é passível de penalidades disciplinares, podendo chegar à demissão em casos extremos previstos em estatuto.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, F, V.
- (B) V, V, V, V.
- (C) F, F, F, V.
- (D) F, V, V, F.
- (E) V, F, F, V.

Questão 17

O planejamento é uma etapa crucial para o sucesso de programas de ginástica no serviço público, exigindo organização prévia para garantir a segurança e o alcance dos objetivos propostos. Analise as afirmativas a seguir:

I.O plano de aula deve ser um documento rígido e imutável, não permitindo adaptações durante a execução, independentemente das condições climáticas ou do estado físico dos alunos no dia.

II.A organização dos espaços e materiais deve prever a verificação prévia de segurança, garantindo que o local esteja livre de obstáculos perigosos e que os equipamentos estejam em condições de uso.

III.O cronograma de atividades deve considerar a

progressão pedagógica, partindo de atividades mais simples para as mais complexas, respeitando o nível de aptidão dos participantes.

IV.A avaliação diagnóstica inicial é dispensável em projetos públicos, pois o objetivo é apenas recreativo, não havendo necessidade de conhecer o histórico de saúde dos participantes.

Assinale a alternativa que apresenta somente as proposições CORRETAS:

- (A) III e IV.
- (B) I, II e III.
- (C) I e IV.
- (D) II, III e IV.
- (E) II e III.

Questão 18

De acordo com os deveres fundamentais do servidor público e a ética no serviço, o tratamento dispensado ao usuário do serviço público deve ser pautado em critérios de qualidade e respeito. Nesse contexto, assinale a alternativa que apresenta uma conduta VIOLADORA dos deveres do servidor.

- (A) Manter-se atualizado com as normas e instruções de serviço para evitar repassar informações incorretas.
- (B) Tratar com urbanidade os colegas e o público em geral, sem preconceitos de qualquer natureza.
- (C) Zelar pela conservação do patrimônio público e denunciar irregularidades de que tiver ciência em razão do cargo.
- (D) Deixar o cidadão à espera de solução que compete ao setor, permitindo a formação de longas filas, por preferir atender primeiro a conhecidos e amigos.
- (E) Prestar informações claras e precisas ao cidadão, mesmo que a resposta seja negativa ao pleito do usuário.

Questão 19

O facilitador de oficina de ginástica no serviço público frequentemente é convocado a colaborar na organização e execução de eventos municipais (corridas, dias de lazer, festivais). Analise as afirmativas a seguir.

I.A atuação do facilitador de oficina de ginástica em eventos deve restringir-se estritamente à sua especialidade técnica, recusando-se a colaborar com tarefas de suporte ou organização geral se necessário.

II.O planejamento de eventos municipais exige a previsão de recursos materiais, humanos e, obrigatoriamente, de um plano de segurança e emergência médica.

III.A realização de eventos esportivos e de lazer pelo município cumpre o direito social ao lazer previsto na Constituição Federal.

IV.Ao participar de eventos, o servidor representa a administração pública, devendo manter postura ética,

uniforme adequado (se houver) e tratamento cortês ao cidadão.

Assinale a alternativa que apresenta somente as proposições CORRETAS:

- (A) I, II, III e IV.
- (B) I e II.
- (C) II e IV.
- (D) II, III e IV.
- (E) I, III e IV.

Questão 20

O aquecimento é uma parte fundamental da sessão de exercícios, preparando o organismo psicofisiologicamente para o esforço subsequente e minimizando o risco de lesões. Analise as afirmativas abaixo sobre os componentes e efeitos do aquecimento, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(__)O aquecimento geral tem como principal objetivo elevar a temperatura corporal e a frequência cardíaca, aumentando o fluxo sanguíneo para os músculos ativos.

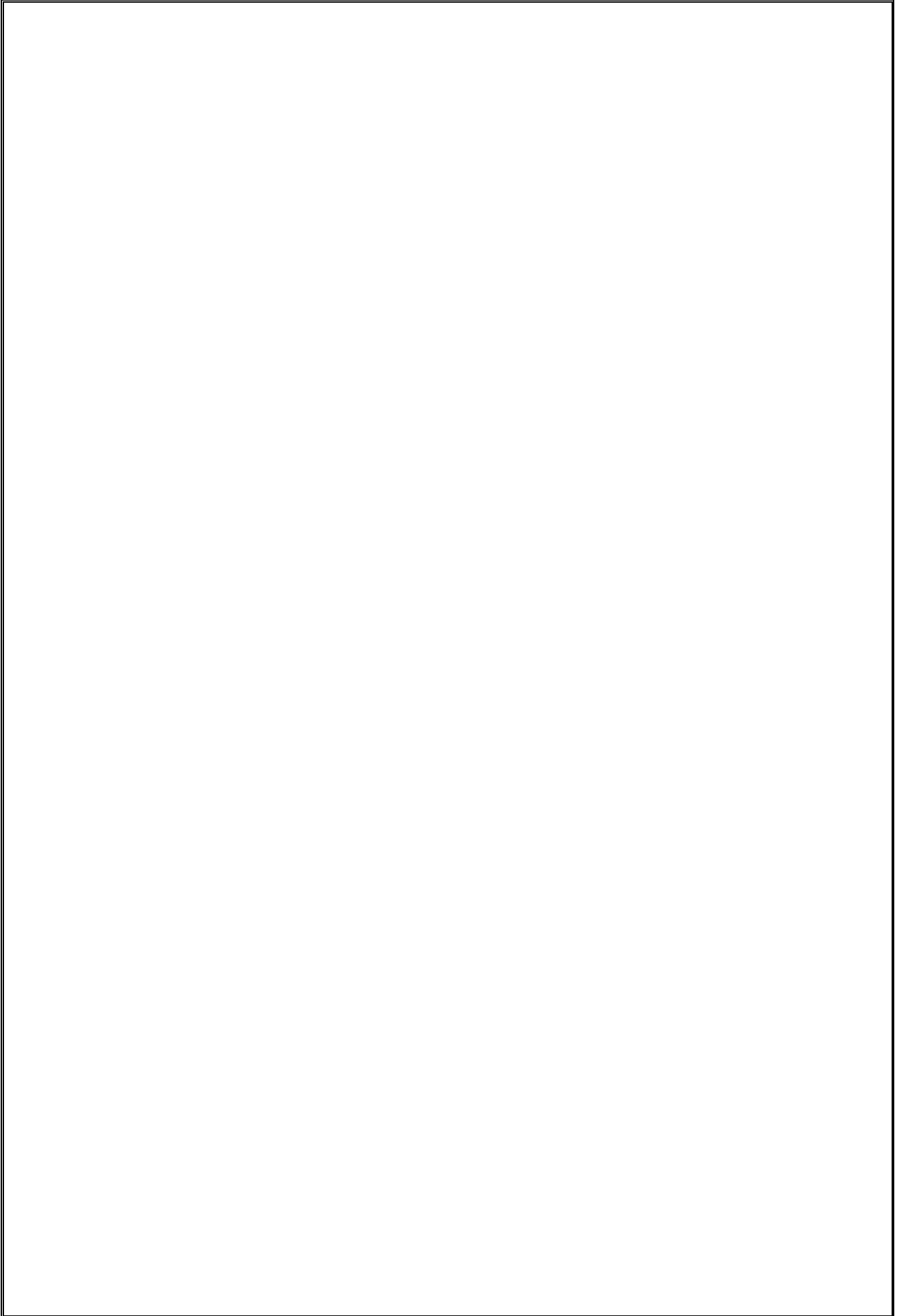
(__)O aquecimento específico deve ser realizado após o aquecimento geral e utiliza movimentos semelhantes aos da atividade principal, visando a ativação neuromuscular específica.

(__)O alongamento passivo intenso é a melhor forma de aquecimento antes de atividades de força e potência, pois comprovadamente aumenta a capacidade de produção de força explosiva imediata.

(__)A lubrificação das articulações através da liberação de líquido sinovial é um dos efeitos fisiológicos benéficos promovidos pela movimentação articular durante o aquecimento.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, F, F, V.
- (B) F, V, V, F.
- (C) F, F, V, F.
- (D) V, V, V, V.
- (E) V, V, F, V.



RASCUNHO

1		6		11		16	
2		7		12		17	
3		8		13		18	
4		9		14		19	
5		10		15		20	



BOA PROVA!