

**PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

EDITAL N.º 03/2026

**Orientador(a) de Atividade Física e Desportiva
(Modalidade FUTEBOL)****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:**CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS****1 a 20****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:

- 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 decorridos **30 (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** O candidato somente poderá levar consigo o caderno de questões quando faltarem **30 (trinta) minutos para o término da prova**.
- 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 para a correção.
- 10** Os **3 (três)** últimos candidatos permanecerão sentados até que todos conclua a prova ou que termine o tempo de duração da prova, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

1. O futebol ocupa lugar de destaque na sociedade brasileira e está presente cotidianamente nos meios de comunicação, nos clubes e nas competições esportivas. Desde a infância, é comum que crianças tenham contato com a modalidade e desenvolvam vínculos com diferentes equipes, muitas vezes influenciadas pelo ambiente familiar. Para além dessa dimensão social, o futebol apresenta características próprias quanto à organização das ações e à relação estabelecida entre as equipes. Nesse sentido, de acordo com Borges e Rechenchosky (2017), a modalidade é classificada como:

- A) esporte coletivo, uma vez que é disputado em equipe; sem interação, pois as ações independem do oponente; e de invasão, em razão da ocupação do espaço adversário
- B) esporte coletivo, uma vez que é disputado em equipe; com interação, pois as ações de uma equipe estão vinculadas ao oponente; e de precisão, em razão da necessidade de direcionar a bola à meta
- C) esporte coletivo, uma vez que é disputado em equipe; sem interação, pois as ações de uma equipe ocorrem de forma independente; e de precisão, em razão da necessidade de direcionar a bola à meta
- D) esporte coletivo, uma vez que é disputado em equipe; com interação, pois as ações de uma equipe estão vinculadas ao oponente; e de invasão, em razão da disputa pelo espaço adversário

2. Devido à popularidade do Futebol, em 1904 foi criada a *Fédération Internationale de Football Association* (FIFA), entidade responsável pelo desenvolvimento e pela regulamentação da modalidade em âmbito mundial. Entre suas competições, destaca-se a Copa do Mundo. As Regras do Jogo são estabelecidas pelo *The International Football Association Board* (IFAB), que também orienta a atuação da equipe de arbitragem diante de situações não previstas especificamente nas regras. Nessas situações, a conduta esperada do árbitro corresponde a:

- A) decidir em conformidade com o espírito do jogo e das Regras
- B) consultar os capitães antes de decidir sobre a situação apresentada
- C) interromper a partida diante da ausência de disposição específica
- D) permitir que cada equipe escolha a interpretação mais adequada à situação

3. Durante uma partida de Futebol, o pé e o tornozelo desempenham funções fundamentais em ações como correr, saltar, mudar de direção, conduzir e chutar a bola. Para a realização desses movimentos, diferentes músculos atuam sobre as articulações do pé e do tornozelo, produzindo e controlando os movimentos necessários. Entre esses músculos, o fibular terceiro, responsável por auxiliar na dorsiflexão e na eversão do pé, tem sua fixação distal na chamada:

- A) face distal posterior do fêmur
- B) superfície medial do primeiro cuneiforme
- C) superfície dorsal do quinto metatarso
- D) tuberosidade do calcâneo

4. Ao elaborar o programa de treinamento de uma equipe de Futebol, o orientador de atividade física e desportiva precisa definir os procedimentos mais adequados para cada momento, considerando os objetivos estabelecidos para a equipe, conforme sugere Bompa (2001). Nessa situação, a organização do treinamento deve:

- A) manter métodos semelhantes em todas as fases da preparação, priorizando a continuidade dos estímulos ao longo da temporada
- B) adequar os métodos às demandas da modalidade e à fase da preparação, com o intuito de alcançar o desempenho máximo na época das principais competições
- C) priorizar o desenvolvimento da força máxima em todas as fases da preparação, independentemente das demandas específicas da modalidade esportiva
- D) utilizar métodos gerais de treinamento durante toda a preparação, deixando os estímulos específicos da modalidade para o período das principais competições

5. Borges e Rechenchosky (2017) destacam que, embora o sistema 4:4:2 seja bastante utilizado no Futebol, diferentes formações podem ser adotadas, e uma mesma equipe pode organizar-se de maneira distinta nas fases ofensiva e defensiva. Em uma atividade de treinamento, o orientador de atividade física e desportiva observa uma equipe que, ao atacar, se distribui no sistema 4:3:3 e, após perder a posse da bola, modifica sua organização com o recuo de dois jogadores mais avançados. Nessa situação, a organização tática da equipe corresponde à utilização:

- A) do sistema 4:3:2:1 no ataque e do sistema 4:3:3 na defesa, a partir do recuo de dois atacantes
- B) do sistema 3:5:2 no ataque e do sistema 4:3:2:1 na defesa, a partir do recuo de dois atacantes
- C) do sistema 4:3:3 no ataque e do sistema 4:3:2:1 na defesa, a partir do recuo de dois atacantes
- D) da ausência de sistema de jogo, pois as equipes devem manter os mesmos posicionamentos durante toda a partida

6. Em uma partida de futebol, o quarto árbitro exibe a placa de substituição e o árbitro autoriza a entrada do jogador substituto. Para evitar o desperdício de tempo e a interrupção do ritmo do jogo, o procedimento previsto nas Regras do Jogo estabelece que o jogador substituído deve:

- A) permanecer em campo até que o jogador substituto esteja posicionado, deixando-o pelo ponto central da linha lateral
- B) deixar o campo em até dez segundos, pelo ponto mais próximo da linha limítrofe, salvo indicação diferente do árbitro
- C) deixar o campo em até quinze segundos, pelo ponto indicado pelo quarto árbitro, independentemente da orientação do árbitro
- D) aguardar a autorização do jogador substituto e deixar o campo pelo ponto mais próximo da linha lateral

7. Durante um treino de Futebol, no exercício de suas atribuições, o orientador de atividade física e desportiva presencia a queda de um atleta, possivelmente decorrente de lesão ou doença. Nesse momento, a conduta inicial diante do atleta deve priorizar o(a):

- A) prevenção de novas lesões e danos físicos e a restrição ao contato
- B) remoção imediata do atleta do local
- C) movimentação do atleta para avaliação
- D) posicionamento do atleta sentado para posterior atendimento

8. Em uma ação ofensiva pelo lado do campo, um jogador passa a bola para um companheiro próximo à linha lateral e, em seguida, realiza um deslocamento em velocidade, ultrapassando o companheiro que recebeu o passe e avançando em direção à linha de fundo ou à meta adversária, com a intenção de receber a bola novamente. No Futebol, segundo Borges e Rechenchosky (2017), essa movimentação é denominada:

- A) abertura
- B) cobertura
- C) over step
- D) overlap

9. A realização de um chute, uma corrida ou uma mudança de direção no Futebol depende diretamente da ação dos músculos esqueléticos. No nível celular, as células musculares apresentam características estruturais e denominações específicas. Uma célula muscular isolada é chamada de fibra muscular, e o citoplasma especializado é denominado:

- A) epimísio
- B) sarcolema
- C) sarcômero
- D) sarcoplasma

10. Durante uma partida de futebol, um jogador sofre uma lesão após uma disputa de bola. A equipe de arbitragem precisa avaliar a gravidade da situação para definir o procedimento adequado. De acordo com as Regras do Jogo do *The International Football Association Board* (IFAB), a atuação diante de uma lesão leve e de uma lesão grave consiste em:

- A) paralisar imediatamente o jogo para avaliação e permitir a continuidade até a bola sair de jogo, respectivamente
- B) permitir a continuidade do jogo até a bola sair de jogo e paralisar a partida e assegurar que o jogador seja retirado do campo, respectivamente
- C) paralisar imediatamente o jogo para a avaliação da lesão e entrada de médicos e/ou de maqueiros em ambos os casos
- D) permitir a continuidade da partida nos dois casos, interrompendo-a somente quando a bola sair de jogo

11. Casarin *et al.* (2011), com base em Bayer (1994) e Garganta e Pinto (1994), ao tratar do ensino do Futebol, distinguem os princípios globais dos princípios específicos, relacionados aos diferentes e interconectados momentos do jogo. Em uma situação na qual uma equipe perde a posse da bola, e seus jogadores pressionam coletivamente o adversário, realizando coberturas para recuperar rapidamente a posse, essa ação corresponde aos princípios globais de:

- A) impedir a progressão ao alvo, e específicos de compactação, no momento de transição ofensiva
- B) atacar o alvo adversário, e específicos de pressão coletiva com coberturas, no momento de organização ofensiva
- C) recuperar a posse de bola, e específicos de pressão coletiva com coberturas, no momento de transição defensiva
- D) criar superioridade numérica, e específicos de defesa individual, no momento de organização defensiva

12. No Futebol, as situações de jogo apresentam frequência, ordem e complexidade imprevisíveis, exigindo dos jogadores capacidade de adaptação. Em um estudo intitulado "Fundamentos e práticas para o ensino e treino do Futebol", Garganta *et al.* (2013), com base em Go Tani (2005), discorrem que a repetição excessiva de uma técnica, com o objetivo de padronizar detalhadamente o movimento, pode:

- A) eliminar a necessidade de tomada de decisão durante as ações realizadas em jogo
- B) tornar o movimento mais rígido e estereotipado, reduzindo sua capacidade de adaptação
- C) aumentar a variabilidade de repertório para a tomada de decisão durante as ações realizadas em jogo
- D) aumentar a flexibilidade e ampliar a capacidade de adaptação às situações de jogo

13. As Regras do Jogo podem admitir adaptações para atender às características de diferentes contextos de prática do Futebol, como as categorias juvenil, amadora, de veteranos e de pessoas com deficiência. Entre os elementos que podem ser modificados pelas competições, nesses casos, conforme previsto pelo *The International Football Association Board* (IFAB), encontram-se:

- A) as dimensões do campo, o tamanho e o peso da bola, a duração da partida e o número de jogadores
- B) o uso do retorno de jogadores substituídos, a organização da cerimônia de abertura, a função da arbitragem e a forma de obtenção do gol
- C) as dimensões do campo, o objetivo do jogo, a existência de equipes adversárias, a altura das traves e a condição de vitória
- D) o material da bola, a duração da partida, a organização das arquibancadas e a finalidade do jogo

14. No ensino do Futebol, uma proposta orientada pela compreensão do jogo utiliza situações-problema para desenvolver a capacidade dos jogadores de perceber, decidir e agir diante das demandas da partida. Com base em Casarin *et al.* (2011) e nos referenciais de Bunker e Thorpe (1982), Mombaerts (1999) e Mitchell, Oslin e Griffin (2006), essa perspectiva caracteriza-se por:

- A) utilizar jogos reduzidos para desenvolver respostas previamente definidas pelo treinador, priorizando a estabilidade das ações coletivas diante das diferentes situações de partida
- B) priorizar a repetição dos fundamentos técnicos, deixando as decisões táticas para uma etapa posterior do processo de aprendizagem
- C) apresentar previamente as soluções mais eficazes para cada situação de jogo, orientando os jogadores a reproduzi-las de acordo com o modelo estabelecido pelo treinador
- D) modificar os jogos para criar problemas a serem resolvidos pelos jogadores, favorecendo a tomada de decisão, a autonomia e a construção coletiva das ações

15. Em uma disputa de bola, uma jogadora de Futebol apoia o pé de forma inadequada após um contato e sofre uma entorse do tornozelo. Considerando que a cápsula articular e os ligamentos são mais fortes na face medial dessa articulação, as entorses mais frequentes no esporte estão relacionadas à:

- A) inversão envolvendo a distensão ou a ruptura dos ligamentos laterais
- B) dorsiflexão envolvendo a distensão ou a ruptura dos ligamentos laterais
- C) flexão plantar envolvendo a distensão ou a ruptura dos ligamentos mediais
- D) eversão envolvendo a distensão ou a ruptura dos ligamentos mediais

16. Em uma atividade de ensino do Futebol, o orientador de atividade física e desportiva propõe um jogo reduzido, no qual os participantes precisam decidir rapidamente entre conduzir, passar ou finalizar. Em determinada jogada, um atleta tenta realizar um passe em profundidade, mas a bola é interceptada pelo adversário. O jogador demonstra receio de tentar novamente e passa a optar por passes mais previsíveis durante as jogadas seguintes. Considerando as contribuições de Garganta *et al.* (2013) acerca do erro no processo de ensino e treino do futebol, a intervenção mais adequada do orientador, em situações como essa, consiste em:

- A) interromper a atividade e corrigir imediatamente o gesto técnico, evitando que o jogador repita a ação que resultou no erro
- B) restringir as tentativas de passes em profundidade até que o jogador demonstre domínio técnico suficiente para realizá-los com segurança
- C) utilizar o erro para identificar os fatores que interferiram na ação e favorecer novas tentativas, compreendendo-o como elemento do processo de aprendizagem
- D) substituir os jogos por repetições de exercícios analíticos individuais, reduzindo a exposição do jogador a situações de tomada de decisão até que os erros diminuam

17. Durante uma sessão de treinamento de uma equipe de Futebol, o orientador de atividade física e desportiva propõe exercícios que envolvem mudanças rápidas de direção, controle corporal e deslocamentos em diferentes velocidades. Considerando a classificação das capacidades físicas apresentada por Bompa (2001), a agilidade resulta da combinação de:

- A) força máxima, resistência e velocidade
- B) equilíbrio, flexibilidade, mobilidade e força
- C) velocidade, coordenação, flexibilidade e força
- D) coordenação global, força e elasticidade

18. Durante uma partida de Futebol, os músculos esqueléticos são constantemente submetidos a estímulos relacionados à corrida, aos saltos, aos chutes e às mudanças de direção. Essas ações dependem de características próprias do tecido muscular, que também estão presentes nos músculos cardíaco e liso, conforme discorre Hall (2016). Entre essas características do tecido muscular, encontra-se a extensibilidade, que diz respeito à capacidade de:

- A) diminuir seu comprimento ao produzir tensão
- B) ser alongado ou de aumentar de tamanho
- C) retornar ao comprimento inicial após o estiramento
- D) responder a um estímulo eletroquímico

19. O Futebol é marcado por sucessiva alternância de estados de ordem e desordem, estabilidade e instabilidade, uniformidade e variedade, tendo em vista as variações de posição e a trajetória da bola, bem como a posição e os deslocamentos dos companheiros e dos adversários. Nesse contexto, uma ação eficaz depende não apenas da execução dos fundamentos técnicos, mas também da capacidade do jogador de perceber e interpretar continuamente o que ocorre no jogo. Segundo Garganta *et al.* (2013), esse tipo de exigência está diretamente relacionado ao desenvolvimento de habilidades:

- A) perceptivo-cognitivas, relacionadas à antecipação e à tomada de decisão diante das situações do jogo
- B) condicionais, voltadas ao aumento da força, da velocidade e da resistência para responder às situações do jogo
- C) técnicas, voltadas ao aperfeiçoamento dos gestos específicos para reduzir a variabilidade das ações realizadas
- D) motoras, voltadas à reprodução estável dos gestos técnicos previamente apreendidos

20. Aos 40 minutos do segundo tempo, uma equipe conquista um escanteio após a bola tocar por último em um jogador adversário e sair pela linha de fundo. O atleta responsável pela cobrança posiciona a bola próximo à bandeira de escanteio e se prepara para executar o tiro. Considerando as dimensões estabelecidas pelas Regras do Jogo, definidas pelo *The International Football Association Board* (IFAB), a área de tiro de canto é delimitada por um:

- A) semicírculo com raio de 1,5 m, traçado no interior do campo a partir de cada poste de bandeira do escanteio
- B) quarto de círculo com raio de 2 m, traçado no interior do campo a partir de cada poste de bandeira do escanteio
- C) semicírculo com raio de 1 m, traçado no interior do campo a partir de cada poste de bandeira do escanteio
- D) quarto de círculo com raio de 1 m, traçado no interior do campo a partir de cada poste de bandeira do escanteio



RASCUNHO