

**PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

EDITAL N.º 03/2026

**Orientador(a) de Atividade Física e Desportiva
(Modalidade TENIS 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:**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 concluem a prova ou que termine o tempo de duração da prova, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

1. É fundamental que os árbitros dominem as regras do Tênis de Mesa para garantir que o jogo aconteça de forma justa e organizada. Nesse sentido, os árbitros têm a função de conduzir a partida de acordo com as regras da:

- A) Confederação local, pois o que vale são os acordos feitos para aquele campeonato específico
- B) Organização local, promovendo os acordos regionais
- C) Federação Regional, pois existe diferença em relação à ITTF
- D) Federação Internacional de Tênis de Mesa

2. As manifestações neurológicas agudas representam um dos maiores desafios no atendimento de urgência. Assim, de acordo com Andrade (2020), a convulsão é definida:

- A) pela recuperação súbita da consciência, acompanhada de febre alta e permanente
- B) pela alta capacidade cardiorespiratória e por um pico de pressão arterial
- C) por um pico de pressão arterial, pela diminuição da sudorese e pela dilatação da pupila
- D) pela perda súbita da consciência, acompanhada de contrações musculares bruscas e involuntárias

3. No tênis de mesa, os movimentos rápidos de aceleração e frenagem exigem controle muscular preciso durante os movimentos dos membros. Nesse contexto, segundo Miranda (2008), a contração muscular excêntrica ocorre quando o(a):

- A) torque da força externa vence o torque da força muscular, promovendo o alongamento do músculo
- B) tensão muscular interna do membro perde para a resistência do objeto, promovendo um encurtamento do músculo
- C) torque da força externa perde para o torque da força muscular, promovendo o alongamento do músculo
- D) músculo desenvolve uma tensão interna sem sofrer nenhum tipo de encurtamento

4. O material do jogo do Tênis de Mesa deve seguir um padrão. Nesse sentido, conforme a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, a bola deve possuir como características:

- A) diâmetro de 40mm, pesar 2,7g e ser feita de material de plástico
- B) diâmetro de 8cm, pesar 100g e ser feita de qualquer material
- C) diâmetro de 10cm, pesar 80g e ser feita de material de plástico
- D) diâmetro de 70cm, pesar 60g e ser feita exclusivamente de vidro

5. No estudo anatômico do esqueleto, é importante conhecer os locais específicos em que os diferentes tipos de articulações se encontram. De acordo com Takase (2023), as articulações suturas estão localizadas apenas no:

- A) ombro
- B) quadril
- C) crânio
- D) joelho

6. A prática do tênis de mesa exige movimentos rápidos de tronco e membros superiores, cuja base de sustentação é o sistema esquelético. Considerando os fundamentos anatômicos, Miranda (2008) aponta que o esqueleto humano divide-se em:

- A) longo e curto
- B) axial e apendicular
- C) axial e longo
- D) apendicular e esponjoso

7. No tênis de mesa, a terminologia oficial abrange diversos termos técnicos que definem as ações e estratégias de jogo. De acordo com a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, uma "sequência" é:

- A) apenas o momento em que o jogador faz 5 pontos seguidos
- B) somente o momento do saque que inicia o jogo
- C) o período durante o qual a bola está fora de jogo
- D) o período durante o qual a bola está em jogo

8. No planejamento de cargas para modalidades de alta intensidade, como o Tênis de Mesa, a escolha adequada dos métodos de condicionamento aeróbio e anaeróbio otimiza a recuperação e o desempenho dos atletas. Assim, de acordo com Kenney *et al.* (2020), o treinamento intervalado consiste em:

- A) um conjunto de exercícios físicos que são apenas de intensidade baixa, pois têm o objetivo de atuar na recuperação muscular de atletas
- B) séries repetidas de exercícios de intensidade alta a moderada, mescladas com períodos de descanso ou de exercícios de intensidade reduzida
- C) um conjunto de exercícios físicos que são apenas de intensidade alta, pois têm o objetivo de preparar os atletas para os jogos mais longos
- D) séries isoladas de exercícios de intensidade moderada a fraca, mescladas com períodos de corridas ou de exercícios de intensidade alta

9. O treinamento físico é fundamental para o desempenho de atletas no Tênis de Mesa. Portanto, conhecer as ações dos diversos grupos musculares é uma tarefa primordial para a construção de treinos individualizados para cada atleta. Nesse sentido, conforme indica Duarte (2014), durante o movimento de extensão do joelho, o músculo bíceps femoral exerce a ação de:

- A) antagonista
- B) agonista
- C) postural
- D) fixador

10. Dominar a história do Tênis de Mesa é fundamental para valorizar seus principais marcos e reconhecer as transformações que o conduziram ao patamar de esporte olímpico de alto rendimento. O Tênis de Mesa fez sua estreia em Olimpíadas nos Jogos de:

- A) Seul, em 1988
- B) Atenas, em 2002
- C) Rio, em 2000
- D) New York, em 1990

11. Como o desmaio pode acontecer ao longo de uma competição de Tênis de Mesa, é importante reconhecer seus sinais no cotidiano dos jogos. Nesse sentido, o desmaio é definido como sendo o(a):

- A) perda súbita da audição, devido ao aumento do ácido láctico na musculatura dos membros superiores
- B) aumento de glicose na musculatura dos membros superiores em função do esforço anaeróbio
- C) diminuição de ATP na corrente sanguínea, tendo, como consequência, o aumento da pressão arterial
- D) perda súbita, temporária e repentina da consciência, devido à diminuição de sangue e oxigênio no cérebro

12. Para garantir a padronização nas competições oficiais de Tênis de Mesa, as regras estabelecem medidas rígidas para os equipamentos. Considerando os padrões exigidos pela Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, a parte superior da mesa, chamada superfície de jogo, deve ser retangular, com:

- A) 5,55m de comprimento por 3,145m de largura, e situar-se em um plano horizontal de 2,23 m acima do chão
- B) 8,65m de comprimento por 6,184m de largura, e situar-se em um plano horizontal de 1,23 m acima do chão
- C) 2,74 m de comprimento por 1,525 m de largura, e situar-se em um plano horizontal de 76 cm acima do chão
- D) 4,77m de comprimento por 4,852m de largura, e situar-se em um plano horizontal de 3,74m acima do chão

13. O início de uma partida de Tênis de Mesa exige critérios padronizados para definir a ordem dos saques. Nesse sentido, conforme determina a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, o direito de escolher a ordem inicial de sacar deve ser decidido:

- A) pelo árbitro
- B) por sorteio
- C) pelo presidente da competição
- D) pelo jogador mais bem posicionado no ranking da federação

14. Conforme a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, o responsável por decidir se os jogadores podem deixar a área de jogo durante uma partida é o:

- A) presidente da federação
- B) árbitro geral
- C) auxiliar de mesa
- D) técnico do jogador mais bem posicionado no ranking nacional

15. O aprendizado de novos gestos motores ocorre ao longo de toda a vida do ser humano. Assim sendo, com base em Gallahue e Ozmun (2005), as habilidades ontogenéticas são destrezas motoras que dependem basicamente do:

- A) aprendizado e da hereditariedade
- B) arcabouço inato e de oportunidades ambientais
- C) hereditariedade e da escolarização
- D) aprendizado e das oportunidades ambientais

16. O sistema de pontuação e a dinâmica das partidas são fundamentais para determinar os vencedores nos torneios de tênis de mesa. Portanto, de acordo com a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, um set será vencido pelo jogador ou dupla que primeiro completar:

- A) 11 pontos, a menos que ambos os jogadores ou pares atinjam 9 pontos, quando então o set será vencido pelo primeiro jogador ou par que conquistar uma vantagem de 3 pontos de diferença
- B) 20 pontos, a menos que o árbitro entenda que aquela partida pontualmente pode terminar em 12 pontos, proporcionando um jogo mais dinâmico com o objetivo de chegar a final do campeonato mais rápido
- C) 30 pontos de modo que a distancia de pontos entre o vencedor seja de no mínimo 15 pontos, contraindo assim partidas mais justas e disputadas ao longo dos campeonatos
- D) 11 pontos, a menos que ambos os jogadores ou pares atinjam 10 pontos, quando então o set será vencido pelo primeiro jogador ou par que conquistar uma vantagem de 2 pontos de diferença

17. A empunhada, no Tênis de Mesa, está relacionada às formas de segurar a raquete. Nesse sentido, para Go Tani e Corrêa (2016), existem duas formas básicas de realizar a empunhada, que são:

- A) ampulheta e caneta
- B) criativa e conservadora
- C) ortodoxa e caneta
- D) ortodoxa e clássica

18. Para garantir a segurança, a mobilidade dos atletas e o bom desenvolvimento das partidas oficiais, as normas do tênis de mesa exigem que o ambiente ao redor da mesa siga dimensões mínimas. Tendo isso em vista, a respeito das condições de jogo, a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa destaca que o espaço de jogo deve ser retangular e não menor do que:

- A) 100 m de comprimento, 70m de largura e 25m de altura
- B) 80 m de comprimento, 50m de largura e 20m de altura
- C) 50m de comprimento, 30m de largura e 15m de altura
- D) 14m de comprimento, 7m de largura e 5m de altura

19. Para compreender a evolução das habilidades físicas ao longo da vida e como o treinamento esportivo deve respeitar a maturação do atleta, é fundamental analisar os modelos teóricos clássicos da área. Com base nisso, para Gallahue e Ozmun (2005), as fases do desenvolvimento motor são:

- A) fundamental, especializada, transitória e elementar
- B) transitório, madura, rudimentar e reflexa
- C) inicial, elementar, fundamental e permanente
- D) reflexa, rudimentar, fundamental e especializada

20. As estratégias de parada e orientação técnica durante uma partida são fundamentais para manter o ritmo do confronto no jogo do Tênis de Mesa. Portanto, a respeito do pedido de período técnico durante uma partida, a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa afirma que um:

- A) jogador ou dupla pode solicitar um período de tempo técnico de até 5 minuto durante um jogo individual
- B) técnico ou árbitro auxiliar pode solicitar um período de tempo técnico de até 10 minuto durante um jogo individual
- C) jogador ou dupla pode solicitar um período de tempo técnico de até 1 minuto durante um jogo individual
- D) técnico ou árbitro auxiliar pode solicitar um período de tempo técnico de até 15 minutos durante um jogo individual