

**PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

EDITAL N.º 03/2026

**Orientador(a) de Atividade Física e Desportiva
(Modalidade FUTSAL)****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 esqueleto de um praticante de futsal sofre constantes impactos e demandas de remodelação para se adaptar ao estresse físico do jogo. Segundo Miranda (2008) para isso, o tecido ósseo humano conta com três tipos celulares fundamentais, que são os:

- A) fusiformes, osteócitos e eritrócitos
- B) glandulares, plaquetas, osteócitos
- C) leucócitos, osteoblastos e fusiformes
- D) osteoblastos, osteoclastos e osteócitos

2. Os traumas ortopédicos podem causar grandes prejuízos para os praticantes do futsal. Portanto, saber identificar os tipos de lesões pode ajudar nos primeiros atendimentos de uma vítima que tenha sofrido um acidente. Nesse sentido, entorses são lesões dos:

- A) ossos das articulações, ocorrendo a fratura total do diâmetro ósseo
- B) ligamentos das articulações, que, por não esticarem, não são levados ao rompimento
- C) meniscos das articulações, ocorrendo uma ruptura com tamanho maior que 30mm
- D) ligamentos das articulações, que esticam para além de sua amplitude normal, rompendo-se

3. O planejamento de ginásios esportivos destinados a competições de futsal exige rigor técnico na observância das dimensões físicas da quadra. Considerando as diretrizes oficiais da Confederação Brasileira de Futsal para competições não internacionais, uma quadra de futsal deve possuir, respectivamente, o comprimento e a largura mínimos obrigatórios de:

- A) 20 metros e 14 metros
- B) 30 metros e 45 metros
- C) 25 metros e 16 metros
- D) 60 metros e 70 metros

4. Em 2024, a seleção brasileira conquistou a Copa do Mundo de Futsal ao vencer a seleção argentina, tornando-se:

- A) bicampeã
- B) tricampeã
- C) pentacampeã
- D) hexacampeã

5. Durante as intensas trocas de direção, chutes e arrancadas no futsal, os grupamentos musculares atuam de forma integrada. Nesse contexto, conforme aponta Miranda (2008), o músculo que desempenha uma função agonista sempre se:

- A) contrai ativamente para produzir uma contração concêntrica
- B) alonga passivamente para permitir o movimento da articulação
- C) alonga ativamente, produzindo uma contração excêntrica
- D) contrai ativamente para produzir uma contração isométrica

6. Ter noções básicas de primeiros socorros contribui para prestar um atendimento inicial adequado a vítimas que tenham sofrido alguma fratura. Nesse sentido, uma fratura cominutiva acontece quando o osso:

- A) quebra em três ou mais fragmentos
- B) quebra apenas em um local
- C) sofre uma pequena fissura
- D) sofre somente um deslocamento da articulação

7. O desenvolvimento motor ocorre por meio de fases, sendo a última delas a fase motora especializada, fundamental para o aprendizado de gestos esportivos complexos, como os exigidos no futsal. Nesse contexto, segundo Gallahue e Ozmun (2005), a fase motora especializada possui como estágios:

- A) utilização permanente, aplicação e transitório
- B) decodificação, codificação e aplicação
- C) maduro, permanente e aplicação constante
- D) elementar, inicial e aplicação constante

8. Durante uma partida oficial de futsal, a dinâmica de jogo intensa exige que as substituições sejam realizadas de forma rápida, respeitando os limites físicos demarcados. De acordo com a Confederação Brasileira de Futsal, as zonas de substituição são áreas localizadas:

- A) na linha lateral, em frente aos bancos das equipes
- B) na linha de fundo, ao lado das traves
- C) próximos à marca do pênalti
- D) na linha lateral, mas distante dos bancos das equipes

9. Para o planejamento do treinamento físico em esportes de quadra, como o futsal, compreender os conceitos fundamentais da fisiologia do exercício é essencial para prescrever cargas adequadas que sustentem o esforço ao longo da partida. Desse modo, segundo Kenney *et al.* (2020), resistência muscular é a capacidade de:

- A) realizar contrações musculares repetidas ou de manter uma contração por certo tempo
- B) levantar uma carga máxima uma única vez, utilizando os músculos dos membros inferiores
- C) vencer a resistência de uma carga mínima uma única vez, utilizando os músculos dos membros superiores
- D) realizar contrações musculares isoladas ou de manter uma respiração por certo tempo

10. Os sinais vitais indicam a presença de vida. Em casos de acidentes, a análise desses sinais é fundamental para avaliar corretamente o quadro clínico da vítima. Nesse sentido, a pressão arterial é a:

- A) pressão da água no corpo humano, que depende da força muscular dos membros superiores e da temperatura do ambiente
- B) pressão do sangue, que depende da força de contração do coração, do grau de distensibilidade do sistema arterial, da quantidade de sangue e sua viscosidade
- C) capacidade muscular dos membros inferiores, gerada através da quebra de ATP e da produção de lactato
- D) capacidade pulmonar de bombear sangue para o sistema nervoso central, que depende do volume de oxigênio na musculatura do corpo

11. O domínio dos conhecimentos da área da anatomia humana contribui para a compreensão da biomecânica dos movimentos e para a prevenção de lesões. De acordo com Duarte (2014), os ossos sesamóides são:

- A) pequenos ossos que se desenvolvem dentro de tendões ou da cápsula articular
- B) grandes ossos que atuam diretamente na sustentação do esqueleto, como o fêmur
- C) ossos irregulares que se desenvolvem dentro da musculatura do corpo humano
- D) geminados e estão localizados tanto nos membros superiores como inferiores

12. Durante o andamento de uma partida oficial, um atleta executa um chute direto para a meta. A bola choca-se contra a trave, sofre esvaziamento total e, na sequência da trajetória, ultrapassa completamente a linha de meta. Nessa situação, segundo a Confederação Brasileira de Futsal, o árbitro deve:

- A) marcar tiro de saída
- B) marcar pênalti
- C) anular o gol
- D) validar o gol

13. Compreender a anatomia do corpo humano é fundamental para a construção de treinamentos de futsal. Segundo Carpes *et al.* (2011), o quadríceps femoral é composto pelos músculos:

- A) reto femoral, vasto lateral, vasto medial e vasto intermédio
- B) gastrocnêmio, solear, reto femoral e vasto intermédio
- C) solear, bíceps, esternocleidomastóideo e reto femoral
- D) grande dorsal, deltoide, trapézio e isquiotibiais

14. Dominar as regras básicas do futsal é fundamental para estruturar treinos, orientar corretamente os praticantes e garantir o bom andamento das atividades pedagógicas e táticas. Nesse sentido, o jogo é disputado por duas equipes, cada uma com no máximo:

- A) seis jogadores, sendo um deles o goleiro
- B) sete jogadores, sendo um deles o fixo
- C) cinco jogadores, sendo um deles o goleiro
- D) quatro jogadores, sendo um deles o pivô

15. Conhecer os esquemas de marcação do jogo de futsal é fundamental para a construção de um treinamento potente. Portanto, de acordo com Mutti (2003), a distribuição dos jogadores em quadra no esquema de marcação por zona em losango acontece de modo que:

- A) dois jogadores ficam responsáveis pelo setor central da quadra, enquanto um lateral fica na parte defensiva, procurando impedir a passagem da bola pelo meio de quadra, e o fixo se posiciona na frente da área adversária
- B) dois jogadores ficam na frente da linha de meio de quadra, buscando construir as jogadas ofensivas, enquanto dois jogadores se posicionam atrás da linha do meio da quadra, trabalhando pela defesa
- C) um jogador fica responsável pelo setor central da quadra, enquanto três jogadores se posicionam na frente da área para cobrir as lacunas deixadas pela equipe ao longo de todo o jogo
- D) um jogador fica responsável pelo setor central da quadra, enquanto os laterais lhe dão cobertura, procurando impedir a passagem da bola pelo meio de quadra, e o fixo se posiciona na frente da área para cobrir os laterais

16. Durante a preparação das equipes e a verificação pré-jogo realizada pela equipe de arbitragem, a checagem dos acessórios de proteção é um procedimento importante para garantir a segurança dos atletas. Assim, conforme as diretrizes oficiais da Confederação Brasileira de Futsal, os equipamentos obrigatórios de uso individual para um jogador durante a partida são:

- A) camisa com mangas, calção, meias, caneleiras e calçados
- B) camisa com mangas, calção, meias, tornozeleira e calçados
- C) tornozeleira, calção, meias, caneleiras e bermuda térmica
- D) camisa térmica, calção, meias, caneleiras e protetores de tornozelos rígidos

17. As regras do jogo de futsal servem para garantir a integridade física dos participantes, assegurar a justiça competitiva e estruturar a dinâmica da partida. Portanto, dominar as regras do jogo é fundamental para praticar a modalidade. Assim, uma substituição pode ser feita:

- A) a qualquer momento, esteja a bola em jogo ou não, exceto durante o momento do gol
- B) apenas nos momentos de parada técnica solicitados pelo treinador da equipe
- C) somente nas paradas para hidratação, que são sinalizadas pelo árbitro da partida
- D) em quase todos os momentos, esteja a bola em jogo ou não, exceto apenas durante um tempo técnico

18. No futsal, quando uma equipe tem um jogador expulso e fica reduzida a quatro jogadores, de acordo com Mutti (2003), o esquema mais recomendável a ser adotado é o(a):

- A) marcação por zona em quadrado
- B) ataque por zona em reação
- C) ataque individual pelo meio
- D) marcação por zona em triângulo

19. Para classificar os tipos de articulações, é importante observar os elementos que compõem sua estrutura. Segundo Takase (2023), as articulações sinoviais incluem a maioria das articulações do corpo e são caracterizadas pela presença de:

- A) líquido pleural entre as estruturas ligamentares
- B) líquido sinovial entre as camadas da pleura
- C) líquido sinovial entre as superfícies ósseas
- D) estrutura rígida que não realiza nenhum movimento

20. Considerando a divisão do tempo e a estrutura regulamentar do cronômetro oficial, a partida é dividida em períodos específicos. Nesse sentido, de acordo com a Confederação Brasileira de Futsal, o jogo do futsal tem a duração de:

- A) três períodos iguais de 20 minutos de jogo, que só podem ser reduzidos se permitido pelo regulamento da competição
- B) dois períodos iguais de 40 minutos de jogo, que só podem ser reduzidos se permitido pelos presidentes das equipes que irão jogar
- C) dois períodos iguais de 20 minutos de jogo, que só podem ser reduzidos se permitido pelo regulamento da competição
- D) três períodos iguais de 30 minutos de jogo, que só podem ser reduzidos se permitido pelos técnicos das equipes que irão jogar