

**PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

EDITAL N.º 03/2026

**Orientador(a) de Atividade Física e Desportiva
(Modalidade VOLEIBOL)****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. Dominar os conceitos de anatomia humana é fundamental para compreender o aparelho locomotor humano. De acordo com Duarte (2014), no movimento de estender a articulação do joelho, o músculo quadríceps femoral exercer uma função de:

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

2. O posicionamento correto e a troca organizada de lugares em quadra são fundamentais para o bom andamento da partida. Com base na Confederação Brasileira de Voleibol, uma falta de rotação é cometida quando o:

- A) ataque não é efetuado do lado correto
- B) saque não é efetuado conforme a ordem de rotação
- C) levantador toca com as duas mãos na rede
- D) oposto recebe a bola antes da linha de três metros

3. O conhecimento acerca das normas que regem o contato físico com a bola é indispensável para a arbitragem e para a prática correta do voleibol. Segundo a Confederação Brasileira de Voleibol, durante o jogo do voleibol, o jogador pode tocar a bola:

- A) apenas com as mãos
- B) somente com os pés
- C) com qualquer parte do corpo
- D) exclusivamente com qualquer parte dos membros superiores

4. Durante a execução de um salto para o bloqueio ou de um movimento explosivo para a cortada, a musculatura do atleta atua gerando força e vencendo resistências. Assim, de acordo com Miranda (2008), a contração muscular concêntrica ocorre quando o(a):

- A) torque da força externa é igual ao torque da força muscular, em que o músculo não sofre encurtamento
- B) torque da força externa vence o torque da força muscular, promovendo um alongamento do músculo
- C) tensão muscular vence a resistência, promovendo um encurtamento do músculo
- D) músculo desenvolve tensão sem sofrer encurtamento

5. O ato de se movimentar ou de manter a postura sustentando uma base fixa é um importante conceito da área do desenvolvimento motor. Conforme indicam Gallahue e Ozmun (2005), os movimentos axiais são movimentos do:

- A) pescoço ou do braço direito, que promovem estabilidade ao corpo durante o deslocamento
- B) tronco ou dos membros, que direcionam o corpo, enquanto este se desloca no ambiente livremente
- C) pescoço combinado com o descolamento do corpo durante a corrida de alta intensidade
- D) tronco ou dos membros, que direcionam o corpo, enquanto este permanece em posição estacionária

6. A definição sobre qual lado da quadra começa sacando em momentos específicos da partida segue um procedimento regulamentado antes de o jogo começar. Segundo as diretrizes da Confederação Brasileira de Voleibol, o primeiro saque do 1º set, bem como o do 5º set decisivo, é executado pela equipe:

- A) que tiver a maior média de idade
- B) que o árbitro determinar
- C) mais bem posicionada no ranking
- D) determinada no sorteio

7. Para definir o término de um confronto e conhecer o vencedor no voleibol, é preciso alcançar o número regulamentar de parciais vitoriosas estipulado pelas regras da modalidade. Nessa linha de raciocínio, de acordo com a Confederação Brasileira de Voleibol, uma equipe vencerá a partida ao ganhar:

- A) cinco sets
- B) dois sets
- C) três sets
- D) quatro sets

8. Durante as sucessivas fases de salto, aterrissagem, cortadas e defesas características da dinâmica do voleibol, a coluna vertebral do praticante do voleibol absorve intensas cargas de impacto e torção. Para compreender como essa estrutura se organiza e suporta tais exigências, Miranda (2008) aponta que as vértebras da coluna estão divididas em cinco regiões, sendo elas:

- A) cervical, torácica, lombar, sacral e coccigiana
- B) insular, cervical, torácica, lombar e sacral
- C) cervical, lombar, cardíaca, occipital e frontal
- D) cervical, torácica, temporal, sacral e coccigiana

9. No voleibol, o saque por cima também é conhecido como saque tipo "tênis". Crisóstomo (2005) afirma que existem duas versões do saque tipo "tênis", que são:

- A) saque flutuante e saque ataque
- B) saque com rotação e saque do oposto
- C) saque com rotação e saque flutuante
- D) saque ataque e saque defesa

10. Compreender a dinâmica e a terminologia técnica do voleibol é essencial para dominar as regras oficiais do esporte. Assim, segundo a Confederação Brasileira de Voleibol, um rally completo consiste em uma:

- A) sequência de ações de jogo que resultam na passagem de bola do líbero para a quadra adversária
- B) defesa realizada pelo líbero após um ataque potente realizado pelo oposto do time adversário
- C) sequência de ações de jogo que resultam na conquista de um ponto
- D) realização do saque no momento de início de cada set da partida

11. Dominar os momentos marcantes do voleibol brasileiro feminino é fundamental para valorizar as principais conquistas que consolidaram o país como uma potência internacional na história do esporte. Assim, o voleibol brasileiro feminino de quadra conquistou o título olímpico nos anos de:

- A) 1958 e 1962
- B) 1946 e 1950
- C) 1972 e 1976
- D) 2008 e 2012

12. A capacidade do organismo de manter esforços físicos prolongados com o fornecimento contínuo de oxigênio é um dos componentes essenciais da aptidão física relacionada à saúde. Nesse sentido, Gallahue e Ozmun (2005) afirmam que a resistência aeróbia ou cardiovascular está relacionada ao funcionamento do(s):

- A) coração, braços e membros superiores
- B) coração, pulmões e sistema vascular
- C) membros superiores, fígado e pulmões
- D) sistema vascular, coração e osteoblastos

13. O desenvolvimento de partidas de Voleibol exige atenção às padronizações estabelecidas por federações. Conforme determina a Confederação Brasileira de Voleibol, a rede é colocada verticalmente sobre a linha central, cujo bordo superior é ajustado a:

- A) 2,43 m de altura para os homens, e 2,24 m para as mulheres
- B) 3,99 m de altura para os homens, e 2,88 m para as mulheres
- C) 5,99 m de altura para os homens, e 4,42 m para as mulheres
- D) 4,63 m de altura para os homens, e 5,33 m para as mulheres

14. Ter noções básicas de primeiros socorros permite realizar um atendimento inicial rápido e seguro em situações de emergência. Portanto, em relação aos casos de fratura exposta, é correto afirmar que:

- A) os ossos quebrados permanecem no lugar, rompendo apenas a capsula articular
- B) os ossos quebrados saem do lugar, rompendo a pele e deixando exposta uma de suas partes
- C) as bordas ósseas ainda estão muito próximas, como em uma rachadura, e não há perfuração da pele
- D) o osso quebra em três ou mais fragmentos, permanecendo a pele intacta

15. Para entendermos as regras oficiais que regem as partidas de voleibol no Brasil, é fundamental sabermos como a quadra é dividida. De acordo com a Confederação Brasileira de Voleibol, a zona de saque é uma área de:

- A) 40 m de comprimento, situada próximo à linha de ataque
- B) 15 m de largura, situada após a linha de ataque
- C) 20 m de largura, situada após cada linha de fundo
- D) 9 m de largura, situada após cada linha de fundo

16. Dominar os conhecimentos sobre a anatomia humana é fundamental para orientar o planejamento de treinamento físico individualizado. Nesse sentido, de acordo com Duarte (2014), os três tipos de músculos que existem no corpo humano são denominados:

- A) arredondado, esquelético e cardíaco
- B) liso, estriado esquelético e estriado cardíaco
- C) cardiovascular, pulmonar e liso
- D) liso, quadrangular e estriado esquelético

17. No contexto da aprendizagem motora e da especialização desportiva, compreender a maturação e a transição para gestos técnicos complexos é essencial para estruturar o treinamento na modalidade do Voleibol. Com base nessa perspectiva, para Gallahue e Ozmun (2005), o estágio de utilização permanente da fase especializada de desenvolvimento motor começa por volta dos:

- A) 14 anos de idade e continua por toda a vida adulta
- B) 8 anos de idade e vai até os 20 anos de idade
- C) 30 anos de idade e continua por toda a vida adulta
- D) 20 anos de idade e vai até os 30 anos de idade

18. No planejamento da periodização do treinamento voltada para o ganho de potência e força em modalidades de alta demanda explosiva, como o Voleibol, compreender as adaptações morfológicas e estruturais do tecido muscular é fundamental. Portanto, Kenney *et al.* (2020) definem hiperplasia muscular como sendo o(a):

- A) aumento do tamanho de uma única fibra muscular
- B) aumento da quantidade de líquido sinovial
- C) diminuição no número de fibras musculares
- D) aumento no número de fibras musculares

19. Conhecer a trajetória e os momentos marcantes do voleibol é indispensável para a identidade cultural do esporte, para inspirar novas gerações de praticantes e para garantir que seu legado seja perpetuado com o devido reconhecimento. Portanto, o voleibol de quadra fez sua estreia olímpica nos jogos:

- A) do Rio, em 2024
- B) de Atenas, em 1932
- C) de Tóquio, em 1964
- D) de Santiago, em 1926

20. O rigor tático e o cumprimento da disposição em quadra exigem atenção constante dos atletas durante todas as etapas do jogo. Conforme estabelece a Confederação Brasileira de Voleibol, uma equipe comete uma falta de posição se um jogador:

- A) tocar na bola duas vezes seguidas no momento do saque
- B) acabar batendo com a mão na rede no momento do ataque
- C) não ocupa sua posição correta no momento em que o levantador recebe a bola
- D) não ocupa sua posição correta no momento em que a bola é golpeada pelo sacador