216	217

NOVA MUTUM
PREFEITURA

PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA MUTUM - MT

EDITAL N.º 001/2026

Instrutor de Dança

Duração: 3h (três 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 BÁSICOS		CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS
LÍNGUA PORTUGUESA	RACIOCÍNIO LÓGICO	NOÇÕES DE INFORMÁTICA E DISCIPLINA ESPECÍFICA DE ACORDO COM A HABILITAÇÃO
1 a 5	6 a 10	11 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 decorrida **1 (uma) hora** 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 Só será permitido ao candidato levar o caderno de questões após decorridas **2 (duas) horas** do início da prova.

08 Por motivo de segurança, não será permitida ao candidato a cópia de gabaritos por qualquer meio durante a realização da 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 concluam a prova ou que termine o tempo de duração da prova, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

CONHECIMENTOS BÁSICOS

LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o texto a seguir:

Os 2 melhores exercícios para o abdômen e quais evitar aos 50 anos, segundo Harvard

Profissionais de uma renomada universidade americana recomendam a prática desses exercícios para fortalecer o corpo

Existem muitos exercícios para melhorar a saúde e fortalecer os músculos abdominais, mas poucos são eficazes para adultos mais velhos. A Escola de Saúde Pública de Harvard destacou dois tipos de exercícios ideais para trabalhar o core após os 50 anos.

A partir dessa idade, o exercício físico torna-se ainda mais importante do que em outras fases da vida. Estudos sugerem, e profissionais concordam, que o treinamento de força é o mais indicado para tonificar e prevenir problemas ósseos — os ossos começam a se deteriorar com o passar dos anos, especialmente em adultos mais velhos.

— O treino é um hábito e um recurso fundamental para prevenir a deterioração das funções físicas e cognitivas inerentes ao desenvolvimento do ser humano — afirma a psicóloga Sofía Coria.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os adultos devem praticar atividade física aeróbica moderada por pelo menos 150 a 300 minutos por semana ou atividade física vigorosa por pelo menos 75 a 150 minutos por semana.

Além disso, Harvard esclarece os benefícios de trabalhar o core: ele proporciona estabilidade às partes móveis acima e abaixo do core, como a coluna, as costas e os quadris.

Exercícios abdominais tradicionais que sobrecarregam o pescoço e a coluna cervical não são recomendados para essa faixa etária. Especialistas de Harvard afirmam que abdominais tradicionais e flexões abdominais ajudam a fortalecer apenas alguns músculos do core e representam riscos para adultos mais velhos, razão pela qual não são recomendados após os 50 anos.

Esses profissionais enfatizam que, ao escolher os melhores exercícios para trabalhar o abdômen e aumentar a força, o ideal é realizar exercícios que trabalhem vários grupos musculares simultaneamente. Entre os exercícios recomendados estão a ponte de glúteos e a prancha.

Fonte: https://oglobo.globo.com/saude/noticia/2026/09/29/os-2-melhores-exercicios-para-o-abdomen-e-quais-evitar-aos-50-anos-segundo-harvard.ghtml. Acesso em 29/09/2026. Excerto adaptado.

1. Ao recorrer a Harvard e à OMS, o texto constrói uma argumentação que busca:

A) evidenciar divergências entre as fontes sobre a utilidade da prática de exercícios
B) conferir credibilidade às orientações mediante o apoio de fontes reconhecidas na área
C) reunir experiências pessoais das fontes para ilustrar suas próprias rotinas de treinamento
D) atribuir às diferentes fontes a mesma recomendação de exercícios e de duração semanal da prática

2. "Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os adultos **devem** praticar atividade física aeróbica moderada por pelo menos 150 a 300 minutos por semana ou atividade física vigorosa por pelo menos 75 a 150 minutos por semana" (4º parágrafo). Nesse trecho, a forma verbal em destaque ("devem") expressa a ideia de:

A) previsão de prática futura de exercício aeróbico
B) possibilidade de prática de atividade física
C) capacidade de execução dos exercícios
D) recomendação de prática regular

3. No desenvolvimento do texto, a fala da psicóloga (3º parágrafo) contribui para:

A) descrever uma rotina semanal de exercícios
B) incluir funções cognitivas entre os aspectos citados
C) identificar os exercícios recomendados por Harvard
D) substituir a orientação de atividade aeróbica da OMS

4. A expressão "Esses profissionais" (7º parágrafo) retoma os:

A) especialistas de Harvard citados anteriormente
B) autores dos estudos sobre treinamento de força
C) adultos mais velhos mencionados anteriormente
D) integrantes da OMS que estabeleceram os minutos semanais

5. "Existem muitos **exercícios** para melhorar a saúde e fortalecer os músculos **abdominais**, mas poucos são eficazes para adultos mais velhos" (1º parágrafo). Nesse trecho, as palavras destacadas são, respectivamente, classificadas, do ponto de vista morfológico, como:

A) adjetivo e adjetivo
B) adjetivo e substantivo
C) substantivo e adjetivo
D) substantivo e substantivo

RACIOCÍNIO LÓGICO

6. Em uma empresa multinacional com 150 funcionários, foi feito um levantamento sobre a fluência em idiomas estrangeiros. Foi registrado que 80 falam inglês, 50 falam espanhol e 30 falam francês. Além disso, 20 falam inglês e espanhol, 10 falam inglês e francês, 5 falam espanhol e francês e 2 funcionários são fluentes nos três idiomas. O número de funcionários dessa empresa que fala exatamente um desses três idiomas é:

A) 100
B) 96
C) 92
D) 80

7. Joana foi ao supermercado e comprou 2,5 kg de carne a R$ 34,90 o quilo, além de um pacote de arroz por R$ 22,50. Se ela pagou toda a compra com uma nota de R$ 200,00, o seu troco exato foi de:

A) R$ 90,25
B) R$ 90,75
C) R$ 102,25
D) R$ 108,75

8. Um fiscal de supermercado afirmou: "Todo cliente da loja usa máscara de proteção." A negação lógica dessa afirmação é:

A) nenhum cliente da loja usa máscara de proteção
B) qualquer cliente da loja não usa máscara de proteção
C) todos os clientes da loja não usam máscara de proteção
D) pelo menos um cliente da loja não usa máscara de proteção

9. Considerando as premissas verdadeiras de que "nenhum vegano consome carne" e de que "alguns atletas da academia são veganos", a intersecção desses diagramas lógicos obriga a concluir que:

A) alguns atletas da academia não consomem carne
B) nenhum atleta da academia consome carne
C) todos os veganos frequentam a academia
D) todo atleta da academia consome carne

10. Para reformar o piso e as paredes de sua sala, Pedro precisa escolher um tipo de revestimento para o chão e uma cor de tinta para as paredes. Na loja de materiais, há 5 tipos de cerâmica e 3 tipos de piso laminado para o chão. Para a pintura, ele pode escolher entre 6 tons de tinta fosca e 4 tons de tinta brilhante. O total de escolhas possíveis para a dupla de materiais (um revestimento para o chão e uma tinta) é:

A) 18 escolhas
B) 60 escolhas
C) 80 escolhas
D) 104 escolhas

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

NOÇÕES DE INFORMÁTICA E DISCIPLINA ESPECÍFICA DE ACORDO COM A HABILITAÇÃO

11. Um usuário de um computador com sistema operacional *MS Windows 10 BR* precisa usar o utilitário que gerencia o armazenamento de dados no computador. Para isso, ele deve usar o:

A) bloco de notas
B) gerenciador de horário
C) explorador de arquivos
D) gerenciador de impressora

12. Um usuário de computador com o sistema operacional *MS Windows 10 BR* está usando o editor de texto *MS Word 2013* em português. Ele precisa salvar o texto digitado usando teclas de atalhos. Para isso, ele deve utilizar as teclas:

A) CTRL + A
B) CTRL + B
C) CTRL + C
D) CTRL + D

13. No contexto dos anos 60-80, no Brasil, a dança passou por transformações que envolveram tanto a renovação de sua linguagem artística quanto a aproximação com questões sociais e políticas. Nesse cenário, o surgimento do Balé Stagium, em São Paulo, representou um marco para a dança brasileira, pois a companhia:

A) manteve elementos do balé, mas desenvolveu uma concepção de espetáculo voltada à realidade brasileira, utilizando movimentos e gestos para abordar questões sociais e políticas e aproximar a dança de um público mais amplo
B) rompeu integralmente com os fundamentos do balé tradicional, substituindo sua técnica por movimentos espontâneos e improvisados, com o propósito de representar exclusivamente as manifestações populares brasileiras
C) concentrou sua produção na preservação dos modelos tradicionais do balé europeu, evitando temas relacionados à realidade política e social brasileira em razão da censura imposta pelo regime militar
D) utilizou a cultura brasileira como referência temática para seus espetáculos, mantendo, contudo, uma concepção predominantemente vinculada aos modelos tradicionais do balé e às formas convencionais de comunicação com o público

14. As diferentes manifestações de dança constituem práticas corporais marcadas por contextos históricos, sociais e culturais diversos, apresentando distintas formas de organização dos movimentos, técnicas, valores e concepções sobre o corpo. Entre essas manifestações, o balé clássico desenvolveu características particulares a partir de sua constituição histórica nas cortes europeias. Nesse contexto, a formação de sua técnica e de seus métodos esteve relacionada:

A) à diversidade étnica e corporal dos grupos presentes nas cortes europeias, estabelecendo uma técnica fundamentada na valorização de diferentes padrões corporais e na ampliação do acesso à formação artística
B) às características étnicas e às habilidades físicas dos grupos pertencentes às cortes europeias, contribuindo para a constituição de um padrão corporal associado à bailarina branca, esguia e pertencente às classes socialmente favorecidas
C) às características físicas desenvolvidas exclusivamente por meio do treinamento, estabelecendo padrões corporais desvinculados das condições sociais e econômicas das bailarinas que frequentavam as cortes
D) à incorporação progressiva de diferentes manifestações populares europeias, responsáveis pela formação de uma técnica diversificada que passou a valorizar diferentes perfis corporais e sociais entre as bailarinas

15. A dança é movimento, contudo, movimento não é fundamentalmente dança. A diferença da dança e do movimento cotidiano é que a primeira ultrapassa o segundo e caminha para um plano poético das ações corporais. Nesse sentido, é possível afirmar que a dança pode ser entendida como:

A) expressão corporal predominantemente recreativa, marcada pela espontaneidade e pela ausência de uma organização específica dos movimentos, realizada com o objetivo de promover diversão, lazer e interação entre os participantes
B) uma prática corporal organizada a partir de técnicas específicas de ataque e defesa, na qual os movimentos são realizados com a finalidade de enfrentar ou superar um adversário
C) uma prática corporal organizada por movimentos e regras específicas, na qual a realização dos gestos está principalmente relacionada ao desenvolvimento de habilidades motoras e à obtenção de determinado resultado
D) expressão por meio de movimentos corporais organizados, a partir de experiências significativas que vão além das palavras e da mímica

16. Pensando nas dinâmicas pedagógicas para os processos de ensino e aprendizagem, Kiouranis (2014) sugere que as danças criativas e as danças populares podem e devem ser exploradas. Em se tratando de danças populares, a autora sugere:

A) partir das danças clássicas, consideradas manifestações estruturantes da linguagem corporal, para posteriormente abordar as danças populares regionais
B) priorizar as danças populares do contexto internacional, utilizando-as como referência para, posteriormente, abordar as manifestações nacionais
C) partir daquelas realizadas em âmbito regional até chegar às danças do contexto nacional, estrangeiro e internacional
D) priorizar as danças clássicas e modernas, avançando para as manifestações urbanas e, posteriormente, para as danças populares de diferentes contextos culturais

17. Kiouranis (2014) reflete que o universo da dança é muito extenso. Algumas danças já desapareceram, outras surgiram e muitas outras ainda estão por vir. Tendo em vista as diferentes possibilidades de agrupar diferentes manifestações existentes em categorias de características comuns, a autora comenta sobre a classificação a partir da quantidade de pessoas que dançam, sendo elas:

A) populares, de salão e urbanas
B) lúdicas, religiosas e bélicas
C) solo, dupla e grupos
D) individuais, coletivas e clássicas

18. A dança, compreendida como produto e fator da cultura do homem, ilustra uma linguagem corporal que sofre influência econômica, social, política, religiosa, presentes nos sistemas políticos e sociais em desenvolvimento, convocando necessidades, tradições, crenças, rebeldias e convenções. Nesse sentido, é possível afirmar que o conceito de dança diz respeito a uma prática que:

A) constitui uma manifestação elaborada culturalmente a partir das relações estabelecidas entre os indivíduos, expressando valores e tradições sociais e preservando elementos que possibilitam seu reconhecimento e sua cristalização no tempo
B) é construída a partir de padrões corporais e estéticos socialmente estabelecidos, preservando tradições e costumes e reproduzindo valores culturais consolidados ao longo das diferentes gerações
C) é produzida e ressignificada constantemente pela humanidade, sofre influências da sociedade incorporando características desse contexto e disseminando conhecimentos, valores, afirmações e desejos, através de diferentes linguagens
D) constitui uma manifestação corporal determinada principalmente pelas tradições, crenças e costumes de cada sociedade, sendo preservada apesar das transformações culturais, mantendo os significados originalmente atribuídos às suas práticas

19. No processo de aprendizagem, o aluno deve vivenciar a dança em diversos aspectos. Tomando a dança como um campo de conhecimento amplo e diversificado, Kiouranis (2014) sugere que o trabalho com a dança contemple seis grupos de conhecimentos, entre os quais destacam-se os “aspectos do corpo dançante”, que dizem respeito aos:

A) conhecimentos sobre o corpo e suas funções; relações de peso e equilíbrio corporais; expressão corporal; formas de locomoção, deslocamento e orientação no espaço
B) aspectos de coordenação do movimento com o ritmo musical; sensibilidade auditiva; noção espaço/tempo ligada ao estímulo musical e ao silêncio
C) conhecimentos e percepções quanto ao ritmo do outro; respeito às diferenças; reconhecimento e exploração do espaço em duplas, trios e grupos
D) princípios básicos para construção de desenhos coreográficos; memorização e criação de sequências coreográficas; noção de simultaneidade

20. No frevo, a tramela é um passo caracterizado por movimentos rápidos e repetidos de flexão e extensão dos joelhos. Considerando a anatomia funcional do movimento, os músculos diretamente relacionados à extensão dos joelhos durante a execução desse passo são denominados:

A) bíceps femoral, extensor femoral e extensor radial
B) grácil, iliocostal e latíssimo do dorso
C) sartório, romboide maior e romboide menor
D) reto femoral, vasto lateral e vasto medial

RASCUNHO