218

PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA MUTUM - MT

EDITAL N.º 001/2026

Instrutor de Danças - Ballet

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. Considerando a constituição histórica do balé clássico e os padrões corporais e sociais que contribuíram para a definição do perfil tradicional da bailarina, a trajetória de Mercedes Baptista pode ser compreendida como aquela que:

A) tensionou um modelo historicamente associado à valorização de corpos brancos, esguios e pertencentes às classes socialmente favorecidas, ao inserir um corpo negro em um espaço predominantemente orientado por referências europeias
B) reafirmou um modelo historicamente associado à valorização de corpos brancos e socialmente favorecidos, ao adequar a presença de um corpo negro aos padrões técnicos e estéticos tradicionalmente estabelecidos pelo balé europeu
C) substituiu os fundamentos técnicos e metodológicos de origem europeia por referências corporais próprias das manifestações africanas e afro-brasileiras, promovendo uma transformação dos princípios que estruturavam o balé clássico
D) contribuiu para a flexibilização dos padrões corporais e sociais tradicionalmente associados ao balé clássico, tornando secundárias as características étnicas, corporais e econômicas na formação dos bailarinos

14. A aula de balé clássico é organizada de maneira progressiva, de modo que o bailarino seja preparado corporalmente para realizar movimentos de complexidade crescente. Essa estrutura permite trabalhar aspectos como preparação física, postura, controle muscular, precisão técnica e execução de combinações de movimentos. Segundo Kassing (2016), a organização dessa progressão compreende as etapas:

A) *port de bras*, exercícios de centro, exercícios de barra e alongamento
B) aquecimento, exercícios de barra, exercícios de centro e *reverence*
C) exercícios de centro, exercícios de barra, aquecimento e desaquecimento
D) *reverence*, aquecimento, exercícios de centro e exercícios de barra

15. Ao longo da história, diferentes povos e grupos sociais desenvolveram formas próprias de dançar, utilizando movimentos corporais para expressar experiências, crenças, sentimentos, valores e modos de compreender o mundo. Por isso, as manifestações de dança podem contribuir para a preservação da memória e da identidade de uma comunidade. Nesse sentido, a dança:

A) representa uma forma de expressão individual que, por ser baseada em sentimentos pessoais, não possui relação significativa com a cultura ou com a história dos grupos sociais
B) apresenta características universais que permitem que seus movimentos e significados sejam compreendidos da mesma maneira em diferentes sociedades e períodos históricos
C) representa uma forma de comunicação corporal baseada na reprodução de movimentos, coreografias e técnicas, sendo sua dimensão artística determinada principalmente pela complexidade técnica dos movimentos executados
D) constitui uma manifestação cultural que, ao reunir movimentos, gestos e significados construídos socialmente, pode expressar identidades e contribuir para a construção da memória coletiva

16. Mário de Andrade estabelece uma distinção entre danças comuns e danças dramáticas. Para o autor, as danças dramáticas distinguem-se das danças comuns por:

A) organizarem os movimentos a partir da circularidade e priorizarem movimentos livres e improvisados no ritmo da percussão
B) partirem do objetivo de influenciar as forças da natureza e acontecerem como parte fundamental de um ritual
C) desenvolverem uma ação dramática num bailado coletivo e obedecerem a um tema tradicional e caracterizador
D) reproduzirem modelos clássicos de origem greco-romana e valorizarem exclusivamente temas religiosos e sagrados

17. Na trajetória histórica do balé clássico, destaca-se a passagem da prática vinculada aos divertimentos aristocráticos para sua consolidação como modalidade artística, processo relacionado à origem:

A) italiana e à posterior consolidação francesa
B) francesa e à posterior consolidação italiana
C) espanhola e à posterior consolidação francesa
D) italiana e à posterior consolidação espanhola

18. Durante uma aula de balé clássico, o bailarino realiza atividades que envolvem diferentes demandas corporais. Ele sustenta posições por determinado período, executa movimentos com grande amplitude, realiza sequências coreografadas com precisão, mantém posições estáveis, realiza transições rápidas e precisa sustentar o esforço físico durante toda a aula. Considerando as capacidades físicas mobilizadas no balé clássico, a relação entre essas demandas e as respectivas capacidades se fundamenta de modo que:

A) a execução de sequências coreografadas está relacionada principalmente ao ritmo; a amplitude dos movimentos, à força; a manutenção das posições, à velocidade; e as transições rápidas, à flexibilidade
B) a amplitude dos movimentos está relacionada principalmente à coordenação; as transições rápidas, à flexibilidade; a manutenção das posições, à resistência; e a execução de sequências coreografadas, à força
C) a sustentação de posições está relacionada principalmente à resistência; a amplitude dos movimentos, à velocidade; a execução precisa de sequências, ao equilíbrio; e a manutenção do esforço ao longo da aula, à força
D) a sustentação de posições está relacionada principalmente à força; a amplitude dos movimentos, à flexibilidade; a execução precisa de sequências, à coordenação; e a manutenção do esforço ao longo da aula, à resistência

19. No decorrer de uma aula de balé clássico, uma bailarina realiza um *grand plié*, executa uma sequência de passos de bateria e, posteriormente, mantém um *arabesque* durante um *adágio*. Considerando as demandas de força predominantes em cada situação, a sequência que melhor corresponde aos movimentos realizados é:

A) força explosiva no *grand plié*; força de resistência nos passos de bateria; força isométrica no *arabesque*
B) força de resistência no *grand plié*; força explosiva nos passos de bateria; força isométrica no *arabesque*
C) força de resistência no *grand plié*; força isométrica nos passos de bateria; força explosiva no *arabesque*
D) força isométrica no *grand plié*; força explosiva nos passos de bateria; força de resistência no *arabesque*

20. No balé clássico, o *demi plié* e o *grand plié* são movimentos que envolvem diferentes graus de flexão dos joelhos. Considerando a anatomia funcional do joelho e a ação dos músculos responsáveis por esse movimento, atuam de modo direto na flexão dos joelhos os músculos denominados:

A) vasto medial, vasto lateral e flexor longo dos dedos
B) grácil, romboide maior e romboide menor
C) reto femoral, bíceps braquial e braquiorradial
D) semitendíneo, semimembranáceo e bíceps femoral

RASCUNHO