



PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO  
SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE E LAZER

EDITAL Nº 001/2023

**ORIENTADOR DE ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA –  
MODALIDADE ATLETISMO**

**Duração: 02h00min (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 GERAIS | CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS |
|----------------------|---------------------------|
| 1 a 5                | 6 a 20                    |

- b)** Um Cartão de Respostas destinado às respostas das questões objetivas.
- 02** Verifique se este material está em ordem e se o seu nome e número de inscrição conferem com os 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, 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:**  A  B  C  D

- 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** Somente depois de decorrida 30 (trinta minutos) do início da prova, o candidato poderá entregar seu Cartão de Respostas, seu Caderno de Questões e retirar-se da sala de 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 Concurso, que será lavrado pelo Coordenador do Local.
- 07** Ao candidato, será permitido levar seu CADERNO DE QUESTÕES a partir de 30 (trinta minutos) para o término da prova e desde que permaneça em sala até esse momento.
- 08** Não será permitida a cópia de gabarito no local de prova. Ao terminar a prova de Conhecimentos, o candidato entregará, obrigatoriamente, ao fiscal de sala, o seu CARTÃO DE RESPOSTAS e o seu CADERNO DE QUESTÕES, ressalvado o estabelecido no Edital.
- 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.
- 10** Os 3 (três) últimos candidatos permanecerão sentados até que todos conclua a prova ou que termine o seu tempo de duração, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.



## CONHECIMENTOS GERAIS

1. No sistema esquelético, o úmero, o rádio, a ulna, os ossos carpais, os metacarpais e as falanges são componentes dos membros:  
A) distais  
B) inferiores  
C) anteriores  
D) superiores
2. Trata-se do osso considerado mais comprido e pesado do corpo, o qual se articula distalmente com a tíbia na articulação do joelho:  
A) tarso  
B) fêmur  
C) fíbula  
D) patela
3. As vértebras estão localizadas nas seguintes regiões da coluna vertebral:  
A) cervical, torácica e sacral  
B) cervical, torácica e lombar  
C) cervical, torácica, sacral e lombar  
D) cervical, torácica, lombar, sacral e coccígea
4. Suas funções estão relacionadas à sustentação do peso da cabeça, do pescoço e do tronco, transferindo esse peso aos membros inferiores. Essa região do esqueleto denomina-se:  
A) coluna vertebral  
B) tubérculo  
C) clavícula  
D) costela
5. Os músculos que movimentam a mão e os dedos são divididos nas seguintes categorias:  
A) medial e dorsal  
B) superior e inferior  
C) abertos e fechados  
D) intrínsecos e extrínsecos

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

6. De acordo com Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), o atletismo como esporte institucionalizado é composto de provas de:  
A) pista e campo  
B) pedestrianismo, campo e pista  
C) pista, combinadas, corridas de campo e marcha atlética  
D) pista, campo, combinadas, pedestrianismo, corridas de campo e marcha atlética
7. Sobre o processo de ensino-aprendizagem do atletismo, Amauri Aparecido *et al.* (2011) apontam a importância de transitar entre dois aspectos:  
A) oficial e lúdico  
B) lúdico e rígido  
C) motor e psicológico  
D) prazeroso e competitivo
8. Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), no que se refere ao processo de ensino do atletismo, ressaltam que o “brincar” permite:  
A) o pleno aproveitamento do repertório motor da criança  
B) o aumento da capacidade muscular, devido ao alcance de performances agudas  
C) o fruir do movimento infantil, mas coloca em segundo plano os fundamentos do esporte  
D) o desenvolvimento das capacidades motoras básicas, bem como possibilita a aprendizagem dos fundamentos da modalidade

9. Para Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), o professor deve estimular a realização do ritmo de três passadas entre as barreiras, no entanto:  
A) criar um ritmo específico não é eficiente a longo prazo  
B) cada aluno o fará dentro das suas condições individuais  
C) as passadas devem ser aumentadas com o passar do tempo  
D) na faixa etária abaixo dos 12 anos, essa passada não é realizável
10. De acordo com Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), as provas de meio-fundo são classificadas como provas de:  
A) pista  
B) campo  
C) marcha  
D) maratona
11. No que se refere ao local de realização, as provas de fundo são realizadas em:  
A) ruas  
B) pistas  
C) campos  
D) pistas e ruas
12. Nas provas de meio-fundo e fundo, as crianças podem apresentar dificuldades na execução devido à exigência da resistência aeróbia. Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), sobre esse tema, ressaltam a importância:  
A) da dosagem com relação ao ritmo  
B) de se iniciar a atividade desde cedo para potencializar essa capacidade aeróbia  
C) de se realizarem trabalhos acima de 30 minutos para verificar a resistência aeróbia da criança  
D) de o professor estimular a ultrapassagem do próprio limite aeróbio para o ganho de capacidade pulmonar
13. Para Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), as provas de rua estimulam a prática da corrida por parte dos cidadãos comuns, visando assim:  
A) ao incentivo ao emagrecimento  
B) à busca por esportes de grande performance corporal  
C) à promoção e à manutenção da saúde e da qualidade de vida  
D) ao distanciamento da prática da corrida, devido aos longos percursos
14. Na prática do atletismo, os saltos se classificam conforme as seguintes categorias:  
A) dardo, disco e martelo  
B) revezamento e meio-fundo  
C) meio-fundo, com barreiras e velocidade  
D) em distância, triplo, em altura e com vara
15. Sobre as situações de adaptações de espaços para a prática dos saltos do atletismo, Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011) recomendam os terrenos:  
A) irregulares  
B) com pisos de cerâmica  
C) preferencialmente acimentados, como pistas  
D) preferencialmente macios, como gramas e areias
16. No salto em distância, Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011) recomendam, pela facilidade de execução, iniciar a aprendizagem com o estilo:  
A) arco  
B) carpado  
C) grupado  
D) passada no ar



**17.** De acordo com Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011), um erro comum no salto em distância é:

- A) a não utilização da tábua de impulsão
- B) a chegada à tábua de impulsão com a perna mais forte
- C) a chegada à tábua de impulsão com a perna mais fraca
- D) a chegada à tábua de impulsão com as duas pernas juntas

**18.** É uma das provas do atletismo classificada como prova de campo:

- A) 100m rasos
- B) marcha atlética
- C) 400m com barreiras
- D) lançamento de dardo

**19.** No formato olímpico, as provas combinadas dividem-se em:

- A) heptatlo e pentatlo, sendo ambas as provas mistas
- B) heptatlo (prova masculina) e pentatlo (prova mista)
- C) heptatlo (prova masculina) e pentatlo (prova feminina)
- D) heptatlo (prova feminina) e pentatlo (prova masculina)

**20.** Costa, Kravchychyn e Oliveira (2011) enumeram as seguintes atividades como elementos básicos do atletismo:

- A) correr, lançar, girar e marchar
- B) correr, saltar, rolar e pedalar
- C) correr, girar, saltar e arremessar
- D) correr, marchar, saltar, arremessar e lançar

RASCUNHO