# ANEXO I - ORIENTAÇÕES PARA A AVALIAÇÃO PRELIMINAR

1. **VÍDEOS**
   1. Apresentação pessoal:
2. No início do vídeo, o/a candidato/a deve posicionar-se à frente da câmera e identificar-se, anunciando claramente seu nome e sobrenome. Após, deve apresentar, em até 30 (trinta) segundos, quais são seus objetivos com o Curso Técnico em Arte Circense da ENCLO;
3. Caso o/a candidato/a queira, poderá utilizar apenas seu nome social, desde que ele tenha sido declarado no ato de inscrição.
   1. As atividades descritas a seguir são obrigatórias e deverão ser executadas na ordem mencionada, seguindo as orientações de filmagem e para posicionamento do/a candidato/a em relação à câmera.
4. **Esforço Físico I.A (Nota Máxima: 20 pontos)** Orientações:

A pontuação do teste de Esforço Físico será uma somatória das médias do teste de força e do teste de flexibilidade.

1. filmagem de cada exercício deverá seguir as recomendações de posicionamento apresentadas na descrição dos mesmos, de modo que todo o corpo esteja corretamente enquadrado durante toda a sua execução.

# Teste de força (Nota parcial: 10 pontos)

* + 1. **Flexão na Barra Fixa Masculino**: de perfil para a câmera.

O candidato, suspenso na barra, sem contato com o solo, segurando a barra em pronação (dorso das mãos voltado para o candidato), com os braços estendidos e as mãos afastadas na distância entre os ombros (distância biacromial), deverá puxar o corpo até que o queixo ultrapasse a barra e, então, retornar à posição inicial. Repetir o movimento o maior número de vezes possível, de maneira contínua. O candidato deve sempre estender completamente o cotovelo ao recomeçar cada repetição, não ter

pausas ou descanso entre elas e não realizar balanços, movimentos de quadril ou pernas.

**Feminino**: de perfil para a câmera.

A candidata, suspensa na barra, sem contato com o solo, segurando a barra em supinação (palmas das mãos voltadas para a candidata), com os braços estendidos e as mãos afastadas na distância entre os ombros (distância biacromial), deverá puxar o corpo até que o queixo ultrapasse a barra e, então, retornar à posição inicial. Repetir o movimento o maior número de vezes possível, de maneira contínua. A candidata deve sempre estender completamente o cotovelo ao recomeçar cada repetição, não ter pausas ou descanso entre elas e não realizar balanços, movimentos de quadril ou pernas.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Flexão na barra fixa** | | | |
| **Masculino** | | **Feminino** | |
| quantidade | pontuação | quantidade | pontuação |
| 3 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | 2 | 2 | 2 |
| 5 | 3 | 3 | 3 |
| 6 | 4 | 4 | 4 |
| 7 | 5 | 5 | 5 |
| 8 | 6 | 6 | 6 |
| 9 | 7 | 7 | 7 |
| 10 | 8 | 8 | 8 |
| 11 | 9 | 9 | 9 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 12 | 10 | 10 | 10 |

# Carpado na Barra (toes to bar):

De perfil para a câmera.

O/A candidato/a, suspenso/a na barra, sem contato com o solo, segurando a barra em pronação (dorso das mãos voltado para o candidato), com as mãos afastadas na abertura dos ombros (distância biacromial), deverá flexionar o quadril mantendo as pernas estendidas até que os pés toquem a barra e, então, retornar à posição inicial. Repetir o movimento o maior número de vezes possível, de maneira contínua. O/A candidato/a deve manter braços e pernas estendidos, sem a utilização de balanços para a execução dos movimentos.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Carpado na barra (toes to bar)** | | | |
| **Masculino** | | **Feminino** | |
| quantidade | pontuação | quantidade | pontuação |
| 4 ou menos | 0 | 3 ou menos | 0 |
| 5-9 | 2 | 4 | 2 |
| 10-14 | 4 | 5-9 | 4 |
| 15-19 | 6 | 10-14 | 6 |
| 20-24 | 8 | 15-19 | 8 |
| 25 ou mais | 10 | 20 ou mais | 10 |

* + 1. **Saltos estendidos** De perfil para a câmera.

O/A candidato/a em pé, com tornozelos unidos e braços estendidos acima da cabeça, deverá agachar, descendo os braços e tocando as mãos no solo; após isso, realizar um salto estendido com os braços estendidos acima da cabeça, voltando a aterrissar para a posição agachada tocando as mãos no solo. Repetir o movimento 15 vezes, de maneira contínua, saltando sempre o mais alto possível. Durante o salto, deve-se manter pernas e tronco estendidos, tornozelos unidos com os pés em ponta e braços estendidos acima da cabeça.

Obs: neste exercício será avaliada a qualidade dos saltos.

* + 1. **Quiques estendidos** De perfil para a câmera.

O/A candidato/a em pé, com tornozelos unidos e braços estendidos acima da cabeça, deverá realizar uma série de 20 pequenos saltos estendidos a partir do efeito rebote dos tornozelos, sem encostar os calcanhares no chão ou agachar para a execução dos mesmos. Durante todos os pequenos saltos, deve-se manter pernas e tronco estendidos, tornozelos unidos e braços estendidos acima da cabeça.

Obs: neste exercício será avaliada a qualidade dos saltos.

* + 1. **Abdominal estendido** De perfil para a câmera.

O/A candidato/a deitado/a de peito para cima, com pernas estendidas, tornozelos unidos e mãos na nuca, deverá realizar a flexão tronco até um ângulo de 90° e retornar para a posição inicial. Repetir o movimento o maior número de vezes possível durante 20 segundos.

Obs: serão contabilizados apenas os movimentos completos.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Abdominal estendido** | | | |
| **Masculino** | | **Feminino** | |
| quantidade | pontuação | quantidade | pontuação |
| 10 ou menos | 0 | 10 ou menos | 0 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11-13 | 2 | 11 | 2 |
| 14-16 | 4 | 12 | 4 |
| 17-18 | 6 | 13 | 6 |
| 19 | 8 | 14 | 8 |
| 20 ou mais | 10 | 15 ou mais | 10 |

* + 1. **Dorsais estendidos** De perfil para a câmera.

O/A candidato/a deitado/a de peito para baixo, com pernas estendidas, tornozelos unidos e mão ao lado da cabeça, deverá realizar a extensão do tronco até um ângulo de 45° e retornar para a posição inicial. Repetir o movimento o maior número de vezes possível durante 20 segundos.

Obs: serão contabilizados apenas os movimentos completos.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dorsais estendidos** | | | |
| **Masculino** | | **Feminino** | |
| quantidade | pontuação | quantidade | pontuação |
| 15 ou menos | 0 | 15 ou menos | 0 |
| 16-18 | 2 | 16 | 2 |
| 19-21 | 4 | 17 | 4 |
| 21-22 | 6 | 18 | 6 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 23-24 | 8 | 19 | 8 |
| 25 ou mais | 10 | 20 ou mais | 10 |

# Teste de flexibilidade (Nota parcial: 10 pontos)

* + 1. **Ponte.**

De perfil para a câmera.

O/A candidato/a deitado/a de peito para cima, pés apoiados no solo, mão apoiadas no solo ao lado da cabeça, deverá pressionar o solo com pés e mãos de modo a elevar todo o corpo para uma ponte; após isso, mantendo os pés fixos, realizar a extensão dos joelhos até que seus ombros cheguem no mesmo eixo em que as mãos estão posicionadas. Realizar o movimento até onde possível. Durante a extensão dos joelhos, deve-se manter os braços estendidos.

* + 1. **Abertura antero-posterior (square splits)** De perfil para a câmera.

O/A candidato/a ajoelhado/a com a outra perna estendida à sua frente, deverá escorregar para a sua frente até atingir o máximo de amplitude possível. Realizar o movimento em ambas as possibilidades (direita-esquerda). Durante o movimento, deve- se manter o alinhamento das cristas ilíacas, assim como os joelhos estendidos.

* + 1. **Abertura lateral (middle splits)** De frente para a câmera.

O/A candidato/a em pé, com pernas estendidas, deverá escorregar os pés lateralmente até atingir o máximo de amplitude possível. Durante o movimento, devese manter os joelhos estendidos e evitar sentar para trás.

# Carpado

De perfil para a câmera.

O/A candidato/a sentado/a com pernas e braços estendidos à sua frente, tornozelos unidos e pés em ponta, deverá realizar a flexão do tronco até atingir o máximo de amplitude possível. Durante o movimento, deve-se projetar as mãos para além dos pés, sem segurá-los.

# Habilidades específicas (Nota máxima: 80 pontos) B.1.Prova de Habilidade Específica I.A:

B.1.1 No início do vídeo o/a candidato/a deve posicionar-se à frente da câmera e identificar-se, anunciando claramente seu nome e sobrenome ou seu nome social, dizer que fará a **Prova de Habilidade Específica I.A,** e em seguida, sem cortes, iniciar sua performance;

* + 1. O/A candidato/a deve executar, durante 2 a 3 minutos, movimentos (truques) de uma das disciplinas descritas no item 11.7.2 de sua preferência. Os movimentos devem ser apresentados em sequência, com o maior nível de dificuldade, dentro das possibilidades de cada indivíduo e considerando a segurança para sua execução. Elementos apresentados após o tempo máximo estabelecido não serão avaliados;
    2. Não será exigido uso de música, iluminação cênica, cenário, maquiagem, figurino ou qualquer outro elemento cênico;
    3. Será permitida a apresentação em dupla, desde que seja possível identificar facilmente o/a candidato/a;
       1. O/A candidato/a que apresentar prova em dupla deverá executar a mesma apresentação caso aprovado/a para a etapa da Avaliação Presencial ao realizar **Prova de Habilidade Específica I.B.** Não há necessidade de ser a mesma pessoa que colaborou na gravação, mas deve ser a mesma disciplina e, quando for o caso, desempenhar o mesmo papel de volante ou portô. B.1.5. A nota máxima nesta prova será de 30 (trinta) pontos.

# Prova de Habilidade Específica II:

* + 1. No início do vídeo o/a candidato/a deve posicionar-se à frente da câmera e identificar-se, anunciando claramente seu nome e sobrenome ou seu nome social, dizer que fará a **Prova de Habilidade Específica II,** e em seguida, sem cortes, iniciar sua performance;
    2. O/A candidado/a deve realizar uma performance entre 2 e 3 minutos de qualquer disciplina circense, ou apresentações que utilizem elementos de dança, capoeira, artes marciais ou ginásticas (artística, rítmica, de trampolim, etc.) ou ainda outras manifestações corporais/artísticas que venham a complementar sua formação em circo. Elementos apresentados após o tempo máximo estabelecido não serão avaliados;
    3. Nesta prova o/a candidato/a deve demonstrar seu potencial cênico, expressivo, utilizando diferentes habilidades com alto nível de dificuldade com a melhor qualidade possível na linguagem escolhida.
    4. Será permitida a performance em dupla, desde que seja possível identificar facilmente o/a candidato/a;
    5. Embora não sejam obrigatórios, nesta prova também poderão ser utilizados elementos cênicos (iluminação, cenário, maquiagem, figurino etc.); e B.2.6. A nota máxima nesta prova será de 25 (vinte e cinco) pontos.

# Prova de Habilidade Específica III.A

B.3.1. No início do vídeo o/a candidato/a deve posicionar-se à frente da câmera e identificar-se, anunciando claramente seu nome e sobrenome ou seu nome social, dizer que fará a **Prova de Habilidade Específica III.A,** e em seguida, sem cortes, iniciar sua performance;

B.3.2 O/A candidato/a deve apresentar, entre 2 e 3 minutos, sua habilidade na execução de movimentos acrobáticos no solo em diálogo com uma música. Elementos apresentados após o tempo máximo estabelecido não serão avaliados;

* + 1. Não será permitido o uso de aparelhos ou equipamentos na prova;
    2. A apresentação deve explorar modos de se deslocar e criar formas no espaço usando variações de ritmo, expressividade, flexibilidade, velocidade, direção e mudanças de nível, entre outros elementos;
    3. O uso de iluminação cênica, cenário, maquiagem, figurino ou qualquer outro elemento cênico além da música não será exigido;
    4. Esta prova deverá ser executa apenas individualmente; e
    5. A nota máxima nesta prova será de 25 (vinte e cinco) pontos.

B. 4. Todas as gravações devem ser feitas em plano aberto, permitindo a visualização total e adequada dos movimentos e do ambiente;

# Portfólio (reserva de vagas para circenses itinerantes)

O Portfólio pode conter imagens, declarações, reportagens, publicações, recibos de pagamento, notas fiscais, prints de divulgação em mídias ou qualquer outro material que comprove as atividades mencionadas pelo/a candidato/o em seu currículo. Preferencialmente, as comprovações devem ser referentes às disciplinas circenses apresentadas nas Provas de Habilidades Específicas.

O/A candidato/a deve ser facilmente reconhecível nas imagens, sob pena de desclassificação.

Portfólios apresentados em outros formatos não serão avaliados.

Não serão aceitos links para acesso às informações. Caso sejam enviados, não serão avaliados pela Comissão de Seleção.

# Avaliação Presencial:

* 1. Orientação de vestuário:

1. O/A candidato/a deve usar traje apropriado para a realização de atividades circenses (por exemplo: short/bermuda de compressão, camiseta regata/top esportivo, collant, tênis/sapatilha etc), para permitir-lhe a execução dos movimentos com facilidade e segurança;
2. As roupas utilizadas devem ser justas, permitindo plena visualização das angulações e qualidades de movimento dos seguimentos corporais ou dos deslocamentos realizados.
   1. Descrição da Avaliação Presencial:
      1. As atividades descritas a seguir são obrigatórias e deverão ser executadas para avaliação da Comissão de Seleção:

# Esforço Físico I.B (Nota máxima: 20 pontos)

* 1. Esta prova consiste nos mesmos testes apresentados na Avaliação Preliminar referentes à prova de Esforço Físico I.A, seguindo a mesma ordem de execução, critérios de avaliação e de pontuação.

# Habilidades Específicas (Nota máxima: 80 pontos) B.1.Prova de Habilidade Específica I.B:

* + 1. Esta prova consiste no mesmo teste apresentado na Avaliação Preliminar referentes à prova de Habilidade Específica I.A, seguindo as mesmas orientações de realização e critérios de avaliação;
    2. Não será permitido realizar disciplina diferente da apresentada na Prova de Habilidade Específica I.A. Caso ocorra, o/a candidato/a receber/a nota 0 nesta prova, sendo automaticamente desclassificado/a;
    3. Caso o/a candidato/a necessite de um tempo para reconhecimento da movimentação no aparelho no qual realizará a prova, deve fazer esta solicitação à Comissão de Seleção no momento em que for chamado/a para sua apresentação. Todos/as terão até 1(um) minuto para este procedimento; e B.1.4. A nota máxima nesta prova será de 50 (cinquenta) pontos.

# Prova de Habilidade Específica III.B:

* + 1. Esta prova consiste no mesmo teste apresentado na Avaliação Preliminar referentes à prova de Habilidade Específica III.A, seguindo as mesmas orientações de realização e critérios de avaliação;
    2. O/A candidato/a deve se apresentar com a mesma música utilizada na Prova de Habilidade Específica III.A. Para tal, deverá mandar até 3 (três) dias úteis antes da data estabelecida para sua Prova Presencial link com a música para o endereço eletrônico selecaoenclo2025@funarte.gov;
       1. Caso haja problema ou dificuldade para acesso ou execução do link durante a prova, o/a candidato/a deverá realizá-la sem a música, sem prejuízo para sua avaliação.
    3. A nota máxima nesta prova será de 30 (trinta) pontos;
  1. Conforme previsto no item 12.7. deste edital, a Comissão de Seleção poderá solicitar ao/à candidato/a a execução de atividades circenses/corporais complementares.