



ANEXO IX

REGRAMENTO ACERCA DAS ETAPAS PARA O CARGO DE GUARDA CIVIL MUNICIPAL

1. DAS ETAPAS DO PARA O CARGO DE GARDA CIVIL MUNICIPAL

- 1.1 O Concurso Público constará de 02 (duas) Etapas, todas de responsabilidade da FUNATEC, como abaixo discriminadas, que serão realizadas nos dias e horários determinados para todos os candidatos:
- a) Primeira Etapa**, de caráter eliminatório e classificatório, consistirá na realização de Prova Escrita Objetiva;
 - b) Segunda Etapa**, de caráter eliminatório, compreenderá o Teste de Aptidão Física e constará de testes atléticos inerentes ao cargo, conforme previsto neste ANEXO.
- 1.2 As Etapas do Concurso Público serão realizadas conforme Cronograma de Execução - Anexo I do presente Edital, ressaltando a possibilidade de eventuais alterações.
- 1.3 O candidato somente poderá realizar a prova, Teste de Aptidão Física (TAF) no local, dia e horário designados pela FUNATEC, através de Edital de Convocação. Será de responsabilidade exclusiva do candidato a identificação correta de seu local de realização da prova e TAF e o comparecimento no horário determinado.
- 1.4 Os candidatos poderão ser submetidos durante a realização das Etapas à filmagem, fotografia, recolhimento de impressões digitais, teste antidoping, ou ainda, à revista com detector de metais.

2 EXAME DE APTIDÃO FÍSICA – 2ª ETAPA

- 3.1 O Exame de Aptidão Física, de caráter eliminatório (APTO ou INAPTO), consistirá de 03 (três) testes de aptidão física obrigatórios e na ordem de sequência estipulada pela Banca Examinadora FUNATEC, composta por profissionais com habilitação em Educação Física, exclusivamente em Vitória do Mearim - MA, em horário e local determinados quando da Convocação dos candidatos, através dos seguintes exercícios:
- (a) teste de flexão abdominal em 1 minuto (tipo remador)
 - (b) teste de corrida de 12 minutos (cooper)
 - (c) teste de impulsão horizontal

TESTE DE FLEXÃO ABDOMINAL EM 1 MINUTO (TIPO REMADOR)

- 3.2 O teste terá a duração de um minuto e será iniciado e terminado a comando. A metodologia para a preparação e a execução do teste dinâmico de flexão para os candidatos do sexo masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios:
- a) Posição inicial: Candidato deitado de costas, na posição completamente horizontal de todo o corpo em relação ao solo, com as costas e a cabeça em contato pleno com o solo, joelhos estendidos, braços atrás da cabeça, cotovelos estendidos e dorso das mãos tocando o solo;
 - b) Execução: o início será após o comando – “já”, o candidato começará a primeira fase do teste realizando um movimento simultâneo, quando os joelhos deverão ser flexionados, os pés deverão tocar o solo, o quadril deverá ser flexionado (posição sentado) e os cotovelos deverão alcançar ou ultrapassar os joelhos pelo lado de fora do corpo. Em seguida e sem interrupção, o candidato deverá voltar à posição inicial realizando o movimento inverso. O movimento completo, finalizado com o retorno à posição inicial, corresponderá a uma unidade de execução.
- 3.3 A contagem das execuções corretas levará em consideração as seguintes observações:
- a) um componente da Banca Examinadora irá contar em voz alta o número de repetições realizadas; quando o exercício não atender ao previsto neste Edital, o auxiliar de Banca repetirá o número da última repetição realizada de maneira correta;
 - b) a contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da Banca Examinadora;
 - c) ao final de cada repetição, a cabeça, o dorso das mãos e os calcanhares (com os joelhos completamente



estendidos) também devem tocar o solo;

d) cada execução começa e termina sempre na posição inicial; somente aí será contada uma execução completa;

e) na primeira fase do movimento, os joelhos devem ser flexionados, os pés devem tocar o solo, o tronco deve ser flexionado e os cotovelos alcançar ou ultrapassar os joelhos pelo lado de fora do corpo;

f) somente será contado o exercício realizado completamente, ou seja, se ao comando “pare” para o término da prova, o candidato estiver no meio da execução, esta não será computada.

3.4 Será ELIMINADO do Concurso Público o candidato que não realizar o número mínimo de 30 (trinta) repetições; para ambos os gêneros.

Teste de flexão abdominal – índices mínimos:

Gênero	Repetição Mínima
Masculino	30 repetições
Feminino	30 repetições

TESTE DE CORRIDA DE 12 MINUTOS (COOPER)

3.5 O candidato, em uma única tentativa, terá o tempo de 12 (doze) minutos para percorrer a distância mínima exigida, em local previamente demarcado, com identificação da metragem ao longo do trajeto.

3.6 A metodologia para a preparação e a execução do teste de corrida de 12 (doze) minutos para os candidatos do sexo masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios:

a) o candidato poderá, durante os 12 (doze) minutos, deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir;

b) os comandos para iniciar e terminar o teste serão dados por um silvo de apito;

c) não será informado o tempo que restar para o término da prova, mas o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo;

d) ao passar pelo local de início da prova, o candidato será informado de quantas voltas completou naquele momento, pelo fiscal de pista;

e) após soar o apito encerrando o teste, o candidato deverá permanecer no local onde estava naquele momento e aguardar a presença do fiscal que irá aferir mais precisamente a metragem percorrida, podendo continuar a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontrava quando soou o apito de término da prova.

3.7 Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de corrida de 12 (doze) minutos:

a) dar ou receber qualquer tipo de ajuda física (como puxar, empurrar, carregar, segurar na mão etc.);

b) deslocar-se, no sentido progressivo ou regressivo da marcação da pista, após o soar do apito encerrando o teste;

c) não aguardar a presença do fiscal que irá aferir mais precisamente a metragem percorrida;

d) abandonar a pista antes da liberação do fiscal.

3.8 Será ELIMINADO do Concurso Público:

a) o candidato do sexo masculino que não atingir a distância mínima de 2.400 (dois mil e quatrocentos) metros, em 12 (doze) minutos;

b) a candidata do sexo feminino que não atingir a distância mínima de 1.800 (mil e oitocentos) metros, em 12 (doze) minutos;

c) o candidato de ambos os sexos que realizar procedimento proibido, previsto neste Edital.

Teste de corrida 12 (doze) minutos (Copper) – índices mínimos:

Gênero	Distância Mínimas	Tempo Máximo
Masculino	2.400m	12 minutos
Feminino	1.800m	12 minutos



TESTE DE IMPULSÃO HORIZONTAL

- 3.9 A metodologia para a preparação e execução do teste de impulsão horizontal, para os candidatos dos sexos masculino e feminino, será a seguinte:
- a) Ao comando “em posição”, o candidato deverá se posicionar atrás da linha de medição inicial (fazendo parte do valor a ser medido), em pé, estático, pés paralelos e sem tocar a linha;
 - b) Ao comando “iniciar”, o candidato saltará à frente com movimento simultâneo dos pés. A marcação da distância saltada será medida a partir da linha de medição inicial até a marca no solo, de qualquer parte do corpo, mais próxima da linha de medição inicial, deixada pelo candidato.
- 3.10 A marcação levará em consideração o seguinte:
- a) A parte do corpo que tocar o solo mais próxima da linha de saída será referência para a marcação;
 - b) Na aterrissagem com os pés, o calcanhar do pé que estiver mais próximo da linha de saída será a referência.
 - c) Não será concedidas outra tentativas.
- 3.11 Não será permitido ao candidato:
- a) receber qualquer tipo de ajuda física;
 - b) utilizar qualquer equipamento, aparelho ou material de auxílio à impulsão;
 - c) perder o contato de algum dos pés com o solo antes da impulsão;
 - d) tocar com o(s) pé(s) a linha de medição inicial (salto “queimado”);
 - e) projetar o corpo à frente com consequente rolamento.
- 3.12 O salto realizado em quaisquer das condições proibidas no subitem anterior deste Edital será contado como tentativa, sendo a distância saltada desconsiderada, e 02 (dois) saltos realizados nestas condições implicarão na eliminação do candidato do Concurso Público.
- 3.13 Será ELIMINADO o candidato que não atingir a distância mínima descrita abaixo:
- a) Candidato sexo masculino – 1,80m, no mínimo;
 - b) Candidata sexo feminino – 1,60m, no mínimo.