candidata empunhará a barra em pronação (dorso das mãos voltados para o corpo do executante), cotovelos flexionados, mantendo o pescoço acima da barra fixa (sem tocá-la), com o corpo na posição vertical, pernas estendidas e podendo os pés estar em contato com o ponto de apoio;

b) execução: ao comando de "iniciar", será iniciada a cronometragem do tempo de permanência da candidata na posição estendida, e caso haja o ponto de apoio, este será retirado, devendo a candidata permanecer sustentada apenas com o esforço de seus membros superiores, com os cotovelos flexionados, mantendo o pescoço acima da barra e sem apoiá-lo, e o corpo na posição vertical e pernas estendidas, dentro do tempo previsto para sua execução. Neste momento, será iniciada a cronometragem do tempo de permanência da candidata.

14.10.2.1 A cronometragem será encerrada quando a candidata:

a) permanecer o tempo mínimo exigido no teste;

b) ceder à sustentação, deixando o queixo ficar abaixo da parte superior da barra, ou apoiar o queixo na barra;

c) descumprir qualquer exigência para a realização deste teste.

14.10.2.2 A contagem do tempo levará em consideração as seguintes observações:

a) o auxiliar de banca informará à candidata quando esta atingir o tempo mínimo exigido pelo edital.

b) quando o exercício não atender ao previsto neste edital, o auxiliar de banca registrará o tempo obtido até o momento em que o exercício estava sendo realizado de maneira prevista no edital;

c) o tempo de realização do exercício que será considerado oficialmente será somente o computado pela banca examinadora;

d) o teste somente será iniciado com a candidata na posição inicial correta e após o comando dado pelo auxiliar de banca;

e) a contagem do tempo de realização do teste somente será iniciada com a candidata na posição inicial correta e após o comando dado pelo auxiliar de banca;

f) a largura da pegada deve ser aproximadamente a dos ombros;

g) para evitar que as candidatas mais altas toquem os pés no solo, será permitido, neste caso, a flexão dos joelhos;

h) Só será contado o tempo em que a candidata estiver na posição correta prevista neste edital.

14.10.2.3 Será proibido à candidata, quando da realização do teste estático de barra:

a) não manter o corpo completamente na posição vertical, com exceção nos casos em que o examinador permitir expressamente a flexão de joelhos, para evitar que as candidatas mais altas toquem os pés no solo no momento que estiver na posição inicial;

b) tocar com o(s) pé(s) no solo ou em qualquer parte de sustentação da barra após o início da execução;

c) após a tomada de posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física;

d) utilizar luvas ou qualquer outro artifício para a proteção das mãos;

e) apoiar o queixo na barra;

f) estender o pescoço, em vez de ultrapassar o queixo em relação à barra com movimento exclusivo de membros superiores.

14.10.3 Flexão abdominal em 1 (um) minuto para candidatos de ambos os sexos:

a) posição inicial: os candidatos deitados de costas, na posição completamente horizontal de todo o corpo em relação ao solo, com os membros, as costas e a cabeça em contato pleno com o solo, pernas estendidas, os braços atrás da cabeça, com os cotovelos estendidos e dorso das mãos tocando o solo;

b) execução: após o silvo de apito, os candidatos começarão a primeira fase do teste, realizando um movimento simultâneo no qual 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 com os braços estendidos. Em seguida e sem interrupção, os candidatos deverão voltar à posição inicial, realizando o movimento inverso. O movimento completo, finalizado com o retorno à posição inicial, corresponderá a um exercício completo.

14.10.3.1 A contagem das execuções corretas levará em consideração as seguintes observações:

a) ao final de cada repetição, a cabeça e o dorso das mãos devem encostar-se ao solo;

b) o auxiliar de banca 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 do último realizado de maneira correta;

c) cada execução começa e termina sempre na posição inicial – somente aí será contada como sendo uma execução completa;

d) somente será contado o exercício realizado completamente; e

e) a execução do teste deverá ser ininterrupta, não sendo permitido repouso ou pausa entre as repetições. A pausa ou repouso entre as repetições serão considerados como término do exercício, sendo computadas apenas as repetições realizadas até aquele momento.

14.10.4 Apoio de frente sobre o solo para candidatos do sexo masculino, em 4 (quatro) apoios:

a) posição inicial: o candidato deverá se posicionar em decúbito ventral, apoiando as palmas das mãos no solo, ficando as mãos ao lado do tronco com os dedos apontados para a frente e os polegares tangenciando os ombros, permitindo, assim, que as mãos fiquem com um afastamento aproximadamente à largura do ombro. Os braços devem ficar totalmente estendidos, mantendo os pés próximos e apoiados sobre o solo, deixando o corpo em uma posição horizontal em relação ao solo;

b) execução: o candidato deverá abaixar o tronco e as pernas ao mesmo tempo, flexionando os braços paralelamente ao corpo até que o cotovelo alcance ou ultrapasse a linha das costas, sem que o corpo (a parte frontal) encoste no solo. Elevará, então, novamente os braços, estendendo-os simultaneamente para erguer o tronco e as pernas até que os braços fiquem

totalmente estendidos, o que corresponderá a um exercício completo. Cada candidato deverá executar o número máximo de flexões de braços sucessivas, sem interrupção do movimento. O ritmo das flexões de braços será opção do candidato e não há limite de tempo.

14.10.5 Apoio de frente sobre o solo para candidatos do sexo feminino, em 6 (seis) apoios:

a) posição inicial: a candidata deverá se posicionar em decúbito ventral, apoiando as palmas das mãos no solo, ficando as mãos ao lado do tronco com os dedos apontados para a frente e os polegares tangenciando os ombros, permitindo, assim, que as mãos fiquem com um afastamento aproximadamente à largura do ombro. Os braços devem ficar totalmente estendidos, mantendo os pés próximos e apoiados sobre o solo juntamente com os joelhos, deixando o tronco em uma posição horizontal em relação ao solo;

b) execução: a candidata deverá abaixar o tronco, flexionando os braços paralelamente ao corpo até que o cotovelo alcance ou ultrapasse a linha das costas, sem que o corpo (a parte frontal) encoste no solo. Elevará, então, novamente os braços, estendendo-os simultaneamente para erguer o tronco até que os braços fiquem totalmente estendidos, o que corresponderá a um exercício completo. Cada candidata deverá executar o número máximo de flexões de braços sucessivas, sem interrupção do movimento. O ritmo das flexões de braços será opção da candidata e não há limite de tempo.

14.10.6 Corrida de 12 (doze) minutos para candidatos de ambos os sexos: a) execução: os candidatos, em uma única tentativa, terão o tempo de 12 (doze) minutos para percorrer a distância mínima exigida. A metodologia para a preparação e execução do teste obedecerá aos seguintes critérios: o candidato poderá deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir; será informado o tempo que restar para o término da prova, quando faltar 1 (um) minuto, através de um silvo de apito, podendo no entanto o candidato utilizar relógio para controlar o seu tempo durante a prova; ao passar pelo local determinado, cada candidato deverá dizer o seu nome ou número em voz alta para o avaliador; após soar o apito encerrando o teste, o candidato deverá parar o trajeto e permanecer no local onde encerrou a prova, podendo continuar caminhando lateralmente na pista, no ponto em que se encontrava quando soou o apito de término da prova, aguardando a presença do avaliador, que irá aferir mais precisamente a metragem percorrida.

14.10.6.1 O candidato não poderá se ausentar, ou sair da área delimitada, da pista de corrida durante o tempo de execução do seu teste.

14.10.6.2 O candidato não poderá receber qualquer tipo de ajuda física.

14.10.6.3 Não será permitido ao candidato uma segunda tentativa.

14.11 Os candidatos poderão desistir de realizar os testes que compõem a 4ª Etapa – Teste de Avaliação Física, por escrito, em formulário próprio a ser fornecido pela comissão organizadora.

14.12 Os casos de alteração psicológica e/ou fisiológica temporária ou permanente que impossibilitem a realização dos testes ou que diminuam a capacidade física dos candidatos não serão levados em consideração, não sendo dispensado nenhum tratamento privilegiado, mesmo que ocorram durante a realização dos testes.

14.13 São condições que implicam na eliminação do candidato:

a) faltar ou chegar atrasado para o exame físico;

b) for considerado inapto por não ter atingido o índice mínimo exigido em qualquer um dos testes aplicados ou não realizar os testes físicos na data prevista, seja por qualquer motivo de alterações psicológicas e/ou fisiológicas temporárias ou permanentes;

c) deixar a candidata gestante ou em estado de puerpério de apresentar atestado médico, emitido até 48 (quarenta e oito) horas antes da realização do teste de avaliação física, por médico especialista habilitado para emití-lo, atestando que ela pode realizar o teste de avaliação física, e (ou) não assinar o Termo de Responsabilidade fornecido pela comissão organizadora; e

d) desistir, por escrito, de realizar qualquer um dos testes que compõem a 4ª Etapa – Teste de Avaliação Física.

14.14 Será considerado apto o candidato que atingir o desempenho mínimo em todos os testes.

14.15 O candidato será submetido a todos os testes, independentemente de seu aproveitamento em cada um deles.

14.16 A candidata que se apresentar, no local, no dia e no horário estabelecidos no edital específico de convocação, com atestado médico que comprove situação de gravidez ou estado de puerpério que a impossibilite de realizar os testes de avaliação física, terá suspensa a sua avaliação física na presente etapa. A candidata continuará participando das demais etapas e, caso aprovada em todas elas, será convocada para a realização dos testes de avaliação física após o período máximo de 90 (noventa) dias, a contar da data do parto ou fim do período gestacional ou estado de puerpério, de acordo com a conveniência da administração, sem prejuízo da participação nas demais etapas do concurso público. É de inteira responsabilidade da candidata procurar o IADES, após o período mencionado, para a realização da referida etapa.

14.16.1 O atestado médico deverá ser entregue no momento de identificação da candidata para a realização dos testes de aptidão física, não sendo aceita a entrega de atestado médico em outro momento. A candidata que não entregar o atestado médico e, se recusar a realizar os testes de aptidão física alegando estado de gravidez, será eliminada do concurso público.

14.16.2 A candidata que apresentar o atestado médico que comprove seu estado de gravidez e, ainda assim, desejar realizar os testes de aptidão física deverá apresentar atestado em que conste, expressamente, que a candidata está apta a realizar os exercícios físicos.

14.16.3 A candidata que deixar de apresentar qualquer dos atestados médicos nos dois momentos, ou que apresentá-los em desconformidade será eliminada do concurso público.