

usar membros superiores e inferiores. O candidato deverá estar usando cadeirinha e sistema de trava queda, assim como colchões no solo para evitar possíveis lesões.

- A composição do uniforme para a execução do referido exercício: Calça, gandolão (mangas compridas) e suadeira, com coturno e meia, característico da sua unidade.

Das proibições:

- Impulsionar-se com os membros inferiores para iniciar a subida na corda;
- Quando na descida, pular para atingir o solo.

Do desempenho:

- Mínimo de 6 (seis) metros para os sexos masculino e feminino.

1.6.7 Flutuabilidade vertical no meio líquido uniformizado sem coturno – 30 min

- A execução do exercício será a mesma para os candidatos do sexo masculino e feminino;

- O candidato deverá manter-se durante todo o tempo com a cabeça fora d'água, não sendo permitido sua submersão em momento algum;

- O candidato deverá manter-se nadando com o tronco na posição vertical sem deslocamentos laterais, à frente ou para trás;

- O candidato deverá manter-se com a frente voltada para o avaliador, não sendo permitido giros;

- O teste terá início com um silvo longo de apito, após os candidatos estarem no interior da piscina na posição correta e será encerrado com outro silvo longo de apito ao final do 30º minuto;

- Não é permitido, após o início da cronometragem, o toque no fundo da piscina.

- Não é permitido dar ou receber qualquer tipo de ajuda física.

- Durante a execução não é permitido o apoio nas bordas, boias ou raiais da piscina e/ou apoio em outro candidato;

- O uso de equipamentos e/ou acessórios não será permitido;

- A composição do uniforme para a execução do referido exercício: Calça, gandolão (mangas compridas) e suadeira, sem coturno, característico da sua unidade.

1.6.8 Apneia dinâmica (25 metros)

- A execução do exercício será a mesma para os candidatos do sexo masculino e feminino;

- O candidato deverá percorrer debaixo d'água (totalmente submerso) a distância de 25 metros sem qualquer tipo de ajuda ou auxílio;

- A execução do exercício poderá ser feita em trajes de banho: sunga ou bermuda, térmica (masculina) e maiô (feminino), traje de banho na cor preta;

- O início do exercício será com os candidatos dentro da piscina e junto à borda;

- Será permitido ao candidato impulsionar com os pés na borda da piscina, quando do início do exercício;

- Não se exigirá tempo mínimo para este exercício;

- Será desclassificado o candidato que apresentar qualquer parte do corpo fora da linha d'água antes do percurso estabelecido;

1.6.9 Salto da plataforma de 10 metros:

- A execução do exercício será a mesma para os candidatos do sexo masculino e feminino;

Condições de execução:

- O candidato ficará na posição de pé sobre a base da plataforma e nesta posição ao som de um silvo longo do apito, no tempo máximo de 15 (quinze) segundos, o mesmo fará o passo do gigante saltando em direção ao tanque de mergulho;

Observações:

- Após o silvo longo, que determina a execução do salto, será disparado o cronômetro, devendo o candidato realizar o salto no tempo limite de 15 (quinze) segundos. Caso o candidato não venha realizar o salto no tempo estipulado terá seu salto considerado "queimado", e terá uma única nova chance para execução, somente após todos os candidatos concluírem a prova. Não realizando pela segunda vez o salto da plataforma, o candidato será automaticamente e o mesmo será eliminado do processo de seleção, não podendo realizar os demais testes.

- O candidato que executar o salto no tempo estipulado será considerado apto.

1.6.10 Corrida Rústica

- A execução do exercício será a mesma para os candidatos do sexo masculino e feminino;

- O candidato deverá fazer o percurso de 08 (oito) quilômetros;

- A prova tem caráter classificatório e eliminatório, devendo o candidato realizar o percurso no tempo máximo de 50 minutos, podendo correr no menor tempo possível a fim de melhorar a sua pontuação;

- Procedimentos para o cumprimento da prova:

- Na posição inicial de pé o avaliado deverá correr ou andar a distância de 8 Km (oito quilômetros), não podendo haver interrupções

- O avaliador irá cronometrar o tempo de cada candidato para o término no percurso;

- O candidato terá apenas 01 (uma) tentativa para realizar a prova;

- A composição do uniforme para a execução do referido exercício: Calça, busto nu (homens) suadeira ou correspondente (mulheres), com coturno e meia, característico da sua unidade.

A pontuação final obtida nos testes de condicionamento físico geral será interpolada da seguinte forma:

Corrida de 12 minutos + Flexão de braço na barra fixa + Corrida Rústica = TOTAL

ANEXO IV – AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA ESPECÍFICA (APE)

Perfil psicológico do(a) candidato a Operador Aerotático de Segurança Pública e Defesa Civil do GRAESP:

1. Elevado controle emocional;

2. Diminuída ansiedade;

3. Diminuída impulsividade;

4. Elevado domínio psicomotor;

5. Elevada resistência à frustração;

6. Elevada memória auditiva e visual;

7. Elevado controle e canalização produtiva da agressividade;

8. Elevada resistência à fadiga psicofísica;

9. Elevada iniciativa;

10. Bom potencial de liderança;

11. Elevada capacidade de cooperar e trabalhar em grupo;

12. Elevado relacionamento interpessoal;

13. Elevada flexibilidade de conduta;

14. Elevada criatividade;

15. Ausência de sinais fóbicos e disrítmicos;

16. Elevada Inteligência geral;

17. Aptidões específicas:

a. Boa inteligência abstrata;

b. Elevado raciocínio lógico;

c. Bom raciocínio verbal;

d. Elevado raciocínio espacial;

e. Elevado raciocínio rápido;

f. Boa atenção concentrada;

g. Boa atenção flutuante.

"Definição operacional dos termos"

I. Níveis da dimensão:

1. Elevada/o: muito acima dos níveis medianos;

2. Boa/bom: acima dos níveis medianos;

3. Adequada: dentro dos níveis medianos;

4. Diminuída: abaixo dos níveis medianos;

5. Ausente: não apresenta a característica.

II. Características:

1) Controle Emocional: Habilidade para reconhecer as próprias emoções diante de um estímulo qualquer, antes de interferirem em seu comportamento, controlando-as e equilibrando sua manifestação para que ocorram de maneira adequada no meio em que estiver inserido, adaptando-se às exigências ambientais, mantendo intacta a capacidade de raciocínio;

2) Ansiedade: Aceleração das funções orgânicas, causando agitação emocional que pode afetar a capacidade cognitiva, devido a antecipação de consequências futuras. A preocupação antecipada leva a um estado de preparação física e psicológica para defender a incolumidade pessoal contra uma possível adversidade, o que deixa o indivíduo em constante estado de alerta (fase 1 do ciclo do estresse);

3) Impulsividade: Falta de capacidade para governar as próprias emoções, caracterizando pela surpresa das reações, tendência a reagir de forma involuntária, inesperada, intensa e brusca diante de um estímulo interno ou externo sem a possibilidade de haver prévio raciocínio sobre o fator motivante do ato impulsionado;

4) Domínio psicomotor: Habilidade cinestésica, através da qual o corpo movimentava-se com eficiência, atendendo com presteza às solicitações psíquicas e/ou emocionais;

5) Resistência à frustração: Habilidade em manter suas atividades em bom nível qualitativo e quantitativo, quando privado da satisfação de uma necessidade pessoal, em uma dada situação de trabalho ou particular;

6) Memória auditiva e visual: Capacidade para memorizar sons e imagens, tornando-os disponíveis à consciência, para a lembrança imediata, a partir de um estímulo atual;

7) Controle e canalização produtiva da agressividade: Capacidade em controlar a manifestação da energia agressiva para que não surja de forma inadequada em seu comportamento, ao mesmo tempo em que possa direcioná-la para a realização de atividades que sejam benéficas para si e para a sociedade, mostrando-se uma pessoa combativa;

8) Resistência à fadiga psicofísica: Aptidão psíquica e somática de suportar uma longa exposição a agentes estressores, sem sofrer danos importantes em seu organismo, nem interferir na sua capacidade cognitiva;

9) Iniciativa: Capacidade de influenciar o curso dos acontecimentos, colocando-se de forma atuante, não passiva, diante das necessidades das tarefas ou situações. Implica em uma disposição para agir ou empreender uma ação, tomando a frente em uma determinada situação;

10) Potencial de Liderança: Habilidade latente para agregar as forças existentes em um grupo, canalizando-as no sentido de trabalharem de modo harmônico e coeso na solução de problemas comuns, visando atingir objetivos pré-definidos. Facilidade para conduzir, coordenar e dirigir as ações das pessoas, para que atuem com excelência e motivação, estando o futuro líder disponível para ser treinado em sua potencialidade;

11) Capacidade de cooperar e trabalhar em grupo: Disposição para ceder às exigências do grupo, ao mesmo tempo em que se predispõe a atender às solicitações de apoio, emprestando suas habilidades em prol da realização de ações para a conclusão das tarefas, visando atingir os objetivos definidos pelos seus componentes;

12) Relacionamento Interpessoal: Capacidade de perceber e reagir adequadamente às necessidades, sentimentos e comportamentos dos outros;

13) Flexibilidade de conduta: Capacidade de diversificar seu comportamento, de modo adaptativo, atuando adequadamente de acordo com as exigências de cada situação em que estiver inserido;

14) Criatividade: Habilidade para extrair conclusões e soluções da própria experiência anterior e da vivência interna, destacando-se pelo ineditismo, apresentando soluções novas para problemas existentes, podendo assim buscar formas cada vez mais eficazes de realizar ações e atingir objetivos, valendo-se dos meios disponíveis no momento;

15) Sinais fóbicos e disrítmicos: O primeiro termo diz respeito a presença de sinais de medo irracional ou patológico. O termo seguinte refere-se à presença de traços de disritmia cerebral;

16) Inteligência geral: Conjunto de habilidades que permitem ao indivíduo lidar assertivamente com o meio e resolver problemas frente a novas situações;

17) Aptidões específicas: Habilidades que variam de pessoa para pessoa, mesmo para aquelas que apresentam níveis de inteligência geral semelhantes:

a. Bom raciocínio abstrato;

b. Elevado raciocínio lógico;