

rupta, até a sua exaustão máxima; a contagem inicia a partir da primeira extensão dos membros superiores, sendo que o número de repetições executadas corretamente pelo avaliando serão anotadas pelo avaliador.

12.11.2.2 A contagem das execuções corretas levará em consideração o seguinte:

a) o movimento a ser realizado deve ser unicamente de flexão e extensão de cotovelos;

b) a não extensão total dos cotovelos antes do início de uma nova execução será considerada um movimento incorreto, não sendo computado como uma repetição;

c) o auxiliar da banca examinadora contará em voz alta o número de repetições realizadas.

12.11.2.3 Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de flexão de braço:

a) tocar parte do corpo, exceto pontas dos pés e mãos, no solo após o início das execuções;

b) não flexionar ou não estender totalmente os membros superiores;

c) mudar a posição das mãos (afastar ou aproximar) durante a execução do teste;

d) flexionar o quadril, o joelho ou ambos em qualquer momento do teste;

e) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física.

12.11.2.4 O teste será interrompido caso ocorram quaisquer das proibições do subitem 12.11.2.3 deste edital. O desempenho do candidato até o momento da interrupção será considerado como índice da tentativa.

12.11.2.5 O candidato deverá executar o maior número de repetições corretas no período de um minuto, sendo

permitido o repouso entre os movimentos desde que o candidato permaneça na posição inicial.

12.11.2.6 Quando o exercício não atender ao previsto no edital, o auxiliar de banca repetirá o número da última execução realizada corretamente.

12.11.2.7 A contagem das repetições será considerada oficialmente somente o computado pelo auxiliar de banca examinadora.

12.11.3 DO TESTE DE FLEXÃO DE BRAÇOS NO SOLO COM SEIS APOIOS PARA O SEXO FEMININO

12.11.3.1 O teste de flexão de cotovelos no solo de seis apoios (para candidatas do sexo feminino) deverá ser realizado em local com condições adequadas, piso regular e uniforme.

12.11.3.2 O teste terá a duração de um minuto.

12.11.3.3 A metodologia para a preparação e a execução do exercício será assim constituída:

a) posição inicial: ao comando “em posição”, a candidata deve se posicionar em seis apoios (joelhos, mãos e pés) e em decúbito ventral, com os cotovelos em extensão; as mãos voltadas para frente, na direção da linha dos ombros e o olhar direcionado para o espaço entre elas.

b) execução: ao comando “iniciar”, a candidata executará a flexão do cotovelo até que o tórax aproxime-se ao solo, mantendo os membros superiores paralelos ao tórax e retornará a posição inicial numa sequência ininterrupta, até a sua exaustão máxima; a contagem inicia a partir da primeira extensão dos membros superiores, sendo que o número de repetições executadas corretamente pela avalianda serão anotadas pelo avaliador.

12.11.3.4 A contagem das execuções corretas levará em consideração o seguinte:

a) o movimento só será considerado completo após a total extensão dos cotovelos;

b) a não extensão total dos cotovelos antes do início de uma nova execução será considerada um movimento incorreto, não sendo computado no desempenho da candidata.

12.11.3.5 Não será permitido à candidata, quando da realização do teste de flexão de braço:

a) tocar qualquer parte do corpo, exceto pontas dos pés, joelhos e mãos, no solo após o início das execuções;

b) não flexionar ou não estender totalmente os membros superiores;

c) mudar a posição das mãos (afastar ou aproximar) durante a execução do teste;

d) flexionar o quadril, o joelho ou ambos em qualquer momento do teste;

e) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física.

12.11.3.6 O teste será interrompido caso ocorram quaisquer das proibições do subitem 12.11.3.3 deste edital. O desempenho da candidata até o momento da interrupção será considerado como índice da tentativa.

12.11.3.7 A candidata deverá executar o maior número de repetições corretas no período de um minuto, sendo permitido o repouso entre os movimentos, desde que a candidata permaneça na posição inicial.

12.11.3.8 Quando o exercício não atender ao previsto no edital, o auxiliar de banca repetirá o número da última execução realizada corretamente.

12.11.3.9 A contagem das repetições será considerada oficialmente somente o computado pelo auxiliar de banca examinadora.

12.11.4 DO TESTE DE CORRIDA DE 12 MINUTOS

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

12.11.4.2 A pista poderá ser oval ou circular e o piso poderá ser de: asfalto, saibro, brita, terra, areia, cascalho, carvão, borracha, manta ou qualquer outro material existente na localidade.

12.11.4.3 A metodologia para a preparação e a execução do teste de corrida de 12 minutos para os candidatos dos sexos masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios:

a) o candidato deverá correr e(ou) caminhar sem interrupção durante 12 minutos, sendo registrada a distância total percorrida. Ao término deste período, deverá manter-se em deslocamento, caminhando no sentido transversal ao do deslocamento principal, sendo o percurso em metros anotado pelo avaliador;

b) os comandos para iniciar e terminar o teste serão dados por sinal sonoro;

c) não será informado, pela equipe de aplicação do exame, o tempo que restar para o término do teste, mas o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo;

d) ao passar pelo local de início do teste, cada candidato deverá dizer em voz alta os quatro últimos números de sua inscrição para o auxiliar de banca que estiver marcando o seu percurso e será informado de quantas voltas completou naquele momento;

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

12.11.4.4 A correta realização do teste de corrida de 12 minutos levará em consideração as seguintes observações:

a) o tempo oficial do teste será controlado por relógio do coordenador do teste, sendo o único que servirá de referência para o início e o término do teste;

b) orienta-se que, após o apito que indica o término do teste, o candidato não pare bruscamente a corrida, mas que continue a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontrava quando o sinal sonoro para o término do teste foi emitido.

c) a distância percorrida pelo candidato, a ser considerada oficialmente, será somente a realizada pela banca examinadora.

12.11.4.3 Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de corrida de 12 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 sinal sonoro encerrando a prova;

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

d) abandonar a pista antes da liberação do auxiliar de banca.

12.11.4.4 Cada candidato terá apenas uma tentativa para realizar o teste.

12.11.4.5 O teste do candidato será interrompido caso ocorra quaisquer das proibições do subitem 12.11.4.3 deste edital, sendo a distância percorrida desconsiderada, implicando na eliminação do candidato.

12.11.4.6 O teste de corrida de 12 minutos deverá ser aplicado em uma pista com condições adequadas (oval ou circular), apropriada para corrida e com as distâncias escalonadas de 10 em 10 metros.

12.11.4.6.1 O piso da pista de corrida de 12 minutos poderá ser asfáltico, de concreto, sintético, de carvão, de cascalho, de saibro, dentre outros tipos de materiais existentes.

12.11.5 DO TESTE NATACÃO

12.11.5.1 A metodologia para a preparação e a execução do teste de natação para os candidatos dos sexos masculino e feminino será constituída de:

a) ao comando “em posição”, o candidato deverá posicionar-se inicialmente na borda externa ou interna da piscina, e, ao estímulo auditivo do avaliador, deverá deslocar-se em nado livre num percurso de 50 metros, admitindo eventuais paradas, porém não podendo tocar no fundo da piscina com os pés e nem se utilizar de qualquer meio auxiliar para obter a permanência na superfície, assim como utilizar de meios auxiliares de tração para o deslocamento, sendo o tempo de percurso anotado pelo avaliador.

12.11.5.2 Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de natação de 50 metros:

a) apoiar-se ou impulsionar-se na borda lateral, na parede lateral ou na raia;

b) parar de nadar durante o teste, exceto quando houver necessidade de tocar a borda oposta para continuar a nadar;

c) apoiar-se no fundo da piscina;

d) dar ou receber qualquer ajuda física;

e) utilizar qualquer acessório que facilite o ato de nadar, exceto touca e óculos de natação.

12.11.5.3 O teste de natação deverá ser realizado em piscina com a extensão de 25 metros. Não são exigidos blocos de partida, linhas orientadoras no fundo da piscina e raias. O teste poderá ser aplicado na largura de piscina de 50 metros de comprimento ou outra extensão, desde que, nessa largura, haja 25 metros de extensão.

12.12 DAS DISPOSIÇÕES GERAIS ACERCA DO TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA

12.12.1 É responsabilidade de cada candidato manter seu condicionamento físico condizente com, no mínimo, os desempenhos exigidos para aprovação no teste de avaliação física até a convocação e durante o CFO/BM.

12.12.2 Os testes serão gravados em vídeo pela banca.

12.12.2.1 O candidato que se recusar a ter o seu teste gravado em vídeo será eliminado do concurso.

12.12.2.2 Será disponibilizado, para efeito de recurso, o registro da gravação do teste de avaliação física, conforme procedimentos disciplinados no respectivo edital de resultado provisório, exceto para o teste de corrida, tendo em vista se tratar de teste de execução coletiva.

12.12.3 Os casos de alteração psicológica e(ou) fisiológica temporários (estados menstruais, indisposições, câibras, contusões, luxações, fraturas etc.) que impossibilitem a realização dos testes ou diminuam a aptidão física dos candidatos não serão levados em consideração, não sendo concedido qualquer tratamento privilegiado, mesmo que ocorram durante a realização dos testes.

12.12.4 A gravidez, por si só, não é fator inabilitante para a realização dos testes de aptidão física, conforme previsto no parágrafo 3º do art. 1º da Lei Estadual nº 9.143/2020. A candidata que enviar, por *upload*, em prazo a ser informado no edital de convocação para essa etapa, declaração médica competente de sua inabilitação para o TAF em razão do estado gestacional, acompanhada de exames laboratoriais, que comprove seu estado de gravidez ou puerperal, será facultada nova data para a realização da referida etapa.

12.12.4.1 A realização do TAF ocorrerá após, no mínimo, 30 (trinta) e, no máximo, 90 (noventa) dias do término da gravidez, de acordo com a conveniência da Administração, sem prejuízo da participação nas demais