

**EDITAL Nº 002/2020- SEJUC-RR, DE 08 DE DEZEMBRO DE 2020.  
II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS – II CAP/RR**

O SECRETÁRIO DE ESTADO DA JUSTIÇA E DA CIDADANIA DO ESTADO DE RORAIMA, no uso das atribuições legais que lhe são conferidas, por meio do Decreto nº 178-P de 28 de dezembro de 2018, resolve tornar pública as instruções reguladoras para realização do “II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS SEJUC/DEPEN, doravante denominado II CAP/RR”, que se regerá no presente instrumento e seus anexos.

**1. OBJETIVO:**

1.1 O “II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS (CAP-RR)”, tem como objetivo capacitar os Policiais Penais da Secretaria de Estado da Justiça e da Cidadania – SEJUC/RR, servidores das Força Policiais Coirmãs e Policiais Penais de outros Estados da federação, para desenvolver o fazer profissional com maior propriedade nas ocorrências de operações de natureza especiais no âmbito do Sistema Penitenciário.

**2. DAS VAGAS:**

**2.1 DO NÚMERO DE VAGAS:**

As vagas serão disponibilizadas da seguinte forma:

2.1.1. 40 (quarenta) vagas para POLICIAIS PENAIIS lotados na Secretaria de Estado da Justiça e da Cidadania – SEJUC/RR;

2.1.2. 15 (quinze) vagas para POLICIAIS PENAIIS de outros Estados da Federação e do Departamento Penitenciário Nacional – DEPEN;

2.1.3. 05 (cinco) vagas para às Forças Policiais coirmãs do Estado de Roraima (PC, PM, PRF, PF e GM).

**3. DOS REQUISITOS E CONDIÇÕES PARA INSCRIÇÃO E INGRESSO NO CURSO:**

3.1 Ser servidor EFETIVO (Policiais Penais e das Forças Coirmãs) de carreira e voluntário;

3.2 Preencher e entregar a inscrição dentro do prazo estabelecido;

**3.3 As inscrições serão realizadas mediante envio dos seguintes documentos:**

a) Cópia do RG e CPF e/ou da Identidade Funcional;

b) Ficha de Inscrição, conforme modelo do ANEXO VIII;

c) Ofício de Apresentação individual, em papel timbrado, contendo: Nome do candidato, matrícula funcional, cargo efetivo, órgão de lotação, declaração anuência do chefe e/ou do superior do órgão de origem, autorizando o servidor a participar do curso, conforme modelo do ANEXO III;

d) Estar em pleno gozo do exercício de suas funções;

e) Apresentar declaração emitido pela Corregedoria do seu órgão, que não tenha sido punido em processo administrativo disciplinar pela prática de transgressão contra a administração pública a no mínimo 01 (um) ano;

f) não estar em gozo de férias.

3.4 Os agentes públicos convidados de outras instituições deverão seguir O MESMO PROCEDIMENTO de inscrição;

3.5 A inscrição e os arquivos deverão ser preenchidos, assinados e enviados em formato PDF para o endereço eletrônico: [npccaprr@gmail.com](mailto:npccaprr@gmail.com), assim como toda documentação exigida no item 3.3. Deve-se utilizar, obrigatoriamente, no campo “ASSUNTO do e-mail”: “**INSCRIÇÃO – II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS**”;

3.6 A Ficha de Inscrição deverá ser completamente preenchida, contendo o registro de todos os dados cadastrais requeridos e cópias de documentos comprobatórios;

3.7 É de responsabilidade do candidato a entrega da documentação completa e em conformidade com os termos do Edital e seus anexos. A inobservância de quaisquer elementos deste Edital implicará em não homologação de sua inscrição;

3.8 A documentação apresentada deverá estar com o prazo de validade e, em nenhuma hipótese, será permitida a apresentação de protocolos em substituição aos documentos exigidos;

3.9 Será divulgado no dia **22/12/2020**, a lista de confirmação com os nomes dos inscritos e os respectivos dias para a realização do TAF;

3.10 As previsões contidas no cronograma poderão ser alteradas mediante conveniência e oportunidade, a critério da coordenação do curso;

**4. Os ALUNOS SELECIONADOS E APROVADOS** para participar do curso assumirão compromisso de atender as necessidades de instrução, assumindo todos e quaisquer riscos da atividade e seguir rigorosamente todas as regras de disciplina e segurança do CURSO;

#### **5. DO CALENDÁRIO:**

| ITEM | ATIVIDADE                  | DATA          | HORA           | LOCAL              |
|------|----------------------------|---------------|----------------|--------------------|
| 01   | Inscrição                  | 14/12 a 21/12 | 08:00 às 23:59 | npccaprr@gmail.com |
| 02   | Homologação das inscrições | 22/12/2020    | 17:00          | sejuc.rr.gov.br    |
| 03   | TAF                        | 06/01/2021    | 07:00 às 12:00 | Boa Vista/RR       |
| 04   | Resultado do TAF           | 07/01/2021    | 12:00          | sejuc.rr.gov.br    |
| 05   | Aula inaugural – Início    | 08/01/2021    | 08:00          | Boa Vista/RR       |
| 08   | Aula encerramento -Término | 24/01/2021    |                | Boa Vista/RR       |

#### **6. DA INSPEÇÃO DE SAÚDE:**

6.1 A inspeção de saúde é de caráter obrigatório e destina-se a verificação do estado de saúde do candidato, objetivando aferir se este reúne condições mentais e físicas para frequentar o curso, uma vez que será submetido a diversos exercícios físicos e situação de estresse, fatores indispensáveis na formação do servidor de Operações Penitenciárias que realizará a capacitação proposta.

6.2 A avaliação médica tem por objetivo aferir se o candidato goza de boa saúde física para suportar os exercícios físicos a que será submetido no TAF e no curso de AÇÕES PRISIONAIS;

6.3 A comprovação de boa saúde a que se refere o item 6.1 se dará por meio de Atestado Médico;

6.4 O atestado médico não poderá ter mais de 30 (trinta) dias anteriores a realização do TAF e deverá conter: nome do médico, número de registro no órgão de classe (CRM), assinatura do médico, data de emissão, nome completo do candidato e anuência de aptidão do candidato (a) para a prática de atividade física, conforme modelo constante no ANEXO VII;

**6.5** O atestado médico será providenciado a custas do candidato e deverá ser apresentado no dia e local de realização do TAF.

6.6 Os candidatos que não entregarem atestado médico de saúde serão automaticamente desligados do curso.

#### **7. TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA (TAF):**

7.1 O Teste de Avaliação Física (TAF) será aplicado conforme o cronograma do curso, contendo os exercícios especificados no ANEXO IX, de acordo com o sexo, tendo suas pontuações aferidas de acordo com o resultado obtido pelo candidato em cada prova;

7.2 Somente realizará o TAF, o candidato que entregar atestado médico comprovando aptidão para as atividades;

7.3 As vagas serão conquistadas mediante os índices obtidos no TAF (Teste de Avaliação Física) e mais a soma dos pontos obtidos pela participação nos seguintes cursos: I CAP/RR e Iniciação para o II CAP/RR 1ª e 2ª etapas, sendo atribuído 0,5 pontos para cada uma das três participações (pontuação máxima 1,5 pontos), inclusive servindo para o critério de desempate, o qual será observado: a participação nos

referidos cursos, o candidato que alcançar a maior nota na corrida, barra, idade e por último maior tempo de serviço, respectivamente, para assim, ser efetivado no curso.

#### **8. DO DIA DA REALIZAÇÃO DO TAF:**

8.1 O candidato deverá trajar roupas e tênis para prática de educação física;

8.2 O candidato deverá apresentar o RG, identidade funcional ou carteira de CNH, somente originais;

8.3 No ato da realização dos exercícios o candidato terá o resultado de cada um lançado em ficha individual, sendo assinado por ele ao término, legitimando a contagem e impedindo que seja questionada a seguir.

8.4 O avaliador, ao verificar que as repetições do exercício estão fora do padrão exigido, deve interromper a contagem, comunicar o que está errado ao candidato e voltar a contar (de onde parou), caso haja a correção da execução. (ANEXO IX).

#### **OBSERVAÇÕES:**

1. Será **ELIMINADO** nesta **ETAPA**, o candidato que:

2. Faltar ou chegar atrasado para o **TESTE FÍSICO**.

3. For considerado **INAPTO**: por não ter atingido o número mínimo exigido de cada exercício estabelecido neste 4. edital ou não realizar os testes físicos no horário e nas datas previstas, seja por qualquer motivo de alterações psicológicas e/ou fisiológicas temporárias ou permanentes.

5. A classificação final para preenchimento das vagas será obtida por meio da ordem decrescente das pontuações obtidas pelos candidatos no Teste de Avaliação Física Individual;

Em caso de empate entre os candidatos, o critério de desempate será de acordo com a ordem contida no item 7.3;

6. Não haverá **RETESTE** no TAF.

#### **9. DO CURSO:**

9.1 O “**II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS - CAP**”, será promovido pela Secretaria de Estado da Justiça e da Cidadania - SEJUC-RR em conjunto com a Força Tarefa de Intervenção Penitenciária - FTIP/DEPEN, com carga horária de 240 h. (duzentos e quarenta horas) no período de 08/01/2021 a 24/01/2021, na cidade de Boa Vista – RR;

9.2 Os aprovados no TAF e matriculados no **II CAP/RR** deverão providenciar a lista completa do enxoval do aluno contida no **Anexo I**, sem ônus para coordenação, sendo desligado do curso aquele que não se apresentar munido de tais materiais citados no referido anexo no dia da aula inaugural ou em qualquer outro dia de curso;

9.3 Os alunos selecionados e aprovados nos testes assumirão compromisso de atender as necessidades de instrução, assumindo todos e quaisquer riscos da atividade e seguir rigorosamente todas as regras de disciplina e segurança do **CURSO** conforme o anexo II;

9.4 Os alunos serão avaliados constantemente durante as instruções, devendo obter bom aproveitamento em todas as disciplinas, sendo submetidos a avaliações técnicas de caráter eliminatório;

9.5 O curso será em regime de internato, sendo fornecidas alimentação e alojamento, não havendo pagamento de diárias e passagens conforme o anexo V;

9.6 É proibido o uso de *notebook*, *tablets*, telefones celulares, *smartphones* e afins durante o curso;

9.7 Durante o período do curso os alunos deverão apresentar-se com os cabelos cortados (máquina 01), barba e bigode raspados (sexo masculino), as mulheres deverão apresentar-se com os cabelos amarrados (coque ou rabo de cavalo) e unhas cortadas. Não será permitido a utilização de adornos (brincos, pulseiras, anéis ou piercing). Será permitida a utilização de relógio de pulso;

#### **10. DO CORPO DOCENTE:**

10.1 Será composto por Policias Penais de carreira e demais Profissionais de Segurança Pública com comprovada qualificação na disciplina a ser ministrada.

#### **11. DA APROVAÇÃO E REPROVAÇÃO/ DESLIGAMENTO:**

11.1 Será considerado **APROVADO** o discente que cumprir, no mínimo, 90% (noventa por cento) do total da carga horária e alcançar os índices de desempenho estabelecidos neste edital;

11.2 Será **REPROVADO OU DESLIGADO** o aluno que:

- a. Deixar de cumprir tarefa prática designada pelo instrutor e não alcançar um objetivo prático de uma determinada disciplina;
- b. Atentar contra as normas de segurança de qualquer disciplina, conforme avaliação do instrutor;
- c. Solicitar mediante requerimento o seu desligamento;
- d. Não conseguir acompanhar os treinamentos ou não cumprir as etapas requeridas por falta de condicionamento físico ou por insuficiência técnica;
- e. Não cumprir e/ou obter pontuação/conceito mínimo nas avaliações de cada matéria;
- f. Comprometer a segurança dele próprio ou de outros participantes da atividade em andamento; (Insuficiência Técnica);
- g. Ser indisciplinado e/ou desrespeitoso com qualquer participante das atividades;
- h. Além de realizar qualquer ato que atente contra os preceitos legais, disciplinares, morais e éticos devidamente comprovados;
- i. Chegar atrasado à apresentação diária e/ou se ausentar do curso sem prévia autorização da coordenação;
- j. Não estiver devidamente uniformizado e/ou sem os equipamentos requeridos para os treinamentos;
- k. Testar Positivo para Covid 19;
- l. Outros casos omissos sujeitos à apreciação da coordenação do curso.

**12.** Todas as **DESPESAS** com o processo seletivo e durante o curso correrão por conta do candidato, não acarretando qualquer ônus para o Estado de Roraima;

**13.** A SEJUC fornecerá **ALOJAMENTO E ALIMENTAÇÃO** durante o curso, para os alunos matriculados;

**14.** O candidato ou aluno do curso **AUTORIZA O USO DA PRÓPRIA IMAGEM** para fins de divulgações institucionais do II CAP/RR (ANEXO II);

**15.** Os candidatos dos outros Estados e de outras instituições que irão participar do curso deverão providenciar, junto a sua instituição de origem, o **MATERIAL BÉLICO** a ser utilizado no curso, conforme a tabela abaixo:

| <b>DISCRIMINAÇÃO</b>   | <b>QTDE POR ALUNO</b> |
|--|-----------------------|
| Espingarda Calibre 12  | 01                    |
| Munição para Espingarda Cal 12 70mm CH 3T                      | 100                   |
| Munição de Elastômero Cal 12 – AM 403 ou AM 403P               | 20                    |
| Munição para Pistola Calibre .40                               | 200                   |
| Munição para Lançador 37/38mm GL 201 ou 203 Carga lacrimogênea | 02                    |
| Granada de emissão CS lacrimogêneo.                            | 01                    |
| Espargidor Pimenta GL 108E médio – OC – Espuma                 | 01                    |
| Espargidor Pimenta GL 108 – OC – Max                           | 01                    |
| Granada Explosiva – GL 304, 305 ou 307                         | 03                    |
| Bandeira do estado (para agentes de outras UFs)                | 01 por estado         |

## **16. DISPOSIÇÕES FINAIS**

**16.1 Os concludentes do “II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS”, a critério da SEJUC, deverão ter disponibilidade para integrar o GIT, exceto as Forças coirmãs;**

16.2 Ocorrendo empate entre os candidatos, o critério de desempate será a maior idade;

16.3 Em caso de novas vagas ou desistência, serão chamados os demais candidatos, respeitado a classificação geral;

16.4 O descumprimento de qualquer das exigências deste Edital implicará na eliminação do candidato;

16.5 Será de responsabilidade do candidato aprovado o acompanhamento das informações a respeito do curso;

**16.6 Não haverá qualquer vantagem pecuniária por parte do Estado aos alunos participantes do “II CURSO de Ações Prisionais”, (ANEXO V).**

16.7 Os casos omissos ou não previstos por este Edital e seus anexos serão resolvidos pela Coordenação do curso.

**17. PREVENÇÃO:**

17.1 Em atenção aos cuidados e prevenção no período de pandemia do Covid 19, será necessário que o candidato apresente o laudo – resultado- de no máximo 02 (duas) semanas antes da data do TAF (item .5) semanas para a detecção do COVID 19. A testagem busca complementar as medidas sanitárias e de prevenção.

17.2 O candidato classificado no TAF será submetido a novo teste para detecção do COVID 19.

**ANDRÉ FERNANDES FERREIRA**

Secretário de Estado da Justiça e da Cidadania

**ANEXO I  
DO ENXOVAL DO ALUNO:**

| <b>DESCRIÇÃO</b>  |
|---|
| Porta algema  |
| Capacete anti-tumulto na cor preta (opcional)   |
| Calça tática 6 bolsos na cor Preta (duas)   |
| Camisetas do curso em malha na cor preta duas (aquisição com a coordenação)   |
| Cantil e porta cantil na cor preta  |
| Cinto de guarnição (N.A) na cor preta   |
| Coldre de pistola de cintura ou perna na cor preta  |
| Colete Tático   |
| Coturno na cor preta  |
| Gorro na cor preta – Tipo chapéu  |
| Kit para anotações  |
| Kit para Higiene Pessoal  |
| Kit de primeiros socorros   |
| Kit para limpeza de armamento   |
| Kit alimentação (garfo, colher e faca)  |
| Lanterna Tática   |
| Tonfa e porta tonfa na cor preta  |
| Pistola .40 com três carregadores   |
| Porta carregador duplo de pistola na cor preta  |
| EPI - Proteção Visual (Óculos transparente), Protetor Auricular e Balaclava(preta)  |
| Cabo solteiro (corda) com 5,0 m (cinco metros) na cor preta de 11mm ou 11,5mm(obrigatoriamente esta corda deve ser de qualidade, possuir certificação, bem como sua resistência mínima deve ser de 22 KN) |
| Short na cor Preta, sem listas ou marcas  |
| Sunga de banho na cor preta sem detalhes  |
| Tênis de corrida na cor escura, com mínimo de detalhes  |
| Protetor bucal e bandagem na cor preta para pratica de luta   |

**ANEXO II**  
**DECLARAÇÃO**

Declaro estar ciente e apto físico e mentalmente para frequentar cursos e treinamentos práticos de tiro, táticos, manuseios de explosivo e de Operações Táticas que exijam esforço físico e mental, não possuindo qualquer problema de saúde que possa interferir na minha participação segura em todas as atividades dentro do **II CAP/RR** e/ou outros locais designados para instrução tendo me submetido a exames médicos. Declaro, ainda, que fui informado que posso a qualquer momento me recusar a participar de qualquer atividade que não me sinta capaz ou seguro e me desligar da instrução, estando assim automaticamente desligado do curso. Conheço todos os riscos das atividades desta natureza e sinto-me preparado para sua prática, assumindo qualquer responsabilidade pelos meus atos e, inclusive, se os mesmos causarem danos a terceiros. Desde já, desobrigo, descarto e isento INSTRUTORES, REPRESENTANTES E COLABORADORES, no presente e no futuro, de todas e quaisquer ações, danos pessoais e/ou morais, prejuízos de propriedade, morte não premeditada ou qualquer acidente porventura ocorrido em tais atividades. Ademais, autorizo o uso da minha imagem para fins de divulgações institucionais do II CAP/RR.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_ de 2020.

---

Assinatura do Candidato

**ANEXO III**  
**REQUERIMENTO DE AUTORIZAÇÃO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA JUSTIÇA E DA CIDADANIA - SEJUC-RR**

Autorizo o Servidor (a) \_\_\_\_\_, portador do RG nº:  
\_\_\_\_\_ CPF: \_\_\_\_\_ e inscrito sob a matrícula nº: \_\_\_\_\_, a frequentar o  
“**II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS**”, que será realizado no período de **09/10/2020 a 29/10/2020**.

Boa Vista/RR, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020.

---

Assinatura e Carimbo do Chefia

**ANEXO IV**  
**SOLICITAÇÃO DE DESLIGAMENTO VOLUNTÁRIO**

Eu \_\_\_\_\_, Matrícula nº \_\_\_\_\_,  
CPF \_\_\_\_\_, residente no endereço \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ CEP \_\_\_\_\_, Telefone ( ) \_\_\_\_\_,

regularmente matriculado no “**II CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS**”, vem, respeitosamente, solicitar O  
DESLIGAMENTO POR VONTADE PRÓPRIA à coordenação do curso a partir desta data.

Para fundamentar este pedido, apresento a justificativa abaixo: (anexar outras folhas caso necessário).

Pede deferimento,

Boa Vista/RR, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020

---

Assinatura e Matrícula do aluno

---

Coordenador do “**II CURSO de Ações Prisionais**”



**ANEXO V**  
**TERMO DE RENÚNCIA DE CUSTOS**

Eu \_\_\_\_\_, (Cargo) \_\_\_\_\_, (Matrícula) \_\_\_\_\_, lotado na \_\_\_\_\_ com a ciência de meu superior imediato, declaro que me inscrevi no II CURSO AÇÕES PRISIONAIS (I – CAP/RR) o qual realizar-se-á em Boa Vista/RR; estando ciente dos requisitos, normas e orientações estipulados no EDITAL 002/2020 e de acordo com as condições de que toda e qualquer despesa com o processo de seleção e durante o curso, correrá por minha conta. Neste sentido renuncio o ônus do Estado de Roraima com passagens de deslocamento, diárias corridas, diária de curso e ajuda de custo, em razão de minha participação ao evento.

Data: \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020.

Local: \_\_\_\_\_.

CPF: \_\_\_\_\_

---

Assinatura

**ANEXO VI**  
**REQUERIMENTO PARA RECURSOS**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA JUSTIÇA E DA CIDADANIA**

Eu \_\_\_\_\_, matrícula  
nº \_\_\_\_\_ candidato a vaga no “**I CURSO DE AÇÕES PRISIONAIS**”, promovido pela  
Secretaria de Estado de Justiça e da Cidadania:

( ) Indeferimento de Inscrição

( ) Eliminação da fase do Processo Seletivo pelos motivos abaixo:

Nestes termos, pede-se e espera-se deferimento.

Boa Vista-RR, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do candidato

## ANEXO VII

### ATESTADO MÉDICO DE APTIDÃO FÍSICA

Atesto que o senhor \_\_\_\_\_, portador da carteira de identidade nº \_\_\_\_\_, encontra-se em boas condições de saúde, estando APTO a realizar atividade física de alta intensidade, conforme previsto no edital nº 002/2020 do “II CURSO de Ações Prisionais – II CAP/RR”.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, de \_\_\_\_ de 2020.

---

Assinatura do médico, Carimbo e CRM

## ANEXO VIII

### FICHA DE INSCRIÇÃO

| <b>Informações da Ação Educacional</b>             |   |
|--|---|
| <b>Curso: II CURSO DE OPERAÇÕES PENITENCIÁRIAS</b> |   |
| Data da realização:                                | Local (Cidade/Estado):<br><br>Secretaria de Origem: |
| <b>Dados Funcionais</b>                            |   |
| Cargo:   | Função:   |
| Lotação:   | Matrícula:  |
| Chefia Imediata:                                   | Cargo da Chefia Imediata                            |
| Telefones:   | ( ) _____<br>( ) _____                              |
| Local e Data:                                      | Assinatura do servidor:                             |

## ANEXO IX

### ÍNDICES DO TAF:

**Para o Masculino:** Corrida em 12 (doze) minutos, flexão de braço em barra fixa, abdominal remador em 01 (um) minuto e flexão de braço em 4 (quatro) apoios, conforme tabelas adiante apresentadas:

**TABELA I**

| <b>CORRIDA em 12 MINUTOS (MASCULINO)</b> |                 |              |              |              |              |              |                   |         |
|--|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------|---------|
| <b>Nota /Idade</b>                       | <b>CONCEITO</b> | <b>18-25</b> | <b>26-33</b> | <b>34-39</b> | <b>40-45</b> | <b>46-49</b> | <b>50 ou mais</b> |         |
| <b>10,00</b>                             | E               | 3.200        | 3.000        | 2.800        | 2.600        | 2.400        | 2.100             |         |
| <b>9,50</b>                              | MB              | 3.100 a      | 2.900 a      | 2.700 a      | 2.500 a      | 2.300 a      | 2.000 a           |         |
|  |                 | 3.199        | 2.999        | 2.799        | 2.599        | 2.399        | 2.099             |         |
| <b>9,00</b>                              |                 | 3.000 a      | 2.800 a      | 2.600 a      | 2.400 a      | 2.200 a      | 1.900 a           |         |
|  |                 | 3.099        | 2.899        | 2.699        | 2.499        | 2.299        | 1.999             |         |
| <b>8,50</b>                              |                 | 2.900 a      | 2.700 a      | 2.500 a      | 2.300 a      | 2.100 a      | 1.800 a           |         |
|  |                 | 2.999        | 2.799        | 2.599        | 2.399        | 2.199        | 1.899             |         |
| <b>8,00</b>                              |                 | 2.800 a      | 2.600 a      | 2.400 a      | 2.200 a      | 2.000 a      | 1.700 a           |         |
|  |                 | 2.899        | 2.699        | 2.499        | 2.299        | 2.099        | 1.799             |         |
| <b>7,50</b>                              |                 | B            | 2.600 a      | 2.400 a      | 2.300 a      | 2.100 a      | 1.900 a           | 1.600 a |
|  |                 |              | 2.799        | 2.599        | 2.399        | 2.199        | 1.999             | 1.699   |
| <b>7,00</b>                              | 2.400 a         | 2.200 a      | 2.100 a      | 2.000 a      | 1.800 a      | 1.500 a      |                   |         |
|  | 2.599           | 2.399        | 2.299        | 2.099        | 1.899        | 1.599        |                   |         |
| <b>6,50</b>                              | R               | 2.200 a      | 2.000 a      | 1900 a       | 1.800 a      | 1.700 a      | 1.400 a           |         |
|  |                 | 2.399        | 2.199        | 2.099        | 1.999        | 1.799        | 1.499             |         |
| 2.000 a                                  |                 | 1.800 a      | 1.700 a      | 1.600 a      | 1.500 a      | 1.300 a      |                   |         |
| 2.199                                    |                 | 1.999        | 1,899        | 1.799        | 1.699        | 1.399        |                   |         |
| <b>Até 5,99</b>                          | I               | Até 1.999    | Até 1.799    | Até 1.699    | Até 1.599    | Até 1.499    | Até 1.299         |         |

**TABELA II**

| <b>FLEXÃO DE BRAÇO EM BARRA FIXA (MASC)</b> |                 |              |              |                        |
|---|-----------------|--------------|--------------|------------------------|
| <b>Nota /Idade</b>                          | <b>Conceito</b> | <b>18-25</b> | <b>26-33</b> | <b>34 anos ou mais</b> |
| <b>10,0</b>                                 | <b>E</b>        | 10           | 9            | 8                      |
| <b>9,50</b>                                 | <b>MB</b>       | 09           | 08           | 07                     |
| <b>9,00</b>                                 |                 | 08           | 07           | 06                     |
| <b>8,50</b>                                 |                 | 07           | 06           | 05                     |
| <b>8,00</b>                                 |                 | 06           | 05           | 04                     |
| <b>7,50</b>                                 | <b>B</b>        | 05           | 04           | 03                     |
| <b>7,00</b>                                 |                 | 04           | 03           | 02                     |
| <b>6,50</b>                                 | <b>R</b>        | 03           | 02           | 01                     |
| <b>6,00</b>                                 |                 | 02           | ----         | ----                   |
| <b>Até 5,99</b>                             | <b>I</b>        | Até 01       | Até 01       | 00                     |

**TABELA III**

| <b>ABDOMINAL REMADOR em 01 minuto (Masculino)</b> |                 |              |              |              |              |              |                   |
|---|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------|
| <b>Nota Idade</b>                                 | <b>Conceito</b> | <b>18-25</b> | <b>26-33</b> | <b>34-39</b> | <b>40-45</b> | <b>46-49</b> | <b>50 ou mais</b> |
| <b>10,00</b>                                      | E               | 54           | 51           | 48           | 45           | 42           | 38                |
| <b>9,50</b>                                       | MB              | 51 a 53      | 48 a 50      | 45 a 47      | 42 a 44      | 39 a 41      | 35 a 37           |
| <b>9,00</b>                                       |                 | 48 a 50      | 45 a 47      | 42 a 44      | 39 a 41      | 36 a 38      | 32 a 34           |
| <b>8,50</b>                                       |                 | 45 a 47      | 42 a 44      | 39 a 41      | 36 a 38      | 33 a 35      | 29 a 31           |
| <b>8,00</b>                                       |                 | 42 a 44      | 39 a 41      | 36 a 38      | 33 a 35      | 30 a 32      | 26 a 28           |
| <b>7,50</b>                                       | B               | 39 a 41      | 36 a 38      | 33 a 35      | 30 a 32      | 27 a 29      | 23 a 25           |
| <b>7,00</b>                                       |                 | 36 a 38      | 33 a 35      | 30 a 32      | 27 a 29      | 24 a 26      | 20 a 22           |
| <b>6,50</b>                                       | R               | 33 a 35      | 30 a 32      | 27 a 29      | 24 a 26      | 21 a 23      | 17 a 19           |
| <b>6,00</b>                                       |                 | 30 a 32      | 27 a 29      | 24 a 26      | 21 a 23      | 18 a 20      | 14 a 16           |
| <b>Até 5,99</b>                                   | I               | Até 29       | Até 26       | Até 23       | Até 20       | Até 17       | Até 13            |

**TABELA IV**

| <b>FLEXÃO DE BRAÇO em QUATRO APOIOS (Masculino)</b> |                 |              |              |              |              |              |                   |
|---|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------|
| <b>Nota Idade</b>                                   | <b>Conceito</b> | <b>18-25</b> | <b>26-33</b> | <b>34-39</b> | <b>40-45</b> | <b>46-49</b> | <b>50 ou mais</b> |
| 10,00   | E               | 39           | 37           | 35           | 33           | 31           | 27                |
| 9,50  | MB              | 37 a 38      | 35 a 36      | 33 a 34      | 31 a 32      | 29 a 30      | 25 a 26           |
| 9,00  |                 | 35 a 36      | 33 a 34      | 31 a 32      | 29 a 30      | 27 a 28      | 23 a 24           |
| 8,50  |                 | 33 a 34      | 31 a 32      | 29 a 30      | 27 a 28      | 25 a 26      | 21 a 22           |
| 8,00  |                 | 31 a 32      | 29 a 30      | 27 a 28      | 25 a 26      | 23 a 24      | 19 a 20           |
| 7,50  | B               | 29 a 30      | 27 a 28      | 25 a 26      | 23 a 24      | 21 a 22      | 17 a 18           |
| 7,00  |                 | 27 a 28      | 25 a 26      | 23 a 24      | 21 a 22      | 19 a 20      | 15 a 16           |
| 6,50  | R               | 25 a 26      | 23 a 24      | 21 a 22      | 19 a 20      | 17 a 18      | 13 a 14           |
| 6,00  |                 | 23 a 24      | 21 a 22      | 19 a 20      | 17 a 18      | 15 a 16      | 11 a 12           |
| Até 5,99  | I               | Até 22       | Até 20       | Até 18       | Até 16       | Até 14       | Até 10            |

**2. Para o feminino:** corrida em 12 (doze) minutos, sustentação estática na barra fixa, abdominal remador em 01 (um) minuto e flexão de braço em 6 (seis) apoios, conforme tabelas adiante apresentadas:

**TABELA I**

| <b>CORRIDA em 12 MINUTOS (FEMININO)</b> |                 |                  |                  |                  |                  |                  |                   |
|---|-----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|
| <b>Nota Idade</b>                       | <b>Conceito</b> | <b>18-25</b>     | <b>26-33</b>     | <b>34-39</b>     | <b>40-45</b>     | <b>46-49</b>     | <b>50 ou mais</b> |
| 10,00                                   | E               | 2.800            | 2.600            | 2.400            | 2.200            | 2.000            | 1.800             |
| 9,50                                    | MB              | 2.700 a<br>2.799 | 2.500 a<br>2.599 | 2.300 a<br>2.399 | 2.100 a<br>2.199 | 1.900 a<br>1.999 | 1.700 a<br>1.799  |
| 9,00                                    |                 | 2.600 a<br>2.699 | 2.400 a<br>2.499 | 2.200 a<br>2.299 | 2.000 a<br>2.099 | 1.800 a<br>1.899 | 1.600 a<br>1.699  |

|          |   |                  |                  |                  |                  |                  |                  |
|----------|---|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 8,50     |   | 2.400a<br>2.599  | 2.200 a<br>2.399 | 2.000 a<br>2.199 | 1.900 a<br>1.999 | 1.700 a<br>1.799 | 1.500 a<br>1.599 |
| 8,00     |   | 2.200 a<br>2.399 | 2.000 a<br>2.199 | 1.700 a<br>1.799 | 1.600 a<br>1.899 | 1.500 a<br>1.699 | 1.400 a<br>1.499 |
| 7,50     | B | 2.000 a<br>2.199 | 1.800 a<br>1.999 | 1.500 a<br>1.699 | 1.500 a<br>1.599 | 1.400 a<br>1.499 | 1.300 a<br>1.399 |
| 7,00     |   | 1.800 a<br>1.999 | 1.600 a<br>1.799 | 1.400 a<br>1.499 | 1.400 a<br>1.499 | 1.300 a<br>1.399 | 1.200 a<br>1.299 |
| 6,50     | R | 1.700 a<br>1799  | 1.500 a<br>1.599 | 1.300 a<br>1.399 | 1.300 a<br>1.399 | 1.200 a<br>1.299 | 1.100 a<br>1.199 |
| 6,00     |   | 1.600 a<br>1.699 | 1.400 a<br>1.499 | 1.300 a<br>1.399 | 1.200 a<br>1.299 | 1.100 a<br>1.199 | 1.000 a<br>1.099 |
| Até 5,99 | I | Até 1.599        | Até 1.399        | Até 1.299        | Até 1.199        | Até 1.099        | Até 0.999        |

**TABELA II**

| SUSTENTAÇÃO NA BARRA FIXA (FEM) |          |             |             |             |
|---------------------------------|----------|-------------|-------------|-------------|
| Nota /Idade                     | Conceito | 18-25       | 26-33       | 34 ou mais  |
| 10,00                           | E        | 20"         | 18"         | 16"         |
| 9,50                            | MB       | 19" a 19"99 | 17" a 17"99 | 15" a 15"99 |
| 9,00                            |          | 18" a 18"99 | 16" a 16"99 | 14" a 14"99 |
| 8,50                            |          | 17" a 17"99 | 15" a 15"99 | 13" a 13"99 |
| 8,00                            |          | 16" a 16"99 | 14" a 14"99 | 12" a 12"99 |
| 7,50                            | B        | 15" a 15"99 | 13" a 13"99 | 11" a 11"99 |
| 7,00                            |          | 14" a 14"99 | 12" a 12"99 | 10" a 10"99 |
| 6,50                            | R        | 13" a 13"99 | 11" a 11"99 | 09" a 9"99  |
| 6,00                            |          | 12" a 12"99 | 10" a 10"99 | 08" a 08"99 |
| Até 5,99                        | I        | Até 11"99   | Até 9"99    | Até 7"99    |

**TABELA III**

| ABDOMINAL REMADOR em 01 minuto (Feminino) |          |         |         |         |         |         |            |
|---|----------|---------|---------|---------|---------|---------|------------|
| IDADE NOTA                                | Conceito | 18-25   | 26-33   | 34-39   | 40-45   | 46-49   | 50 ou mais |
| 10,00                                     | E        | 51      | 48      | 45      | 42      | 39      | 35         |
| 9,50                                      | MB       | 48 a 50 | 45 a 47 | 42 a 44 | 39 a 41 | 36 a 38 | 32 a 34    |
| 9,00                                      |          | 45 a 47 | 42 a 44 | 39 a 41 | 36 a 38 | 33 a 35 | 29 a 31    |
| 8,50                                      |          | 42 a 44 | 39 a 41 | 36 a 38 | 33 a 35 | 30 a 32 | 26 a 28    |
| 8,00                                      |          | 39 a 41 | 36 a 38 | 33 a 35 | 30 a 32 | 27 a 29 | 23 a 25    |
| 7,50                                      | B        | 36 a 38 | 33 a 35 | 30 a 32 | 27 a 29 | 24 a 26 | 20 a 22    |
| 7,00                                      |          | 33 a 35 | 30 a 32 | 27 a 29 | 24 a 26 | 21 a 23 | 17 a 19    |
| 6,50                                      | R        | 30 a 32 | 27 a 29 | 24 a 26 | 21 a 23 | 18 a 20 | 14 a 16    |
| 6,00                                      |          | 27 a 29 | 24 a 26 | 21 a 23 | 18 a 20 | 15 a 17 | 11 a 13    |
| Até 5,99                                  | I        | Até 26  | Até 23  | Até 20  | Até 17  | Até 14  | Até 10     |



TABELA IV

| FLEXÃO DE BRAÇO em SEIS APOIOS (Feminino) |          |         |         |         |         |         |            |
|---|----------|---------|---------|---------|---------|---------|------------|
| Nota /Idade                               | Conceito | 18-25   | 26-33   | 34-39   | 40-45   | 46-49   | 50 ou mais |
| 10,00                                     | E        | 39      | 37      | 35      | 33      | 31      | 27         |
| 9,50                                      | MB       | 37 a 38 | 35 a 36 | 33 a 34 | 31 a 32 | 29 a 30 | 25 a 26    |
| 9,00                                      |          | 35 a 36 | 33 a 34 | 31 a 32 | 29 a 30 | 27 a 28 | 23 a 24    |
| 8,50                                      |          | 33 a 34 | 31 a 32 | 29 a 30 | 27 a 28 | 25 a 26 | 21 a 22    |
| 8,00                                      |          | 31 a 32 | 29 a 30 | 27 a 28 | 25 a 26 | 23 a 24 | 19 a 20    |
| 7,50                                      | B        | 29 a 30 | 27 a 28 | 25 a 26 | 23 a 24 | 21 a 22 | 17 a 18    |
| 7,00                                      |          | 27 a 28 | 25 a 26 | 23 a 24 | 21 a 22 | 19 a 20 | 15 a 16    |
| 6,50                                      | R        | 25 a 26 | 23 a 24 | 21 a 22 | 19 a 20 | 17 a 18 | 13 a 14    |
| 6,00                                      |          | 23 a 24 | 21 a 22 | 19 a 20 | 17 a 18 | 15 a 16 | 11 a 12    |
| Até 5,99                                  | I        | Até 22  | Até 20  | Até 18  | Até 16  | Até 14  | Até 10     |

TABELA V

| SALTO HORIZONTAL (METROS)  | SALTO HORIZONTAL (METROS) e |
|----------------------------|-----------------------------|
| PONTOS MASCULINO           | PONTOS FEMININO             |
| Abaixo de 1,70 = eliminado | Abaixo de 1,50 = eliminada  |
| 1,70 à 2,09 = 2            | 1,50 à 1,59 = 2             |
| 2,10 à 2,19 = 4            | 1,60 à 1,69 = 4             |
| 2,20 à 2,29 = 6            | 1,70 à 1,79 = 6             |
| 2,30 à 2,39 = 8            | 1,80 à 1,89 = 8             |
| Acima de 2,39 = 10         | Acima de 1,89 = 10          |

### DESCRIÇÃO DO TAF

#### 1. FLEXÃO NA BARRA FIXA HORIZONTAL PARA CANDIDATOS DO SEXO MASCULINO:

**1. Posição Inicial:** ao comando de "em posição", o candidato deverá ficar suspenso na barra horizontal, com pegada "livre", sendo a largura da pegada aproximadamente a dos ombros, cotovelos em extensão, não podendo haver nenhum contato dos pés com o solo e todo o corpo estando completamente na posição vertical;

**2. Execução:** ao comando de "iniciar", o candidato deverá flexionar os cotovelos, elevando o seu corpo até que o queixo ultrapasse o nível da barra, sem tocar a barra com o queixo e sem hiperextensão do pescoço. Em seguida, deverá estender novamente os cotovelos, baixando o seu corpo até a posição inicial. Esse movimento completo, finalizado com o retorno à posição inicial, corresponderá a um exercício completo;

#### 2. SUSTENTAÇÃO DE BRAÇO NA BARRA FIXA HORIZONTAL PARA CANDIDATOS DO SEXO FEMININO:

**1. Posição Inicial:** a candidata deverá posicionar-se sob a barra, pisando sobre um ponto de apoio, caso necessário. Ao comando de "em posição", a candidata empunhará a barra com pegada "livre", 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;

**2. 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;

### **3. FLEXÃO ABDOMINAL SOBRE O SOLO EM UM MINUTO PARA CANDIDATOS DE AMBOS OS SEXOS:**

**1. 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;

**2. 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;

### **4. FLEXÃO DE BRAÇO NO SOLO PARA CANDIDATOS DO SEXO MASCULINO, EM QUATRO APOIOS:**

**1. Posição Inicial:** o candidato deverá se posicionar em decúbito ventral, apoiando-se com os punhos cerrados no solo, 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;

**2. 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) se encoste ao 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;

### **5. FLEXÃO DE BRAÇO NO SOLO PARA CANDIDATOS DO SEXO FEMININO, EM SEIS APOIOS:**

**1. Posição Inicial:** a candidata deverá se posicionar em decúbito ventral, apoiando-se com os punhos cerrados no solo, 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;

**2. 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) se encoste ao 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;

### **6. CORRIDA DE DOZE MINUTOS PARA CANDIDATOS DE AMBOS OS SEXOS:**

**1. Execução:** O (a) candidato (a), em uma única tentativa, terá o tempo de doze minutos para percorrer a distância mínima exigida, em uma pista oficial de atletismo ou em local plano previamente demarcado, com identificação da metragem ao longo do trajeto; a metodologia para a preparação e execução do teste obedecerá aos seguintes critérios: o (a) candidato(a) 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 um minuto, através de um silvo de apito, podendo, no entanto, o(a) candidato(a) utilizar relógio para controlar o seu tempo durante a prova; ao passar pelo local determinado, cada candidato(a) deverá dizer o seu nome ou número em voz alta para o avaliador; após soar o apito encerrando o teste, o(a) candidato(a) 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.

#### **7. TESTE DE SALTO HORIZONTAL:**

**1. Execução:** O (a) Candidato(a) com os pés paralelos no ponto de partida (linha zero da marcação métrica fixada ao solo). Através da voz de comando, o candidato deve saltar no sentido horizontal, com impulsão simultânea das pernas, objetivando atingir o ponto mais distante da marcação métrica. É permitida a movimentação livre de braços e tronco. Serão realizadas três tentativas, registrando-se as marcas atingidas pela parte posterior do pé (calcanhar) que mais se aproximar do ponto de partida, prevalecendo a parte do corpo que indicar a menor distância percorrida no plano horizontal. Será registrado o salto válido com o melhor aproveitamento.