

14.2 Serão convocados para a 4ª Etapa – Prova de Aptidão Física – PAF todos os candidatos considerados aptos na 3ª Etapa – Exame Médico.

14.3 A prova de aptidão física, de presença obrigatória e de caráter eliminatório, será realizado pelo CETAP, em local, dia e horário a serem divulgados oportunamente em edital específico de convocação para a etapa.

14.4 O candidato deverá comparecer com roupa e calçado apropriados à prática da educação física, munido de documento de identidade original, com foto, capaz de identificá-lo, em conformidade com o subitem 9.4 do presente edital; e de atestado médico original específico para tal fim, emitido às expensas do candidato, no máximo, 15 (quinze) dias anteriores à realização dos testes da 4ª Etapa – Prova de Aptidão Física.

14.4.1 O atestado médico deverá conter, expressamente, a informação de que o candidato está apto a realizar os testes de aptidão física do concurso público, sem qualquer restrição.

14.4.2 O atestado médico deverá conter a assinatura e o nome completo do médico responsável por sua emissão, além do número de seu registro no Conselho Regional de Medicina (CRM). Não serão aceitos atestados médicos expedidos para fins de trabalho, ou seja, aqueles que comprovam apenas que o candidato goza de saúde física e mental e que não constam explicitamente a aptidão para a realização dos testes de aptidão física do concurso público.

14.4.3 Todas as informações constantes no atestado médico devem estar legíveis.

14.4.4 Não será aceito o atestado que não atenda os dispositivos contidos nos subitens 14.4.1 e 14.4.2 deste edital.

14.4.5 O atestado médico deverá ser entregue no momento da identificação do candidato para o início da prova e será retido pelo CETAP.

14.4.6 Não será aceita a entrega do atestado médico em momento posterior ao da realização Prova de Aptidão Física.

14.4.7 O candidato que deixar de apresentar o atestado médico será impedido de realizar 4ª Etapa – Prova de Aptidão Física, sendo, conseqüentemente, eliminado do certame.

14.5 A aplicação da Prova de Aptidão Física será realizada em conformidade com as normas em vigor e em qualquer dia da semana, inclusive os não úteis, a critério da Administração.

14.6 Na Prova de Aptidão Física o candidato não receberá nota, sendo considerado apto ou inapto para o exercício do cargo de Policial Penal (Agente Penitenciário).

14.7 O candidato que não comparecer ao local na hora definida perderá o direito de realizar os eventos agendados, qualquer que venha a ser o motivo alegado, e será considerado eliminado.

14.8 Os testes físicos serão realizados em até 2 (duas) tentativas, com exceção da corrida, que será realizada em apenas 1 (uma) tentativa. Caso o candidato não alcance o índice mínimo na primeira tentativa, poderá realizar uma segunda tentativa com um intervalo mínimo de 5 (cinco) minutos e máximo de 1 (uma) hora entre a primeira e a segunda tentativa, para sua recuperação física.

14.9 Os testes e índices mínimos Prova de Aptidão Física obedecerão às normas relacionadas a seguir, para ambos os sexos, conforme índices mínimos dos seguintes exercícios físicos:

a) teste de barra fixa: 2 (duas) repetições para o sexo masculino e 8 (oito) segundos de sustentação para o sexo feminino, como primeira avaliação para ambos os sexos;

b) flexão abdominal sobre o solo com duração de 1 (um) minuto: 20 (vinte) repetições para o sexo masculino e 15 (quinze) repetições para o sexo feminino, como segunda avaliação para ambos os sexos;

c) flexão de braço no solo: 15 (quinze) repetições para candidatos do sexo masculino, sendo a execução em 4 (quatro) apoios (mãos e pés) e 12 (doze) repetições para candidatos do sexo feminino, sendo a execução em 6 (seis) apoios (mãos, joelhos e pés), como terceira avaliação para candidatos de ambos os sexos;

d) teste de corrida com duração de 12 (doze) minutos: 2.000 (dois mil) metros para o sexo masculino e 1.600 (um mil e seiscentos) metros para o sexo feminino, como quarta e última avaliação.

14.9.1 Será considerado(a) APTO(A) na Prova de Aptidão Física o(a) candidato(a) que atingir o desempenho mínimo em todos os testes.

14.10 Os testes físicos terão a descrição, pontuação e execução conforme os subitens a seguir.

14.10.1 Teste de barra fixa para candidatos do sexo masculino:

a) posição inicial: ao comando "em posição", o candidato deverá pendurar-se na barra, com pegada livre (pronação ou supinação) e braços estendidos, podendo receber ajuda para atingir essa posição, devendo manter o corpo na vertical e sem contato com o solo.

b) execução: ao comando de "iniciar", o candidato deverá flexionar simultaneamente os cotovelos, elevando o seu corpo até que o queixo ultrapasse o nível da barra. 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.

14.10.1.1 O corpo deve permanecer na posição vertical durante o exercício.

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

a) o teste somente será iniciado com o candidato na posição completamente vertical de todo o corpo e após o comando dado pelo auxiliar de banca;

b) só será contada a repetição realizada completa e corretamente, começando e terminando sempre na posição inicial;

c) cada execução começa e termina com os cotovelos totalmente estendidos – somente neste momento será contada como uma execução completa e correta. A não extensão total dos cotovelos, antes do início de uma nova execução, será considerado um movimento incorreto, o qual não será computado no desempenho do candidato;

d) para evitar que os candidatos mais altos toquem os pés no solo, será permitida, somente neste caso, a flexão dos joelhos;

14.10.1.3 Será proibido ao candidato, quando da realização do teste em barra fixa:

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

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

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

d) apoiar o queixo na barra; e(ou)

14.10.1.4 O candidato deverá realizar no mínimo duas flexões completas para obter a aprovação no exercício. A não execução de pelo menos duas flexões válidas eliminará o candidato do concurso.

14.10.1.5 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. A contagem a ser considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora.

14.10.2 Teste de Barra Fixa para candidatos do sexo feminino:

a) 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 (pronação ou supinação), 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) ceder à sustentação, deixando o queixo ficar abaixo da parte superior da barra, ou apoiar o queixo na barra;

b) 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) 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 de barra fixa:

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;

14.10.2.4 A candidata deverá permanecer por no mínimo 8 (oito) segundos em suspensão na barra horizontal para ser considerada aprovada no do teste. A não permanência em suspensão por no mínimo 8 (oito) segundos eliminará a candidata do Concurso.

14.10.2.5 O auxiliar de banca irá contar em voz alta o tempo em segundos alcançado. Quando o exercício não atender ao previsto neste edital, o auxiliar de banca repetirá o último tempo realizado de maneira correta. A contagem a ser considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora.

14.10.3 Teste de Flexão Abdominal, para candidatos de ambos os sexos:

a) posição inicial: ao comando "em posição", 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: ao comando de "iniciar", os candidatos deverão executar 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. 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) somente serão computados os exercícios executados de acordo com o previsto nesta Resolução, e caso o candidato execute a repetição de forma