

- a) apoiar o peito no chão;
 - 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) encostar as coxas no chão;
 - e) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física.
- 12.11.4.4 O teste será interrompido caso ocorram quaisquer das proibições do subitem 12.11.4.3 deste edital. O desempenho do candidato até o momento da interrupção será considerado como índice da tentativa.
- 12.11.4.5 O candidato deverá executar o maior número de repetições corretas, sendo permitido o repouso entre os movimentos, na posição inicial, porém sem retirar as mãos do solo;
- 12.11.4.6 Quando o exercício não atender ao previsto no edital, o auxiliar de banca repetirá o número da última execução realizada corretamente.
- 12.11.4.7 A contagem das repetições será considerada oficialmente somente o computado pelo auxiliar de banca examinadora.

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

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

- 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.
- 12.11.5.2 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;
- c) a candidata terá um minuto para realizar o teste.

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

- a) apoiar o peito no chão;
 - 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) encostar as coxas no chão;
 - e) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física.
- 12.11.5.4 O teste será interrompido caso ocorram quaisquer das proibições do subitem 12.11.5.3 deste edital. O desempenho da candidata até o momento da interrupção será considerado como índice da tentativa.
- 12.11.5.5 A candidata deverá executar o maior número de repetições corretas, sendo permitido o repouso entre os movimentos, na posição inicial, porém sem retirar as mãos do solo;
- 12.11.5.6 Quando o exercício não atender ao previsto no edital, o auxiliar de banca repetirá o número da última execução realizada corretamente.
- 12.11.5.7 A contagem das repetições será considerada oficialmente somente o computado pelo auxiliar de banca examinadora.

12.11.6 DO TESTE DE CORRIDA DE 12 MINUTOS

12.11.6.1 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) execução: o candidato, em uma única tentativa, terá o tempo de doze minutos para percorrer a distância mínima exigida, 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 candidato poderá deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir;
 - b) o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo durante a prova;
 - c) o passar pelo local determinado, cada candidato deverá dizer o seu 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.
- 12.11.6.2 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.
- 12.11.6.3 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.
- 12.11.6.4 Cada candidato terá apenas uma tentativa para realizar o teste.
- 12.11.6.5 O teste do candidato será interrompido caso ocorra quaisquer das proibições do subitem 12.11.6.3 deste edital, sendo a distância percorrida desconsiderada, implicando na eliminação do candidato.
- 12.11.6.6 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.
- 12.11.6.6.1 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.

12.12 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 CFP/PM.

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. À candidata que enviar, por *upload*, em prazo a ser informado no edital de convocação para essa etapa, declaração médica competente de sua inabilitação para os testes 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 exame de aptidão física 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 etapas do concurso.

12.12.4.2 Na declaração médica e exames laboratoriais, ou de cópia autenticada em cartório, deverá constar, expressamente, o estado de gravidez ou puerperal, o período gestacional em que se encontra, a data provável do parto, bem como a data, a assinatura, o carimbo e o CRM do profissional que o emitiu.

12.12.4.2.1 A documentação de que trata o subitem 12.12.4 deverá ser enviada no prazo constante do subitem 12.12.4 deste edital, não sendo aceita a entrega de documentação em outro momento.

12.12.4.2.1.1 A candidata que não enviar a documentação citada no subitem 12.12.4.2.1 deste edital e não realizar o exame de aptidão física, alegando estado de gravidez ou puerperal, será eliminada do concurso.

12.12.4.2.1.2 A candidata que apresentar a documentação que comprove estado de gravidez ou puerperal e, ainda assim, desejar realizar o exame de aptidão física, deverá apresentar atestado em que conste, expressamente, que a candidata está apta a realizar o exame de aptidão física ou a realizar exercícios físicos.

12.12.4.3 A candidata deverá encaminhar, por meio de *link* específico a ser disponibilizado no endereço eletrônico http://www.cebraspe.org.br/concursos/pm_pa_23_cfp e em período a ser informado no edital de resultado provisório no exame de aptidão física, novo laudo médico no qual deverá constar expressamente a data de realização do parto ou do fim do período gestacional (no caso de aborto), bem como a assinatura, o carimbo e o CRM do médico que o emitiu.

12.12.4.4 A candidata que deixar de apresentar quaisquer um dos documentos nos dois momentos ou que apresentá-los em desconformidade com os subitens 12.12.4.2.1 a 12.12.4.3 deste edital será eliminada do concurso.

12.12.4.5 Os documentos serão retidos pelo Cebraspe e, em hipótese alguma, serão fornecidas cópias à candidata.

12.12.4.6 Caso a candidata seja eliminada nas fases posteriores ao exame de aptidão física, será automaticamente eliminada do certame, perdendo o direito de realizar o teste de aptidão física no período especificado no subitem 12.12.4.1 deste edital.

12.12.4.7 As candidatas enquadradas no disposto no subitem 12.12.4 deste edital serão convocadas para a realização do exame de aptidão física por meio de edital específico. A data de convocação respeitará o período especificado no subitem 12.2.4.1 deste edital.

12.12.4.8 A comprovação de falsidade ou desconformidade em qualquer dos documentos referidos no subitem 12.12.4.1 deste edital, verificada com observância ao contraditório e à ampla defesa, sujeita a candidata, sem prejuízo das sanções cíveis e criminais cabíveis: a) à exclusão sumária do concurso público; b) ao ressarcimento ao Estado do Pará de todas as despesas havidas com a realização dos testes de aptidão física remarcados; e c) se já nomeada, empossada ou em exercício, à anulação do ato administrativo, com a devolução de todos os valores recebidos.

12.12.4.9 O disposto no subitem 12.12.4 deste edital não se estende as provas de conhecimento, avaliação psicológica, exame médico, investigação de antecedentes pessoais ou qualquer outra etapa do certame.