



**TERMO DE CONVOCAÇÃO PARA TESTE DE APTIDÃO FÍSICA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGOA DA PRATA - EDITAL 01/2018**

GUARDA CIVIL MUNICIPAL E SALVA VIDAS

Nos Termos do item 10 e subitens, do Edital 01/2018, e neste Termo de Convocação os (as) candidato (as) abaixo relacionados estão convocados para a realização do Teste de Aptidão Física, conforme informações abaixo:

Data: 28 de abril de 2019 (Domingo)

Horário: 07:00 Horas

**Local: Secretaria Municipal de Esportes de Lagoa da Prata
Rua Santos Dumont, nº 267, Lagoa da Prata - MG, Cep. 35.590-000
(próximo a Escola Estadual Nossa Senhora de Guadalupe)**

CONVOCADOS DA GUARDA CIVIL MUNICIPAL

Inscrição	Candidato	Data de Nascimento
264218	Alexandre Henrique Dias	17/09/1993
210682	Breno Aparecido Correia	27/05/1994
210846	Bruno Cesar Alves	20/08/1988
204454	Douglas Alves Pereira	16/01/2000
211069	Graciela Almeida Amaral	22/07/1988
204233	Ivan Lucas Terra	24/06/1992
205834	Jander Silva Pacheco Ferreira	10/07/1989
209203	Jessica Castro Morais	04/09/1997
264627	Jose Francisco Oliveira E Silva	16/09/1997
204362	Julio Cesar Das Chagas Rodrigues Cerqueira	04/11/1992
264510	Lucas De Oliveira Campos	26/01/1996
207408	Luiz Fernando Da Silva Santos	17/04/1997
208279	Luiz Fernando Pereira Barbosa	09/01/1998
210192	Mariana Cardoso Silva	18/07/1991
209155	Marina Gontijo Goulart	05/08/1995
205155	Marlone Lucas Da Conceicao Couto Melo	29/01/1990
211352	Matheus Henrique Silva Pereira De Souza	17/02/1994
206359	Paull Rycher Jarrie Rocha De Jesus	16/06/1987
206220	Raiana Vilas Boas Silva	02/05/1994
205902	Rodrigo Vargas Da Silva	12/02/1988
211255	Vitor Tobias Dos Santos	05/08/1998
205760	Walter Felipe Morais Silva	24/03/1997



CONVOCADOS DA SALVA VIDAS

Inscrição	Candidato	Data de Nascimento
264342	Anderson Geraldo Goncalves	26/02/1981
204325	Daniel Evangelista Lacerda	03/04/1985
211221	Jonas Araujo Carvalho	09/11/1986
208009	Julio Cesar Rodrigues	16/08/1989
205893	Lucas Nunes Furtado	23/10/1992
208187	Miguel Archanjo De Brito li	24/08/1976
209370	Rafael Moreira Pellegrinett Peres	10/03/1982

Teste de Aptidão Física para Guarda Civil Municipal e Salva Vidas

- Nos termos do Edital 01/2018, os (as) candidatos (as) convocados (as) deverão:
 - apresentar-se para o Teste de Aptidão Física, munidos de documento único de identidade original de valor legal, que contenha, no mínimo, fotografia, assinatura e filiação;
 - apresentar-se para o Teste de Aptidão Física, munidos de atestado médico, conforme modelo do anexo IV do Edital 01/2018, comprovando estar em pleno gozo de saúde física e mental, apto, portanto, para ser submetido ao Teste de Aptidão Física.
 - comparecer com antecedência mínima de 60 (sessenta) minutos do horário marcado.
 - comparecer ao local designado com trajes adequados: camiseta, calção de ginástica ou malha e tênis.
- O Teste de Aptidão Física é de caráter eliminatório.
- Não serão aceitos, em hipótese alguma, pedidos de realização do teste fora da data, horário e local estabelecidos na convocação para o Teste de Aptidão Física.
- A identificação correta e o comparecimento ao local no horário determinado serão de inteira responsabilidade do (a) candidato (a).
- O (a) candidato (a) após o Teste de Aptidão Física será considerado APTO ou INAPTO. Será eliminado do Concurso Público o (a) candidato (a) que não atender aos subitens 10.5 e 10.6 do Edital.
- O (a) candidato (a) convocado para prestar o Teste de Aptidão Física que apresentar condição física, psíquica ou orgânica (estados menstruais, indisposições, câibras, contusões, etc.), mesmo que temporária, que impossibilitem a realização do Teste de Aptidão Física, na data e horários marcados, ou diminuam ou limitem a capacidade física do (a) candidato (a), não serão levados em consideração, não sendo concedido qualquer tratamento diferenciado ou adiamento do Teste de Aptidão Física.
- Somente será submetido ao Teste de Aptidão Física o (a) candidato (a) que estiver de posse do atestado médico original mencionado no item 1 alínea "b" deste Termo de convocação e 10.5 alínea "b" do Edital, em papel timbrado e com o carimbo em que constem o nome e o CRM do médico, expedido em data, no máximo, retroativa a 20 (vinte) dias da realização do Teste de Aptidão Física.
- Será eliminado do Concurso Público o (a) candidato (a) que não atender aos subitens 10.9 e 10.10 do Edital.
- Não haverá, em hipótese alguma, segunda chamada para o Teste de Aptidão Física e nem realização do mesmo fora da data, horário ou local designados para sua realização.
- O (a) candidato (a) que deixar de comparecer na data, local e horário estipulado ou não realizar o Teste de Aptidão Física em sua totalidade, independente do motivo, será considerado reprovado no Concurso Público.
- Não será admitido o uso de qualquer substância química capaz de alterar o desenvolvimento natural do (a) candidato (a), ficando a critério da Comissão Examinadora a escolha aleatória de qualquer concorrente para sujeição a exames laboratoriais. Será eliminado o (a) candidato (a) que se negar a fornecer o material para exame, bem como aquele cujo resultado for positivo.
- O (a) candidato (a) que não concluir, com aproveitamento, qualquer um dos testes de Aptidão Física estará eliminado, após recursos interpostos contra esta decisão.
- A FADECIT e a Prefeitura Municipal de Lagoa da Prata não se responsabilizam por acidentes que porventura ocorram com o (a) candidato (a) durante a execução dos testes de Aptidão Física, porém a FADECIT manterá no local uma equipe especializada para prestação de primeiros socorros, se necessário.
- Será eliminado do Teste de Aptidão Física o (a) candidato (a) que:
 - deixar o local durante a realização do Teste de Aptidão Física sem a devida autorização;
 - incorrer em falta de urbanidade com os organizadores do Concurso Público;
 - usar ou tentar usar de meios fraudulentos, bem como portar material que possa ser utilizado para fraudar a realização do Teste de Aptidão Física;
 - deixar de comparecer ou não atender à chamada para execução do Teste de Aptidão Física;
 - deixar de atender às normas e orientações constantes deste Termo de Convocação ou do Edital ou expedidas pelos organizadores do concurso.
- Não será permitido ao (a) candidato (a):



- a) depois de iniciado o teste, abandonar o circuito antes da liberação do examinador;
b) dar ou receber qualquer tipo de ajuda física.
16. Ficará a cargo do (a) candidato (a) o aquecimento ou preparação inicial para a realização dos testes.
17. O (a) candidato (a) que vier a acidentar-se, sofrer mal súbito ou lesão muscular, em qualquer um dos testes da Aptidão Física e não tiver condições de continuar os testes, estará automaticamente reprovado no Concurso Público, não cabendo nenhum recurso contra esta decisão, porém a FADECIT observará o disposto no subitem 10.19 do Edital.
18. O resultado de cada teste de Aptidão Física será registrado pelo examinador na Ficha de Avaliação do (a) candidato (a) individual, no término da aplicação dos mesmos.
19. A Comissão Examinadora emitirá o parecer de APTO ou INAPTO.
20. O (a) candidato (a) que não concluir, com aproveitamento, qualquer um dos testes da Aptidão Física estará automaticamente eliminado deste Concurso Público.

21. Corrida:

TESTES	MASCULINO Índice mínimo para aprovação	FEMININO Índice mínimo para aprovação
CORRIDA	Percorrer 1.800 metros em até 12' (Mil e Oitocentos metros em até doze minutos)	Percorrer 1.500 metros em até 12' (Mil e quinhentos metros em até doze minutos)

- 21.1. Objetivo: Medir indiretamente a resistência aeróbica devendo o (a) candidato (a) percorrer a distância no menor tempo possível.
- 21.2. Serão organizados grupos de candidato (a)s, conforme disponibilidade do terreno ou local de aplicação do teste.
- 21.3. Recomenda-se aos (as) candidatos (as) a realizar alongamentos e preparação inicial a seu critério antes da realização do teste, sem prejudicar o espaço, a equipe executora e os demais candidatos (as) no local.

Execução:

- 21.4. O (a) candidato (a) deve percorrer a distância mínima exigida conforme a tabela no menor tempo possível;
- 21.5. O (a) candidato (a) durante o tempo definido do teste poderá deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo alterar sua velocidade ou esforço no momento que quiser.
- 21.6. Não se admitirá ao (a) candidato (a) parar, descansar durante o teste para depois reiniciar a prova.
- 21.7. O teste é iniciado com o comando do avaliador "Atenção! Já!" Ou "Apito" e finalizado com o comando "Pare!" Ou "Apito".
- 21.8. O cronômetro é acionado no comando "Atenção! Já!" Ou "Apito" e travado no "Pare!" Ou "Apito". Será finalizado com a passagem conforme descrição no quadro do subitem 10.23.1 do Edital, quando será anotado o tempo gasto pelo o (a) candidato (a); caberá somente uma tentativa.

22. Flexões abdominais:

TESTES	MASCULINO Índice mínimo para aprovação	FEMININO Índice mínimo para aprovação
FLEXÕES ABDOMINAIS	Executar 15 (quinze) ou mais repetições em 30" (trinta segundos)	Executar 14 (quatorze) ou mais repetições em 30" (trinta segundos)

- 22.1. Objetivo: Medir indiretamente a força dos grupos musculares que compõem o abdômen, através da realização do número mínimo de flexões abdominais no tempo previsto estipulado no quadro.
- 22.2. Os (as) candidatos (as) podem ser avaliados individualmente ou em duplas ou grupos, conforme disponibilidade do local de aplicação do teste.
- 22.3. Recomenda-se ao (a) candidato (a) realizar alongamentos e preparação inicial a seu critério antes da realização do teste, sem prejudicar o espaço, a equipe executora e os demais candidatos (as) no local.

Execução:

- 22.4. Posição inicial: o (a) candidato (a) coloca-se na posição deitada em decúbito dorsal, com os joelhos semiabertos e flexionados e plantas dos pés no solo. Os antebraços são cruzados sobre o tórax, de forma que a mão direita toque o ombro esquerdo e a mão esquerda toque o ombro direito. As mãos devem permanecer em contato com os ombros durante toda a execução dos movimentos, e se durante o teste o (a) candidato (a) soltá-las não será contada a flexão realizada nessa condição.
- 22.5. Os pés são seguros por um colaborador para mantê-los em contato com a área do teste (solo). O afastamento entre os pés não deve exceder a largura dos quadris. A posição inicial para o exercício é quando o (a) candidato (a) estiver com sua coluna vertebral e cabeça totalmente apoiados no solo.
- 22.6. Ao comando, o (a) candidato (a) flexionará o tronco, somente com a força abdominal, até tocar os cotovelos nos joelhos e, em seguida, voltará à posição inicial (decúbito dorsal), completando uma repetição.



- 22.7. O (a) candidato (a) realizará a flexão da coluna até que os cotovelos toquem nos músculos do quadríceps (coxa), retornando a posição inicial, até que as escápulas toquem o solo, contando-se assim um movimento (uma flexão), e se não houver o contato das escápulas com o solo a flexão é considerada incompleta, e não será contada.
- 22.8. O repouso entre as repetições será permitido, entretanto, deverá ser realizado o número mínimo de repetições, do correto movimento descrito, dentro do tempo determinado. Caberá somente uma tentativa para esta prova.
- 22.9. O teste é iniciado com o comando do avaliador "Atenção! Já!" Ou "Apito" e finalizado com o comando "Pare!" Ou "Apito", com o travamento do cronômetro.
- 22.10. O cronômetro é acionado no comando "Atenção! Já!" Ou "Apito" e travado no "Pare!" Ou "Apito".
- 22.11. O exercício executado de forma incorreta ou incompleta, não será considerado.
- 22.12. O número de movimentos executados corretamente em 30" (trinta segundos) será o resultado.

23. Agilidade "SHUTTLE RUN" - Corrida de Ir e Vir:

TESTES	MASCULINO Índice mínimo para aprovação	FEMININO Índice mínimo para aprovação
AGILIDADE "SHUTTLE RUN" - CORRIDA DE IR E VIR	Executar o trajeto do teste (ida e volta) em até 15" (quinze segundos)	Executar o trajeto do teste (ida e volta) em até 16" (dezesesseis segundos)

- 23.1. Objetivo Medir a habilidade de correr com mudança de direção do corpo executando a tarefa dentro do tempo estipulado.
- 23.2. Os (as) candidatos (as) podem ser avaliados individualmente ou em duplas, conforme disponibilidade do local de aplicação do teste.
- 23.3. Recomenda-se ao (a) candidato (a) realizar alongamentos e preparação inicial a seu critério antes da realização do teste, sem prejudicar o espaço, a equipe executora e os demais candidatos (as) no local.

Execução:

- 23.4. Especificação: duas linhas, afastadas 9,14 metros (9 metros e 14 centímetros) uma da outra, constituem o espaço de deslocamento do (a) o (a) candidato (a). Dois blocos de madeira serão colocados a 10 (dez) centímetros de uma das linhas demarcatórias e afastados 30 (trinta) centímetros um do outro.
- 23.5. Para execução da prova o (a) candidato (a) iniciará o teste na posição de pé, atrás da linha de partida, e ao ser dado o comando para o início do teste, corre em direção aos blocos, apanha o 1º bloco, retornando à linha de partida, colocando-o atrás desta linha em seguida repete o movimento apanhando o 2º bloco, retornando a linha de partida e colocando-o atrás desta;
- 23.6. Esses blocos deverão ser transportados de uma linha para outra, um por vez, sem interrupção e colocados no solo após a linha demarcatória contrária, no tempo determinado para a prova;
- 23.7. Os blocos não podem ser arremessados à distância, devendo ser colocados no solo com uma das mãos; caso haja arremesso do bloco ao solo o teste será interrompido. O teste poderá ser repetido em apenas uma segunda e última tentativa.
- 23.8. Execução: ao comando "Atenção! Já!" Ou "Apito", dois cronômetros serão acionados e terá início o teste. A colocação do segundo bloco ao solo e a obrigatória ultrapassagem com um dos pés pela linha final, determinará o final do teste, quando os cronômetros serão travados. Será considerado o cronômetro com menor tempo cronometrado.
- 23.9. O teste não será considerado se executado de forma incorreta, incompleto ou, caso o bloco seja jogado ao solo.
- 23.10. Caso o(a) o (a) candidato (a) deixe cair qualquer dos blocos, durante a execução da prova, terá direito a uma segunda e última tentativa.

Lagoa da Prata, 04 de abril de 2019.

PAULO CÉSAR TEODORO
Prefeito do Município de Lagoa da Prata