

IV CURSO DE SALVAMENTO VEICULAR (BÁSICO E AVANÇADO) – CSV

Edital nº007/2017 – DEI, de 04 de dezembro de 2017.

O Comandante Geral do CBMAP, no uso de suas atribuições legais resolve tornar público o **IV Curso de Salvamento Veicular – CSV** que ocorrerá na cidade de Macapá, entre os dias 06 a 25 de abril de 2018, mediante condições estabelecidas neste edital.

1. DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES:

1.1. O Curso de Salvamento Veicular tem por finalidade especializar servidores da Segurança Pública na área de salvamento veicular. Possui uma carga horária de 128 horas/aulas, conforme quadro abaixo:

DISTRIBUIÇÃO DAS DISCIPLINAS DO IV CSV

DISCIPLINA	h/a
INTRODUÇÃO AO SALVAMENTO VEICULAR (SEGURANÇA NAS OPERAÇÕES, FÍSICA APLICADA, PRINCÍPIOS)	05/128
FERRAMENTAS, EQUIPAMENTOS E ACESSÓRIOS – FEA's (TEORIA/PRÁTICA/MANUTENÇÃO)	13/128
ANATOMIA/TECNOLOGIA VEICULAR (TEORIA E PRÁTICA)	04/128
TÉCNICAS DE DESENCARCERAMENTO NOTURNO	03/128
TÁTICA EM SALVAMENTO VEICULAR (POP)	03/128
APH APLICADO AO SALVAMENTO VEICULAR (MONITORAMENTO, EXTRAÇÃO, SÍNDROMES, TRIAGEM DE VÍTIMAS / TEORIA E PRÁTICA)	18/128
ESTABILIZAÇÃO VEICULAR (BÁSICO E AVANÇADO)	11/128
TÉCNICA DE DESENCARCERAMENTO (BÁSICO E AVANÇADO) E DE ACESSO E ABERTURAS	26/128
SCI – SISTEMA DE COMANDO DE INCIDENTES	02/128
EMBARQUE E DESEMBARQUE DE AERONAVES	05/128
SALVAMENTO VEICULAR NO MEIO LÍQUIDO	11/128
COMBATE A INCÊNDIO EM VEÍCULOS	08/128
CASOS ESPECIAIS (VEÍCULOS PESADOS, VEÍCULOS BLINDADOS, HÍBRIDOS E PRODUTOS PERIGOSOS)	08/128
COMPETIÇÃO DE SALVAMENTO VEICULAR	05/128
PROVA TEÓRICA	06/128
TOTAL	128 h/a

2. DOS REQUISITOS PARA MATRÍCULA NO CURSO:

- 2.1. Ser Oficial Bombeiro Militar lotado em Unidades do CBMAP dos municípios de Macapá e Santana;
- 2.2. Cumprir as determinações do presente edital;
- 2.3. Não estar enquadrado em qualquer das seguintes restrições:
 - 2.3.1. Preso (a) preventivamente ou em flagrante delito, enquanto a prisão não for revogada;
 - 2.3.2. Condenado (a) à pena privativa de liberdade, durante o período de realização do curso;
 - 2.3.3. Condenado (a) à pena de suspensão do cargo ou função, prevista no Código Penal Militar, durante o período de realização do curso;
 - 2.3.4. Estar “Sub-Júdice”;

3. DAS VAGAS:

3.1. As vagas estão distribuídas conforme o quadro a seguir:

QUADRO DE DISTRIBUIÇÃO DE VAGAS PARA O IV CSV/2018

DESTINAÇÃO	QUANTIDADE DE VAGAS
Oficiais intermediários / superiores	10 (dez)
Oficiais subalternos	10 (dez)
Oficiais de outros CBM's	04 (quatro)
TOTAL DE VAGAS	24 (vinte e quatro)

- 3.2. Serão ofertadas 20 (vinte) vagas locais e 04 (quatro) vagas para oficiais de outros Estados.
- 3.3. Caso não seja atingido o número de vagas em uma das categorias acima descritas, as vagas poderão ser preenchidas/redistribuídas em outras categorias, a critério da Comissão do CSV;
- 3.4. Caso não tenha candidato classificado com nota mínima depois da prova objetiva em uma das categorias acima descrita, as vagas poderão ser preenchidas/redistribuídas em outras categorias, a critério da Comissão do CSV;
- 3.4. Os candidatos de outros Estados deverão solicitar vaga através de ofício para o Comandante Geral do CBMAP.

4. DA INSCRIÇÃO NO PROCESSO SELETIVO:

- 4.1. **Período:** de 14 a 21 de dezembro de 2017 (online);
- 4.2. **Local:** no endereço eletrônico processoseletivo.ap.gov.br;
- 4.3. **O candidato deverá apresentar assinatura do seu comandante imediato no comprovante da inscrição, autorizando sua participação;**
- 4.4. A qualquer tempo poder-se-á anular a inscrição, a prova e a matrícula do candidato, desde que verificada

qualquer falsidade nas declarações ou quaisquer irregularidades na prova ou nos documentos apresentados.

4.5. **O comprovante de inscrição deverá ser mantido em poder do candidato e apresentado no local de realização da prova juntamente com o documento de identificação original;**

4.6. Não serão aceitas as solicitações de inscrição que não atenderem rigorosamente ao estabelecido neste edital;

4.7. O candidato, no ato da inscrição, receberá orientações sobre:

- Cronograma dos exames;
- Programa do concurso;
- Os procedimentos a serem tomados durante as fases do concurso.

5. DAS ETAPAS DO PROCESSO SELETIVO:

Prova/Tipo	Especificações	Data/hora	Local	Caráter
Processo seletivo (Prova objetiva)	Realizado pela Comissão do CSV	04/01/18	AIFA	Eliminatório e Classificatório
Exames Médicos	Realizado pelo Centro de Saúde (CSAU)	23, 24 e 25/01/18	CSAU CBMAP	Apto / Inapto
Teste de Aptidão Física (TAF)	Realizado pela DEI	22 e 23/02/18	AIFA, ZERÃO e QCG BM	Apto / Inapto
Prova Técnica	Realizado pela DEI	23/02/18	AIFA	Apto / Inapto

5.1. As modalidades dos testes de aptidão física seguirão a seguinte ordem:

Dia 22/02/18, às 8h00min	
1.	Flexão de braço na barra fixa (AIFA)
2.	Flexão de braço no solo (AIFA)
3.	Abdominal Supra em 1min (AIFA)
Dia 23/02/18, às 7h30min	
4.	Corrida de 2.400 metros (ESTÁDIO ZERÃO)
5.	Natação 50 m equipada (QCG BM)
6.	Flutuação 15 min equipada (QCG BM)

5.2. As datas, horários e locais poderão ser mudadas conforme conveniência. Em caso de mudanças, a Coordenação do Curso informará por meio de circular.

6. DO PROCESSO SELETIVO:

6.1. Prova de conhecimentos sobre salvamento veicular (material para estudo disponível no link da inscrição processoseletivo.ap.gov.br);

6.2. A prova conterà 30 questões objetivas;

6.3. O Candidato que acertar menos de 50% das questões estará automaticamente eliminado;

6.4. Essa prova tem caráter eliminatório, classificatório.

6.5. Comissão para elaboração da prova teórica:

1.	CAP BM FEM IVANETE
2.	CAP BM LEITE
3.	CAP BM SANTOS
4.	1ºTEN BM FEM REJANE
5.	2ºTEN BM FEM JUCILEIDE
6.	2ºTEN BM BACELAR
7.	1ºSGT BM RAMALHO
8.	2ºSGT BM ROSENILSON
9.	3ºSGT BM FERRO

7. DO EXAME MÉDICO:

7.1. A avaliação médica dos candidatos será realizada pelo Centro de Saúde (CSAU do CBMAP) e será devidamente publicado em Boletim Geral da Instituição;

7.2. Deverão ser apresentados os exames médicos NÍVEL II, conforme consta na NGA 03/2016, publicada em BG nº 202/2016 de 09 de nov de 2016: Hemograma completo; glicemia de jejum; ureia; creatinina; TGO; TGP; Coagulograma I; EAS; PPF; VDRL; TSH; T4; colesterol total e frações; triglicerídeos; ácido úrico; sorologia para HIV I e II; PSA (gênero masculino a partir de 40 anos de idade); beta HCG (gênero feminino); Gama GT; RX de tórax AP e Perfil (com laudo); toxicológico (cannabis sativa – maconha e metabólico do delta –9-THC, cocaína, anfetamínicos e metabólicos); RX de tórax PA e Perfil (com laudo); eletroencefalograma com laudo; Eletrocardiograma (ECG) com laudo; Teste Ergométrico (gêneros masculino e feminino a partir de 30 anos de idade); audiometria; Radiografia panorâmica odontológica com laudo; exame odontológico com laudo do odontólogo do CBMAP; Avaliação psicológica realizada no setor psicossocial do CBMAP; Preventivo do Câncer do Colo Uterino - PCCU (gênero feminino); Tipagem sanguínea com fator RH (apenas para CFSD);

7.3. Os exames já realizados pelos militares, objetivando outros cursos, podem ser aproveitados, a critério do médico (a) que irá fazer a avaliação;

7.4. Esta fase tem caráter eliminatório;

7.5. O resultado da avaliação médica será expresso com a indicação “APTO ou INAPTO”;

8. DO EXAME FÍSICO:

8.1. O Exame Físico será aplicado pela DEI constituído pelas provas conforme Anexo “A” do presente Edital;

8.2. O Exame Físico terá caráter eliminatório (apto ou inapto);

8.3. Não serão realizadas provas fora das datas e em locais distintos aos estipulados nesse edital. O candidato que deixar de realizar o exercício no dia e horário previsto, assim como aquele que não executá-lo no mesmo local que os candidatos, quer seja por impossibilidade física, médica ou qualquer outro motivo, será **ELIMINADO** do processo seletivo;

8.4. Somente será permitida uma única tentativa para a realização dos testes do TAF, não sendo dada uma segunda chance ao candidato que não conseguir atingir os índices mínimos ou que desejar realizar o teste novamente, com o intuito de melhorar o seu desempenho;

8.5. São requisitos para aprovação no TAF a obtenção de nota de no mínimo 7,0 (sete) pontos na média final;

8.6. A média do TAF será dada pela somatória dos pontos obtidos em cada prova dividido por 4,0 (quatro);

8.7. O candidato que **zerar** qualquer um dos testes do TAF ou obtiver índice INAPTO nos testes de natação ou flutuação será **ELIMINADO** do processo;

8.8. A Comissão para aplicação do TAF e da Prova Técnica será composta pelos seguintes Educadores Físicos:

1.	2ºTEN BM WORREL
2.	2º SGT BM TAMIOZZO
3.	SD BM ROCHA
4.	SD BM GERLLISON

8.9. A participação na etapa de exame físico somente será permitida aos candidatos APTOS no exame médico.

9. DA PROVA TÉCNICA

9.1. O candidato deverá executar a sequência de 5 nós de maneira correta, dentro do tempo de 01:00 (um minuto). Não poderão, os nós, estar trepados, torcidos, invertidos, frouxos, enrolados ou quaisquer mudanças atípicas que resultem na má confecção do nó e atentem contra sua segurança.

A sequência de nós será:

1-Volta do fiél;

2-Laís de guia;

3-Azelha equalizada;

4-Carioca ou paulista;

5- Escota dobrada

9.2. Por fim como última prova o candidato deverá montar e posicionar corretamente o serra sabre para operação **sem causar risco para si mesmo ou equipe avaliadora**, na sequência:

1.Com luva adequada, retirar o serra sabre de seu depósito;

2.Retirar a bateria;

3.Posicionar a trava de segurança na posição TRAVADO;

4.Inserir a bateria corretamente até ouvir o “click” de travado;

5.Destravar o engate da lâmina;

6.Escolher e posicionar lamina corretamente no serra sabre;

7.Travar o engate da lâmina e verificar seu travamento;

8.Posicionar a trava de segurança na posição DESTRAVADO;

9.Posicionar o serra sabre em local seguro para o teste;

10.Puxar o gatilho para confirmar a ativação total do serra sabre

11.Solta o gatilho;

12.Cortar cerca de 5 centímetros de material metálico ou em madeira oferecido na prova

9.3. O candidato aprovado em todas as etapas do teste específico estará automaticamente aprovado nesta fase, não podendo ficar em nenhuma etapa.

10. DA ELIMINAÇÃO DO CANDIDATO NO PROCESSO SELETIVO:

10.1. Será eliminado durante o processo seletivo o candidato que:

10.1.1. Chegar atrasado para a realização das provas, ainda que por motivo de força maior;

10.1.2. Deixar de cumprir determinação oriunda da comissão organizadora do concurso;

10.1.3. Cometer atos contrários à disciplina militar durante a realização das provas;

10.1.4. Utilizar meios ilícitos para a realização de qualquer uma das provas;

10.1.5. Deixar de cumprir as observações inerentes aos testes, como: procedimentos de execução, tempo, uniforme, uso de equipamentos, índices mínimos para aprovação, etc;

10.1.6. Deixar de realizar qualquer uma das fases do concurso interno de seleção, em data e local previsto neste edital;

10.1.7 Não alcançar o índice mínimo em qualquer das provas realizadas ou for considerado inapto (a).

11. DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E DE CLASSIFICAÇÃO:

11.1. Será considerada para critério de classificação a nota da prova do processo seletivo.

11.2. Em caso de empate na pontuação, os critérios de desempate serão:

11.2.1 Melhor pontuação no TAF;

11.2.2 Antiguidade.

12. DA MATRÍCULA:

12.1. Somente os candidatos aprovados em todos os exames do concurso de seleção interno, e classificados dentro dos números de vagas previstas neste edital, serão matriculados no CSV 2018;

12.2. Os alunos matriculados passarão automaticamente à disposição da Diretoria de ensino e Instrução e, conseqüentemente, a disposição da Coordenação do CSV;

12.3. Os alunos de outros Estados deverão comparecer na aula inaugural do curso portando o Ofício de apresentação e a Ata de inspeção médica (liberando-o para prática de atividade física).

13. DA APRESENTAÇÃO:

13.1. A apresentação dos militares matriculados no IV CSV/2018 dar-se-á no dia 06 de abril de 2018 às 08h00min no auditório do CBMAP.

14. DATAS REFERENTES AO CURSO:

14. 1. Data de apresentação: 06 de abril de 2018.

14. 2. Início do curso: 06 de abril de 2018.

14. 3. Término do curso: 25 de abril de 2018.

15. PRESCRIÇÕES DIVERSAS:

15.1. Em caso de coleta entre os candidatos para custear gastos com o curso, o valor arrecadado ficará na responsabilidade de um dos alunos, que deverá prestar contas ao final do curso;

15.2. Os candidatos poderão obter informações referentes ao processo seletivo na DEI/CBMAP;

15.3. A inscrição do candidato implicará em plena aceitação das normas para o processo seletivo contidas neste edital e em publicações em boletins;

15.4. Os instrutores que irão participar da Coordenação do CSV/2018 do CBMAP deverão ficar à disposição da DEI, durante a realização do Curso; porém, não sofrerão quaisquer perdas financeiras, ou seja, não perderão suas funções e/ou gratificações que estão assumindo em suas respectivas OBM's;

15.5. O não atendimento aos requisitos básicos exigidos, ou a inobservância de quaisquer normas e determinações referentes ao processo seletivo implicará, em caráter irrecorrível, na exclusão sumária do candidato, independentemente dos resultados obtidos nas etapas de seleção;

15.6. O resultado final do concurso será publicado em Boletim Geral;

15.7. A comissão de aplicação do TAF explicará e demonstrará, aos candidatos, a execução correta de cada modalidade;

15.8. Caberá a DEI a resolução dos casos omissos ao presente edital e os que por ventura ocorram durante o processo seletivo, mediante assessoramento da Comissão do CSV/2018 e, em última instância, ao Comandante Geral do CBMAP;

16. BREVÊ:

16.1. Fará jus ao brevê do Curso de Salvamento Veicular o candidato que cumprir a carga horária total (128 h/a) e que concluir com êxito o respectivo curso, além dos instrutores do mesmo;

16.2. Os custos relativos à confecção dos brevês serão de inteira responsabilidade dos candidatos aprovados.

16.3. Modelo do brevê:



17. BARRETE

17.1. Fará jus ao Barrete do Curso de Salvamento Veicular os militares que concluírem com êxito o respectivo curso;

17.2. Modelo do barrete: formato de meia-lua.



18. ENXOVAL:

18.1. Os alunos deverão possuir os seguintes materiais para realizar o curso:

- 1-Capa de combate a incêndio;
- 2-Calça de combate a incêndio;
- 3-Bota com biqueira de aço;
- 4-Capacete de salvamento;
- 5-Luva de salvamento;
- 6-Óculos de proteção;
- 7-Máscara de pó e nevoa;
- 8-Lanterna de cabeça preta;
- 9-Req-q-me (punção quebra vidros);
- 10-Cabo da vida de 6m na cor alaranjada;
- 11-Lanterna de mão com pilhas reservas;
- 12-Protetor auricular;
- 13-Mochila de hidratação 1,5L ou cantil;

WAGNER COELHO PEREIRA- CEL QOCBM
Comandante Geral do CBMAP

HILTON MOREIRA JÚNIOR – TEN CEL QOCBM
Diretor de Ensino e Instrução

HUERLLEN FELIX MIRANDA – CAP QOCBM
Coordenador do Curso de Salvamento Veicular 2018

IVANETE MORAES MONTEIRO – CAP QOCBM
Coordenadora Adjunta do IV CSV 2018

ANEXO A

1. Protocolo de Aplicação dos Testes de Aptidão Física:

1.1. CORRIDA DE 2.400 (Teste de Cooper Adaptado)

- a) Objetivo: Medir indiretamente a potência aeróbica através do desempenho em correr 2.400 (dois mil e quatrocentos) metros no menor tempo possível.
- b) Equipamentos: Pista de corrida ou área demarcada plana, cronômetro e apito.
- c) Execução: Os avaliados ficam na posição inicial de pé, ao comando de “PREPARAR!” seguido do som do apito começarão a correr devendo percorrer 2.400 metros no menor tempo possível.

1.2. TESTE DE FLEXÃO ABDOMINAL SUPRA

- a) Objetivo: Mensurar indiretamente a resistência da musculatura abdominal, bastante exigida durante o desempenho das funções bombeiro militar.
- b) Equipamento: Colaboradores e cronômetro com precisão de segundos.
- c) Execução: O avaliado coloca-se em decúbito dorsal com o quadril e joelhos flexionados e com os pés juntos apoiados no solo. Os antebraços são cruzados sobre a face anterior do tórax, com as palmas das mãos sobre os ombros, que deverão permanecer durante toda a execução dos movimentos. O avaliado, por contração muscular, flexiona o tronco, elevando-o até que parte da região dorsal perca contato com o solo, ocorrendo o contato simultâneo dos cotovelos com os quadríceps, em seguida, retorna à posição inicial (decúbito dorsal) até que toque o solo pelo menos com a metade superior das escápulas (caso disponha de logística, outro auxiliar deverá posicionar uma das mãos logo abaixo da cervical para conferir o contato da região supra escapular). A prova é iniciada com o comando “atenção, já!” ou outro sinal sonoro adequado e finalizada com o sinal sonoro adequado. Deverá ter auxílio de um colaborador, que sustentará os pés do avaliado no solo (o avaliado deverá testar a sustentação auxiliada antes de iniciar a prova). O candidato não poderá elevar os quadris (retirá-los do solo) ou afastar os braços do tórax no intuito de tomar impulso, o repouso entre os movimentos é permitido e o avaliado deverá saber disso antes do início do teste, entretanto, o objetivo é alcançar o máximo de repetições corretas em sessenta segundos (60”).

1.3. TESTE DE FLEXÃO NA BARRA FIXA

- a) Objetivo: Mensurar indiretamente a força muscular dos membros superiores e cintura escapular, através do desempenho em se elevar o queixo acima do nível superior (execução masculina) de uma barra fixa horizontal ou aproximar o tórax da barra (execução feminina).
- b) Equipamento: 01 (uma) barra de ferro ou madeira que permita a segurança na empunhadura, garrafa plástica (com aproximadamente 5 cm de diâmetro) e cadeira para execução feminina, caneta e papel para anotação dos resultados, não será permitida a utilização de borrachas nas barras, contudo, luvas individuais poderão ser utilizadas (sob risco e responsabilidade do candidato que optar por esse recurso) se assim o (a) avaliado (a) desejar.
- c) Execução:
 - c.1) Execução Masculina: A barra deve ser instalada a uma altura tal, que o avaliado, mantendo-se pendurado com os cotovelos em extensão, não tenha contato dos pés com o solo. A posição da pegada é pronada (dorso da mão voltado para o rosto) e a abertura das mãos corresponde à distância biacromial – largura dos ombros. Após assumir essa posição, o avaliado aguardará a liberação da comissão para iniciar o teste (no máximo 2 segundos), iniciando com sinal sonoro adequado (“vai”, “liberado”, etc), elevar o corpo até que o queixo ultrapasse o nível superior da barra, e retorne à posição inicial. O movimento é repetido tantas vezes quanto possível, sem limite de tempo. Será contado o número de movimentos completados corretamente. Verificar se os cotovelos estão em extensão total para o início de todas as flexões. É permitido repouso entre um movimento e outro, contudo o avaliado NÃO poderá tocar os pés nem no chão nem nos apoios laterais da barra. O corpo deverá permanecer ereto durante as repetições, não sendo permitidos movimentos de quadril ou pernas ou extensão da coluna cervical como formas de auxiliar na execução da prova. O avaliado que não executar nenhuma barra irá receber a nota “zero”.
 - c.2) Execução Feminina: A barra deve ser instalada em altura suficiente para atender à descrição a seguir: a pegada deve ser feita em pronação (palmas das mãos voltadas para frente), com a distância de separação entre as mãos semelhantes à distância biacromial (distância aproximada dos ombros), devendo o corpo (tronco e membros inferiores) estar ereto, formando um ângulo aproximado de 90° com os membros superiores (que estarão estendidos), os pés deverão estar apoiados em uma cadeira disposta pela coordenação da prova, tronco e membros inferiores paralelos ao solo. Após atender ao disposto acima, a avaliada deverá flexionar totalmente os cotovelos, permanecendo com os pés apoiados, em seguida elevará seu corpo ereto até a altura da barra (em torno de 5 centímetros do dispositivo, encostando na garrafa plástica posicionada na face inferior da barra), em direção ao tórax, região esternal – metade inferior, retornando à posição inicial, quando completará um movimento. O movimento deverá ser repetido o maior número de vezes possível, sendo computados tão somente aqueles executados corretamente (anulados os que não forem com o corpo ereto). O teste é dinâmico, não sendo, portanto permitido abandonar o implemento entre as repetições a título de repouso nem tampouco encostar no chão durante o teste, situação que encerrará automaticamente o teste. Somente serão computados os movimentos realizados conforme a descrição acima, não sendo permitido receber qualquer tipo de ajuda física. O posicionamento da cadeira e do tórax à barra deverá ser testado e corrigido antes de iniciarem as execuções para evitar a anulação da prova em questão.

1.4. TESTE DE APOIO DE FRENTE SOBRE O SOLO

- a) Objetivo: Mensurar indiretamente a força muscular dos membros superiores e cintura escapular
- b) Equipamento: Caneta, papel para anotação dos resultados e garrafa plástica com diâmetro de aproximadamente 5 (cinco) centímetros
- c) Execução:

c.1) Execução Masculina: com o apoio de frente sobre o solo o avaliado se posiciona em decúbito ventral, com o corpo ereto, mãos espalmadas apoiadas no solo, dedos indicadores paralelos voltados para frente, braços estendidos, pernas estendidas, unidas, pontas dos pés tocando o solo e como opção para o posicionamento das mãos poderá optar pelos punhos cerrados. À voz de comando “Iniciar” ou outro sinal sonoro adequado, o avaliado flexionará os cotovelos, até encostar o tórax na garrafa plástica que estará posicionada na linha dos ombros, devendo ainda, a linha média da articulação dos ombros estar abaixo da linha média da articulação dos cotovelos. O corpo deve permanecer ereto durante todo o teste, caso haja a elevação ou abaixamento dos quadris com o intuito de descansar, a contagem será imediatamente interrompida e serão feitas as correções posturais para que contagem seja retomada, sendo consideradas tão somente as repetições corretas executadas até aquele momento. Caso haja contato dos joelhos, quadris ou tórax com o solo durante a execução, o teste encerrará automaticamente e serão computadas apenas as executadas corretamente. O objetivo do teste é verificar o número de execuções corretas, sem limite de tempo, que o avaliado é capaz de executar continuamente (as interrupções, com o intuito de descansar, não devem ultrapassar o tempo de 2 segundos na posição inicial ou final, devendo, a contagem, ser interrompida quando exceder o tempo acima e o teste encerrado);

c.2) Execução Feminina: com o apoio de frente sobre o solo a avaliada se posiciona em decúbito ventral, com o corpo ereto (tomada de posição semelhante ao protocolo masculino, devendo estar em quatro apoios e em seguida apoiar os joelhos no solo), mãos espalmadas apoiadas no solo, dedos indicadores paralelos voltados para frente, pernas estendidas, unidas, pontas dos pés tocando o solo e como opção para o posicionamento das mãos poderá optar pelos punhos cerrados, pernas unidas e pontas dos pés e joelhos tocando o solo. À voz de comando “Iniciar” ou outro sinal sonoro adequado, a avaliada flexionará os cotovelos, até encostar o tórax na garrafa plástica que estará posicionada na linha dos ombros, devendo ainda, a linha média da articulação dos ombros estar abaixo da linha média da articulação dos cotovelos. O corpo deve permanecer ereto durante todo o teste, caso haja a elevação ou abaixamento dos quadris com o intuito de descansar, a contagem será imediatamente interrompida e serão feitas as correções posturais para que contagem seja retomada, sendo consideradas tão somente as repetições corretas executadas até aquele momento, caso haja contato dos quadris ou tórax com o solo durante a execução, o teste encerrará automaticamente (o mínimo contato dos seios com o solo durante as execuções corretas é permitido) e serão computadas apenas as repetições executadas corretamente. O objetivo do teste é verificar o número de execuções corretas, sem limite de tempo, que a avaliada é capaz de realizar continuamente (as interrupções, com o intuito de descansar, não devem ultrapassar o tempo de 2 segundos na posição inicial ou final caso este que encerrará o teste).

1.5. FLUTUAÇÃO VERTICAL COM UNIFORME 6º “A” E COTURNO

a) Objetivo: mensurar a capacidade do avaliado em permanecer flutuando em meio líquido sem qualquer tipo de apoio ou auxílio (borda, flutuadores, separadores de raia ou o fundo da piscina) e o possível acometimento de hidrofobia.

b) Equipamento: cronômetro, apito e piscina com o mínimo de 25 metros, e profundidade adequada ao teste.

c) Execução: o avaliado deverá posicionar-se sentado na borda da piscina, na área onde será realizado o teste, ao comando de preparar, todos entrarão na água e se posicionarão para o início do teste de flutuação de 15 (quinze) minutos equipado com uniforme 6º “A” e coturno (caso os responsáveis pela piscina solicitem, o coturno será retirado para a execução da prova), o cronômetro o será acionado ao sinal do apito. O avaliado NÃO poderá: Deslocar-se ou posicionar-se de forma horizontal; Posicionar o queixo abaixo da linha d’água; Segurar em algum anteparo, seja a borda ou outro avaliado. Quem não atender à execução correta e o tempo previsto será considerado INAPTO e ELIMINADO do certame.

1.6 NATAÇÃO DE 50 METROS COM UNIFORME 6º “A” E COTURNO

a) Objetivo: Medir a habilidade específica (natação), diretamente a velocidade e indiretamente a potência anaeróbica lática, através do desempenho em deslocar-se no meio líquido por 50 metros no tempo máximo de 2 (dois) minutos.

b) Equipamento: Piscina de 25 ou 50 metros. Cronômetro. Apito. O candidato poderá utilizar touca, tampão de ouvido, óculos de natação. É vedada a utilização de palmares, nadadeiras, flutuadores, e outros meios que auxiliem na flutuação.

c) Execução:

Posição Inicial: Poderá optar pela saída no bloco, borda ou no interior da piscina, apoiado em uma das bordas no sentido do comprimento.

Procedimento: O avaliado deverá se deslocar no meio líquido, percorrer a distância de 50 (cinquenta) metros, no sentido indicado, em qualquer estilo, no tempo máximo de 2 (dois) minutos. O início do teste é determinado através de um silvo de apito, precedido da palavra “Atenção”, quando então será acionado o cronômetro.

Regras: Após o início do teste, o avaliado que se apoiar, com qualquer parte do corpo, nas bordas laterais, nas raias, ou ainda, tocar o pé no fundo da piscina, de forma que venha a favorecer a sua flutuação, será considerado como INAPTO. É permitido o apoio nas bordas para a realização das viradas, porém sem interrupção da execução do teste ou descanso.

TABELA DE ÍNDICES POR FAIXA ETÁRIA – MASCULINO

TABELA DE ÍNDICES POR FAIXA ETÁRIA – FEMININO

NATAÇÃO 50M	FLUTUAÇÃO	ABDOMINAL	FLEXÃO NO SOLO	CORRIDA 2400M	BARRA FIXA	PONTOS POR FAIXA ETÁRIA							
						Até 25	26 a 30	31 a 35	36 a 40	41 a 45	46 a 50	51 a 55	mais de 56
Minutos	Minutos	Repetições	Repetições	Minutos	Repetições								
Máximo 2 min	Mínimo 15 min	6	1	18:20	1								1,0
		8	2	18:00	1							1,0	1,5
		10	4	17:40	1						1,0	1,5	2,0
		12	6	17:20	1					1,0	1,5	2,0	2,5
		14	8	17:00	1				1,0	1,5	2,0	2,5	3,0
		16	10	16:40	1			1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5
		18	12	16:20	1		1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0
		20	14	16:00	1	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5
		22	16	15:40	1	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0
		24	18	15:20	1	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5
		26	20	15:00	1	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0
		28	22	14:40	1	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5
		30	24	14:20	1	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0
		32	26	14:00	1	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5
		34	28	13:40	1	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0
		36	30	13:20	2	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5
		38	32	13:00	3	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0
		40	34	12:40	4	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5
		42	36	12:20	5	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0
		44	38	12:00	6	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	
46	40	11:40	7	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0				
48	42	11:20	8	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0					
50	44	11:00	9	8,5	9,0	9,5	10,0						
52	46	10:40	10	9,0	9,5	10,0							
54	48	10:20	11	9,5	10,0								
56	50	10:00	12	10,0									

NATAÇÃO 50M	FLUTUAÇÃO	ABDOMINAL	FLEXÃO NO SOLO	CORRIDA 2400M	BARRA FIXA	PONTOS POR FAIXA ETÁRIA							
						Até 25	26 a 30	31 a 35	36 a 40	41 a 45	46 a 50	51 a 55	mais de 56
Minutos	Minutos	Repetições	Repetições	Minutos	Repetições								
Máximo 2 min	Mínimo 15 min	4	1	19:20	1								1,0
		6	2	19:00	1							1,0	1,5
		8	4	18:40	1						1,0	1,5	2,0
		10	6	18:20	1					1,0	1,5	2,0	2,5
		12	8	18:00	1				1,0	1,5	2,0	2,5	3,0
		14	10	17:40	1			1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5
		16	12	17:20	1		1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0
		18	14	17:00	1	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5
		20	16	16:40	1	1,5	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0
		22	18	16:20	1	2,0	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5
		24	20	16:00	1	2,5	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0
		26	22	15:40	1	3,0	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5
		28	24	15:20	2	3,5	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0
		30	26	15:00	4	4,0	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5
		32	28	14:40	6	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0
		34	30	14:20	8	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5
		36	32	14:00	10	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0
		38	34	13:40	12	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5
		40	36	13:20	14	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0
		42	38	13:00	16	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	

		44	40	12:40	18	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0
		46	42	12:20	20	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	
		48	44	12:00	22	8,5	9,0	9,5	10,0		
		50	46	11:40	24	9,0	9,5	10,0			
		52	48	11:20	26	9,5	10,0				
		54	50	11:00	28	10,0					

Macapá-AP, 04 de dezembro de 2017.

HILTON MOREIRA JUNIOR – Maj QOCBM

Diretor de Ensino e Instrução

(Sol. NBG nº 0097/17 – DEI, de 04 dez 17)

APROVO

WAGNER COELHO PEREIRA

Coronel QOCBM

Comandante Geral do CBMAP