

9.3. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA (Agente de Polícia Judicial):

9.3.1. Serão convocados para o **Teste de Aptidão Física** da especialidade de **Agente de Polícia Judicial**, de caráter eliminatório, os candidatos **HABILITADOS na Prova Objetiva e que estejam classificados dentro do limite dos itens 9.2.1 e 9.2.2 deste Edital.**

9.3.1.1. Os candidatos que **não forem CONVOCADOS** para o **Teste de Aptidão Física**, nos termos do item 9.3.1 deste Edital, **estarão automaticamente ELIMINADOS** do Concurso Público.

9.3.2. Os desempenhos exigidos no **Teste de Aptidão Física** destinam-se à avaliação da força, da resistência muscular e da capacidade aeróbia, dos candidatos com deficiência ou não, conforme as normas estabelecidas no edital, tendo em vista a aptidão física necessária para suportar as exigências técnicas necessárias ao eficaz desempenho do cargo.

9.3.3. Não serão aceitas solicitações de adaptação dos testes ou tratamento diferenciado para realização dos testes de aptidão física.

9.3.4. A quantidade de esforço muscular será devidamente dimensionada de forma a observar a individualidade biológica dos candidatos.

9.3.5. Quaisquer casos de alterações orgânicas permanentes ou temporárias, tais como deficiências físicas, estados menstruais, indisposições, câimbras, contusões ou outros que impossibilitem, diminuam ou limitem a capacidade física e/ou orgânica do candidato para se submeter aos testes específicos não serão aceitos para fins de tratamento diferenciado por parte da comissão examinadora.

9.3.6. Para a realização do **Teste de Aptidão Física**, o candidato deverá comparecer no dia, hora e local previamente designados, com trajés adequados, a saber:

- a)** calção de ginástica ou malha;
- b)** tênis e camiseta sem desenhos ou inscrições.

9.3.7. Para submeter-se ao **Teste de Aptidão Física**, o candidato deverá, obrigatoriamente, apresentar no momento da identificação:

- a)** documento original de identificação oficial com foto atualizado;
- b)** atestado médico nominal ao candidato, emitido com, **no máximo, 15 (quinze) dias de antecedência da data do Teste de Aptidão Física**, devidamente assinado e carimbado pelo médico, constando visivelmente o seu número do registro do Conselho Regional de Medicina, em que certifique especificamente **estar o candidato Apto para realizar esforço físico**, conforme modelo do **Anexo II** deste Edital.

9.3.8. O candidato que deixar de apresentar o atestado médico ou apresentá-lo em desconformidade com o modelo constante no **Anexo II** não poderá ser submetido aos testes, sendo, automaticamente, excluído do Concurso.

9.3.8.1. O Atestado Médico ficará retido e fará parte da documentação de aplicação do teste do candidato.

9.3.9. Não serão aceitos como documentos de identidade: boletim de ocorrência; certidões de nascimento; CPF; títulos eleitorais; carteira nacional de habilitação sem foto; carteiras de estudante; carteiras funcionais sem valor de identidade; cópia de documentos, ainda que autenticados; protocolos; documentos digitais (modelo eletrônico); comprovante de inscrição; cartão de convocação para a etapa, documentos ilegíveis, não identificáveis e/ou danificados ou quaisquer outros documentos não constantes deste Edital.

9.3.10. O **Teste de Aptidão Física** consistirá na execução dos testes, conforme a seguir:

| Teste | Índice Mínimo | |
|----------------------|---------------|---------------|
| | Masculino | Feminino |
| Barra Fixa | 04 repetições | 15 segundos |
| Flexão | 20 repetições | 12 repetições |
| Abdominal | 30 repetições | 20 repetições |
| Corrida – 12 minutos | 2.000 metros | 1.800 metros |

**TRIBUNAL REGIONAL FEDERAL DA 5ª REGIÃO
CONCURSO PÚBLICO PARA FORMAÇÃO DE CADASTRO RESERVA**

9.3.10.1. O Teste de Aptidão Física consistirá na execução de baterias de testes, **todos de realização obrigatória independentemente do desempenho dos candidatos em cada um deles**, considerando-se apto o candidato que atingir o desempenho mínimo indicado para cada teste.

9.3.10.2. O candidato que se recusar a realizar algum dos testes deverá assinar declaração de desistência dos testes ainda não realizados do **Exame de Aptidão Física**, sendo, portanto, eliminado do concurso público.

9.3.10.3. Os testes serão executados pelo candidato na ordem definida pela comissão examinadora.

9.3.11. BARRA FIXA (Masculino):

9.3.11.1. A metodologia para a preparação e execução da flexão e extensão de cotovelo apoiado na Barra Fixa (Masculino) obedecerá aos seguintes critérios para execução:

a) Posição inicial: o candidato deverá se posicionar abaixo da barra fixa, ao ser comandado “prepara”, o mesmo deverá adotar a posição inicial apoiando-se na barra (pegada das mãos em pronação ou supinação), com a distância de separação entre as mãos semelhante à distância da largura dos ombros, mantendo os pés suspensos e os membros inferiores e superiores estendidos, sendo permitida a flexão dos joelhos;

b) Início e execução do teste: após o candidato tomar a posição inicial, o mesmo iniciará o teste flexionando os cotovelos até que seu queixo ultrapasse completamente a barra, e, em seguida, retomando o corpo para a posição inicial, onde os braços estarão completamente estendidos.

c) Término do teste: o teste será considerado terminado quando o candidato soltar uma ou ambas as mãos da barra fixa, apoiar o queixo na barra e/ou estabelecer contato dos membros inferiores com quaisquer objetos.

9.3.11.2. O candidato deverá ser alertado pelos fiscais quando ele estiver realizando algum exercício de forma incorreta, sendo informado qual a ação corretiva a ser adotada e orientado para que a execução seja retificada, sem interrupção do teste.

9.3.11.3. Os fiscais deverão contar em voz alta (de modo a ser audível ao candidato) as repetições realizadas de forma correta, durante a realização do teste físico.

9.3.11.4. Ao perder o contato com a barra, seja por qualquer uma das mãos, o candidato terá computado o número de flexões feitas até o momento imediatamente anterior e seu teste será interrompido.

9.3.11.5. Será proibido ao candidato, quando da realização do teste:

a) utilizar luvas ou qualquer outro material para apoiar as mãos na barra;

b) apoiar o queixo na barra ou soltar uma das mãos após a tomada da empunhadura e execução do exercício;

c) manter o contato das pernas, dos pés ou do corpo com quaisquer objetos ou auxílios;

d) receber qualquer tipo de ajuda física durante o teste físico;

e) utilizar qualquer equipamento ou material, de qualquer natureza, que beneficie seu desempenho individual;

f) obter qualquer tipo de impulso ou promover o balanço das pernas para auxiliar a execução;

g) flexionar as pernas (apenas permitida a flexão dos joelhos).

9.3.12. BARRA FIXA (Feminino):

9.3.12.1. A metodologia para a preparação e execução da contração isométrica na Barra Fixa (Feminino), obedecerá aos seguintes critérios para execução:

a) Posição inicial: a candidata deverá se posicionar abaixo da barra fixa, ao ser comandado “prepara”, a mesma deverá adotar a posição inicial apoiando-se na barra (pegada das mãos em pronação ou supinação, com a distância de separação entre as mãos semelhante à distância da largura dos ombros), com os cotovelos flexionados, mantendo o queixo acima da barra e os pés apoiados em uma base ou nos degraus de uma escada portátil;

b) Início do teste e execução: após a candidata tomar a posição inicial, o fiscal retirará a base em que os pés estavam apoiados e acionará o cronômetro;

c) Término do teste: o teste será considerado terminado quando a candidata deixar de manter o queixo acima da barra.

9.3.12.2. Será proibido à candidata, quando da realização do teste:

a) utilizar luvas ou qualquer outro material para apoiar as mãos na barra;

b) apoiar o queixo na barra ou soltar uma das mãos após a tomada da empunhadura e execução do exercício;

c) utilizar o seguinte movimento acessório durante o período de isometria: flexão e extensão dos membros superiores e inferiores (pedalada);

**TRIBUNAL REGIONAL FEDERAL DA 5ª REGIÃO
CONCURSO PÚBLICO PARA FORMAÇÃO DE CADASTRO RESERVA**

- d) manter o contato das pernas, dos pés ou do corpo do candidato com quaisquer objetos ou auxílios;
- e) receber qualquer tipo de ajuda física durante o teste físico;
- f) utilizar qualquer equipamento ou material, de qualquer natureza, que beneficie seu desempenho individual;
- g) permitir que seu queixo tocar ou ficar abaixo da linha da barra e não poderá apoiar-se nas bases laterais dela.

9.3.13. FLEXÃO – Masculino:

9.3.13.1. A metodologia para a preparação e execução do teste de flexão obedecerá aos seguintes aspectos:

- a) Posição inicial:** consiste em o candidato ficar em 04 (quatro) apoios com o corpo em extensão e cotovelos estendidos, palmas das mãos apoiadas sobre o solo com os dedos voltados para frente (as mãos posicionadas na linha dos ombros), ponta dos pés em contato com solo e unidos, e a cabeça acompanhando a linha do tronco. Realizar a flexão dos cotovelos até que estes fiquem ao nível dos ombros, sem tocar o chão com o tórax, voltando em seguida à posição inicial, realizando a extensão total dos cotovelos;
- b) Execução:** ao comando de “iniciar”, o candidato flexionará simultaneamente os braços até que as pontas dos cotovelos atinjam ou ultrapassem o plano das costas. Em seguida, voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços.
- c) Término do teste:** ao ser atingido o tempo de 60 (sessenta) segundos o fiscal acionará o apito com um silvo curto ou avisará o candidato do término.

9.3.13.2. Será proibido ao candidato, quando da realização do teste de flexão de braço sobre o solo:

- a) tocar o solo com qualquer parte do corpo, exceto mãos e os pés.;
- b) desfazer a posição inicial do corpo durante a contagem;
- c) interromper o ritmo das flexões, com paradas para descanso.

9.3.14. FLEXÃO - FEMININO:

9.3.14.1. O procedimento para a preparação e execução do teste de flexão obedecerá aos seguintes aspectos:

- a) Posição inicial:** ao comando de “em posição”, a candidata tomará a posição de frente ao solo com os braços completamente estendidos, palmas das mãos apoiadas sobre o solo com os dedos voltados para frente, os joelhos e as pontas dos pés em contato com o solo, sendo os pés unidos. O quadril não poderá apresentar flexão na posição inicial e durante a execução do movimento;
- b) Execução:** ao comando de “iniciar”, a candidata flexionará simultaneamente os braços até que as pontas dos cotovelos atinjam ou ultrapassem o plano das costas. Em seguida, voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços.
- c) Término do teste:** ao ser atingido o tempo de 60 (sessenta) segundos o fiscal acionará o apito com um silvo curto ou avisará o candidato do término.

9.3.14.2. Será proibido à candidata, quando da realização do teste de flexão de braço sobre o solo:

- a) tocar o solo com qualquer parte do corpo, exceto mãos, joelhos e pés;
- b) desfazer a posição inicial do corpo durante a contagem;
- c) interromper o ritmo das flexões, com paradas para descanso.

9.3.15. ABDOMINAL (Masculino e Feminino):

9.3.15.1. A metodologia para a preparação e execução da flexão do abdominal remador obedecerá aos seguintes critérios para execução:

- a) Posição inicial:** o candidato deverá estar deitado na posição decúbito dorsal (costas em contato com o colchonete ou com o solo), as pernas e braços deverão estar totalmente estendidos no prolongamento do corpo e tocando ao solo;
- b) Início do teste:** será comandado “atenção”, “prepara”, e então será avisado e o cronômetro marcará a **duração de 60 (sessenta) segundos**, momento em que o candidato poderá iniciar o teste;
- c) Execução do teste:** o candidato deverá elevar o tronco e flexionar as pernas simultaneamente, mantendo os braços estendidos paralelos ao solo, momento em que os cotovelos devem ultrapassar a linha dos joelhos. Ato contínuo, sem interrupções, o candidato deve retornar para a posição inicial, de forma que as mãos e os calcanhares deverão tocar o solo, momento em que se contabilizará o movimento correto;
- d) Término do teste:** ao ser atingido o tempo de 60 (sessenta) segundos o fiscal acionará o apito com um silvo curto ou avisará o candidato do término.

9.3.15.2. Será proibido ao candidato, quando da realização do teste:

- a) utilizar qualquer equipamento ou material, de qualquer natureza, que beneficie seu desempenho individual;
- b) receber qualquer tipo de ajuda física durante o teste físico.

9.3.16. CORRIDA de 12 minutos (Masculino e Feminino):

9.3.16.1. A metodologia para a preparação e execução da **corrida de 12 minutos** obedecerá aos seguintes critérios para execução:

- a) Posição inicial:** o candidato coloca-se em afastamento anteroposterior das pernas, com o pé anterior o mais próximo possível da linha de saída;
- b) Início do teste:** após o candidato tomar a posição inicial, o fiscal entoará a voz de comando. “Atenção! Prepara” e, em seguida, acionará o silvo de apito longo, com o acionamento concomitante do cronômetro por outro fiscal, o que autorizará o início da execução do teste pelo candidato;
- c) Execução do teste:** após o início do teste, o candidato deverá percorrer a **distância mínima prevista**, no menor tempo possível;
- d) Término do teste:** o fiscal ficará responsável por observar e parar o cronômetro quando o candidato ultrapassar a faixa demarcatória final, ultrapassando o tronco na linha de chegada, o que acarretará o fim do teste, após ter sido percorrida a distância **mínima prevista**.

9.3.16.2. A pista de corrida poderá ser asfáltico, de concreto, sintético, de carvão, de saibro, ou qualquer outro tipo de material.

9.3.16.3. O piso poderá ser de qualquer tipo, desde que seja o mesmo durante todo o percurso.

9.3.16.4. Em nenhum momento o candidato poderá se ausentar do local da corrida, a não ser que seja autorizado pelo seu fiscal de voltas.

9.3.16.5. Durante o teste físico o candidato estará autorizado a correr e caminhar.

9.3.16.6. Será proibido ao candidato, quando da realização do teste:

- a)** utilizar qualquer equipamento ou material, de qualquer natureza, que beneficie seu desempenho individual;
- b)** receber quaisquer tipos de ajuda ou benefício, individuais ou coletivos;
- c)** parar, sentar, deitar, rolar, engatinhar, inverter o sentido do percurso, ou realizar qualquer movimento corporal que descaracterize o objetivo do teste físico (avaliar a capacidade cardiorrespiratória).

9.3.17. Dependendo do número de candidatos convocados, a ordem definida poderá fazer com que alguns candidatos esperem por mais tempo para serem avaliados. Nesse caso, o candidato poderá levar lanche para se alimentar, caso a realização dos testes se prolongue.

9.3.18. No momento da identificação, o candidato receberá um número, que deverá ser afixado em sua camiseta e não poderá ser retirado até o final dos testes.

9.3.19. A preparação e o aquecimento para a realização dos testes são de responsabilidade do próprio candidato, não podendo interferir no andamento do concurso.

9.3.20. Não caberá ao IBFC nenhuma responsabilidade no tocante a eventuais enfermidades e/ou lesões que possam acometer o candidato no decorrer do teste físico.

9.3.21. O Teste de Aptidão Física **será filmado** e seus registros serão utilizados para análise de eventuais recursos interpostos pelos candidatos, não sendo fornecido aos candidatos cópia dos testes realizados.

9.3.21.1. O candidato que se recusar a ter o teste filmado/gravado em vídeo será eliminado do concurso.

9.3.22. Fica vedado ao candidato o uso de qualquer tipo de reproduzidor de áudio e vídeo nos testes realizados.

9.3.23. A contagem oficial de tempo, de distância percorrida, de número de repetições e de tempo decorrido durante cada teste será, exclusivamente, realizada pelo IBFC, por intermédio de seus avaliadores e fiscais.

9.3.24. O resultado do Teste de Aptidão Física será estabelecido, conforme a seguir:

- a) APTO:** candidato que alcançar o desempenho mínimo exigido;
- b) INAPTO:** candidato que não alcançar o desempenho mínimo exigido;
- c) EXCLUÍDO:** será excluído do concurso o candidato que:
 - c1)** não atender a chamada para a execução dos testes físicos;
 - c2)** deixar de apresentar o documento original de identificação oficial com foto;

**TRIBUNAL REGIONAL FEDERAL DA 5ª REGIÃO
CONCURSO PÚBLICO PARA FORMAÇÃO DE CADASTRO RESERVA**

- c3)** deixar de apresentar o atestado médico específico (original) **Anexo II** ou apresentá-lo em desconformidade;
- c4)** desrespeitar, ofender, agredir ou, de qualquer outra forma, tentar prejudicar outro candidato;
- c5)** perturbar de qualquer modo a ordem dos trabalhos durante a preparação ou realização dos testes;
- c6)** tratar com falta de urbanidade os examinadores, auxiliares, aplicadores ou autoridades presentes;
- c7)** receber qualquer auxílio ou objeto de terceiros para realização dos testes;
- c8)** deixar de atender às normas contidas neste capítulo e demais orientações/instruções expedidas pela equipe de avaliação.

9.3.25. Os candidatos considerados **INAPTOS e AUSENTES** no **Teste de Aptidão Física**, bem como os considerados **EXCLUÍDOS**, nas condições descritas no item **9.3.24**, alínea “c”, serão eliminados do Concurso Público.

9.3.26. Da candidata em estado de gravidez ou puerperal:

- a)** à candidata que, no dia da realização do **Teste de Aptidão Física**, apresentar atestado médico que comprove seu estado de gravidez ou estado puerperal, será facultada nova data para a realização do referido teste após 120 (cento e vinte) dias a contar da data do parto ou do fim do período gestacional, de acordo com a conveniência da administração, sem prejuízo da participação nas demais etapas do concurso;
- b)** a candidata deverá comparecer na data, ao local e no horário de realização munida de atestado médico original, ou de cópia simples, no qual deverá constar, expressamente, o estado de gravidez e o período gestacional em que se encontra, bem como a data, a assinatura, o carimbo e o CRM do profissional que o emitiu;
- c)** o atestado médico deverá ser entregue no momento de identificação da candidata para a realização do Teste de Aptidão Física, não sendo aceita a entrega de atestado médico em outro momento;
- d)** a candidata que não entregar o atestado médico citado na alínea “b” acima e se recusar a realizar o Teste de Aptidão Física alegando estado de gravidez, será eliminada do concurso público;
- e)** a candidata que apresentar o atestado médico que comprove estado de gravidez e, ainda assim, desejar realizar o Teste de Aptidão Física, deverá apresentar atestado em que conste, expressamente, que a candidata está apta a realizar os testes de aptidão física ou a realizar exercícios físicos;
- f)** a candidata, ou seu representante legal (portador de procuração simples), **deverá enviar ao IBFC, 30 (trinta) dias** após a realização do parto, ou do fim do período gestacional (no caso de aborto), novo documento médico, no qual deverá constar, expressamente, o dia do nascimento da criança, ou aborto, a assinatura, o carimbo e o CRM do médico que o emitiu, para o e-mail concurso@ibfc.org.br, especificando o concurso, nome completo da candidata e o número da Inscrição;
- g)** a candidata que deixar de apresentar qualquer dos documentos médicos nos dois momentos ou que apresentá-los em desconformidade com o item 9.3.26 deste edital será eliminada do concurso;
- h)** caso a candidata seja eliminada nas etapas posteriores ao Teste de Aptidão Física, será automaticamente eliminada do concurso, perdendo o direito de realizar os testes de aptidão física após 120 dias a contar da data do parto, ou o fim do período gestacional.

9.3.27. O resultado do Teste de Aptidão Física será divulgado no site do IBFC - www.ibfc.org.br.

10. DA REALIZAÇÃO DAS PROVAS OBJETIVA E DISCURSIVA

10.1. As **Provas Objetiva Discursiva** serão realizadas nas cidades indicadas no item 4.2 deste Edital, na data indicada no **Cronograma Previsto – Anexo IV**.

10.1.1. As Provas serão aplicadas em **períodos distintos para os cargos de Analista Judiciário e Técnico Judiciário, sendo os períodos divulgados** na data indicada no **Cronograma Previsto – Anexo IV**.

10.1.2. A realização das provas na data prevista dependerá da disponibilidade de locais adequados à sua realização.

10.2. A duração das Provas, incluído o tempo para leitura das instruções, coleta de digital e preenchimento das Folhas de Respostas **será de 4 (quatro) horas**.

10.3. O cartão de convocação para as provas contendo o local, a sala e o horário de realização, será disponibilizado no endereço eletrônico do IBFC - www.ibfc.org.br, na data indicada no **Cronograma Previsto – Anexo IV**.

10.4. Não será enviado, via correio, cartão de convocação para as provas. A data, o horário e o local da realização das provas serão disponibilizados no endereço eletrônico do IBFC conforme o item 10.3.