

ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGUNA – SC
CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 005/2011

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO FÍSICA
GUARDA MUNICIPAL

I – Das disposições gerais

- 1) A Avaliação Física seguirá de acordo com os termos especificados no **Anexo VII – Avaliação Física** do **Edital 005/2011**.
- 2) Não haverá segunda chamada ou repetição das Avaliações, seja qual for o motivo alegado, exceto se a banca examinadora acreditar que fatores de ordem técnica alheios ao candidato tenham prejudicado seu desempenho.
- 3) Após entrada no pátio de realização da Avaliação Física, o candidato deverá permanecer no local e aguardar a orientação da Comissão Avaliadora, não podendo sair sob pena de **ELIMINAÇÃO**.
- 4) A Comissão Coordenadora do Concurso Público nomeará uma Comissão de Avaliadores presidida por Coordenador de Avaliações, Bacharel em Educação Física e Esportes, devidamente registrado no CREF3/SC, com experiência na aplicação de testes físicos.
- 5) Será eliminado da avaliação física o candidato que:
 - deixar de cumprir ou não cumprir corretamente o(s) procedimento(s) solicitado(s);
 - não comparecer para a realização da prova física no(s) dia(s), hora(s) e local(is) designado(s) no edital convocatório desta fase;
 - for surpreendido dando e/ou recebendo auxílio para a execução da prova;
 - perturbar, de qualquer modo, a ordem dos trabalhos, incorrendo em comportamento indevido.
- 6) Os casos omissos e/ou de força maior serão resolvidos pela Comissão Avaliadora.

II – Dos Critérios da Avaliação

- 7) O candidato a ser submetido a etapa de Avaliação Física deverá apresentar-se para a realização nos dias e horários indicados nas convocações a serem divulgadas, conforme especificado **ANEXO I** do **Edital005/2011**.
- 8) O Candidato que não apresentar o Atestado Médico nos termos do **ANEXO VII – AVALIAÇÃO FÍSICA** do **EDITAL** não poderá realizar a bateria de testes da Avaliação Física, sendo considerado **INAPTO**.

ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGUNA – SC
CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 005/2011

9) Para ser considerado **APTO** na Bateria de Testes da Avaliação Física, o Candidato, conforme o gênero, deverá obter pontuação mínima estabelecida e apurada pela Comissão de Avaliadores.

10) BARRA FIXA (Somente para gênero masculino)

- a) **Posição inicial:** O candidato, sob a barra deverá empunhá-la com a pegada em pronação (palma da mão para frente), com o polegar envolvendo-a. As mãos deverão permanecer com um afastamento entre si correspondente à largura dos ombros e o corpo deverá estar estático.
- b) **Execução:** Após a ordem de iniciar, o candidato deverá executar uma flexão de braços na barra até que o queixo ultrapasse completamente a barra (estando a cabeça na posição natural, sem hiperextensão do pescoço) e, imediatamente, descer o tronco até que os cotovelos fiquem completamente estendidos (respeitando as limitações articulares individuais), quando será completada uma repetição. O ritmo das flexões de braços na barra é opção do candidato, e sem limite de tempo.
- c) **Das penalidades:** Não serão contabilizados os movimentos em que o executante não estender totalmente os braços, ou não ultrapassar com o queixo a barra, ou se utilizar de movimento balístico para se impulsionar na execução. Não poderá haver nenhum tipo de impulso, nem contato das pernas com os postes da barra fixa.
- d) **Da Classificação:** para ser classificado o candidato do gênero masculino deverá conseguir no mínimo 3 (três) movimentos corretos.
- e) **Demonstração por imagem:**



ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGUNA – SC
CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 005/2011

11) MEIO SUGADO

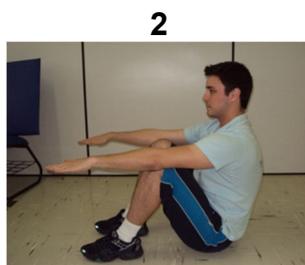
- a) **Posição inicial:** Tomar a posição fundamental (ereto com os membros superiores aduzidos, palmas das mãos em contato com o corpo na altura da coxa, com olhar para o horizonte) (figura 01).
- b) **Execução:** Executar, através do descrito abaixo, o maior número de repetições possíveis no tempo de 01 (hum) minuto. Os comandos para iniciar e terminar a prova serão dados pelo avaliador.
- i) Realizar o flexionamento das pernas com os joelhos unidos, braços por fora das pernas, apoiando-se com as palmas das mãos no solo (figura 02).
 - ii) Dando continuidade ao movimento estender as pernas, tomando a posição para flexão de braços (figura 03).
 - iii) Retornar a posição da figura 02, flexionando as pernas com os joelhos unidos (figura 04).
 - iv) Em seguida, retornar a posição inicial (figura 05). Concluindo dessa forma uma execução.
- c) **Das penalidades:** Não serão validados os movimentos se os pés moverem para trás antes que as mãos toquem o solo; se houver um balanço ou uma curvatura excessiva do quadril quando o avaliado assumir a posição de apoio facial com os braços estendidos; se retirar as mãos do chão antes que assuma novamente a posição agachada; se a posição em pé não for ereta (cabeça para cima).
- d) **Da Classificação:** para ser classificado o candidato deverá conseguir no mínimo:
- i) 14(quatorze) movimentos corretos –para o gênero masculino;
 - ii) 9(nove) movimentos corretos –para o gênero feminino.
- e) **Demonstração por imagem:**



ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGUNA – SC
CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 005/2011

12) ABDOMINAL REMADOR

- a) **Posição Inicial:** Candidato em decúbito dorsal, braços ao longo do corpo, acima da cabeça.
- b) **Da execução:** Faz-se flexão de tronco ao mesmo tempo em que a flexão de pernas, os cotovelos devem alcançar ou ultrapassar a linha dos joelhos. Os pés na fase da flexão deverão estar com a planta em contato com o solo. Ao ser dado o comando “começar”, repetir a movimentação acima descrita, tão rapidamente quanto possível, até ser dado o comando “pare” (duração 1 minuto).
- c) **Das penalidades:** Só serão aceitos os movimentos que estiverem exatamente dentro da execução descrita como correta.
- d) **Da Classificação:** para ser classificado o candidato deverá conseguir no mínimo:
 - i) 29 (vinte e nove) movimentos corretos – para o gênero masculino;
 - ii) 24 (vinte e quatro) movimentos corretos – para o gênero feminino.
- e) **Demonstração por imagem:**



13) CORRIDA DE 100 METROS

- a) **Posição inicial:** Fica ao critério do avaliador sair na posição baixa ou em qualquer outra que lhe achar conveniente, desde que não atrapalhe ou burle a perfeita execução do teste.
- OBSERVAÇÃO:** Não será permitida a utilização de bloco de partida para a largada.
- b) **Da Classificação:** para ser classificado o candidato deverá cumprir o percurso estabelecido em no mínimo:
 - i) 19 (dezenove) segundos - gênero masculino;
 - ii) 20 (vinte) segundos - gênero feminino.

ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGUNA – SC
CONCURSO PÚBLICO – EDITAL 005/2011

14) CORRIDA DE 2400 METROS E 3200 METROS

- a) **Posição inicial:** Fica ao critério do avaliado sair na posição baixa ou em qualquer outra que lhe achar conveniente, desde que não atrapalhe ou burle a perfeita execução do teste.
- b) **Da execução:** Após dada a largada, correr o mais rápido possível para completar a distância demarcada proposta de 2400 (dois mil e quatrocentos) metros para candidatos do gênero feminino e 3200 (três mil e duzentos) metros para candidatos do gênero masculino.
- c) **Da Classificação:** para ser classificado o candidato deverá cumprir o percurso estabelecido em até 17(dezessete) minutos e 05 (cinco) segundos, para ambos os gêneros.