

**ANEXO “E”**

**MODELO DE REQUERIMENTO DE RECURSO/FORMULÁRIO DE RECURSO  
CONCURSO CFO BM 13 – EDITAL N. 11/12**

**1. IDENTIFICAÇÃO DO CANDIDATO (CAPA DO RECURSO)**

Nome \_\_\_\_\_

CPF \_\_\_\_\_ Identidade \_\_\_\_\_ Inscrição n.: \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_

Telefone \_\_\_\_\_ Cidade onde realizou a prova: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Assinatura do Candidato

**2. SOLICITAÇÃO:**

2.1 Prova objetiva de conhecimentos:

( ) do gabarito oficial da matéria de \_\_\_\_\_ questão n. \_\_\_\_\_

( ) outros (especificar) \_\_\_\_\_

2.2 Prova de redação:

( ) Resultado da prova ( ) Desenvolvimento da prova

2.3 Demais Fases:

( ) Requerimento de recurso/laudo ( ) Recurso

Exames de saúde: ( ) preliminares ( ) complementares

( ) Teste de Avaliação Física

( ) Exame psicológico

**3. ARGUMENTAÇÃO LÓGICA E CONSISTENTE DO CANDIDATO:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**INSTRUÇÕES:** O candidato deverá:

- ✓ Digitar o recurso de acordo com as especificações estabelecidas no edital.
- ✓ Usar um formulário de recurso para cada questão, prova, teste ou exame em que solicitar revisão.
- ✓ Apresentar argumentação lógica e consistente.
- ✓ A Identificação do candidato (item 1) deverá ser feita em uma folha separada da Solicitação e da Argumentação lógica e consistente do candidato (itens 2 e 3).

**ATENÇÃO!** A inobservância de quaisquer das instruções acima resultará no indeferimento do recurso.

**(a) EDSON ALVES FRANCO, CORONEL BM  
DIRETOR DE RECURSOS HUMANOS**

## ANEXO “F”

### CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E BIBLIOGRAFIA PARA PROVA I E PROVA II

#### ➤ LÍNGUA PORTUGUESA

##### **Prova I - PROVA OBJETIVA DE CONHECIMENTOS**

I - Compreensão e interpretação de textos dissertativos.

II - Conhecimentos linguísticos - norma culta:

Ortografia / acentuação; classes de palavras: definições, classificações, formas, flexões, empregos; formação de palavras; estrutura da oração e do período: aspectos sintáticos e semânticos; concordância verbal; concordância nominal; regência verbal; regência nominal; sinais de pontuação: emprego; crase: emprego de sinal indicativo.

III - A variação linguística: as diversas modalidades do uso da língua adequadas às várias situações de comunicação.

##### **Prova II - REDAÇÃO EM LÍNGUA PORTUGUESA**

Além da leitura, a prova avaliará, especialmente, as habilidades de produção textual. A redação avaliará as habilidades de organização e exposição de ideias, bem como a correção gramatical.

O texto elaborado pelo candidato deverá apresentar as seguintes características: pertinência e relevância dos argumentos; estruturação lógica e coerente das ideias; expressão clara e concisa; propriedade vocabular; uso adequado dos mecanismos de coesão; adequada paragrafação.

##### **PROVA I - PROVA OBJETIVA DE CONHECIMENTOS**

#### ➤ LITERATURA BRASILEIRA

Noções de Teoria da Literatura: Gêneros Literários; Estilos de Época (Do Barroco ao Modernismo - Brasil): Contexto Histórico, características, principais autores; Análise de Obras Literárias: Intertextualidade e elementos estruturadores.

#### ➤ MATEMÁTICA

##### **Linguagem dos conjuntos**

Representações de um conjunto, pertinência, inclusão, igualdade, união, interseção e complementação de conjuntos.

##### **Números reais**

O conjunto dos números naturais: operações, divisibilidade, decomposição de um número natural nos seus fatores primos, máximo divisor comum e mínimo múltiplo comum de dois ou mais números naturais. O conjunto dos números inteiros: operações, múltiplos e divisores. O conjunto dos números racionais:

propriedades, operações, valor absoluto de um número, potenciação e radiciação. O conjunto dos números reais: números irracionais, a reta real, intervalos.

### **Unidades de medidas**

Comprimento, área, volume, massa, tempo, ângulo e velocidade. Conversão de medidas.

### **Proporcionalidade**

Razões e proporções: grandezas direta e inversamente proporcionais, regra de três simples e composta. Porcentagens. Juros simples e compostos.

### **Cálculo algébrico**

Operações com expressões algébricas, identidades algébricas. Polinômios de coeficientes reais: operações, raízes, teorema do resto.

### **Equações e inequações**

Equações do 1º e 2º grau, relação entre coeficientes e raízes. Inequações de 1º e 2º grau, desigualdades produto e quociente, interpretação geométrica. Sistemas de equações de 1º e 2º grau, interpretação geométrica.

### **Funções**

Conceito de função, função de variável real e seu gráfico no plano cartesiano. Composição de funções, função modular, funções inversas, funções polinomiais. Estudo das funções do 1º e 2º grau. Funções crescentes e decrescentes, máximos e mínimos de uma função. Função exponencial e função logaritmo: propriedades fundamentais de expoentes e logaritmos, operações. Gráficos. Equações e inequações envolvendo expoentes e logaritmos.

### **Matrizes e sistemas**

Matrizes e determinantes até a 4ª ordem, propriedades e operações. Resolução e discussão de sistemas lineares.

### **Geometria analítica plana**

Distância entre dois pontos no plano e entre um ponto e uma reta. Condições de paralelismo e perpendicularismo de retas no plano. Estudo da reta e da circunferência.

### **Geometria plana**

Elementos primitivos, segmento, semirreta, semiplano e ângulo. Retas perpendiculares e paralelas. Teorema de Tales. Triângulos-congruência e semelhança. Quadriláteros. Polígonos. Circunferência e disco. Relações métricas no triângulo e na circunferência. Perímetro e área das principais figuras planas.

### **Geometria espacial**

Conceitos básicos. Posições relativas de retas e planos no espaço. Área lateral e volume do prisma, pirâmide, cilindro, cone e esfera.

### **Trigonometria**

Medida de um arco, o grau e o radiano, relação entre arcos e ângulos. O seno, o cosseno e a tangente de um ângulo. Fórmulas para a adição e subtração de arcos. Lei dos senos e lei dos cossenos. Identidades trigonométricas básicas, equações trigonométricas simples. As funções seno, cosseno, tangente e seus gráficos. Relações trigonométricas no triângulo retângulo.

## **Sequências numéricas**

Sequências. Progressões aritméticas e geométricas. Noção de limite de uma sequência. Soma dos termos de uma progressão geométrica infinita.

## **Análise combinatória e probabilidade**

O princípio fundamental da contagem. Permutações, arranjos e combinações simples. Binômio de Newton. Incerteza e probabilidade, conceitos básicos, probabilidade condicional e eventos independentes, probabilidade da união de eventos.

## **Tratamento da informação**

População estatística, amostras, frequência absoluta e relativa. Distribuição de frequências com dados agrupados, polígono de frequência, médias (aritmética e ponderada), mediana e moda. Leitura, construção e interpretação de gráficos de barras, de setores e de segmentos.

## **Números complexos**

Definições, representação e operações na forma algébrica.

## **Problemas envolvendo raciocínio lógico.**

### **➤ FÍSICA**

**MECÂNICA:** Potência de dez - Ordem de grandeza. Algarismos significativos - precisão de uma medida. Grandezas escalares e vetoriais - operações elementares. Aceleração - Movimento retilíneo uniformemente variado - Movimentos retilíneo uniforme da partícula e Circular uniforme. Composição de forças - 1ª lei de Newton - equilíbrio de uma partícula - peso de um corpo - força de atrito. Composição de velocidade - independência de movimentos - Movimento de um projétil. Equilíbrio dos fluídos - Densidade - Pressão - Pressão atmosférica - Princípio de Arquimedes. Força e aceleração - Massa - 2ª lei de Newton. Forças de ação e reação - 3ª lei de Newton. Trabalho de uma força constante - Potência. Energia potencial gravitacional e elástica - conservação da energia mecânica. Quantidade de movimento linear de uma partícula (conservação); Gravitação - Leis de Kepler e Lei de Newton.

**TERMODINÂMICA:** Temperatura - Escalas termométricas - Dilatação (sólido/líquido). Gases ideais - Transformações isotérmica, isobárica, isovolumétrica e adiabática. Equivalente mecânico da caloria - calor específico - energia interna. 1ª Lei da termodinâmica. Mudanças de fase. 2ª Lei da termodinâmica - transformação de energia térmica em outras formas de energia.

**VIBRAÇÕES E ONDAS:** Movimento harmônico simples. Ondas elásticas: propagação - superposição - reflexão e refração - noções sobre a interferência, difração e ressonância. Som.

**ÓTICA:** Propagação e reflexão da luz - espelhos planos e esféricos de pequena abertura; Refração da luz - dispersão e espectros - lentes esféricas, delgadas e instrumentos óticos; Ondas luminosas - reflexão e refração da luz sob o ponto de vista ondulatório - interferência e difração.

**ELETRICIDADE:** Carga elétrica - Lei de Coulomb. Campo elétrico - campo de cargas pontuais - campo de uma carga esférica - movimento de uma carga em um campo uniforme. Corrente elétrica, diferença de potencial, resistência elétrica. Lei de Ohm - Efeito Joule. Associação de resistências em série e em paralelo. Geradores de corrente contínua: força eletromotriz e resistência interna - circuitos elétricos; Experiência de

Oersted - Campo magnético de uma carga em movimento - indução magnética. Força exercida por um campo magnético sobre uma carga elétrica e sobre condutor retilíneo. Força eletromotriz induzida - Lei de Faraday - Lei de Lenz - Ondas eletromagnéticas.

FÍSICA MODERNA: Quantização de energia - efeito fotoelétrico. A estrutura do átomo: experiência de espalhamento de Rutherford - espectros atômicos; O núcleo atômico - Radioatividade - Reações nucleares.

## ➤ QUÍMICA

### **PROPRIEDADES DOS MATERIAIS**

1. Estados físicos e mudanças de estado. Variações de energia e do estado de agregação das partículas.
2. Temperatura termodinâmica e energia cinética média das partículas.
3. Propriedades dos materiais: cor, aspecto, cheiro e sabor; temperatura de fusão, temperatura de ebulição, densidade e solubilidade.
4. Substâncias e critérios de pureza.
5. Misturas homogêneas e heterogêneas. Métodos de separação.

### **ESTRUTURA ATÔMICA DA MATÉRIA - CONSTITUIÇÃO DOS ÁTOMOS**

1. Modelo atômico de Dalton: descrição e aplicações.
2. Modelo atômico de Thomson: natureza elétrica da matéria e existência do elétron.
3. Modelo atômico de Rutherford e núcleo atômico.
4. Prótons, nêutrons e elétrons. Número atômico e número de massa.
5. Modelo atômico de Bohr: aspectos qualitativos. Configurações eletrônicas por níveis de energia.

### **PERIODICIDADE QUÍMICA**

1. Periodicidade das propriedades macroscópicas: temperaturas de fusão e ebulição, caráter metálico de substâncias simples, estequiometrias e natureza ácido-básica de óxidos.
2. Critério básico da classificação periódica moderna. Configurações eletrônicas e elétrons de valência.
3. Grupos e períodos. Elétrons de valência, número de oxidação e localização dos elementos.
4. Símbolos de elementos mais comuns.
5. Periodicidade das propriedades atômicas: raio atômico, energia de ionização.

Quanto a este item, espera-se que os candidatos saibam interpretar tendências gerais de variação das propriedades macroscópicas e microscópicas em termos do efeito da carga nuclear e da distância média entre elétrons de valência e núcleo.

### **LIGAÇÕES QUÍMICAS E INTERAÇÕES INTERMOLECULARES**

1. Propriedades macroscópicas de substâncias sólidas, líquidas e gasosas e de soluções: correlação com os modelos de ligações químicas e de interações intermoleculares.
2. Energia em processos de formação ou rompimento de ligações químicas e interações intermoleculares.
3. Modelos de ligações químicas e interações intermoleculares. Substâncias iônicas, moleculares, covalentes e metálicas.

4. Polaridade das moléculas. Reconhecimento dos efeitos da polaridade de ligação e da geometria na polaridade das moléculas e a influência desta na solubilidade e nas temperaturas de fusão e de ebulição das substâncias.

### **REAÇÕES QUÍMICAS E ESTEQUIOMETRIA**

1. Reação química: conceito e evidências experimentais.
2. Equações químicas: balanceamento e uso na representação de reações químicas comuns.
3. Oxidação e redução: conceito, balanceamento, identificação e representação de semirreações.
4. Massa atômica, mol e massa molar: conceitos e cálculos.
5. Aplicações das leis de conservação da massa, das proporções definidas, do princípio de Avogadro e do conceito de volume molar de um gás. Cálculos estequiométricos.

### **SOLUÇÕES LÍQUIDAS**

1. Soluções e solubilidade. O efeito da temperatura na solubilidade. Soluções saturadas.
2. O processo de dissolução: interações soluto/solvente; efeitos térmicos.
3. Eletrólitos e soluções eletrolíticas.
4. Concentração de soluções: em g/L, em mol/L e em percentuais. Cálculos.
5. Propriedades coligativas. Relações qualitativas entre a concentração de soluções de solutos não-voláteis e as propriedades: pressão de vapor, temperatura de congelamento e de ebulição e a pressão osmótica.

### **TERMOQUÍMICA**

1. Calor e temperatura: conceito e diferenciação.
2. Processos que alteram a temperatura das substâncias sem envolver fluxo de calor – trabalho mecânico, trabalho elétrico e absorção de radiação eletromagnética.
3. Efeitos energéticos em reações químicas. Calor de reação e variação de entalpia. Reações exotérmicas e endotérmicas: conceito e representação.
4. A obtenção de calores de reação por combinação de reações químicas; a lei de Hess. Cálculos.
5. A produção de energia pela queima de combustíveis: carvão, álcool e hidrocarbonetos. Aspectos químicos e efeitos sobre o meio ambiente.

### **CINÉTICA E EQUILÍBRIO QUÍMICO**

1. Evidências de ocorrência de reações químicas: a variação de propriedades em função do tempo.
2. Velocidade de uma reação química: conceito e determinação experimental. Reações muito rápidas e muito lentas efeito do contato entre os reagentes, de sua concentração, da temperatura, da pressão na velocidade de reações químicas. Catalisadores e inibidores.
3. Colisões moleculares: frequência e energia. Energia de ativação e estado de transição (complexo ativado): conceitos, construção e interpretação de diagramas.
4. Reações químicas reversíveis. Evidências experimentais para o fenômeno da reversibilidade.
5. Equilíbrio químico: caracterização experimental e natureza dinâmica.
6. A modificação do estado de equilíbrio de um sistema: efeitos provocados pela alteração da concentração dos reagentes, da pressão e da temperatura. O princípio de L<sup>e</sup> Chatelier. Aplicações.

### **ÁCIDOS E BASES**

1. Distinção operacional entre ácidos e bases.
2. Ácidos e bases (fortes e fracos) de Arrhenius; reações de neutralização.
3. Produto iônico da água. pH: conceito, escala e usos.
4. Indicadores ácido-base: conceito e utilização.

## **QUÍMICA ORGÂNICA**

1. Conceituação de grupo funcional e reconhecimento por grupos funcionais de: alquenos, alquinos e arenos (hidrocarbonetos aromáticos), alcoóis, fenóis, éteres, aminas, aldeídos, cetonas, ácidos carboxílicos, ésteres e amidas.
2. Representação de moléculas orgânicas. Carbono tetraédrico, trigonal e digonal e ligações simples e múltiplas. Fórmulas estruturais – de Lewis, de traços, condensadas e de linhas e tridimensionais.
3. Variações na solubilidade e nas temperaturas de fusão e de ebulição de substâncias orgânicas causadas por: aumento da cadeia carbônica, presença de ramificações, introdução de substituintes polares, isomeria constitucional e diastereoisomeria *cis/trans*.
4. Polímeros: identificação de monômeros, unidades de repetição e polímeros – polietileno, PVC, teflon, poliésteres e poliamidas.

## **➤ BIOLOGIA**

Processos fundamentais da fisiologia celular: respiração, fotossíntese, síntese protéica e divisão celular – mitose e meiose.

Fisiologia humana: sistema circulatório, sistema excretor, sistema endócrino, sistema nervoso, sistema digestório, sistema respiratório e sistema reprodutor e métodos contraceptivos, DSTs e AIDS.

Diversidade dos seres vivos: características adaptativas dos grandes grupos.

Princípios básicos da hereditariedade - Material genético; composição, estrutura e duplicação do DNA - Código genético e mutação. Funcionamento dos genes; noções de transcrição, tradução – síntese protéica – e regulação. Leis de Mendel. Padrões de herança: autossômica, ligada ao sexo – dominante e recessiva. Grupos sanguíneos. Aplicação dos conhecimentos atuais de genética na tecnologia do DNA recombinante – Retrocruzamento Interação Gênica - Herança ligada ao sexo - Mutações - Grupos Sanguíneos.

Evolução da vida - Origem da vida - Explicações sobre a diversidade - Evidências da evolução - A origem das espécies. A conquista dos ambientes terrestres por animais e plantas. A evolução do homem.

Ecologia: Bases do funcionamento dos sistemas ecológicos, fluxo de energia e ciclagem dos materiais. Características dos níveis de organização: população e ecossistemas. O ambiente e as adaptações dos organismos. Condições ambientais e a saúde. A Biosfera comprometida - A extinção das espécies.

## **➤ GEOGRAFIA**

O espaço natural e econômico: Orientação, Localização, Representação da Terra e Fusos Horários. A Terra: Características e Movimentos; Evolução; Camadas da Terra. A Deriva Continental e a Tectônica de Placas. Rochas: Tipos; Características. Solos: Formação; Conservação. Relevo terrestre e seus agentes. A Atmosfera e sua Dinâmica: Tempo; Clima. As Grandes Paisagens Naturais da Terra. Aspectos Demográficos: Conceitos

fundamentais. Aspectos Econômicos Gerais: Comércio; Recursos naturais e extrativismo mineral; Fontes de energia; Indústria; Agricultura. Geografia do Brasil: Regiões Brasileiras: Aspectos Físicos; Aspectos Humanos; Aspectos Políticos; Aspectos Econômicos. Geografia geral: As relações econômicas no mundo moderno: A crise econômica mundial; Os blocos econômicos; A questão da multipolaridade. A globalização. Focos de tensão e conflitos mundiais.

#### ➤ INGLÊS

Evaluation of the reading competence of the candidate, through the comprehension of an authentic text at an intermediate level. The items which will be taken into consideration are the ability of understanding the text in its overall meaning, plus the capacity of detaching a specific idea in it, as well as the knowledge of the basic structures of the English Language, for which the candidate must know some grammar at the functional level, which includes: nouns and pronouns; modifiers; articles, adjuncts and repositions; the verbal system (aspects and voices) subordinate clauses; word formation; and indirect speech.

#### ➤ ESPANHOL

A prova de língua espanhola visa verificar a compreensão de texto, abrangendo o conhecimento de estruturas básicas e **específicas** da língua espanhola: **conhecimentos** gramaticais e lexicais **básicos** e as habilidades de inferência pelo contexto, a capacidade de dedução, de análise e de síntese.

Os textos versarão sobre os mais variados gêneros discursivos, tais como diálogos, narrativas, relatos, exposições, descrições, histórias em quadrinhos, contos, fábulas, **anúncios publicitários**, cartas ou e-mails, formais e informais, textos de opinião, entrevistas e outros.

#### **PROGRAMA:**

1. O sistema verbal.
2. O advérbio.
3. As preposições.
4. As conjunções.
5. O substantivo (gênero, número e grau).
6. O adjetivo.
7. Os determinantes (artigos, possessivos e demonstrativos).
8. Os pronomes.
9. Orações simples e compostas.
10. As partículas “lo” e “se”.
11. Discurso indireto.

#### ➤ NOÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

Histórico dos Direitos Humanos. Direitos individuais. Direitos Sociais e Direitos Difusos. Direitos Cíveis e Políticos. Direitos Fundamentais. Violação de Direitos Humanos. Segurança Pública e Cidadania. Declaração Universal dos Direitos Humanos. Constituição Federal (artigos 1º ao 10). Constituição Estadual:



Título II (artigos 4º e 5º), Título IV (artigos 185 a 226). Lei n. 9.455, de 7 de abril de 1.997, Lei da Tortura. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1.990, Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2.003, Estatuto do Idoso.

## ➤ HISTÓRIA

História geral: A Transição do Feudalismo para Capitalismo; A Formação das Monarquias Nacionais; O Expansionismo Marítimo-Comercial Europeu: Navegações portuguesas; Navegações espanholas; Efeitos da expansão européia. A América Pré-Colombiana: O homem americano; As civilizações: Astecas, Maias e Incas. O Renascimento Cultural: Características da cultura renascentista; O renascimento e o humanismo na Itália. A Reforma e a Contra-Reforma: Reforma na Alemanha; A contra-reforma. O Iluminismo: Fisiocracia e liberalismo; Despotismo esclarecido. A Revolução Industrial: Etapas da revolução; Efeitos de revolução. Independência dos Estados Unidos: Pressão inglesa; A Independência. A Revolução Francesa: Sociedade, Economia e Política. A Era Napoleônica: Expansionismo napoleônico; Congresso de Viena. Independência da América Latina: A crise do sistema colonial; Lutas pela Independência na América; Imperialismo; Neocolonialismo; Partilha da África e Ásia. Primeira Guerra Mundial e Revolução Russa. Formação das Alianças; Consequências da guerra; Revolução Russa de 1917; Governo de Lenin e Stalin; Crise e Totalitarismo; Crise de 1929; O avanço do totalitarismo; O Fascismo e o Nazismo. A Segunda Guerra Mundial: Imperialismo; Fases da guerra. A Guerra Fria: Guerra do Vietnã; Guerra da Coreia; Guerra entre Árabes e Judeus. Mudanças nas fronteiras: O fim da União Soviética; A democratização do Leste Europeu; A reunificação da Alemanha. História do Brasil: O mercantilismo e as bases da colonização: O modelo colonizador português; A organização administrativa colonial; A produção açucareira. O Império português em crise e a expansão da conquista colonial: A união Ibérica; O papel da pecuária na expansão territorial; O bandeirantismo. A idade do ouro no Brasil: A corrida do ouro e o povoamento do sudeste; A sociedade mineradora. Apogeu e crise do sistema colonial: A corte portuguesa no Brasil; A Independência do Brasil. Organização do Império Brasileiro: Primeiro Reinado; Organização Sócio-Econômica; Organização Política; Período de Regência; O Segundo Reinado. O advento e a consolidação da República Oligárquica: Propaganda republicana; A consolidação do regime; A Revolução de 1930: fim da República Velha. O Estado Novo. O período entre Ditaduras: A Redemocratização brasileira. O golpe político de 1964: Situação geral do país; Situação econômica pós-64. Redemocratização do país: A Nova República; Diretas Já; Governo Sarney; Governo Collor; Governo Itamar e a eleição de Fernando Henrique Cardoso; A sociedade brasileira na atualidade. A globalização. Focos de tensão e conflitos mundiais.

**(a) EDSON ALVES FRANCO, CORONEL BM  
DIRETOR DE RECURSOS HUMANOS**

## ANEXO “G”

### TABELA E CRITÉRIOS PARA APLICAÇÃO DO TAF

#### 1. Teste de resistência aeróbica - corrida 2.400 metros (sexo masculino e feminino)

##### 1.1 Objetivo:

Medir indiretamente a resistência aeróbica devendo o avaliado percorrer a distância de 2.400 m, no menor tempo possível, conforme tabela.

##### 1.2 Recursos humanos e materiais

###### 1.2.1 Colaboradores;

1.2.2 Cronômetros com precisão de segundos, pista de atletismo tamanho oficial de 400 m, ou local plano demarcado de 400 em 400 metros, apito e material para anotação de dados e resultados.

##### 1.3 Procedimentos

1.3.1 Serão organizados grupos de avaliados, conforme disponibilidade do terreno ou local de aplicação do teste;

1.3.2 O teste iniciará no momento em que o avaliador determinar, devendo comandar o início do teste, (comando “Atenção! Vai! Ou apito”), momento este em que é acionado o cronômetro; e encerrado quando o avaliado concluir o percurso de 2.400 m, sendo então registrado o tempo final do avaliado no teste;

1.3.3 Se o teste for aplicado em pista de atletismo serão contadas uma a uma o número de voltas necessárias para completar o percurso de 2.400 m.

##### 1.4 Importante

1.4.1 Recomenda-se ao avaliado realizar alongamentos e preparação inicial para realização do teste;

1.4.2 Após iniciado o teste recomenda-se ao avaliado a manter o mesmo ritmo, frequência de passadas durante todo o percurso, evitando-se chegar na última volta com velocidade, e esforços muito superiores às voltas que vinham sendo realizadas anteriormente;

1.4.3 Durante o teste o avaliado poderá andar, ou alterar sua velocidade ou esforço, podendo retornar o esforço no momento que quiser;

1.4.4 Não se admitirá ao avaliado parar, descansar durante o teste para depois reiniciar a prova;

1.4.5 Após o término do percurso recomenda-se ao avaliado não cessar bruscamente os movimentos, devendo trotar até o retorno de sua frequência cardiorrespiratória às condições de normalidade.

##### 1.5 Resultado

Será dado pelo tempo gasto para o avaliado completar o percurso de 2.400 m, sendo o tempo gasto para completar o teste convertido em pontos, conforme tabela.

#### 2. Teste de flexão abdominal (sexo masculino e feminino)

## 2.1 Objetivo

Medir indiretamente a força dos grupos musculares que compõem o abdômen, através da realização do maior número possível de flexões abdominais no tempo previsto.

## 2.2 Recursos humanos e materiais

2.2.1 Colaboradores;

2.2.2 Cronômetro com precisão de segundos, materiais para anotação dos resultados.

## 2.3 Procedimentos

2.3.1 O avaliado posiciona-se em decúbito dorsal com o quadril flexionado e joelhos flexionados formando um ângulo de noventa graus (90°), e plantas dos pés apoiadas 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 avaliado soltá-las não será contada a flexão realizada nessa condição;

2.3.2 Os pés (dorso) deverão estar fixos no solo durante toda a execução do teste, podendo ser utilizado um colaborador para este fim. O afastamento entre os pés não deve exceder a largura dos quadris;

2.3.3 A posição inicial para o exercício é quando o avaliado estiver com sua coluna vertebral e cabeça totalmente apoiados no solo;

2.3.4 O teste é iniciado pelo comando do avaliador “Atenção! Vai!” ou por apito, com o acionamento concomitante do cronômetro, e finalizando com o comando “ Pare!” ou por apito final, com o travamento do cronômetro;

2.3.5 O avaliado 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;

2.3.6 Será permitido o repouso entre os movimentos, que não será descontado do tempo previsto, sendo computadas apenas as flexões corretas realizadas nesse tempo;

2.3.7 O teste será aplicado sobre o solo ou superfície plana.

## 2.4 Importante

2.4.1 Recomenda-se ao avaliado realizar alongamentos e preparação inicial para realização do teste.

## 2.5 Resultado

Será dado pelo número de flexões abdominais corretas realizadas no tempo previsto, sendo convertido o número de flexões abdominais em pontos, conforme tabela.

### 3. Teste de agilidade - shuttle run

#### 3.1 Objetivo

Medir a habilidade de correr com mudança de direção do corpo.

#### 3.2 Recursos materiais

a) Fita adesiva, cronômetro com precisão de até centésimos de segundos e blocos de madeira medindo 5 cm x 5 cm x 10 cm;

b) Materiais para anotação de resultados.

#### 3.3 Procedimentos

3.3.1 Para execução da prova o avaliado 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 (distância de 9,14 metros), apanha o 1º bloco (à escolha do avaliado), 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;

3.3.2 Os blocos não podem ser arremessados a 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 segunda e última tentativa.

3.3.3 Para o início do teste o avaliador posicionado ao lado do campo de prova de um local que melhor visualize a execução desta, emitirá os seguintes comandos: "Atenção! Vai!" ou comando por apito, com o acionamento concomitante do cronômetro. O fim do teste será quando o avaliado colocar o 2º bloco no solo, após a linha de chegada, quando ocorrerá o travamento do cronômetro;

3.3.4 Ao iniciar a movimentação em velocidade, sempre que o avaliado atingir a linha oposta deverá ultrapassar essa linha com um dos pés, se não o fizer será desclassificado do teste. São permitidas duas tentativas para realização do teste devendo haver um intervalo de tempo entre estas;

3.3.5 Será registrado o menor tempo em que o avaliado concluir o teste quando ocorrer duas tentativas;

3.3.6 A prova será realizada de forma individual, com um avaliado por vez.

#### 3.4 Importante

3.4.1 Recomenda-se ao avaliado realizar alongamentos e preparação inicial para ser submetido ao teste, intensificando alongamentos dos grupos musculares dos membros inferiores.

#### 3.5 Resultado

Será dado pelo menor tempo gasto pelo avaliado para completar o percurso, sendo convertido o tempo registrado em pontos, conforme tabela.

#### 4. Teste de força muscular de membros superiores

##### 4.1 Barra fixa - masculino

###### 4.1.1 Objetivo

Medir indiretamente a força muscular de membros superiores.

###### 4.1.2 Recursos materiais

Barra de ferro ou de madeira, caneta e papel para anotação dos resultados.

###### 4.1.3 Procedimentos

4.1.3.1 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;

4.1.3.2 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);

4.1.3.3 Após assumir essa posição, o avaliado deverá elevar o corpo até que o queixo ultrapasse o nível da barra, após o que retornará à posição inicial;

4.1.3.4 O movimento é repetido tantas vezes quanto possível, sem limite de tempo. Será contado o número de movimentos completados corretamente.

###### 4.1.4 Importante

4.1.4.1 Os cotovelos deverão estar em extensão total para o início de flexão;

4.1.4.2 É permitido repouso entre um movimento e outro, contudo, o avaliado não poderá tocar os pés no solo;

4.1.4.3 Não são permitidos movimentos de quadris ou pernas e extensão da coluna cervical como formas de auxiliar na execução da prova.

###### 4.1.5 Resultado

Será dado pelo número de repetições corretas realizadas, sendo este número convertido em pontos conforme tabela.

##### 4.2 Flexão de braços - feminino

###### 4.2.1 Objetivo

Medir indiretamente a força muscular dos membros superiores.

###### 4.2.2 Recursos materiais

4.2.2.1 Solo ou superfície plana;

4.2.2.2 Material para anotação de resultados.

###### 4.2.3 Procedimentos

4.2.3.1 A avaliada se posicionará em seis pontos de apoio de frente para o solo com as mãos apoiadas no solo (ou punhos fechados), braços com cotovelos totalmente estendidos, joelhos (podendo ser utilizada uma proteção) e ponta dos pés apoiadas no solo, tronco totalmente estendido mantendo-se o alinhamento entre os quadris, tronco (dorso) e cabeça;

4.2.3.2 Realizar a flexão dos cotovelos até que estes fiquem ao nível dos ombros, de forma que o tronco deva ir até próximo ao solo sem apoiá-lo voltando à posição inicial, realizando a extensão completa dos cotovelos;

4.2.3.3 Durante a execução dos movimentos de flexão dos braços, o tronco manterá o alinhamento entre quadris e cabeça;

4.2.3.4 O movimento é repetido tantas vezes quanto possível, no tempo previsto, sendo computadas apenas as flexões executadas corretamente;

4.2.3.5 O teste é iniciado pelo comando do avaliador “Atenção! Vai!” ou comando de apito, com o acionamento concomitante do cronômetro, e finalizando com o comando “ Pare!” ou comando de apito, com o respectivo travamento do cronômetro;

4.2.3.6 Será permitido o repouso entre os movimentos (de flexões de braços), que não será descontado do tempo previsto, sendo computadas apenas as flexões completas e corretas realizadas nesse tempo.

#### 4.2.4 Importante

4.2.4.1 Recomenda-se à avaliada realizar alongamentos e preparação inicial para ser submetida ao teste.

#### 4.2.5 Resultado

Será dado pelo número de flexões de braços corretas realizadas no tempo previsto, sendo convertido o número de flexões realizadas em pontos, conforme tabela.



## ANEXO “H”

### MODELOS DE DECLARAÇÕES PARA ISENÇÃO DE TAXA DE INSCRIÇÃO

#### MODELO DECLARAÇÃO – ITEM 5.4 – ALÍNEA “b”

**(ATENÇÃO: NÃO DIGITAR, COPIAR O MODELO DE PRÓPRIO PUNHO, DATAR E ASSINAR)**

À

Comissão de análise de pedidos de isenção da taxa de inscrição  
Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12

Eu.....(nome do candidato).....portador do RG n. .... e inscrito no CPF sob o n. ...., declaro para fins de requerimento de isenção do pagamento da taxa de inscrição ao Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12, que nunca tive vínculo estatutário com o poder público municipal, estadual ou federal.

Data

Assinatura

#### MODELO DECLARAÇÃO ITEM 5.5 – ALÍNEA “g”

**(ATENÇÃO: NÃO DIGITAR, COPIAR O MODELO DE PRÓPRIO PUNHO, DATAR E ASSINAR)**

À

Comissão de análise de pedidos de isenção da taxa de inscrição  
Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12

Eu.....(nome do candidato).....portador do RG n. .... e inscrito no CPF sob o n. ...., declaro para fins de requerimento de isenção do pagamento da taxa de inscrição ao Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12, que não possuo contrato de prestação de serviços vigente com o poder público nos âmbitos municipal, estadual ou federal.

Data

Assinatura



**MODELO DECLARAÇÃO ITEM 5.5 – ALÍNEA “b”**

**(ATENÇÃO: NÃO DIGITAR, COPIAR O MODELO DE PRÓPRIO PUNHO, DATAR E ASSINAR)**

À

Comissão de análise de pedidos de isenção da taxa de inscrição  
Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12

Eu.....(nome do candidato).....portador do RG n. .... e inscrito no CPF sob o n. ...., declaro para fins de requerimento de isenção do pagamento da taxa de inscrição ao Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12, nunca tive contrato de prestação de serviços com o poder público nos âmbitos municipal, estadual ou federal.

Data

Assinatura

**MODELO DECLARAÇÃO ITEM 5.6 – ALÍNEA “b”**

**(ATENÇÃO: NÃO DIGITAR, COPIAR O MODELO DE PRÓPRIO PUNHO, DATAR E ASSINAR)**

À

Comissão de análise de pedidos de isenção da taxa de inscrição  
Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12

Eu.....(nome do candidato).....portador do RG n. .... e inscrito no CPF sob o n. ...., declaro para fins de requerimento de isenção do pagamento da taxa de inscrição ao Concurso Público do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CFO BM – Edital 11/12, não auferir qualquer tipo de renda, proveniente de atividade legalmente reconhecida como autônoma.

Data

Assinatura

**(a) EDSON ALVES FRANCO, CORONEL BM  
DIRETOR DE RECURSOS HUMANOS**