



EDITAL DE PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO Nº 001/2026

ABERTURA DO PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO PARA CONTRATAÇÃO DE BRIGADISTA CONTRA INCÊNDIO PARA EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES DE PREVENÇÃO E COMBATE DE FOCO DE QUEIMADAS NO MUNICÍPIO DE ALTA FLORESTA-MT.

A Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável do município de Alta Floresta –MT, através da Comissão Especial nomeada pela Portaria nº 002/2026, torna Público e aberto o presente edital de processo seletivo simplificado, mediante as condições e procedimentos estabelecidos neste documento, para provimento de brigadistas temporários que atuarão no Município de Alta Floresta -MT, em apoio às atividades de prevenção e combate de focos de queimadas no perímetro urbano do Município de Alta Floresta -MT.

1. DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES:

1.1. O processo seletivo simplificado será realizado pela Comissão especial Nomeada, conforme Portaria 002/2026 e regido por este edital.

1.2. Sempre que necessário, tornar-se-ão públicas as retificações para dispor sobre regras, situações e condições não previstas neste Edital.

1.3. O candidato aprovado será contratado com fulcro na Lei nº 8.745, de 1993 e alterações e Lei Municipal nº 1.005/2001, e inciso IX do Artigo 37 da Constituição Federal; para exercer atividades de prevenção, controle e combate às queimadas urbanas, por um período de 4 (quatro) meses no ano 2026 conforme a necessidade que o período de estiagem apresenta, podendo ser prorrogado ou interrompido, obedecendo ao interesse da Administração Pública.

1.4. O Processo Seletivo será composto por duas etapas (fases) de caráter eliminatório e classificatório:

a) 1ª Fase: Pré-seleção (Análise Curricular), caráter eliminatório;

b) 2ª fase: Curso de Formação de Brigada, com carga horária de 40 (quarenta) horas, caráter eliminatório e classificatório.

1.5. O Curso de Formação de Brigada será realizado com apoio do CBMMT (Corpo de Bombeiros Militar de Mato Grosso), através da 7ª CIBM (sétima Companhia Independente de Bombeiro Militar) de Alta Floresta, com metodologia própria da instituição. A 2ª fase, será realizado em classificação de notas conforme a disponibilidade das disciplinas do curso e do Teste de Aptidão Física a ser aplicado durante a realização da formação.



1.6. Considerando a natureza das atribuições das funções a serem preenchidas, com esforço contínuo e grande exigência da capacidade cardiorrespiratória e resistência muscular, fica estipulado o limite de idade máxima de 59 anos para concorrer ao processo seletivo.

1.7. Todos os horários definidos neste Edital, seus anexos e comunicados oficiais têm como referência o horário local de Alta Floresta -MT.

2 . PROCEDIMENTOS PARA A INSCRIÇÃO:

2.1. A inscrição será isenta de qualquer taxa.

2.2. A inscrição será realizada nos dias 28 de maio a 11 de junho de 2026 na Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, localizada no endereço Avenida Jaime Veríssimo de Campo, (sentido aeroporto antes da segunda rotatória), Setor C, CEP: 78580-000, Alta Floresta –MT, nos horários de 08h00 à 16h00 ou de forma digital pelo e-mail: secma@altafloresta.mt.gov.br.

2.2.1 Qualquer dúvida sobre as inscrições poderá ser enviada no endereço eletrônico: secma@altafloresta.mt.gov.br.

2.3. Documentos necessários para a Inscrição, com cópias legíveis, sob risco de não aceitação, não sendo necessária autenticação cartorial:

2.3.1. Documento pessoal com foto e comprovação de inscrição de CPF e Registro Geral (Carteira de Identidade) – documento original e cópia.

2.3.2. Atestado Médico, comprovando que o candidato se encontra “APTO a realizar atividades físicas”, emitido nos últimos 30 (trinta) dias– documento original.

2.3.3. Comprovante de Residência (Conta de água, luz, telefone, etc) ou declaração de residência assinada pelo candidato – documento original e cópia.

2.3.4. Comprovante de Escolaridade conforme exigência da vaga, especificado no item 3.1.1 – documento cópia.

2.3.5. Currículo, preenchido com os devidos documentos que comprovem as experiências de trabalho e capacitações realizadas, comprovadas com Certificados – documentos originais e cópias.

2.4. Somente será aceita inscrição do candidato que apresentar no ato da inscrição toda a documentação relacionada nos itens 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3 2.3.4 e 2.3.5.

2.5. A ficha de inscrição e toda documentação relacionada nos itens 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3 2.3.4 e 2.3.5. Deverão ser encaminhados junto com os originais e apresentados no ato da contratação.

2.6. Ficam vedados a participar do presente Processo Seletivo Simplificado servidores da Administração Direta ou Indireta da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, bem como de empregados ou servidores de suas subsidiárias e controladas.



3. DAS FUNÇÕES:

3.1 Função: Brigadista Contra Incêndio

3.1.1 Requisitos básicos:

a) Ensino médio completo;

b) Ter entre 18 e 59 anos completos, na data da inscrição;

3.1.2 Remuneração mensal: R\$ 2.748,42 (Dois mil setecentos e quarenta e oito reais e quarenta e dois centavos.);

3.1.3 Jornada de Trabalho: escalas de 12 X 36 definidos pela Secretaria de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável e Corpo de Bombeiros Militar, através da 7ª CIBM –AF/MT.

4 - DAS VAGAS

| Função | Vagas | Requisitos mínimos de escolaridade | Duração do contrato |
|---------------------------------|--------------|---|----------------------------|
| BRIGADISTA CONTRA INDÊNIO | 04 | Ensino Médio | 4 meses |

3

5- DOS PORTADORES DE DEFICIÊNCIA:

5.1 Em razão das peculiaridades e características da função e as atividades que está requer, os brigadistas deverão possuir aptidão para desempenhar todas as atribuições da sua função, razão pela qual não haverá reserva de vagas para pessoas portadoras de deficiência.

6. DAS ETAPAS DE AVALIAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO

6.1 Os candidatos inscritos submeter-se-ão aos exames seletivos, em 2 (duas) etapas:

(1) Verificação e análise de documentos (Caráter eliminatório);

(2) Curso de Formação de Brigadista (Caráter eliminatório e classificatório) e Teste de Aptidão Física (Caráter eliminatório).

6.2. DA PRÉ-SELEÇÃO:

6.2.1. DA ENTREGA E ANALISE DE DOCUMENTOS:

6.2.1.1. Será analisado os documentos entregues dos candidatos no processo de Pré-seleção.





6.2.1.2. Os candidatos serão classificados em ordem alfabética, em conformidade com a documentação exigida na inscrição do processo seletivo.

6.2.1.3. Os candidatos que não atender às exigências dos documentos necessários para a inscrição estarão reprovados.

6.2.1.4. Será analisada a experiência correlatas das atividades afins do objeto da contratação (currículo) dos candidatos aprovados no processo de Pré-seleção, no quantitativo de até 5 (cinco) vezes a quantidade de vagas disponíveis. A avaliação e a classificação serão realizadas pela análise da experiência apresentada nos currículos e comprovações entregues com seus devidos certificados pelos candidatos no ato de inscrição.

6.2.1.5. Havendo quantidade maior que 5 (cinco) vezes o número de vagas de candidatos, observar-se-á o seguinte critério para classificar, na seguinte ordem:

6.2.1.5.1. Tiver certificados de curso de formação de brigadista;

6.2.1.5.2. Tiver maior grau de escolaridade;

6.2.1.5.3. Tiver maior idade.

6.3 DA DOCUMENTAÇÃO PARA O CURSO DE FORMAÇÃO

6.3.1. Será imprescindível apresentar no dia e local para a realização do Curso de Formação:

6.3.1.1. Atestado de saúde física e mental emitido nos últimos 30 dias comprovando estar APTO a suportar esforços físicos inerentes a atividade de Brigadista Contra Incêndio e realização do Teste de Aptidão Física na data de realização da prova;

6.3.1.2. Documento de identificação com foto;

6.3.1.3. Comprovante de inscrição.

6.4 DO CURSO DE FORMAÇÃO DE BRIGADISTA

6.4.1 Serão selecionados para o curso de formação de Brigadista os classificados conforme item 6.3 deste edital.

6.4.2 O curso de Brigadista é formado por aulas teóricas e práticas e seguirá o conteúdo da Instituição do Corpo de Bombeiros Militar (7ª CIBM – AF /MT) com carga de 40 horas.

6.4.3 O curso de formação será realizado no período entre 22 de junho à 25 de junho de 2026, em horário a ser definido aos classificados.

6.4.4 É obrigatória a presença dos candidatos em todas as atividades do curso e para isso deverão assinar a folha de frequência durante todo o curso, completando a carga horaria.

6.4.5 Ao final do curso, será realizada avaliação teórica e/ou prática, a critério dos instrutores.



6.4.6 Será aplicado durante o curso, conforme cronograma próprio do Corpo de Bombeiros, o Teste de Aptidão Física (TAF) onde o candidato deve apresentar documento de identificação, comprovante de inscrição e atestado médico, comprovando estar APTO a suportar esforço físico, na data de realização da prova e se fará a prova independentemente das condições meteorológicas. O TAF será atribuída nota, que irá compor a média final do candidato durante o curso de formação.

6.4.6.1 Os exercícios previstos no TAF, protocolo de aplicação e pontuação estão definidos conforme Anexo III deste edital.

6.4.6.2 Recomenda-se para a realização do TAF o uso de roupas leves e tênis, adequados a realização dos exercícios propostos, sendo opcional o uso de chapéus, bonés para proteção contra o sol.

6.4.6.3 Não serão fornecidas vestimentas para a realização do TAF ou do curso de formação, cabendo ao candidato a aquisição individual dos itens.

6.4.7 Serão considerados aprovados, e farão jus ao certificado de participação no curso os candidatos que obtiverem o mínimo de 90% de presença nas aulas e nota final mínima de 6 (seis).

6.4.8 Após a finalização do Curso de Brigadista, última etapa, os 4 primeiros colocados, de forma decrescente de pontuação (maior para o menor) conforme avaliação do curso de Brigadista serão classificados para convocação e contratação, e os demais aprovados irão compor o cadastro de reserva.

6.4.9 A convocação e contratação obedecerão à ordem de classificação.

6.4.10 Todas as etapas do curso de formação serão realizadas independentemente das condições meteorológicas.

6.4.11 O não comparecimento implicará em eliminação automática do candidato.

7. DOS RESULTADOS

7.1. O resultado preliminar da fase de pré-seleção da análise curricular, será divulgado no dia 15 de junho de 2026.

7.2. O resultado preliminar da fase do Curso de Brigadista será divulgado dia 26 de junho de 2026.

7.3. O resultado final das duas etapas após análise de recursos e a convocação serão divulgados dia 01 de julho de 2026.

7.4. Todos os resultados serão divulgados em Diário Oficial do município, site: <https://www.altafloresta.mt.gov.br/> e na Secretaria Municipal de Meio Ambiente e



Desenvolvimento Sustentável, localizada no endereço Avenida Jaime Veríssimo de Campo, (sentido aeroporto antes da segunda rotatória), Setor C, CEP: 78580-000, Alta Floresta –MT.

8 - DA CONTRATAÇÃO

8.1. A aprovação no Processo Seletivo Simplificado não assegura o direito à contratação. A convocação para contratação ocorrerá conforme oportunidade e conveniência das necessidades da Administração Pública.

8.2. A convocação para contratação será efetivada conforme a necessidade de pessoal, sendo 4 meses no ano 2026, com prazo previsto de julho à outubro do ano corrente conforme a necessidade, obedecendo a ordem de classificação no processo seletivo.

8.3. O contrato poderá ser prorrogado ou extinto conforme as necessidades da Administração Pública, seguindo as regras dos itens 11.4 e 11.5.

8.4. É requisito para a contratação temporária ser brasileiro ou gozar das prerrogativas legais correspondentes, conforme a nova Lei de migração 13.445/2017 que prevê direitos aos migrantes no território brasileiro, como a inviolabilidade do direito à vida, à igualdade, à segurança e à propriedade.

8.5. É requisito para a contratação temporária estar em dia com suas obrigações militares (sexo masculino) e eleitorais, devendo apresentar os devidos comprovantes podendo ser considerada original ou cópia legível do certificado de reservista e certidões extraídas pela Justiça Eleitoral.

8.6. É requisito para a contratação temporária não ser servidor da Administração Direta ou Indireta da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, nem empregado ou servidor de suas subsidiárias e controladas, ressalvadas as hipóteses do inciso XVI do art. 37 da CRFB/88 e do §1º do art. 6º da Lei nº8.745/93".

8.7. É requisito para a contratação temporária possuir 18 (dezoito) anos completos até a data do término das inscrições.

6

9- APRESENTAÇÃO PARA CONTRATAÇÃO

9.1. O candidato aprovado e convocado deverá apresentar-se no dia 01 de julho de 2026, na Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, localizada no endereço Avenida Jaime Veríssimo de Campo, (sentido aeroporto antes da segunda rotatória), Setor C, CEP: 78580-000, Alta Floresta –MT para procedimentos de contratação conforme legislação vigente.



9.2. O candidato convocado para contratação será informado oficialmente por e-mail ou telefone e deverá apresentar-se no dia 01 de julho de 2026 com os seguintes documentos:

9.2.1 02 (duas) fotos 3x4 recentes.

9.2.2 RG- cédula de identidade, CPF - cadastro de pessoa física, (cópia)

9.2.3 título de eleitor e comprovante de votação (cópia)

9.2.4 carteira de reservista (cópia).

9.2.5 comprovante de escolaridade - certificado ou diploma (cópia).

9.2.6 CTPS - carteira de trabalho, página que contém a foto frente e verso e o registro do primeiro emprego (cópia)

9.2.7 cartão PIS/PASEP ou declaração da não inscrição no PIS/PASEP (cópia).

9.2.8 certidão nascimento ou casamento (cópia).

9.2.9 comprovante de residência com o nome do candidato (fatura de água/energia/telefone) (cópia).

9.2.10 certidão de nascimento dos filhos (cópia).

9.2.11 carteira de vacinação dos filhos menores de 05 anos (cópia).

9.2.12 RG - cédula de identidade, CPF - cadastro de pessoa física dos dependentes maiores de 18 anos, (cópia).

9.2.13 declaração de matrícula na escola dos filhos de 06 a 14 anos.

9.2.14 atestado de saúde física e mental (cópia e carimbo conferem com original).

9.2.15 certidão negativa de débitos municipais.

9.2.16 certidão civil e criminal, expedida pelo cartório distribuidor da comarca do domicílio dos últimos cinco anos.

9.2.17 declaração de bens.

9.2.18 declaração do exercício ou não de outro cargo ou função pública e do não acúmulo ilegal de cargos públicos.

9.3. O candidato que não apresentar toda a documentação prevista no Edital para o ato de contratação ficará impedido de ser contratado e será dado prosseguimento a lista de classificação.

10. DOS RECURSOS

10.1. O candidato que desejar interpor recurso disporá de dois (02) dias úteis, contados a partir do dia seguinte à divulgação dos resultados preliminares.

10.2. O recurso pode ser interposto em:



10.2.1. Formato eletrônico, para o e-mail secma@altafloresta.mt.gov.br com recebimento na data 16 e 18 de junho para recurso contra a 1ª fase e 29 e 30 de junho contra o resultado da 2ª fase com horário das 08h00 às 16h00 horas.

10.2.2. Formato físico, com recebimento na data 16 e 18 de junho para recurso contra a 1ª fase e 29 e 30 de junho contra o resultado da 2ª fase na Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, localizada no endereço Avenida Jaime Veríssimo de Campo, (sentido aeroporto antes da segunda rotatória), Setor C, CEP: 78580-000, Alta Floresta –MT com atendimento das 08h00 às 16h00 horas.

10.3. O requerimento deverá ser justificado, explicitando os pontos objeto de recurso.

10.4. Não serão apreciados os recursos que forem apresentados fora do prazo estabelecido, de forma coletiva, sem fundamentação lógica e consistente ou com argumentação idêntica a outros recursos.

10.5. Compete à Comissão do Processo Seletivo Simplificado avaliar os recursos apresentados referentes a fase de Pré-seleção.

10.6. Os resultados dos recursos para a fase de Pré-seleção, Análise curricular e Curso de Brigadista estarão disponíveis: Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável, localizada no endereço Avenida Jaime Veríssimo de Campo, (sentido aeroporto antes da segunda rotatória), Setor C, CEP: 78580-000, Alta Floresta –MT, na data 15 de junho e 26 de junho à 01 de julho, respectivamente.

8

11. DISPOSIÇÕES FINAIS

11.1. Os prazos que tenham início e fim em dia não úteis serão prorrogados para o dia útil subsequente.

11.2. A carga horária pode ser cumprida conforme demanda da Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Corpo de Bombeiros Militar –Alta Floresta, em regime de exclusividade, podendo ser diurna e/ou noturna, incluindo finais de semana, em escala de revezamento, observado o interesse da Administração Pública.

11.3. A especificação das atividades que serão desenvolvidas são aquelas elencadas nos respectivos contratos individuais de trabalho temporário.

11.4. O contrato individual de trabalho temporário poderá ser extinto sem direito a indenização pelo término do prazo contratual por iniciativa do contratado, devendo, neste caso, haver comunicação por parte do contratado com a antecedência mínima de 30 (trinta) dias.



11.5. O contrato poderá ser também extinto por iniciativa do órgão por questão de conveniência administrativa, o que importará no pagamento ao contratado de indenização correspondente à metade do valor que lhe caberia até a conclusão do prazo originalmente previsto.

11.6. O contrato poderá, ainda, ser extinto sem direito a indenização nos seguintes casos:

11.6.1. Infração disciplinar grave cometida pelo contratado nos termos do art. 132, incisos I a VII e IX a XIII da Lei nº 8.112/90, conforme previsão no art. 11 da Lei nº 8.745/93;

11.6.2. Registro recorrente de faltas injustificadas, superior a 03 (três) dias, no período de vigência do contrato, incluindo possível renovação contratual;

11.6.3. Identificação de doença pré-existente, sabida e não declarada anteriormente, que possa vir a comprometer o desempenho ou coloque em risco a saúde do contratado.

11.7. Salvo nos casos de término do prazo contratual e de extinção antecipada por conveniência administrativa, a Administração poderá proceder à convocação dos demais aprovados, na estrita conformidade da ordem classificatória do Processo Seletivo Simplificado. Nesse caso, a duração do novo contrato dar-se-á até a conclusão do prazo inicialmente previsto no contrato rescindido, admitida a renovação, caso está ainda fosse possível no contrato extinto antecipadamente.

11.8. É de responsabilidade do candidato acompanhar o andamento do Processo Seletivo Simplificado pelos mecanismos disponibilizados e informados neste edital, bem como manter seu endereço e telefones atualizados.

11.9. É de responsabilidade do candidato prestar informações verdadeiras.

11.10. O Processo Seletivo Simplificado terá validade de 01 (um) ano, podendo ser prorrogado por igual período.

11.11. É vedada qualquer forma de discriminação por motivo de raça, cor, gênero, religião, orientação sexual, identidade de gênero, estado civil, deficiência, condição econômica ou qualquer outra situação protegida por lei, em qualquer fase do presente processo seletivo.

11.12. Os dados pessoais fornecidos pelos candidatos serão utilizados exclusivamente para os fins deste processo seletivo, respeitando as disposições da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (Lei nº 13.709/2018).



ANEXO I – CRONOGRAMA DE DATAS

| ETAPAS | DATAS |
|--|--|
| Abertura Edital | 28 de maio de 2026 |
| Período de Inscrição | 28 de maio à 11 de junho de 2026 |
| Divulgação após análise curricular | 15 de junho de 2026 |
| Prazo para interpor recurso da análise curricular | 16 e 18 de junho de 2026 |
| Resultado final da 1ª fase e convocação para o Curso de Formação | 22 de junho de 2026 |
| Curso de Formação de Brigadista | 22 de junho à 25 de junho de 2026 |
| Resultado preliminar do curso de formação | 26 de junho de 2026 |
| Prazo para interpor recurso – curso de formação | 29 de junho à 30 de junho de 2026 |
| Resultado final e convocação | 01 de julho de 2026 |





ANEXO II – FICHA DE INSCRIÇÃO

| | | |
|---|---------------------|--------|
| NOME: | | |
| CPF: | Data de Nascimento: | |
| | | |
| Sexo: | Estado Civil: | |
| | | |
| Nível de Escolaridade: () Médio () Superior () Curso de Brigadista | | |
| Nacionalidade: | UF: | |
| Título de eleitor | Zona: | Seção: |
| | | |
| Nome da Mãe: | | |
| | | |
| Endereço Residencial | | |
| Rua: | | |
| Nº: | Bairro: | |
| Telefone: | e-mail: | |
| Município: | UF: | CEP: |
| | | |
| <p>_____ , _____ de _____ de 2026</p> <p>_____</p> <p style="text-align: center;">Assinatura do Candidato</p> | | |
| OBSERVAÇÕES: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - ANEXAR CÓPIA DO RG OU CNH, CPF; - COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA; - ATESTADO MÉDICO APTO A REALIZAR ATIVIDADE FÍSICA; - COMPROVANTE DE ESCOLARIDADE; - PREENCHER FORMULÁRIO DIGITADO OU LETRA LEGÍVEL. | | |

11



ANEXO III

APLICAÇÃO DO TAF

O Teste de aptidão física a ser aplicado aos candidatos será correspondente ao TAF-3 previsto na portaria 08/BM8/2018, que rege a aplicação do TAF aos militares do CBMMT, e leva em consideração os índices a partir das tabelas de pontuação, considerando a idade e sexo dos participantes, sendo excluída a prova de natação para melhor adequação às funções que serão desenvolvidas pelos brigadistas.

1. GENERALIDADES

1.1 Resistência aeróbica - corrida em 12 minutos, para ambos os sexos.

1.2 Força dos membros superiores:

1.2.1 Flexão e extensão do cotovelo na barra fixa, para o sexo masculino.

1.2.1.1 O avaliado com 39 anos ou mais, poderá optar pelo teste de flexão e extensão de cotovelos com apoio de frente sobre o solo, conforme tabela de pontuação de flexão de braço específica do TAF-3.

1.2.2 Flexão na barra fixa e permanência em suspensão estática, para o sexo feminino.

1.2.2.1 A avaliada com 35 anos ou mais, poderá optar pelo teste de flexão e extensão de cotovelos com apoio sobre o solo, apoiando os joelhos sobre o solo, conforme tabela de pontuação de flexão de braço específica do TAF-3.

1.3 Resistência abdominal – teste abdominal tipo Remador para ambos os sexos.

2. PROTOCOLO DE APLICAÇÃO DAS PROVAS

2.1 - Corrida (12min)

2.1.1 Objetivo: verificar a resistência aeróbia dos avaliados.

2.1.2 Equipamento: cronômetros e pista de corrida de 400 metros ou outra disponibilizada para aplicação.

2.1.3 Execução:

2.1.3.1 o avaliado deve percorrer, em uma pista de atletismo ou em uma área demarcada, a maior distância possível, em 12 (doze) minutos, sendo permitido andar durante o teste.

2.1.3.2 o teste terá início através da voz de comando "Atenção...Já!" e será encerrado através de dois silvos longos de apito no 12º minuto. Aos onze minutos de corrida será emitido um silvo longo de apito para fins de orientação aos avaliados. O número de avaliados por bateria deverá ser estabelecido de forma a não causar prejuízo ao desempenho dos mesmos e não dificultar a contagem de voltas dadas.



2.1.3.3 quando da interrupção do teste, o avaliado deverá manter-se em deslocamento transversal ao do deslocamento.

2.1.4 Resultado: o resultado será a distância percorrida no intervalo de 12 (doze) minutos

2.2 – Avaliação de força de membros superiores:

2.2.1 - Flexão e Extensão dos Membros Superiores na Barra Fixa – Masculino

2.2.1.1 Objetivo: medir a força dos membros superiores e da cintura escapular.

2.2.1.2 Equipamento: uma barra de metal com aproximadamente 3 (três) centímetros de diâmetro.

2.2.1.3 Execução: a barra deve ser instalada a uma altura horizontal suficientemente alta para que o avaliado possa ficar suspenso, com extensão total dos membros superiores e inferiores para que não tenha contato entre seus pés e o solo.

2.2.1.4 A pegada deve ser feita em pronação, com a distância de separação entre as mãos semelhantes à distância biacromial. Após assumir essa posição, o avaliado deverá elevar seu corpo, utilizando a força dos membros superiores e cintura escapular através da flexão de seus cotovelos, até que o queixo ultrapasse o nível da barra, retornando em seguida à posição inicial;

2.2.1.5 Os cotovelos devem estar em extensão total para que seja dado início ao movimento de flexão;

2.2.1.6 Não será permitido ao avaliado quando da realização do Teste em barra fixa:

a) retornar ao solo entre as repetições a título de repouso (obs.: é permitida a flexão de pernas para evitar o toque ao solo);

b) receber qualquer tipo de ajuda física;

c) apoiar o queixo na barra.

2.2.1.7 somente serão computados os movimentos realizados conforme a descrição acima, e o candidato deverá atingir a performance mínima exigida.

2.2.1.8 Resultado: Tal movimento deverá ser repetido o maior número de vezes possível, sendo computados tão somente aqueles executados corretamente, no qual o avaliado conseguiu elevar o corpo, colocando o queixo acima da barra.

2.2.2 - Flexão na barra fixa e permanência em suspensão estática – feminino

2.2.2.1 Objetivo: medir a força dos membros superiores e da cintura escapular.

2.2.2.2 Equipamento e material: uma barra de metal com aproximadamente 3 centímetros de diâmetro e cronômetros.



2.2.2.3 Posição inicial: a avaliada deverá dependurar-se em barra fixa com pegada em pronação (dorso das mãos voltado para a candidata), mantendo os cotovelos flexionados e o queixo acima da parte superior da barra, podendo receber ajuda para atingir esta posição;

2.2.2.4 Execução: após a tomada da posição inicial pela avaliada, o fiscal da prova iniciará imediatamente a cronometragem do tempo, devendo a avaliada permanecer na posição o máximo de tempo possível, devendo atingir a performance mínima.

2.2.2.5 não será permitido à avaliada quando da realização do teste em barra fixa:

- a) receber qualquer tipo de ajuda física após a tomada da posição inicial;
- b) ceder à sustentação, deixando a linha dos olhos ficar abaixo da parte superior da barra, antes do término do tempo mínimo;
- c) apoiar o queixo na barra.

2.2.2.6 Resultado: A avaliada deverá atingir performance mínima exigida.

2.2.3 Flexão de braço – para os avaliados do sexo masculino com 39 anos ou mais, e as avaliadas do sexo feminino com 35 anos ou mais, que optar pelo teste em substituição aos exercícios previstos nos itens 2.2.1 e 2.2.2.

2.2.3.1 - Sexo masculino: Realizar flexão e extensão de cotovelos com apoio de frente sobre o solo, conforme o número de repetições descrito na tabela de pontuação de flexão de braço específica do TAF-3.

2.2.3.2 - Sexo feminino: Realizar a flexão e extensão de cotovelos com apoio sobre o solo, apoiando os joelhos sobre o solo, conforme o número de repetições descrito na tabela.

2.3 - Abdominal Remador – masculino e feminino

2.3.1 Objetivo: medir a eficiência dos músculos abdominais e flexores do quadril.

2.3.2 Equipamento e material: chão ou colchão de ginástica.

2.3.3 Posição inicial: o candidato partindo da posição de decúbito dorsal, pernas unidas e estendidas e braços estendidos atrás da cabeça baixados ao solo.

2.3.4 Execução: ao comando de “Iniciar”, o candidato flexionará simultaneamente o tronco e membros inferiores na altura dos quadris, lançando os braços à frente de modo que a planta dos pés se apoie totalmente no solo e a linha dos cotovelos coincida com a linha dos joelhos. As repetições deverão ser executadas sem interrupções.

2.3.5 Resultado: será a contagem do número de repetições executados de maneira correta.



3. PONTUAÇÃO DAS PROVAS

Os pontos são obtidos conforme os índices das Tabelas de Pontuação:

| Corrida 12 minutos – Masculino (TAF-3) | | | | | | |
|---|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Corrida 12 min (metros) | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 1400 | - | - | - | - | - | 1 |
| 1500 | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 1600 | - | - | - | 1 | 2 | 3 |
| 1700 | - | - | - | 2 | 3 | 4 |
| 1800 | - | - | 1 | 3 | 4 | 5 |
| 1900 | - | - | 2 | 4 | 5 | 6 |
| 2000 | - | 1 | 3 | 5 | 6 | 7 |
| 2100 | - | 2 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| 2200 | - | 3 | 5 | 7 | 8 | 9 |
| 2300 | 1 | 4 | 6 | 8 | 9 | 10 |
| 2400 | 2 | 5 | 7 | 9 | 10 | - |
| 2500 | 3 | 6 | 8 | 10 | - | - |
| 2600 | 4 | 7 | 9 | - | - | - |
| 2700 | 5 | 8 | 10 | - | - | - |
| 2800 | 6 | 9 | - | - | - | - |
| 2900 | 7 | 10 | - | - | - | - |
| 3000 | 8 | - | - | - | - | - |
| 3100 | 9 | - | - | - | - | - |
| 3200 | 10 | - | - | - | - | - |

15

| Corrida 12 minutos – Feminino (TAF-3) | | | | | | |
|--|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Corrida 12 min (metros) | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 1200 | - | - | - | - | - | 1 |
| 1300 | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 1400 | - | - | - | 1 | 2 | 3 |
| 1500 | - | - | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1600 | - | - | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1700 | - | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1800 | - | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1900 | - | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2000 | 1 | 4 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 2100 | 2 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 2200 | 3 | 6 | 8 | 9 | 10 | - |
| 2300 | 4 | 7 | 9 | 10 | - | - |
| 2400 | 5 | 8 | 10 | - | - | - |
| 2500 | 6 | 9 | - | - | - | - |
| 2600 | 7 | 10 | - | - | - | - |
| 2700 | 8 | - | - | - | - | - |
| 2800 | 9 | - | - | - | - | - |
| 2900 | 10 | - | - | - | - | - |



| Barra fixa – Masculino (TAF-3) | | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Barra (quantidade) | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 1 | - | - | 1 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | - | 1 | 2 | 4 | 5 | 6 |
| 3 | 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | 2 | 3 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| 5 | 3 | 4 | 5 | 7 | 8 | 9 |
| 6 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 |
| 7 | 5 | 6 | 7 | 9 | 10 | - |
| 8 | 6 | 7 | 8 | 10 | - | - |
| 9 | 7 | 8 | 9 | - | - | - |
| 10 | 8 | 9 | 10 | - | - | - |
| 11 | 9 | 10 | - | - | - | - |
| 12 | 10 | - | - | - | - | - |

| Barra fixa – Feminino (TAF-3) | | | | | | |
|--------------------------------------|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Barra (quantidade) | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 5" | - | - | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6" | - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7" | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9" | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10" | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 11" | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 12" | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 13" | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | - |
| 14" | 7 | 8 | 9 | 10 | - | - |
| 15" | 8 | 9 | 10 | - | - | - |
| 20" | 9 | 10 | - | - | - | - |
| 25" | 10 | - | - | - | - | - |



Flexão de braço para (TAF-3)
(Opcional em substituição a Barra Fixa)

| Masculino (39 anos ou mais) | | | |
|------------------------------------|--------------|--------------|--------------------|
| Nota \ Idade | 39-41 | 42-45 | Acima de 46 |
| 10 | 30 | 28 | 26 |
| 9 | 28 | 26 | 24 |
| 8 | 26 | 24 | 22 |
| 7 | 24 | 22 | 20 |
| 6 | 22 | 20 | 18 |
| 5 | 18 | 18 | 16 |
| 4 | 16 | 16 | 14 |
| 3 | 14 | 14 | 12 |
| 2 | 13 | 12 | 11 |
| 1 | 12 | 11 | 10 |

| Feminino (35 anos ou mais) | | | |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------------|
| Nota \ Idade | 35-40 | 41-45 | Acima de 46 |
| 10 | 28 | 26 | 24 |
| 9 | 26 | 24 | 22 |
| 8 | 24 | 22 | 20 |
| 7 | 22 | 20 | 18 |
| 6 | 20 | 18 | 16 |
| 5 | 18 | 16 | 14 |
| 4 | 16 | 14 | 12 |
| 3 | 14 | 12 | 10 |
| 2 | 12 | 10 | 9 |
| 1 | 10 | 9 | 8 |



| Abdominal remador – Masculino (TAF-3) | | | | | | |
|--|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Abdominal remador | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 16 | - | - | - | - | - | 1 |
| 18 | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 20 | - | - | - | 1 | 2 | 3 |
| 22 | - | - | - | 2 | 3 | 4 |
| 24 | - | - | 1 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | - | - | 2 | 4 | 5 | 6 |
| 28 | - | 1 | 3 | 5 | 6 | 7 |
| 30 | - | 2 | 4 | 6 | 7 | 8 |
| 32 | 1 | 3 | 5 | 7 | 8 | 9 |
| 34 | 2 | 4 | 6 | 8 | 9 | 10 |
| 36 | 3 | 5 | 7 | 9 | 10 | - |
| 38 | 4 | 6 | 8 | 10 | - | - |
| 40 | 5 | 7 | 9 | - | - | - |
| 42 | 6 | 8 | 10 | - | - | - |
| 44 | 7 | 9 | - | - | - | - |
| 46 | 8 | 10 | - | - | - | - |
| 48 | 9 | - | - | - | - | - |
| 50 | 10 | - | - | - | - | - |

| Abdominal remador – Feminino (TAF-3) | | | | | | |
|---|--------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| Teste | Pontos | | | | | |
| Abdominal remador | até 25 anos | de 26 a 30 anos | de 31 a 35 anos | de 36 a 40 anos | de 41 a 45 anos | 46 acima |
| 12 | - | - | - | - | 1 | 2 |
| 14 | - | - | - | 1 | 2 | 3 |
| 16 | - | - | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | - | - | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | - | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22 | 1 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 26 | 3 | 4 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 28 | 4 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 30 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | - |
| 32 | 6 | 7 | 9 | 10 | - | - |
| 34 | 7 | 8 | 10 | - | - | - |
| 36 | 8 | 9 | - | - | - | - |
| 38 | 9 | 10 | - | - | - | - |
| 40 | 10 | - | - | - | - | - |

GERCILENE MEIRA LEITE
Secretária de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável
Decreto 045/2021