



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

A SECRETÁRIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO, no uso de suas atribuições e tendo em vista o EDITAL Nº 001/2017 DE ABERTURA - CFSD/QPPMC/PMAP, publicado no Diário Oficial do Estado do Amapá nº 6476, de 06 de julho de 2017.

Considerando a determinação judicial constante do Mandado de Segurança nº 0000700-84.2020.803.0011 – Tribunal de Justiça do Estado do Amapá;

Considerando ainda, o Ofício nº 340101.0008.0195.0255/2020 – CMDO/PMAP, de 27 de outubro de 2020;

RESOLVE:

I - Convocar a candidata Sub Judge para a 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF, nos termos do Capítulo 12 do Edital de Abertura do Concurso Público para provimento de vagas ao cargo de Soldado do Quadro de Praças Policiais Militares Combatentes da Polícia Militar do Estado do Amapá (SD QPPMC), conforme relação constante no Anexo I deste edital.

II – Informar à candidata que a aplicação da 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA – TAAF seguirá as normas do Anexo II deste Edital, elaborado pela comissão designada para execução da fase, encaminhado através do Ofício nº 340101.0008.0195.0086/2020 – CMDO/PMAP.

1. DO EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA.

1.1 Serão convocados para a 3ª Fase - TAAF, os candidatos Aptos, Aptos Condicionais, Aptos Sub Judge e Aptos Condicionais Sub Judge no Exame Documental.

1.2 O TAAF, de presença obrigatória e de caráter eliminatório, será realizado no Estádio Milton de Souza Correa e Quartel do Comando Geral da Polícia Militar, por subcomissão designada para este fim específico, e visa avaliar a capacidade mínima do candidato para suportar, física e organicamente, as exigências da prática de atividades físicas e demais exigências próprias da função policial militar.

1.3 Os candidatos quando convocados deverão se apresentar impreterivelmente nos dias, locais e horários estipulados, com vestimenta apropriada para a prática de educação física, munidos de documento de identificação oficial com foto e atestado médico (original ou cópia autenticada em cartório), emitido no prazo máximo de 30 (trinta) dias antes da realização do teste.

1.3.1 No atestado médico deverá constar nome completo, nº do RG do candidato e expressamente a afirmação de que o candidato está apto a realizar as atividades físicas descritas no Anexo III do EDITAL Nº 001/2017 DE ABERTURA - CFSD/QPPMC/PMAP.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

1.4 Não será permitida a entrada de pessoas estranhas no local de aplicação do teste, sob qualquer justificativa, sendo admitido tão somente o candidato relacionado nos termos do Anexo I deste edital, nos dias e horários estipulados.

1.5 O aquecimento e a preparação para o teste de avaliação e aptidão física são de responsabilidade do próprio candidato, não podendo interferir no andamento do concurso.

1.6 O candidato será considerado Apto ou Inapto em razão de seu desempenho no TAAF. De outro modo, sendo considerado inapto ou ausente, o candidato será eliminado do concurso, não prosseguindo na fase subsequente.

1.7 O Candidato que deixar de observar as regras dos itens 1.3 e 1.3.1 deste edital, será automaticamente eliminado, e se presente, será retirado do local de prova, não prosseguindo nas demais fases do Concurso.

1.8 No local e data da aplicação do teste, não será disponibilizado ao candidato "Vaga de Estacionamento" ou "Guarda Volumes" assim, a Polícia Militar do Amapá não se responsabilizará pela perda ou extravio de documentos, objetos ou equipamentos eletrônicos ocorridos no local de realização das provas, nem por danos neles causados, ficando o candidato como único responsável pela guarda e acondicionamento de seus pertences.

1.9 Será excluído da 3ª Fase - Exame de Capacidade Física – Testes de Avaliação e Aptidão Física - TAAF, o candidato que:

- a) apresentar-se após o horário estabelecido, não se admitindo qualquer tolerância;
- b) apresentar-se em local e data diferente daqueles constantes na convocação oficial;
- c) não comparecer a qualquer dos testes, seja qual for o motivo alegado;
- d) não apresentar documento Oficial que bem o identifique;
- e) ausentar-se do local de aplicação do teste;
- f) estiver portando armas, mesmo que possua o respectivo porte;
- g) lançar mão de meios ilícitos ou implementos para a execução dos Testes;
- h) não devolver integralmente o material quando recebido;
- i) perturbar, de qualquer modo, a ordem dos trabalhos, incorrendo em comportamento indevido.

1.10 Ao ingressar no local de realização dos testes, o candidato deverá manter desligado qualquer aparelho eletrônico que esteja sob sua posse, ainda que os sinais de alarme estejam nos modos de vibração e silencioso.

1.10.1 É aconselhável que os candidatos retirem as baterias dos celulares, garantindo que nenhum som seja emitido, inclusive do despertador caso esteja ativado.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

1.11 Motivará, ainda, a eliminação do candidato do Concurso Público, sem prejuízo das sanções penais cabíveis, a burla ou a tentativa de burla a quaisquer das normas definidas neste Edital ou a outras relativas ao Concurso, aos comunicados, às Instruções ao Candidato ou às Instruções constantes do teste, bem como o tratamento indevido e descortês a qualquer pessoa envolvida na aplicação das provas.

1.12 Será oportunizado a interposição de recurso ao candidato Inapto no Teste de Avaliação Aptidão e Avaliação Física - TAAF no prazo até 02 (dois) dias úteis após a publicação do resultado preliminar.

2. DOS TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA – TAAF

2.1 O candidato terá somente 01 (uma) oportunidade para realização de cada prova do TAAF, objetivando alcançar o índice mínimo previsto nas tabelas de suficiência "A" e "B", constante do inciso IX, excetuando-se o salto em altura que poderá ser executado com até 3 (três) tentativas, caso não se consiga o índice mínimo nas duas primeiras, sendo que a terceira tentativa será executada com no mínimo três minutos de descanso.

2.2 As provas componentes do TAAF deverão ser realizadas conforme os seguintes protocolos de execução:

2.3 Prova de força para membros superiores e cintura escapular:

a) Flexão e extensão de cotovelos na barra fixa e isometria em barra fixa, cujos principais músculos envolvidos são: bíceps braquial, braquial anterior, bráquio radial, deltóide anterior, rombóide, redondo maior, trapézio, latíssimo do dorso e peitoral maior;

a.1) Protocolo de execução da prova para candidatos masculinos: a barra deve ser instalada a uma altura suficiente para que o candidato, mantendo-se em suspensão com os cotovelos em extensão não tenha contato entre seus pés e o solo. A pegada deve ser feita em pronação (palmas das mãos voltadas para frente), com a distância de separação entre as mãos semelhantes à distância biacromial (distância aproximada dos ombros). Após assumir essa posição, o candidato deverá elevar seu corpo através da flexão de seus cotovelos, até que o queixo ultrapasse o nível da barra, retornando em seguida à posição inicial, quando completará um movimento. Tal movimento deverá ser repetido o maior número de vezes possível, sendo computados tão somente aqueles executados corretamente. Os cotovelos devem estar em extensão total para que seja dado início ao movimento de flexão. O teste é dinâmico, não sendo, portanto permitido abandonar-se o implemento entre as repetições a título de repouso. Não será permitido receber qualquer tipo de ajuda física, utilização de luva (s) ou qualquer material para proteção das mãos e apoiar o queixo na barra; Não será permitido que o candidato utilize o seu queixo para conseguir ultrapassar o nível da barra, nem tampouco que utilize balanceios, flexões de tronco ou pernas e assim



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE  
FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

consiga impulso para elevar seu corpo e, caso isso ocorra, a referida flexão não será computada.

a.2) Protocolo de execução da prova para candidatas: a candidata adotará a posição inicial, com auxílio dos avaliadores, para realização do teste de barra fixa em suspensão isométrica, em pegada pronada, cujas mãos estejam em distância biacromial, com joelhos e quadril estendidos, estando o queixo acima do nível da barra, sem hiperextensão da cabeça. Ao sinal de início, será retirado o auxílio, momento em que a candidata, deverá manter-se em suspensão, com o queixo acima do nível da barra, sem hiperextensão da cabeça, durante o tempo mínimo de 9 (nove) segundos. Ao término do tempo decorrido, 9 (nove) segundos, o avaliador deverá parar o registro no cronômetro, encerrando-se assim o referido teste. Será considerada apta a candidata que realizar o teste obedecendo às prescrições do protocolo de execução no tempo estabelecido.

2.4 Prova de resistência muscular abdominal: abdominal tipo supra: Principais músculos envolvidos: oblíquo externo e interno do abdome, reto do abdome, sendo que o protocolo de execução para ambos os sexos é o seguinte: o (a) candidato (a) se coloca em decúbito dorsal sobre o solo, com os pés apoiados, joelhos flexionados, com os braços cruzados sobre o peito com os cotovelos colados ao tronco. Através de contração da musculatura abdominal, o candidato (a) elevará seu tronco até que os cotovelos toquem a coxa, sem os descolar de seu tronco. Em seguida, o candidato (a) retorna à posição inicial até que toque o solo com as costas, completando um movimento, quando então poderá dar início a execução de um novo. O número de movimentos executados corretamente será o resultado obtido em um tempo máximo de 01 (um) minuto.

2.5 Prova de velocidade de deslocamento: corrida de 50 metros; principais músculos envolvidos: todos os grandes grupos musculares, sendo o protocolo de execução para ambos os sexos o seguinte; O teste deve ser realizado em uma superfície plana, que possua além dos 50 (cinquenta) metros uma área de escape. O candidato (a) deve se posicionar atrás da linha de largada, preferencialmente em afastamento em antero - posterior das pernas, devendo o pé da frente estar o mais próximo possível da referida linha. Ao ser dado um sinal sonoro, momento em que é acionado o cronômetro, o candidato (a) deverá percorrer, no menor período possível, a distância prevista. O cronômetro deverá ser travado quando o candidato (a) ultrapassar a linha de chegada. O resultado da prova será indicado pelo tempo utilizado pelo candidato (a) para completar o percurso. Não será permitido dar ou receber qualquer tipo de ajuda física durante a execução do teste.

2.6 Prova de resistência aeróbia: corrida de 12 minutos - teste de Cooper: principais músculos envolvidos: todos os grandes grupos musculares, cujo protocolo de execução, para ambos os sexos é o seguinte: O candidato (a) deverá percorrer, em uma superfície plana e demarcada, a maior distância possível, em 12 (doze) minutos,



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

sendo permitido andar durante o teste. O início e término da prova será através sinal sonoro. Aos 11 (onze) minutos de corrida será emitido um sinal sonoro para fins de orientação dos candidatos (as). 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. Não será permitido ao candidato (a), uma vez iniciado a prova: abandonar a pista antes de ser liberado pela banca examinadora, deslocar-se no sentido progressivo ou regressivo da pista, depois de finalizados os 12 (doze) minutos, sem ter sido liberado pela banca examinadora; dar ou receber qualquer tipo de ajuda física.

2.7 Prova de deslocamento no meio líquido: natação 50 metros para ambos os sexos.

a) Principais músculos envolvidos: todos os grandes grupos musculares, cujo protocolo de execução é o seguinte: O candidato (a) deverá nadar a distância prevista em nado livre, sem limite de tempo e sem a utilização de qualquer equipamento que possa favorecê-lo, tais como: nadadeiras, palmares, flutuadores, etc..., podendo ser utilizado óculos, toca e tampão de ouvido. O candidato (a) deverá estar trajando roupa de banho adequada, sunga para o sexo masculino e maiô para o sexo feminino. O candidato (a) poderá optar por iniciar a prova de fora ou dentro da piscina. O candidato (a) não poderá utilizar as raíadas como auxílio, nem se segurar nas bordas e tão pouco pisar no fundo da piscina a título de descanso ou com o intuito de impulsionar-se. É permitido na virada tocar a borda e impulsionar-se na parede. A prova terá início com um silvo curto de apito e encerrará quando o candidato (a) completar a distância prevista tocando na borda da piscina. O teste deverá ser realizado em uma piscina com extensão de 25 (vinte e cinco) metros, raiada.

2.8 Teste de salto em altura consiste em o candidato (a) saltar, em altura, um sarrafo colocado pela banca examinadora na altura prevista na respectiva tabela. O candidato (a) terá direito a 3 (três) tentativas para saltar o sarrafo, devendo interromper as no salto em que conseguir ultrapassá-lo ou no caso de esgotar as 3 (três) tentativas. Todas as técnicas de salto em altura são permitidas, exceto o mergulho, e desde que o candidato (a) obtenha impulso em apenas um dos pés no momento em que perder contato com o solo, é vedado ainda que o candidato (a) toque o colchão de salto antes de perder contato com solo. O candidato (a) que saltar na forma vedada indicada acima terá o resultado do salto anulado. Os saltos cujos resultados sejam anulados serão contados como tentativas. O candidato (a) poderá, para tomar impulso, correr a distância que desejar. O candidato (a) poderá interromper a corrida de impulso e reiniciá-la, desde que não derrube o sarrafo, pois assim estará configurada uma tentativa. O candidato (a) que não ultrapassar o sarrafo na altura prevista ou tiver suas 3 (três) tentativas, que lhe são facultadas, anuladas, será considerado inapto (a).



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL N° 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE  
FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

2.9 Os índices mínimos para alcance da aptidão nas provas do TAAF são os constantes das tabelas seguintes:

TABELA DE SUFICIÊNCIA MASCULINA

DIA	PROVAS	ÍNDICE
1º	Corrida 12min (doze minutos)	2400m (dois mil e quatrocentos metros)
	Abdominal Supra em 1 (um) minuto	34 rep. (trinta e quatro repetições)
2º	Flexão na barra fixa	05 repetições
	Corrida de 50m (cinquenta metros)	Em 08 (oito) segundos no máximo
3º	Salto em altura	1,15m (um metro e quinze)
	Natação	50m (cinquenta metros)

TABELA DE SUFICIÊNCIA FEMININA

DIA	PROVAS	ÍNDICE
1º	Corrida 12min (doze minutos)	2100m (dois mil e cem metros)
	Abdominal Supra em 1 (um) minuto	30 rep. (trinta repetições)
2º	Isometria em Barra Fixa	Em 09 (nove) segundos no mínimo
	Corrida de 50m (cinquenta metros)	Em 09 (nove) segundos no mínimo
3º	Salto em altura	1,00m (um metro)
	Natação	50m (cinquenta metros)

3. DOS LOCAIS E DATAS

Local: Estádio Milton de Souza Correa			
Endereço: Jardim Marco Zero			
Bairro: Zerão	Cidade: Macapá	Estado: Amapá	Cep: 68903-419
DATA: CONFORME ANEXO I			
HORÁRIO DE ABERTURA DOS PORTÕES: CONFORME ANEXO I			
HORÁRIO DE FECHAMENTO DOS PORTÕES: CONFORME ANEXO I			

Local: Quartel do Comando Geral da Polícia Militar			
Endereço: Rua Jovino Dinoá, 3655.			
Bairro: Beírol	Cidade: Macapá	Estado: Amapá	Cep: 68902-030
DATA: CONFORME ANEXO I			
HORÁRIO DE ABERTURA DOS PORTÕES: CONFORME ANEXO I			
HORÁRIO DE FECHAMENTO DOS PORTÕES: CONFORME ANEXO I			

Macapá/AP, 29 de outubro de 2020.

SUELEM AMORAS TÁVORA FURTADO  
Secretária de Estado da Administração  
Decreto nº 1535/2018.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL N° 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE  
FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

ANEXO I

ESTÁDIO MILTON DE SOUZA CORREA DATA: 14/12/2020		ABERTURA DOS PORTÕES: 06h00min FECHAMENTO DOS PORTÕES: 07h00min
COMANDO GERAL DA POLÍCIA MILITAR DATA: 15 e 16/12/2020		
CLAS.	NOME	
52	CRISLAYNE SILVA BENTES (M.S nº 0000700-84.2020.803.0011)	



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL N° 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

ANEXO II

PROTOCOLO ACERCA DOS PROCEDIMENTOS RELACIONADOS A SEGURANÇA SANITÁRIA DOS CANDIDATOS E MEMBROS DA COMISSÃO DE TAAF

**1. MEDIDAS INDIVIDUAIS**

- 1.1. Será aferida a temperatura de todos os candidatos;
- 1.2. Será disponibilizado álcool em gel aos candidatos e aos membros da comissão durante os dias de TAAF;
- 1.3 Todos os candidatos deverão usar máscara durante os exercícios, exceto na prova de natação;
- 1.4 Todos os membros da comissão de TAAF deverão estar com seus EPIs durante as provas.
- 1.5. Cada candidato deverá providenciar a sua própria hidratação, e não socializar, nem utilizar recipientes de outros candidatos.
- 1.6 O candidato deverá providenciar uma camiseta branca com numeração frontal, estampada, em fonte Arial, tamanho 400 e em negrito, para sua identificação durante os exercícios. A numeração de prova que deverá constar na camiseta do candidato será o da coluna direita do Anexo III deste Edital.

**2. PROTOCOLO DE SEGURANÇA SANITÁRIA DURANTE OS EXERCÍCIOS**

**2.1 Corrida**

- 2.1.1. Cada bateria da prova terá no Máximo 25 candidatos;
- 2.1.2. Os candidatos deverão usar máscara durante o exercício.

**2.2 Abdominal**

- 2.2.1. Os candidatos aguardarão na arquibancada do ginásio para instrução do protocolo do referido exercício separados por distância mínima de 02 (dois) metros;
- 2.2.2 O candidato deverá executar o exercício obrigatoriamente com máscara.
- 2.2.3. Os candidatos realizarão o exercício em local devidamente demarcado no piso e separados pela distância mínima de 02 (dois) metros entre eles.
- 2.2.4. Antes e após cada bateria será higienizado o local, no qual os candidatos realizarão o exercício.





GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE  
FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

**2.3 Salto em altura**

2.3.1. Os candidatos aguardarão na arquibancada do ginásio para instrução do protocolo do referido exercício separado por distância mínima de 02 (dois) metros.

2.3.2. Os candidatos deverão usar máscara durante o exercício.

2.3.3. Antes e após cada candidato executar o exercício, será devidamente higienizado o local (sarrafo e colchão), no qual os candidatos realizarão o exercício.

**2.4 Barra fixa**

2.4.1. Os candidatos aguardarão para instrução e execução do exercício, na área de barra da PMAP devidamente separados por distância mínima de 02 (dois) metros.

2.4.2. Os candidatos deverão usar máscara durante o exercício.

2.4.3 O local das barras será devidamente higienizado antes e após a execução de prova de cada candidato.

**2.5 Natação**

2.5.1. Os candidatos aguardarão na arquibancada da área da piscina da PMAP para instrução do protocolo do referido exercício separado por distância mínima de 02 (dois) metros.

2.5.2. Para execução do exercício o candidato realizará sem máscara.

**2.6 Corrida de 50 metros**

2.6.1. Os candidatos aguardarão para instrução e execução do exercício, em área de demarcada pela comissão de TAAF devidamente separados por distância mínima de 02 (dois) metros.

2.6.2. Os candidatos deverão usar máscaras durante os exercícios.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL N° 230/2020 - CONVOCAÇÃO PARA A 3ª FASE - EXAME DE CAPACIDADE  
FÍSICA - TESTES DE AVALIAÇÃO E APTIDÃO FÍSICA - TAAF

ANEXO III

CLAS.	NOME	NUMERAÇÃO DE PROVA QUE DEVERÁ CONSTAR NA CAMISETA DO CANDIDATO
52	CRISLAYNE SILVA BENTES (M.S nº 0000700-84.2020.803.0011)	357



Cód. verificador: 21059244. Cód. CRC: A3CC924  
Documento assinado eletronicamente por **SUELEM AMORAS TÁVORA FURTADO**, SECRETÁRIA DE  
ADMINISTRAÇÃO, em 29/10/2020 18:31, conforme decreto nº 0829/2018. A autenticidade do documento pode ser  
conferida no site: <https://sigdoc.ap.gov.br/autenticador>

