



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 299/2024 – CONVOCAÇÃO PARA A ETAPA
DE EXAME DE APTIDÃO FÍSICA

O SECRETÁRIO DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO, no uso de suas atribuições e tendo em vista o EDITAL Nº 001/2017 DE ABERTURA POLÍCIA CIVIL, publicado no Diário Oficial do Estado do Amapá nº 6482, de 14 de julho de 2017, retificado pelo EDITAL Nº 018/2018 - RETIFICAÇÃO, publicado no Diário Oficial do Estado do Amapá nº 6650, de 28 de março de 2018;

Considerando a decisão proferida por meio do Processo Judicial nº 0009410-24.2023.8.03.0000 – TJAP;

RESOLVE:

I - Convocar o candidato à carreira de Oficial de Polícia, considerado APROVADO, conforme subitem 17.3.1 do Edital 001/2017 DE ABERTURA POLÍCIA CIVIL, para participar da Etapa de Exame de Aptidão Física, de caráter eliminatório, nos termos do item 15.1 do referido Edital, retificado pelo Edital nº 018/2018, conforme relação constante no Anexo Único deste Edital.

II - Informar ao candidato que deverá providenciar as suas expensas, uma camiseta branca com numeração frontal, estampada, em fonte Arial, tamanho 400 e em negrito, para sua identificação durante os exercícios. A numeração da camiseta está especificada na coluna direita do Anexo Único deste Edital.

1. DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

- 1.1 O candidato convocado deverá 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.
 - 1.1.1 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 previstas neste Edital.
- 1.2 O Teste de Aptidão Física terá caráter unicamente eliminatório e o candidato será considerado APTO ou INAPTO, tendo em vista a capacidade mínima necessária para suportar, física e organicamente, as exigências do Curso de Formação, referidas no item 15.5 do Edital de Abertura 001/2017 e para o desempenho eficiente das funções policiais, devido à natureza das carreiras.
- 1.3 Os casos de alterações orgânicas (estados menstruais, indisposições, câibras, contusões, gravidez, etc.), bem como qualquer outra condição que impossibilite o candidato de submeter-se aos testes ou diminua sua capacidade física e/ou orgânica, não serão levados em consideração e, portanto, nenhum tratamento diferenciado será concedido.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

- 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 Único deste Edital nos dias e horários estipulados.
- 1.5 O Candidato que deixar de observar as regras dos itens 1.1 e 1.1.1 deste Edital, serão automaticamente eliminados, e se presentes, serão retirados do local de prova, não prosseguindo nas demais fases do Concurso.
- 1.6 O aquecimento, preparação para o Teste de Avaliação e Aptidão Física, bem como a hidratação (somente água), que deverá ser portada em garrafa transparente, são de responsabilidade do próprio candidato.
- 1.7 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.
- 1.8 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.
- 1.9 É aconselhável que os candidatos retirem as baterias dos celulares, garantindo que nenhum som seja emitido, inclusive do despertador caso esteja ativado.

2 DO LOCAL E DATA

TESTES DE EQUILÍBRIO, ABDOMINAIS E BARRA FIXA.		
Local: Quartel do Comando Geral da Polícia Militar		
Endereço: Rua Jovino Dinoá, 3655.		
Bairro: Beírol	Cidade: Macapá	Estado: Amapá
DATA: 03/07/2024		
HORÁRIO DE ABERTURA DOS PORTÕES: 07h00min		
HORÁRIO DE FECHAMENTO DOS PORTÕES: 07h30min		

TESTE DE RESISTÊNCIA AERÓBICA (TESTE DE COOPER)		
Local: Estádio Estadual Milton de Souza Corrêa (Zerão)		
Endereço: Rua do Estádio Zerão S/N		
Bairro: Jardim Marco Zero	Cidade: Macapá	Estado: Amapá
DATA: 04/07/2024		
HORÁRIO DE ABERTURA DOS PORTÕES: 07h00min		
HORÁRIO DE FECHAMENTO DOS PORTÕES: 07h30min		

3. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA.
- 3.1 O Teste de Aptidão Física constará de 04 (quatro) testes práticos, especificados a seguir:
 - a) Teste de equilíbrio;
 - b) Teste de abdominais;
 - c) Teste em barra fixa;
 - d) Teste de resistência aeróbica: corrida de 12 (doze) minutos.
- 3.2 O candidato considerado INAPTO em um dos quatro testes físicos relacionados no subitem anterior estará eliminado do Concurso, não podendo, inclusive, permanecer no local de realização dos testes subsequentes.
- 3.3 O Teste de Aptidão Física obedecerá à ordem prevista, especificada no subitem 3.1.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

3.4 O candidato deverá comparecer para realização dos testes físicos na data, local e horário designados no item 2 deste Edital, munido de original de documento oficial de identidade e devidamente trajado para realização dos referidos testes.

3.5 TESTE DE EQUILÍBRIO

3.5.1 O Teste de equilíbrio, para os candidatos de ambos os sexos, consistirá de:

- a) Posição inicial: no solo, em pé, descalço, pés paralelos antes da trave de equilíbrio.
- b) Execução: o candidato deverá subir na trave de equilíbrio de forma autônoma e sem qualquer auxílio. O teste terá início quando ambos pés forem retirados do solo, devendo o candidato iniciar sua caminhada de forma frontal apoiando calcanhar e ponta de pé sobre a trave de equilíbrio que deverá ter dimensões de 4 metros de comprimento, 30 centímetros de altura e 10 centímetros de largura até a sua metade; quando atingir esse ponto deverá executar um giro de 90 graus e caminhar lateralmente, até o final do percurso, no tempo máximo de 05 (cinco) minutos.

3.5.2 Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de equilíbrio, tocar com o(s) pé(s) o solo, ou com a(s) mão(s) o solo ou a trave após o início da prova, bem como receber qualquer tipo de ajuda física ou qualquer outro artifício para seu auxílio no teste.

3.5.3 A performance mínima exigida está apresentada no quadro abaixo:

TESTE DE EQUILÍBRIO	
CANDIDATO	DISTÂNCIA MÍNIMA EXIGIDA
Masculino	4,00 metros
Feminino	4,00 metros

3.5.4 Será concedida uma segunda tentativa ao candidato que não obtiver o desempenho mínimo na primeira, observado o intervalo mínimo de 10 (dez) minutos entre ambas.

3.5.5 O candidato que não atingir a performance mínima na segunda tentativa, será considerado INAPTO e estará eliminado do Concurso.

3.6 TESTE DE ABDOMINAIS

3.6.1 O Teste de Abdominais, para os candidatos de ambos os sexos, consistirá de:

- a) Posição inicial: O candidato deitará em posição decúbito dorsal sobre uma superfície plana com os dedos das mãos entrelaçados na nuca, os joelhos flexionados formando um ângulo inferior a 90 graus, a planta dos pés em contato com o solo e afastados até a largura dos ombros. O avaliador deverá manter os pés do candidato em contato com o solo e presos para não escorregar.
- b) Execução: O candidato elevará as costas do solo, flexionando o tronco e o quadril até os cotovelos tocarem nos joelhos, voltando à posição inicial, repetindo o movimento tão depressa e tantas vezes quantas forem possíveis até atingir a performance mínima descrita no subitem 3.6.3 no tempo máximo de 60 (sessenta) segundos.

3.6.2 Não será permitido ao candidato, quando da realização do Teste de abdominal, receber qualquer tipo de ajuda física ou qualquer outro artifício para seu auxílio no teste.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

- 3.6.3 A performance mínima exigida está apresentada abaixo:
- a) Masculino - 20 (vinte)
 - b) Feminino - 15 (quinze)
- 3.6.4 Será concedida uma segunda tentativa ao candidato que não obtiver o desempenho mínimo na primeira, observado o intervalo mínimo de 10 (dez) minutos entre ambas.
- 3.6.5 O candidato que não atingir a performance mínima, na segunda tentativa, será considerado INAPTO e estará eliminado do Concurso.
- 3.7 TESTE EM BARRA FIXA
- 3.7.1 Consiste na Flexão e extensão de cotovelos na barra fixa para o sexo masculino e barra estática para o sexo feminino, cujos principais músculos envolvidos são: bíceps braquial, braquial anterior, bráquio radial, deltóide anterior, rombóide, redondo maior, trapézio, latíssimo do dorso e peitoral maior;
- 3.7.2 Para o candidato do sexo masculino, o teste em barra fixa consistirá de:
- a) Posição Inicial: o candidato deverá dependurar-se na barra com pegada em pronação (dorso das mãos voltado para o candidato), mantendo braços estendidos e, quando autorizado, deverá iniciar a execução.
 - b) Execução: iniciar o movimento com a flexão dos cotovelos até que o queixo ultrapasse a parte superior da barra, estendendo novamente os cotovelos e voltando à posição inicial, sendo assim considerado um movimento completo (uma flexão dos cotovelos). O movimento só se completa com a total extensão dos cotovelos.
 - c) O teste é dinâmico não sendo, portanto, permitido abandonar-se o implemento entre as repetições a título de repouso. Não será permitido ao candidato tocar com o(s) pé(s) no solo após início das execuções (é permitida a flexão de perna(s) para evitar o toque ao solo); Receber qualquer tipo de ajuda física; Utilização de luva (s) ou qualquer material para proteção das mãos (exceto para cobrir ferimentos); apoiar o queixo na barra ou mesmo utiliza-lo para conseguir ultrapassar o nível da barra, nem tampouco será permitido que utilize balanceios para que assim consiga impulso para elevar seu corpo e, caso isso ocorra, a referida flexão não será computada.
 - d) Repetições: o candidato deverá repetir o exercício 4 vezes.
- 3.7.2.1 A não extensão total dos cotovelos e início de nova execução caracteriza movimento incorreto e não é computado na performance do candidato.
- 3.7.2.2 Para a candidata do sexo feminino, o teste em barra estática consistirá de:
- a) Posição Inicial: a candidata deverá dependurar-se, com ou sem auxílio, na barra com pegada em pronação (dorso das mãos voltado para o candidato), mantendo braços estendidos e, quando autorizado, deverá iniciar a execução.
 - b) Execução: a candidata deverá permanecer 11 (onze) segundos na posição indicada acima.
- 3.7.3 Será concedida uma segunda chance aos candidatos de ambos sexos que não obtiverem o desempenho mínimo na primeira execução, observado o intervalo mínimo de 10 (dez) minutos entre as tentativas.
- 3.7.4 O candidato que não atingir a performance mínima, na segunda tentativa, será considerado INAPTO e estará eliminado do Concurso



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

3.8 TESTE DE RESISTÊNCIA AERÓBICA (TESTE DE COOPER)

- 3.8.1 O teste de resistência aeróbica ou teste de cooper, consistirá em de corrida de 12 (doze minutos), para os candidatos de ambos os sexos. Principais músculos envolvidos: todos os grandes grupos musculares, cujo protocolo de execução, é o seguinte: O candidato (a) deverá percorrer, em uma superfície plana e demarcada, a maior distância possível, em 12 (doze) minutos, 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, praticar qualquer ato de deslealdade com candidato concorrente.
- 3.8.2 O candidato, durante os 12 minutos, deverá deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir.
- 3.8.3 O início e o término do teste serão determinados pelo coordenador do teste por meio de sinal sonoro.
- 3.8.4 A performance mínima exigida será de:

MASCULINO	
FAIXA ETÁRIA	TESTE: Corrida de 12 minutos
Até 25 anos	2500 metros
De 26 a 30 anos	2400 metros
De 31 a 35 anos	2300 metros
De 36 a 40 anos	2200 metros
De 41 a 45 anos	2100 metros
De 46 anos ou mais	2000 metros

FEMININO	
FAIXA ETÁRIA	TESTE: Corrida de 12 minutos
Até 25 anos	1900 metros
De 26 a 30 anos	1800 metros
De 31 a 35 anos	1700 metros
De 36 a 40 anos	1600 metros
De 41 a 45 anos	1500 metros
De 46 anos ou mais	1400 metros

- 3.8.5 O candidato que não atingir a performance mínima estabelecida no subitem anterior não terá segunda tentativa, sendo considerado inapto e, portanto, eliminado do Concurso.



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

4. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

- 4.1 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.
- 4.2 O candidato será considerado APTO, INAPTO ou AUSENTE na Etapa de Exame de Aptidão Física. Assim, sendo considerado INAPTO ou AUSENTE, o candidato será eliminado do concurso, não prosseguindo na fase subsequente.
- 4.3 Será excluído da Etapa de Exame de Aptidão Física, 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.
 - j) Deixar de apresentar atestado médico conforme item 1.1.1.
- 4.4 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.
- 4.5 Será oportunizado ao candidato o prazo de 02 (dois) dias úteis para interposição de recurso, após a publicação do Resultado Preliminar.

Macapá/AP, 9 de maio de 2024.

PAULO CÉSAR LEMOS DE OLIVEIRA
Secretário de Estado da Administração.
Decreto nº 0649/2023



GOVERNO DO ESTADO DO AMAPÁ
SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO

EDITAL Nº 299/2024 – CONVOCAÇÃO PARA A ETAPA
DE EXAME DE APTIDÃO FÍSICA

ANEXO ÚNICO

CARREIRA: OFICIAL DE POLÍCIA		
ÁREA DE LOTAÇÃO – IV (AL IV)		
CLAS.	NOME	NUMERAÇÃO DE PROVA QUE DEVERÁ CONSTAR NA CAMISETA DO CANDIDATO
85	RAMON MORAES DE SOUSA (Processo Judicial nº 0009410-24.2023.8.03.0000)	065



Cód. verificador: 239488953. Cód. CRC: 32E5CB0
Documento assinado eletronicamente por **PAULO CÉSAR LEMOS DE OLIVEIRA**, SECRETÁRIO DE ESTADO DA
ADMINISTRAÇÃO, em 09/05/2024, conforme decreto nº 0829/2018. A autenticidade do documento pode ser
conferida no site: <https://sigdoc.ap.gov.br/autenticador>

