



ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL

EDITAL DE RECONVOCAÇÃO PARA A SEGUNDA ETAPA  
EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA

O **Coronel QOBM Dodsley Yuri Tenório Vargas**, Presidente da Comissão do Concurso Público, em face de autorização concedida pelo Chefe do Poder Executivo Estadual no Ofício nº 160/2013/SEGER, de 28 de junho de 2013 e designação do Comandante Geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Tocantins, por meio da Portaria nº 002/2012/CHEM, de 9 de abril de 2012, torna pública a **reconvocação dos candidatos abaixo relacionados para a realização dos testes pendentes da 2ª etapa – Exame de Capacidade Física** a que alude o EDITAL Nº 001/CFSD-2013/CBMT0 de 30 de julho de 2013.

**1) DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES**

**1.1 O presente edital convoca os candidatos que tiveram seus recursos contra o resultado preliminar da segunda etapa, considerados procedentes, para a realização dos demais testes físicos que ainda não foram submetidos.**

**1.2 O Exame de Capacidade Física (ECF) tem caráter eliminatório e será realizado pelos candidatos aprovados e classificados na primeira etapa, com o objetivo de verificar a capacidade mínima necessária para suportar, física e organicamente, as exigências próprias do cargo.**

**1.3 O Exame será realizado no seguinte local, datas e horários evidenciados abaixo para cada candidato convocado:**

**1.3.1 DOS CANDIDATOS CONVOCADOS PARA O EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA, LOCAIS E HORÁRIOS:**

| Cargo                                                             | Inscrição | Nome                         | Data       | Horário | PROVAS                    | Local                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------|------------|---------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| SOLDADO DO QUADRO DE PRAÇAS<br>BOMBEIROS MILITARES –<br>MASCULINO | 217535    | Francinaldo Barbosa Macedo * | 05/03/2014 | 08:30   | natação                   | Tenis Sesc, localizado Avenida 1, Quadra 124, Lote 14, Bairro: Jardim Aurenny III          |
|                                                                   |           |                              | 05/03/2014 | 09:30   | equilíbrio dinâmico       | Corpo de Bombeiros, Quadra 403 Sul, Av. NS 5, esq. Av. LO 9, antigo aeroporto de Palmas-TO |
|                                                                   |           |                              | 06/03/2014 | 08:00   | flexão de braço e corrida | Corpo de Bombeiros, Quadra 403 Sul, Av. NS 5, esq. Av. LO 9, antigo aeroporto de Palmas-TO |
| SOLDADO DO QUADRO DE PRAÇAS<br>BOMBEIROS MILITARES –<br>MASCULINO | 225084    | Alex Fabricio Alves Libanio  | 05/03/2014 | 08:30   | natação                   | Tenis Sesc, localizado Avenida 1, Quadra 124, Lote 14, Bairro: Jardim Aurenny III          |
|                                                                   |           |                              | 05/03/2014 | 09:30   | equilíbrio dinâmico       | Corpo de Bombeiros, Quadra 403 Sul, Av. NS 5, esq. Av. LO 9, antigo aeroporto de Palmas-TO |
|                                                                   |           |                              | 06/03/2014 | 08:00   | flexão de braço e corrida | Corpo de Bombeiros, Quadra 403 Sul, Av. NS 5, esq. Av. LO 9, antigo aeroporto de Palmas-TO |

\* Candidato matriculado em caráter precário no Curso de Formação de Soldados



**ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL**

1.4 O candidato deverá comparecer na data, local e horário determinados, com roupa apropriada para a prática de exercício físico, com **no mínimo 30 (trinta) minutos de antecedência**, munido de **DOCUMENTO DE IDENTIDADE ORIGINAL, COMPROVANTE DE INSCRIÇÃO E ATESTADO MÉDICO ORIGINAL ESPECÍFICO PARA TAL FIM**, conforme modelo constante do Anexo III do EDITAL Nº 001/CFSD-2013/CBMTO de 30 de julho de 2013., a seguir transcrito:

**MODELO DE ATESTADO MÉDICO A SER OBRIGATORIAMENTE APRESENTADO  
PARA A REALIZAÇÃO DO EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA**

(TIMBRE DO EXPEDIDOR, CLÍNICA, HOSPITAL)

**ATESTADO MÉDICO**

ATESTO, para os devidos fins que o (a) Senhor (a) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_, goza de boas condições de saúde, estando apto para  
realizar os testes e esforços físicos previstos no Edital do Concurso Público para a seleção de  
candidatos ao Curso de Formação de Soldados do Corpo de Bombeiros Militar do Tocantins.

\_\_\_\_\_  
(local e data)  
\_\_\_\_\_



ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL

- 1.4.1 O atestado médico, **emitido no prazo máximo de 30 (trinta) dias corridos antes do ECF**, deverá conter, expressamente, a informação de que o candidato está **apto para realizar a prova de capacidade física específica do concurso** e será retido pela empresa realizadora do concurso.
- 1.4.2 Eventuais despesas decorrentes da obtenção do atestado de que trata o item anterior correrão às expensas dos candidatos, não cabendo ressarcimento em nenhuma hipótese.
- 1.4.3 O atestado médico deverá ser entregue no momento da identificação do candidato para o início do exame, não sendo aceita a entrega de atestado médico em outro momento ou em que não conste a autorização expressa nos termos supracitados.
- 1.4.4 O atestado deverá conter, **de forma legível**: **nome completo do candidato; nome, carimbo, assinatura e número do CRM do médico responsável; bem como data de emissão.**
- 1.4.5 O candidato que deixar de apresentar o atestado médico ou o documento de identidade original com foto **NÃO poderá realizar o ECF**, sendo, consequentemente, **ELIMINADO** do concurso.

## 2) DO EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA

2.1 Os candidatos presentes nessa convocação não efetuaram os testes abaixo, os quais serão realizados em 02 (dois) dias e seguirão a seguinte sequência:

**1º dia:**

- a) equilíbrio dinâmico;
- b) natação 50 metros estilo livre.

**2º dia:**

- a) flexão de braços no solo com 4 (quatro) apoios para homens e de 6 (seis) apoios para mulheres;
- b) corrida aeróbica - 12 minutos.

2.2 O candidato efetuará cada modalidade do ECF com intervalo mínimo de 15 (quinze) minutos entre uma e outra.

2.3 Os casos de alterações físicas, psíquicas ou orgânicas, mesmo que temporárias (gravidez, estados menstruais, indisposições, câimbras, contusões, luxações, fraturas, etc.), que impossibilitem a realização do ECF na data marcada, ou diminuam ou limitem a capacidade física do candidato, não serão levados em consideração, não sendo concedido qualquer tratamento diferenciado ou adiamento do mesmo e **uma vez impossibilitado**, estará **eliminado** do Concurso.

2.4 O candidato que vier a acidentar-se, sofrer de mal súbito ou lesão muscular, em qualquer um dos exercícios do ECF e não tiver condição de continuar, estará automaticamente **eliminado** no Concurso Público, não cabendo nenhum recurso contra esta decisão.

2.5 Ficará a cargo do candidato o aquecimento para a realização dos exercícios.

2.6 Não serão contabilizadas as repetições de cada exercício executadas de forma incorreta ou em inobservância de quaisquer das regras de execução.

2.7 O protocolo e as especificações de cada teste encontram-se no Anexo I deste edital.



ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL

2.8 Antecedendo a realização de cada teste, o **Examinador de Banca fará explanação sobre a forma de execução correta** de cada exercício pelo candidato, inclusive advertindo sobre os possíveis erros comumente verificados nas execuções, sendo da **responsabilidade do candidato solicitar quaisquer esclarecimentos nesse momento**. Será também demonstrado por fiscal avaliador o exercício que será executado, com exceção da corrida e natação.

### 3) DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

3.1 Será considerado **inapto** no ECF e **eliminado** do concurso, o candidato que:

- a) **Não tiver a altura mínima exigida** para o cargo, conforme subitem 9.4.1 do EDITAL Nº 001/CFSD-2013/CBMT0, de 30 de julho de 2013;
- b) **Não atingir o desempenho mínimo estipulado** em todos os exercícios dos testes do exame de capacidade física, de acordo com as regras constantes do Anexo I deste Edital;
- c) **Deixar de comparecer na data, local e horário estipulado ou não realizar o ECF em sua totalidade**, independente do motivo.

3.3 Os imprevistos ocorridos durante o ECF serão decididos pela Coordenação do ECF e os Examinadores de Banca.

Quartel do Comando Geral em Palmas – TO, 28 de fevereiro de 2014.

**DODSLEY YURI TENÓRIO VARGAS – CEL QOBM**  
Presidente da Comissão do Concurso CFSD/2013

## ANEXO I

### DO EXAME DE CAPACIDADE FÍSICA, PROCEDIMENTOS E DESEMPENHOS EXIGIDOS.

#### ANEXO I - A

#### DA PROVA DE FLEXÃO DE BRAÇO NO SOLO

#### DA PROVA DE FLEXÃO DE BRAÇO NO SOLO COM QUATRO APOIOS



**ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL**

**DO PROCEDIMENTO**

1. Nesta prova o avaliado posiciona-se de pé de frente ao examinador. Ao comando de "em posição", o candidato deverá tomar a posição de frente ao solo com os braços completamente estendidos, palmas das mãos apoiadas sobre o solo com os dedos paralelos voltados para frente, pontas dos pés em contato com o solo e pernas estendidas. O quadril não poderá apresentar flexão na posição inicial e durante a execução do movimento.
2. Ao comando de "iniciar", o candidato flexionará simultaneamente os braços até que as pontas dos cotovelos atinjam um ângulo de 90° ou ultrapassem o plano das costas. Em seguida, voltará à posição inicial com a extensão completa dos braços. Durante a execução do teste, o candidato não poderá tocar o solo com qualquer parte do corpo, exceto mãos e pontas dos pés.
3. Durante a execução dos movimentos, o avaliado deverá permanecer com a coluna ereta.
4. O objetivo do teste é execução do maior número de repetições corretas, sendo, entretanto, permitido o repouso entre os movimentos, na posição inicial, porém sem retirar as mãos do solo.
5. Os atributos físicos exigidos são a coordenação e a resistência muscular localizada, trabalhando principalmente flexores dos braços, tríceps, deltóides e peitorais.
6. Será permitida somente uma tentativa.
7. Somente serão computados os exercícios realizados de acordo com a descrição acima.

**Masculino: 36 flexões**

**ANEXO I - B**

**DA CORRIDA DE 12 MINUTOS**

**DA PROVA DE CORRIDA AERÓBICA (12')**

A metodologia para a preparação e a execução da corrida será assim constituída:

1. Esta prova deve ser realizada em local o mais plano possível, preferencialmente com demarcações de 10 em 10 metros, para facilitar as anotações de metros percorridos pelos concorrentes, num percurso onde os mesmos possam ser observados em todos os pontos.
2. A corrida de 12 (doze) minutos consiste em percorrer ao final desse tempo, uma distância mínima pré-estabelecida para ambos os sexos, podendo o (a) candidato (a), sentindo-se cansado (a), diminuir o ritmo ou mesmo andar para recuperar-se, reiniciando a corrida logo a



**ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL**

seguir.

3. O Examinador de Banca orientará previamente os candidatos sobre a marcação da pista, o tempo e a distância a ser percorrida por gênero.
4. O início e o final do Teste serão dados pelo Examinador de Banca, por meio de silvo de apito.
5. Uma vez iniciada a prova, o candidato não poderá parar ou evadir-se de seu circuito antes de decorridos os 12 (doze) minutos e/ou da liberação do Fiscal Avaliador, sob pena de reprovação.
6. Não será informado o tempo que restar para o término do teste, mas, o (a) candidato (a) poderá usar relógio ou cronômetro para controlar o seu tempo, porém, o único cronômetro, o do Examinador de Banca, controlará o tempo oficial do teste, sendo o único que servirá de referência para o início e término.
7. Ao soar o apito encerrando o teste, o (a) candidato (a) deverá permanecer no local onde estava naquele momento, somente poderá continuar a correr ou caminhar no sentido transversal da pista e aguardar a presença do Fiscal Avaliador que irá aferir mais precisamente a metragem percorrida.
8. Será considerado (a) apto (a) o (a) candidato (a) que obtiver o resultado conforme abaixo, no tempo estabelecido e em uma única tentativa.

**Masculino: 2.400m**

**ANEXO I - C**

**DA PROVA DE NATAÇÃO 50 METROS – NADO LIVRE**

**DO PROCEDIMENTO**

1. A prova de natação consiste em percorrer a distância de 50 metros em qualquer estilo, nado livre.
2. O tempo da prova será cronometrado em minutos, segundos e centésimos de segundo, devendo ter um Examinador de Banca, para dar a ordem de largada, um cronometrista na linha de chegada de cada raia, além de um fiscal para verificar a virada, quando se tratar de piscina de 25 metros.
3. O(a) candidato(a) deverá ser orientado(a) previamente de que o cronometrista acionará o cronômetro através do sinal do Examinador de Banca, que dará a saída, travando-o quando o(a) candidato(a) avaliado(a) tocar com qualquer parte do corpo na borda de chegada.
4. O local de realização desta prova deverá ser preferencialmente em piscina de 25 metros de extensão, onde o(a) candidato(a) deverá percorrer ida e volta perfazendo um total de 50 metros, na virada será permitido tocar a borda e impulsionar-se na parede.



**ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL**

5. Para a realização da prova de natação, os candidatos deverão trajar calção de banho e maiô peça única para as candidatas, sendo facultado o uso de óculos de natação, touca e protetor de ouvidos.
6. A prova inicia-se com o(a) avaliado(a) fora da piscina e junto à borda, só devendo adentrá-la após a ordem de largada.
7. A chegada estará configurada no momento em que, após completar o percurso, o candidato tocar, com qualquer parte do corpo, a borda de chegada.
8. Não será permitido ao (à) candidato (a):
  - apoiar-se ou impulsionar-se na borda lateral, na parede lateral ou nas divisórias das raiais;
  - na virada, parar na borda;
  - apoiar-se no fundo da piscina; dar ou receber qualquer ajuda física;
  - utilizar qualquer acessório que facilite o ato de nadar, exceto touca e óculos de natação.
9. O teste será interrompido e o candidato reprovado caso ocorra quaisquer das proibições do artigo anterior.
10. Será permitida somente uma tentativa.
11. Será considerado (a) apto (a) o (a) candidato (a) que obtiver o resultado conforme abaixo, no tempo estabelecido e em uma única tentativa.

**Masculino: 50 segundos**

**ANEXO I - D**

**EQUILÍBRIO DINÂMICO/ALTURA**

**CONSIDERAÇÕES GERAIS**

1. O objetivo da prova será avaliar a capacidade do candidato em manter o equilíbrio durante um movimento em altura;
2. A prova de equilíbrio dinâmico será aplicada indistintamente para ambos os sexos.

**DO PROCEDIMENTO**

3. O candidato terá o tempo de 60 segundos para executar a prova de equilíbrio, que consiste na ultrapassagem de viga, na posição de pé tanto para candidatos do sexo masculino como do sexo feminino, não sendo permitido apoiar-se com as mãos em qualquer objeto que auxilie na travessia;



**ESTADO DO TOCANTINS  
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR  
QUARTEL DO COMANDO GERAL**

4. Durante a realização do exercício, além do candidato, a prova contará com um avaliador, um homem de segurança, devendo o candidato estar equipado com capacete de segurança, cabo solteiro, viga em madeira ou ferro com largura de 30 cm e 7 m de comprimento, instalada a uma altura de 4,20 (quatro metros e vinte centímetros) em relação à base das colunas de sustentação;
5. Na posição de pé o avaliado, ao sinal de “atenção: já” iniciará o deslocamento pela viga do ponto de partida até o final;
6. O cronômetro será parado quando o avaliado atingir ou não o final dos 6 m (seis metros) da transposição da viga, computando-se neste momento o tempo executado.
7. Caso não consiga realizar a prova na primeira tentativa, será facultado, uma segunda tentativa no máximo para cada candidato, realizada após o final da primeira tentativa dos demais candidatos convocados para a bateria respectiva.