



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

SUPLEMENTO AO BOLETIM GERAL Nº 967

Palmas - TO, 14 de agosto de 2017.

I – NPCE / TRANSCRIÇÃO

ANEXO ÚNICO DA PORTARIA Nº 006 / 2017 / DEP, 10 de agosto de 2017.

REFERÊNCIAS

- 📖 Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 – LDB;
- 📖 Lei Complementar nº 45, de 03 de abril de 2006 – LOB CBMTO;
- 📖 Lei nº 2.578, de 20 de abril de 2012 – Estatuto PM e CBMTO;
- 📖 Lei nº 2.665, de 18 de dezembro de 2012 – Lei de Promoção do CBMTO;
- 📖 Lei nº 2.677, de 20 de dezembro de 2012 – Quadro de Fixação do Efetivo do CBMTO;
- 📖 Matriz Curricular Nacional 2013; e
- 📖 Normas Gerais de Ação (NGA).

TÍTULO I - NORMAS DE ENSINO

CAPÍTULO I - FINALIDADES E GENERALIDADES

Art. 1º Estas Normas para o Planejamento e a Conduta do Ensino do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Tocantins (NPCE/CBMTO), tem por finalidade:

- I- planejar o ensino e seus desenvolvimentos no âmbito do CBMTO;
- II- desenvolver as competências individuais e coletivas;
- III- subsidiar a formação profissional e a educação continuada;
- IV- integrar o processo de ensino, pesquisa e extensão;
- V- regulamentar as condutas relativas à formação, habilitação, aperfeiçoamento e especialização no CBMTO;
- VI- subsidiar as seleções internas e convocações.

Art.2º O Ensino no CBMTO tem por objetivo preparar, instruir, formar e capacitar continuamente profissionais e candidatos, por meio de processos de ensino-aprendizagem em cursos, estágios, qualificações e demais eventos necessários à construção das seguintes competências:

- I- Cognitivas: desenvolvimento do pensamento por meio da pesquisa e da organização do

conhecimento;

II- Atitudinais: percepção da realidade, por meio do conhecimento e do desenvolvimento das potencialidades individuais;

III- Operativas: aplicação do conhecimento teórico em prática responsável, reflexiva e consciente.

Art.3º O desenvolvimento das competências será favorecido pelo conjunto dos seguintes conteúdos:

I- Conhecimentos: compreensão de leis, técnicas, teorias e princípios;

II- Habilidades: aptidão, realização e procedimentos; e

III- Atitudes: modo de agir, postura, valores e crenças.

CAPÍTULO II - FUNDAMENTOS DO PROCESSO EDUCACIONAL

Art.4º As NPCE têm como fundamentos do processo educacional:

I- A formação, habilitação, aperfeiçoamento e especialização dos profissionais do CBMTO para o exercício das funções atribuídas, em observação:

a) O desenvolvimento de competências para o desempenho de atividades operacionais e administrativas;

b) A progressão na carreira funcional;

c) O aperfeiçoamento do processo de gestão institucional;

d) A organização dos currículos, das modalidades de ensino, dos períodos das ações formativas, da aprendizagem, dos espaços e dos recursos;

e) A aplicação constante do princípio do “risco aceitável”;

f) Ações práticas em aplicação à minimização de gastos;

g) Atenção às atividades de ensino para os efeitos como ato de serviço.

II- O estímulo à pesquisa, o desenvolvimento das ciências profissionais do bombeiro militar e sua extensão.

III- A integração à educação em conformidade aos parâmetros nacionais.

IV- A prestação profissional em concursos, seleções e convocações em conformidade às previsões legais.

V- A educação continuada será trabalhada por meio da:

a) organização sistêmica dos saberes específicos, por área de conhecimento ;

b) avaliação do ensino;

c) andragogia;

d) edificação dos padrões morais, éticos, cívicos e culturais;

e) valorização individual, coletiva e ética-profissional diante das premissas legais e dos Direitos Humanos.

VI- Os conteúdos programáticos do currículo e da grade disciplinar dispostas.

VII- A seleção do corpo docente em análise às ações de gestão e comportamentais.

VIII- A hierarquia e a disciplina como fundamentos da profissionalização.

CAPÍTULO III - PRINCÍPIOS DO ENSINO

Art.5º As NPCE são norteadas pelos seguintes princípios:

I- Ético: relação entre as ações formativas e a transversalidade disciplinar. São baseados em compatibilidade, compreensão e valores das diferenças;

II- Educacional: linhas gerais que fundamentam as ações formativas profissionais. São baseados em flexibilidade, abrangência, atualização permanente, articulação, continuidade e regularidade;

III- Didático-pedagógico: orientam as ações e atividades referentes aos processos de planejamento, execução e avaliação das ações formativas profissionais. São baseados em valorização do conhecimento anterior, universalidade, interdisciplinaridade, transversalidade e reconstrução democrática de saberes.

CAPÍTULO IV - COMPETÊNCIA

Art.6º É de competência da DEP a formação, habilitação, aperfeiçoamento, especialização, e capacitação dos profissionais lotados no CBMTO.

§1º A DEP por meio da Academia de Formação de Bombeiros Militar – AFBM, proporcionará ações educacionais para o desenvolvimento de atividades pertinentes às funções institucionais.

§2º O Comandante da AFBM será nomeado pelo Comandante Geral do CBMTO.

§3º O coordenador de cada curso dos cursos e estágios será designado pelo Comandante da AFBM ou pelo Diretor de Ensino e Pesquisa.

Art.7º Os bombeiros militares inscritos em cursos e estágios realizados fora da AFBM ficarão à disposição da DEP.

Art.8º Haverá um Conselho de Ensino composto pelo Diretor de Ensino e Pesquisa, Comandante da AFBM e Coordenador Pedagógico.

Art.9º O Conselho de Ensino terá a responsabilidade de analisar os profissionais, seus respectivos currículos e os cursos necessários ao desenvolvimento das atribuições que exigem os cargos e funções que possivelmente ocuparão.

TÍTULO II - PLANEJAMENTO DO ENSINO

CAPÍTULO I - PLANEJAMENTO E DOCUMENTOS DO ENSINO

Art.10 O Planejamento do Ensino compreende um conjunto de conhecimentos teóricos para aplicabilidade prática e possibilidade de interação profissional e social, além de permitir estratégias para tomadas de decisões.

Art.11 Os documentos de ensino são instrumentos técnico-didáticos e pedagógicos que orientam as atividades de ensino e tem por objetivo padronizar o processo de ensino na Corporação.

Art.12 São considerados documentos de ensino no CBMTO:

I - **Plano Geral de Ensino (PGE)**: elaborado pela Diretoria de Ensino e Pesquisa, no qual é planejado, em período anual, os cursos, estágios e formações a serem desenvolvidos no CBMTO e em corporações co-irmãs;

II- **Plano de Curso (PC)**: especifica as atividades a serem desenvolvidas em cada curso, na

conformidade do Anexo I a estas normas;

III- **Normas Gerais de Ação (NGA)**: descreve o conjunto de regras em nível organizacional, administrativo e disciplinar de cada curso de formação e/ou habilitação;

IV - **Plano de Unidade Didática (PUD)**: especifica a grade disciplinar de cada curso, e especifica os conteúdos e as referências de cada disciplina;

V - **Quadro de Trabalho Semanal (QTS)**: apresenta a distribuição das aulas, juntamente com a carga horária respectiva, a serem desenvolvidas ao longo de cada semana letiva;

VI- **Plano de Aula (PA)**: elaborado pelo docente e detalha conteúdos, metodologias, recursos e referências/bibliografia necessários à realização de cada encontro;

VII- **Requerimento de Avaliação Substitutiva (RAS)**: requerimento do aluno que não tenha se submetido à prova aplicada, em virtude de restrição médica, luto ou requisição legal, na conformidade do Anexo II a estas normas;

VIII- **Proposta de Prova (PP)**: contém as questões/os itens da avaliação e os procedimentos a serem adotados pelo docente;

IX- **Livro de Controle de Tempo (LCT)**: de preenchimento do Chefe de Turma, no qual consta as faltas discentes, as disciplinas, os assuntos ministrados, o quantitativo de aulas ministradas, o(s) docente(s) e assinaturas;

X- **Relatório Individual (RI)**: documento que poderá ser exigido por docentes ou Comandante de Pelotão, ou Comandante da AFBM para que os discentes, em caráter individual, informem as atividades realizadas no decorrer de cursos/estágios;

XI- **Pedido de Revisão de Provas (PRP)**: utilizado pelo discente para fins de revisão de questão(ões) a fim de validá-la(s) diante da primeira correção do docente; e

XII- **Ata de Conclusão de Curso (ACC)**: de responsabilidade da Diretoria de Ensino e Pesquisa, no qual, ao final de cursos, estágios e capacitações, registra fatos ou ocorrências, malha disciplinar, carga horária das disciplinas, histórico avaliativo individual do discente, média alcançada (com quatro casas decimais), classificação, registro de aprovação ou reprovação e outros fatos julgados relevantes.

Art.13 Os documentos de ensino serão arquivados em pastas específicas ao término de cada curso, para fins de revisão futura e, se necessário, adoção de medidas cabíveis.

CAPÍTULO II - ETAPAS DO PLANO DE ENSINO

Art.14 O Plano de Ensino possui as seguintes etapas:

- I- Preparação: formular objetivos e a previsão para alcançá-los;
- II- Acompanhamento: observar a atuação do docente e o aprendizado do discente;
- III- Aprimoramento: corrigir as falhas apresentadas durante o Acompanhamento; e
- IV- Verificação: relacionar os objetivos previstos com as ações realizadas.

CAPÍTULO III - ÁREAS TEMÁTICAS

Art.15 O ensino profissional para os bombeiros militares do CBMTO será composto por oito áreas temáticas:

I- Sistemas, Instituições e Gestão Integrada em Segurança Pública: possibilita a compreensão das estruturas organizacionais, da história e da dinâmica das instituições de Segurança Pública nos diversos sistemas existentes. Ela inclui a discussão crítica e contextualizada da situação dos diferentes órgãos e carreiras profissionais que compõe as organizações responsáveis pela promoção e preservação da ordem pública;

II- Violência, Crime e Controle Social: estabelece um espaço de conhecimento crítico e reflexivo atinente aos fenômenos da violência e do crime em suas várias formas, proporcionando a compreensão das diversas maneiras e graus da sociedade organizar (ou não) o controle dessas manifestações;

III- Conhecimentos Jurídicos: propicia a reflexão crítica sobre o direito como construção cultural e sobre os direitos humanos e sua implementação, com vista à atuação profissional de Segurança Pública no estado Democrático de Direito, implicando no conhecimento do ordenamento jurídico brasileiro, seus princípios e normas com destaque para a legislação pertinente;

IV- Modalidades de Gestão de Conflitos e Eventos Críticos: propõe favorecer o domínio do conhecimento e das modalidades necessárias para lidar com as conflitualidades, que demandam procedimentos e técnicas diferenciadas de atuação preventiva e reativa, incluindo o estudo de técnicas de mediação, negociação, gradientes do uso da força entre outros;

V- Valorização Profissional e Saúde do Trabalhador: abordagem urgente e determinante quanto à motivação, a eficácia e ao bem estar do profissional em Segurança Pública. Esta área inclui metodologias que valorizam os participantes e lhes permitem ter uma positiva imagem de si como sujeito e como membro de uma instituição;

VI- Comunicação, Informação e Tecnologias em Segurança Pública: inclui conteúdos relativos aos princípios, procedimentos e técnicas de comunicação, isto é, dos processos de troca e transferência de informação. Destaca-se a comunicação verbal e não-verbal e a factual, fundamentais para interação com o público e a comunicação escrita e de massa;

VII- Cultura, Cotidiano e Prática Reflexiva: propõe a realização de atividades formativas centradas na discussão teórica sobre a prática, a realidade e cotidiano da profissão em Segurança Pública, preparando o profissional para a solução e mediação de problemas concretos; e

VIII- Funções, Técnicas e Procedimentos em Segurança Pública: concentram-se os conteúdos relativos aos aspectos técnicos e procedimentais inerentes aos exercícios das funções. Estes conteúdos devem permear as ações formativas e integrar as demais áreas temáticas.

CAPÍTULO IV - MÓDULOS DE APRENDIZAGEM

Art.16 Os módulos de aprendizagem para o ensino, no âmbito do CBMTO, se darão nas seguintes modalidades:

I- Presencial: aulas ministradas por docentes presentes, no período letivo, com cinco tempos por período (matutino e vespertino) e se necessário mais dois tempos (em período noturno), sendo cada tempo correspondente a uma hora-aula, com duração de 45 minutos; para fins de formação em data prevista as aulas poderão ocorrer aos sábados, domingos e feriados;

II- Ensino à Distância (EaD): conteúdos disponibilizados por docentes via sistema de ensino à distância (virtual ou postagem via correio)e com avaliações que podem acontecer em ambiente virtual, ou parte virtual e parte presencial, desde que esta última não ultrapasse 40% do valor da Média Final da Disciplina.

III- Semipresencial: disponibilidade de disciplinas, conteúdos e/ou avaliações tanto no EaD como no Presencial.

CAPÍTULO V – DISPOSIÇÕES TEMPORAIS

Art.17 Nos finais de semana poderão ser programadas aulas e/ou planejadas atividades operacionais, as quais serão de caráter predominantemente técnico-pedagógico, tendo como objetivo principal a prática de determinados conteúdos ministrados em sala de aula.

Art.18 Haverá reserva de carga horária, prevista em cada PUD, para disposição ao Comando da AFBM.

Art.19A previsão temporal de cada curso se dará por meio do QTS, que estará disponível anteriormente às atividades programadas para a semana.

Art.20 Os tempos à disposição do Comando da AFBM destinar-se-ão para:

- I- reajustamento do ensino;
- II- atividades extraclases;
- III- treinamentos para formaturas e solenidades;
- IV- treinamento físico militar;
- V- pesquisas, conteúdos e esclarecimento de assuntos acadêmicos; e
- VIII- aulas teórico-práticas de conhecimentos especializados.

CAPÍTULO VI – QUALIFICAÇÕES EDUCACIONAIS

Art.21 O ensino no CBMTO será desenvolvido nas seguintes qualificações educacionais:

I- **Cursos de Formação:** aprendizagem voltada para a formação do caráter Bombeiro Militar por meio do desenvolvimento de competências pertinentes às carreiras profissionais de oficiais e praças;

II- **Cursos de Habilitação:** aprendizagem que permitem ao Bombeiro Militar ascensão em sua carreira para o desenvolvimento de trabalhos específicos da Corporação;

III- **Cursos de Aperfeiçoamento:** aprendizagem que proporcionam o aperfeiçoamento das competências de Oficiais e Sargentos para desempenho de cargos e funções ao posto ou graduação que ocupa ou que ocupará, habilitando-o à ascensão profissional;

IV- **Cursos de Especialização:** aprendizagem técnica específica em conhecimento Bombeiro Militar, com carga horária igual ou superior a 120 horas-aula;

V- **Estágios de Especialização:** aprendizagem técnica específica em conhecimento Bombeiro Militar, com carga horária de 60 a 119 horas-aula;

VI- **Eventos Técnicos:** aprendizagem técnica específica em conhecimento Bombeiro Militar, com carga horária inferior a 60 horas-aula;

VII- **Visitas de Estudo e Viagens de Estudo:** aprendizagem proporcionada em ambiente externo, de caráter extracurricular, em organizações congêneres e/ou instituições, com destaque para o tecnicismo e a cultura.

Art.22 A AFBM poderá realizar as qualificações educacionais em conjunto às instituições educacionais nacionais para reconhecimento e validação de cursos e estágios, desde que em acordo à demandas legais e exigências pré-estabelecidas.

Art.23 Os Cursos e Estágios serão normatizados em ato de Portaria e suas especificidades se darão por meio de Edital e Currículo próprios.

Art.24 A criação de Cursos e Estágios se darão, inicialmente, por meio de proposta apresentada à DEP em modelo Projeto, com os seguintes apontamentos: capa, contracapa, brevê/manicaca do curso,

justificativa, objetivo geral, objetivos específicos, metodologias de aprendizagem, metodologias avaliativas, grade disciplinar, cronograma, previsão orçamentária, referencial teórico, considerações finais e bibliografia/referências.

Parágrafo Único. Caso a proposta do curso seja aprovada, haverá publicação em documento oficial da Corporação.

SEÇÃO I - Cursos de Formação

Art.25 No CBMTO serão desenvolvidos os seguintes cursos de formação:

I- Curso de Formação de Oficiais (CFO/QOBM) - visa à preparação, do candidato selecionado em concurso público para o desempenho das funções inerentes ao oficialato, e ao término o concluinte será declarado Aspirante-a-Oficial Bombeiro Militar;

II- Curso de Formação de Soldados (CFSD/QPBM) - visa à preparação do candidato selecionado em concurso público para o desempenho das funções de execução, em níveis operacional e administrativo, e ao término o concluinte será Soldado Bombeiro Militar.

Art.26 Caso o CFO não aconteça no âmbito do CBMTO, os cadetes realizarão o curso em corporações co-irmãs, em conformidade às previsões dispostas no edital do concurso público e/ou legislação em vigor.

SEÇÃO II - Cursos de Habilitação

Art.27 No CBMTO serão desenvolvidos os seguintes cursos de habilitação:

I- Para Oficiais:

a) Curso de Habilitação ao Quadro de Oficiais da Saúde (CHOS) - visa à habilitação do futuro oficial do Quadro de Saúde, selecionado em concurso público, para o desempenho das funções específicas em sua área de saúde; e

b) Curso de Habilitação de Oficiais Especialistas (CHOE) - visa à habilitação do futuro oficial do Quadro de Especialistas, selecionado em concurso público para o desempenho das funções específicas em sua área acadêmica.

II- Para Praças:

a) Curso de Habilitação de Oficiais Administrativos (CHOA) – visa à habilitação dos Subtenentes que possuam CAS, selecionados internamente, para o desempenho das funções de 2º Tenente QOBM/A até os postos previstos em lei;

b) Curso de Habilitação de Sargentos (CHS) - visa à preparação do Cabo, selecionado internamente ou por tempo de serviço, para exercício de funções inerentes às graduações de 3º, 2º e 1º Sargentos;

c) Curso de Habilitação de Cabos (CHC) - visa à preparação do Soldado, selecionado internamente ou por tempo de serviço, para exercício das funções inerentes à graduação de Cabo.

III- Para Colaboradores Civis: Curso de Brigadistas - visa à habilitação de colaboradores civis efetivos e/ou convidados, para o desempenho de atribuições conferidas ao interesse institucional.

SEÇÃO III - Cursos de Aperfeiçoamento

Art.28 No CBMTO poderão ser desenvolvidos os seguintes cursos de aperfeiçoamento:

I- Para Oficiais:

a) Curso Superior Bombeiro Militar (CSBM) - visa aperfeiçoar o Oficial Superior para o desempenho das

funções inerentes ao posto de Coronel BM;

b) Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais (CAO) - visa aperfeiçoar o Oficial Intermediário para o desempenho das funções inerentes ao ciclo de Oficial Superior.

II- Para Praças:

a) Curso de Aperfeiçoamento de Sargentos (CAS) - visa aperfeiçoar o 1º Sargento para o desempenho das funções inerentes à graduação de Subtenente.

Art.29 A exigência, ou não, de Curso de Aperfeiçoamento aos quadros QOBM/S, QOBM/A e QOBM/E se dará em conformidade à Lei de Promoções do CBMTO.

Art.30 O Comando da Corporação, observada a necessidade e o interesse Institucional, poderá estabelecer parcerias com Instituições de Ensino Superior, visando à realização de Cursos de Pós-Graduação *Lato Sensu* e *Stricto Sensu*, para atendimento de áreas específicas do conhecimento profissional de seus integrantes.

SEÇÃO IV - Cursos de Especialização

Art.31 Poderão ser desenvolvidos cursos de especialização em análise às demandas institucionais e em observação as áreas de atuação Bombeiro Militar, na conformidade ao Edital e ao Currículo específicos:

- a) Combate a Incêndio Urbano;
- b) Combate a Incêndio Florestal;
- c) Perícia;
- d) Busca e Salvamento;
- e) Salvamento Terrestre e suas especificidades;
- f) Salvamento Aquático;
- g) Mergulho;
- h) Salvamento em Altura;
- i) Atendimento Pré-Hospitalar;
- j) Serviços Técnicos e suas especificidades; e
- k) Defesa Civil e suas especificidades.

SEÇÃO V - Estágios de Especialização

Art.32 Poderão ser desenvolvidos Estágios de Especialização para fins de prevenção, manutenção e operacionalização em viaturas, embarcações, equipamentos, materiais e ações.

SEÇÃO VI - Eventos Técnicos

Art.33 Poderão ser desenvolvidos Eventos Técnicos como congressos, encontros, seminários, simpósios, palestras, mesas-redondas, comunicações orais, mostras e exposições.

SEÇÃO VII - Visitas de Estudo e Viagens de Estudo

Art.34 As visitas de estudo são de cunho cultural e consideradas atividades extracurriculares, às quais devem acontecer com a presença de pelo menos um responsável e com autorização prévia do Comandante da AFBM.

Art.35 As visitas de estudo necessárias à complementação disciplinar deverão ser programadas pelos docentes e apresentadas em Plano de Aula, com antecedência mínima de uma semana. Deverão constar informações como data, local, duração, transporte, objetivo(s), atividades a serem desenvolvidas e assuntos diversos que o docente julgar necessários.

Art.36 A duração das visitas não deverá exceder a 12 horas-aula/dia, quando realizada na cidade de origem.

Parágrafo Único. As visitas com duração superior 12 horas-aula/dia, quando se derem fora do município de origem, serão classificadas como viagem de estudo.

Art.37 As viagens de estudo envolvem atividades fora do município de origem e seu principal objetivo é a aquisição de novos conhecimentos, e, sua autorização se dará pelo Comandante Geral ou pelo Chefe do Poder Executivo Estadual, desde que em análise aos locais designados, duração e objetivos.

Art.38 As visitas de estudo e as viagens de estudo deverão ser planejadas e constarão no Plano de Curso de cada qualificação educacional prevista.

Art.39 A programação para as visitas no âmbito do Estado, será definida nos Planos de Cursos de cada OBM, quando houver previsão de despesa.

CAPÍTULO VIII - PESQUISA NA CORPORÇÃO

Art.40 As pesquisas poderão ser compostas por estudos teóricos e análises práticas, em validação acadêmica, cujos objetivos serão a solução de problemáticas da Corporação, análises situacionais, investigações históricas e produções científicas de interesse institucional.

Art.41 As pesquisas realizadas para fins de conclusão de cursos do CBMTO deverão ser previamente discutidas com o docente responsável pelo Trabalho de Conclusão de Curso e posteriormente autorizadas pelo Comandante do Pelotão ou Comandante da AFBM ou Diretor de Ensino e Pesquisa.

CAPÍTULO IX - ATIVIDADES EXTRACLASSE

Art.42 Atividades extraclasse são todas ações formalizadas executadas fora do ambiente escolar, sem prejuízo ao calendário escolar, previamente autorizada pelo Comandante da AFBM, e para fins de complementação curricular e/ou práticas sócio-culturais.

Art.43 Nas atividades extraclasse os alunos obrigatoriamente deverão ser acompanhados por no mínimo um docente/monitor.

Art.44 As atividades extraclasse poderão ser compostas por: palestras, conferências, competições esportivas, visitas, viagem de estudos e serviços (internos e externos).

CAPÍTULO X - SERVIÇOS

Art.45 Ao decorrer de cursos e estágios, os alunos poderão ser empregados em serviços operacionais e/ou administrativos, a fim de validarem seus conhecimentos escolares, em âmbito interno e externo.

SEÇÃO I - Serviços Internos

Art.46 Os serviços internos são realizados na AFBM, sob fiscalização, e visam ações organizacionais, administrativas e gerais.

SEÇÃO II - Serviços Externos

Art.47 Os serviços externos são realizados fora da AFBM, por meio de amparo documental (escalas, determinações, ordens de serviço, notas de instrução, etc.) e envolvem atividades operacionais, administrativas, ações de defesa civil e/ou atividades cívico-militares.

Art.48 Os serviços externos podem se dar em virtude da necessidade de serviço, estágio supervisionado ou cumprimento de infrações escolares.

Art.49 A AFBM poderá exigir apresentação/entrega de relatórios após a realização dos serviços externos, bem como validá-los e pontuá-los.

CAPÍTULO XI - METODOLOGIAS DE APRENDIZAGEM

Art.50 Os docentes se utilizarão de metodologias diversificadas para exposição de conteúdos que deverão permitir a flexibilidade, a interdisciplinaridade e a transversalidade.

Art.51 As metodologias de aprendizagem poderão se dar nas seguintes formas:

I- **Exposição Oral:** verbalização do conteúdo no interior das salas de aulas antecedidas pelo Plano de Aula;

II- **Conferência:** apresentação técnica de assuntos específicos, por profissionais especialistas/qualificados, em ambiente de auditório e com temáticas de interesse institucional;

III- **Debate:** discussão verbal em nível pergunta-resposta mediante a presença de um mediador;

IV- **Demonstração:** apresentação visual e auditiva para fins de compreensão de processos teóricos e/ou ações práticas, aplicadas na solução de problemas;

V- **Estudo Dirigido:** condução didática e bibliográfica, por parte do docente, para revisão/produção de conhecimentos;

VI- **Estudo Obrigatório:** atividade obrigatória, limitada a duração de quatro horas ao aluno de Módulo Presencial que não for aprovado em primeira época;

VII- **Estudo de Caso:** análise crítica de situação real ocorrida, na qual há participação coletiva e interação para apontamentos de possíveis atitudes diferenciadas;

VIII- **Estágio Supervisionado:** atuação externa nas frentes de trabalho que permitirão colocar em prática os conhecimentos adquiridos em ambiente escolar;

IX- **Painel:** exibição de temática por meio de imagens (pôster, banner, flip-chart, fotografias, etc.) em discussão correlacionada, e ao final é facultado aos expectadores perguntas e complementos;

X- **Palestra:** exposição de conteúdos específicos por parte de um detentor dos conhecimentos apresentados;

XI- **Discussão Dirigida:** apresentação de tema específico, no qual os complementos correlacionados são construídos pelos discentes e os direcionamentos restritos pelo docente;

XII- **Visita/Viagem de Estudo:** oportunidade do discente conhecer “*in loco*” situações reais, alargar saberes culturais e compreender novas realidades;

XIII- **Grupo de Vivência- Grupo de Observação:** o docente se torna um mediador entre os discentes,

que são divididos em dois grupos, no qual o primeiro terá a função de vivência situacional e o segundo a função de observação, e, ao final, invertem-se os papéis.

CAPÍTULO XII - CONTEÚDO DO PLANO DE AULA

Art.52 Será entregue pelo docente um Plano de Aula para cada encontro com o corpo discente, no qual constará: identificação do corpo docente (instrutor, monitor, auxiliar, avaliador, etc.), data, metodologia(s), assunto(s), objetivos, conteúdos, recursos didáticos, avaliação e referências.

Parágrafo Único: a DEP disponibilizará a cada docente o modelo de Plano de Aula a ser preenchido e entregue/enviado ao Comandante de Pelotão.

CAPÍTULO XIII – AVALIAÇÕES

Art.53 As avaliações têm por objetivo verificar o nível de aprendizado do corpo discente e analisar os conhecimentos expostos, e sua aplicação se dará nas formas escrita, prática, oral ou associadas.

Parágrafo Único. A valoração das avaliações variará de 0,0 (zero) a 10,0 (dez) pontos, e as possíveis aplicabilidades serão:

I- **Avaliação Prévia (AP):** utilizada para que o docente afira o nível de conhecimento do corpo docente, e seu resultado não valerá para cálculo de nota;

II- **Avaliação Imediata (AI):** de iniciativa do docente, desde que conste em seu Plano de Aula, aplicada sem aviso prévio, não exceda uma hora-aula de duração e seu resultado possua valor máximo de 20% da avaliação designada pelo docente;

III- **Avaliação Única (AU):** mensura o aprendizado de todo conteúdo aplicado, com duração de duas a cinco horas-aula, sua divulgação se dará com no mínimo 48 (quarenta e oito) horas de antecedência, e seu resultado será a MFD;

IV- **Avaliação Corrente (AC):** mensura o aprendizado parcial do conteúdo aplicado, com duração de duas a cinco horas-aula e sua divulgação se dará com no mínimo 48 (quarenta e oito) horas de antecedência, e seu resultado valerá para o cálculo da MFD;

V- **Avaliação Final (AF):** mensura o aprendizado de todo conteúdo aplicado, com duração de duas a cinco horas-aula, sua divulgação se dará com no mínimo 72 (setenta e duas) horas de antecedência, aplicação exclusivamente individual, e seu resultado valerá para o cálculo da MFD;

VI- **Avaliação Substitutiva (AS):** permitida ao discente devidamente impossibilitado de realizar AU, AC ou AF, devendo ser solicitada ao Comandante de Pelotão com apresentação de documentos que justifiquem a ausência, sendo que sua aplicação se dará em até 3 (três) dias após cessado o impedimento, e sua formulação teórica deverá ser diferente da avaliação;

VII- **Avaliação em Segunda Época (ASE):** aplicada ao aluno que atingir MFD menor do que 7,00 (sete) e maior ou igual a 4,00 (quatro), sendo limitada ao máximo de 11% do total de disciplinas do curso/estágio (caso o resultado seja um número fracionado, este deverá ser arredondado para o próximo número inteiro), o discente será notificado da realização e sua divulgação se dará com no mínimo 48 (quarenta e oito) horas de antecedência, aplicação exclusivamente individual, e caso o resultado seja inferior a 7,00 (sete) o discente estará reprovado e será desligado do curso/estágio;

Art.54 O quantitativo e modalidades das avaliações de cada disciplina se darão da seguinte forma:

I- Em disciplinas de até 20 horas-aula: 1 (uma) AU, ou, 1 (uma) AC com 1 (uma) AF;

II- Em disciplinas de 21 a 40 horas-aulas: 1 (uma) ou 2 (duas) AC, e, 1 (uma) AF;

III- Em disciplinas de 41 a 80 horas-aulas: 2 (duas) ou 3 (três) AC e 1 (uma) AF;

IV- Em disciplinas com mais de 80 horas-aulas: mínimo de 3 (três) AC e 1 (uma) AF.

Parágrafo Único: Em todas as modalidades acima descritas o docente poderá aplicar até 2 (duas) AI.

Art.55 Orienta-se que o docente inicie a aplicação das avaliações após ministrar o mínimo de 20% da carga horária de sua disciplina.

SEÇÃO ÚNICA– Elaboração e Correção

Art.56 A elaboração e correção das avaliações é de responsabilidade do docente da disciplina.

§1º A proposta/prévia da avaliação deverá ser submetida ao Chefe da Seção Técnica de Ensino ou ao Comandante da AFBM ou ao Diretor de Ensino de Pesquisa para conhecimento, análise e, se necessário, considerações.

§2º As avaliações escritas deverão ser compostas por questões subjetivas e objetivas, exceto os trabalhos acadêmicos.

§3º As avaliações práticas se darão na presença do docente e de pelo menos mais duas pessoas vinculadas ao curso (monitor, corpo administrativo da DEP e/ou da AFBM ou representantes do corpo docente).

Art.57 Após aplicação da avaliação o docente entregará ao Chefe da Seção Técnica de Ensino ou ao Comandante do Pelotão o gabarito da respectiva avaliação.

Art.58 Orienta-se que o docente aplique um barema na proporção de 25% Fácil, 40% Média, 25% Difícil e 10% Muito Difícil.

Art.59 A correção de uma avaliação é de responsabilidade do docente da disciplina, ao qual dará valor correspondente aos acertos com nota máxima previamente estabelecida.

CAPÍTULO XIV - FREQUÊNCIA

Art.60 A frequência dos discentes é obrigatória no decorrer dos cursos/estágios e considerada ato de serviço.

§1º É considerado ato de serviço as instruções escolares, as atividades programadas pela AFBM, os serviços decorrentes de cursos/estágios e os deslocamentos de ida e vinda para as respectivas programações.

§2º Será considerado faltoso o discente que chegar após o início das aulas.

Art.61 Será tolerado o limite de faltas de 25% em carga horária disciplinar e 10% da carga horária presencial do curso.

Parágrafo Único. Caso o percentual de faltas tiver como resultado um número fracionado será considerado o número inteiro que favoreça o discente à permanência no curso.

Art.62 As faltas são classificadas em:

I- Justificada e Abonada (JA): não será considerada como Infração Escolar e/ou Transgressão Disciplinar e será excluída do cômputo de faltas, desde que em decorrência de:

- a) Licença luto;
- b) Internação hospitalar;
- c) Requisição do Poder Judiciário;
- d) Doação de sangue previamente autorizada;
- e) Atendimento a convocação de procedimentos administrativos;
- f) Escalas de serviço;
- g) Assuntos relativos à comissão de formatura, desde que previamente autorizados;

- h) Assuntos de relevante interesse da Corporação, desde que previamente autorizados
- i) Acidentes decorrentes de aulas ou serviços designados.

II- Justificada e Não Abonada (JNA): não será considerada como Infração Escolar e/ou Transgressão Disciplinar, porém a falta será computada em sua frequência, quando em decorrência de:

- a) Assuntos de interesse particular (Guia de Saída);
- b) Dispensa médica;
- c) Licença paternidade;
- d) Dispensa para tratar de saúde de pessoa da família.

III- Não Justificada e Não Abonada (NJNA): será considerada como Infração Escolar ou Transgressão Disciplinar e computada falta em sua frequência, quando em decorrência de livre arbítrio ou sem comprovação dos itens dos incisos I e II deste artigo.

Art.63 As ausências NJNA, quando em avaliações, incorrerão em nota zero ao discente.

CAPÍTULO XV - AVALIAÇÃO SUBSTITUTIVA

Art.64 A avaliação substitutiva será oportunizada ao discente que por falta JA e JNA não pôde realizar a AC, AF ou AU em primeira chamada.

§1º Não haverá AS para AI;

§2º A solicitação documental para realização da AS está apresentada no Anexo II desta NPCE e deve ser entregue ao prazo máximo de 1 (um) dia útil após cessar o motivo da ausência;

§3º O discente que não requerer a AS até o final do prazo estipulado receberá nota zero na respectiva avaliação.

CAPÍTULO XVI – MÉDIA FINAL DA DISCIPLINA, APROVAÇÃO, SEGUNDA ÉPOCA E REPROVAÇÃO

Art.65 A Média Final da Disciplina – MFD, é o resultado da média ponderada das verificações realizadas por disciplina, sendo que seu peso é calculado da seguinte forma:

I- AC: peso 2; e

II- AF: peso 3.

Parágrafo Único. Quando houver aplicação da AU a MFD será a nota obtida.

Art.66 Será aprovado o discente que obtiver frequência disciplinar igual ou superior a 75%, frequência no módulo presencial do curso igual ou superior a 90%, haver alcançado MFD maior ou igual a 7,00 em primeira época ou nota maior ou igual a 7,00 na ASE.

Art.67 A segunda época será ofertada ao discente que em primeira época obtiver MFD menor do que 7,00 e maior ou igual a 4,00, a saber: $4,00 \leq \text{MFD} < 7,00$.

§1º A quantidade máxima de oportunidades em ASE que o discente pode se submeter é limitada ao máximo de 11% do total de disciplinas do curso/estágio, e caso o resultado seja um número fracionado, este deverá ser arredondado para o próximo número inteiro.

§2º A segunda época ocorrerá de modo peculiar para a disciplina de Treinamento Físico Militar (TFM), uma vez que se dará em repetição ao(s) teste(s) físico(s) específico(s) e em cada aplicação, em conformidade à Seção Única deste Capítulo

Art. 68 A reprovação disciplinar, e conseqüente desligamento do curso, acontecerá quando:

I- em primeira época, a MFD for inferior a 4,00;

II- em segunda época, a nota da ASE for inferior a 7,00.

SEÇÃO ÚNICA – Disciplina de Treinamento Físico Militar

Art.69 A disciplina Treinamento Físico Militar –TFM, obrigatoriamente, terá Teste de Aptidão Física – TAF, como AU ou AF.

Art.70 A média final do TAF será a média ponderada dos testes aplicados, e sua aprovação se dará quando o discente alcançar no mínimo 5,00 pontos em cada teste.

Parágrafo Único. O peso de cada teste será:

I- Peso 1: Flexão e extensão de cotovelos no solo e Abdominal infra-abdominal;

II- Peso 2: Barra fixa;

III- Peso 3: Nataçãõ de 100 metros e Corrida de 2.400 metros.

Art.71 A descriçãõ os testes físicos que compõem o TAF está descrita no Anexo IV a esta Portaria, e a tabela de índices e notas está descrita no Anexo V.

§1º Aos cursos de formação será aplicado TAF em conformidade exclusiva à primeira etapa de idades, independente da idade do cadete e do aluno soldado.

§2º Aos cursos de habilitaçãõ e aperfeiçoamento será aplicado TAF em conformidade à idade dos discentes.

§3º Aos cursos de especializaçãõ, quando houver TAF, será aplicado em conformidade às tabelas específicas do referido curso.

Art.72 O aluno que não atingir nota maior ou igual a 5,00 pontos em quaisquer dos testes que compreendem o TAF, estará em Segunda Época na modalidade respectiva, e caso não alcance nota maior ou igual a 5,00 pontos nesta nova tentativa será reprovado na disciplina de TFM e, conseqüentemente, desligado do curso.

Art.73 Quando a aplicaçãõ do TAF for a AU, e o discente alcançar aprovaçãõ em todos os testes (nota maior ou igual a 5,00 pontos), mas sua MFD for menor do que 7,00, o mesmo deverá repetir todo o TAF em caráter de ASE.

Parágrafo Único. Nesta ASE não haverá reprovaçãõ por nota alcançada nos testes, mas somente se a média final do TAF for inferior a 7,00.

CAPÍTULO XVII - REVISÃO DE AVALIAÇÃO

Art.74 A Revisãõ de Avaliaçãõ se dará quando o discente discordar da nota alcançada.

§1º Em primeira açãõ o discente deverá não assinar a concordância da nota apresentada e verificar junto ao docente a possibilidade de Revisãõ de Avaliaçãõ.

§2º Caso o discente assine a concordância da nota apresentada este não poderá formalizar o pedido de Revisãõ de Avaliaçãõ.

§3º Somente, caso o docente discorde da revisãõ e o discente ainda se sinta prejudicado, este formalizará pedido junto ao Comandante de Pelotãõ, conforme Anexo IX desta NPCE.

§4º A Revisãõ de Avaliaçãõ será protocolada em até 2 (dois) dias úteis após a data da vista da avaliaçãõ.

Art.75 O Comandante do Pelotão, de posse da solicitação da Revisão de Avaliação, reunirá com o docente da disciplina e mais um especialista na área da(s) questão(ões) a ser(em) discutida(s) e assinalarão o Parecer.

§1º Independente do Parecer, a nota do discente não poderá ser diminuída.

§2º Caso o Comandante do Pelotão seja o docente, será incluída na Comissão o Comandante da AFBM.

Art.76 A solicitação de revisão de prova deve ser fundamentada contendo o material didático disponibilizado pelo docente, e poderão ser utilizadas outras fontes, desde que devidamente referenciadas.

Art. 77 Não será aceita revisão de prova a qualquer questão que contenha rasura em sua resposta.

CAPÍTULO XVIII - CLASSIFICAÇÃO FINAL

Art.78 A classificação final nos cursos/estágios se dará em ordem decrescente e terá como referência a Média Geral Final – MGF.

§1º A MGF poderá ser aritmética ou ponderada, em conformidade à Portaria ou Edital do curso/estágio.

§2º A MGF será computada com quatro casas decimais.

§3º Caso a MGF resulte em empate entre dois ou mais discentes, o desempate se dará através da antiguidade prévia entre estes.

§4º A MGF será divulgada aos discentes em caráter temporário, antes da confecção da Ata de Conclusão do Curso.

Art.79 Serão computadas para cálculo da MGF somente as MFD de primeira época.

Parágrafo único. As notas alcançadas na ASE são exclusivamente para oportunizar ao discente a aprovação disciplinar e permanência no curso/estágio, e não interferirão na MFD.

Art.80 Após a conclusão em cursos de formação e habilitação os concluintes poderão ser remanejados/lotados nas unidades do CBMTO em conformidade à conveniência e interesse institucional.

Parágrafo Único. A conclusão em cursos de formação e habilitação não garante ao concluinte o retorno à sua unidade de origem.

Art.81 A AFBM divulgará a classificação preliminar, com acesso para docentes e discentes, antes da Ata de Conclusão de Curso.

TÍTULO III - PARTICIPAÇÃO EM CURSOS/ESTÁGIOS

CAPÍTULO I – INCLUSÃO E MATRÍCULA

Art.82 A inclusão nas fileiras do CBMTO dar-se-á após o candidato do Concurso Público, aprovado em todas as etapas do certame, realizar a tomada de posse junto à Secretaria de Administração.

Art.83 A matrícula no respectivo curso de formação ou habilitação ocorrerá após a inclusão no CBMTO.

Art.84 A participação em cursos e estágios no CBMTO se dará por meio de:

I- Concurso Público;

II- Seleção Interna; e

III- Convocação.

Art.85 A participação do discente em cursos/estágios da Corporação fica condicionada à sujeição do mesmo para com o Edital e/ou da Portaria de matrícula.

Art.86 Haverá confecção de Ata de Conclusão de Curso ao término de cursos/estágios, na qual constará nome do curso, datas de início e término, local de realização, grade disciplinar, carga horária, público iniciante, público concluinte, aprovados em Segunda Época, público-não concluinte e classificação geral decrescente.

Parágrafo Único. Poderão ser acrescidas informações que a Comissão, nomeada por ato de Portaria, julgue pertinentes.

CAPÍTULO II - SELEÇÃO INTERNA

Art.87 A Seleção Interna se dará por meio de Portaria ou Edital, os quais atenderão as previsões legais.

Art.88 Haverá aplicação de avaliações escritas e físicas em fases distintas, sendo que para cada fase haverá divulgação em ordem de pontuação decrescente, seguida da relação contínua de aprovados, classificados e reprovados.

Parágrafo Único. As fases serão de caráter classificatório, eliminatório ou ambos, desde que em conformidade à Portaria ou ao Edital respectivo.

Art.89 As avaliações escritas poderão constar de questões objetivas, questões subjetivas e redação.

Art.90 As avaliações físicas se darão em conformidade ao TAF descrito em Portaria/Edital, podendo ser aproveitados os resultados do último TAF realizado na Corporação.

CAPÍTULO III - REMATRÍCULA

Art.91 A rematrícula ao curso/estágio só acontecerá quando o discente for desligado do curso/estágio em virtude de doença ou incapacidade física temporária ocorrida em razão de ato de serviço vinculado ao processo educacional.

Art.92 A rematrícula garantirá vaga ao discente para a próxima turma do respectivo curso ao qual fora desligado, desde que em virtude dos motivos constantes no artigo anterior desta Portaria, todavia, o mesmo se submeterá novamente à avaliação médica oficial e fará todas as disciplinas previstas para o curso, mesmo àquelas já concluídas no curso anterior.

CAPÍTULO IV – DEPENDÊNCIA DE DISCIPLINA(S)

Art.93 Não haverá aproveitamento de matérias para realização de cursos/estágios.

Parágrafo Único. A reprovação em uma ou mais disciplinas acarretará desligamento no curso/estágio e o discente que reiniciar o referido curso o fará por completo, repetindo as disciplinas outrora cursadas.

TÍTULO IV - PLANEJAMENTO ADMINISTRATIVO DO ENSINO

CAPÍTULO I - ATOS ADMINISTRATIVOS

Art.94 Os atos administrativos correspondentes à formação, habilitação, aperfeiçoamento e especialização no CBMTO se darão em conformidade a esta NPCE, e seus casos serão dirimidos em

primeira instância pelo Diretor de Ensino e Pesquisa, e em última instância pelo Chefe do Estado Maior.

Art.95 Os atos administrativos vinculados aos discentes se darão em conformidade a esta NPCE e à NGA de seu respectivo curso/estágio.

Art.96 Os incidentes, acidentes e problemáticas de saúde deverão ser comunicados imediatamente ao Comandante de Pelotão, e se em atividade escolar, ao docente da disciplina em atividade.

Parágrafo Único. Inicialmente, o fato ocorrido será relatado em Parte podendo ser esta arquivada, subsidiada para confecção de Atestado de Origem ou abertura de Procedimento Administrativo.

Art.97 Para fins de complemento educacional poderão ser utilizadas estabelecimentos externos à AFBM, como Instituições de Ensino Superior, laboratórios, centros de pesquisas, empresas parceiras/conveniadas e outros locais, desde que previamente informados e autorizados.

Art.98 Ficam a AFBM e as Unidades Bombeiro Militar como locais para qualificação educacional e exercício dos atos de serviço decorrentes de cursos/estágios.

Art.99 A Coordenação Pedagógica e a supervisão dos cursos/estágios ficarão a cargo da DEP, bem como os atos administrativos destes advindos.

CAPÍTULO II - FORMATURAS E CERIMÔNIAS

Art.100 As formaturas e solenidades específicas para os cursos e estágios se darão em conformidade à previsão estabelecida pelo Comandante Geral.

Art.101 As formaturas semanais ocorrerão em conformidade à NGA do respectivo curso ou por determinação do Comandante da AFBM.

Art.102 As solenidades e desfiles cívicos-militares serão regulamentadas por Ordem de Serviço da DEP.

CAPÍTULO III - PRESCRIÇÕES DIVERSAS

Art.103 Para solução de problemáticas não contempladas por esta NPCE ou pela NGA/Edital do respectivo curso, deverá ser observada a cadeia hierárquica sequencial: AFBM, DEP, Chefia do Estado Maior e Comando Geral.

ANEXO I da NPCE/2017
PLANO DE ENSINO

1. Dados Básicos do Curso ou Estágio

- a) Nome do Curso ou Estágio;
- b) Número de Vagas;
- c) Carga Horária;
- d) Início;
- e) Término;
- f) Data de Apresentação dos Alunos;
- g) Local de Funcionamento;
- h) Data de Formatura.

2. Visitas e Viagens de Estudos (detalhar todas as visitas e viagens programadas se for o caso)

3. Calendário das atividades de ensino (distribuir todo o tempo disponível do curso, de acordo com as matérias)

4. Conduta

- a) Regime Escolar;
- b) Método e Processo de Ensino;
- c) Orientação Pedagógica SOP (fazer referência as N PCE);
- d) Avaliação do Rendimento do Ensino (fazer referência as NPCE);
- e) Atividades extraclasse;
- f) Utilização das horas a disposição da Direção (prever a quantidade no QDT).

5. Administração

- a) Direção do Curso ou Estágio (composição e distribuição);
- b) Corpo Docente (especificar nome e matérias correspondentes);
- c) Corpo Discente.

6. Apoio Administrativo (normas administrativas específicas para o Curso ou Estágio, detalhando as consignadas no PGE)

7. Prescrições Diversas (citar o que for de interesse e que não se enquadrar nos itens acima descritos)

Local e data: _____, ____/____/20____.

Assinatura

ANEXO II da NPCE/2017
REQUERIMENTO PARA AVALIAÇÃO SUBSTITUTIVA

DISCENTE: _____

CURSO: _____ PELOTÃO: _____

Senhor Comandante de Pelotão, solicito que me seja concedida Avaliação Substitutiva da disciplina _____ para a:

() Avaliação Única () Avaliação Corrente () Avaliação Final

Não a realizei em virtude de:

() Dispensa pelo Comandante de Pelotão

() Dispensa pelo Chefe da STE

() Dispensa pela Junta Médica Central de Saúde

() Luto familiar

() Outro (especificar): _____

Local e data: _____, ____/____/20____

Assinatura do Solicitante: _____

DEFERIDO: ()

INDEFERIDO: () Motivo: _____

Local e data: _____, ____/____/20____.

Comandante da Companhia de Alunos ou Comandante da AFBM

AO DOCENTE

Senhor(a) _____, solicito elaboração de Avaliação Substitutiva da disciplina _____ para o discente _____ do Curso _____.

Local e data: _____, ____/____/20____.

Comandante da Companhia de Alunos ou Comandante da AFBM

ANEXO III da NPCE/2017
REQUERIMENTO PARA REVISÃO DE AVALIAÇÃO

DISCENTE: _____

CURSO: _____ PELOTÃO: _____

Senhor Comandante de Pelotão, venho requerer que me seja concedida Revisão de Avaliação da disciplina _____ para a:

() Avaliação Única () Avaliação Corrente () Avaliação Final

Motivos da solicitação de revisão

Fundamentação bibliográfica

AFBM - CBMTO, em ____ / ____ / 20____.

Assinatura do Solicitante

Membros do Conselho de Revisão:

_____ (Docente)
_____ (Comandante do Pelotão / Comandante da AFBM)
_____ (Especialista)

Parecer do Conselho de Ensino:

() Favorável
() Desfavorável

Presidente do Conselho de Revisão
(BM mais antigo do Conselho)

Eu, solicitante deste Requerimento, recebi na AFBM, no dia ____/____/ 20____, às ____h ____min, o Parecer de minha solicitação.

Assinatura do Solicitante

ANEXO IV da NPCE/2017
TESTE DE APTIDÃO FÍSICA – DESCRIÇÃO DAS PROVAS

Teste de Flexão de Cotovelos em Barra Fixa – Masculino



Imagem 1 – Posição inicial.



Imagem 2 – Posição intermediária.

- 1º - Para realizar a prova de flexão de cotovelos em barra fixa o executante deverá segurar na parte superior da barra com empunhadura em pronatação, distância entre as mãos de no mínimo a largura dos ombros do executante, cotovelos estendidos, pés sem tocar o solo, conforme Imagem 1;
- 2º - O executante deverá flexionar os cotovelos e seu queixo deverá ultrapassar a parte superior da barra, conforme Imagem 2, e, em seguida, retornar à posição inicial, desta forma validando uma repetição;
- 3º - Não há tempo determinado para a execução dos movimentos, e as repetições podem ser executadas de forma lenta ou rápida;
- 4º - Não é permitido impulsionar o corpo com as pernas ou balançá-lo para executar cada flexão, bem como é proibido o contato das pernas ou do corpo com o solo, com a lateral da barra ou quaisquer objetos ou auxílios por parte de qualquer circunstante;
- 5º - Para a contagem serão válidas somente as trações corretamente executadas, e, encerra-se o exercício assim que o executante estender completamente os braços, para somente depois largar a barra;
- 6º - Serão computadas as flexões executadas em que o queixo ultrapasse a altura da barra e não tenha havido impulso com as pernas, corpo ou qualquer outro auxílio;
- 7º - Para a primeira flexão o executante, deverá ficar na posição inicial e aguardar a autorização do avaliador, sendo que qualquer ação diferente desta acarretará na invalidação da prova;
- 8º - Não será computada a última flexão caso o executante largue a barra sem que os cotovelos estejam totalmente estendidos;
- 9º - Este teste será realizado por todos executantes, sendo opcional para os militares com idade acima de 41 anos; e
- 10 - O executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador, que deverá fazer a contagem das repetições corretamente realizadas.

Teste de Isometria na Barra Fixa – Feminino



Imagem 3 – Posição inicial.

- 1º - Para realizar a prova de isometria em barra fixa a executante deverá utilizar apoio (cadeira, banco, suporte, escada ou objeto semelhante) ou ser suspensa por outrem para atingir a posição inicial (conforme Imagem 3) devendo ainda segurar na parte superior da barra com empunhadura em pronação, distância entre as mãos de no mínimo a largura dos ombros da executante e pés sem tocar o solo;
- 2º - O queixo da executante deverá permanecer acima da parte superior da barra e a posição deverá ser mantida de modo estático;
- 3º - O cronômetro será acionado no momento em que a executante estiver na posição inicial sem qualquer apoio/auxílio, e, será parado quando esta encostar seu queixo na parte superior da barra ou este ficar no mesmo alinhamento do nível da parte superior da barra;
- 4º - É proibido o contato das pernas ou do corpo com o solo, com a lateral barra ou quaisquer objetos ou auxílios por parte de qualquer circunstância;
- 5º - Este teste será realizado por todos executantes, sendo opcional para as militares com idade acima de 41 anos;
- 6º - A executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador, que deverá informar à mesma o tempo a cada cinco segundos.

Natação Estilo Livre – Masculino e Feminino

- 1º - Para realizar a prova de natação o executante deverá nadar o percurso de 100 metros em qualquer estilo e em momento algum deverá tocar o fundo da piscina;
- 2º - O tempo será marcado em minutos, segundos e centésimos de segundos;
- 3º - A prova poderá ser realizada em piscinas, preferencialmente, de 25 ou 50 metros;
- 4º - O executante poderá iniciar a prova fora da piscina com salto da borda ou da plataforma, ou dentro da piscina com uso de impulso na borda, se optar;
- 5º - Para realização da prova o executante deverá estar trajado de uniforme correspondente (sunga para homens e maiô com short para mulheres), e, o uso de touca e óculos de natação é facultativo;
- 6º - A prova estará concluída quando o executante completar o percurso e tocar na borda;
- 7º - Este teste será realizado por todos executantes;
- 8º - O executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador, que ao final informará seu tempo.

Abdominal Infra-Abdominal – Masculino e Feminino



Imagem 4 – Posição inicial.



Imagem 5 – Posição intermediária.

- 1º - Para realizar a prova de flexão abdominal infra-abdominal o executante deverá estar deitado com as costas sobre uma superfície plana, mãos embaixo dos glúteos, pernas unidas e esticadas com angulação de no máximo 15º em relação ao solo, e, sem tocar no solo os tênis e a cabeça, conforme [Imagem 4](#);
- 2º - O executante deverá elevar as pernas unidas, até formar um ângulo reto entre coxas e abdome, conforme [Imagem 5](#);
- 3º - O exercício será contado quando o executante retornar à posição inicial, validando uma repetição;
- 4º - Se no retorno o(s) tênis do executante tocar(em) no solo tal contagem não será aceita;
- 5º - Se em algum momento, antes do término da prova, o executante encostar sua cabeça no solo a contagem das repetições será cessada e serão validadas somente as repetições já executadas corretamente;
- 6º - Não haverá tempo cronometrado para a realização desta prova;
- 7º - Este teste será realizado por todos executantes;
- 8º - O executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador.

Flexão e Extensão de Cotovelos em Solo com 4 Apoios – Masculino



Imagem 6 – Posição inicial.



Imagem 7 – Posição intermediária.

- 1º - Para realizar a prova de flexão em solo com quatro apoios o executante tomará posição com apenas as palmas das mãos e ponta dos pés tocando o solo, braços estendidos, dedos das mãos paralelos ao solo voltados para frente, quadris alinhados, coluna ereta e pernas estendidas, conforme [Imagem 6](#);
- 2º - Caso opte, o executante poderá realizar esta prova com os punhos cerrados, não sendo permitida em momento algum a alternância entre palmas das mãos abertas e punhos cerrados, ou vice-versa;
- 3º - O executante flexionará os cotovelos até que os mesmos atinjam uma angulação mínima de 90º ou que ultrapassem o plano das costas, conforme [Imagem 7](#);
- 4º - O exercício deverá ser contado pelo avaliador quando o executante retornar à posição inicial;
- 5º - Durante a realização da prova o executante não poderá tocar o solo com quaisquer partes do corpo, exceto as descritas no 1º item;
- 6º - O executante poderá descansar entre as repetições, tanto na posição inicial como na posição intermediária, desde que não desobedeça ao 5º item;
- 7º - Este teste será realizado por todos executantes;
- 8º - O executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador.

Flexão e Extensão de Cotovelos em Solo com 6 Apoios – Feminino



Imagem 8 – Posição inicial.



Imagem 9 – Posição intermediária.

- 1º - Para realizar a prova de flexão em solo com seis apoios a executante tomará posição com apenas as palmas das mãos, joelhos e ponta dos pés tocando o solo, braços estendidos, dedos das mãos paralelos ao solo voltados para frente, quadris alinhados, coluna ereta, e coxas com angulação de 45º em relação ao solo, conforme Imagem 8;
- 2º - Caso opte, a executante poderá realizar esta prova com os punhos cerrados, não sendo permitida em momento algum a alternância entre palmas das mãos abertas e punhos cerrados, ou vice-versa;
- 3º - A executante flexionará os cotovelos até que os mesmos atinjam uma angulação mínima de 90º ou ultrapassem o plano das costas, conforme Imagem 9;
- 4º - O exercício deverá ser contado pelo avaliador quando o executante retornar à posição inicial;
- 5º - Durante a realização da prova a executante não poderá tocar o solo com quaisquer partes do corpo, exceto as descritas no 1º item;
- 6º - A executante poderá descansar entre as repetições, tanto na posição inicial como na posição intermediária, desde que não desobedeça ao 5º item;
- 7º - Este teste será realizado por todos executantes;
- 8º - A executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador.

Corrida de 2.400 Metros – Masculino e Feminino

- 1º - A corrida de 2.400 metros consiste em percorrer a distância mencionada no menor tempo possível, podendo o executante, diminuir o ritmo, andar, e, posteriormente retomar a corrida;
- 2º - Após o início da prova o executante não poderá parar ou evadir-se do circuito, e caso aconteça, deverá sinalizar ao(s) avaliador(es) sua desistência da prova, e, em qualquer destas situações será atribuída nota zero.
- 3º - A prova deverá ser realizada em local previamente informado aos executantes e avaliador(es), preferencialmente, demarcado, com pequena quantidade de aclives e declives, e em um percurso onde os executantes possam ser observados a todo momento;
- 4º - Para efeito de demarcação da distância percorrida na corrida será considerada a borda interna do circuito;
- 5º - Ao final dos 2.400 metros percorridos o avaliador informará a cada executante seu tempo final;
- 6º - Durante a execução da prova somente poderão estar presentes na pista de corrida avaliador(es) e executante(s);
- 7º - É permitido ao executante realizar o teste com parceiro(a) Bombeiro Militar, desde que solicite previamente ao(s) avaliador(es) e obtenha prévia autorização do(s) mesmo(s);
- 8º - Este teste será realizado por todos executantes;
- 9º - O executante poderá hidratar-se durante o percurso, exclusivamente com água, desde que explique ao avaliador como se dará tal ação e obtenha prévia autorização do mesmo;
- 10º - O executante somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador.

ANEXO V da NPCE/2017
TESTE DE APTIDÃO FÍSICA – TABELA DE NOTAS

TESTES MASCULINOS

Teste de Resistência Aeróbica (medição em tempo) – Corrida 2.400 metros – Masculino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≥ 12'16"	≥ 12'31"	≥ 13'16"	≥ 14'01"	≥ 15'01"	≥ 16'01"
3,00	12'01" a 12'15"	12'16" a 12'30"	13'01" a 13'15"	13'46" a 14'00"	14'46" a 15'00"	15'46" a 16'00"
4,00	11'46" a 12'00"	12'01" a 12'15"	12'46" a 13'00"	13'31" a 13'45"	14'31" a 14'45"	15'31" a 15'45"
5,00	11'31" a 11'45"	11'46" a 12'00"	12'31" a 12'45"	13'16" a 13'30"	14'16" a 14'30"	15'16" a 15'30"
5,50	11'16" a 11'30"	11'31" a 11'45"	12'16" a 12'30"	13'01" a 13'15"	14'01" a 14'15"	15'01" a 15'15"
6,00	11'01" a 11'15"	11'16" a 11'30"	12'01" a 12'15"	12'46" a 13'00"	13'46" a 14'00"	14'46" a 15'00"
6,50	10'46" a 11'00"	11'01" a 11'15"	11'46" a 12'00"	12'31" a 12'45"	13'31" a 13'45"	14'31" a 14'45"
7,00	10'31" a 10'45"	10'46" a 11'00"	11'31" a 11'45"	12'16" a 12'30"	13'16" a 13'30"	14'16" a 14'30"
7,50	10'16" a 10'30"	10'31" a 10'45"	11'16" a 11'30"	12'01" a 12'15"	13'01" a 13'15"	14'01" a 14'15"
8,00	10'01" a 10'15"	10'16" a 10'30"	11'01" a 11'15"	11'46" a 12'00"	12'46" a 13'00"	13'46" a 14'00"
8,50	09'46" a 10'00"	10'01" a 10'15"	10'46" a 11'00"	11'31" a 11'45"	12'31" a 12'45"	13'31" a 13'45"
9,00	09'31" a 09'45"	09'46" a 10'00"	10'31" a 10'45"	11'16" a 11'30"	12'16" a 12'30"	13'16" a 13'30"
9,50	09'16" a 09'30"	09'31" a 09'45"	10'16" a 10'30"	11'01" a 11'15"	12'01" a 12'15"	13'01" a 13'15"
10,00	≤ 09'15"	≤ 09'30"	≤ 10'15"	≤ 11'00"	≤ 12'00"	≤ 13'00"

Teste de Flexão de Cotovelos (medição em quantidade) – Barra Fixa – Masculino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 04	≤ 03	≤ 01	00	00	00
3,00	05	04	02			
3,50	06	05	03			
4,00	07	06	04	02	01	01
4,50	08	07	05	03	02	
5,00	09	08	06	04	03	02
5,50	10	09	07	05	04	03
6,00	11	10	08	06	05	04
7,00	12	11	09	07	06	05
8,00	13	12	10	08	07	06
9,00	14	13	11	09	08	07
10,00	≥ 15	≥ 14	≥ 12	≥ 10	≥ 09	≥ 08

Teste de Natação (medição em tempo) – Nado Estilo Livre 100m – Masculino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≥ 2'30"01	≥ 2'35"01	≥ 2'40"01	≥ 2'45"01	≥ 2'55"01	≥ 3'05"01
3,00	2'25"01 a 2'30"00	2'30"01 a 2'35"00	2'35"01 a 2'40"00	2'40"01 a 2'45"00	2'50"01 a 2'55"00	3'00"01 a 3'05"00
4,00	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"00	2'30"01 a 2'35"00	2'35"01 a 2'40"00	2'45"01 a 2'50"00	2'55"01 a 3'00"00
5,00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"01	2'30"01 a 2'35"00	2'40"01 a 2'45"00	2'50"01 a 2'55"00
5,50	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"00	2'35"01 a 2'40"00	2'45"01 a 2'50"00
6,00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'30"01 a 2'35"00	2'40"01 a 2'45"00
6,50	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'25"01 a 2'30"00	2'35"01 a 2'40"00
7,00	1'55"01 a 2'00"00	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'20"01 a 2'25"00	2'30"01 a 2'35"00
7,50	1'50"01 a 1'55"00	1'55"01 a 2'00"00	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'15"01 a 2'20"00	2'25"01 a 2'30"00
8,00	1'45"01 a 1'50"00	1'50"01 a 1'55"00	1'55"01 a 2'00"00	2'00"01 a 2'05"00	2'10"01 a 2'15"00	2'20"01 a 2'25"00
8,50	1'40"01 a 1'45"00	1'45"01 a 1'50"00	1'50"01 a 1'55"00	1'55"01 a 2'00"00	2'05"01 a 2'10"00	2'15"01 a 2'20"00
9,00	1'35"01 a 1'40"00	1'40"01 a 1'45"00	1'45"01 a 1'50"00	1'50"01 a 1'55"00	2'00"01 a 2'05"00	2'10"01 a 2'15"00
9,50	1'30"01 a 1'35"00	1'35"01 a 1'40"00	1'40"01 a 1'45"00	1'45"01 a 1'50"00	1'55"01 a 2'00"00	2'05"01 a 2'10"00
10,00	≤ 1'30"00	≤ 1'35"00	≤ 1'40"00	≤ 1'45"00	≤ 1'55"00	≤ 2'05"00

Teste de Força Abdominal (medição em quantidade) – Estilo Infra-abdominal – Masculino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 45	≤ 35	≤ 25	≤ 15	≤ 05	00
3,00	46 a 49	36 a 39	26 a 29	16 a 19	06 a 09	01
3,50	50 a 53	40 a 43	30 a 33	20 a 23	10 a 13	02 a 03
4,00	54 a 57	44 a 47	34 a 37	24 a 27	14 a 17	04 a 07
4,50	58 a 61	48 a 51	38 a 41	28 a 31	18 a 21	08 a 11
5,00	62 a 65	52 a 55	42 a 45	32 a 35	22 a 25	12 a 15
5,50	66 a 69	56 a 59	46 a 49	36 a 39	26 a 29	16 a 19
6,00	70 a 73	60 a 63	50 a 53	40 a 43	30 a 33	20 a 22
6,50	74 a 77	64 a 67	54 a 57	44 a 47	34 a 37	24 a 27
7,00	78 a 81	68 a 71	58 a 61	48 a 51	38 a 41	28 a 31
8,00	82 a 85	72 a 75	62 a 65	52 a 55	42 a 45	32 a 35
9,00	86 a 89	76 a 79	66 a 69	56 a 59	46 a 49	36 a 39
10,00	≥ 90	≥ 80	≥ 70	≥ 60	≥ 50	≥ 40

Teste de Flexão e Extensão de Cotovelos de Frente sobre o Solo (medição em quantidade)						
Flexão de Solo com quatro apoios – Masculino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 27	≤ 23	≤ 19	≤ 15	≤ 13	≤ 10
3,00	28 ou 29	24 ou 25	20 ou 21	16 ou 17	14	11
3,50	30 ou 31	26 ou 27	22 ou 23	18 ou 19	15	12
4,00	32 ou 33	28 ou 29	24 ou 25	20 ou 21	16 ou 17	13
4,50	34 ou 35	30 ou 31	26 ou 27	22 ou 23	18 ou 19	14 ou 15
5,00	36 ou 37	32 ou 33	28 ou 29	24 ou 25	20 ou 21	16 ou 17
5,50	38 ou 39	34 ou 35	30 ou 31	26 ou 27	22 ou 23	18 ou 19
6,00	40 ou 41	36 ou 37	32 ou 33	28 ou 29	24 ou 25	20 ou 21
6,50	42 ou 43	38 ou 39	34 ou 35	30 ou 31	26 ou 27	22 ou 23
7,00	44 ou 45	40 ou 41	36 ou 37	32 ou 33	28 ou 29	24 ou 25
8,00	46 ou 47	42 ou 43	38 ou 39	34 ou 35	30 ou 31	26 ou 27
9,00	48 ou 49	44 ou 45	40 ou 41	36 ou 37	32 ou 33	28 ou 29
10,00	≥ 50	≥ 46	≥ 42	≥ 38	≥ 34	≥ 30

TESTES FEMININOS

Teste de Resistência Aeróbica (medição em tempo) - Corrida 2.400 metros – Feminino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≥ 15'01"	≥ 15'16"	≥ 16'01"	≥ 16'46"	≥ 17'46"	≥ 18'46"
3,00	14'46" a 15'00"	15'01" a 15'15"	15'46" a 16'00"	16'31" a 16'45"	17'31" a 17'45"	18'31" a 18'45"
4,00	14'31" a 14'45"	14'46" a 15'00"	15'31" a 15'45"	16'16" a 16'30"	17'16" a 17'30"	18'16" a 18'30"
5,00	14'16" a 14'30"	14'31" a 14'45"	15'16" a 15'30"	16'01" a 16'15"	17'01" a 17'15"	18'01" a 18'15"
5,50	14'01" a 14'15"	14'16" a 14'30"	15'01" a 15'15"	15'46" a 16'00"	16'46" a 17'00"	17'46" a 18'00"
6,00	13'46" a 14'00"	14'01" a 14'15"	14'46" a 15'00"	15'31" a 15'45"	16'31" a 16'45"	17'31" a 17'45"
6,50	13'31" a 13'45"	13'46" a 14'00"	14'31" a 14'45"	15'16" a 15'30"	16'16" a 16'30"	17'16" a 17'30"
7,00	13'16" a 13'30"	13'31" a 13'45"	14'16" a 14'30"	15'01" a 15'15"	16'01" a 16'15"	17'01" a 17'15"
7,50	13'01" a 13'15"	13'16" a 13'30"	14'01" a 14'15"	14'46" a 15'00"	15'46" a 16'00"	16'46" a 17'00"
8,00	12'46" a 13'00"	13'01" a 13'15"	13'46" a 14'00"	14'31" a 14'45"	15'31" a 15'45"	16'31" a 16'45"
8,50	12'31" a 12'45"	12'46" a 13'00"	13'31" a 13'45"	14'16" a 14'30"	15'16" a 15'30"	16'16" a 16'30"
9,00	12'16" a 12'30"	12'31" a 12'45"	13'16" a 13'30"	14'01" a 14'15"	15'01" a 15'15"	16'01" a 16'15"
9,50	12'01" a 12'15"	12'16" a 12'30"	13'01" a 13'15"	13'46" a 14'00"	14'46" a 15'00"	15'46" a 16'00"
10,00	≤ 12'00"	≤ 12'15"	≤ 13'00"	≤ 13'45"	≤ 14'45"	≤ 15'45"

Teste de Isometria (medição em segundos) – Barra Fixa – Feminino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 14	≤ 10	≤ 06	≤ 03	00	00
3,00	15 a 17	11 a 13	07 a 09	04 a 06	01 a 03	
3,50	18 a 20	14 a 16	10 a 12	07 a 09	04 a 06	01
4,00	21 a 23	17 a 19	13 a 15	10 a 12	07 a 09	02 a 04
4,50	24 a 26	20 a 22	16 a 18	13 a 15	10 a 12	05 a 07
5,00	27 a 29	23 a 25	19 a 21	16 a 18	13 a 15	08 a 10
5,50	30 a 32	26 a 28	22 a 24	19 a 21	16 a 18	11 a 13
6,00	33 a 35	29 a 31	25 a 27	22 a 24	19 a 21	14 a 16
7,00	36 a 38	32 a 34	28 a 30	25 a 27	22 a 24	17 a 19
8,00	39 a 41	35 a 37	31 a 33	28 a 30	25 a 27	20 a 22
9,00	42 a 44	38 a 40	34 a 36	31 a 33	28 a 30	23 a 25
10,00	≥ 45	≥ 41	≥ 37	≥ 34	≥ 31	≥ 26

Teste de Natação (medição em tempo) – Nado Estilo Livre 100m – Feminino						
Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
Zero	≥ 2'50"01	≥ 2'55"01	≥ 3'00"01	≥ 3'05"01	≥ 3'15"01	≥ 3'25"01
3,00	2'45"01 a 2'50"00	2'50"01 a 2'55"00	2'55"01 a 3'00"00	3'00"01 a 3'05"00	3'10"01 a 3'15"00	3'20"01 a 3'25"00
4,00	2'40"01 a 2'45"00	2'45"01 a 2'50"00	2'50"01 a 2'55"00	2'55"01 a 3'00"00	3'05"01 a 3'10"00	3'15"01 a 3'20"00
5,00	2'35"01 a 2'40"00	2'40"01 a 2'45"00	2'45"01 a 2'50"00	2'50"01 a 2'55"00	3'00"01 a 3'05"00	3'10"01 a 3'15"00
5,50	2'30"01 a 2'35"00	2'35"01 a 2'40"00	2'40"01 a 2'45"00	2'45"01 a 2'50"00	2'55"01 a 3'00"00	3'05"01 a 3'10"00
6,00	2'25"01 a 2'30"00	2'30"01 a 2'35"00	2'35"01 a 2'40"00	2'40"01 a 2'45"00	2'50"01 a 2'55"00	3'00"01 a 3'05"00
6,50	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"00	2'30"01 a 2'35"00	2'35"01 a 2'40"00	2'45"01 a 2'50"00	2'55"01 a 3'00"00
7,00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"00	2'30"01 a 2'35"00	2'40"01 a 2'45"00	2'50"01 a 2'55"00
7,50	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'25"01 a 2'30"00	2'35"01 a 2'40"00	2'45"01 a 2'50"00
8,00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'20"01 a 2'25"00	2'30"01 a 2'35"00	2'40"01 a 2'45"00
8,50	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'15"01 a 2'20"00	2'25"01 a 2'30"00	2'35"01 a 2'40"00
9,00	1'55"01 a 2'00"00	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'10"01 a 2'15"00	2'20"01 a 2'25"00	2'30"01 a 2'35"00
9,50	1'50"01 a 1'55"00	1'55"01 a 2'00"00	2'00"01 a 2'05"00	2'05"01 a 2'10"00	2'15"01 a 2'20"00	2'25"01 a 2'30"00
10,00	≤ 1'50"00	≤ 1'55"00	≤ 2'00"00	≤ 2'05"00	≤ 2'15"00	≤ 2'25"00

Teste de Força Abdominal (medição em quantidade) – Estilo Infra-abdominal – Feminino

Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 35	≤ 25	≤ 15	≤ 05	≤ 03	00
3,00	36 a 39	26 a 29	16 a 19	06 a 09	04	01
3,50	40 a 43	30 a 33	20 a 23	10 a 13	05	02
4,00	44 a 47	34 a 37	24 a 27	14 a 17	04 a 07	03
4,50	48 a 51	38 a 41	28 a 31	18 a 21	08 a 11	04
5,00	52 a 55	42 a 45	32 a 35	22 a 25	12 a 15	05 a 07
5,50	56 a 59	46 a 49	36 a 39	26 a 29	16 a 19	08 a 10
6,00	60 a 63	50 a 53	40 a 43	30 a 33	20 a 22	11 a 13
6,50	64 a 67	54 a 57	44 a 47	34 a 37	24 a 27	14 a 17
7,00	68 a 71	58 a 61	48 a 51	38 a 41	28 a 31	18 a 21
8,00	72 a 75	62 a 65	52 a 55	42 a 45	32 a 35	22 a 25
9,00	76 a 79	66 a 69	56 a 59	46 a 49	36 a 39	26 a 29
10,00	≥ 80	≥ 70	≥ 60	≥ 50	≥ 40	≥ 30

Teste de Flexão e Extensão de Cotovelos de Frente sobre o Solo (medição em quantidade)

Flexão de Solo com seis apoios – Feminino

Pontos	Faixa etária					
	Até 25 anos	26 a 30 anos	31 a 35 anos	36 a 40 anos	41 a 45 anos	46 ou mais
0,00	≤ 25	≤ 21	≤ 17	≤ 13	≤ 09	≤ 05
3,00	26 a 27	22 a 23	18 a 19	14 a 15	10 a 11	06 a 07
3,50	28 a 29	24 a 25	20 a 21	16 a 17	12 a 13	08 a 09
4,00	30 a 31	26 a 27	22 a 23	18 a 19	14 a 15	10 a 11
5,00	32 a 33	28 a 29	24 a 25	20 a 21	16 a 17	12 a 13
5,50	34 a 35	30 a 31	26 a 27	22 a 23	18 a 19	14 a 15
6,00	36 a 37	32 a 33	28 a 29	24 a 25	20 a 21	16 a 17
6,50	38 a 39	34 a 35	30 a 31	26 a 27	22 a 23	18 a 19
7,00	40 a 41	36 a 37	32 a 33	28 a 29	24 a 25	20 a 21
7,50	42 a 43	38 a 39	34 a 35	30 a 31	26 a 27	22 a 23
8,00	44 a 45	40 a 41	36 a 37	32 a 33	28 a 29	24 a 25
8,50	46 a 47	42 a 43	38 a 39	34 a 35	30 a 31	26 a 27
9,00	48 a 49	44 a 45	40 a 41	36 a 37	32 a 33	28 a 29
9,50	50 a 51	46 a 47	42 a 43	38 a 39	34 a 35	30 a 31
10,00	≥ 52	≥ 48	≥ 44	≥ 40	≥ 36	≥ 32



TESTE DE APTIDÃO FÍSICA

Curso de Formação / Curso de Habilitação categoria abaixo de 41 anos
1ª Via – Docente / Comissão Avaliadora

Executante: _____ . Turma: _____ .

TESTE FÍSICO	AVALIADOR	RESULTADO	ASSINATURA DO EXECUTANTE
Natação 100 metros			
Flexão de Solo			
Infra-abdominal			
Barra Fixa			
Corrida 2.400 metros			



TESTE DE APTIDÃO FÍSICA

Curso de Formação /Curso de Habilitação categoria abaixo de 41 anos
2ª Via – Discente

Executante: _____ . Turma: _____ .

TESTE FÍSICO	AVALIADOR	RESULTADO	ASSINATURA DO EXECUTANTE
Natação 100 metros			
Flexão de Solo			
Infra-abdominal			
Barra Fixa			
Corrida 2.400 metros			



TESTE DE APTIDÃO FÍSICA
Curso de Habilitação categoria igual ou acima 41 anos
1ª Via – Docente / Comissão Avaliadora

Executante: _____ . Turma: _____ .

TESTE FÍSICO	AVALIADOR	RESULTADO	ASSINATURA DO EXECUTANTE
Natação 100 metros			
Flexão de Solo () ou Barra Fixa ()			
Infra-abdominal			
Corrida 2.400 metros			



TESTE DE APTIDÃO FÍSICA
Curso de Habilitação categoria igual ou acima 41 anos
2ª Via – Discente

Executante: _____ . Turma: _____ .

TESTE FÍSICO	AVALIADOR	RESULTADO	ASSINATURA DO EXECUTANTE
Natação 100 metros			
Flexão de Solo () ou Barra Fixa ()			
Infra-abdominal			
Corrida 2.400 metros			