

ANEXO II do Edital N° 001/2009 – REGRAS PARA O TESTE DE APTIDÃO FÍSICA

Farão este teste os candidatos previamente classificados conforme o número de vagas oferecidas, que são:

- 1. Aux. Geral de Conservação de Vias Permanentes;**
- 2. Servente de Obras;**
- 3. Vigia**

1. Das Disposições Iniciais

1.1. Os candidatos convocados nos termos do respectivo edital deverão submeter-se à prova de capacidade física, considerando a capacidade mínima necessária para suportar, física e organicamente, as atividades inerentes aos cargos acima citados.

1.2. O Candidato deverá apresentar atestado médico específico, que o habilite para a realização das avaliações previstas neste edital.

1.3. O atestado médico deverá ser entregue no momento da identificação do candidato para o início da prova. Não será aceita a entrega de atestado médico em outro momento ou data posterior.

1.4. O candidato que deixar de apresentar o atestado médico será impedido de realizar os testes, sendo, conseqüentemente, eliminado do concurso.

1.5. As providências para obtenção do atestado médico são de inteira responsabilidade do candidato.

1.6. Quaisquer casos de alterações orgânicas permanentes ou temporárias, tais como estados menstruais, indisposições, câibras, contusões, gravidez ou outros que impossibilitem o candidato de submeter-se aos testes ou diminuam ou limitem sua capacidade física e/ou orgânica não serão aceitos para fins de tratamento diferenciado por parte da Administração e nem do aplicador de provas.

2. Da composição das modalidades:

2.1. A prova de aptidão física constará de 2 (duas) modalidades a seguir:

I – Teste 1: Teste de Habilidades Motoras;

II – Teste 2: Corrida / Caminhada.

2.2. A nota máxima da Prova de Capacitação Física será 10,00 (dez).

2.3. Os candidatos serão avaliados de acordo com as tabelas do Anexo II.

2.4. A classificação será em ordem decrescente, mediante a média obtida nas avaliações dos testes.

2.5. Será considerado eliminado na prova de capacidade física e, conseqüentemente, eliminado do concurso público o candidato que:

2.5.1. Deixar de realizar algum dos testes de capacidade física;

2.5.2. Não alcançar a média aritmética simples de 3,00 (três) pontos no conjunto dos testes;

2.5.3. Não apresentar atestado médico específico que o habilite para os testes de capacidade física;

2.5.4. Não comparecer para a realização da prova de capacidade física.

3. Dos Testes Físicos

3.1. Não será permitido ao candidato:

I – receber qualquer tipo de ajuda física;

II – usar qualquer material ou equipamento que o beneficie na prova;

III – praticar qualquer ato de deslealdade com candidato concorrente;

4. Teste 1: Circuito de Habilidades Motoras.

4.1. A metodologia para a preparação e execução do Teste 1 (Um) – Circuito de Habilidades Motoras obedecerá aos seguintes aspectos:

4.1.1 O Circuito de Habilidades motoras consiste em executar no menor tempo possível uma seqüência de 5 (cinco) testes práticos, determinados de **Estações**, sem intervalo de tempo entre as mesmas, a seguir especificadas:

4.1.2 Estação 1 – Corrida Sinuosa - consiste em percorrer um trajeto sinuoso demarcado por seis cones distantes 2,00 metros entre si, dispostos alternadamente à frente e na lateral, estando o primeiro a 1,00 (um) metro da linha de partida.

4.1.2.1. O candidato deverá posicionar-se atrás da linha de partida e iniciar o teste, ultrapassando os obstáculos sinuosamente (zig-zag), até a sua linha final, passando para as outras estações sucessivamente.

4.1.3 Estação 2 – Arremesso – consiste em realizar 15 repetições de arremesso de uma bola de Basquetebol (oficial - adulto) na parede, a uma distância de 2,00 metros para os homens e 1,00 metro para as mulheres; saindo em seguida para a próxima estação.

4.1.4. Estação 3 – Pular Corda - consiste em realizar 10 repetições de pular uma corda, individualmente.

- A corda deverá passar obrigatoriamente por sobre a cabeça e por debaixo dos pés do candidato.

4.1.5. Estação 4 – Equilíbrio – consiste em percorrer um trajeto de 5 metros sobre uma trave de equilíbrio ou banco sueco de 10 centímetros de largura.

- O candidato deverá caminhar sobre a trave de equilíbrio ou banco sueco até a sua metade, quando atingir esse ponto deverá executar um giro de 90° e caminhar lateralmente até o término do percurso, ultrapassando a linha demarcatória final (no solo), localizada a 1,00 metro de distância a frente da trave ou banco sueco.

4.1.6. Estação 5 – Deslocamento em 3 Sentidos - consiste em realizar 3 (três) repetições de um percurso de 15 metros, dividido em 3 trechos de 5 metros, dispostos em forma triangular.

- O candidato deverá realizar o percurso em três formas diferentes de deslocamentos; no primeiro trecho de frente; no segundo de costas e no terceiro de lado, respectivamente.

4.1.7. Não será permitido ao candidato cometer as seguintes infrações durante a realização do Circuito de Habilidades Motoras:

I - Derrubar os cones durante a realização dos testes - **estações 1 e 5**

II - Deixar a bola cair ao solo, ultrapassar a distância para realizar o teste - **estação 2.**

III - Tocar o solo, utilizar as mãos como apoio e ou tocar (queimar) a linha final - **estação 4.**

4.1.8. O candidato que cometer infrações durante a realização do Circuito de Habilidades Motoras, deverá repetir o teste no início da estação onde ocorreu a infração, sem interrupção da contagem do tempo.

4.1.9. Não será concedida uma segunda tentativa ao candidato que não obtiver o desempenho mínimo em quaisquer das etapas.

4.1.10. A pontuação do Circuito de Habilidades Motoras masculino e feminino, será atribuído conforme a tabela I e II a seguir:

Tabela I Circuito de Habilidades Motoras para Homens

Tempo em segundos

Idade Nota	FAIXA ETÁRIA					
	18 a 19anos	20 a 29anos	30 a 39anos	40 a 49anos	50 a 59anos	60 a 69anos
	1989 - 1988	1987 - 1978	1977 - 1968	1967 - 1958	1957 - 1948	1947 - 1938
10,00	63	65	67	69	71	73
9,50	64	66	68	70	72	74
9,00	65	67	69	71	73	75
8,50	66	68	70	72	74	76
8,00	67	69	71	73	75	77
7,50	68	70	72	74	76	78
7,00	69	71	73	75	77	79
6,50	70	72	74	76	78	80
6,00	71	73	75	77	79	81
5,50	72	74	76	78	80	82
5,00	73	75	77	79	81	83
4,50	74	76	78	80	82	84
4,00	75	77	79	81	83	85
3,50	76	78	80	82	84	86
3,00	77	79	81	83	85	87
2,50	78	80	82	84	86	88
2,00	79	81	83	85	87	89
1,50	80	82	84	86	88	90
1,00	81	83	85	87	89	91
0,50	82	84	86	88	90	92
0,00	83	85	87	89	91	93

Tabela II Circuito de Habilidades Motoras para Mulheres**Tempo em segundos**

Idade Nota	FAIXA ETÁRIA					
	18 a 19anos	20 a 29anos	30 a 39anos	40 a 49anos	50 a 59anos	60 a 69anos
	1989 - 1988	1987 - 1978	1977 - 1968	1967 - 1958	1957 - 1948	1947 - 1938
10,00	64	66	68	70	72	74
9,50	65	67	69	71	73	75
9,00	66	68	70	72	74	76
8,50	67	69	71	73	75	77
8,00	68	70	72	74	76	78
7,50	69	71	73	75	77	79
7,00	70	72	74	76	78	80
6,50	71	73	75	77	79	81
6,00	72	74	76	78	80	82
5,50	73	75	77	79	81	83
5,00	74	76	78	80	82	84
4,50	75	77	79	81	83	85
4,00	76	78	80	82	84	86
3,50	77	79	81	83	85	87
3,00	78	80	82	84	86	88
2,50	79	81	83	85	87	89
2,00	80	82	84	86	88	90
1,50	81	83	85	87	89	91
1,00	82	84	86	88	90	92
0,50	83	85	87	89	91	93
0,00	84	86	88	90	92	94

5. Teste 2: Da Corrida/Caminhada.

5.1. A metodologia para a preparação e execução do Teste 2 (dois) – Corrida/Caminhada obedecerá aos seguintes aspectos:

5.1.1. Do teste 2 (dois) – Corrida/Caminhada: o candidato deverá percorrer a maior distância possível no tempo de 12 (doze) minutos.

5.1.2. O candidato poderá deslocar-se durante os 12 (doze) minutos em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir, percorrendo a maior distância possível;

5.1.3. O início e o término do teste serão indicados ao comando da banca examinadora emitido por sinal sonoro;

5.1.4. Após o final do teste o candidato deverá permanecer parado ou se deslocar em sentido perpendicular à pista, sem abandoná-la, até ser liberado pela banca.

5.1.5. Não será permitido ao candidato:

I – uma vez iniciado o teste, abandonar a pista antes de ser liberado pela banca;

II – deslocar-se, no sentido progressivo ou regressivo da marcação da pista, depois de finalizados os 12 (doze) minutos, sem

ter sido liberado pela banca;

III – dar ou receber qualquer tipo de ajuda física (como puxar, empurrar, carregar ou segurar na mão etc.).

5.1.6. O Teste 2 (dois) – Corrida/Caminhada de doze minutos deverá ser aplicado em uma pista de atletismo de 400 metros em condições adequadas e marcação escalonada a cada 10 (dez) metros.

5.1.7. É recomendado ao candidato comparecer para o teste Corrida/Caminhada trajado de bermuda, camisa de malha, com manga ou sem manga, tênis e meias.

5.1.8. Não será concedida uma segunda tentativa ao candidato que não obtiver o desempenho mínimo.

5.1.9. A pontuação do Teste Corrida/Caminhada masculino e feminino será atribuída conforme as Tabelas III e IV a seguir:

Tabela III – Corrida/Caminhada de 12 (doze) minutos para homens

Distância percorrida em metros

Idade Nota	FAIXA ETÁRIA					
	18 a 19 anos	20 a 29 anos	30 a 39 anos	40 a 49 anos	50 a 59 anos	60 a 69 anos
	1989 - 1988	1987 - 1978	1977 - 1968	1967 - 1958	1957 - 1948	1947 - 1938
10,00	2800	2700	2600	2500	2400	2300
9,50	2750	2650	2550	2450	2350	2250
9,00	2700	2600	2500	2400	2300	2200
8,50	2650	2550	2450	2350	2250	2150
8,00	2600	2500	2400	2300	2200	2100
7,50	2550	2450	2350	2250	2150	2050
7,00	2500	2400	2300	2200	2100	2000
6,50	2450	2350	2250	2150	2050	1950
6,00	2400	2300	2200	2100	2000	1900
5,50	2350	2250	2150	2050	1950	1850
5,00	2300	2200	2100	2000	1900	1800
4,50	2250	2150	2050	1950	1850	1750
4,00	2200	2100	2000	1900	1800	1700
3,50	2150	2050	1950	1850	1750	1650
3,00	2100	2000	1900	1800	1700	1600
2,50	2050	1950	1850	1750	1650	1550
2,00	2000	1900	1800	1700	1600	1500
1,50	1950	1850	1750	1650	1550	1450
1,00	1900	1800	1700	1600	1500	1400
0,50	1850	1750	1650	1550	1450	1350
0,00	1800	1700	1600	1500	1400	1300

Tabela IV – Corrida/Caminhada de 12 (doze) minutos para mulheres

Distância percorrida em metros

Idade Nota	FAIXA ETÁRIA					
	18 a 19 anos	20 a 29 anos	30 a 39 anos	40 a 39 anos	50 a 59 anos	60 a 69 anos
	1989 - 1988	1987 - 1978	1977 - 1968	1967 - 1958	1957 - 1948	1947 - 1938
10,00	2600	2500	2400	2300	2200	2100
9,50	2550	2450	2350	2250	2150	2050
9,00	2500	2400	2300	2200	2100	2000
8,50	2450	2350	2250	2150	2050	1950
8,00	2400	2300	2200	2100	2000	1900
7,50	2350	2250	2150	2050	1950	1850
7,00	2300	2200	2100	2000	1900	1800
6,50	2250	2150	2050	1950	1850	1750
6,00	2200	2100	2000	1900	1800	1700
5,50	2150	2050	1950	1850	1750	1650
5,00	2100	2000	1900	1800	1700	1600
4,50	2050	1950	1850	1750	1650	1550
4,00	2000	1900	1800	1700	1600	1500
3,50	1950	1850	1750	1650	1550	1450
3,00	1900	1800	1700	1600	1500	1400
2,50	1850	1750	1650	1550	1450	1350
2,00	1800	1700	1600	1500	1400	1300
1,50	1750	1650	1550	1450	1350	1250
1,00	1700	1600	1500	1400	1300	1200
0,50	1650	1550	1450	1350	1250	1150
0,00	1600	1500	1400	1300	1200	1100

6. Das Disposições Gerais e Finais

6.1. Nenhum candidato poderá alegar o desconhecimento da presente instrução ou utilizar-se de artifícios de forma a prejudicar o concurso público.

6.2. A prova de capacidade física será aplicada por uma banca examinadora presidida por um professor com habilitação em Educação Física.

6.3. Os imprevistos ocorridos durante a prova de capacidade física serão decididos pelo presidente da banca examinadora.

6.4. Os testes de aptidão física terão caráter unicamente eliminatório e os candidatos considerados aptos ou inaptos, tendo em vista a capacidade mínima necessária para suportar, física e organicamente, as exigências para o desempenho eficiente das funções dos cargos.

6.5. É considerado inapto o candidato que alcançar a media menor que 04 (quatro).

6.6. A escolha do traje e do calçado a serem utilizados nos testes, bem como o aquecimento necessário, será de exclusiva responsabilidade do candidato.



Companhia de Desenvolvimento de Rondonópolis

CNPJ: 03.940.848/0001-99

Telefone: (66) – 3439-3400

6.7. Todas as alterações deste Edital serão tornadas públicas na forma da lei;

6.8. Os casos omissos serão resolvidos pela Diretoria Administrativa e Financeira da CODER – MT em conjunto com a **ACP & INFORMÁTICA LTDA.**

Rondonópolis – MT, 20 de julho de 2009.

Algacyr Nunes da Silva Junior

Diretor Administrativo e Financeiro ~ *CODER*