SECRETARIA DE ESTADO DA SEGURANÇA PÚBLICA
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ENSINO

EDITAL DO PROCESSO Nr 489-20-DE/CBMSC

SELEÇÃO PARA O CURSO DE FORMAÇÃO DE BOMBEIROS COMUNITÁRIO (CFBC) DE TIMBÓ - SC

O Diretor de Ensino do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina torna público que, no período de **09 a 13 de março de 2020**, encontram-se abertas as inscrições para a seleção dos candidatos ao Curso de Formação de Bombeiros Comunitários (CFBC) a ser realizado no Município de Timbó**,** de acordo com o disposto no Regulamento Geral do Serviço Voluntário no Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina e na Lei Federal nº 9.608 de 18/02/1998 – Lei do Voluntariado.

1. DA FINALIDADE

1.1 O presente edital tem por finalidade selecionar candidatos para integrarem o Curso de Formação de Bombeiros Comunitários (CFBC), curso que após a conclusão com aproveitamento e a realização do Estágio Operacional, permite aos cidadãos ingressarem no serviço comunitário do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina para atuarem no auxílio às Guarnições de Bombeiro em atendimentos emergenciais prestados à comunidade, credenciando-o também a atuar como Brigadista Particular enquanto Bombeiro Comunitário Ativo.

2. DO CURSO

2.1 O Curso de Formação de Bombeiros Comunitários (CFBC) faz parte dos programas de capacitação comunitária, desenvolvidos pelo Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina, que inclui ainda o Curso Básico de Atendimento a Emergências - CBAE, o Curso de Brigada Comunitária, Curso de Bombeiro Mirim, Bombeiro Juvenil e Bombeiro da Melhor Idade, Projeto Golfinho e diversos outros programas sociais, cujas informações podem ser obtidas acessando o *site* da Corporação (www.cbm.sc.gov.br);

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

2.2 Programa de matérias do CFBC:

MÓDULO	CONTEÚDO	CARGA HORÁRIA
I	Atendimento Pré-Hospitalar	32 h/a
II	Extinção de Incêndios	32 h/a
III	Prevenção e Sistemas Preventivos	12 h/a
IV	Brigada de Incêndio	16 h/a
V	Instrução Geral para candidato a Bombeiro Comunitário	12 h/a
VI	Estágio Operacional	240 h/a
TOTAL		**344 h/a***

*Conforme Regulamento Geral do Serviço Comunitário no CBMSC, a carga horária do estágio pode ser reduzida para 140 horas por deficiência na estrutura/alojamento, impossibilitando o agendamento de estágio de 24 horas contínuas para todos os participantes ou a um determinado grupo.

2.3 Ao final do curso, se aprovado, o participante receberá certificado habilitando-o como **Bombeiro Comunitário e Brigadista Particular**, recebendo seu credenciamento com validade por 2 (dois) anos;

2.4 O credenciamento como Brigadista Particular fica condicionado ao ingresso no serviço comunitário do CBMSC, conforme o Regulamento Geral do Serviço Comunitário e desde que se mantenha Bombeiro Comunitário ativo.

3. DAS VAGAS

3.1 O curso disporá de **40 (quarenta)** vagas destinadas preferencialmente a candidatos residentes ou que trabalham nos municípios de Timbó, Rio dos Cedros, Benedito Novo ou Dr. Pedrinho.

4. PERÍODO E LOCAL DE REALIZAÇÃO

4.1 O curso será realizado de **06 de abril a 14 de setembro de 2020**, nas segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h30 às 22h45, podendo também ser desenvolvido às terças e quintas-feiras, das das 18h30 às 22h45, e aos sábados das 08h00 às 12h00 e/ou das 14h00 às 18h00.

4.2 As aulas ocorrerão na sala de aula do quartel sede da 2ª Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar, em Timbó. Entretanto, outros locais previamente escolhidos que permitam a realização de atividades práticas poderão ser determinados pela coordenação do curso.

4.3 A conclusão com o aproveitamento mínimo esperado dos módulos de Atendimento Pré-Hospitalar e Extinção de Incêndios habilita o aluno a estagiar em ambulâncias e caminhões de

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

combate a incêndio respectivamente, não sendo necessário finalizar todos os módulos teóricos para iniciar o Estágio Operacional.

5. DAS INSCRIÇÕES

5.1 Período de inscrições: de **09 a 13 de março de 2020**.

5.2 Serão aceitas no máximo 80 inscrições válidas para o curso, por ordem cronológica.

5.3 Os interessados deverão realizar sua inscrição por intermédio do preenchimento do formulário online pelo link **https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScLpRu3uE3tVCkzwl1IPlZBIyrb4F_-5aXaIlXk-whYpgeiUg/viewform?usp=sf_link**

5.4 As inscrições serão realizadas **única e exclusivamente** pelo formulário online, sendo vedadas inscrições por e-mail ou por comparecimento pessoal nos quartéis da 2ª/ 3ºBBM.

5.5 O formulário deve ser preenchido no íntegra, com total veracidade das informações prestadas pelo candidato. Havendo disparidade dos dados informados com os dados a serem comprovados posteriormente, a inscrição estará automaticamente cancelada e o candidato será excluído do processo seletivo.

5.6 No dia da matrícula (ver Item 9 deste Edital), o candidato deverá levar preenchida e assinada a Ficha de Inscrição para Matrícula (ANEXO A), que será conferida com os dados preenchidos pelo candidato no formulário online.

6. DOS REQUISITOS PARA INSCRIÇÃO

6.1 Ter concluído e sido aprovado no Curso Básico de Atendimento de Emergências (CBAE) há menos de 03 (três) anos. O candidato que tiver concluído o CBAE em tempo superior ao estabelecido deverá ser aprovado em avaliação específica de certificação, obtendo aproveitamento igual ou superior a 70%, para que possa ingressar no CFBC. A avaliação terá como base a Apostila do CBAE e será realizada no dia **16/03/2020, às 19h**, na sala de aula do quartel sede da 2º Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar, em Timbó;

6.2 Ter conceito favorável da Coordenadoria do Serviço Comunitário da 2ª/3ºBBM (Timbó);

6.3 Ter no mínimo 18 (dezoito) anos na data prevista para o início do estágio operacional;

6.4 Não ter desistido do CFBC em qualquer OBM de Santa Catarina, sem justificativa, ou ter sido excluído do curso;

6.5 Não ter realizado esse mesmo curso em outra OBM de Santa Catarina;

6.6 Estar em dia com suas obrigações legais.

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

7. DO PREENCHIMENTO DAS VAGAS

7.1 Todos os candidatos inscritos receberão uma nota de classificação elaborada conforme a equação abaixo:

$$\textbf{Nota de Classificação} = \frac{\textbf{Nota final do CBAE + Nota da Coordenação + Nota do TAF}}{\textbf{3}}$$

7.2 A Nota de Classificação prevista no item 7.1 terá fim classificatório. As notas serão organizadas em ordem decrescente, ou seja, o candidato com a maior nota será o primeiro colocado e o candidato com a menor nota será o último.

7.3 A relação dos candidatos classificados para o Teste de Aptidão Física será publicada no dia **18 de março de 2020** no quartel sede da 2ª Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar, em Timbó, localizado na Rua Itapema, 310, Quintino, Timbó-SC, na página oficial no **Facebook** da 2ª Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar de Timbó (**@corpodebombeirosmilitar.timbo**) e no perfil oficial do Instagram (**@cbmsc.timbo**).

8. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA (TAF)

8.1 O candidato terá de realizar Teste de Aptidão Física (TAF), com caráter **classificatório**, que o torne apto a se candidatar ao ingresso no serviço comunitário. O TAF será composto pelas seguintes provas:

a) Flexão de cotovelo dinâmico em barra fixa (masculino)
b) Flexão de cotovelo estático em barra fixa (feminino)
c) Força Abdominal – Abdominal Tipo Remador (masculino e feminino)
d) Flexão e Extensão de Cotovelo – Apoio de Frente sobre o Solo (masculino e feminino)
e) Resistência Aeróbica de 2.400 Metros (masculino e feminino)

8.2 O TAF será realizado no dia **20 de março de 2020**, às 19h30, na pista de atletismo do **Complexo Esportivo de Timbó**, Rua R. Gustavo Piske - Padre Martinho Stein, Timbó - SC.

8.3 Os candidatos que não comparecerem no dia, local e horário descritos no item 8.2 deste edital com até 15 minutos de antecedência estarão automaticamente eliminados do certame;

8.4 Os candidatos deverão se apresentar para o TAF com roupa adequada (preferencialmente escuras) para atividade física, munidos do documento de identidade e de **atestado médico comprovando** estar **APTO** para a realização do **Teste de Aptidão Física**;

8.5 Toda execução dos exercícios pelos candidatos durante o TAF será coordenada por Bombeiros Militares designados pela Coordenadoria de Educação Física do Corpo de Bombeiros Militar de

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

Santa Catarina. O teste físico obedece e segue as normas estabelecidas pela Portaria nº 461/2014/CBMSC, que regulamenta a aplicação do TAF dentro do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina.

8.6 Um dos avaliadores realizará, antes da prova e de forma visível a todos os candidatos, a correta demonstração para execução dos exercícios;

8.7 O avaliador, para cada candidato, fará a contagem em voz alta somente do movimento de cada exercício corretamente realizado;

8.8 Os exercícios executados incorretamente não serão computados;

8.9 O TAF terá caráter **classificatório,** comporá nota de TAF aos candidatos em cada atividade executada.

8.10 O candidato terá a nota de cada prova somada e dividida por 4 (número de provas) e obterá a nota final do TAF, sendo:

$$\textbf{Nota do TAF} = \frac{\textbf{Barra + Abdominal + Flexão Solo + Corrida 2.400m}}{\textbf{4}}$$

8.12 Será considerado INAPTO e, portanto, eliminado do certame, o candidato que não atingir o Índice Mínimo de Aptidão por Prova igual a 25 em cada prova realizada. Por se tratar de um edital classificatório, não será exigido o Índice Mínimo de Aptidão Geral.;

8.13 Caberá aos candidatos o conhecimento de todos os testes empregados no TAF contidos no Anexos C, D, E e F do presente Edital. Não serão aceitas quaisquer alegações de desconhecimento dos aspectos (índices) presentes no Anexos C, D, E e F;

8.14 O resultado de cada um dos Testes Físicos será informado ao candidato ao término da sua realização.

9. DA DIVULGAÇÃO DA LISTA DOS CANDIDATOS APTOS PARA A MATRÍCULA

9.1 O resultado dos candidatos aptos a realizarem a matrícula e entrega de documentos será divulgado por meio de postagem nas redes sociais oficiais da 2ª Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar de Timbó, Facebook (**@corpodebombeirosmilitar.timbo**) e Instagram (**@cbmsc.timbo**) e também estará disponível no quartel sede do 3º Batalhão de Bombeiros Militar, em Blumenau, localizado na Rua Sete de Setembro, 2880, Centro, Blumenau-SC, a partir do dia **24 de março de 2020**.

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

10. DA MATRÍCULA

10.1 O candidato aprovado e classificado dentro do número de vagas oferecidas deverá apresentar-se **entre os dias 25 a 27 e no dia 31 de março de 2020, das 08h00 às 12h00** e das **14h00** às **17h00** no quartel sede da 2ª Companhia do 3º Batalhão de Bombeiros Militar, localizado na Rua Itapema, 310, Quintino, Timbó-SC, para a realização da matrícula, munido dos seguintes documentos:

a) Original e cópia do RG e CPF ou CNH;
b) Original e cópia do Comprovante de Residência;
c) 2 (duas) fotos 3x4 recentes;
d) Certidão negativa de antecedentes criminais expedida pela Justiça Federal das Comarcas onde residiu nos últimos 5 (cinco) anos;
e) Certidão negativa de antecedentes criminais expedida pela Justiça Estadual das Comarcas onde residiu nos últimos 5 (cinco) anos;
f) Original e cópia do certificado de conclusão do Curso Básico de Atendimento a Emergências – CBAE;
g) Atestado médico comprovando possuir **CAPACIDADE FÍSICA** para realizar o serviço bombeiro comunitário e **SANIDADE MENTAL** (este poderá ser entregue no TAF caso o texto do atestado médico também contenha os atestados de capacidade física e sanidade mental);

10.2 O candidato deverá estar ciente das suas responsabilidades enquanto aluno do CFBC, assinando o termo de responsabilidade no ato da matrícula;

10.3 O aluno que não realizar sua matrícula ou não entregar todos os documentos necessários dentro do prazo estabelecido será automaticamente desligado do curso, sendo classificado no seu lugar o candidato imediatamente posterior;

10.4 Ao se matricular no curso, o Aluno fica ciente e se compromete a seguir as regras de conduta dentro do estabelecimento militar, bem como utilizar o uniforme padronizado pela coordenação, os quais serão adquiridos pelos participantes (Calça jeans, camiseta vermelha padrão do curso, cinto preto e botina tipo "borzeguim");

10.5 O aluno, ao se matricular, fica ciente que terá que seguir os padrões de apresentação e asseio pessoal (homens com barba feita e cabelos cortados e mulheres cabelos presos, brincos apenas do tipo ponto/pingo e ambos não devem utilizar *piercing* por segurança nas instruções) estabelecido pelo Regulamento Geral do Serviço Voluntário do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina.

11. DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

11.1 Os casos omissos ao presente edital serão resolvidos pela coordenação do CFBC, de acordo

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

com o Regulamento Geral do Serviço Voluntário do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina;

11.2 Para mais informações, entre em contato pelo e-mail 32ie@cbm.sc.gov.br.

Quartel em Blumenau, 03 de março de 2020

(ASSINADO DIGITALMENTE)

FILLIPI THIAGO PAMPLONA – 1º Ten BM
Chefe do B3 do 3º BBM

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO A
SECRETARIA DE ESTADO DA SEGURANÇA PÚBLICA
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE SANTA CATARINA
3º BATALHÃO DE BOMBEIROS MILITAR
2ª COMPANHIA DE BOMBEIROS MILITAR

FICHA DE INSCRIÇÃO PARA MATRÍCULA Nº _____

Nome:			
Endereço:			
Bairro:		Cidade:	
Telefones:		Escolaridade:	
CPF:		RG:	
Estado Civil:		Naturalidade:	
Filiação:			
Data Nasc:		Profissão:	
Empresa:		Telefone:	
Endereço:			
Apresenta algum problema de saúde? ( ) Sim ( ) Não			
Caso positivo. Qual?			

Timbó, _____/_____/_____

Os campos abaixo serão preenchidos pela Coordenação do Curso

Conceito da Coordenação: ( ) Favorável ( ) Desfavorável

Nota CBAE: _____ Nota Coord: _____ Nota TAF: _____

Nome: _____ Ass: _____

PROTOCOLO Nr: _____ **Data: _____/_____/_____**

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO B
CRONOGRAMA

	ATIVIDADE	DATA
1	Início do período de inscrição	**09 de março de 2020**
2	Término do período de inscrição	**13 de março de 2020**
3	Prova de homologação do CBAE realizado a mais de 3 anos	**16 de março de 2020**
4	Divulgação de inscrições deferidas e indeferidas	**17 de março de 2020**
5	Resultado dos classificados para o TAF	**18 de março de 2020**
6	Teste de Aptidão Física – TAF	**20 de março de 2020**
7	Resultado do TAF	**24 de março de 2020**
8	Divulgação dos candidatos aptos para a matrícula	**24 de março de 2020**
9	Início do período de matrícula no CFBC	**25 de março de 2020**
10	Término do período de matrícula no CFBC	**31 de março de 2020**
11	Aula inaugural	**06 de abril de 2020**

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO C

PROVA DE FLEXÃO DE COTOVELO DINÂMICO NA BARRA FIXA – BARRA EM NÚMERO DE REPETIÇÕES – MASCULINO					
PONTOS	**FAIXAS ETÁRIAS**				
	Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
0	≤2	≤1	≤1	≤1	≤1
25	3	2	2	2	2
30		3			
35			3		
40	4			3	
45		4			3
50			4		
55				4	
60	5				
65		5			4
70	6	6	5		
75	8 – 7	7	6	5	
80	9	8	7		
85	10	9	8	6	5
90	11	10	9	7	6
95	12	11	10	8	7
100	≥13	≥12	≥11	≥9	≥8

- Adaptado de Boldori (2002).
Obs: será considerada a pontuação maior.

PROVA DE FLEXÃO DE COTOVELO ESTÁTICO NA BARRA FIXA EM SEGUNDOS – FEMININO					
PONTOS	**FAIXAS ETÁRIAS**				
	Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
0	≤1”0	≤1”0	≤1”0	≤1”0	≤1”0
25	1”1-1”9	1”1-2”9	1”1-1”9	1”1-2”9	1”1-2”9
30	2”0-3”9				
35	4”0-4”9	3”0-3”9			
40	5”0-5”9	4”0-4”9	2”0-2”9		
45	6”0-6”9	5”0-5”9	3”0-3”9	3”0-3”9	
50	7”0-7”9	6”0-6”9	4”0-4”9	4”0-4'9	3”0-3”9
55	8”0-8”9	7”0-7”9	5”0-5”9	5”0-5”9	4”0-4”9
60	9”0-10”9	8”0-8”9	6”0-6”9	6”0-6”9	5”0-5”9
65	11”0-12”9	9”0-11”9	7”0-8”9	7”0-7”9	6”0-6”9
70	13”0-16”9	12”0-15”9	9”0-9”9	8”0-8”9	7”0-7”9
75	17”0-21”9	16”0-19”9	10”0-10”9	9”0-9”9	8”0-8”9
80	22”0-25”9	20”0-21”9	11”0-12”9	10”0-10”9	9”0-9”9
85	26”0-29”9	22”0-23”9	13”0-15”9	11”0-14”9	10”0-10”9
90	30”0-31”9	24”0-28”9	16”0-19”9	15”0-18”9	11”0-17”9
95	32”0-32”9	29”0-29”9	20”0-26”9	19”0-23”9	18”0-20”9
100	≥33”0	≥30”0	≥27”0	≥24”0	≥21”0

- Teste de campo (2008) do CEBM/CBMSC.

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO D

PROVA DE FORÇA ABDOMINAL – EM NÚMERO DE REPETIÇÕES EM 60 SEGUNDOS – MASCULINO					
PONTOS	FAIXAS ETÁRIAS				
	Até 19 anos	De 20 a 29 anos	De 30 a 39 anos	De 40 a 49 anos	Acima de 50 anos
0	≤25	≤23	≤21	≤18	≤17
25	26	24	22	19	18
30	27	25	23	20	19
35	28	26	24	21	20
40	29	27	25	22	21
45	30	28	26	23	22
50	31	29	27	24	23
55	32	30	28	25	24
60	33	31	29	26	25
65	35 – 34	34 – 32	32 – 30	30 – 27	28 – 26
70	38 – 36	37 – 35	35 – 33	33 – 31	31 – 29
75	41 – 39	40 – 38	38 – 36	36 – 34	34 – 32
80	44 – 42	42 – 41	41 – 39	39 – 37	37 – 35
85	47 – 45	45 – 43	44 - 42	42 – 40	40 – 38
90	49 – 48	48-46	47 – 45	45 – 43	43 – 41
95	50	49	48	46	44
100	≥51	≥50	≥49	≥47	≥45

- Adaptado de Boldori (2002) com teste de campo (2008).

PROVA DE FORÇA ABDOMINAL – EM NÚMERO DE REPETIÇÕES EM 60 SEGUNDOS – FEMININO					
PONTOS	FAIXAS ETÁRIAS				
	Até 19 anos	De 20 a 29 anos	De 30 a 39 anos	De 40 a 49 anos	Acima de 50 anos
0	≤20	≤19	≤16	≤15	≤11
25	21	20	17	16	12
30	22	21	18	17	13
35	23	22	19	18	14
40	24	23	20	19	15
45	25	24	21	20	16
50	26	25	22	21	17
55	27	26	23	22	18
60	28	27	24	23	19
65	34-29	28	25	24	20
70	37-35	32-29	28-26	27-25	21
75	40-38	35-33	32-29	28	22
80	41	38-36	35-33	29	23
85	42	39	36	30	24
90	43	40	37	31	25
95	44	41	38	32	26
100	≥45	≥42	≥39	≥33	≥27

- Adaptado de Morelli (1989).

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO E

PROVA DE RESISTÊNCIA AERÓBIA DE 2.400 METROS – EM MINUTOS:SEGUNDOS – MASCULINO						
Categoria Capacidade Aeróbia	**PONTOS**	**FAIXAS ETÁRIAS**				
		Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
I – M. Fraca	**0**	≥15’31’’	≥16’01”	≥16’31”	≥17’31”	≥19’01”
II – Fraca	**25**	15’07’-15’30’’	15’46”-16’00”	16’18-16’30”	17’21”-17’30”	18’46”-19’00”
	30	14’42”-15’06’’	15’31”-15’45”	16’05”-16’17”	17’06”-17’20”	18’31”-18’45”
	35	14’17”-14’41’’	15’16”-15’30”	15’52”-16’04”	16’51”-17’05”	18’16”-18’30”
	40	13’52’’-14’16”	15’01”-15’15”	15’38”-15’51”	16’36”-16’50”	18’01”-18’15”
	45	13’27’-13’51’’	14’46”-15’00”	15’25”-15’37”	16’21”-16’35”	17’46”-18’00”
	50	13’01’’-13’26”	14’31”-14’45”	15’12”-15’24”	16’06”-16’20”	17’31”-17’45”
	55	12’36’’-13’00”	14’16”-14’30”	14’59”-15’11”	15’51”-16’05”	17’16”-17’30”
	60	12’11’’-12’35’’	14’01”-14’15”	14’46”-14’58”	15’36”-15’50”	17’01”-17’15”
III – Média	**65**	11’51”-12’10”	13’31”-14’00”	14’13”-14’45”	14’58”-15’35”	16’25”-17’00”
	70	11’30’’-11’50”	13’01”-13’30”	13’39”-14’12”	14’19”-14’57”	15’47”-16’24”
	75	11’10’’-11’29”	12’31”-13’00”	13’05”-13’38”	13’40”-14’18”	15’09”-15’46”
	80	10’49’’-11’09’’	12’01”-12’30”	12’31”-13’04”	13’01”-13’39”	14’31”-15’08”
IV – Boa	**85**	10’27’’-10’48”	11’37”-12’00”	12’01”-12’30”	12’31”-13’00”	13’51”-14’30”
	90	10’04’’-10’26”	11’11”-11’36”	11’31”-12’00”	12’01”-12’30”	13’11”-13’50”
	95	09’41’’-10’03”	10’46”-11’10”	11’01”-11’30”	11’31”-12’00”	12’31”-13’10”
V – Excelente	**100**	≤ 09’40”	≤10’45”	≤11’00”	≤11’30”	≤12’30”

- Adaptado de Cooper (1982) apud Marins & Giannichi (2003).

PROVA DE RESISTÊNCIA AERÓBIA DE 2.400 METROS - FEMININO						
Categoria Capacidade Aeróbia	**PONTOS**	**FAIXAS ETÁRIAS**				
		Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
I – M. Fraca	**0**	≥18’31’’	≥19’01”	≥19’31”	≥20’01”	≥20’31”
II – Fraca	**25**	18’19’’- 18’30’’	18’59”-19’00”	19’29”-19’30”	19’59”-20’00”	20’29”-20’30”
	30	18’07’’-18’18”	18’55”-18’58”	19’25”-19’28”	19’55”-19’58”	20’25”-20’28”
	35	17’55’’-18’06”	18’51”-18’54”	19’21”-19’24”	19’51”-19’54”	20’21”-20’24”
	40	17’43’’-17’54”	18’47”-18’50”	19’17”-19’20”	19’47”-19’50”	20’17”-20’20”
	45	17’31’’-17’42”	18’43”-18’46”	19’13”-19’16”	19’43”-19’46”	20’13”-20’16”
	50	17’19’’- 17’30’’	18’39”-18’42”	19’09”-19’12”	19’39”-19’42”	20’09”20’12”
	55	17’07’’- 17’18’’	18’35”-18’38”	19’05”-19’08”	19’35”-19’38”	20’05”-20’08”
	60	16’55’’- 17’06’’	18’31”-18’34”	19’01”-19’04”	19’31”-19’34”	20’01”-20’04”
III – Média	**65**	16’19’’- 16’54’’	17’52”-18’30”	18’22”-19’00”	19’01”-19’30”	19’46”-20’00”
	70	15’43’’-16’18”	17’13”-17’51”	17’45”-18’21”	18’31”-19’00”	19’31”-19’45”
	75	15’07’’–15’42’’	16’34”-17’12”	17’08”-17’44”	18’01”-18’30”	19’16”-19’30”	
	80	14’31’’ - 15’06’’	15’55”-16’33”	16’31”-17’07”	17’31”-18’00”	19’01”-19’15”
IV – Boa	**85**	13’50’’- 14’30’’	15’07”-15’54”	15’51”-16’30”	16’58”-17’30”	18’11”-19’00”
	90	13’10’’ - 13’49’’	14’19”-15’06”	15’11”-15’50”	16’27”-16’57”	17’21”-18’10”
	95	12’30’’ -13’09’’	13’31”-14’18”	14’31”-15’10”	15’56”-16’26”	16’31”-17’20”
V – Excelente	**100**	≤12’29’’	≤13’30”	≤14’30”	≤15’55”	≤16’30”

Adaptado de Cooper (1982) apud Marins & Giannichi (2003).

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.

ANEXO F

PROVA DE FLEXÃO E EXTENSÃO DE COTOVELO DE FRENTE SOBRE O SOLO – APOIO DE FRENTE SOBRE O SOLO EM NÚMERO DE REPETIÇÕES E SEM TEMPO PARA EXECUÇÃO – MASCULINO					
PONTOS	**FAIXAS ETÁRIAS**				
	Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
0	≤23	≤20	≤14	≤6	≤5
25	24	21	15	7	6
30	25	22	16	8	7
35	26	23	17	9	8
40	27	24	18	10	9
45	28	25	19	11	10
50	29	26	20	12	11
55	30	27	21	13	12
60	31	28	22	14	13
65	32	29	23	15	14
70	33	30	24	16	15
75	34	31	25	17	16
80	35	32	26	18	17
85	36	33	27	19	18
90	37	34	28	20	19
95	38	35	29	21	20
100	≥39	≥36	≥30	≥22	≥21

- Adaptado de Pollock & Wilmore (1993).

PROVA DE FLEXÃO E EXTENSÃO DE COTOVELO DE FRENTE SOBRE O SOLO –APOIO DE FRENTE SOBRE O SOLO – FEMININO					
PONTOS	**FAIXAS ETÁRIAS**				
	Até 19 anos	**De 20 a 29 anos**	**De 30 a 39 anos**	**De 40 a 49 anos**	**Acima de 50 anos**
0	≤17	≤14	≤11	≤8	≤5
25	18	15	12	9	6
30	19	16	13	10	7
35	20	17	14	11	8
40	21	18	15	12	9
45	22	19	16	13	10
50	23	20	17	14	11
55	24	21	18	15	12
60	25	22	19	16	13
65	26	23	20	17	14
70	27	24	21	18	15
75	28	25	22	19	16
80	29	26	23	20	17
85	30	27	24	21	18
90	31	28	25	22	19
95	32	29	26	23	20
100	≥33	≥30	≥27	≥24	≥21

- Adaptado de Pollock & Wilmore (1993).

O original deste documento é eletrônico e foi assinado utilizando Assinatura Digital SGP-e por FILLIPI THIAGO PAMPLONA em 03/03/2020 às 17:20:42, conforme Decreto Estadual nº 39, de 21 de fevereiro de 2019.
Para verificar a autenticidade desta cópia impressa, acesse o site https://portal.sgpe.sea.sc.gov.br/portal-externo e informe o processo CBMSC 00005634/2020 e o código L821AC1M.