



Governo do Estado de Roraima
Corpo de Bombeiros Militar de Roraima
"Amazônia: patrimônio dos brasileiros"

EDITAL 21 DEIP/CBMRR/2026

REGULAMENTA O PROCESSO DE SELEÇÃO INTERNA PARA O PREENCHIMENTO DE VAGAS PARA O CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS DO QUADRO DE PRAÇAS COMBATENTE DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE RORAIMA - CFS QPCBM.

O CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE RORAIMA torna público a regulamentação do Processo de Seleção Interna, aberto a praças, que visa o preenchimento de vagas para o Curso de Formação de Sargentos do Quadro de Praças Combatentes – CFS QPCBM do CBMRR.

O COMANDANTE GERAL DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE RORAIMA, no uso de suas atribuições e, de acordo com a Lei Complementar nº 052/2001 e a Lei Complementar nº 260/2017, torna pública a realização de Processo Seletivo Interno - PSI com 30 (trinta) vagas para ascensão funcional, à graduação de 3º Sargento do Quadro de Praças Combatentes, todos do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima, mediante as condições estabelecidas neste edital.

1. DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

1.1. O presente Processo Seletivo Interno – PSI, será regido pelo presente Edital;

1.2. O processo visa selecionar, no âmbito da Corporação, Soldados e Cabos que, após cumprimento, com êxito, de todas as fases do PSI, inclusive a conclusão com aproveitamento nos referidos Cursos de Formação, devidamente qualificados, desempenharão o cargo e as funções inerentes, às de 3º Sargentos do Quadro de Praças Combatentes do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima.

2. DA EXECUÇÃO DO CERTAME

2.1. O PSI, será composto de quatro fases, conforme item 6 deste edital.

2.2 O Instituto Federal de Roraima - IFRR será o órgão responsável pela realização total da Primeira Fase (Prova Objetiva) do PSI, em conformidade com este Edital, sendo a Comissão Organizadora desta Fase, instituída pelo IFRR, o órgão máximo de deliberação.

2.3. As demais Fases (segunda, terceira e quarta) serão de total responsabilidade do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima, por meio da Comissão de Avaliação do Processo Seletivo, que será composta por Portaria do Comandante Geral do CBMRR.

2.4. A Comissão de Avaliação do Processo Seletivo é o órgão máximo de deliberação nas fases sob responsabilidade do CBMRR (segunda, terceira e quarta), cabendo ao Comandante Geral da Corporação intervir em última instância nos casos que forem pertinentes e necessários.

3. DAS VAGAS

3.1. O presente PSI se destina única e exclusivamente ao provimento de 30 (trinta) vagas para ascensão funcional à graduação de 3º Sargentos do Quadro de Praças Combatentes do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima, obedecendo fielmente à ordem de classificação decrescente decorrida da Prova Objetiva, no PSI considerando, ainda, as demais fases do certame.

3.2. Fará jus a ser matriculado no Curso de Formação de Sargentos do Quadro de Praças Combatentes, sem necessidade de realizar a primeira fase do certame, o primeiro colocado no Curso de Cabos do Quadro de Praças Combatentes, conforme Lei Complementar nº 194, de 13 de fevereiro de 2012, Art. 71, § 9º.

3.3. Considerando os termos do §6º do Art. 71 da Lei Complementar 194 de 13/02/2012 (NR dada pelo §6º, do Art. 18 da LC 260 de 02/08/2017), 1/3 das vagas previstas neste Edital de Processo Seletivo Interno, referentes ao Curso de Formação de Sargentos do Quadro de Praças Combatentes Bombeiros Militares – CFS QPC BM, serão destinadas aos Cabos do Quadro de Praças Combatentes, atendidas as disposições na legislação supramencionada.

3.4. Observado o dispositivo no inciso I, §6º do Art.71 da Lei Complementar 194 de 13/02/2012 (AC pelo inciso I do §6º, do Art. 18 da LC 260 de 02/08/2017), os Cabos de que trata o item anterior somente deixarão de prestar a prova de conhecimentos, devendo se submeter e obter a condição de APTO em todas as demais fases do Processo Seletivo Interno (2ª, 3ª e 4ª Fases).

3.5. Havendo número inferior de Cabos QPC BM aptos para ocuparem as vagas reservadas no item 3.3, as vagas remanescentes serão destinadas aos demais candidatos concorrentes.

4. DOS REQUISITOS PARA A INSCRIÇÃO NO PROCESSO SELETIVO

4.1. Ser Soldado ou Cabo do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima e estar em gozo do disposto no §5º do Art. 71 da Lei Complementar nº. 194/2012 (NR dada pela LC nº 260 de 02/08/2017/ DOE nº 3055 de 03/08/2017);

4.2. Estar classificado, no mínimo, no comportamento "Bom";

4.3. Não estar respondendo a Conselho de Disciplina ou Processo Administrativo Disciplinar;

4.4. Não estar condenado à pena de suspensão do exercício do cargo;

4.5. Não estar condenado à pena restritiva de liberdade por sentença condenatória transitada em julgado;

4.6. Não ter sido punido mais de 01 (uma) vez por transgressão disciplinar de natureza "GRAVE", nos últimos doze meses;

5. DA INSCRIÇÃO NO PROCESSO SELETIVO

5.1. Os candidatos somente poderão efetuar sua inscrição pela Internet através do endereço eletrônico site <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR.

5.2. O período das inscrições será conforme Cronograma de Atividades **Anexo A**.

5.3. O candidato deverá indicar no formulário online de inscrição seus dados pessoais.

5.4. O valor da taxa de inscrição será de R\$ 190,00 (Cento e noventa) reais e deverá ser pago por meio de boleto bancário, gerado no ato da inscrição e pagável em qualquer agência bancária até a data de vencimento prevista no cronograma.

5.5. A qualquer tempo poder-se-á anular a inscrição e as provas do candidato, desde que verificada falsidade em qualquer informação declarada e/ou qualquer irregularidade nas provas e respectivas fases e/ou em documentos apresentados, eliminando-o do certame.

5.6. Antes de efetuar a inscrição o candidato deverá certificar-se dos requisitos exigidos para a investidura no cargo.

5.7. Não haverá isenção total ou parcial do valor da taxa de inscrição.

5.8. As inscrições somente serão consideradas válidas após o pagamento da respectiva taxa de inscrição, respeitado o prazo de validade para pagamento.

5.9. O valor referente ao pagamento da taxa de inscrição não será devolvido em hipótese alguma, salvo em caso de cancelamento do certame e sob a responsabilidade do IFRR.

5.10. O comprovante de inscrição deverá ser mantido em poder do candidato e apresentado no local de realização das provas e respectivas fases.

5.11. Não serão aceitas inscrições fora do prazo estipulado.

5.12. As informações prestadas, na solicitação de inscrição pela Internet, serão de inteira responsabilidade do candidato.

5.13. A inscrição no presente PSI implica o conhecimento e tácita aceitação das condições estabelecidas neste Edital, das quais, o candidato não poderá alegar desconhecimento, sob nenhuma hipótese.

5.14. A relação das inscrições homologadas será disponibilizada na Internet através do site <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR, conforme Cronograma de Atividades, **Anexo A**.

5.15. A prestação de declaração falsa ou inexata e a não apresentação de qualquer documento exigido importarão em insubsistência de inscrição, nulidade de habilitação e perda dos direitos decorrentes, em qualquer tempo, em qualquer etapa do certame, sem prejuízo das sanções civis e penais cabíveis.

5.16. Para se inscrever pela Internet, o candidato deverá acessar o endereço eletrônico site <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR, seguindo os procedimentos necessários à efetivação da inscrição constantes neste Edital, durante o período de inscrições conforme Cronograma de Atividades, **Anexo A**.

5.17. A inscrição pela Internet estará disponível durante as 24 horas do dia, ininterruptamente, considerando-se o horário local, com horário de início às 10 horas do primeiro dia de inscrição e horário de encerramento às 23 horas do último dia de inscrição, conforme **Anexo A – Cronograma de Atividades**.

5.18. As inscrições somente serão aceitas após o Banco confirmar o efetivo pagamento do valor da taxa de inscrição. **Não será aceita outra forma de pagamento diferente da descrita, nem mesmo depósito bancário, agendamento, DOC's ou similares.** O candidato somente será considerado inscrito neste Seletivo Interno, após ter cumprido todas as instruções descritas neste Edital.

5.19. A Guia de Arrecadação paga, autenticada pelo caixa do Banco ou com o comprovante de pagamento do pix, deverá estar na posse do candidato durante todo o certame, para eventual certificação e consulta pelos organizadores do certame.

5.20. O Formulário de Inscrição e o comprovante de pagamento da inscrição não poderão conter emendas, rasuras ou informações incompletas.

5.21. O candidato somente será considerado inscrito neste PSI, após ter cumprido todas as instruções descritas neste Edital.

5.22. A inscrição via Internet é de inteira responsabilidade do candidato e deve ser feita com antecedência, evitando-se o possível congestionamento de comunicação do endereço eletrônico site <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR nos últimos dias de inscrição.

5.23. O IFRR não será responsável por problemas na inscrição via Internet, motivados por falhas de comunicação ou congestionamento das linhas de comunicação nos últimos dias do período de inscrição que venha a impossibilitar a transferência e o recebimento de dados.

5.24. Da solicitação de atendimento especial

5.24.1 O candidato que necessitar de **condições especiais para a realização da Prova Objetiva** deverá requerê-lo no ato da inscrição, conforme data do **Cronograma de Atividades – Anexo A**, indicando claramente quais os recursos especiais necessários, realizando o upload Laudo médico (se for o caso).

5.24.2. As condições especiais solicitadas pelo candidato para o dia da Prova Objetiva serão analisadas e atendidas segundo critérios de viabilidade e razoabilidade, sendo comunicado o atendimento ou não de sua solicitação, de acordo com a data prevista no Cronograma de Atividades – Anexo A.

5.24.3. O candidato que requerer condição especial participará do Processo Seletivo em igualdade de condições com os demais, no que se refere ao conteúdo, à avaliação, à duração, ao horário e à aplicação das provas.

5.24.4. A candidata que tiver a necessidade de amamentar no dia da prova deverá levar um acompanhante maior de idade que ficará com a guarda da criança em local reservado e diferente da sala de prova desta. O acompanhante receberá do IFRR embalagem plástica para guarda do(s) aparelho(s) celular e/ou outro tipo de aparelho eletrônico. No momento da amamentação, a candidata deverá ser acompanhada por fiscal, e “terá o direito de proceder à amamentação a cada intervalo de 2 (duas) horas, por até 30 (trinta) minutos, por filho” (Art. 4º, lei 13.872 de 17/09/2019), sem a presença do acompanhante. Art 4º §2º O tempo despendido na amamentação será compensado durante a realização da prova, em igual período. A ausência de um acompanhante impossibilitará a candidata de realizar a prova.

5.24.5. A não solicitação de condições especiais no ato da inscrição implica em sua não concessão no dia da realização da prova.

5.24.6. O tempo adicional não poderá ser superior a 2 (duas) horas.

5.24.7. O candidato deverá requerer no ato da inscrição, no prazo estipulado e realizar o upload do Parecer do Especialista na área, especificando a necessidade e o tempo a ser adicionado sob pena de indeferimento por descumprimento do disposto no Decreto.

5.24.8. As informações prestadas no ato da inscrição são de inteira responsabilidade do candidato, dispondo ao IFRR o direito de excluir do PSI aquele que forneça dados comprovadamente inverídicos, em qualquer tempo.

6. DAS FASES

6.1. O PSI de progressão profissional para o desempenho do cargo e função de 3º Sargentos do Quadro de Praças Combatentes do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima será realizado em Quatro Fases, a saber:

6.1.1. A PRIMEIRA FASE, de caráter classificatório e eliminatório, ficará a cargo do IFRR, situada à Rua Fernão Dias Paes Leme, n.º 11, bairro Calungá, Boa Vista - RR (CEP: 69.303-220), link <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR constará de Prova escrita Objetiva abordando questões dos módulos

OPERACIONAL: Manual Operacional de Bombeiros: Combate a Incêndio Urbano (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Salvamento em Altura (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Guarda-vidas (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Salvamento Terrestre (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Resgate Pré-hospitalar (Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás – 2016).

JURÍDICO: Lei Complementar nº 194 de 13 de fevereiro de 2012 e suas alterações; Lei Complementar Nº 052 de 28 de dezembro de 2001 e suas alterações; Lei Complementar Nº 082 de 23 de novembro de 2004; Portaria nº 260, de 2 de fevereiro de 2022.

CONHECIMENTOS GERAIS: Língua Portuguesa e Matemática.

6.1.2 A SEGUNDA FASE do PSI constará da submissão do candidato a Junta de Inspeção de Saúde com Exame Médico, de caráter eliminatório, realizado sob a responsabilidade do CBMRR em conjunto com a Junta de Inspeção Médica da Seção de Saúde da PMRR, esta última considerará INAPTO o candidato que apresentar resultado que possa ser considerado lesivo ou possa vir a afetar negativamente a integridade física do candidato e interferir, posteriormente, em seu desempenho físico e operacional durante o curso, apontado durante o exame médico a que serão submetidos os candidatos;

6.1.2.1 Dos candidatos classificados na Primeira Fase serão convocados para Segunda Fase - Exame Médico.

6.1.2.2 Só serão convocados candidatos além do número da classificação para ingresso nos Cursos de Formação de Sargentos, exclusivamente em caso de substituição de candidato que foi classificado dentro do número de vagas previsto no PSI e excluído por motivo de desistência ou eliminação nas fases que antecederem a matrícula no Curso de Formação;

6.1.2.3. Após o preenchimento das 30 (trinta) vagas previstas no PSI, e transcorrido as 3 (três) primeiras fases do certame, não haverá mais substituição de candidatos, não restando recursos para ingresso no Certame.

6.1.3 A TERCEIRA FASE somente ocorrerá após a realização da Segunda Fase deste Certame, e constará da verificação do resultado do Teste de Aptidão Física, aplicado ao efetivo do CBMRR, de caráter eliminatório, sendo considerado INAPTO, quem não atingir a média exigida na somatória dos exercícios propostos;

6.1.3.1 O EAF deverá ser aplicado, a todos os candidatos considerados APTOS na segunda fase do Certame – Exame Médico, conforme Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima

6.1.3.1.1 Não haverá, sob qualquer hipótese, reaplicação do Exame de Aptidão Física ou exercícios específicos do referido Exame;

6.1.3.1.2 O EAF deverá ser filmado pela equipe da Assessoria de Comunicação do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima;

6.1.3.1.3. Só serão convocados candidatos além do número da classificação para ingresso no Curso de Formação de Sargentos, exclusivamente em caso de substituição de candidato que foi classificado dentro do número de vagas previsto no PSI e excluído por motivo de desistência ou eliminação nas fases que antecederem a matrícula no Curso de Formação.

6.1.3.1.4. Após o preenchimento das 30 (trinta) vagas previstas no PSI, e transcorrido as 3 (três) primeiras fases do certame, não haverá mais substituição de candidatos, não restando recursos para ingresso no Certame por parte dos candidatos restantes.

6.1.4 A QUARTA FASE compreenderá o Curso de Formação de Sargentos do Quadro de Praças Combatentes BM. Sendo considerado inapto o candidato que não concluir com aproveitamento o referido Curso.

6.1.4.1 Após iniciada esta fase do Certame, caso algum candidato seja desclassificado, não haverá mais substituição de candidatos, não restando recursos para ingresso no Certame por parte dos candidatos restantes.

6.2. Será sumariamente eliminado do certame o candidato que deixar de atender a convocação para comparecer em qualquer uma das fases para qual tenha sido convocado.

7. DA PRIMEIRA FASE (PROVA OBJETIVA)

7.1 Nesta fase os candidatos serão submetidos à Prova Objetiva escrita com questões de múltipla escolha com 05 (cinco) alternativas, sendo apenas uma destas a alternativa correta;

7.2 A Prova Objetiva avaliará o conhecimento intelectual e constará de 80 (oitenta) questões objetivas, cada uma com peso 01 (um), a serem resolvidas durante o período de 04 (quatro) horas ininterruptas, incluindo neste tempo o preenchimento do cartão-resposta, e distribuídas nas seguintes matérias:

MÓDULO	MATÉRIAS	Nº DE QUESTÕES	PONTOS	CARÁTER
OPERACIONAL	Combate a Incêndio Urbano	8	8	CLASSIFICATÓRIO E ELIMINATÓRIO
	Salvamento em Altura	8	8	
	Guarda-vidas	8	8	
	Salvamento Terrestre	8	8	
	Resgate Pré-Hospitalar	8	8	
JURÍDICO	Lei Complementar nº 194 de 13 de fevereiro de 2012 e suas alterações.	6	6	
	Lei Complementar Nº 052 de 28 de dezembro de 2001 e suas alterações.	6	6	
	Lei Complementar Nº 082 de 23 de novembro de 2004	6	6	
	Portaria nº 260, de 2 de fevereiro de 2022	6	6	
CONHECIMENTOS GERAIS	Língua Portuguesa	8	8	CLASSIFICATÓRIO E ELIMINATÓRIO
	Matemática	8	8	
TOTAL		80	80	

7.2.1. O candidato deverá **comparecer ao local da prova** munido do comprovante de inscrição, identidade funcional, uniforme 2ºA (uso obrigatório), e portando **caneta esferográfica transparente** com tinta azul ou preta.

7.2.2. Não serão aceitos protocolos ou quaisquer outros documentos de identificação (como crachás, carteira estudantil, título de eleitor, carteira nacional de habilitação ou certificado de reservista sem fotografia etc.), diferentes dos estabelecidos no subitem 7.2.1.

7.2.3. Não serão aceitas cópias de documentos ou papéis em substituição aos exigidos no item 7.2.1., quer eles estejam autenticados ou não.

7.2.4. Não haverá, em hipótese alguma, segunda chamada de candidatos, nem a realização de prova fora do horário e locais estipulados.

7.2.5. Não será admitido na sala de provas o candidato que se apresentar após o horário estabelecido para o **encerramento da entrada dos candidatos nos locais de prova**.

7.2.6. Durante a realização das provas é vedada consulta a livros, revistas, folhetos ou anotações.

7.2.7. No dia de realização das provas, não será permitido ao candidato entrar e/ou permanecer nos locais de provas com aparelhos eletrônicos (telefone celular, *pager*, *walkman*, agenda eletrônica, *notebook*, *handheld*, receptor, gravador, ponto eletrônico, máquina

fotográfica, máquina de calcular, relógio com qualquer uma das funções anteriormente citadas etc.), armas de qualquer tipo ou qualquer meio que possibilite a obtenção de vantagem em relação aos demais candidatos na realização da prova objetiva.

7.2.7.1. Recomenda-se aos candidatos que deixem qualquer um dos itens citados no subitem 7.2.7 em casa ou em seus veículos, pois caso seja detectado, na ida ao banheiro ou a qualquer tempo, que o candidato está portando qualquer um dos itens citados no subitem 7.2.7 e/ou similares, desligado ou não, terá o fato narrado na ata da sala e o candidato será eliminado do certame.

7.2.8. O descumprimento dos itens 7.2.6 ou 7.2.7 implicará na eliminação sumária do candidato, constituindo-se em tentativa de fraude.

7.2.9. A Prova Objetiva será confeccionada conforme distribuição das matérias constante no quadro do subitem 7.2.

7.2.10. As questões da Prova Objetiva deverão ser respondidas em cartão-resposta específico.

7.2.10.1. O cartão-resposta é personalizado e insubstituível, o qual deverá ser obrigatoriamente assinado pelo candidato, sob pena de eliminação no PSI.

7.2.11. Na hipótese de anulação de questão(ões) da Prova Objetiva, quando da sua avaliação, esta(s) será(ão) pontuada para todos os candidatos.

7.2.11.1. Na Prova Objetiva, será atribuída nota 0 (zero):

a) À(s) questão(ões) da prova que contenha(m) mais de uma opção de resposta assinalada no cartão-resposta, mesmo que apenas um pingo ou risco que implique rejeição pela leitora óptica;

b) À(s) questão(ões) da prova que não estiver(em) assinalada(s) no cartão-resposta;

c) À Prova Objetiva e/ou questão(ões) da prova cujo cartão-resposta for preenchido fora das especificações nele contidas ou das instruções da prova.

7.2.12. Os candidatos somente poderão se retirar do local da Prova 2 (duas) horas após seu início, podendo levar consigo o caderno de provas depois de decorridas 3 (três) horas do seu início.

7.2.13. Ao terminar a Prova Objetiva, o candidato entregará ao fiscal o cartão-resposta, devidamente assinado, sob pena de eliminação do candidato no PSI.

7.2.14. Os 3 (três) últimos candidatos de cada sala deverão obrigatoriamente entregar os respectivos cartões-respostas e retirarem-se do local simultaneamente, sob pena de eliminação. Caso algum dos três candidatos se recuse a permanecer na sala e se retire, ele será eliminado do certame.

7.2.15. Serão de inteira responsabilidade do candidato os prejuízos advindos do preenchimento indevido do cartão-resposta. Serão consideradas marcações indevidas as que estiverem em desacordo com este edital, com a folha de respostas e instruções da capa do caderno de prova, tais como marcação rasurada ou emendada e/ou campo de marcação não preenchido integralmente, bem como aquele preenchido além dos limites do alvéolo, dentre outras que impossibilitem a captação da marcação correta pela leitora óptica.

7.2.16. O candidato não deverá amassar, molhar, dobrar, rasgar, marcar, manchar e/ou fazer qualquer marcação fora do local destinado para as respostas e assinatura, que impeça a leitura do cartão-resposta pela leitora óptica, de qualquer modo, danificar a sua folha de respostas, sob pena de arcar com os prejuízos advindos da impossibilidade de realização da leitura óptica.

7.2.17. Não será permitido que as marcações no cartão-resposta sejam feitas por outras pessoas, salvo em caso de candidato a quem tenha sido deferido atendimento especial para esse fim. Nesse caso, o candidato será acompanhado por um fiscal do IFRR devidamente qualificado.

7.2.18. Será REPROVADO nas provas objetivas e eliminado do processo seletivo o candidato que se enquadrar em pelo menos um dos itens a seguir:

a) obtiver nota inferior a 3,00 pontos em cada matéria do Módulo Operacional;

b) obtiver nota inferior a 2,00 pontos em cada matéria do Módulo Jurídico; e

c) obtiver nota inferior a 2,00 pontos em cada matéria do Módulo Conhecimentos Gerais.

7.3. DOS CRITÉRIOS DE DESEMPATE

7.3.1 Em caso de igualdade de pontos na classificação da Prova Objetiva (Primeira Fase) far-se-á o desempate, para fins de classificação do candidato para a Segunda Fase, obedecendo a ordem:

a) maior nota no módulo operacional;

b) candidato hierarquicamente superior (mais antigo).

8. DA SEGUNDA FASE (JUNTA DE INSPEÇÃO MÉDICA)

8.1 Serão convocados para a realização da Segunda Fase conforme estipulado pelo item 6.1.2 deste edital.

8.2 O Candidato deverá realizar os exames laboratoriais abaixo relacionados, e submeter-se à avaliação realizada pela Junta de Inspeção Médica que presta atendimento na Seção de Saúde da PMRR:

a) Hemograma Completo;

b) Colesterol total e frações;

c) Triglicerídeos;

d) Hemoglobina Glicosilada;

e) VDRL;

f) Exame sumário de urina;

g) Uréia;

h) Creatinina;

i) Beta HCG (somente para mulheres);

j) PSA (homens a partir de 42 anos);

k) Eletrocardiograma;

l) Radiografia do Tórax em PA;

m) Teste Ergométrico (a partir de 35 anos) e

n) Colpocitológico (somente para mulheres).

8.3 A constatação nos exames do (a) candidato (a) de quaisquer circunstâncias que impeçam o bom desempenho deste durante o curso, seja pela existência de condição futura que impossibilite a realização de treinamentos físicos e operacionais, necessários à formação de Sargentos BM ou à conclusão do Curso, acarretará a eliminação do (a) candidato (a) no PSI, constando em Ata os motivos e as circunstâncias do impedimento, mesmo que momentâneo.

8.4 Em decorrência do tempo transcorrido entre a realização do PSI e a convocação dos candidatos para a realização do Curso de Formação de Sargentos, poderá ser solicitado a critério do Comando do CBMRR, nova Junta de Inspeção Médica, a fim de constatar a capacidade do candidato conforme já especificado no item 6.1.2 deste Edital.

9. DA TERCEIRA FASE (EXAME DE APTIDÃO FÍSICA)

9.1 Serão convocados para a realização do Exame de Aptidão Física os candidatos habilitados nas Primeira e Segunda Fases constante neste Edital;

9.2 O Exame de Aptidão Física terá caráter eliminatório e consistirá em provas práticas, que verificarão a resistência aeróbica, adaptabilidade ao meio aquático, agilidade e a força muscular dos membros superiores e inferiores, tronco e do abdômen, de acordo com os padrões de condicionamento físicos exigidos para o exercício das funções, conforme Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima, publicado no DOERR nº 5102, de 09 de fevereiro de 2026, que regulamenta as atividades de avaliação do desempenho físico dos bombeiros militares do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima – CBMRR

9.3 Para realização do EAF o candidato deverá comparecer devidamente fardado com o uniforme de Educação Física Militar, de acordo com o previsto no Regulamento de Uniforme do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima - RUCBM.

9.4 À comissão nomeada para aplicação do Exame de Aptidão Física caberá a elaboração final da ATA de avaliação física dos candidatos, apontando os candidatos APTOS e INAPTOS, para a continuação do certame, devendo estar explícito a causa da inaptidão do candidato;

9.5 Após a divulgação da ATA com os nomes dos candidatos APTOS e INAPTOS e aqueles que se sentirem prejudicados terão um prazo de 03 (três) dias úteis para encaminharem recurso contra o resultado à Comissão de Avaliação do Processo Seletivo, especificando, claramente, os motivos e os amparos legais do referido pedido, cabendo a esta, a decisão.

9.6. Será excluído do PSI, nesta fase, o candidato que:

- a) apresentar-se após o horário estabelecido pela Comissão de Aplicação do EAF;
- b) não comparecer, seja qual for o motivo alegado;
- c) deixar de obter o valor mínimo da somatória das notas obtidas em cada uma das atividades executadas no EAF, conforme Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima;
- d) não realizar as atividades solicitadas no Exame de Aptidão Física, segundo os limites, critérios e padrão estabelecido no Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima;
- e) utilizar-se de qualquer meio fraudulento para auferir vantagem sobre os demais candidatos do certame;
- f) descumprir qualquer determinação dos integrantes da comissão de aplicação do EAF, relativa a normas do certame.

9.7 DA COMISSÃO DE APLICAÇÃO DO EXAME DE APTIDÃO FÍSICA (EAF)

9.7.1. A Comissão de Aplicação do Exame de Aptidão Física (EAF) será a designada pelo senhor Comandante Geral para o exercício anual, devendo o presidente ser obrigatoriamente oficial e um dos membros Graduado em Educação Física.

9.7.2. A Comissão de Aplicação do Exame de Aptidão Física (EAF) é o órgão responsável pela aplicação dos testes de aptidão física aos candidatos aprovados e classificados neste Edital.

9.7.3. São atribuições da Comissão de Aplicação do Exame de Aptidão Física:

9.7.3.1 Aplicar os exames de aptidão física aos candidatos aprovados e classificados em conformidade com as normas deste Edital;

9.7.3.2. Elaborar a Ata com resultados (preliminar e final) do EAF dos candidatos “APTOS e INAPTOS”, respeitando a classificação da fase anterior e remetê-la ao Presidente da Comissão de Avaliação e Seleção para publicação em Boletim Geral da Corporação;

9.7.3.3. Assessorar a Comissão de Avaliação do Processo Seletivo nos recursos inerentes a esta fase, na emissão de parecer ao recorrente.

10. DA QUARTA FASE (CURSO DE FORMAÇÃO)

10.1. A quarta fase do certame compreenderá o Curso de Formação de Sargentos do Quadro de Praças Combatentes do CBMRR e obedecerá ao Regimento Interno da Academia de Polícia Integrada Coronel Santiago – APICS/RR e aos projetos pedagógicos e planos de curso para formação de Sargentos QPCBM elaborados pela Diretoria de Ensino, Instrução e Pesquisa;

10.2 Nesta fase serão convocados os candidatos aprovados e considerados APTOS nas fases anteriores que irão compor a turma do Curso de Formação, respeitando o período de início do curso conforme planejamento do CBMRR, na ordem de classificação para matrícula;

10.3 O candidato que obtiver êxito nas três primeiras fases ficará sujeito às diretrizes da APICS/RR, podendo ser desligado do curso em qualquer momento, desde que seja comprovada qualquer irregularidade e/ou impedimento.

11. DO PERÍODO DE FUNCIONAMENTO DO CURSO

11.1 O início do Curso de Formação de Sargentos QPCBM, com previsão para o segundo semestre 2026, conforme calendário conjunto definido pelo Corpo de Bombeiros Militar de Roraima e Academia de Polícia Integrada Coronel Santiago – APICS/RR, tendo sua duração prevista inicialmente em 06 (seis) meses, para Formação de Sargentos na modalidade presencial.

11.2 Demais informações a respeito do curso constarão no Projeto Político Pedagógico elaborado pela Diretoria de Ensino, Instrução e Pesquisa - DEIP/CBMRR.

12. DOS OBJETOS DE AVALIAÇÃO

12.1 Os itens da Prova Objetiva avaliarão os conhecimentos dos candidatos na área de segurança pública e defesa civil, por meio de disciplinas que verifiquem o conhecimento operacional e legislativo atinente à atividade Bombeiro Militar, bem como conhecimentos gerais que vão além do mero conhecimento memorizado, abrangendo compreensão, aplicação, análise, síntese e avaliação, valorizando a capacidade de raciocínio.

12.2 O conteúdo programático para a Primeira Fase (Prova Objetiva) consta no Anexo “C” deste Edital, e que somente estes serão considerados para a elaboração da Prova Objetiva, independente de outros Manuais que versam sobre o mesmo tema ou práticas realizadas;

12.3 Em situação de anulação de qualquer questão proveniente de recursos do exame intelectual (Primeira Fase), os pontos serão atribuídos a todos os candidatos.

12.4 Os casos omissos ou qualquer interpretação que venha a prejudicar o bom desempenho deste processo serão resolvidos, em primeira instância, pela Comissão de Avaliação do Processo Seletivo e, em segunda e última instância, pelo Comandante Geral do CBMRR.

12.5 Em caso de mudança de data, local e horário de realização de qualquer uma das fases deste certame será previamente divulgada pela Comissão Organizadora (no caso da Primeira Fase) e/ou pela Comissão de Avaliação do Processo Seletivo (nas demais fases) e publicada em Boletim Geral da Corporação em obediência do princípio constitucional da publicidade.

12.6 O candidato deverá transcrever as respostas da prova objetiva para o cartão-resposta, o qual será o único documento válido para a correção das provas. O preenchimento do cartão-resposta será de inteira responsabilidade do candidato, que deverá proceder em conformidade com as instruções específicas contidas no presente Edital, bem como na capa do caderno de prova. Em hipótese alguma haverá substituição da folha de respostas por erro do candidato.

12.6.1. O preenchimento do cartão resposta será de inteira responsabilidade do candidato que deverá proceder em conformidade com as instruções específicas contidas na capa do caderno da prova objetiva, não podendo em hipótese alguma, ser rasurado, rasgado, desenhado, riscado e/ou marcado fora dos espaços designados para resposta. **Devendo o candidato assinar o cartão resposta no local indicado, conforme instruções sob pena de eliminação caso deixe de fazê-lo.**

12.6.2. Os prejuízos advindos de marcações feitas incorretamente no cartão resposta serão de inteira responsabilidade do candidato, causando a anulação da pontuação de questões e/ou sua eliminação do certame.

12.7 A nota em cada questão da Prova Objetiva, feita com base nas marcações do candidato no cartão-resposta, será igual a 01 (um) ponto caso a resposta do candidato esteja em concordância com o gabarito definitivo da Prova e 00 (zero) ponto caso a resposta do candidato esteja em discordância com o gabarito definitivo da Prova, bem como esteja rasurado ou realizado marcações duplas, considerando o previsto no item 12.6 e seus subitens.

12.8 Serão considerados aprovados no Processo Seletivo, tendo direito à matrícula no CFS 2026, os classificados conforme classificação no processo seletivo e previsão de início conforme consta no item 11.1. Para isso os candidatos classificados deverão atender cumulativamente aos seguintes itens:

I - Forem aprovados na Primeira Fase (Prova Objetiva), conforme o previsto neste Edital;

II - Obterem a condição de "APTO" na Junta de Inspeção e Saúde e no Exame de Aptidão Física;

III - Continuarem preenchendo os mesmos requisitos exigidos para a inscrição, até a data de início do curso.

13. DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

13.1 Terá seu teste anulado e será automaticamente eliminado do processo o candidato que, durante a realização dos testes:

- a) For surpreendido dando e/ou recebendo auxílio para a execução dos testes;
- b) Utilizar-se de livros, máquinas de calcular e/ou equipamento similar, dicionário, notas e/ou impressos que não forem expressamente permitidos e/ou se comunicar com outro candidato;
- c) For surpreendido portando telefone celular, gravador, receptor, *paggers*, *notebook* e/ou equipamento similar;
- d) Faltar com o devido respeito para com qualquer membro da equipe de aplicação dos testes (fiscais, coordenadores de local etc.), com as autoridades presentes e com outros candidatos;
- e) Fizer anotação de informações relativas às suas respostas no comprovante de inscrição e/ou em qualquer outro meio, que não os permitidos;
- f) Recusar-se a entregar o material das provas ao término do tempo destinado para a sua realização;
- g) Afastar-se da sala, a qualquer tempo, sem o acompanhamento de fiscal;
- h) Ausentar-se da sala, a qualquer tempo, portando a folha de respostas;
- i) Descumprir as instruções contidas no caderno de provas, na folha de respostas, na folha de rascunho;
- j) Perturbar, de qualquer modo, a ordem dos trabalhos, incorrendo em comportamento indevido;
- k) Utilizar ou tentar utilizar meios fraudulentos ou ilegais para obter aprovação própria ou de terceiros, em qualquer etapa deste processo;
- l) Deixar de comparecer em qualquer fase que tenha sido convocado;
- m) Inobservar os prazos determinados neste Edital e/ou suas alterações, bem como convocações;
- n) Descumprir qualquer determinação deste e demais Editais do certame.

13.2 Não haverá prova em segunda chamada.

13.3 O não atendimento de quaisquer dos requisitos listados no item 12.8, implicará na perda do direito à matrícula.

13.4 O candidato que desejar interpor recurso contra o gabarito preliminar do teste objetivo, disporá de dois dias úteis imediatamente após a divulgação do gabarito preliminar, conforme previsão do cronograma de atividades ANEXO A.

13.5 Os itens deste Edital poderão sofrer eventuais alterações, atualizações ou acréscimos, enquanto não consumada a providência ou evento que lhes disserem respeito ou até a data da convocação dos candidatos para a prova correspondente, circunstância que será mencionada em edital ou aviso a ser publicado site <https://sgc.ifrr.edu.br/> na Área do PSI do CBMRR, e no Boletim Geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Roraima, devendo o candidato acompanhar tais publicações.

13.6 Fazem parte deste Edital os seguintes anexos:

- a) Anexo A: Cronograma de Atividades;
- b) Anexo B: Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima;
- c) Anexo C: Conteúdo Programático para a Primeira Fase;

Boa Vista - RR, na data de sua assinatura.

ANDERSON CARVALHO DE MATOS – CEL QOCBM
Comandante-Geral do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima
Decreto nº 1330-P, de 24/09/2021

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES DO PROCESSO SELETIVO CFS/2026

Data	Atividades
2026	
JULHO	
20	Publicação do Edital
20 e 21	Período para impugnação do Edital
20 e 21	Período para Recurso ao Edital
23	Resultado à impugnação ao Edital e ao Recurso do Edital (quando houver)
24 a 31	PERÍODO DAS INSCRIÇÕES
	Período para Solicitação de atendimento especial para realização da Prova e upload da documentação
AGOSTO	
7	Último dia para pagamento do Boleto Bancário para efetivação da Inscrição.
13	Homologação Preliminar dos Inscritos disponibilizada no endereço (<i>site do IFRR</i>) na Área do Seletivo Interno do CBMRR
	Resultado Preliminar da solicitação de atendimento especial para realização da Prova
17 a 19	Interposição de recurso contra a Homologação Preliminar dos Inscritos e contra o Indeferimento da solicitação de condição especial para a realização da Prova. (através do Sistema Eletrônico de Recursos).
22	Resultado quanto a Interposição de recurso contra a Homologação Preliminar dos Inscritos e contra o Indeferimento da solicitação de condição especial para a realização da Prova. (através do Sistema Eletrônico de Recursos).
SETEMBRO	
4	Homologação Final dos Inscritos (<i>site do IFRR</i>) na Área do Seletivo Interno do CBMRR
	Resultado Final da solicitação de atendimento especial para realização da Prova
11	Divulgação dos Locais de prova.
OUTUBRO	
11	Data de Realização da Prova Objetiva (das 9h às 13h)
13	Publicação do Gabarito Preliminar da Prova Objetiva e do caderno de prova
14 a 16	Interposição de recurso contra o Gabarito Preliminar
21	Resultado à Interposição de recurso contra o Gabarito Preliminar (quando houver)
26	Divulgação do Gabarito Oficial. (Após análise dos recursos)
30	Divulgação do Resultado Preliminar da Prova Objetiva
NOVEMBRO	
3 e 4	Interposição de recurso contra o Resultado Preliminar da Prova Objetiva
6	Resultado à Interposição de recurso contra o Resultado Preliminar da Prova Objetiva (quando houver)
13	Divulgação do Resultado Final da Prova Objetiva
26 e 27	Junta de Inspeção de Saúde (às 7h30min, devendo o candidato chegar com meia hora de antecedência)
DEZEMBRO	
1 e 2	Testes de Aptidão Física
4	Resultado Preliminar dos Testes de Aptidão Física
7 e 8	Interposição de recurso contra o Resultado dos Testes de Aptidão Física
11	Resultado Final do Processo Seletivo Interno

ANEXO “B”

MANUAL DE AVALIAÇÃO FÍSICA DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE RORAIMA

1. APRESENTAÇÃO

O Manual de Avaliação Física do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima – CBMRR tem por finalidade estabelecer critérios técnicos, objetivos e padronizados para a avaliação da aptidão física dos candidatos ao ingresso na Corporação, bem como dos bombeiros militares da ativa, no âmbito dos processos seletivos, cursos de formação e avaliações periódicas internas.

A aptidão física constitui requisito essencial para o adequado desempenho das atividades inerentes ao serviço bombeiro militar, que demanda elevados níveis de resistência, força, potência, agilidade e capacidade cardiorrespiratória, em contextos operacionais frequentemente adversos, com riscos à integridade física do próprio militar, da equipe e da população atendida.

Nesse sentido, o presente Manual contempla dois eixos distintos de avaliação: (I) a Avaliação de Aptidão Física para Ingresso (EAF A), destinada a verificar se o candidato possui condições físicas mínimas compatíveis com as exigências iniciais da carreira bombeiro militar; e (II) a Avaliação de Aptidão Física Periódica (EAF B), voltada à manutenção da capacidade funcional do bombeiro militar ao longo da carreira, como instrumento de promoção da saúde ocupacional, prevenção de agravos e mitigação de riscos operacionais.

Os protocolos, índices e procedimentos adotados foram definidos com base em parâmetros técnicos e científicos reconhecidos na área da Educação Física, respeitadas as especificidades biológicas, etárias e funcionais, bem como as particularidades das atividades desempenhadas pelo Corpo de Bombeiros Militar de Roraima.

Este Manual busca, ainda, assegurar isonomia, transparência, segurança jurídica e previsibilidade aos processos de avaliação física, reduzindo a discricionariedade administrativa e conferindo maior objetividade às decisões decorrentes de sua aplicação.

COMISSÃO TÉCNICA DE ELABORAÇÃO
Fábio Waismann – Maj QOCBM
André Marques Lana – 1º Ten QOCBM
Roberto Deivide Teixeira da Silva – 2º Ten QCOBM

CAPÍTULO I
DOS OBJETIVOS

Art. 1º Este Manual regulamenta as atividades de avaliação do desempenho físico dos bombeiros militares do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima – CBMRR e dos candidatos a concursos públicos para ingresso na Corporação, por meio da realização do Exame de Aptidão Física (EAF), observadas as seguintes finalidades:

1. no EAF A, aprovar e classificar a aptidão física compatível com o ingresso na Corporação;
2. no EAF B, avaliar periodicamente a condição física do bombeiro militar, com foco na manutenção da capacidade funcional e da saúde ocupacional.

Art. 2º O Manual de Avaliação Física do CBMRR deverá fornecer informações objetivas e científicas, por meio de relatórios, para subsidiar decisões estratégicas institucionais e servir como instrumento de transparência e orientação aos bombeiros militares sobre os testes físicos.

CAPÍTULO II
DA INSPEÇÃO DE SAÚDE

Art. 3º Todo bombeiro militar deverá ser submetido à inspeção de saúde, realizada pela Junta de Inspeção de Saúde (JIS) ou apresentar atestado de aptidão física por médico devidamente registrado no CRM, com antecedência máxima de 30 (trinta) dias em relação à data agendada para o Exame de Avaliação Física (EAF).

§ 1º A inspeção de saúde tem por finalidade verificar a aptidão clínica do militar para a realização dos esforços físicos exigidos no EAF, classificando-o como:

1. Apto, quando em plenas condições de realizar todas as provas;
2. Apto com Restrição, quando apto à realização parcial das atividades físicas, conforme limitações expressas no laudo médico;
3. Não Apto, quando impossibilitado de participar de quaisquer atividades.

§ 2º O laudo de inspeção de saúde terá validade de até 30 (trinta) dias, salvo surgimento de condição médica superveniente que justifique nova avaliação.

Art. 4º Para os candidatos ao ingresso no CBMRR, a participação no Exame de Aptidão Física – EAF estará condicionada à comprovação prévia de condições de saúde compatíveis com a realização das provas, mediante apresentação de atestado médico, sem prejuízo da realização dos exames médicos, odontológicos e toxicológicos previstos no inciso II do art. 12 da Lei Complementar Estadual nº 194/2012, que integram a mesma etapa do certame.

CAPÍTULO III
DA BANCA EXAMINADORA

Art. 5º O EAF será aplicado por uma banca examinadora formalmente designada, composta por, no mínimo, dois avaliadores com formação acadêmica em Educação Física.

Art. 6º Nos EAFs com grande número de avaliados, a proporção será de um avaliador para cada grupo de até dez avaliados, com apoio de auxiliares.

Art. 7º A banca examinadora deverá avaliar as condições climáticas, autorizando o início ou a suspensão temporária dos testes, caso as condições sejam desfavoráveis.

CAPÍTULO IV
DAS ORIENTAÇÕES AOS AVALIADOS

Art. 8º Antes da execução dos testes, a banca examinadora deverá orientar os avaliados sobre os protocolos, demonstrar a execução dos exercícios e esclarecer procedimentos, incluindo identificação e normas previstas em editais.

Art. 9º Somente serão avaliados os bombeiros militares e candidatos que comparecerem na data e horário designados, devidamente uniformizados, conforme o Regulamento de Uniformes do CBMRR no caso dos bombeiros militares e, no caso dos candidatos a

ingresso, conforme previsto nas normas do Edital do concurso público.

CAPÍTULO V DO AQUECIMENTO

Art. 10 O aquecimento será de responsabilidade do próprio examinando, devendo ser realizado antes do início de cada prova, dentro do tempo estipulado pela Comissão.

CAPÍTULO VI DA CLASSIFICAÇÃO DOS TESTES

Art. 11 Quanto ao objetivo, os EAFs serão do tipo:

1. EAF A: destinado a avaliar a aptidão física dos candidatos a ingresso no CBMRR por meio de concurso público;
2. EAF B: destinado a avaliar, periodicamente, a condição física do profissional bombeiro militar.

Art. 12 A avaliação dos EAFs observará os seguintes critérios:

1. O EAF A será avaliado e diferenciado por sexo, uma vez que visa aferir a aptidão física compatível com as exigências da atividade bombeiro militar, utilizando parâmetros de avaliação ajustados às suas especificidades biológicas.
 - a) O EAF A será de caráter eliminatório, quando aplicável a seletivos para cursos de formação.
 - b) A pontuação será obtida pelo somatório dos pontos atribuídos em cada exercício, variando de 0 (zero) a 5 (cinco) pontos, com pontuação máxima de 30 (trinta) pontos.
 - c) O candidato que obtiver o índice 0 (zero) em qualquer exercício será automaticamente eliminado do certame.
 - d) O candidato será considerado aprovado desde que atinja a pontuação mínima de 18 (dezoito) pontos no total do EAF, correspondentes a 60% (sessenta por cento) da pontuação total possível.
2. O EAF B será avaliado e diferenciado por faixas etárias e sexo, considerando as diferenças naturais decorrentes da idade e do gênero, compatíveis com seu objetivo de avaliar parâmetros de saúde e aptidão para o serviço operacional.
 - a) O EAF B será de caráter classificatório.
 - b) A pontuação será obtida pelo somatório dos pontos atribuídos em cada exercício, variando de 0 (zero) a 5 (cinco) pontos, com pontuação máxima de 30 (trinta) pontos.
 - c) O conceito será definido conforme a pontuação total:

Insuficiente (I): abaixo de 12 pontos;

Regular (R): de 12 a 17 pontos;

Bom (B): de 18 a 23 pontos;

Muito Bom (MB): de 24 a 29 pontos;

Excelente (E): 30 pontos.
 - d) O militar com conceito Insuficiente será reavaliado em até 90 dias, com acompanhamento técnico do CEFID, devendo obrigatoriamente participar de um programa de treinamento físico específico elaborado pelo CEFID, sob supervisão de militar designado, até a sua reavaliação.

CAPÍTULO VII DAS FAIXAS ETÁRIAS PARA O EAF B

Art. 13 Este manual estabelece seis faixas etárias para cada gênero no EAF B:

- I. até 29 anos;
- II. 30 a 34 anos;
- III. 35 a 39 anos;
- IV. 40 a 44 anos;
- V. 45 a 49 anos;
- VI. 50 anos ou mais.

CAPÍTULO VIII DA PERIODICIDADE E DO AGENDAMENTO DO EAF B

Art. 14 O EAF B terá caráter semestral, sendo realizado nos períodos compreendidos entre janeiro a junho e entre julho a dezembro.

§ 1º O militar poderá agendar a realização do EAF B em qualquer data dentro dos períodos estabelecidos, de acordo com disponibilidade informada pelo CEFID e mediante solicitação formal.

§ 2º Compete ao CEFID organizar a agenda de avaliações, assegurando a disponibilidade de datas e a adequada supervisão dos testes.

§ 3º A não realização do EAF B dentro dos prazos definidos implicará nas consequências previstas no Código de Ética e Disciplina dos Militares do Estado de Roraima.

Art. 15 Os militares com restrição médica ou em período de gestação poderão ser considerados aptos mediante o aproveitamento do último EAF B realizado no prazo máximo de 12 (doze) meses, excetuados os cursos de formação da Corporação.

Art. 16 Encerrado o período de restrição médica ou de licença-maternidade, o militar deverá, no prazo de até 90 (noventa) dias corridos, adotar as providências junto à sua OBM para a realização do EAF pendente, a fim de regularizar sua situação funcional.

CAPÍTULO IX DOS TESTES

Art. 17 Este manual prevê 10 (dez) testes físicos que avaliam diferentes valências físicas, bem como habilidades em meio líquido:

1. Abdominal supra;
2. Barra fixa;
3. Barra fixa isométrica;
4. Corrida 12 min;
5. Flexão no solo;
6. Flexão no solo com liberação das mãos;
7. Levantamento terra;
8. Natação 50 m;
9. Prancha abdominal isométrica;
10. Salto horizontal.

CAPÍTULO X DA SEQUÊNCIA DOS TESTES

Art. 18 Os testes físicos obrigatórios serão, preferencialmente, aplicados nas sequências e turnos abaixo especificados. Caso seja entendimento da Banca Examinadora, a sequência dos testes poderá ser alterada, assim como o turno (matutino, vespertino ou noturno) da sua realização.

EAF	1º DIA			2º DIA		
A	Salto horizontal	Barra fixa	Natação 50 m	Flexão no solo	Abdominal supra	Corrida 12 min
B	Levantamento terra	Barra fixa	Natação 50 m	Flexão no solo com liberação das mãos	Prancha abdominal	Corrida 12 min

Parágrafo único. A sequência poderá ser adaptada em razão de condições climáticas, logísticas ou de segurança, mediante justificativa da Banca Examinadora.

CAPÍTULO XI DO RETESTE

Art. 19 O reteste no Exame de Aptidão Física – EAF será admitido exclusivamente para a prova de salto horizontal, observado o disposto no artigo específico que disciplina essa prova.

Parágrafo único. Não haverá reteste para as demais provas que compõem o EAF.

CAPÍTULO XII DO APROVEITAMENTO DO EAF B

Art. 20 O EAF B terá validade de 06 (seis) meses.

Art. 21 Nos cursos cujos editais o exijam, será dispensada a realização de novo Exame de Aptidão Física ao bombeiro militar que possuir resultado válido, salvo nos casos em que o edital expressamente vede o aproveitamento, mediante solicitação formulada exclusivamente pelo militar interessado, por meio de requerimento formal e voluntário.

Art. 22 O requerimento de aproveitamento do EAF deverá ser apresentado por escrito e conter, obrigatoriamente:

1. a identificação do interessado;

2. a data de realização do Exame de Aptidão Física a ser aproveitado;
3. o objeto ao qual o exame estava vinculado;
4. o curso pretendido.

CAPÍTULO XIII
DOS PROTOCOLOS DOS TESTES FÍSICOS
SEÇÃO I
ABDOMINAL SUPRA

Art. 23 Este teste avalia a resistência muscular abdominal, essencial para estabilidade e equilíbrio.

Art. 24 Posição inicial: O avaliado deverá tomar a posição deitada em decúbito dorsal, joelhos flexionados, pés totalmente apoiados no solo, afastados até a largura do quadril, podendo utilizar outra pessoa como contrapeso em seus pés para apoio, braços cruzados sobre o peito, de forma que as mãos encostem no ombro oposto.

Art. 25 O avaliador deverá se colocar ao lado do avaliado, posicionando os dedos de sua mão estendidos, com a palma apoiada no solo, perpendicularmente, sob o ângulo inferior da escápula. Esta posição deverá ser mantida durante toda a realização do exercício.

Art. 26 Execução: O avaliado deverá realizar a flexão abdominal até que as escápulas percam o contato com a mão do avaliador, os cotovelos do avaliado encostem nos joelhos e retornar até que a escápula toque na mão do avaliador, quando será completada uma repetição. Será computado o número máximo de flexões abdominais, executadas em ritmo livre, dentro do intervalo de 1 (um) minuto.

Art. 27 O avaliado não poderá retirar os quadris do solo durante a execução do exercício, bem como desencostar as mãos dos ombros.

SEÇÃO II
BARRA FIXA

Art. 28 Este teste avalia a força muscular de membros superiores, crucial para transposição de obstáculos em planos elevados, trações e içamentos em operações.

Art. 29 Posição inicial: O avaliado deverá se posicionar sob a barra e, quando autorizado pelo avaliador, deverá empunhá-la com a pegada em pronação (palmas da mão voltadas para frente). As mãos deverão permanecer com um afastamento entre si similar à largura dos ombros e os cotovelos completamente estendidos, respeitadas limitações articulares individuais. Após empunhar a barra, deverá permanecer com o corpo em suspensão, com as pernas estendidas ou semiflexionadas, sem qualquer apoio, quando será dada a ordem para iniciar o teste.

Art. 30 Após a ordem de iniciar, o avaliado partirá da posição inicial e executará uma flexão dos braços até que o queixo ultrapasse completamente a barra e, na sequência, descer o tronco até que se retorne à posição inicial, quando será completada uma repetição. O ritmo das flexões de braços na barra é opção do avaliado e não haverá limite de tempo.

Art. 31 O avaliado não poderá se utilizar de nenhum material ou meio que o auxilie durante a execução, tais como bandagens ou luvas para firmeza na empunhadura.

Art. 32 Não será permitido:

1. realizar apoio em qualquer momento da execução do exercício;
2. realizar hiperextensão da coluna cervical com a finalidade de ultrapassar a barra;
3. executar qualquer tipo de balanço das pernas, do tronco ou da cabeça que caracterize impulso corporal.

SEÇÃO III
BARRA FIXA ISOMÉTRICA

Art. 33 Esta prova tem por objetivo avaliar a força e resistência isométrica dos músculos dos membros superiores, por meio da sustentação do corpo na posição de flexão na barra fixa.

Art. 34 Posição inicial: o avaliado deverá empunhar a barra com empunhadura em pronação (palmas das mãos voltadas para fora), ser auxiliado ou impulsionado até atingir a posição de queixo acima da barra, com os braços flexionados, cotovelos abaixo do queixo e posição estabilizada. O cronômetro será acionado no momento em que o avaliado estiver corretamente posicionado.

Art. 35 Durante a execução da prova, o corpo deverá permanecer com o queixo claramente acima da linha da barra, com as pernas estendidas ou semiestendidas, sem contato com a estrutura, vedada a realização de balanços amplos, trancos ou impulsos voluntários.

Art. 36 O tempo será contado até o momento em que ocorrer qualquer das seguintes situações:

1. descida do queixo abaixo da linha da barra;

2. apoio ou contato externo que descarregue parte do peso corporal;
3. realização de movimentos exorbitantes, assim entendidos como balanços amplos, trancos intencionais, impulsos voluntários ou uso compensatório dos membros inferiores;
4. soltura voluntária da barra.

§ 1º Será permitida a utilização de auxílio apenas para o posicionamento inicial do avaliado.

§ 2º Durante a execução da prova, serão admitidos microajustes posturais e tremor fisiológico, inerentes à contração isométrica sustentada, desde que não caracterizem movimentos voluntários de impulsão ou compensação.

SEÇÃO IV CORRIDA DE 12 MINUTOS

Art. 37 Este teste avalia a resistência cardiorrespiratória, necessária para manter o desempenho em ocorrências prolongadas.

Art. 38 O teste deverá ser realizado em uma pista de 400m (preferencialmente pista oficial de atletismo), plana e graduada a cada 100 metros, sendo atribuída pontuação aos avaliados conforme a ultrapassagem destes pontos.

Art. 39 Posição inicial e execução: O avaliado deverá tomar posição na largada. Após ouvir um silvo de apito longo, deverá iniciar sua corrida pelo período de 12 minutos. O avaliador utilizará outro silvo longo quando faltar 01 minuto para o término do teste. O término da prova será indicado por dois silvos de apito, sendo o primeiro curto e o segundo longo. O ritmo da corrida será de livre escolha do avaliado, sendo admitido caminhar durante o percurso.

Art. 40 Após os dois silvos que indicam o término da prova, o avaliado deverá realizar a desaceleração de forma transversal à pista.

Art. 41 A aferição da metragem percorrida pelo avaliado deverá ser realizada na posição em que ele se encontrava no momento do último silvo de apito, sendo desconsiderado o percurso em que o avaliado deslocou durante sua desaceleração.

Art. 42 Não será permitido auxílio externo ao avaliado por qualquer meio, exceto estímulo verbal.

SEÇÃO V FLEXÃO NO SOLO

Art. 43 Este teste avalia a resistência muscular localizada de tronco e membros superiores, necessária para ações como deslocamento de obstáculos ou empurrar cargas.

Art. 44 Posição inicial: Em terreno plano e aderente, o avaliado deverá se deitar em decúbito ventral, apoiando o tronco e as mãos no solo na largura dos ombros, com as mãos ao lado do tronco e dedos apontados para a frente. Em sequência, o avaliado deverá erguer o tronco até que haja a extensão completa dos cotovelos, mantendo o alinhamento dos três pontos: cabeça, ombros e quadril, em completa extensão dos joelhos e com os pés unidos e apoiados sobre o solo.

Art. 45 Execução: O avaliado deverá abaixar, em único bloco, tronco, quadril e pernas, flexionando os cotovelos até que ultrapassem a linha das costas ou, para candidatas do sexo feminino, os seios tangenciem o solo, sem tocá-lo. Estenderá novamente os braços, erguendo simultaneamente em bloco o tronco, quadril e pernas até que os cotovelos fiquem totalmente estendidos, quando será finalizada uma repetição. Cada avaliado deverá executar o número máximo de flexões de braços sucessivas. O ritmo das flexões de braços será opção do avaliado e não há limite de tempo.

Art. 46 Quadril, tronco e pernas deverão permanecer alinhados em todo momento da execução do exercício. Não será permitida a hiperextensão de tronco bem como flexão de quadril durante a execução.

Art. 47 Será permitido ao avaliado realizar pausas durante a execução, sem que contudo seja abandonada a posição de alinhamento.

SEÇÃO VI FLEXÃO NO SOLO COM LIBERAÇÃO DAS MÃOS

Art. 48 Este teste avalia a resistência muscular localizada de tronco e membros superiores, necessária para ações como deslocamento de obstáculos ou empurrar cargas.

Art. 49 Posição inicial: Em terreno plano e aderente, o avaliado deverá se posicionar em decúbito ventral, com o corpo totalmente estendido, pés unidos, pernas e quadril apoiados no solo. As mãos deverão estar ao lado do tronco, na altura dos ombros, com os dedos apontados para frente.

Art. 50 Execução: O movimento inicia-se com a extensão completa dos cotovelos, erguendo tronco, quadril e pernas em um único bloco, mantendo o alinhamento entre cabeça, ombros, quadril e tornozelos. Em seguida, o avaliado deverá descer em bloco até que o peito e as coxas toquem simultaneamente o solo. Ao atingir essa posição, o avaliado deverá retirar ambas as mãos do solo de forma visível, projetando os braços lateralmente ao corpo, e retorná-los imediatamente ao apoio, quando será computada uma repetição. A partir desse ponto, realizará nova extensão completa dos cotovelos, repetindo o ciclo de movimento.

Art. 51 Quadril, tronco e pernas deverão permanecer alinhados em todo momento da execução do exercício. Não será permitida a hiperextensão de tronco bem como flexão de quadril durante a execução.

Art. 52 O ritmo será de livre escolha do avaliado, não havendo limite de tempo.

SEÇÃO VII LEVANTAMENTO TERRA

Art. 53 Este teste tem por objetivo avaliar a força submáxima dos músculos dos membros inferiores e do tronco, por meio da execução do exercício de levantamento terra, utilizando a carga máxima que o avaliado consegue levantar em três repetições consecutivas com técnica adequada.

Art. 54 O exercício deverá ser executado com barra olímpica padrão ou barra hexagonal e anilhas, em piso firme, com pegada pronada ou mista, conforme preferência do avaliado, no caso da barra olímpica, ou pegada neutra, no caso da barra hexagonal.

Art. 55 Posição inicial: o avaliado deverá posicionar-se com os pés afastados na largura dos ombros, mantendo a coluna neutra, escápulas retraídas, joelhos semiflexionados e calcanhares em contato com o solo, com mãos segurando firmemente a barra. Para a barra olímpica, esta deverá estar posicionada sobre o mediopé do avaliado; para a barra hexagonal, o avaliado deverá posicionar-se no ponto médio da barra.

Art. 56 Execução: ao sinal do avaliador, o avaliado deverá realizar o movimento completo de levantamento, estendendo joelhos e quadril até a posição totalmente ereta, com ombros alinhados ao lado do tronco e joelhos estendidos. Em seguida, o avaliado retorna a barra ao solo sob controle, mantendo a coluna reta. As anilhas devem tocar o solo, sem que o avaliado abandone o contato com a barra, para que a repetição seja considerada completa.

Art. 57 Será inválida a repetição em que houver soltura da barra antes da finalização do movimento, flexão dos joelhos ou quadris na posição final, apoio da barra nas coxas durante a subida e compensações posturais visíveis que comprometam a segurança ou técnica.

Art. 58 O maior peso levantado com execução válida será registrado como o resultado do teste, em quilogramas (kg) inteiros.

SEÇÃO VIII NATAÇÃO 50M

Art. 59 Este teste avalia a potência anaeróbica, capacidade de explosão e agilidade do avaliado em ambiente aquático, por meio da realização de 50 metros de nado livre no menor tempo possível.

Art. 60 Posição inicial: após sinalização do avaliador, o avaliado deverá se posicionar próximo ao bloco de largada para nadar, em estilo livre, uma distância de 50 metros.

Art. 61 Execução: ao comando de voz: “prepara”, o avaliado deverá se posicionar sobre ou ao lado do bloco de largada, podendo largar de qualquer uma das duas posições. Em seguida, será dado um silvo longo de apito, sendo dada autorização para a largada do avaliado e indicando o acionamento do cronômetro. A chegada estará configurada no momento em que o avaliado tocar com qualquer parte do corpo a borda da piscina, quando será pausado o cronômetro.

Art. 62 Durante todo teste não será permitido se apoiar nas bordas, colocar o pé no fundo da piscina, segurar nas cordas da raia (quando houver), receber auxílio ou utilizar-se de qualquer meio que beneficie o avaliado no deslocamento.

Art. 63 Será permitida a utilização das bordas frontais da piscina apenas para realizar o giro para mudança de sentido.

SEÇÃO IX PRANCHA ABDOMINAL ISOMÉTRICA

Art. 64 Esta prova tem por objetivo avaliar a resistência isométrica da musculatura do core.

Art. 65 O teste será realizado em superfície plana, firme e sem irregularidades, com ou sem colchonete, desde que não interfira na execução do exercício.

Art. 66 Posição inicial: o avaliado deverá adotar a posição de prancha ventral sobre os antebraços e as pontas dos pés, com os cotovelos alinhados verticalmente abaixo dos ombros, antebraços paralelos e palmas voltadas para baixo.

Art. 67 O corpo deverá permanecer alinhado da cabeça aos calcanhares, com a coluna neutra, sem elevação do quadril ou queda da pelve, abdômen contraído, escápulas estabilizadas e olhar voltado para o solo e pés afastados aproximadamente à largura do quadril.

Art. 68 Ao comando de “prepara” seguido de um silvo longo de apito, será iniciado o cronômetro. O tempo será contado até que o avaliado perca o alinhamento corporal de forma visível por mais de 3 (três) segundos, toque o solo com qualquer parte do corpo além dos antebraços e pés, movimente os cotovelos ou mude a base de apoio, ou opte por abandonar o teste.

Art. 69 O avaliador poderá emitir uma advertência verbal a cada falha técnica observada. Na terceira advertência, o teste será encerrado.

SEÇÃO X SALTO HORIZONTAL

Art. 70 Este teste avalia a potência muscular localizada dos membros inferiores, necessária para ações como transposição de obstáculos, saltos em terrenos irregulares ou deslocamentos rápidos.

Art. 71 Posição inicial e execução: Em terreno plano e aderente, o avaliado deverá posicionar-se atrás de uma linha de partida marcada no solo, com os pés paralelos, afastados na largura dos ombros, joelhos semiflexionados e braços livres para auxiliar no movimento de impulsão. O avaliado deve permanecer imóvel até o comando de início dado pelo avaliador. Ao sinal do avaliador, o avaliado realizará um salto horizontal único, impulsionando-se com ambos os pés simultaneamente, projetando o corpo à frente para alcançar a maior distância possível. A aterrissagem deverá ocorrer com os dois pés, mantendo o equilíbrio sem recuar ou apoiar as mãos no solo. A distância será medida da linha de partida até o ponto mais próximo do calcanhar em contato com o solo após a aterrissagem.

Art. 72 Será invalidado o salto em que o avaliado tocar o solo com as mãos ao aterrissar, recuar após o pouso e/ou não realizar a impulsão com ambos os pés ao mesmo tempo.

Art. 73 Ao avaliado considerado inapto na prova de salto horizontal será assegurado o direito a um único reteste, na mesma prova, após intervalo suficiente para recuperação fisiológica, não superior a 10 (dez) minutos, a critério da comissão avaliadora, mantidas as demais condições de avaliação.

CAPÍTULO XIV DAS DISPOSIÇÕES GERAIS E FINAIS

Art. 74 Os casos omissos e as situações excepcionais não previstas neste Manual serão resolvidos pela Banca Examinadora, com anuência do Centro de Educação Física e Desportos – CEFID, observada a legislação vigente e os princípios da razoabilidade, isonomia e segurança jurídica.

Art. 75 Caberá recurso administrativo contra o resultado do Exame de Aptidão Física – EAF, nos prazos e formas definidos em edital ou norma específica, limitado à verificação da correta aplicação dos critérios previstos neste Manual, vedada a reapreciação de mérito técnico da avaliação física.

Art. 76 A banca examinadora poderá suspender ou interromper testes sempre que identificar risco à integridade física do avaliado ou condições inadequadas para a realização das provas.

Art. 77 Os procedimentos e protocolos previstos neste Manual poderão ser atualizados mediante proposta técnica do CEFID e aprovação do Comando-Geral do CBMRR, observada a legislação aplicável.

(assinado eletronicamente)

ANDERSON CARVALHO DE MATOS – CEL QOCBM
Comandante-Geral do Corpo de Bombeiros Militar de Roraima - CBMRR
Coordenador Estadual de Proteção e Defesa Civil
Decreto nº 1330-P, de 24/09/2021 (DOER nº 4051)

ANEXO I ÍNDICES DOS EAF A

SALTO HORIZONTAL		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Distância		Distância
≤ 1,79 m	0 – eliminado (a)	≤ 1,44 m
1,80 m a 1,89 m	1	1,45 m a 1,54 m
1,90 m a 1,99 m	2	1,55 m a 1,64 m
2,00 m a 2,09 m	3	1,65 m a 1,74 m
2,10 m a 2,19 m	4	1,75 m a 1,84 m
≥ 2,20 m	5	≥ 1,85 m
FLEXÃO DE BRAÇOS NO SOLO		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Número de repetições		Número de repetições
≤ 24	0 – eliminado (a)	≤ 12
25 a 29	1	13 a 14
30 a 33	2	15 a 16
34 a 37	3	17 a 18
38 a 41	4	19 a 20
≥ 42	5	≥ 21
ABDOMINAL SUPRA		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Número de repetições		Número de repetições
≤ 29	0 – eliminado (a)	≤ 25
30 a 34	1	26 a 30
35 a 39	2	31 a 34

40 a 44	3	35 a 39
45 a 49	4	40 a 43
≥ 50	5	≥ 44
NATAÇÃO DE 50 M		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Tempo		Tempo
≥ 47"	0 – eliminado (a)	≥ 55"
43" a 46,99"	1	50" a 54,99"
40" a 42,99"	2	47" a 49,99"
37" a 39,99"	3	44" a 46,99"
34" a 36,99"	4	40" a 43,99"
≤ 33,99"	5	≤ 39,99"
BARRA FIXA		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Número de repetições		Número de repetições
≤ 2	0 – eliminado (a)	0
3	1	1
4 a 5	2	2
6 a 7	3	3
8 a 9	4	4
≥ 10	5	≥ 5
CORRIDA DE 12 MINUTOS		
MASCULINO	Pontuação	FEMININO
Distância		Distância
≤ 2299 m	0 – eliminado (a)	≤ 1999 m
2300 m a 2399 m	1	2000 m a 2099 m
2400 m a 2499 m	2	2100 m a 2199 m
2500 m a 2599 m	3	2200 m a 2299 m
2600 m a 2699 m	4	2300 m a 2399 m
≥ 2700 m	5	≥ 2400 m

ANEXO II
ÍNDICES DOS EAF B

LEVANTAMENTO TERRA													
MASCULINO						Pontos	FEMININO						
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50	
≤ 99 kg	≤ 94 kg	≤ 89 kg	≤ 84 kg	≤ 79 kg	≤ 74 kg	0	≤ 49 kg	≤ 44 kg	≤ 39 kg	≤ 34 kg	≤ 29 kg	≤ 24 kg	
100 kg	95 kg	90 kg	85 kg	80 kg	75 kg	1	50 kg	45 kg	40 kg	35 kg	30 kg	25 kg	
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	
109 kg	104 kg	99 kg	94 kg	89 kg	84 kg	2	59 kg	54 kg	49 kg	44 kg	39 kg	34 kg	
110 kg	105 kg	100 kg	95 kg	90 kg	85 kg		60 kg	55 kg	50 kg	45 kg	40 kg	35 kg	
-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-	
119 kg	114 kg	109 kg	104 kg	99 kg	94 kg		69 kg	64 kg	59 kg	54 kg	49 kg	44 kg	
120 kg	115 kg	110 kg	105 kg	100 kg	95 kg	4	70 kg	65 kg	60 kg	55 kg	50 kg	45 kg	
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	
129 kg	124 kg	119 kg	114 kg	109 kg	104 kg	5	79 kg	74 kg	69 kg	64 kg	59 kg	54 kg	
130 kg	125 kg	120 kg	115 kg	110 kg	105 kg		80 kg	75 kg	70 kg	65 kg	60 kg	55 kg	
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	
139 kg	134 kg	129 kg	124 kg	119 kg	114 kg		89 kg	84 kg	79 kg	74 kg	69 kg	64 kg	
≥140 kg	≥135 kg	≥130 kg	≥125 kg	≥120 kg	≥115 kg	5	≥90 kg	≥85 kg	≥80 kg	≥75 kg	≥70 kg	≥65 kg	

BARRA FIXA													
MASCULINO						Pontos	FEMININO						
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50	
≤ 5	≤ 4	≤ 3	≤ 2	≤ 1	0	0	≤ 1	0	≤ 29"	≤ 24"	≤ 19"	≤ 14"	
6 - 7	5 - 6	4 - 5	3 - 4	2 - 3	1 - 2	1	2	1	≥ 30"	25" - 29"	20" - 24"	15" - 19"	
8 - 9	7 - 8	6 - 7	5 - 6	4 - 5	3 - 4	2	3	2	1	≥ 30"	25" - 29"	20" - 24"	
10 - 11	9 - 10	8 - 9	7 - 8	6 - 7	5 - 6	3	4	3	2	1	≥ 30"	25" - 29"	
12 - 13	11 - 12	10 - 11	9 - 10	8 - 9	7 - 8	4	5	4	3	2	1	≥ 30"	
≥ 14	≥ 13	≥ 12	≥ 11	≥ 10	≥ 9	5	≥ 6	≥ 5	≥ 4	≥ 3	≥ 2	≥ 1	

NATAÇÃO DE 50 M

MASCULINO						Pontos	FEMININO					
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50
≥ 43"	≥ 44"	≥ 45"	≥ 46"	≥ 47"	≥ 48"	0	≥ 48"	≥ 49"	≥ 50"	≥ 51"	≥ 52"	≥ 53"
41"- 42"	42"- 43"	43"- 44"	44"- 45"	45"- 46"	46"- 47"	1	46"- 47"	47"- 48"	48"- 49"	49"- 50"	50"- 51"	51"- 52"
39"- 40"	40"- 41"	41"- 42"	42"- 43"	43"- 44"	44"- 45"	2	44"- 45"	45"- 46"	46"- 47"	47"- 48"	48"- 49"	49"- 50"
37"- 38"	38"- 39"	39"- 40"	40"- 41"	41"- 42"	42"- 43"	3	42"- 43"	43"- 44"	44"- 45"	45"- 46"	46"- 47"	47"- 48"
35"- 36"	36"- 37"	37"- 38"	38"- 39"	39"- 40"	40"- 41"	4	40"- 41"	41"- 42"	42"- 43"	43"- 44"	44"- 45"	45"- 46"
≤ 34"	≤ 35"	≤ 36"	≤ 37"	≤ 38"	≤ 39"	5	≤ 39"	≤ 40"	≤ 41"	≤ 42"	≤ 43"	≤ 44"

FLEXÃO COM LIBERAÇÃO DE MÃOS

MASCULINO						Pontos	FEMININO					
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50
≤ 19	≤ 15	≤ 11	≤ 7	≤ 3	0	0	≤ 10	≤ 8	≤ 6	≤ 4	≤ 2	0
20 - 29	16 - 25	12 - 21	8 - 17	4 - 13	1 - 9	1	11 - 17	9 - 13	7 - 11	5 - 9	3 - 5	1 - 4
30 - 39	26 - 35	22 - 31	18 - 27	14 - 23	10 - 19	2	18 - 24	14 - 19	12 - 16	10 - 13	6 - 9	5 - 7
40 - 49	36 - 45	32 - 41	28 - 37	24 - 33	20 - 29	3	25 - 31	20 - 25	17 - 22	14 - 17	10 - 13	8 - 10
50 - 59	46 - 55	42 - 51	38 - 47	34 - 43	30 - 39	4	32 - 39	26 - 33	23 - 27	18 - 21	14 - 17	11 - 13
≥ 60	≥ 56	≥ 52	≥ 48	≥ 44	≥ 40	5	≥ 40	≥ 34	≥ 28	≥ 22	≥ 18	≥ 14

PRANCHA ABDOMINAL

MASCULINO						Pontos	FEMININO					
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50
≤ 1'29"	≤ 1'24"	≤ 1'19"	≤ 1'14"	≤ 1'09"	≤ 59"	0	≤ 1'29"	≤ 1'24"	≤ 1'19"	≤ 1'14"	≤ 1'09"	≤ 59"
1'30"	1'25"	1'20"	1'15"	1'10"	1'00"	1	1'30"	1'25"	1'20"	1'15"	1'10"	1'00"
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-
1'59"	1'54"	1'49"	1'44"	1'39"	1'29"	2	1'59"	1'54"	1'49"	1'44"	1'39"	1'29"
2'00"	1'55"	1'50"	1'45"	1'40"	1'30"		2'00"	1'55"	1'50"	1'45"	1'40"	1'30"
-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-
2'29"	2'24"	2'19"	2'14"	2'09"	1'59"		2'29"	2'24"	2'19"	2'14"	2'09"	1'59"
2'30"	2'25"	2'20"	2'15"	2'10"	2'00"	4	2'30"	2'25"	2'20"	2'15"	2'10"	2'00"
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-
2'59"	2'54"	2'49"	2'44"	2'39"	2'29"	5	2'59"	2'54"	2'49"	2'44"	2'39"	2'29"
3'00"	2'55"	2'50"	2'45"	2'40"	2'30"		3'00"	2'55"	2'50"	2'45"	2'40"	2'30"
-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	-	-
3'29"	3'24"	3'19"	3'14"	3'09"	2'59"		3'29"	3'24"	3'19"	3'14"	3'09"	2'59"
≥ 3'30"	≥ 3'25"	≥ 3'20"	≥ 3'15"	≥ 3'10"	≥ 3'00"	5	≥ 3'30"	≥ 3'25"	≥ 3'20"	≥ 3'15"	≥ 3'10"	≥ 3'00"

CORRIDA DE 12 MINUTOS

MASCULINO						Pontos	FEMININO					
≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50		≤ 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	≥ 50
≤ 2099 m	≤ 1999 m	≤ 1899 m	≤ 1799 m	≤ 1699 m	≤ 1599 m	0	≤ 1699 m	≤ 1599 m	≤ 1499 m	≤ 1399 m	≤ 1299 m	≤ 1199 m
2100 m	2000 m	1900 m	1800 m	1700 m	1600 m	1	1700 m	1600 m	1500 m	1400 m	1300 m	1200 m
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-
2299 m	2199 m	2099 m	1999 m	1899 m	1799 m	2	1899 m	1799 m	1699 m	1599 m	1499 m	1399 m
2300 m	2200 m	2100 m	2000 m	1900 m	1800 m		1900 m	1800 m	1700 m	1600 m	1500 m	1400 m
-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-
2499 m	2399 m	2299 m	2199 m	2099 m	1999 m		2099 m	1999 m	1899 m	1799 m	1699 m	1599 m
2500 m	2400 m	2300 m	2200 m	2100 m	2000 m	4	2100 m	2000 m	1900 m	1800 m	1700 m	1600 m
-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-
2699 m	2599 m	2499 m	2399 m	2299 m	2199 m	5	2299 m	2199 m	2099 m	1999 m	1899 m	1799 m
2700 m	2600 m	2500 m	2400 m	2300 m	2200 m		2300 m	2200 m	2100 m	2000 m	1900 m	1800 m
-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	-	-
2899 m	2799 m	2699 m	2599 m	2499 m	2399 m		2499 m	2399 m	2299 m	2199 m	2099 m	1999 m
≥ 2900 m	≥ 2800 m	≥ 2700 m	≥ 2600 m	≥ 2500 m	≥ 2400 m	5	≥ 2500 m	≥ 2400 m	≥ 2300 m	≥ 2200 m	≥ 2100 m	≥ 2000 m

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN ALLIANCE FOR HEALTH, PHYSICAL EDUCATION, RECREATION AND DANCE (AAHPERD). *Youth fitness test manual*. Reston: AAHPER, 1976. 69 p.

AXLER, C. T.; MCGILL, S. M. Low back loads over a variety of abdominal exercises: searching for the safest abdominal challenge. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, v. 29, p. 804-811, 1997.

CARNAVAL, Paulo Eduardo. *Medidas e avaliação em ciências do esporte*. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

COOPER, K. H. A means of assessing maximal oxygen uptake. *Journal of the American Medical Association*, v. 203, p. 201-204, 1968.

DANTAS, E. H. M. *Flexibilidade, alongamento e flexionamento*. Rio de Janeiro: Shape, 1986.

ESCAMILLA, R. F. et al. Electromyographic analysis of traditional and nontraditional abdominal exercises: implications for rehabilitation and training. *Physical Therapy*, v. 86, n. 5, p. 656-671, 2006.

FILHO, José Fernandes. *A prática da avaliação física*. São Paulo: Shape, 2003.

GLANER, Maria Fátima. Importância da aptidão física relacionada à saúde. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, Florianópolis, v. 5, n. 2, p. 75-85, 2003.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elizabete Ribeiro Pinto. *Manual prático para avaliação em educação física*. São Paulo: Manole, 2006.

JOHNSON, B. L.; NELSON, J. K. *Practical measurements for evaluation in physical education*. Minnesota: Burgess Publishing, 1979.

MACHADO, Alexandre F. *Manual de avaliação física*. Rio de Janeiro: Ícone, 2010.

MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues. Avaliação da potência: teste de corrida de 40 segundos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, São Caetano do Sul, v. 1, n. 1, p. 8-16, set. 1979.

MAGLISCHO, Ernest W. *Nadando o Mais Rápido Possível*. Barueri: Manole, 2010.

MONTEIRO, Wallace. *Personal training: manual para avaliação e prescrição de condicionamento físico*. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

PLOWMAN, Sharon A.; SMITH, Denise L. *Fisiologia do exercício para a saúde, aptidão e desempenho*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.

POLÍCIA MILITAR DA BAHIA. *Manual de avaliação física*. Salvador: PMBA, 2006. Separata nº 166.

SERAFIM, Giordano. *Proposta de testes físicos para descoberta de possíveis talentos no atletismo*. Criciúma: [s.n.], 2011.

UNITED STATES ARMY. Army Fitness Test. 2025. Disponível em: <<https://www.army.mil/aft>>. Acesso em: 04 set. 2025

ANEXO “C” CONTEÚDO PROGRAMÁTICO PARA A PRIMEIRA FASE

MÓDULO OPERACIONAL:

Manual Operacional de Bombeiros: Combate a Incêndio Urbano (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Salvamento em Altura (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Guarda-vidas (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Salvamento Terrestre (Corpo de Bombeiros Militar de Goiás – 2017); Manual Operacional de Bombeiros: Resgate Pré-hospitalar (Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás – 2016).

MÓDULO JURÍDICO:

Lei Complementar nº 194 de 13 de fevereiro de 2012 e suas alterações; Lei Complementar Nº 052 de 28 de dezembro de 2001 e suas alterações; Lei Complementar Nº 082 de 23 de novembro de 2004; Portaria nº 260, de 2 de fevereiro de 2022.

CONHECIMENTOS GERAIS:

Matemática: Álgebra e Funções: Conjuntos numéricos, Funções (afim, quadrática, modular, exponencial e logarítmica), Equações e inequações, Progressões (PA e PG), Matrizes, Determinantes e Sistemas Lineares. **Geometria:** Plana (áreas, perímetros e polígonos), Espacial (volumes e áreas de sólidos) e Analítica (distância entre pontos, equação da reta). **Matemática Financeira:** Porcentagem, Razão e Proporção, Juros simples e compostos.

Língua Portuguesa: Interpretação e Compreensão de Textos **Análise do discurso:** Identificação da intenção do autor, ironia e tese. **Gêneros textuais:** Diferenciação entre crônica, artigo de opinião, editorial, notícia e poema. **Coesão e coerência:** Uso de conectivos (pronomes, conjunções) para manter o sentido e a ligação entre as frases. Gramática e Sintaxe **Análise Sintática:** Estudo dos termos da oração (sujeito, predicado, objetos, complemento nominal e adjunto adnominal). **Orações:** Período simples e período composto (orações coordenadas e subordinadas). **Regência e Concordância:** Regência verbal e nominal, e concordância (verbal e nominal). **Crase e Pontuação:** Casos obrigatórios e proibidos de crase; uso correto da vírgula e do ponto e vírgula. **Colocação Pronominal:** Próclise, ênclise e mesóclise. Estilística e Semântica **Figuras de Linguagem:** Metáfora, metonímia, antítese, personificação, entre outras. **Variação Linguística:** Linguagem formal e informal, regionalismos e preconceito linguístico. **Semântica:** Sinônimos, antônimos, denotação e conotação



Documento assinado eletronicamente por **Anderson Carvalho de Matos, CEL QOCBM, Comandante-Geral do CBMR**, em 17/07/2026, às 13:14, conforme Art. 5º, XIII, "b", do Decreto Nº 27.971-E/2019.



A autenticidade do documento pode ser conferida no endereço <https://sei.rr.gov.br/autenticar> informando o código verificador **23257964** e o código CRC **25AC5CA2**.

