



ERRATA – TOPP XII

Considerando o INFORMATIVO 003/2021/ACAPS referente ao CURSO DE TÉCNICAS OPERACIONAIS DE POLÍCIA PENAL – Turma 12, em seu **ANEXO I - Teste de aptidão física – TAF**, na FLEXÃO NA BARRA FIXA, Masculino, onde se lê: ≥ 06 , deve ser considerado ≥ 07 ; e na CORRIDA EM 12 MIN, feminino, onde se lê: 200, deve ser considerado 2000.

ANEXO I

Teste de aptidão física – TAF

FLEXÃO NA BARRA FIXA (MASCULINO) / SUSTENTAÇÃO NA BARRA FIXA (FEMININO)

MASCULINO

I – Posição Inicial: a posição de pegada é livre, e correspondente à distância lateralbiacromial (dos ombros), braços e pernas estendidas, com o corpo na posição vertical, perdendo contato com o solo.

II – Execução: flexionar simultaneamente os braços até ultrapassar o queixo acima da barra horizontal. Retornar à Posição Inicial, pela extensão completa dos braços. O repouso é permitido, na posição inicial, devendo o candidato ser avisado a respeito. O comando para iniciar a prova será dado pelo avaliador.

Observações: Os cotovelos devem estar em extensão total para o início do movimento de flexão. Não será permitido qualquer movimento de quadril, abdômen ou pernas, como auxílio para impulsionar o corpo para cima e/ou tentativas de extensão da coluna cervical, bem como é vedado qualquer tipo de material que possa auxiliar na execução do movimento.

FEMININO

I – Posição inicial: a candidata posiciona-se sob a barra, a frente do examinador, pisando sobre um ponto de apoio (banco/escada/cadeira). Ao comando de "em posição", a candidata empunhara a barra com pegada livre, mantendo os braços completamente flexionados, o queixo acima da parte superior da barra com o corpo na posição vertical, pernas estendidas e pés em contato com o ponto de apoio.

II – Execução: ao comando de iniciar, o ponto de apoio é retirado, devendo a candidata permanecer com os dois braços completamente flexionados e com o queixo, no mínimo, alinhado com a barra horizontal, porém sem apoiar com o queixo sobre a mesma. A partir dessa posição o avaliador do teste com o auxílio de um cronometro, inicia imediatamente a cronometragem do tempo (estático) de permanência da candidata na posição.



Masculino (VERSÃO ANTERIOR)

FLEXÃO NA BARRA FIXA						
FAIXAS ETÁRIAS	INAPTO	PONTUAÇÃO				
		60	70	80	90	100
< 35	≤ 02	03	05	07	09	≥ 11
35 - 44	≤ 02	03	04	06	07	≥ 08
≥ 45	≤ 02	03	04	05	06	≥ 06

Masculino (CORRIGIDO)

FLEXÃO NA BARRA FIXA						
FAIXAS ETÁRIAS	INAPTO	PONTUAÇÃO				
		60	70	80	90	100
< 35	≤ 02	03	05	07	09	≥ 11
35 - 44	≤ 02	03	04	06	07	≥ 08
≥ 45	≤ 02	03	04	05	06	≥ 07

...

CORRIDA EM 12 MIN:

I – O candidato deverá, no tempo limite (12 minutos masculino, 12 minutos feminino), correr ou andar a distância conforme a tabela de pontuação exigida, em qualquer ritmo, sendo permitido parar e depois prosseguir;

II – O início e o término do teste serão indicados pelo comando da banca avaliadora emitido por sinal sonoro;

III – A prova deverá ser realizada em pista de atletismo, com piso plano e uniforme;

IV – Ao sinal sonoro de término do teste, o candidato deverá parar e aguardar o fiscal de prova aferir sua posição;

V – Para efeito de determinação da distância percorrida ao final da prova, será considerada a última marcação ultrapassada pelo candidato, em relação a sua posição de parada.

Não será permitido ao candidato:

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

II – Iniciar a largada por mais de duas tentativas antes do sinal sonoro;

III – Deslocar-se, no sentido progressivo ou regressivo em relação à marcação da pista, após findos o tempo limite, sem a respectiva liberação do fiscal;



IV – Dar ou receber qualquer tipo de ajuda física.

V – Utilizar qualquer tipo de acessório (óculos, boné, relógio, etc...)

Feminino em até 12 minutos (VERSÃO ANTERIOR)

CORRIDA EM 12 MIN						
FAIXAS ETÁRIAS	INAPTO	PONTUAÇÃO				
		60	70	80	90	100
< 30	≤1999	2000	2100	2300	2500	2700
30 – 39	≤1899	1900	2000	2200	2400	2600
40 – 44	≤1699	1700	1800	2000	2200	2400
≥ 45	≤1599	1600	1700	1900	200	2200

Feminino em até 12 minutos (CORRIGIDO)

CORRIDA EM 12 MIN						
FAIXAS ETÁRIAS	INAPTO	PONTUAÇÃO				
		60	70	80	90	100
< 30	≤1999	2000	2100	2300	2500	2700
30 – 39	≤1899	1900	2000	2200	2400	2600
40 – 44	≤1699	1700	1800	2000	2200	2400
≥ 45	≤1599	1600	1700	1900	2000	2200