



11609514



08016.008567/2020-19

Boletim de Serviço em 04/05/2020



MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA
DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL

INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 06, DE 04 DE MAIO DE 2020.

Regulamenta a aplicação do Exame de Aptidão Física nos concursos públicos para ingresso nos cargos de Agente Federal de Execução Penal, Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal das carreiras da Área Penitenciária Federal integrantes do Departamento Penitenciário Nacional.

O DIRETOR-GERAL DO DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL, no uso das atribuições que lhe confere a Portaria ME nº 675, de 30 de dezembro de 2019, publicada em 31 de dezembro de 2019, o inciso XXXI do art. 7º da Portaria SE-MJSP nº 77, de 17 de janeiro de 2020, publicada no Diário Oficial da União em 20 de janeiro de 2020, a Portaria SE-MJSP nº 115, de 27 de janeiro de 2020, publicada em 29 de janeiro de 2020, a Portaria GABDEPEN nº 121, de 21 de fevereiro de 2020, publicada em 3 de março de 2020, observando o disposto no inciso VI do art. 5º da Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990,

CONSIDERANDO, a necessidade de definir os padrões exigidos dos candidatos no exame de aptidão física dos concursos públicos de admissão aos cargos de Agente Federal de Execução Penal, Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal,

RESOLVE:

Art.1º Estabelecer os critérios e regular a aplicação do exame de aptidão física nos concursos públicos de admissão aos cargos de Agente Federal de Execução Penal, Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal.

Parágrafo único. Para efeitos desta Instrução, considera-se:

I - exame de aptidão física: conjunto de avaliações físicas, de caráter eliminatório, realizadas pelos candidatos, com deficiência ou não, aos cargos da Carreira Penitenciária Federal, em ordem pré-estabelecida, mediante apresentação de atestado médico específico, com a finalidade de avaliar a capacidade do candidato para suportar, física e organicamente, as exigências de prática de atividade física a que será submetido durante o Curso de Formação Profissional e para desempenhar as atividades típicas da categoria funcional; e

II - avaliação da Capacidade Física: teste em atividade física específica, com pontuação mínima e máxima, de caráter eliminatório, componente do exame de

aptidão física.

CAPÍTULO I DAS DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

Art.2º Os candidatos convocados nos termos do edital respectivo deverão submeter-se ao exame de aptidão física nos termos desta Instrução Normativa. A condição física exigida é a mínima para suportar, física e organicamente, as exigências próprias do Curso de Formação Profissional, segunda etapa do concurso público, bem como desempenhar com eficiência a função nos respectivos cargos da Carreira Penitenciária Federal.

§1º Para submeter-se ao Exame de aptidão Física, o candidato deverá apresentar atestado médico específico, emitido, no máximo, 15 dias antes da realização dos testes, que o habilite à realização das avaliações previstas nesta Instrução Normativa;

§2º O candidato que deixar de apresentar o atestado médico previsto no inciso I, do parágrafo único do art. 1º, desta Instrução Normativa, no momento de sua identificação, será impedido de realizar os testes, sendo, consequentemente, eliminado do concurso;

§3º Os casos de alteração psicológica e(ou) fisiológica temporários (estados menstruais, gravidez, indisposições, câibras, contusões, luxações, fraturas etc.) que impossibilitem a realização dos testes ou diminuam a aptidão física dos candidatos não serão levados em consideração, não sendo concedido qualquer tratamento privilegiado, mesmo que ocorram durante a realização dos testes;

§4 O exame de aptidão Física deverá ser realizado com roupa apropriada para prática de educação física, tais como: camiseta, calção ou bermuda, tênis e meias;

§5º A realização de qualquer exercício preparatório para o exame de aptidão física será de total responsabilidade do candidato.

Art.3º O exame de aptidão física constará dos testes especificados a seguir:

I - Para o cargo de Agente Federal de Execução Penal:

- a) teste de flexão em barra fixa, como primeira avaliação para candidatos do sexo masculino, e teste estático de barra fixa, como primeira avaliação para candidatas do sexo feminino;
- b) teste de flexão abdominal como segunda avaliação;
- c) teste de impulsão horizontal, como terceira avaliação; e
- d) teste de corrida de 12 minutos, como quarta e última avaliação.

II - Para o cargo de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal:

- a) teste de flexão abdominal como primeira avaliação;
- b) teste de corrida de 12 minutos, como segunda e última avaliação

III - Para o cargo de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal:

- a) teste de flexão abdominal como primeira avaliação;
- b) teste de corrida de 12 minutos, como segunda e última avaliação

Parágrafo único. Os testes serão aplicados de forma sequencial, observando-se a ordem estabelecida neste artigo, com intervalo mínimo de 5 (cinco) minutos entre cada teste.

Art.4º O exame de aptidão física terá caráter apenas eliminatório e os candidatos serão considerados APROVADOS ou REPROVADOS, de acordo com o seu desempenho, conforme as normas desta Instrução Normativa.

Art.5º O candidato ao cargo de Agente Federal de Execução Penal será considerado "aprovado" no exame de aptidão física se, submetido a todos os testes mencionados no inciso I do Art. 3º desta Instrução Normativa, atingir o desempenho mínimo de 2,0 pontos em cada avaliação e média aritmética de 3,00 pontos no conjunto das avaliações.

Art.6º O candidato ao cargo de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal será considerado "aprovado" no exame de aptidão física se, submetido a todos os testes mencionados no inciso II do Art. 3º desta Instrução Normativa, atingir o desempenho mínimo em cada avaliação.

Art.7º O candidato ao cargo de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal será considerado "aprovado" no exame de aptidão física se, submetido a todos os testes mencionados no inciso III do Art. 3º desta Instrução Normativa, atingir o desempenho mínimo em cada avaliação.

Art.8º Será considerado reprovado no exame de aptidão de física e, conseqüentemente, eliminado do concurso público, o candidato que:

- I - não apresentar o atestado médico específico;
- II - deixar de realizar alguma das avaliações de capacidade física;
- III - não obtiver o mínimo de 2,00 pontos em cada uma das avaliações ou não obtiver a média aritmética de, no mínimo, 3,00 pontos no conjunto das avaliações para o cargo de Agente Federal de Execução Penal; ou
- IV - não obtiver o desempenho mínimo em cada avaliação para os cargos de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e Técnico Federal de Apoio à Execução Penal.

Art.9º Os desempenhos exigidos no exame de aptidão física destinam-se à avaliação da força, da resistência muscular e da capacidade aeróbica, importantes para suportar, física e organicamente, as exigências próprias do Curso de Formação Profissional, segunda etapa do concurso público, bem como desempenhar com eficiência as atribuições específicas dos cargos de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal, Agente Federal De Execução Penal e Técnico Federal de Apoio à Execução Penal.

Art.10. A quantidade de esforço muscular fixada foi devidamente dimensionada de forma a contemplar a distinção de gênero dos candidatos.

Art.11. Nenhum candidato poderá alegar o desconhecimento da presente Instrução Normativa ou utilizar-se de artifícios de forma a prejudicar o processo seletivo.

CAPÍTULO II ESPECIFICAÇÕES DOS CRITÉRIOS

Seção I Dos critérios para pontuação

Art.12. Os desempenhos apresentados nos testes de capacidade física terão as seguintes pontuações:

- I - Teste de Barra Fixa:

a) Do teste masculino

Número de flexões	Pontos
De 0 a 2	0 (eliminado)
3	2
4	3
5	4
Igual ou superior a 6	5

b) Do teste feminino:

Tempo em suspensão	Pontos
--------------------	--------

(em segundos)	
De 0 a 10	0 (eliminada)
De 11 a 15	2
De 16 a 20	3
De 21 a 25	4
Igual ou superior a 26	5

II - Teste de Flexão Abdominal:

MASCULINO		FEMININO	
Repetições	Pontos	Repetições	Pontos
De 0 a 30	0 (eliminado)	De 0 a 24	0 (eliminada)
De 31 a 34	2	De 25 a 27	2
De 35 a 38	3	De 28 a 30	3
De 39 a 42	4	De 31 a 33	4
Igual ou superior a 43	5	Igual ou superior a 34	5

III - Teste de Impulsão Horizontal:

MASCULINO		FEMININO	
Distância (metros)	Pontos	Distância (metros)	Pontos
Igual ou inferior a 1,85	0 (eliminado)	Igual ou inferior a 1,45	0 (eliminada)
De 1,86 a 1,95	2	De 1,46 a 1,55	2
De 1,96 a 2,05	3	De 1,56 a 1,65	3
De 2,06 a 2,15	4	De 1,66 a 1,75	4
Igual ou superior a 2,16	5	Igual ou superior a 1,76	5

IV - Teste de Corrida de 12 minutos (para o cargo de Agente Federal de Execução

Penal)

MASCULINO		FEMININO	
Distância (metros)	Pontos	Distância (metros)	Pontos
De 0 a 2.300	0 (eliminado)	De 0 a 2.000	0 (eliminada)
De 2.301 a 2.400	2	De 2.001 a 2.100	2
De 2.401 a 2.500	3	De 2.101 a 2.200	3

De 2.501 a 2.600	4	De 2.201 a 2.300	4
De 2.601 a 2.700	5	De 2.301 a 2.400	5

Art.13. Para os cargos de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal, o candidato do sexo masculino que não alcançar 31 repetições ou a candidata do sexo feminino que não alcançar 25 repetições no teste de flexão abdominal serão considerados eliminados do certame.

Art.14. Para os cargos de Especialista Federal em Assistência à Execução Penal e de Técnico Federal de Apoio à Execução Penal, o candidato do sexo masculino que não alcançar a distância mínima de 2.000 metros ou a candidata do sexo feminino que não alcançar a distância mínima de 1.700 metros no teste de Corrida de 12 minutos serão considerados eliminados do certame.

Seção II

Da forma de execução do teste de barra fixa

Subseção I

Teste Masculino

Art.15. A metodologia de preparação e execução do teste de flexão em barra fixa para os candidatos do sexo masculino obedecerá aos seguintes critérios:

I - posição inicial: ao comando “em posição”, o candidato deverá pendurar-se na barra, com pegada livre (pronada ou supinada), mantendo os cotovelos estendidos, podendo receber ajuda para atingir essa posição. O corpo deverá permanecer na vertical, sem contato com o solo e com as barras de sustentação lateral;

II - execução: ao comando “iniciar”, o candidato deve iniciar o movimento com a flexão dos cotovelos até que o queixo ultrapasse a parte superior da barra, estendendo novamente o braço e voltando à posição inicial, sendo assim considerado um movimento completo (uma flexão). O movimento poderá ser repetido tantas vezes quanto possível, sem limite de tempo.

III - O movimento de execução só será considerado completo com a total extensão dos cotovelos.

IV - A não extensão total dos cotovelos antes do início de nova execução é considerado um movimento incorreto, o qual não será computado no desempenho do candidato.

V - Não será permitido ao candidato do sexo masculino, quando da realização do teste de flexão em barra fixa:

- tocar com o(s) pé(s) o solo ou qualquer parte de sustentação da barra após o início das execuções, sendo permitida, somente para os candidatos de alta estatura, a flexão de joelho para evitar o toque no solo;
- flexionar os joelhos e quadril;
- após a tomada de posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física;
- estender o pescoço para ultrapassar a parte superior da barra;
- utilizar luvas ou qualquer outro artifício para proteção das mãos;
- apoiar o queixo na barra;
- utilizar movimentos cíclicos de impulsão corporal (*kippping* ou barra estilo *butterfly*); ou
- não manter o corpo completamente na posição vertical, com exceção nos casos em que o auxiliar de banca examinadora permitir expressamente a flexão de joelhos, para evitar que os candidatos mais altos toquem os pés no solo estando na posição inicial.

VI - Quando da realização do teste de flexão em barra fixa, caso não consiga atingir o desempenho mínimo exigido, será concedido ao candidato o direito a uma segunda tentativa, no mínimo cinco minutos após a primeira tentativa.

Subseção II Teste Feminino

Art.16. A metodologia de preparação e execução do teste estático de barra fixa obedecerá aos seguintes critérios:

I - posição inicial: ao comando “em posição”, a candidata deverá dependurar-se na barra com pegada livre (pronada ou supinada) mantendo os braços flexionados, o corpo na vertical e o queixo acima da parte superior da barra, sem nela apoiar-se, podendo receber ajuda para atingir essa posição; e

II - execução: ao comando “iniciar”, o ponto de apoio é retirado e será iniciada a cronometragem do tempo de permanência da candidata na posição, devendo a candidata permanecer sustentada apenas com o esforço de seus membros superiores, com os dois braços completamente flexionados e queixo acima da parte superior da barra, mas sem tocar a barra com o queixo, corpo na posição vertical, pernas estendidas;

III - Ao final da execução, o fiscal avisará o tempo decorrido.

IV - A cronometragem será encerrada quando:

- a) candidata permanecer o tempo referente a pontuação máxima;
- b) candidata ceder à sustentação, deixando o queixo ficar abaixo da parte superior da barra, ou tocar a barra com o queixo;
- c) flexionar joelhos ou quadril;
- d) descumprir qualquer exigência para a realização deste teste.

V - Não será permitido à candidata, quando da realização do teste estático de barra fixa:

- a) tocar com o(s) pé(s) o solo ou qualquer parte de sustentação da barra após o início das execuções, sendo permitida a flexão de joelhos para evitar o toque no solo;
- b) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física;
- c) utilizar luva(s) ou qualquer outro artifício para proteção das mãos;
- d) permitir que o queixo fique abaixo da parte superior da barra; ou
- e) apoiar o queixo na barra
- f) realizar a “pedalada”;
- g) realizar o “chute”;
- h) estender o pescoço; ou
- i) não manter o corpo completamente na posição vertical, com exceção nos casos em que o auxiliar de banca examinadora permitir expressamente a flexão de joelhos, para evitar que as candidatas mais altas toquem os pés no solo estando na posição inicial.

VI - Quando da realização do teste estático de barra fixa, caso não consiga atingir o desempenho mínimo exigido, será concedido à candidata o direito a uma segunda tentativa, no mínimo cinco minutos após a primeira tentativa.

Seção III

Da forma de execução do teste de flexão abdominal

Art.17. A metodologia para preparação e execução do teste de flexão abdominal para os candidatos do sexo masculino e para as candidatas do sexo feminino obedecerá aos seguintes critérios:

I - posição inicial: ao comando “em posição”, o candidato deverá posicionar-se em decúbito dorsal, braços cruzados sobre o tórax, mãos tocando o ombro oposto (mão esquerda tocando o ombro direito e mão direita tocando o ombro esquerdo), pernas flexionadas a 90 graus e planta dos pés em contato com o solo, recebendo auxílio de um auxiliar de banca para que, durante a execução do teste, permaneça com os pés em contato com o solo;

II - execução: após a emissão de sinal sonoro, o candidato flexionará o tronco até tocar os joelhos, em sua parte da frente (região central da patela) com os cotovelos e retornará à posição inicial, de forma que a escápula encoste no chão, completando, assim, uma repetição.

III - O término do tempo de um minuto será marcado por emissão de sinal sonoro;

IV - O candidato realizará o máximo de repetições completas no tempo de um minuto.

V - A contagem das execuções corretas levará em consideração as seguintes observações:

a) o auxiliar de banca irá contar em voz alta o número de repetições realizadas. Quando o exercício não atender ao previsto neste edital, será repetido o número do último realizado de maneira correta e quando se tratar movimento inicial, o auxiliar de banca dirá “zero”;

b) cada execução começa e termina sempre na posição inicial; somente assim será contada uma execução completa;

c) somente será contado o exercício realizado completamente, ou seja, se — ao término de um minuto, marcada pela emissão de sinal sonoro para o término da prova —, o candidato estiver no meio da execução, esta não será computada.

VI - Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de flexão abdominal, receber qualquer tipo de ajuda física senão a prevista no inciso I deste artigo.

VII - Durante a execução do exercício, o candidato que perder o contato das mãos com os ombros, não terá validada a contagem daquele movimento.

VIII - A pontuação atribuída ao candidato corresponderá ao número de repetições válidas executadas até o momento da interrupção do teste.

IX - Quando da realização do teste de flexão abdominal, caso não consiga atingir o desempenho mínimo exigido, será concedido ao candidato o direito a uma segunda tentativa, no mínimo cinco minutos após a primeira tentativa.

Art.18. O teste de flexão abdominal deverá ser realizado em local com condições adequadas, protegido da chuva, em piso regular e uniforme, com utilização de colchonete ou material em EVA (Etil, Vinil e Acetato) para proteção da coluna.

Seção IV

Da forma de execução do teste de impulsão horizontal

Art.19. A metodologia de preparação e execução do teste de impulsão horizontal para os candidatos do sexo masculino e para as candidatas do sexo feminino obedecerá aos seguintes critérios:

I - posição inicial: ao comando “em posição”, o candidato deverá posicionar-se atrás da linha de medição inicial (5 cm de largura – fazendo parte do valor medido), em pé, estático, com os pés paralelos, e sem tocar a linha;

II - execução: ao comando “iniciar”, o candidato saltará à frente com movimento simultâneo dos pés.

III - A marcação levará em consideração o seguinte:

- a) a largura da linha de saída fará parte do valor a ser medido;
- b) a parte do corpo que tocar o solo mais próxima da linha de saída será referência para a marcação;
- c) na aterrissagem com os pés, o calcanhar do pé que estiver mais próximo da linha de saída será a referência;
- d) a medida considerada oficialmente será somente a realizada pela banca examinadora.

IV - Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de impulsão horizontal:

- a) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física;
- b) utilizar qualquer equipamento, aparelho ou material de auxílio à impulsão;
- c) perder o contato com o solo de qualquer um dos pés antes da impulsão;
- d) tocar com o(s) pé(s) a linha de medição inicial (salto queimado);
- e) projetar o corpo à frente com consequente rolamento;
- f) após a aterrissagem, projetar o corpo para trás da linha que indica o índice mínimo de salto; ou
- g) saltar descalço.

V - Caso não consiga atingir o desempenho mínimo exigido, ou queimar o salto, será concedida ao candidato o direito a uma segunda tentativa, no mínimo cinco minutos após a primeira tentativa.

VI - Dois saltos “queimados” implicarão a eliminação do candidato.

Art.20. O teste de impulsão horizontal será realizado em piso adequado, protegido da chuva. O executante iniciará a impulsão em uma superfície plana e rígida, e a queda será em caixa de areia, para amortecimento do salto.

Seção V

Da forma de execução do teste de corrida de 12 minutos

Art.21. A metodologia de preparação e execução do teste de 12 minutos para os candidatos do sexo masculino e para as candidatas do sexo feminino obedecerá aos seguintes critérios:

- I - o candidato poderá, durante os 12 minutos, deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir;
- II - os comandos para iniciar e terminar o teste serão dados por sinal sonoro;
- III - não será informado, pela equipe de aplicação do exame, o tempo que restar para o término do teste, mas o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo;
- IV - ao passar pelo local de início do teste, cada candidato deverá dizer em voz alta os quatro últimos números de sua inscrição para o auxiliar de banca que estiver marcando o seu percurso e será informado de quantas voltas completou naquele momento;
- V - após sinal sonoro encerrando o teste, o candidato deverá permanecer no local onde estava naquele momento e aguardar a presença do fiscal que irá aferir a metragem percorrida na última volta, podendo continuar a correr ou caminhar no

sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontrava quando soou o sinal de término do teste.

VI - A correta realização do teste de corrida de 12 minutos levará em consideração as seguintes observações:

- a) o tempo oficial do teste será controlado por relógio do coordenador do teste, sendo o único que servirá de referência para o início e o término do teste;
- b) orienta-se que, após o apito que indica o término do teste, o candidato não pare bruscamente a corrida, mas que continue a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontrava quando o sinal sonoro para o término do teste foi emitido.
- c) a distância percorrida pelo candidato, a ser considerada oficialmente, será somente a realizada pela banca examinadora.

VII - Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de corrida de 12 minutos:

- a) dar ou receber qualquer tipo de ajuda física (como puxar, empurrar, carregar, segurar na mão etc.);
- b) deslocar-se, no sentido progressivo ou regressivo da marcação da pista, após o sinal sonoro encerrando a prova;
- c) não aguardar a presença do fiscal que irá aferir a metragem percorrida;
- d) abandonar a pista antes da liberação do auxiliar de banca.

VIII - Cada candidato terá apenas uma tentativa para realizar o teste.

IX - O teste do candidato será interrompido caso ocorra quaisquer das proibições inciso VII deste artigo, sendo a distância percorrida desconsiderada, implicando na eliminação do candidato.

Art.22. Art. 22 O teste de corrida de 12 minutos deverá ser aplicado em uma pista com condições adequadas (oval ou circular), apropriada para corrida e com as distâncias escalonadas de 10 em 10 metros.

Art.23. O piso da pista de corrida de 12 minutos será rígido, firme, regular e uniforme, asfáltico, de concreto ou sintético.

Seção VI

Das Disposições Gerais e Finais

Art.24. É responsabilidade de cada candidato manter seu condicionamento físico condizente com, no mínimo, os desempenhos exigidos para aprovação no exame de aptidão física até a convocação e durante o Curso de Formação Profissional.

Art.25. Os imprevistos ocorridos durante a realização de cada prova de capacidade física serão decididos pelo coordenador da banca examinadora.

Art.26. O exame de aptidão física será aplicado por uma banca examinadora coordenada por um profissional com habilitação plena em Educação Física.

Art.27. O candidato que infringir qualquer proibição prevista nesta Instrução Normativa ou no edital que rege o certame, independentemente do resultado dos testes, será eliminado do concurso.

Art.28. Naqueles testes onde é permitida uma segunda tentativa, esta se dará somente no caso do candidato não atingir o índice mínimo exigido, não sendo permitida com a finalidade de melhorar o índice atingido anteriormente.

Art.29. As dúvidas, controvérsias e os casos não previstos nesta Instrução Normativa serão dirimidos pela Comissão de Concurso, podendo ser ouvidas a Junta médica e a banca

examinadora.

Art.30. Esta Instrução Normativa entra em vigor na data de sua publicação.



Documento assinado eletronicamente por **Fabiano Bordignon, Diretor(a)-Geral do Departamento Penitenciário Nacional**, em 04/05/2020, às 10:33, conforme o § 1º do art. 6º e art. 10 do Decreto nº 8.539/2015.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <http://sei.autentica.mj.gov.br> informando o código verificador **11609514** e o código CRC **4CB222A4**

O trâmite deste documento pode ser acompanhado pelo site <http://www.justica.gov.br/aceso-a-sistemas/protocolo> e tem validade de prova de registro de protocolo no Ministério da Justiça e Segurança Pública.

Referência: Processo nº 08016.008567/2020-19

SEI nº 11609514