

**ANEXO IV – TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**  
**CARGO 2.04 – AGENTE DE TRÂNSITO**

**1 DAS DISPOSIÇÕES INICIAIS**

- 1.1** O TAF – Teste de aptidão Física é um instrumento usado para medir e avaliar as condições físicas de um indivíduo, de modo que o mesmo obtenha uma condição legal para satisfazer os requisitos propostos.
- 1.2** O TAF somente poderá ser aplicado ao candidato que goze das condições mínimas de saúde, necessárias a sua segurança, demonstrada por atestado médico emitido por especialista na área de: clínica geral ou cardiologia, ou medicina esportiva de qualquer instituição de saúde, autorizando a prática de atividades esportivas conforme descritas neste anexo, com validade de até 30 dias antes da realização do TAF.
- 1.3** Estarão impedidos de realizar o TAF, os candidatos que estiverem em convalescença, restrição médica ou em período de gravidez ou resguardo.
- 1.4** O TAF deverá ser aplicado em sua composição por testes de condicionamento físico geral e deve ser realizado na ordem abaixo descrita:  
**Resistência Aeróbica – verificada pela aplicação de corrida durante 12 minutos, para ambos os sexos.**
- 1.5** O uniforme obrigatório para execução do TAF será o de Educação Física, composto de short, camiseta, agasalho, meia e tênis.
- 1.6** O candidato deve percorrer em uma pista de atletismo ou em uma área demarcada, a maior distância possível em 12 (doze) minutos;
- 1.7** O número de avaliados em cada teste deverá estar entre 6 e 18 examinados de cada vez;
- 1.8** O candidato deverá preparar-se para o início da prova se posicionando atrás da linha de largada, adotando um afastamento antero-posterior das pernas, com o pé da frente o mais próximo possível da referida linha, conforme imagem A-2.



**A – 2**

- 1.9** O início da prova se fará sob a voz de comando do examinador e quando faltarem 02 (dois) minutos será dado o apito de aviso de proximidade do encerramento dos 12 (doze) minutos;
- 1.10** Decorrido o tempo previsto, ao toque do apito final todos os candidatos deverão permanecer na pista no local onde estavam ao ouvir o som do apito, sendo permitido o caminhar na lateral, onde aguardarão a anotação do percurso.
- 1.11** O aquecimento antes da prova, bem como o método de relaxamento após a execução do exercício é de inteira responsabilidade do candidato.



**PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE CARAPICUÍBA – SP**  
**CONCURSO PÚBLICO DE PROVAS E TÍTULOS Nº 03/2013**



**2 TESTE DE RESISTÊNCIA AERÓBICA – CORRIDA DE 12 MINUTOS**

**a) MASCULINO**

METROS	IDADE			
				<b>31 A 35</b>
<b>1800</b>			<b>26 A 30</b>	10 PTS
<b>1900</b>		<b>21 A 25</b>	10 PTS	20 PTS
<b>2000</b>	<b>ATÉ 20</b>	10 PTS	20 PTS	30 PTS
<b>2100</b>	10 PTS	20 PTS	30 PTS	40 PTS
<b>2200</b>	20 PTS	30 PTS	40 PTS	50 PTS
<b>2300</b>	30 PTS	40 PTS	50 PTS	60 PTS
<b>2400</b>	40 PTS	50 PTS	60 PTS	70 PTS
<b>2500</b>	50 PTS	60 PTS	70 PTS	80 PTS
<b>2600</b>	60 PTS	70 PTS	80 PTS	90 PTS
<b>2700</b>	70 PTS	80 PTS	90 PTS	100 PTS
<b>2800</b>	80 PTS	90 PTS	100 PTS	
<b>2900</b>	90 PTS	100 PTS		
<b>3000</b>	100 PTS			

**b) FEMININO**

METROS	IDADE			
				<b>31 A 35</b>
<b>1300</b>			<b>26 A 30</b>	10 PTS
<b>1400</b>		<b>21 A 25</b>	10 PTS	20 PTS
<b>1500</b>	<b>ATÉ 20</b>	10 PTS	20 PTS	30 PTS
<b>1600</b>	10 PTS	20 PTS	30 PTS	40 PTS
<b>1700</b>	20 PTS	30 PTS	40 PTS	50 PTS
<b>1800</b>	30 PTS	40 PTS	50 PTS	60 PTS
<b>1900</b>	40 PTS	50 PTS	60 PTS	70 PTS
<b>2000</b>	50 PTS	60 PTS	70 PTS	80 PTS
<b>2100</b>	60 PTS	70 PTS	80 PTS	90 PTS
<b>2200</b>	70 PTS	80 PTS	90 PTS	100 PTS
<b>2300</b>	80 PTS	90 PTS	100 PTS	
<b>2400</b>	90 PTS	100 PTS		
<b>2500</b>	100 PTS			