

GOVERNO DO ESTADO DO AMAZONAS POLÍCIA MILITAR DO AMAZONASEDITAL 01/2021- PMAM, DE 03 DE  
DEZEMBRO DE 2021

EDITAL DE CONVOCAÇÃO PARA O TESTE DE APTIDÃO FÍSICA – CANDIDATOS SUBJUDICE

O **COMANDANTE-GERAL DA POLÍCIA MILITAR DO AMAZONAS**, no uso de suas atribuições legais em razão do deferimento de medidas liminares, torna público o Edital de Convocação para o Teste de Aptidão Física (TAF), de acordo com as normas estabelecidas neste Edital.

**1. DAS DISPOSIÇÕES INICIAIS**

---

- 1.1 O Teste de Aptidão Física terá caráter eliminatório e o candidato será considerado **APTO** ou **INAPTO**.
- 1.2 Os candidatos convocados estão elencados no **Anexo I** deste Edital.
- 1.3 O teste acontecerá nos dias **27 e 28 de junho de 2026**, conforme **Anexo I**.
- 1.4 O horário de abertura e fechamento dos portões está estabelecido no **Anexo I**.
- 1.5 **Local de realização:** Vila Olímpica de Manaus, situada na Avenida Pedro Teixeira, 1271 – 1359, Dom Pedro, Manaus – AM e **Centro Educacional La Salle - Av. Dom Pedro I, 151 - Dom Pedro, Manaus - AM**.
- 1.6 Os candidatos convocados na data e horários constantes no Anexo I deverão comparecer 60 (sessenta) minutos antes do horário marcado para o início do teste, atentando-se aos horários destinados à abertura e ao fechamento do portão. O acesso ao recinto será restrito aos candidatos de cada horário e dar-se-á pelo chamamento do fiscal.
- 1.7 Para a realização do Teste de Aptidão Física, o candidato deverá comparecer no dia, horário e local previamente designados, portando documento de identificação original com foto e atestado médico específico (Anexo II) e, ainda, se apresentar com trajes adequados, a saber: calção de ginástica (ou malha, para o sexo feminino), tênis e camiseta sem desenhos ou inscrições. Somente após a apresentação dos documentos, os candidatos poderão fazer uso do banheiro e/ou vestiário.
  - 1.7.1 O atestado médico deverá ter data de emissão de no máximo 30 (trinta) dias antes da data de realização do teste e conter, expressamente, a informação de que o candidato está APTO a realizar os exercícios previstos neste Edital. O atestado médico deverá ser original, estar redigido em letra legível, com citação do nome por extenso do candidato, carimbo indicando o nome, número do CRM e a assinatura do médico responsável por sua emissão.
  - 1.7.2 O candidato que deixar de apresentar o atestado médico ou apresentá-lo em desconformidade com o modelo constante no Anexo II não poderá ser submetido ao Teste de Aptidão Física, sendo o mesmo automaticamente eliminado do concurso.
  - 1.7.3 O atestado médico ficará retido e fará parte da documentação do candidato.
- 1.8 Somente serão permitidos recipientes de armazenamento de lanches de rápido consumo e bebidas fabricados com material transparente e sem rótulos que impeçam a visualização de seu conteúdo.



- 1.9 A preparação e o aquecimento para a realização dos testes de esforço físico são de responsabilidade do próprio candidato, não podendo interferir no andamento do concurso.
- 1.10 Cada teste de esforço físico terá 01 (um) coordenador responsável que fará a explanação sobre a metodologia de preparação e execução do teste específico, sendo o único autorizado a dirimir dúvidas dos candidatos.
- 1.11 Será facultado ao candidato o uso de máscara no recinto da aplicação do Teste de Aptidão Física, sendo sugerido o não uso no momento de realização dos testes.
- 1.12 Será eliminado do concurso o candidato que, durante a realização do Teste de Aptidão Física, for surpreendido portando telefone celular, relógio, smartwatch, wearable tech e/ou máquina fotográfica. Será permitido durante o teste de corrida, o uso óculos escuros ou quaisquer acessórios de chapalaria (chapéu, boné etc.).
- 1.13 Todos os casos omissos ou duvidosos, contingências e imprevistos ocorridos durante a realização do Teste ou não, que não tenham sido expressamente previstos no presente Edital, no Edital de abertura e legislação vigente, serão resolvidos pela Comissão Especial do Concurso público constituída para este fim, assessorados pela FGV e Coordenação Geral do TAF.
- 1.14 O candidato que infringir qualquer proibição prevista neste Edital e/ou no Edital de Abertura, independentemente do resultado obtido no Teste de Aptidão Física, será eliminado do concurso
- 1.15 O candidato que vier a acidentarse, sofrer de mal súbito ou lesão muscular, em qualquer um dos exercícios do Teste de Aptidão Física, e não tiver condição de continuar, estará automaticamente eliminado no concurso público.
  - 1.15.1 Caso haja necessidade de remanejamento de candidato (a), o mesmo será direcionado para uma Unidade de Pronto Atendimento Público mais próxima e/ou que esteja com menor lotação.
- 1.16 As baterias do Teste de Aptidão Física serão filmadas e/ou gravadas, respeitados os preceitos da Lei Geral de Proteção de Dados (Lei n. 13.709/2018) e da Lei de Acesso à Informação (Lei n. 12.527/2011).
- 1.17 O candidato que se recusar a realizar algum dos exercícios do Teste de Aptidão Física deverá se posicionar frente a câmera e gravar declarando a desistência dos exercícios ainda não realizados e, conseqüentemente, do Teste de Aptidão Física, sendo, portanto, eliminado do Concurso.
  - 1.17.1 Em caso de recusa, o documento será assinado pelo avaliador, coordenador do referido exercício e duas testemunhas.
- 1.18 O Teste de Aptidão Física será realizado independentemente das condições meteorológicas.
- 1.19 O candidato será considerado APTO no Teste de Aptidão Física se submetido a todos os testes obtiver o desempenho mínimo em cada teste físico.
- 1.20 O candidato considerado INAPTO na realização de qualquer um dos testes, após o resultado final, será eliminado do concurso.
- 1.21 O candidato considerado INAPTO no Teste de Aptidão Física poderá interpor recurso no prazo de até 2 (dois) dias úteis, a contar do primeiro dia útil subsequente a divulgação do Resultado Preliminar.

## **2. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

- 2.1 O Teste de Aptidão Física, para os cargos de Aluno-Oficial e Aluno-Soldado, será realizado em uma



única fase, contemplando dois dias.

2.1.1 No primeiro dia será realizado o teste de flexão, abdominal e corrida.

2.1.2 No segundo dia será realizada o teste de natação.

2.1.3 Os candidatos terão 02 (duas) tentativas de realizar os testes, com exceção da corrida de 12 minutos que será realizada em apenas 01 (uma) tentativa.

2.2 O Teste de Aptidão Física para os cargos de Aluno-Oficial PM e Aluno-Soldado PM seguirá a tabela a seguir:

TESTE DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Primeiro dia					
SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	FLEXÃO DE BRAÇOS NA BARRA FIXA	≥ 4 repetições	FEMININO	FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS	≥ 15 repetições
	ABDOMINAL SUPRA	≥ 35 repetições		ABDOMINAL SUPRA	≥ 30 repetições
	CORRIDA (2.400m)	≤ 12'00"		CORRIDA (2.000m)	≤ 12'00"
TESTE DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Segundo dia					
SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	NATAÇÃO (25m)	Livre	FEMININO	NATAÇÃO (25m)	Livre

2.3 O Teste de Aptidão Física, para o cargo de Aluno-Oficial de Saúde será realizado em uma única fase, contemplando um dia.

2.3.1 Será realizado o teste de flexão, abdominal e corrida.

2.3.2 Os candidatos terão 02 (duas) tentativas de realizar os testes, com exceção da corrida de 12 minutos que será realizada em apenas 01 (uma) tentativa.

2.4 O Teste de Aptidão Física para o cargo de Aluno-Oficial de Saúde PM seguirá a tabela a seguir:

TESTE DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Primeiro dia					
SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	FLEXÃO DE BRAÇOS COM QUATRO APOIOS	≥ 10 repetições	FEMININO	FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS	≥ 05 repetições
	ABDOMINAL SUPRA	≥ 20 repetições		ABDOMINAL SUPRA	≥ 15 repetições
	CORRIDA (1.500m)	≤ 12'00"		CORRIDA (1.000m)	≤ 12'00"

2.5 O objetivo de cada exercício, as condições de execução e as causas de eliminação estão descritos nas tabelas a seguir:



Teste 1 – Força de Membros Superiores (FLEXÃO DE BRAÇOS), para os candidatos de sexo masculino:

Objetivo	Avaliar a força dos membros superiores.
Condições de execução	Posição inicial: o candidato, sob a barra, deverá empunhá-la com a pegada em pronação (palma da mão para frente). As mãos deverão permanecer com um afastamento entre si correspondente à largura dos ombros e o corpo deverá estar estático.
	<p>Execução:</p> <p>a) tempo 1: após a ordem de iniciar, o candidato deverá executar a flexão dos braços, sem o auxílio de qualquer tipo de impulso gerado a partir de balanços (pernas e quadril, por exemplo), até que o queixo ultrapasse completamente a barra, estando a cabeça na posição natural (sem hiperextensão do pescoço); e</p> <p>b) tempo 2: deverá, imediatamente, descer o tronco até que os cotovelos fiquem completamente estendidos (respeitando as limitações articulares individuais), quando será completada uma repetição.</p>
	<p>Observações:</p> <p>a) não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima; e</p> <p>b) o ritmo das flexões de braços na barra é opção do candidato, não havendo limite de tempo.</p>
Causas de eliminação	Não atingir o desempenho mínimo estabelecido.

i. Teste 1 – Força de Membros Superiores (FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS), para os candidatos de sexo feminino:

Objetivo	Avaliar a força dos membros superiores.
Condições de execução	Posição inicial: mãos apoiadas no solo, dedos voltados para frente, braços paralelos e estendidos na mesma linha dos ombros, tronco alinhado com as pernas, joelhos apoiados no solo e pés levemente unidos.
	<p>Execução:</p> <p>a) tempo 1: a candidata deverá baixar tronco e pernas ao mesmo tempo, flexionando os braços paralelamente ao corpo, até que os cotovelos ultrapassem a linha das costas e seu corpo esteja próximo ao solo (cerca de 10 cm); e</p> <p>b) tempo 2: a candidata deverá estender os braços, retornando seu corpo à posição anterior de maneira uniforme.</p>



Causas de eliminação	Observações: a) não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima; e b) a execução do exercício deverá ser contínua, não sendo permitido qualquer tipo de pausa.
	Não atingir o desempenho mínimo estabelecido.

- ii. Teste 2 – Resistencia Abdominal (ABDOMINAL SUPRA), para os candidatos dos sexos masculino e feminino:

Objetivo	Avaliar a força dos grupamentos musculares do abdômen.
	Posição inicial: deitado em decúbito dorsal, cabeça apoiada no solo, antebraços cruzados sobre o tórax com as mãos tocando os ombros, joelhos flexionados a 90°, pés apoiados e fixos no solo com afastamento que não exceda a largura dos ombros.
	Execução:  a) tempo 1: o candidato deverá flexionar o abdômen, elevando o tórax e tocando os cotovelos em qualquer parte da coxa, mantendo as mãos em contato com os ombros durante toda a execução dos movimentos, a planta dos pés e o glúteo deverão permanecer totalmente no solo; e b) tempo 2: deverá retornar à posição inicial, até que as escápulas toquem o solo, contando-se assim um movimento (flexão).
Condições de execução	Observações:  a) O abdominal será realizado com o pé apoiado por outro candidato enquanto executado; b) Não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima; e c) O tempo máximo permitido para a execução das repetições é de UM minuto.
Causas de eliminação	Será eliminado o candidato que não atingir o desempenho mínimo estabelecido.



iii. Teste 3 - Resistência Aeróbica (CORRIDA):

Objetivo	Avaliar indiretamente a resistência aeróbica.	
Desempenho mínimo	Masculino: igual ou inferior a 12 minutos.	Feminino: igual ou inferior a 12 minutos.

Condições de execução	Posição inicial: livre.	
	Execução: o avaliador comandará o início do teste (comando “Atenção! Vai!” ou apito) e, concomitantemente, acionará o cronômetro. O candidato deverá percorrer a distância total de 2.400m para candidatos do sexo Masculino e 2000m para o sexo feminino para concluir o teste, sendo então registrado seu tempo final para os cargos de Aluno Oficial PM e Aluno Soldado PM. Para o cargo de Aluno Oficial de Saúde os índices serão de 1.500m para candidatos do sexo Masculino e 1000m para o sexo feminino para concluir o teste.	
	<p>Observações:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) só será registrado o tempo do candidato que concluir o percurso total;</li> <li>b) caso o candidato queime a largada, ou seja, saia antes da ordem do avaliador, o mesmo repetirá o teste;</li> <li>c) se o candidato queimar a largada pela segunda vez será, imediatamente, eliminado;</li> <li>d) o candidato poderá caminhar durante o percurso, mas deverá cumprir a prova dentro do tempo estipulado; e</li> <li>e) o candidato não poderá em hipótese alguma, parar subitamente a corrida para descansar.</li> </ul>	
Causas de eliminação	Não atingir o desempenho mínimo estabelecido. Parar subitamente durante a realização da corrida.	

iv. Teste 4 – Natação (25m), para os candidatos dos sexos masculino e feminino dos cargos de Aluno-Oficial e Aluno-Soldado:

Objetivo	Avaliar a capacidade de locomoção em meio aquático.	
Desempenho	Masculino: livre	Feminino: livre



mínimo	Posição inicial: livre, estando o candidato dentro da piscina, segurando na borda, ou em cima do bloco.
	Execução: o avaliador comandará o início do teste (comando “Atenção! Vai!” ou apito) e, concomitantemente, acionará o cronômetro. O candidato deverá nadar em estilo livre, à máxima velocidade, a distância total de 25m para concluir o teste, sendo então registrado seu tempo final.
	Observações:  a) caso o candidato queime a largada, ou seja, saia antes da ordem do avaliador, o mesmo repetirá o teste; b) se o candidato queimar a largada pela segunda vez será,
Condições de execução	imediatamente, eliminado; e c) o traje para este teste será: sunga para o sexo masculino e maiô para o sexo feminino.
	Não atingir o desempenho mínimo estabelecido; queimar a largada por duas vezes; pisar ou apoiar com os pés no fundo da piscina; ou segurar nas bordas ou raia.
Causas de eliminação	



ANEXO I – CANDIDATOS CONVOCADOS

Cargo	Inscrição	Nome
Aluno Soldado PM	195055584	Amanda Miranda Martins

Informações para realização Teste de Aptidão Física (TAF):

Município: Manaus/AM

Etapa: TAF (1º dia)

Data: 27/06/2026

Hora: 07:00

Abertura: 06:00

Fechamento: 06:30

Local: Vila Olímpica de Manaus (Av. Pedro Teixeira, 1271-1359 - Dom Pedro - Manaus/AM CEP: 69040-200)

Etapa: TAF (2º DIA)

Data: 28/06/2026

Hora: 08:00

Abertura: 07:00

Fechamento: 07:30

Local: **Centro Educacional La Salle** (Av. Dom Pedro I, 151 - Dom Pedro, Manaus - AM, 69040-690)

Manaus, 17 de junho de 2026



**ANEXO II -- MODELO DE ATESTADO MÉDICO A SER OBRIGATORIAMENTE APRESENTADO PARA A REALIZAÇÃO DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

ATESTADO MÉDICO

ATESTO, para os devidos fins, que o (a) Senhor (a) \_\_\_\_\_  
goza de boas condições de saúde, estando apto para realizar os testes e esforços físicos previstos no Edital  
do Concurso Público da Polícia Militar do Estado do Amazonas.

\_\_\_\_\_  
(local e data)

\_\_\_\_\_  
(Assinatura, Carimbo e CRM do Médico)

