



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO N° 01/2025**

**EDITAL N° 136, DE 06 DE MAIO DE 2025**

O MUNICÍPIO DE VACARIA faz saber, pelo presente Edital, que, retifica-se:

1. o item 10, do Teste de Aptidão Física, para alterar a redação do subitem 10.4, alínea *b*; especificar os testes do cargo de Agente de Combate a Endemias; renumerar os demais subitens a partir das alterações:

onde se lê:

**10. TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

(...)

10.4. Os candidatos deverão comparecer ao local de prova e horários designados, em trajes apropriados, munidos de carteira de identidade e atestado médico original, que certifique especificamente a aptidão para realização do Teste de Aptidão Física. O atestado médico deverá, obrigatoriamente:

- b) ser claro e descritivo, informando que o candidato está apto para realizar os 03 (três) testes do Teste de Aptidão Física, descritos neste Edital; e,

(...)

10.10. O Teste de Aptidão Física para o cargo de Guarda Municipal consiste em: a) teste de flexão do tronco - resistência abdominal remador, b) teste de flexão de braços na barra fixa (masculino) e/ou isometria na barra (feminino) e c) teste de corrida.

Para o cargo de Agente de Combate a Endemias consiste em: a) teste de corrida e teste de carregamento de peso para uso da máquina costal, suportando mínimo de 18kg e máximo de 25 kg.

10.11. Será considerado INAPTO no Teste de Aptidão Física, o candidato que não obtiver performance mínima em qualquer um dos testes, não podendo prosseguir na realização dos demais testes, sendo excluído do certame.

**10.12. TESTE DE FLEXÃO DO TRONCO - RESISTÊNCIA ABDOMINAL REMADOR**

- a) Deverão ser executadas 25 (vinte e cinco) repetições pelos candidatos do sexo masculino e 17 (dezesete) repetições pelas candidatas do sexo feminino.
- b) A estrutura para a preparação e a execução do teste de flexão do tronco (resistência abdominal remador) obedecerão aos seguintes critérios:
  - a. Posição Inicial: Decúbito dorsal com os membros inferiores estendidos paralelamente e os membros superiores estendidos, também paralelamente, porém acima da cabeça, com o dorso das mãos tocando o solo; e,
  - b. Execução do exercício: Ao comando do avaliador, o candidato inicia a modalidade, flexionando simultaneamente o quadril e os joelhos até adotar a posição sentada, mantendo os braços estendidos de forma paralela ao solo de modo que os cotovelos se alinhem com os joelhos. Realizado tal movimento, o candidato deverá retornar à posição inicial quando os membros superiores, estendidos ou não, deverão tocar o solo acima da cabeça, momento em que será contabilizada uma execução.
- c) Ao retornar à posição inicial, será completada uma execução do movimento.
- d) O exercício será considerado correto se o candidato cumprir todas as etapas.
- e) Serão computadas as repetições realizadas corretamente.
- f) O examinador da banca contará em voz alta o número de repetições realizadas corretamente.
- g) O candidato poderá descansar, se for necessário, somente na posição inicial.



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO N° 01/2025**

h) O tempo máximo para execução do teste é de 60 (sessenta) segundos.

**10.8. TESTE DE BARRA FIXA/ISOMETRIA NA BARRA**

- a) Deverão ser executadas 3 (três) repetições de flexão de braço na barra pelos candidatos do sexo masculino e 10 (dez) segundos de barra, em isometria, pelas candidatas do sexo feminino.
- b) A estrutura para a preparação e a execução do teste de flexão de braços (sexo masculino) ou isometria (sexo feminino) na barra obedecerão aos seguintes critérios:

Masculino:

- a. Posição inicial: com a pegada livre na barra, braços estendidos e corpo suspenso, sem contato dos pés no solo;
- b. Execução: partindo da posição inicial, o avaliado flexionará a articulação dos cotovelos, suspendendo o corpo em direção à barra, devendo passar o queixo acima da barra, retornando à posição inicial; o tempo máximo para execução do teste é de 2 (dois) minutos.
- c. Correção do movimento:  
Quando, no movimento da flexão dos braços, o queixo ultrapasse totalmente a barra e, no retorno, haja a total extensão dos braços;  
Quando a força dos braços não seja auxiliada ou facilitada por movimentos oscilatórios do corpo, em forma de embalo ou impulso, contínuos ou partindo da inércia;  
Quando haja flexão e extensão simultânea e simétrica dos braços;  
Não será computada a contagem do movimento interrompido por ocasião da soltura da barra, antes de completar a total extensão dos braços no retorno à posição inicial.  
Contagem: a contagem será validada e computada a cada vez que o candidato completar o movimento nos padrões acima citados retornando à posição inicial.

Feminino:

- a. Posição inicial: As mãos, durante a pegada (pegada livre) devem estar distantes a uma largura correspondente à dos ombros da avaliada. A avaliada poderá ser auxiliada por um apoio (banco, cadeira, dentre outros) para se posicionar na barra, até que seu queixo ultrapasse o nível da barra, para o início da modalidade;
- b. Execução: Após a avaliada estar em posição para iniciar a modalidade, será retirado o apoio, momento em que será acionado o cronômetro, iniciando-se a avaliação. A avaliada deverá utilizar força máxima, objetivando manter-se, pela força dos membros superiores, suspensa durante 10 (dez) segundos, com o queixo acima do nível da barra, sem tocá-la. O cronômetro será travado quando a avaliada sair da posição do queixo acima do nível da barra ou encostá-lo na barra ou ainda encostar os pés nos postes de sustentação. Não são permitidos movimentos de quadris ou pernas e extensão da coluna cervical como formas de auxiliar na execução da modalidade; O tempo mínimo para execução do teste é de 10 (dez) segundos.
- c. Correção do movimento: Será considerado correto o exercício quando as pernas da avaliada permanecerem na posição paralelas ou cruzadas durante toda a execução da modalidade e o queixo estiver paralelo ao solo, acima da linha da barra. Não será permitido o uso de acessórios pela avaliada para realizar a modalidade;
- d. Contagem: será pontuado o tempo em que a avaliada conseguir manter-se com o queixo acima do nível da barra, desde que também cumpra os demais procedimentos acima descritos.
- c) O exercício será considerado correto se o candidato cumprir todas as etapas.



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO Nº 01/2025**

- d) O examinador da banca contará em voz alta o número de repetições realizadas corretamente, no caso do teste para o sexo masculino, e o tempo de realização do exercício, no caso do teste para o sexo feminino.
- e) O exercício deverá ser realizado ininterruptamente, não sendo permitida a parada para descanso em nenhum momento do teste. Caso isso ocorra, o candidato será desclassificado.

**10.9. TESTE DE CORRIDA**

- a) Deverá ser realizado o percurso mínimo de 2.400 (dois mil e quatrocentos) metros pelos candidatos do sexo masculino e 2.000 (dois mil) metros pelas candidatas do sexo feminino.
- b) O tempo máximo para execução do teste de corrida será de 12 (doze) minutos, com deslocamento contínuo, podendo andar ou correr.
- c) O percurso poderá ocorrer em pistas atléticas, ruas asfaltadas ou similares, dependendo das disponibilidades locais. Uma vez determinado o local pela Banca Examinadora, não serão aceitos recursos referentes às condições estruturais da pista, aclives ou declives, tendo em vista que o candidato se depara com situações de aspectos urbanos no cotidiano do exercício da profissão.
- d) Quando o teste de corrida não for realizado em pistas atléticas, a distância a ser percorrida será determinada pela Banca Examinadora através de instrumentos de medição adequados, sendo solicitado que um candidato do primeiro grupo testemunhe a veracidade da distância.

leia-se:

**10. TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

(...)

10.4. Os candidatos deverão comparecer ao local de prova e horários designados, em trajes apropriados, munidos de carteira de identidade e atestado médico original, que certifique especificamente a aptidão para realização do Teste de Aptidão Física. O atestado médico deverá, obrigatoriamente:

- b) ser claro e descritivo, informando que o candidato está apto para realizar o Teste de Aptidão Física conforme testes aplicados a cada cargo, descritos neste Edital; e,

(...)

10.10. O Teste de Aptidão Física para o cargo de Guarda Municipal consiste em: a) teste de flexão do tronco - resistência abdominal remador, conforme subitem 10.12, b) teste de flexão de braços na barra fixa (masculino) e/ou isometria na barra (feminino), conforme subitem 10.13 e c) teste de corrida, conforme subitem 10.14. Para o cargo de Agente de Combate a Endemias consiste em: a) teste de corrida, conforme subitem 10.15 e b) teste de carregamento de peso para uso da máquina costal, suportando mínimo de 18kg e máximo de 25 kg, conforme subitem 10.16.

10.11. Será considerado INAPTO no Teste de Aptidão Física, o candidato que não obtiver performance mínima em qualquer um dos testes, não podendo prosseguir na realização dos demais testes, sendo excluído do certame.

**I – CARGO DE GUARDA MUNICIPAL:**

**10.12. TESTE DE FLEXÃO DO TRONCO - RESISTÊNCIA ABDOMINAL REMADOR**

- a) Deverão ser executadas 25 (vinte e cinco) repetições pelos candidatos do sexo masculino e 17 (dezessete) repetições pelas candidatas do sexo feminino.



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO Nº 01/2025**

- b) A estrutura para a preparação e a execução do teste de flexão do tronco (resistência abdominal remador) obedecerão aos seguintes critérios:
- a. Posição Inicial: Decúbito dorsal com os membros inferiores estendidos paralelamente e os membros superiores estendidos, também paralelamente, porém acima da cabeça, com o dorso das mãos tocando o solo; e,
  - b. Execução do exercício: Ao comando do avaliador, o candidato inicia a modalidade, flexionando simultaneamente o quadril e os joelhos até adotar a posição sentada, mantendo os braços estendidos de forma paralela ao solo de modo que os cotovelos se alinhem com os joelhos. Realizado tal movimento, o candidato deverá retornar à posição inicial quando os membros superiores, estendidos ou não, deverão tocar o solo acima da cabeça, momento em que será contabilizada uma execução.
- c) Ao retornar à posição inicial, será completada uma execução do movimento.  
d) O exercício será considerado correto se o candidato cumprir todas as etapas.  
e) Serão computadas as repetições realizadas corretamente.  
f) O examinador da banca contará em voz alta o número de repetições realizadas corretamente.  
g) O candidato poderá descansar, se for necessário, somente na posição inicial.  
h) O tempo máximo para execução do teste é de 60 (sessenta) segundos.

**10.13. TESTE DE BARRA FIXA/ISOMETRIA NA BARRA**

- a) Deverão ser executadas 3 (três) repetições de flexão de braço na barra pelos candidatos do sexo masculino e 10 (dez) segundos de barra, em isometria, pelas candidatas do sexo feminino.  
b) A estrutura para a preparação e a execução do teste de flexão de braços (sexo masculino) ou isometria (sexo feminino) na barra obedecerão aos seguintes critérios:

Masculino:

- a. Posição inicial: com a pegada livre na barra, braços estendidos e corpo suspenso, sem contato dos pés no solo;
- b. Execução: partindo da posição inicial, o avaliado flexionará a articulação dos cotovelos, suspendendo o corpo em direção à barra, devendo passar o queixo acima da barra, retornando à posição inicial; o tempo máximo para execução do teste é de 2 (dois) minutos.
- c. Correção do movimento:  
Quando, no movimento da flexão dos braços, o queixo ultrapasse totalmente a barra e, no retorno, haja a total extensão dos braços;  
Quando a força dos braços não seja auxiliada ou facilitada por movimentos oscilatórios do corpo, em forma de embalo ou impulso, contínuos ou partindo da inércia;  
Quando haja flexão e extensão simultânea e simétrica dos braços;  
Não será computada a contagem do movimento interrompido por ocasião da soltura da barra, antes de completar a total extensão dos braços no retorno à posição inicial.  
Contagem: a contagem será validada e computada a cada vez que o candidato completar o movimento nos padrões acima citados retornando à posição inicial.

Feminino:

- a. Posição inicial: As mãos, durante a pegada (pegada livre) devem estar distantes a uma largura correspondente à dos ombros da avaliada. A avaliada poderá ser auxiliada por um apoio (banco, cadeira, dentre outros) para se posicionar na barra, até que seu queixo ultrapasse o nível da barra, para o início da modalidade;
- b. Execução: Após a avaliada estar em posição para iniciar a modalidade, será retirado o apoio, momento em que será acionado o cronômetro, iniciando-se a avaliação. A avaliada deverá



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO Nº 01/2025**

utilizar força máxima, objetivando manter-se, pela força dos membros superiores, suspensa durante 10 (dez) segundos, com o queixo acima do nível da barra, sem tocá-la. O cronômetro será travado quando a avaliada sair da posição do queixo acima do nível da barra ou encostá-lo na barra ou ainda encostar os pés nos postes de sustentação. Não são permitidos movimentos de quadris ou pernas e extensão da coluna cervical como formas de auxiliar na execução da modalidade; O tempo mínimo para execução do teste é de 10 (dez) segundos.

- c. Correção do movimento: Será considerado correto o exercício quando as pernas da avaliada permanecerem na posição paralelas ou cruzadas durante toda a execução da modalidade e o queixo estiver paralelo ao solo, acima da linha da barra. Não será permitido o uso de acessórios pela avaliada para realizar a modalidade;
- d. Contagem: será pontuado o tempo em que a avaliada conseguir manter-se com o queixo acima do nível da barra, desde que também cumpra os demais procedimentos acima descritos.
- c) O exercício será considerado correto se o candidato cumprir todas as etapas.
- d) O examinador da banca contará em voz alta o número de repetições realizadas corretamente, no caso do teste para o sexo masculino, e o tempo de realização do exercício, no caso do teste para o sexo feminino.
- e) O exercício deverá ser realizado ininterruptamente, não sendo permitida a parada para descanso em nenhum momento do teste. Caso isso ocorra, o candidato será desclassificado.

**10.14. TESTE DE CORRIDA**

- a) Deverá ser realizado o percurso mínimo de 2.400 (dois mil e quatrocentos) metros pelos candidatos do sexo masculino e 2.000 (dois mil) metros pelas candidatas do sexo feminino.
- b) O tempo máximo para execução do teste de corrida será de 12 (doze) minutos, com deslocamento contínuo, podendo andar ou correr.
- c) O percurso poderá ocorrer em pistas atléticas, ruas asfaltadas ou similares, dependendo das disponibilidades locais. Uma vez determinado o local pela Banca Examinadora, não serão aceitos recursos referentes às condições estruturais da pista, aclives ou declives, tendo em vista que o candidato se depara com situações de aspectos urbanos no cotidiano do exercício da profissão.
- d) Quando o teste de corrida não for realizado em pistas atléticas, a distância a ser percorrida será determinada pela Banca Examinadora através de instrumentos de medição adequados, sendo solicitado que um candidato do primeiro grupo testemunhe a veracidade da distância.

**II – CARGO DE AGENTE DE COMBATE A ENDEMIAS:**

**10.15. TESTE DE CORRIDA**

- a) Deverá ser realizado o percurso mínimo de 1.900 (um mil e novecentos) metros pelos candidatos do sexo masculino e 1.600 (um mil e seiscentos) metros pelas candidatas do sexo feminino.
- b) O tempo máximo para execução do teste de corrida será de 12 (doze) minutos, com deslocamento contínuo, podendo andar ou correr.
- c) O percurso poderá ocorrer em pistas atléticas, ruas asfaltadas ou similares, dependendo das disponibilidades locais. Uma vez determinado o local pela Banca Examinadora, não serão aceitos recursos referentes às condições estruturais da pista, aclives ou declives, tendo em vista que o candidato se depara com situações de aspectos urbanos no cotidiano do exercício da profissão.



**ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
MUNICÍPIO DE VACARIA  
CONCURSO PÚBLICO N° 01/2025**

- d) Quando o teste de corrida não for realizado em pistas atléticas, a distância a ser percorrida será determinada pela Banca Examinadora através de instrumentos de medição adequados, sendo solicitado que um candidato do primeiro grupo testemunhe a veracidade da distância.

**10.16. TESTE DE CARREGAMENTO DE PESO**

- a) O candidato deverá realizar o percurso de 20 (vinte) metros, carregando o peso de 25 (vinte e cinco) kg para homens e 18 (dezoito) kg para mulheres.
- b) O tempo máximo para execução do teste de carregamento de peso será de 02 (dois) minutos
- c) Será eliminado o candidato que derrubar o peso ou apoiá-lo no chão durante o trajeto.

**ANDRÉ LUIZ ROKOSKI,  
Prefeito Municipal de Vacaria/RS.**