

**EDITAL Nº 005/2023**

**CONVOCAÇÃO PARA O TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

O Diretor Presidente da Londrina Iluminação S.A., no uso de suas atribuições legais, torna público, para conhecimento dos interessados, na forma do Anexo I deste edital, a relação dos candidatos convocados para o Teste de Aptidão Física, fase de caráter eliminatório, conforme explicitam os itens a seguir:

**1. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

- 1.1. O Teste de Aptidão Física, terá caráter eliminatório, sendo o candidato considerado **Apto** ou **Inapto**.
- 1.2. O Teste de Aptidão Física será realizado no dia **12 de março de 2023**, na cidade de Londrina-PR e serão convocados os candidatos aprovados na Prova Objetiva, conforme subitem 10.1 do Edital nº 001/2022 e **Anexo I** deste edital.
- 1.3. Em caso de empate, todos os candidatos com a mesma pontuação do último classificado na Prova Objetiva, também serão convocados.
- 1.4. O Teste de Aptidão Física conceitua-se como o procedimento que recorre a métodos, técnicas e instrumentos de avaliação, capazes de identificar aspectos ligados ao condicionamento físico do candidato, objetivando, assim, estabelecer um prognóstico da qualidade do desempenho das atividades relativas ao cargo, com a finalidade de avaliar a capacidade do candidato de suportar física e organicamente (fisiologicamente) as condições e exigências de exercício das tarefas rotineiras dos cargos de Agente Eletricista e de Técnico em Eletrotécnica.
  - 1.4.1. Todos os candidatos convocados realizarão o Teste de Aptidão Física em igualdade de condições, sem ressalvas, devendo atingir os índices em cada teste, de acordo com o estabelecido no **Anexo II** deste Edital.
- 1.5. O Teste de Aptidão Física será registrado em áudio e vídeo somente pela Comissão Organizadora e serão executados na seguinte ordem:
  - a) Teste de Flexão Abdominal (masculino e feminino);
  - b) Corrida de Segmento (shuttle run) (masculino e feminino);
  - c) Tração na barra fixa (masculino) / Isometria na barra fixa (feminino); e
  - d) Teste de Cooper de 2400 metros (masculino e feminino).
- 1.6. As especificidades dos testes bem como os critérios a serem utilizados para a realização da Prova de Aptidão Física constam do **Anexo II** deste Edital.
- 1.7. **O local de realização do Teste de Aptidão Física será na UEL/CEFE – Centro de Educação Física e Esporte, Rodovia Celso Garcia Cid, s/n, PR 445 – KM 380, Campus Universitário, Londrina-PR, conforme horário estipulado no Anexo I deste Edital.**
  - 1.7.1. Não serão aceitos, em hipótese alguma, pedidos de realização do exame fora da data, horário e local estabelecidos neste Edital.
- 1.8. Para o Teste de Aptidão Física, o candidato deverá chegar com 30 minutos de antecedência e apresentar, antes da realização da prova, **atestado médico em via original datado de, no máximo, 30 (trinta) dias anteriores à data de realização do Teste**, contendo o CRM do médico responsável, atestando estar o candidato apto para o esforço físico decorrente de todos os testes aos



- quais será submetido no decorrer do respectivo Teste, sem ressalva de testes. O atestado médico será retido e não será devolvido ao candidato em hipótese alguma. O candidato que não apresentar o atestado médico não realizará o Teste de Aptidão Física, independentemente dos motivos alegados.
- 1.9. Para o Teste de Aptidão Física o candidato deverá:
    - a) apresentar documento de identidade original, observados os **subitens 9.4 ao 9.8 do Edital nº 001/2022**, devendo autenticar o documento de verificação de presença por meio da coleta da assinatura. Poderá ser coletada também digital do candidato a critério da Comissão Examinadora;
    - b) apresentar-se com traje adequado à prática de atividades físicas ou desportivas. O candidato com trajes não apropriados à prática esportiva estará assumindo a responsabilidade por qualquer prejuízo advindo;
    - c) apresentar o atestado médico previsto no **subitem 1.8** deste Edital, sob as penas previstas em mesmo item editalício.
  - 1.10. Não haverá repetição na execução dos testes de Aptidão Física, salvo por força de fatores de ordem técnica não provocada pelo candidato, ou pela Comissão Organizadora e de acordo com o **Anexo II** deste Edital.
  - 1.11. **Não será permitido o uso de relógio, luvas, celular, cronômetro ou qualquer dispositivo eletrônico, nem acompanhante, no local, no horário e durante a realização dos testes.**
  - 1.12. Em razão de condições climáticas, ou de força maior, a critério da Comissão Examinadora, o Teste de Aptidão Física poderá ser adiado ou interrompido, importando na fixação de novo horário e ou data que serão divulgados aos candidatos presentes que não tenham feito o teste.
  - 1.13. Quaisquer casos de alterações orgânicas permanentes ou temporárias, tais como deficiências físicas, estados menstruais, indisposições, câibras, contusões, gravidez ou outros que impossibilitem ou diminuam ou limitem a capacidade física e/ou orgânica do candidato para se submeter ao Teste de Aptidão Física não serão aceitos para fins de tratamento diferenciado por parte da Comissão Examinadora.
  - 1.14. O candidato será informado do resultado que obteve no Teste de Aptidão Física imediatamente após o término de cada teste, momento em que poderá:
    - 1.14.1. insurgir-se contra o resultado, mediante recurso expresso em razões fundamentadas e lançadas em formulário próprio, disponível no local dos testes; ou
    - 1.14.2. concordar com o resultado da avaliação e apor o seu ciente na ficha de avaliação.
  - 1.15. Na hipótese de recurso, na forma prevista no **subitem 1.14.1** deste Edital, a Comissão Examinadora, responsável pela aplicação dos testes, apreciará as razões recursais e decidirá, cientificando o candidato quanto à decisão, o qual deverá apor o seu ciente da decisão no formulário do recurso.
  - 1.16. Na hipótese de procedência do recurso, o candidato poderá ser reencaminhado ao teste/resultado que foi objeto de recurso, com aproveitamento dos demais testes/resultados que não integrem o recurso. O novo resultado obtido, se houver, será o utilizado para fins de permanência (se apto) ou exclusão (se inapto) do candidato do Concurso Público, sem possibilidade de aproveitamento do primeiro resultado obtido.
  - 1.17. Não caberá pedido de reconsideração ou de revisão de resultado de recurso.
  - 1.18. Será considerado apto, ao final do Teste de Aptidão Física, o candidato que atingir o índice mínimo exigido em cada teste e, também, atingir o índice mínimo da somatória de 10 (dez) pontos, de um total de 20 (vinte) pontos, conforme disposto no **subitem 10.21 do Edital nº 001/2022**.
  - 1.19. O candidato que for considerado inapto no Teste de Aptidão Física será eliminado do Concurso Público.

- 1.20. O não comparecimento, atraso ou ausência do candidato no local do Teste de Aptidão Física, por qualquer motivo, implicará a sua eliminação do Concurso. O candidato presente no local do Teste de Aptidão Física que não se submeter, por vontade própria, à realização dos testes previstos, quaisquer que sejam os motivos alegados, será eliminado do Concurso Público.
- 1.21. Não caberá à Londrina Iluminação nem à Cops/Uel, nenhuma responsabilidade com acidentes que possam vir a ocorrer com o candidato durante a execução dos testes.
- 1.22. A lista dos candidatos **Aptos** no Teste de Aptidão Física, bem como o desempenho individual dos candidatos serão disponibilizados no endereço eletrônico [www.cops.uel.br](http://www.cops.uel.br), **às 17h do dia 15 de março de 2023**.
  - 1.22.1. O candidato que não constar da lista dos candidatos **Aptos** poderá interpor recurso na forma do **subitem 11.1.4 do Edital nº 001/2022**, observados os demais termos dispostos do **item 11 do Edital nº 001/2022**.
- 1.23. Os conteúdos e as orientações prévias dos Testes de Aptidão Física constam do **Anexo II** deste Edital.

## 2. DAS DISPOSIÇÕES GERAIS E FINAIS DO EXAME DE APTIDÃO FÍSICA

- 2.1. Caberá à Comissão Organizadora, composta por profissionais de Educação Física e Esporte, decidir sobre imprevistos ocorridos durante a realização dos testes, inclusive no caso de questões de ordem técnica ou intempéries, assegurando a sua aplicação.
- 2.2. Será excluído do Concurso, por ato da Comissão do Concurso, o candidato que prestar declaração falsa ou inexata, em qualquer documento, descumprir quaisquer das instruções previstas no Edital nº 001/2022 e neste Edital, usar de meios ilícitos durante o Concurso, fazer filmagens, manifestar-se a favor ou contra a execução dos exames de outros candidatos, antes, durante, ou depois de sua realização, sem prejuízo das sanções penais aplicáveis.
- 2.3. Caberá aos candidatos o conhecimento e execução dos testes relacionados, conforme estabelece este Edital. Não será aceita qualquer alegação de desconhecimento dos procedimentos exigidos.
- 2.4. Os casos omissos serão resolvidos pela Coordenadoria de Processos Seletivos da UEL e pela Comissão do Concurso.

Londrina, 2 de março de 2023.

Cláudio Sérgio Tedeschi

**Diretor Presidente**



**ANEXO I DO EDITAL Nº 005/2022**  
**CANDIDATOS CONVOVADOS PARA O TESTE DE APTIDÃO FÍSICA**

NÚMERO_INSCRIÇÃO	NOME_CANDIDATO	PONTOS_OBJETIVA	HORÁRIO
31201432	RENATO ALMEIDA QUILES	44	9H00
31200855	GUSTAVO TOSHIO TAKAKI HIRATA	40	9H00
31201100	RAPHAEL FREGONESI TEIXEIRA	38	9H00
31201474	WILLIAN KASUO KIDO CARRASCO	37	9H00
31201308	JOAO PEDRO HORACIO DA SILVA	36,5	9H00
31200558	ANDRE RICARDO TEIBEL	35,5	9H00



**ANEXO II DO EDITAL Nº 005/2022**  
**ORIENTAÇÕES PRÉVIAS PARA A REALIZAÇÃO DOS TESTES DE APTIDÃO FÍSICA**

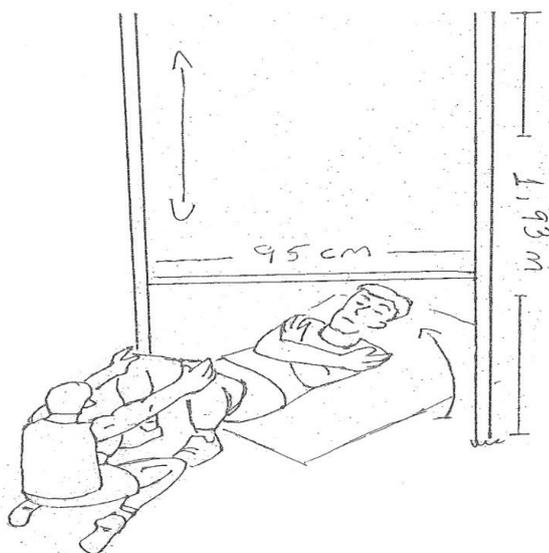
**1 - FLEXÃO ABDOMINAL**

Procedimentos:

**a) Posição Inicial:** O candidato deverá colocar-se em decúbito dorsal com os braços cruzados sobre o peito, a palma das mãos voltada para o tórax na altura dos ombros opostos e com o terceiro dedo em direção ao acrômio (mão esquerda tocando o ombro direito e mão direita tocando o ombro esquerdo) e as pernas flexionadas a 90 (noventa) graus com a planta dos pés em contato com o solo. O candidato terá o auxílio de um avaliador durante a execução do teste, para que permaneça com os pés em contato com o solo.

**b) Execução:** Após emissão do comando do coordenador do teste, o candidato flexionará o tronco até que toque na corda que serve de marcador (ver figura ilustrativa). Para validar o movimento, o candidato deverá tocar o marcador com os ombros e retornar à posição inicial sem alterar a posição dos braços, de forma que a escápula encoste no chão, completando assim, uma repetição, devendo executar o maior número de repetições em um minuto. O comando do término do tempo de 1 (um) minuto será emitido pelo coordenador do teste.

- O avaliador irá contar o número de repetições válidas realizadas. Quando a execução do exercício não atender ao previsto neste edital, a execução não será contada.
- Cada execução começa e termina sempre na posição inicial. Somente assim será contada uma execução completa. A pontuação atribuída ao candidato corresponderá ao número de repetições válidas executadas até o momento de interrupção do teste.
- Caso o candidato seja considerado inapto ou não tenha conseguido atingir o índice estabelecido na tabela de desempenho mínimo será considerado inapto e estará eliminado do Concurso. **Não serão permitidas outras tentativas neste teste.**
- O candidato que conseguir atingir o índice estabelecido na tabela de desempenho mínimo executará o próximo teste (corrida de segmento - *shuttle-run*)



<b>Teste de Flexão Abdominal em 1min</b>			
<b>MASCULINO</b>		<b>FEMININO</b>	
<b>Repetições</b>	<b>Pontos</b>	<b>Repetições</b>	<b>Pontos</b>
Até 25	0 (eliminado)	Até 21	0 (eliminado)
De 26 a 27	1	De 22 a 23	1
De 28 a 29	2	De 24 a 25	2
De 30 a 31	3	De 26 a 27	3
De 32 a 33	4	De 28 a 29	4
Igual ou superior a 34	5	Igual ou superior a 30	5

## 2- CORRIDA DE SEGMENTO (Shuttle Run)

Procedimentos:

**Posição Inicial:** No teste de *shuttle-run* (ver figura ilustrativa), é demarcado um percurso de 9,14 m (nove metros e quatorze centímetros) e o candidato coloca-se na posição em pé o mais próximo possível da linha de partida (oposta em que se encontram os blocos).

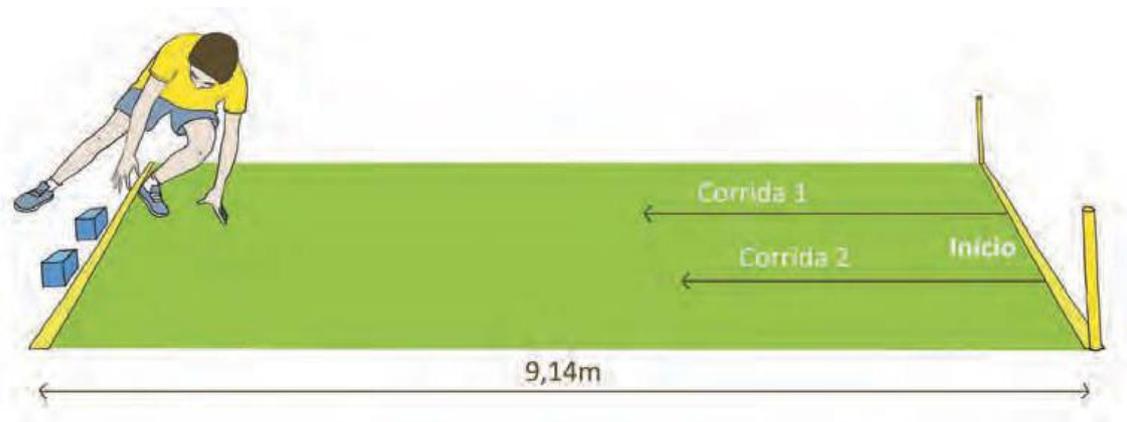
**Execução:** Simultaneamente ao sinal de saída emitido pelo avaliador o cronometro é acionado e inicia-se o teste. O candidato deverá se deslocar correndo à máxima velocidade até os 2 blocos dispostos equidistantes a 9,14 metros da linha de saída, devendo tocar com pelo menos um dos pés o solo posterior a ela. Ao chegar, o candidato deverá pegar um dos blocos, e retornar ao ponto de partida, depositando esse bloco atrás da linha demarcatória. O bloco não deve ser jogado, mas sim colocado no solo. Em seguida, sem interromper a corrida, o candidato parte novamente, em busca do segundo bloco, procedendo da mesma forma. Ao pegar ou deixar o bloco, o candidato terá de transpor pelo menos com um dos pés as linhas que limitam o espaço de teste.

**Avaliação:** Será registrado o tempo obtido no percurso total. O registro do tempo inicia-se ao sinal do avaliador, momento em que acionará o seu cronômetro e findará através do travar do cronômetro, quando o candidato colocar o segundo bloco no solo (é vedado lançar o bloco) e transpor pelo menos um dos pés à linha final.

Serão colocados dois blocos de madeira a 10 centímetros da parte externa de uma das linhas externas e separados entre si por um espaço de 30 centímetros.

- Se o candidato não conseguir concluir o teste conforme o tempo mínimo estipulado na tabela de desempenho, será considerado inapto e estará eliminado do concurso.
- O candidato que conseguir concluir o teste dentro do tempo estabelecido na tabela de desempenho executará o próximo teste (tração/isometria na barra fixa).





MASCULINO		FEMININO	
Tempo: Shuttle Run (s)	Pontos	Tempo: Shuttle Run (s)	Pontos
Superior a 13"	0 (eliminado)	Superior a 16"	0 (eliminado)
De 12"50 a 13"	1	De 15"50 a 16"	1
De 12" a 12"49	2	De 15" a 15"49	2
De 11"50 a 11"99	3	De 14"50 a 14"99	3
De 11" a 11"49	4	De 14" a 14"49	4
De 10"50 a 10"99	5	De 13"50 a 13"99	5

### 3 - TRAÇÃO NA BARRA FIXA (masculino) / ISOMETRIA NA BARRA FIXA (feminino)

#### 3.1 - TRAÇÃO NA BARRA FIXA (Somente para o sexo masculino)

##### Procedimentos:

**a) Posição inicial:** partindo da posição inicial (pegada) na barra metálica disposta horizontalmente, de 1,5 polegada ou 3,80 cm de diâmetro, empunhadura em pronação (dorso da mão voltado para o avaliado), flexionar os braços (cotovelos) ultrapassando o queixo em ângulo reto com o pescoço até a parte superior da barra, pés fora do solo, e voltar à posição inicial, ficando com os braços (cotovelos) e pernas completamente estendidos.

- Não há tempo determinado para a execução dos movimentos, podendo o exercício ser executado de forma lenta ou rápida e podendo haver intervalo entre as execuções. Os joelhos e o quadril não poderão estar flexionados durante a execução de cada uma das tentativas.
- Não é permitido impulsionar o corpo com as pernas ou balançar o corpo para executar cada flexão, bem como é proibido o contato das pernas ou do corpo com quaisquer objetos ou auxílios por parte de qualquer circunstância.

**b) Execução:** Para a contagem serão válidas as trações corretamente executadas e encerra-se o exercício assim que o candidato largar a barra com uma ou duas mãos, flexionar os joelhos durante a execução ou tocar

o solo com os pés. Portanto, dentro da presente descrição serão computadas as trações iniciadas com os braços (cotovelos) totalmente estendidos e que o queixo ultrapasse a altura da barra em ângulo reto e não tenha havido impulso com as pernas, corpo ou qualquer outro auxílio.

- Não será computada a primeira tração, caso o candidato a realize com aproveitamento do impulso tomado durante o salto para a empunhadura na barra.
- O candidato somente iniciará o exercício após a autorização do avaliador, quem deverá fazer a contagem das repetições corretamente realizadas.

**c) Número de tentativas:** será aceita apenas 01 (uma) tentativa.

**d) Tempo de execução:** sem tempo para a execução.

**e) Número de repetições:** conforme a tabela de desempenho mínimo estabelecida.

- Se o candidato não conseguir atingir o referido índice na tabela de desempenho mínimo será considerado inapto e estará eliminado do concurso.
- O candidato que conseguir atingir o índice estabelecido na tabela de desempenho mínimo executará o próximo teste (corrida de 2.400 metros).

<b>Teste de tração</b>	
<b>MASCULINO (Repetições)</b>	
<b>Número de repetições</b>	<b>Pontos</b>
De 0 a 1	0 (eliminado)
2	1
3	2
4	3
5	4
Igual a 6 ou superior	5

### **3.2 - ISOMETRIA NA BARRA FIXA (somente para o feminino)**

Procedimentos:

**a) Posição inicial:** a candidata poderá ser auxiliada por um apoio nos pés, que lhe permita se posicionar antes de iniciar o teste. As mãos deverão estar posicionadas na largura dos ombros, os braços já flexionados com o queixo em ângulo reto e acima do nível do cano da barra metálica, disposta horizontalmente, de 1,5 polegada ou 3,80 cm de diâmetro e sem hiperextensão da cabeça. A pegada será em pronação (dorso da mão voltado para a avaliada).

**b) Execução:** Ao comando do avaliador "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 e pernas estendidas. O cronômetro será travado quando o queixo da candidata encostar ou ficar no mesmo alinhamento do cano da barra.

- - Será anotado o tempo que a avaliada conseguiu manter-se acima do nível da barra.

**c) Número de tentativas:** será aceita apenas 01 (uma) tentativa.

**d) Tempo de execução:** conforme a tabela de desempenho mínimo estabelecida.



- Se a candidata não conseguir atingir o referido índice na tabela de desempenho mínimo será considerada inapta e estará eliminada do concurso.
- A candidata que conseguir atingir o índice estabelecido na tabela de desempenho mínimo seguirá para próximo teste (corrida de 2.400 metros).

<b>Teste de tração</b>	
<b>FEMININO (Isometria)</b>	
<b>Tempo (segundos)</b>	<b>Pontos</b>
De 0 a 5	0 (eliminado)
De 6 a 10	1
De 11 a 15	2
De 16 a 20	3
De 21 a 25	4
Igual ou superior a 26	5

#### **4 - TESTE DE COOPER DE 2400 METROS**

Procedimentos:

**a) Posição inicial:** O candidato, em uma única tentativa, deverá percorrer a distância de 2.400 (dois mil e quatrocentos) metros de acordo com o tempo de execução estabelecido pela tabela de desempenho mínimo em local previamente demarcado com 400 (quatrocentos) metros de metragem.

**b) Execução:** A metodologia para a preparação e a execução do teste de corrida de 2.400 metros para os candidatos dos sexos masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios:

- I. o candidato poderá, durante a execução dos 2.400 metros, deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir;
- II. haverá o comando por sinal sonoro para iniciar o teste, com os candidatos estando colocados atrás da linha inicial do teste. Neste momento, o cronômetro será acionado para iniciar o registro individual do tempo de cada candidato;
- III. os candidatos não poderão utilizar relógio ou outro tipo de aparelho eletrônico para controlar o seu tempo;
- IV. ao passar pelo local de início do teste, cada candidato deverá dizer em voz alta o seu número de identificação para o auxiliar a equipe de avaliadores que estiver marcando o seu tempo para controlar o número de voltas e informar ao candidato quantas voltas completou naquele momento;
- V. o teste se encerrará quando o candidato completar a distância de 2.400 metros (6 voltas em pista de 400 metros), momento no qual o auxiliar da equipe de avaliadores travará o cronometro para registrar o tempo realizado pelo candidato para percorrer a distância estabelecida;

- A correta realização do teste de corrida de 2.400 metros levará em consideração as seguintes observações:

- I. o tempo oficial do teste será controlado por cronômetro do avaliador do teste, sendo o único que servirá de referência para o início e o término do teste;



- II. orienta-se que, após o término do teste, o candidato não pare bruscamente a corrida, mas que continue a correr lentamente ou caminhar após a ultrapassar linha de chegada;
  - III. o tempo de execução da distância percorrida pelo candidato, a ser considerado oficialmente, será somente a registrado pelo avaliador.
- Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste de corrida de 2.400 metros:
    - I. dar ou receber qualquer tipo de ajuda física (como puxar, empurrar, carregar, segurar na mão etc.);
    - II. não aguardar a presença do auxiliar da equipe de avaliadores para a confirmação do tempo executado e posterior assinatura na ficha de avaliação;
    - III. abandonar a pista antes da liberação da equipe de avaliação.
  - O teste do candidato será interrompido caso ocorra quaisquer das proibições referentes a execução deste teste, sendo a distância percorrida desconsiderada, implicando na eliminação do candidato.
  - Cada candidato terá apenas uma tentativa para realizar o teste.
  - O teste de corrida de 2.400 metros deverá ser aplicado em uma pista com condições adequadas (oval ou circular), apropriada para corrida e, preferencialmente, com 400 metros de comprimento
  - O piso da pista de corrida de 2.400 metros será rígido, firme, regular e uniforme.
  - Se o candidato não conseguir atingir o referido índice na tabela de desempenho mínimo será considerado inapto e estará eliminado do concurso.

**Não serão permitidas outras tentativas neste teste**

MASCULINO		FEMININO	
Tempo: 2400 metros (min)	Pontos	Tempo: 2400 metros (min)	Pontos
Igual ou superior a 14'30"	0 (eliminado)	Igual ou superior a 16'	0 (eliminado)
De 14'09" a 14'29"	1	De 15'39" a 15'59"	1
De 13'48" a 14'08"	2	De 15'18" a 15'38"	2
De 13'27" a 13'47"	3	De 14'57" a 15'17"	3
De 13'06" a 13'26"	4	De 14'36" a 14'56"	4
De 12'45" a 13'05"	5	De 14'15" a 14'35"	5