

**Estado do Rio Grande do Sul  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES  
PODER EXECUTIVO**

DECRETO Nº 12.868, DE 22 DE JULHO DE 2025.

REGULAMENTA O TESTE DE APTIDÃO  
FÍSICA COMO REQUISITO PARA  
PROMOÇÃO NA CARREIRA DOS  
INTEGRANTES DA GUARDA CIVIL  
MUNICIPAL.

DIOGO SEGABINAZZI SIQUEIRA, Prefeito Municipal de Bento Gonçalves, no uso de suas atribuições que lhe confere o art. 57, inciso IV e art. 92, inciso I, alínea "a", da Lei Orgânica do Município,

CONSIDERANDO a necessidade de assegurar a eficiência, a aptidão e a plena capacidade física dos integrantes da Guarda Civil Municipal para o exercício de suas funções operacionais;

CONSIDERANDO disposto no incisos I, alínea "c", e II, alínea "c", do art. 31da Lei Municipal nº 6.370, de 29 de maio de 2018, que estabelece como requisito para a promoção funcional dos integrantes da Guarda a aprovação em Teste de Aptidão Física (TAF); e

CONSIDERANDO a importância da regulamentação dos critérios técnicos, operacionais e médicos para a aplicação do Teste de Aptidão Física (TAF), de forma a garantir segurança, isonomia e legalidade no processo;

DECRETA:

Art. 1º Fica regulamentado o Teste de Aptidão Física (TAF) como requisito obrigatório para fins de promoção funcional dos integrantes da Guarda Civil Municipal de Bento Gonçalves, conforme previsto na Lei Municipal nº 6.370, de 29 de maio de 2018.

Art. 2º O Teste de Aptidão Física (TAF) será aplicado por profissional de educação física legalmente habilitado, inscrito no Conselho Regional de Educação Física (CREF), com base na tabela de apoio e na descrição dos exercícios físicos constantes no anexo que é parte integrante deste decreto.



**Estado do Rio Grande do Sul  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES  
PODER EXECUTIVO**

Art. 3º A participação no Teste de Aptidão Física (TAF) está condicionada à apresentação de atestado médico individual, emitido com no máximo 30 (trinta) dias de antecedência da data de realização do teste, contendo:

I – nome completo do servidor;

II – número do documento de identificação (RG ou CPF);

III – parecer expresso de que está “apto para realizar atividades que exijam esforço físico”; e

IV – nome legível, número de inscrição no CRM e assinatura do profissional médico responsável.

Art. 4º Fica estabelecida a obrigatoriedade da realização de, no mínimo, um Teste de Aptidão Física (TAF) por ano para todos os integrantes da Guarda Civil Municipal, independentemente de estarem concorrendo a promoção funcional, com o objetivo de manter o acompanhamento periódico da aptidão física dos servidores.

§1º A aplicação do Teste de Aptidão Física (TAF) anual deverá ocorrer em cronograma definido pela chefia da Guarda Civil Municipal, com aviso prévio mínimo de 30 (trinta) dias.

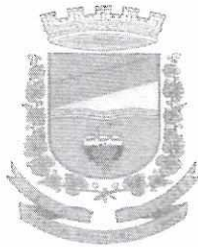
§2º A inaptidão no teste anual não acarretará sanções administrativas diretas, mas deverá ensejar encaminhamento para avaliação médica e adoção de medidas de orientação e condicionamento físico, conforme o caso.

§3º O Teste de Aptidão Física (TAF) realizado anualmente poderá ser utilizado como critério válido para promoção, desde que respeitado o prazo de validade previsto neste Decreto.

§4º Poderá ser autorizado Teste de Aptidão Física (TAF) extraordinário, fora do cronograma anual, quando houver necessidade justificada para fins de ascensão funcional, mediante solicitação fundamentada da chefia imediata e autorização da autoridade competente.

Art. 5º O resultado do Teste de Aptidão Física (TAF) terá validade de 01 (um) ano, contado da data de sua aplicação, podendo ser utilizado para fins de promoção funcional dentro deste período.

Art. 6º Será permitida uma única reaplicação do Teste de Aptidão Física (TAF) ao servidor que:



**Estado do Rio Grande do Sul  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES  
PODER EXECUTIVO**

I – não alcançar a nota mínima exigida, conforme critérios técnicos do teste; ou

II – apresentar atestado médico justificando impedimento para a realização do teste na data agendada.

§1º A reaplicação deverá ocorrer no prazo máximo de até 30 (trinta) dias após a primeira avaliação.

§2º Os casos de impedimento médico serão avaliados individualmente pela autoridade competente da Secretaria Municipal responsável.

Art. 7º No dia e local de aplicação do Teste de Aptidão Física (TAF), deverá haver presença obrigatória de ambulância equipada, com profissional de saúde, para atendimento pré-hospitalar de urgência, a fim de garantir a segurança e o pronto atendimento aos servidores.

Art. 8º A regulamentação ora estabelecida tem por finalidade garantir a transparência, padronização e efetividade do processo de promoção, bem como assegurar que os integrantes da Guarda Civil Municipal estejam fisicamente aptos a exercer suas funções com eficiência e segurança.

Art. 9º Este decreto entra em vigor na data de sua publicação.

GABINETE DO PREFEITO MUNICIPAL DE BENTO GONÇALVES, aos vinte e dois dias do mês de julho de dois mil e vinte e cinco.

Registre-se e Publique-se.

Gustavo Baldasso Schramm  
Procurador-Geral do Município

DIOGO SEGABINAZZI SIQUEIRA  
Prefeito Municipal.

Milena Tasca Gatto  
Subprocuradora-Geral do Município

Registrado (a) às fls. 95  
e publicado (a)  
Em 23 / 07 / 25





GUARDA CIVIL MUNICIPAL  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES - RS

## ANEXO I

### DESCRIÇÃO DOS EXERCÍCIOS

Esse anexo visa orientar os Guardas Civis Municipais do que será considerado e como será cobrado os movimentos da tabela do anexo II.

**1 - Teste de Corrida de 12 (doze) minutos** 1. Os candidatos deverão apresentar-se para realização desta prova com vestuário adequado, ou seja, calção ou calça de abrigo na cor preta ou azul, camiseta na cor preta ou azul e tênis. 2. O candidato, em uma única tentativa, terá o tempo de 12 (doze) minutos para percorrer a distância mínima exigida no anexo II, em local previamente demarcado, com identificação da metragem ao longo do trajeto. A metodologia para a preparação e a execução do teste para os candidatos do sexo masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios: a) o candidato poderá, durante os doze minutos, deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir; b) os comandos para iniciar e terminar o teste serão dados por um silvo de apito; c) não será informado o tempo que restar para o término da prova, mas o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo; d) ao passar pelo local de início da prova, o candidato será informado de quantas voltas completou naquele momento, pelo fiscal de pista; e) após soar o apito encerrando o teste, o candidato deverá permanecer no local onde estava naquele momento e aguardar a presença do fiscal que irá aferir mais precisamente a metragem percorrida. 3. A correta realização do teste levará em consideração as seguintes observações: a) o tempo oficial da prova será controlado por relógio do examinador, sendo o único que servirá de referência para o início e término da mesma; b) orienta-se que, após o apito que indica o término da prova, o candidato não pare bruscamente a corrida, evitando ter um mal súbito e que continue a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente, fora da pista), no ponto em que se encontrava quando soou o apito de término da prova; c) a distância percorrida pelo candidato, a ser considerada oficialmente, será somente a aferida pelo Examinador. 4. Não será permitido ao candidato, quando da realização do teste: 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 soar do apito encerrando a prova.

**2 - Teste de Flexão Abdominal** 1. O teste terá a duração de 1 (um) minuto e será iniciado e terminado a comando. A metodologia para a preparação e a execução do teste de resistência abdominal para os candidatos do sexo masculino e feminino obedecerão aos seguintes critérios das seguintes etapas: a) Posição Inicial: Deitado em decúbito dorsal, cabeça encostada no solo, com pernas flexionadas em até 90° (noventa graus) de inclinação em relação ao solo, pés ao solo e paralelos com afastamento máximo de 30 cm (trinta centímetros)

Secretaria Municipal de Segurança Pública – Travessa Itaqui, 84 - Bairro: Cidade Alta  
Bento Gonçalves – RS – CEP: 95-700-336. Telefone: (54) 3055-7018  
E-mail: [seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br](mailto:seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br)



Autenticado digitalmente por SANDRO CARLOS GONÇALVES DA SILVA.  
Documento Nº: 141117.902044-5057 - consulta à autenticidade em  
<https://siga.bentogoncalves.rs.gov.br/sigaex/public/app/autenticar?n=141117.902044-5057>



SIGA



GUARDA CIVIL MUNICIPAL  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES - RS

entre eles, mãos atrás da cabeça ou cruzadas no peito. Contrair o músculo reto abdominal, como se fosse puxar o umbigo em direção à coluna vertebral, de modo a ativar a musculatura do tronco; b) Execução: Elevar o tronco levemente, levantando a parte superior das costas do solo. O movimento deve ser de curta amplitude, com foco na contração abdominal, sem a necessidade de levantamento completo do tronco, retornando à posição inicial, antes de iniciar a próxima flexão. O movimento será considerado correto se o candidato cumprir todas as etapas; c) a contagem será validada e computada a cada vez que o candidato completar o movimento nos padrões acima citados retornando a posição inicial. 2. A contagem das execuções corretas levará em consideração as seguintes observações: a) o examinador irá contar em voz alta o número de repetições realizadas; quando o exercício não atender ao previsto neste anexo, o auxiliar de banca repetirá o número da última repetição realizada de maneira correta; b) a contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo Examinador; c) somente será contado o exercício realizado completamente, ou seja, se ao comando "pare" para o término da prova, o candidato estiver no meio da execução, esta não será computada.

### 3 - Flexão de braço

**3.1 - Efetivo Masculino** - 1. Posição inicial: Mãos espalmadas apoiadas no solo ou no colchonete, conforme necessidade, que será avaliada pelo responsável da aplicação da prova, tronco alinhado desde os ombros até o quadril e as pernas alinhadas ao tronco, braços estendidos na altura e na distância dos ombros, pés apoiados pela ponta dos dedos no solo. 2. Execução: O movimento se dá a partir da posição inicial, em seguida flexionará a articulação dos cotovelos paralelamente ao corpo nivelando cotovelo ao nível das escápulas, aproximando o tórax ao solo, não podendo tocá-lo, mantendo as costas, o quadril e as pernas alinhadas, o movimento seguinte deve ser o de retorno à posição inicial. 3. Tempo máximo do teste: 1 (um) minuto.

**3.2 - Efetivo Feminino** - 1. Posição inicial: Mãos espalmadas apoiadas no solo ou no colchonete, conforme necessidade, que será avaliada pelo responsável da aplicação da prova, tronco alinhado desde os ombros até o quadril e as coxas alinhadas ao tronco e quadril, os joelhos estarão em contato com o solo, formando um ângulo de 90°, entre as coxas e as panturrilhas. 2. Execução: O movimento se dá a partir da posição inicial, em seguida flexionará a articulação dos cotovelos paralelamente ao corpo nivelando cotovelo ao nível das escápulas, aproximando o tórax ao solo, não podendo tocá-lo, mantendo as costas e o quadril e as coxas alinhadas, o movimento subsequente é o de retorno à posição inicial. 3. Tempo máximo do teste: 1 (um) minuto.

Secretaria Municipal de Segurança Pública – Travessa Itaqui, 84 - Bairro: Cidade Alta  
Bento Gonçalves – RS – CEP: 95-700 336. Telefone: (54) 3055-7018  
E-mail: [seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br](mailto:seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br)



Autenticado digitalmente por SANDRO CARLOS GONÇALVES DA SILVA.  
Documento Nº: 141117.902044-5057 - consulta à autenticidade em  
<https://siga.bentogoncalves.rs.gov.br/sigaex/public/app/autenticar?n=141117.902044-5057>



SEMSEGDE\$202500182





GUARDA CIVIL MUNICIPAL  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES - RS

**4 - Corrida 50 Metros** 1.O teste será realizado em terreno plano, onde deverá haver a demarcação das linhas de largada e de chegada, compreendendo a distância de 50 (cinquenta) metros entre elas. O candidato posiciona-se inicialmente atrás da linha de largada, adotando um afastamento anteroposterior das pernas, com o pé da frente o mais próximo possível da referida linha. 2.Ao sinal do avaliador o candidato parte em máxima velocidade, objetivando cruzar a linha de chegada no menor tempo possível, que será anotado pelo cronometrista ou com o uso de equipamento específico para tal, com precisão em centésimos de segundo, que estará sobre a linha de chegada.3.O teste iniciará-se com a voz de comando do avaliador "Atenção!" "Já!!!", ao comando "Já!!!" o referido avaliador, concomitantemente, realiza um movimento rápido com o seu braço, que se encontrava estendido acima da cabeça, de cima para baixo, momento em que o avaliador (cronometrista) aciona o cronômetro que será travado quando o candidato cruzar a linha de chegada ou será realizada por meio eletrônico.4.Não será autorizado o uso de bloco de partida para a largada.5. Caso o candidato realize uma saída falsa, ele terá outra chance para realizar a tentativa.6.Caso persista no erro (realize uma segunda saída falsa), ele perderá a tentativa, obtendo 0 (zero) pontos naquela tentativa.

Secretaria Municipal de Segurança Pública – Travessa Itaquí, 84 - Bairro Cidade Alta  
Bento Gonçalves – RS – CEP: 95-700 336. Telefone: (54) 3055-7018  
E-mail: [seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br](mailto:seguranca@bentogoncalves.rs.gov.br)



Autenticado digitalmente por SANDRO CARLOS GONÇALVES DA SILVA.  
Documento Nº: 141117.902044-5057 - consulta à autenticidade em  
<https://siga.bentogoncalves.rs.gov.br/sigaex/public/app/autenticar?n=141117.902044-5057>



SIGA



GUARDA CIVIL MUNICIPAL  
MUNICÍPIO DE BENTO GONÇALVES - RS

ANEXO II

TABELA

| PONTUAÇÃO CANDIDATO DO SEXO MASCULINO |                     |                |        |                |                       |                       |                    |
|---------------------------------------|---------------------|----------------|--------|----------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|
| FLEXÃO DE<br>BRAÇO                    | FELXÃO<br>ABDOMINAL | TESTES CORRIDA |        | PONTOS         |                       |                       |                    |
|                                       |                     | 50 m           | 12 min | ATÉ 25<br>ANOS | DE 26 A<br>30<br>ANOS | DE 31 A<br>35<br>ANOS | 36 ANOS<br>OU MAIS |
| 6                                     | 16                  | 9'75           | 1600 m | 0              | 0                     | 0                     | 0                  |
| 8                                     | 18                  | 9'50           | 1700 m | 0              | 0                     | 0                     | 10                 |
| 10                                    | 20                  | 9'25           | 1800 m | 0              | 0                     | 10                    | 20                 |
| 12                                    | 22                  | 9'00           | 1900 m | 0              | 10                    | 20                    | 30                 |
| 14                                    | 24                  | 8'75           | 2000 m | 10             | 20                    | 30                    | 40                 |
| 16                                    | 26                  | 8'50           | 2100 m | 20             | 30                    | 40                    | 50                 |
| 18                                    | 28                  | 8'25           | 2200 m | 30             | 40                    | 50                    | 60                 |
| 20                                    | 30                  | 8'00           | 2300 m | 40             | 50                    | 60                    | 70                 |
| 22                                    | 32                  | 7'75           | 2400 m | 50             | 60                    | 70                    | 80                 |
| 24                                    | 34                  | 7'50           | 2500 m | 60             | 70                    | 80                    | 90                 |
| 26                                    | 36                  | 7'25           | 2600 m | 70             | 80                    | 90                    | 100                |
| 28                                    | 38                  | 7'00           | 2700 m | 80             | 90                    | 100                   | 100                |
| 30                                    | 40                  | 6'75           | 2800 m | 90             | 100                   | 100                   | 100                |
| 32                                    | 42                  | 6'50           | 2900 m | 100            | 100                   | 100                   | 100                |

| PONTUAÇÃO CANDIDATO DO SEXO FEMININO |    |       |        |     |     |     |     |
|--------------------------------------|----|-------|--------|-----|-----|-----|-----|
| 6                                    | 12 | 11'00 | 1300 m | 0   | 0   | 0   | 10  |
| 8                                    | 14 | 10'75 | 1400 m | 0   | 0   | 0   | 20  |
| 10                                   | 16 | 10'50 | 1500 m | 0   | 0   | 10  | 30  |
| 12                                   | 18 | 10'25 | 1600 m | 0   | 10  | 20  | 40  |
| 14                                   | 20 | 10'00 | 1700 m | 10  | 20  | 30  | 50  |
| 16                                   | 22 | 9'75  | 1800 m | 20  | 30  | 40  | 60  |
| 18                                   | 24 | 9'50  | 1900 m | 30  | 40  | 50  | 70  |
| 20                                   | 26 | 9'25  | 2000 m | 40  | 50  | 60  | 80  |
| 22                                   | 28 | 9'00  | 2100 m | 50  | 60  | 70  | 90  |
| 24                                   | 30 | 8'75  | 2200 m | 60  | 70  | 80  | 100 |
| 26                                   | 32 | 8'50  | 2300 m | 70  | 80  | 90  | 100 |
| 28                                   | 34 | 8'25  | 2400 m | 80  | 90  | 100 | 100 |
| 30                                   | 36 | 8'00  | 2500 m | 90  | 100 | 100 | 100 |
| 32                                   | 38 | 7'75  | 2600 m | 100 | 100 | 100 | 100 |

Para ser considerado **APTO**: O servidor deverá atingir média aritmética simples de 50 pontos ou mais contemplando o resultado das 4 avaliações, NÃO podendo ter resultado "0" em nenhuma das avaliações



Autenticado digitalmente por SANDRO CARLOS GONÇALVES DA SILVA.  
Documento Nº: 141117.902043-5058 - consulta à autenticidade em  
<https://siga.bentogoncalves.rs.gov.br/sigaex/public/app/autenticar?n=141117.902043-5058>

SIGA