



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

## EDITAL GERAL

### CURSO DE FORMAÇÃO DE GUARDA-VIDAS (CFGV) - DGP/CEIB

O Comandante-Geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo (CBMES), nos termos da Lei nº 9.269, alterada pela Lei nº 10.469, e regulamentada pelo Decreto nº 2423-R, alterado pelo Decreto nº 3823-R, torna pública as Diretrizes para realização de Processos Seletivos, **destinados ao provimento de vagas para o Curso de Formação de Guarda-Vidas**, mediante as normas e condições estabelecidas neste Edital.

#### 1. DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

1.1. O Objeto do presente Edital é regular a seleção de candidatos para os Cursos de Formação de Guarda-Vidas (CFGV) ministrados pelo CBMES;

1.2. Os Processos Seletivos, objeto deste Edital, serão realizados conforme as etapas especificadas a seguir:

1.2.1. 1ª etapa, de caráter eliminatório, consistirá na realização da inscrição, conforme normativa do item 6.1 deste edital;

1.2.2. 2ª etapa, de caráter eliminatório, consistirá na realização dos Teste de Aptidão Física (TAF), dos candidatos devidamente inscritos, conforme normativa do item 6.2 deste edital;

1.2.3. 3ª etapa, de caráter eliminatório, consistirá na entrega dos documentos exigidos, dos candidatos aprovados no Teste de Aptidão Física (TAF) conforme normativa do item 6.3 deste edital;

1.2.4. 4ª etapa, consistirá na realização do cadastro na plataforma EAD CBMES conforme vídeos explicativos publicados no site oficial do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo <https://cb.es.gov.br/ead-cbmes>, conforme normativa do item 6.4 deste edital;

1.2.5. 5ª etapa, de caráter eliminatório, consistirá na realização do Curso de Formação de Guarda Vidas (CFGV), conforme normativa do item 6.5 deste edital.

1.3. O Guarda-Vidas que for aprovado no CFGV deverá anualmente validar o certificado do curso de formação, através de Avaliações de Reciclagem aplicadas pelo CBMES, nas quais o guarda-vidas deverá atingir o índice mínimo previsto nas provas teórica e prática, para ser considerado APTO, conforme previsto em edital próprio;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

### **2. ATRIBUIÇÕES DO ALUNO GUARDA-VIDAS**

2.1. O aluno Guarda-Vidas (GV) será treinado para exercer a função de Guarda-Vidas que abrange a atuação direta em ocorrências de salvamento em diversos ambientes aquáticos (praias, piscinas, cachoeiras, lagos, lagoas, etc), bem como atuação preventiva para evitar acidentes e orientações gerais aos cidadãos.

2.2. São atribuições típicas do aluno GV:

2.2.1. Comparecer às instruções nos dias e horários marcados, devidamente uniformizados, ou com vestimenta padronizada e corte de cabelo na máquina 2.

2.2.2. Zelar pela conservação dos ambientes e dos equipamentos utilizados durante as instruções.

2.2.3. Observar criteriosamente o Regulamento Disciplinar do Curso de Formação de Guarda-Vidas do CBMES, esforçando-se para atingir os objetivos da formação profissional em consonância com as metas profissionais.

2.3. A atividade de Guarda-Vidas submete o profissional à pressão externa e emocional, ao risco de acidentes, de contágio por doenças, e de lesão corporal, além das responsabilidades a que der causa, dentre outros fatores.

### **3. DOS REQUISITOS**

3.1. Ser maior de 18 anos de idade ou menor emancipado.

3.2. Ser alfabetizado.

3.3. Possuir Cadastro de Pessoa Física (CPF).

3.4. Possuir Registro Geral (RG).

3.5. Possuir boas condições de saúde (Comprovado por laudo médico conforme subitem 6.2.1.1).

### **4. DA TAXA DE INSCRIÇÃO DO CURSO DE FORMAÇÃO DE GUARDA-VIDAS**



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

4.1. **Após o candidato realizar o Teste de Aptidão Física (2ª ETAPA), sendo considerado APTO**, deverá realizar o pagamento da taxa referente ao Curso de Formação de Guarda Vidas, conforme o item 11.8 da tabela VIII da Lei Estadual 7.001/2001, no valor de 80 VRTE's.

4.2. Para imprimir o boleto para pagamento da taxa de inscrição, siga os seguintes passos:

4.2.1. Clique no link: <http://e-dua.sefaz.es.gov.br/>

4.2.2. Clique na opção **Taxas de Serviços** (do lado esquerdo do monitor);

4.2.3. Informe o CPF do candidato;

4.2.4. Selecione o Órgão: **Corpo de Bombeiros Militar**;

4.2.5. Selecione a Área: **Brigadas de incêndio**;

4.2.6. Selecione a opção: **Curso de Formação de Brigadista eventual e/ou Guarda-Vidas por aluno**;

4.2.7. Marque o botão "**Não sou um robô**";

4.2.8. No campo **vencimento** digite uma data que antecede a etapa da entrega da documentação (no lado superior direito da tela);

4.2.9. No campo: **Quantidade de alunos** digite o número **1**;

4.2.10. No campo: **Informações Adicionais**, informe o nome completo do candidato (no centro da tela);

4.2.11. Clique em: **Imprimir** para visualizar a impressão do documento;

4.3. **Não haverá devolução do valor referente a taxa do Curso de Formação de Guarda Vidas aos candidatos matriculados no curso e que requisitarem a desistência após o início do CFGV (5ª ETAPA).**

## 5. DA ISENÇÃO DA TAXA

5.1. Serão isentos do pagamento da taxa citada o item 4, àqueles candidatos indicados pelas Prefeituras Municipais que possuem convênio vigente com o CBMES. Para tanto, cada Prefeitura Municipal deverá enviar por meio de ofício a relação com os indicados diretamente ao Comandante da Companhia responsável pelo processo seletivo, até o último dia útil destinado às inscrições daquele município.



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

5.2. O fato de o nome do candidato constar na lista de indicados pela Prefeitura Municipal não o isenta de participar, sendo obrigatória a sua aprovação, em todas as etapas do processo seletivo.

### 6. DAS ETAPAS DO PROCESSO SELETIVO

#### 6.1. DAS INSCRIÇÕES (1º ETAPA)

6.1.1. A inscrição neste processo seletivo implica, desde logo, o conhecimento e a tácita aceitação pelo candidato das condições estabelecidas neste Edital.

6.1.2. As inscrições para o presente processo seletivo, serão realizadas somente via internet. Não serão aceitas inscrições efetuadas de forma diversa da estabelecida neste item.

6.1.3. A inscrição no Processo Seletivo para o CFGV não implicará na **CONTRATAÇÃO DO CANDIDATO**.

6.1.4. Tal inscrição significa apenas que o candidato será voluntário em participar do teste físico, para ingressar no CFGV.

6.1.5. O período das inscrições para o CFGV será publicado no site oficial do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo no endereço: <https://cb.es.gov.br/guarda-vidas-nova>

6.1.5.1. É de responsabilidade do Guarda-vidas acompanhar todas as publicações referentes ao CFGV.

#### 6.2. DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA – TAF (2ª ETAPA)

6.2.1. Para que o candidato seja submetido ao Teste de Aptidão Física (TAF), obrigatoriamente deverá cumprir os seguintes requisitos:

6.2.1.1. Apresentar laudo médico, emitido por profissional ou instituição reconhecida pelo Conselho Regional de Medicina, emitido em no máximo 30 dias antes da realização dos exames físicos. O laudo médico deverá ser original ou cópia autenticada, 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. Deverá ainda especificar que o candidato está apto a ser submetido a testes de esforço físico, devendo ser



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

entregue à Comissão de Aplicação de Exame Físico (CAEF), no primeiro dia dos testes, no momento da verificação de presença;

6.2.1.2. Deverá apresentar documento de identidade original oficial com foto para sua identificação, conforme subitem 6.3.1.1 deste edital;

6.2.1.3. Deverá se apresentar para o exame com a marcação do seu respectivo número em ambos os ombros com a utilização de pincel atômico preto ou azul, (o referido número será divulgado na convocação para o TAF).

6.2.2. A data e convocação do teste de aptidão física será publicado no site oficial do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo em até 5 dias úteis que antecedem a prova.

6.2.3. **Serão eliminados do processo seletivo:** todos os candidatos que se apresentarem após horário previsto para início do exame, com tolerância máxima de 10 minutos de atraso, conforme convocação; todos os candidatos que não apresentarem o atestado médico conforme o item 6.2.1.1; todos os candidatos que não apresentarem documento original oficial com foto para identificação, conforme subitem 6.3.1.1 deste edital; e ainda os candidatos que não se apresentarem com a respectiva numeração marcada nos dois ombros conforme o item 6.2.1.3 deste edital.

6.2.4. O resultado do TAF será divulgado em até 03 dias úteis após sua realização, no site oficial do CBMES;

6.2.5. Somente os candidatos aprovados no teste de barra serão submetidos ao teste de abdominal remador, do mesmo modo que somente os candidatos aprovados no teste de abdominal remador serão submetidos ao teste de apoio de frente sobre o solo. E, por sua vez, somente quem for aprovado no teste de apoio de frente sobre o solo será submetido ao teste de corrida de 12 minutos. Continuando na mesma dinâmica, somente quem for aprovado no teste de corrida de 12 minutos será submetido ao teste de natação em piscina (2º dia);

6.2.6. O candidato que não atingir a performance mínima em quaisquer dos exercícios do TAF, será considerado **INAPTO**, e, conseqüentemente, eliminado do processo de seleção;

6.2.7. O candidato terá apenas uma tentativa para realizar cada um dos exercícios previstos na Tabela I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital.

6.2.8. Não será dada 2ª chance a qualquer dos candidatos para realização dos exercícios que compõem o TAF, não importando o motivo alegado;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

6.2.9. Não haverá segunda chamada para realização do TAF, seja qual for o motivo alegado pelo candidato, para justificar o atraso ou a ausência;

6.2.10. O candidato que não comparecer ao local do TAF, na data e horário determinados para sua realização, será automaticamente eliminado do processo seletivo.

6.2.11. Orienta-se, ainda, aos candidatos, que não será permitida a entrada e permanência de candidatos fora do seu horário de convocação, bem como de terceiros (acompanhantes), durante todo o período de realização do TAF, em quaisquer dependências do local de realização do exame;

6.2.12. Os candidatos deverão comparecer ao local do TAF no horário determinado, munidos de:

a) documento oficial de identificação com foto (original); b) roupa apropriada para a prática de atividades físicas; c) laudo médico original ou cópia autenticada, conforme consta no subitem

6.2.1.1 deste edital.

6.2.13. O candidato que deixar de apresentar ou que apresentar laudo médico fora das especificações contidas no subitem 6.2.1.1 deste edital, será impedido de realizar o TAF, sendo, conseqüentemente, eliminado do processo seletivo;

6.2.14. No caso de perda ou roubo do documento de identificação, o candidato deverá apresentar certidão que ateste o registro da ocorrência em órgão policial expedida há, no máximo, 30 (trinta) dias da data da realização do TAF;

6.2.15. O TAF realizar-se-á, independente das diversidades físicas ou climáticas, na data e horário estabelecidos para a realização do mesmo;

6.2.16. Os casos de alteração psicológica e/ou fisiológica temporários (período menstrual, gravidez, indisposições, câibras, contusões, luxações, fraturas, etc) que impossibilitem a realização dos exercícios, ou que diminuam a capacidade física dos candidatos, não serão levados em consideração, não sendo concedido qualquer tratamento privilegiado;

6.2.17. O candidato que vier a acidentarse, sofrer de mal súbito ou lesão muscular, em qualquer um dos exercícios do TAF, e não tiver condição de continuar, estará automaticamente eliminado no processo seletivo;

6.2.18. Ao final de cada exercício, independentemente de aprovação ou não, o candidato deverá assinar imediatamente a ficha contendo os dados relativos à sua performance;

6.2.19. No caso do candidato se recusar a assinar a sua ficha, serão convocadas duas testemunhas, as quais assinarão em substituição ao candidato que se recusou;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

6.2.20. A contagem oficial de tempo, de distância percorrida e do número de repetições efetuadas pelos candidatos, em cada exercício, será feita exclusivamente por militares do CBMES designados para tal;

6.2.21. Não serão contabilizadas as repetições ou tempo, de cada exercício, que forem executados de forma incorreta, ou em inobservância de quaisquer das regras de execução, devendo o examinador avisar, de maneira clara e objetiva, o candidato para correção. O exercício será interrompido caso ocorra quaisquer das proibições contidas nas descrições de realização dos exercícios, com consequente eliminação do processo seletivo;

6.2.22. O candidato que, por qualquer motivo, interromper a execução de algum exercício (salvo o previsto no subitem 6.2.22.1.6.2.1 do exercício de Corrida), não poderá retomar execução do mesmo;

### **6.2.22.1. DESCRIÇÃO DA REALIZAÇÃO DOS EXERCÍCIOS DO EXAME DE APTIDÃO FÍSICA**

#### **6.2.22.1.1. FLEXÃO NA BARRA FIXA (MASCULINO)**

6.2.22.1.1.1. Preparação para execução do exercício e posição inicial: o candidato deverá posicionar-se embaixo da barra fixa. Ao comando de “em posição”, dado pelo examinador, em pronação (palmas das mãos voltadas para frente), o candidato tomará posição na barra com empunhadura em pronação, mantendo os braços completamente estendidos, com o corpo na posição vertical, pernas estendidas e pés sem contato com o solo;

6.2.22.1.1.2. Execução: ao comando de autorização do examinador, o candidato flexionará simultaneamente os cotovelos até ultrapassar com o queixo a parte superior da barra. Em seguida, voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços. O corpo deve permanecer na posição vertical durante o exercício.

6.2.22.1.1.3. A contagem das execuções corretas levará em consideração os seguintes aspectos: a) o exercício somente será iniciado com o candidato na posição completamente vertical de todo o corpo, e após o comando de autorização dado pelo examinador; b) a largura da pegada deve ser aproximadamente a dos ombros; c) só será contada a repetição realizada completa e corretamente, começando e terminando sempre na posição inicial; d) cada execução começará e terminará com os cotovelos totalmente estendidos e os pés acima do



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

solo. A não extensão total dos cotovelos, antes do início de uma nova execução, será considerado como um movimento incorreto, que não será computado no desempenho do candidato; e) para evitar que os candidatos mais altos toquem os pés no solo, será permitida, somente neste caso, a flexão dos joelhos; f) o movimento deverá ser dinâmico, ou seja, o candidato não poderá parar para “descansar”;

6.2.22.1.1.4. Será proibido ao candidato, quando da realização da flexão na barra fixa: a) tocar com o(s) pé(s) no solo ou em qualquer parte de sustentação da barra após o início das execuções; b) após a tomada de posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física; c) utilizar luvas ou qualquer outro artifício para a proteção das mãos; d) apoiar o queixo na barra; e) não será permitido o impulso provocado pelas pernas ou pelos músculos abdominais (“keep”, “pedalada”, “galeio”, etc.); f) estender o pescoço, em vez de ultrapassar o queixo em relação à barra com movimento exclusivo de membros superiores; g) após ultrapassar o queixo em relação à barra, simplesmente soltar as mãos, em vez de completar o movimento com os cotovelos totalmente estendidos;

6.2.22.1.1.5. O examinador contará em voz alta o número de repetições realizadas. Quando a execução da flexão não atender ao previsto neste edital, o fiscal repetirá o número da última execução de flexão realizada de maneira correta;

6.2.22.1.1.6. A contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido pelo candidato está descrito nas Tabela I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;

### **6.2.22.1.2. BARRA ESTÁTICA ou DINÂMICA (FEMININO)**

6.2.22.1.2.1. Preparação para execução do exercício e posição inicial: a candidata do sexo feminino, na barra fixa, após o comando de autorização do examinador, deverá assumir a posição inicial, e manter-se em sustentação isométrica em pronação (palmas das mãos para frente, dorso das mãos voltados para o rosto), e a largura da pegada deve ser aproximadamente a dos ombros, com o queixo ultrapassando a linha da barra, e com perda de contato com o solo (pés fora do chão). Poderá fazer uso de suporte, cadeira ou plataforma somente para atingir essa posição;

6.2.22.1.2.2. Execução: depois de tomada a posição inicial pela candidata, após o comando de autorização do examinador, estando ela pendurada somente pelas mãos, em pronação, o



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

examinador da prova iniciará imediatamente a cronometragem do tempo, devendo a candidata permanecer na posição descrita na posição inicial. O exercício será avaliado pelo tempo de permanência na posição, com o queixo acima da barra;

6.2.22.1.2.3. O examinador cessará a contagem do tempo no instante em que a candidata do sexo feminino não permanecer na posição descrita na posição inicial, largar da barra ou atingir o tempo mínimo previsto nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;

6.2.22.1.2.4. Será proibido à candidata, quando da realização da flexão na barra fixa - isometria: a) tocar com o(s) pé(s) o solo ou qualquer parte de sustentação da barra após o início da cronometragem, sendo permitida, se necessária, a flexão de joelhos, para evitar o toque dos pés no solo; b) após a tomada da posição inicial, receber qualquer tipo de ajuda física; c) utilizar luvas ou qualquer outro artifício para proteção das mãos;

6.2.22.1.2.5. O desempenho da candidata, até o momento da interrupção, será considerado como índice do respectivo exercício;

6.2.22.1.2.6. A contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido pela candidata está descrito nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;

6.2.22.1.2.7. A candidata poderá optar por fazer a barra dinâmica, conforme item 6.2.22.1.1 deste edital.

### **6.2.22.1.3. ABDOMINAL REMADOR (MASCULINO/FEMININO)**

6.2.22.1.3.1. Preparação para execução do exercício e posição inicial: o(a) candidato(a), partindo-se da posição em decúbito dorsal (deitado de costas para o solo), com os braços estendidos para trás da cabeça, cotovelos estendidos, com o dorso das mãos, a cabeça, as costas, as nádegas e os calcanhares em contato pleno com o solo, joelhos estendidos, pernas estendidas para frente;

6.2.22.1.3.2. Execução: após o comando de autorização do examinador, o(a) candidato(a) realizará a flexão abdominal, que se realizará em dois movimentos: inicia-se realizando um movimento simultâneo, onde os joelhos deverão ser flexionados, as plantas dos pés deverão tocar o solo, o quadril deverá ser flexionado (posição sentado) e os cotovelos deverão alcançar ou ultrapassar os joelhos pelo lado de fora do corpo. Em seguida e sem interrupção,



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

o candidato deverá voltar à posição inicial realizando a ação inversa. O movimento completo, finalizado com o retorno à posição inicial, corresponderá a uma unidade de execução;

6.2.22.1.3.3. Ao final de cada repetição, o dorso das mãos, a cabeça, as costas, as nádegas e os calcanhares também devem tocar o solo e os joelhos devem estar completamente estendidos. Cada execução/repetição começa e termina sempre na posição inicial;

6.2.22.1.3.4. Na primeira fase do movimento, os joelhos devem ser flexionados, as plantas dos pés devem tocar o solo, o tronco deve ser flexionado e os cotovelos alcançarem ou ultrapassarem os joelhos pelo lado de fora do corpo;

6.2.22.1.3.5. Somente será contado o exercício realizado completamente;

6.2.22.1.3.6. Será proibido aos candidatos, quando da realização do exercício do abdominal remador, interromper o ritmo das abdominais, com paradas para descanso;

6.2.22.1.3.7. O examinador contará em voz alta o número de repetições realizadas. Quando o exercício não atender ao previsto neste edital, o examinador repetirá o número do último abdominal realizado de maneira correta;

6.2.22.1.3.8. A contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido pelo(a) candidato(a) está descrito nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital.

### **6.2.22.1.4. APOIO DE FRENTE SOBRE O SOLO (MASCULINO)**

6.2.22.1.4.1. Preparação para execução do exercício e posição inicial: o candidato, após o comando de autorização do examinador, deverá posicionar-se de frente para o solo, braços paralelos estendidos perpendicularmente sobre o solo, palma da mão sobre o solo e dedos apontados para frente, pernas estendidas e unidas, pés apoiados sobre o solo, em quatro apoios (pés e mãos);

6.2.22.1.4.2. Execução: após o comando de autorização do examinador, o candidato flexionará simultaneamente os braços, fazendo um ângulo de 90° dos braços com os antebraços, aproximando ao máximo o peito sobre o solo, sem encostá-lo. Em seguida, voltará à posição inicial, com extensão completa dos membros superiores/braços. Cada movimento completo do exercício vale uma repetição;

6.2.22.1.4.3. Será proibido ao candidato, quando da realização do exercício de apoio de frente sobre o solo: a) tocar o peito, tronco, quadril, coxas e/ou pernas sobre o solo; b) desfazer a



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

posição reta do corpo durante a contagem; c) interromper o ritmo das flexões, com paradas para descanso;

6.2.22.1.4.4. O examinador contará em voz alta o número de repetições realizadas. Quando o exercício não atender ao previsto neste edital, o examinador repetirá o número do último realizado de maneira correta;

6.2.22.1.4.5. A contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido pelo candidato está descrito nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;

### **6.2.22.1.5. APOIO DE FRENTE SOBRE O SOLO (FEMININO)**

6.2.22.1.5.1. Preparação para execução do exercício e posição inicial: a candidata, após o comando de autorização do examinador, a irá posicionar-se de frente para o solo, braços paralelos estendidos perpendicularmente sobre o solo, palma da mão sobre o solo e dedos apontados para frente, corpo em equilíbrio e sustentado horizontalizado, pernas estendidas e unidas, ponta dos pés unidas e apoiadas sobre o solo, joelhos tocando o solo, em seis apoios (pés, joelhos e mãos);

6.2.22.1.5.2. Execução: após o comando de autorização do examinador, a candidata flexionará simultaneamente os braços, fazendo um ângulo de 90° dos braços com os antebraços, aproximando ao máximo o peito sobre o solo, sem encostá-lo. Em seguida, voltará à posição inicial estendendo novamente os braços. Cada movimento completo do exercício vale uma repetição;

6.2.22.1.5.3. Será proibido à candidata, quando da realização do exercício de apoio de frente sobre o solo: a) tocar o peito, tronco, quadril e/ou coxas sobre o solo; b) o quadril não deve ser alçado (quadril para o alto) nem selado (quadril para baixo); c) interromper o ritmo das flexões, com paradas para descanso;

6.2.22.1.5.4. O examinador contará em voz alta o número de repetições realizadas. Quando o exercício não atender ao previsto neste edital, o examinador repetirá o número do último realizado de maneira correta;

6.2.22.1.5.5. A contagem que será considerada oficialmente será somente a realizada pelo integrante da banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido pela candidata está descrito nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

### **6.2.22.1.6. CORRIDA DE 12 MINUTOS (MASCULINO/FEMININO)**

6.2.22.1.6.1. Cada candidato deverá percorrer, em até 12 minutos, a distância exigida nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital. A corrida será realizada em local com identificação da metragem ao longo do trajeto, com intervalos de metragem devidamente sinalizada na pista;

6.2.22.1.6.2. Preparação e execução do exercício pelos candidatos: o exercício de corrida, para os candidatos dos sexos masculino e feminino, obedecerá aos seguintes critérios:

6.2.22.1.6.2.1. Os candidatos poderão, durante tempo de execução da corrida, deslocar-se em qualquer ritmo, correndo ou caminhando, podendo, inclusive, parar e depois prosseguir;

6.2.22.1.6.2.2. Os comandos para iniciar e terminar o exercício serão dados por um silvo de apito;

6.2.22.1.6.2.3. Não será informado o tempo que restar para o término da corrida, mas o candidato poderá utilizar relógio para controlar o seu tempo;

6.2.22.1.6.2.4. Após soar o apito encerrando o exercício, o candidato deverá permanecer no local onde estava naquele momento e aguardar a presença do examinador, que aferirá precisamente a metragem percorrida, podendo continuar a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontravam quando soou o apito de término da prova;

6.2.22.1.6.3. A correta realização do exercício de corrida levará em consideração as seguintes observações:

6.2.22.1.6.3.1. O tempo oficial da corrida será controlado por relógio do examinador da prova, sendo o único que servirá de referência para o início e término da corrida;

6.2.22.1.6.3.2. Orienta-se que, após o apito que indica o término da corrida, os candidatos não parem bruscamente a corrida, evitando terem um mal súbito e que continuem a correr ou caminhar no sentido transversal da pista (lateralmente), no ponto em que se encontravam quando soou o apito de término da prova;

6.2.22.1.6.3.3. A distância percorrida pelos candidatos, a ser considerada oficialmente, será somente a aferida pela banca examinadora, cujo padrão de desempenho a ser atingido está descrito nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital.

6.2.22.1.6.4. Será proibido aos candidatos, quando da realização do exercício de corrida:



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

- 6.2.22.1.6.4.1. Dar ou receber qualquer tipo de ajuda física (como puxar, empurrar, carregar, segurar na mão etc.);
- 6.2.22.1.6.4.2. Deslocar-se, no sentido progressivo ou regressivo da marcação da pista, após o soar do apito encerrando o exercício de corrida;
- 6.2.22.1.6.4.3. Não aguardar a presença do examinador, que aferirá precisamente a metragem percorrida;
- 6.2.22.1.6.4.4. Abandonar a pista antes da liberação do examinador.

### **6.2.22.1.7. NATAÇÃO – 500m (MASCULINO/FEMININO)**

6.2.22.1.7.1. O teste de natação de 500 metros será realizado em piscina ou no mar, o local será definido pela comissão da sede do Corpo de Bombeiros Militar responsável pelo o teste em cada localidade, e a metodologia para a preparação e a execução do teste de natação para os candidatos do sexo masculino e feminino será constituída de:

6.2.22.1.7.1.1. Após o comando de autorização do examinador, o candidato deverá posicionar-se em pé, dentro da piscina (apoiado na borda), ou no mar, aguardando a autorização do examinador;

6.2.22.1.7.1.2. Ao comando da banca examinadora, emitido por sinal sonoro, o candidato deverá iniciar o deslocamento e nadar 500 metros em nado livre, no tempo máximo de 12 minutos, conforme previsto nas Tabelas I e II conforme o subitem 6.2.23 deste edital;

6.2.22.1.7.1.3. Aos candidatos que realizarem o teste em piscina, durante a virada, será permitido ao candidato tocar a borda e impulsionar-se na parede (borda) – isso ocorrerá somente quando o comprimento da piscina for menor que 50 metros;

6.2.22.1.7.1.4. a chegada dar-se-á quando o candidato tocar, com qualquer parte do corpo, a borda de chegada, em caso de piscina, ou ultrapassar a linha de chegada no caso de mar.

6.2.22.1.7.2. Será proibido ao candidato, quando da realização do teste de natação:

6.2.22.1.7.2.1. Apoiar-se ou impulsionar-se na borda lateral, na parede lateral ou na raia (em caso do teste em piscina);

6.2.22.1.7.2.2. Parar de nadar durante o teste, exceto quando houver necessidade de tocar a borda para continuar a nadar (em caso de teste em piscina);

6.2.22.1.7.2.3. Dar ou receber qualquer ajuda física;

6.2.22.1.7.2.4. Invadir a raia alheia (em caso do teste e piscina);



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

6.2.22.1.7.2.5. Utilizar qualquer acessório que facilite o ato de nadar, exceto touca e óculos de natação;

6.2.22.1.7.2.6. Apoiar-se em qualquer embarcação ou objeto para se manter na superfície, em caso do teste em mar.

6.2.22.1.7.3. Quanto aos trajes permitidos para realização do teste de natação, serão aceitos sunga (traje masculino) e maiôs (traje feminino), não sendo aceitos trajes tais como “macacão”, ou qualquer outro que favoreça a propulsão e/ou flutuação.

6.2.23. O índice mínimo para ingressar no CFGV, seguirá conforme as tabelas abaixo:

**Tabela I – Feminino**

Corrida 12 minutos	Apoio de frente sobre o solo	Abdominal Remador	Barra Estática	Barra Fixa	Natação
2.000 metros	23 repetições	29 repetições	20 seg	4 repetições	500m em até 12 minutos

**Tabela II - Masculino**

Corrida 12 minutos	Apoio de frente sobre o solo	Abdominal Remador	Barra fixa	Natação
2.400 metros	25 repetições	39 repetições	7 repetições	500m em até 12 minutos

### 6.3. DA ENTREGA DOS DOCUMENTOS (3ª ETAPA)

6.3.1. O candidato deverá entregar na sede do CBMES no município o qual selecionou para realizar o CFGV ou local e horário indicado no site do CBMES

6.3.1.1. Cópia do documento de identidade. **Obs.: são considerados documentos de identidade as carteiras e/ou cédulas de identidade expedidas pelas Secretarias de Segurança, pelas Forças Armadas, pela Polícia Militar, pelo Ministério das Relações Exteriores, cédulas de identidade fornecidas por ordens e conselhos de classe, que, por**



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

**lei federal, valem como documento de identidade, a Carteira de Trabalho e Previdência Social, bem como a Carteira Nacional de Habilitação com foto, nos termos da Lei nº 9.503, art. 159, de 23/9/97;**

6.3.1.2. Cópia do cadastro de pessoa física (CPF);

6.3.1.3. Termo de aceite original assinado (será disponibilizado no site do CBMES durante o processo de inscrição);

6.3.1.4. Comprovante original de pagamento da taxa de inscrição do CFGV (caso não seja indicado por prefeitura que tenha convênio estabelecido com o CBMES);

6.3.1.5. As cópias dos documentos exigidos deverão ser apresentadas juntamente com os documentos originais para conferência.

### **6.4. DO CADASTRO NA PLATAFORMA EAD CBMES (4ª ETAPA)**

6.4.1. Para que o candidato possa ser matriculado no CFGV, e posteriormente realizar a avaliação teórica, deverá se cadastrar na Plataforma EAD do Corpo de Bombeiros Militar do ES conforme instruções a seguir:

6.4.1.1. Acessar o site oficial do Corpo de Bombeiros Militar do ES no endereço <https://cb.es.gov.br/ead-cbmec> e seguir todas as orientações dos vídeos tutoriais.

### **6.5. DO CURSO DE FORMAÇÃO (5ª ETAPA)**

6.5.1. O Curso de Formação de Guarda-Vidas ou Salva-Vidas (CFGV), com carga horária de 100h/a, ocorrerá nas datas publicadas no site do CBMES, preferencialmente de segunda a sexta-feira, no período de 07:00 às 12:00 horas, em conformidade com a Norma Técnica 07 do CBMES e de acordo com a programação da Unidade do CBMES responsável pela execução do curso;

6.5.2. O CBMES não se obriga a fornecer material didático/EPI (apito, nadadeiras, flutuadores entre outros) aos candidatos oriundos de indicação das Prefeituras Municipais, devendo, estes, providenciar o material junto a respectiva Prefeitura que o indicou, ou ainda, fazer uso de material próprio;

6.5.3. Ao ingressar no CFGV, o candidato estará submetido ao cronograma didático do curso, comprometendo-se a cumprir:



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

- 6.5.3.1. As atividades relacionadas à preparação física e de cunho psicológico;
- 6.5.3.2. As atividades técnicas e teóricas de salvamento aquático;
- 6.5.3.3. As regras de segurança apresentadas pelos instrutores;
- 6.5.3.4. As normas contidas no regulamento disciplinar do CFGV conforme **ANEXO I** deste edital.

### **7. DA DESISTÊNCIA DO CURSO DE FORMAÇÃO**

7.1. A qualquer momento o candidato poderá desistir de participar do CFGV, porém, sem o a qualquer ressarcimento financeiro da taxa paga.

### **8. DO DESLIGAMENTO DO CURSO**

- 8.1. O candidato será desligado do CFGV pelos seguintes motivos:
  - 8.1.1. Não possuir frequência mínima de 90% no CFGV;
  - 8.1.2. Não obter o índice mínimo exigido para as atividades do CFGV;
  - 8.1.3. De acordo com as regras contidas no regulamento disciplinar do CFGV;
  - 8.1.4. Ato de indisciplina, insubordinação, desacato aos coordenadores/instrutores ou atentar contra as normas de segurança do CFGV;
  - 8.1.5. Não efetuar o corte de cabelo padrão (máquina 2). (aplicado ao corpo masculino)

### **9. DO CERTIFICADO**

- 9.1. O certificado do CFGV terá validade de um ano, devendo o Guarda-vidas realizar a reciclagem anualmente.
- 9.2. A reciclagem se dará através das mesmas provas aplicadas durante o CFGV. Sendo aprovado nas provas, o certificado será renovado por mais um ano.
- 9.3. O certificado será enviado ao e-mail de inscrição do guarda-vidas, desde que seja aprovado em todas as avaliações e tenha cumprido a carga horária mínima exigida;
- 9.4. O certificado homologado pelo CBMES irá habilitar o Guarda-Vidas a atuar em todo o Estado do Espírito Santo;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

### 10. DÚVIDAS

10.1. Após a leitura do conteúdo disponível na aba guarda-vidas do site do CBMES, caso reste alguma dúvida, o candidato poderá entrar na aba contatos e buscar o telefone da unidade do CBMES da qual deseja fazer o CFGV a fim de fazer contato para saná-la.

### 11. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

11.1. Os itens deste Edital poderão sofrer eventuais alterações, atualizações ou acréscimos, enquanto não consumada a providência do evento que lhes disser respeito, circunstância que será mencionada em Comunicado ou Aviso Oficial, oportunamente divulgado pelo Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo – CBMES, no endereço eletrônico <https://cb.es.gov.br>.

11.2. É de inteira responsabilidade do candidato acompanhar frequentemente as publicações de todos os comunicados e Editais referentes ao Processo Seletivo de que trata este Edital, no endereço eletrônico do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo – CBMES, <https://cb.es.gov.br>.

11.3. O candidato, ao realizar sua inscrição, manifesta ciência quanto à possibilidade de divulgação de informações (tais como nome, data de nascimento, notas e desempenho, entre outras) que são essenciais para o fiel cumprimento da publicidade dos atos atinentes ao certame. Tais informações poderão, eventualmente, ser encontradas na internet, por meio de mecanismos de busca.

11.4. O não comparecimento do candidato a qualquer das etapas acarretará sua eliminação do concurso

11.5. O CBMES não se responsabiliza por despesas com viagens, estadia, alimentação e outras dos candidatos durante as etapas do processo seletivo.

11.6. O candidato não terá qualquer direito, em tempo algum, a ressarcimento ou devolução das despesas realizadas com exames e taxa de inscrição caso não obtenha êxito nas provas, não aproveitamento por falta de vagas, reprovação e/ou descumprimento das condições do presente edital ou, ainda, deixar de apresentar os documentos necessários para a matrícula.

11.7. Os casos omissos serão resolvidos pelo Centro de Ensino e Instrução de Bombeiros.



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

Vitória, 04 de junho de 2024.

**ERICH PAIVA ZAMPROGNO – TEN CEL BM**

Diretor de Gestão de Pessoas do CBMES



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

### “ANEXO I”

#### REGULAMENTO DISCIPLINAR DO CURSO DE FORMAÇÃO DE GUARDA-VIDAS (CFGV)

#### DISPOSIÇÕES GERAIS

**Art. 1º** – O Regulamento Disciplinar do curso de formação de Guarda-Vidas tem o objetivo de classificar e mensurar as transgressões disciplinares, estabelecer normas relativas à aplicação das sanções disciplinares e à defesa contra a aplicação das sanções.

**Art. 2º** – A disciplina é a rigorosa observância e o acatamento integral das leis e normas, traduzindo-se pelo perfeito cumprimento das atividades referente ao curso de formação de Guarda-Vidas.

Parágrafo Único: São manifestações essenciais de disciplina:

- I – a correção de atitudes;
- II – a observância das prescrições legais e regulamentares;
- III – a obediência às ordens legais;
- IV – a dedicação ao curso de formação;
- V – a colaboração espontânea;
- VI – a consciência das responsabilidades;
- VII – o zelo para a preservação dos padrões de qualidade profissional, objetivando a melhoria e a credibilidade perante a opinião pública;
- VIII – as manifestações espontâneas de acatamento dos valores e deveres morais e éticos.

**Art. 3º** – Cabe aos candidatos a inteira responsabilidade pelos atos que praticar e pelas consequências que deles advierem, quando agir espontaneamente ou contrariamente às ordens de seu superior hierárquico/instrutor.



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

**Parágrafo Único:** Cabe ao candidato, ao receber uma ordem, solicitar os esclarecimentos necessários ao seu total entendimento e compreensão.

**Art. 4º** – São competentes para aplicar as disposições contidas neste Regulamento:

I – Os militares integrantes da unidade do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo responsável pelo CFGV.

**Art. 5º** – A comunicação da infração disciplinar deverá ser clara, concisa e precisa, devendo conter os dados capazes de identificar as pessoas ou coisas envolvidas, bem como as testemunhas, o local, a data e a hora da ocorrência e caracterizar objetivamente as circunstâncias que a envolverem, sem quaisquer tipos de comentários ou opiniões pessoais.

### TRANSGRESSÕES E SANÇÕES DISCIPLINARES

**Art. 6º** – Transgressão disciplinar é toda ação ou omissão que viole os preceitos da ética ou que contrarie os deveres e obrigações a que está submetido, ou ação contrária aos preceitos estatuídos em leis, regulamentos ou normas internas.

**Parágrafo Único:** A transgressão disciplinar será classificada em:

- I – Leve;
- II – Média;
- III – Grave;
- IV – Gravíssima.

**Art. 7º** – As sanções disciplinares a que estão sujeitos os candidatos, são as seguintes:

- I – Advertência verbal;
- II – Advertência escrita;
- III – Desligamento do curso de formação;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

**Art. 8º** – Advertência verbal é a forma mais branda de punir, consistindo numa admoestação verbal feita ao transgressor, como forma de incentivo a não reiteração da prática de transgressão disciplinar.

**Art. 9º** – Advertência escrita é de natureza similar a verbal, porém documentada conforme este regulamento.

§1º – Recusando-se o candidato a assinar, a advertência deve ser lida na presença do transgressor e de duas testemunhas que deverão assiná-la.

§2º – A advertência deverá ser registrada e arquivada na sede da companhia ou setor responsável pelo curso de formação, até o término do CFGV vigente.

Art. 10 – Para fixação das sanções disciplinares serão observadas as seguintes regras:

- A) **Gravíssima:** Ao cometer uma transgressão gravíssima o candidato será desligado automaticamente do curso de formação;
- B) **Grave:** Ao cometer uma transgressão grave, o fato deverá ser registrado no formulário padrão de advertência, assinado pelo candidato ou por duas testemunhas. O cometimento de qualquer outra transgressão de qualquer natureza o candidato será desligado do curso de formação;
- C) **Média:** Ao cometer uma transgressão média, o fato deverá ser registrado no formulário padrão de advertência, assinado pelo candidato ou por duas testemunhas. O cometimento de mais 2 (duas) transgressões de natureza **LEVE** ou qualquer uma outra de natureza superior, o candidato será desligado do curso de formação;
- D) **Leve:** Ao cometer uma transgressão de natureza leve, o candidato será advertido verbalmente para que tal conduta seja corrigida. Ao cometer novamente uma transgressão de natureza **Leve**, o fato deverá ser registrado no formulário padrão de advertência, assinado pelo candidato ou por duas testemunhas. O cometimento de mais 1 (uma) transgressão de qualquer natureza o candidato será desligado do curso de formação;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

**Art. 11** – Serão assegurados o contraditório e a ampla defesa, por meio de petição escrita, para aquele que se julgar prejudicado ou injustiçado, objetivando reverter a penalidade imposta.

**Parágrafo Único:** A defesa deverá ser encaminhada diretamente ao comandante de companhia ou setor responsável pelo curso de formação, no prazo de 5 (cinco) dias, a contar da data da aplicação da sanção disciplinar.

**Art. 12** – A modificação da sanção disciplinar pode ser realizada pelo comandante da companhia ou do setor responsável quando houver injustiça ou ilegalidade na sua aplicação, desde que devidamente motivada.

**Parágrafo Único:** Na hipótese de anulação da sanção disciplinar aplicada, consistente na declaração de invalidade do ato punitivo:

I – Eliminação do registro referente àquele ato;

### PARTE ESPECIAL

**Art. 13** – As transgressões disciplinares relacionadas às regras gerais de conduta do candidato/aluno durante o CFGV, de acordo com a classificação abaixo, são as seguintes:

#### I – Gravíssimas:

- a) incontinência de conduta ou mau procedimento;
- b) condenação criminal do empregado, passada em julgado, caso não tenha havido suspensão da execução da pena;
- c) desídia no desempenho nas atividades do curso de formação de guarda-vidas;
- d) embriaguez;
- e) ato de indisciplina ou de insubordinação;
- f) atentar contra a própria segurança ou de alheios;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

- g) ato lesivo da honra ou da boa fama ou ofensas físicas, salvo em caso de legítima defesa, própria ou de outrem;
- h) ato lesivo da honra ou da boa fama ou ofensas físicas praticadas contra superior hierárquico/instrutor;
- i) fazer uso, estar sob ação ou induzir outrem ao uso de tóxicos, entorpecentes ou qualquer outro produto alucinógeno;
- j) danificar, extraviar, inutilizar ou não ter o devido zelo com os bens pertencentes ao patrimônio público que estejam sob sua responsabilidade, seja por ação ou omissão;
- k) faltar a qualquer dia de curso, sem atestado médico;
- l) Não realizar o corte de cabelo (padrão: máquina 2), aplicado ao corpo masculino.

### **II – Graves:**

- a) desrespeitar outro candidato;
- b) simular doença ou fato impeditivo;
- c) abandonar local de curso;
- d) dormir durante o horário de curso;
- e) deixar de prestar auxílio, quando necessário ou solicitado, para atuação de socorro;
- f) desempenhar de forma inadequada suas funções, de modo intencional;
- g) desrespeitar, ofender, provocar, discutir ou desafiar superior;
- h) não cumprir ordem legal recebida;
- i) desrespeitar regras de navegação marítima com embarcação pública;
- j) desrespeitar, desconsiderar ou ofender munícipe por palavras, atos ou gestos, durante o curso de formação de guarda vidas;

### **III – Médias:**

- a) afastar-se de qualquer lugar em que deva estar;
- b) manter em seu poder, indevidamente, bens da Fazenda Pública;
- c) dirigir, durante o curso de formação, gracejos a alguém;
- d) demonstrar intimidade com outrem, mediante atos ou gestos comprometedores, durante o curso de formação;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

### **IV – Leves:**

- a) chegar atrasado à formatura durante o curso de formação;
- b) apresentação pessoal fora dos padrões estabelecidos como barba por fazer;
- c) apresentar-se sem uniforme apropriado para realização das atividades do curso de formação de guarda vidas;
- d) portar-se de modo inconveniente e sem compostura, faltando aos preceitos da boa educação;
- e) utilizar aparelho celular durante período de curso;
- f) não utilizar equipamentos de proteção individual e coletivo, quando fornecidos;
- g) permitir que desconhecidos penetrem em local que esteja guarnecendo, permaneçam junto ao posto ou façam uso dos materiais da Fazenda Pública, sem autorização;
- h) adentrar, sem permissão ou ordem, em área cuja entrada lhe seja vedada.

### **CONSIDERAÇÕES**

Para toda sanção disciplinar aplicada é necessário realizar o preenchimento do formulário padrão de advertência por escrito ou digital;

O formulário deverá ser assinado pelo candidato e pelo supervisor ou coordenador do CBMES de serviço ou responsável da aplicação da sanção disciplinar;

Caso o transgressor se recuse a assinar, o supervisor CBMES de serviço ou responsável pela aplicação da advertência deverá recolher a assinatura de duas testemunhas;

Todas as advertências deverão ser lançadas no assentamento funcional do candidato na plataforma online para que o fato fique registrado;



# GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

## CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

As advertências por escrito deverão ser encaminhadas à sede da companhia responsável pelo CFGV

Punições	LEVE	MÉDIA	GRAVE	GRAVÍSSIMA
Desligamento do curso				x
Advertência por escrito			x	
Advertência por escrito		x		
Advertência verbal	x			



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR