



ADMINISTRAÇÃO INTERNA

Guarda Nacional Republicana

Comando-Geral

Despacho n.º 2413/2022

Sumário: Regulamento do Concurso de Admissão ao Curso de Formação de Sargentos (RCACFS) da Guarda Nacional Republicana.

1 — Através do Despacho n.º 260/21-OG, de 27 de agosto, foi aprovado o Regulamento do Concurso de Admissão ao Curso de Formação de Sargentos (RCACFS), de acordo com o previsto no artigo 227.º do Estatuto dos Militares da Guarda Nacional Republicana, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 30/2017, de 22 de março, e n.º 4 do artigo 17.º da Portaria n.º 288/2019, de 3 de setembro.

2 — Nos termos do disposto no n.º 4 do artigo 40.º-F do Regime Jurídico dos graus e diplomas do ensino superior, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, na sua redação atual, as condições de ingresso em ciclo de estudos conducente ao diploma de técnico superior profissional carecem de publicação na 2.ª série do *Diário da República*.

3 — Assim, determino a publicação do Despacho n.º 260/21-OG, de 27 de agosto, no *Diário da República*, em anexo ao presente despacho, conforme legalmente exigido.

16 de fevereiro de 2022. — O Comandante-Geral, *Rui Manuel Carlos Clero*, Tenente-General.

DESPACHO N.º 260/21-OG

1. Aprovo, nos termos do artigo 227.º do Estatuto dos Militares da Guarda Nacional Republicana (EMG NR), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 30/2017, de 22 de março, e n.º 4 do artigo 17.º da Portaria n.º 288/2019, de 03 de setembro, o Regulamento do Concurso de Admissão ao Curso de Formação de Sargentos (RCACFS).
2. Revogo o Despacho n.º 210/20-OG, de 06 de julho.
3. O presente Regulamento produz efeitos a partir da data da sua publicação.

Lisboa, Quartel do Carmo

Assinado de forma digital em 27-08-2021 11:54

2º Comandante-geral

Comandante-Geral em Suplência Tenente-General Nuno Pires da Silva
Tenente-general



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO

AO

CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

Artigo 1.º

Objeto

O presente regulamento define as condições de admissão ao Curso de Formação de Sargentos (CFS) da Guarda Nacional Republicana, nos termos do Estatuto dos Militares da Guarda Nacional Republicana (EMGNR), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 30/2017, de 22 de março, conjugado com a Portaria n.º 288/2019, de 03 de setembro.

Artigo 2.º

Âmbito de aplicação

- 1 – O CFS destina-se a todos os militares da categoria de guardas, que cumpram as condições de admissão previstas no presente regulamento.
- 2 – Por despacho do Comandante-Geral, poderá ser autorizada a admissão ao CFS por parte de entidades externas internacionais, desde que estas cumpram os seguintes requisitos:
 - a) Ter menos de 40 anos de idade em 31 de dezembro do ano de ingresso no curso;
 - b) Possuir, no mínimo, o 12.º ano de escolaridade ou equivalente, devidamente reconhecido por organismo competente para o efeito, a atestar pelo candidato;
 - c) Atestar o conhecimento da língua portuguesa, através de certificado de aprovação em prova de língua portuguesa, realizada em estabelecimentos de ensino da rede pública, quando efetuada em território nacional, ou em locais acreditados pelo Camões - Instituto da Cooperação e da Língua, I.P., quando realizada no estrangeiro;
 - d) Ter obtido aprovação nas provas de admissão previstas no artigo 6.º do presente regulamento.
- 3 – O curso é desenvolvido em ambiente formativo adequado, no departamento politécnico da Unidade Politécnica Militar e, através deste, nas unidades, estabelecimento de ensino ou



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

órgãos da GNR e/ou das Forças Armadas ou, excecionalmente, em organismos externos, atendendo às respetivas necessidades técnicos-militares e objetivos a atingir.

Artigo 3.º

Condições de admissão

1 – São condições de admissão ao CFS:

a) A satisfação das condições previstas no artigo 226.º do EMGNR:

- 1) Ter o tempo mínimo de três anos de serviço efetivo, após ingresso na Guarda, na data prevista para início do curso;
- 2) Ter avaliação de desempenho favorável ou excecionalmente favorável, durante a permanência no posto em que concorre;
- 3) Nas situações em que, no posto em que concorre, não tenha tido nenhuma avaliação, são relevantes as obtidas no posto anterior;
- 4) Possuir aptidão física e psíquica adequada;
- 5) Estar colocado na primeira ou segunda classe de comportamento;
- 6) Ter menos de 40 anos de idade em 31 de dezembro do ano de ingresso no curso;
- 7) Possuir, no mínimo, o 12.º ano de escolaridade ou equivalente, a que corresponde o nível 3 ou 4 de qualificação do Sistema Nacional de Qualificações;
- 8) Ter obtido aprovação nas provas de admissão.

b) Nos termos do artigo 250.º do EMGNR, entende-se como avaliação de desempenho favorável, o militar que tenha boas informações onde revele zelo, dedicação, iniciativa, interesse pelo serviço e capacidade de liderança com júzo ampliativo, prestada pelo oficial, com relação hierárquica mais próxima na sua cadeia de comando, num período mínimo de seis meses;

c) Não ter sido excluído definitivamente da admissão e dos cursos de formação de sargentos, nos termos do artigo 228.º do EMGNR;

d) Os militares que tenham concluído, com aproveitamento, curso habilitante que implique mudança para quadro dos serviços, ou que a ele já pertençam, apenas podem concorrer para vagas desse mesmo serviço;

e) Aceitar que as notificações previstas no presente regulamento sejam efetuadas para o endereço de correio eletrónico institucional do candidato e através de publicação na *intranet* da Guarda.

2 – Os militares das armas, além de concorrerem para a sua arma, podem concorrer a vagas de um dos quadros dos serviços, em função da existência de vagas atribuídas no CFS a que concorrem.

3 – Os candidatos das armas que optarem por simultaneamente concorrer ao quadro da sua arma e a um serviço, ficam sujeitos a realizar as componentes específicas das provas de admissão



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

para as armas e para o serviço escolhido, sendo que não pode haver simultaneidade na calendarização das componentes específicas da prova de conhecimentos das armas com os serviços.

- 4 – Outros requisitos de admissão podem ser solicitados ou definidos aquando da abertura do concurso.

Artigo 4.º

Documentos para a admissão

- 1 – Constituem documentos de admissão:
 - a) Requerimento apresentado pelo candidato, dirigido ao Comandante-Geral, solicitando a admissão ao concurso, indicando se for esse o caso, por ordem de preferência, a que vagas se candidata;
 - b) Informação individual do candidato conforme modelo constante no Anexo A, ao presente regulamento.
- 2 – No caso em que o candidato não satisfaça a condição prevista no artigo 250.º do EMGNR, deve o oficial superior hierárquico imediato fundamentar a sua decisão preenchendo, na informação individual do candidato o juízo ampliativo onde conste discriminada a avaliação comportamental do militar, devendo a mesma ser sancionada pelo respetivo Comandante ou Chefe da Unidade, Comando ou Órgão (U/C/O) e ser dada a conhecer ao militar.

Artigo 5.º

Lista de candidatos admitidos e não admitidos

- 1 – Compete ao júri, depois de verificadas as candidaturas com as condições e documentos de admissão, aprovar a lista dos candidatos admitidos e não admitidos, com indicação do respetivo motivo, caso o candidato seja considerado não admitido para o concurso.
- 2 – A lista prevista no número anterior é publicada na página da *intranet* da GNR, sendo os candidatos considerados notificados a partir do primeiro dia útil a seguir à data da publicação.
- 3 – O candidato das Armas que concorra também para o quadro de um Serviço terá duas classificações finais independentes para efeitos de seriação.
- 4 – Desta lista podem os candidatos reclamar e ou recorrer nos termos dos artigos 14.º e 15.º do presente regulamento.

Artigo 6.º

Provas de admissão

- 1 – As provas de admissão ao CFS são as seguintes:
 - a) Prova de conhecimentos com duas componentes, uma de língua portuguesa e uma específica;



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

- b) Prova de aptidão física;
 - c) Avaliação psicológica;
 - d) Inspeção médica.
- 2 – Cada uma das provas de admissão, tem caráter eliminatório, sendo excluído do concurso, o candidato que tenha obtido uma valoração inferior a 9,50 valores ou a menção de *Não Apto*, na prova precedente.
 - 3 – As provas de admissão mencionados no n.º 1 serão faseadas, aplicando-se a prova de conhecimentos à totalidade dos candidatos admitidos ao concurso.
 - 4 – A convocatória para a segunda e restantes provas far-se-á por tranches sucessivas, por ordem decrescente de classificação final obtida na prova de conhecimentos, até à satisfação das vagas autorizadas.
 - 5 – Quando os candidatos aprovados nos termos do número anterior satisfaçam as vagas, as restantes provas de admissão não serão aplicadas aos demais candidatos.
 - 6 – Os elementos de seleção considerados só são válidos para o concurso e vagas a que se destinam, não havendo reserva de concurso.

Artigo 7.º

Prova de conhecimentos

- 1 – A prova de conhecimentos é composta por duas partes. A primeira parte é de língua portuguesa escrita e será aplicada a todos os candidatos, sendo que será afetada pelo coeficiente de 0,3 para o cálculo da classificação final. A segunda parte é específica, de natureza escrita e/ou prática conforme a arma ou serviço, sendo o seu coeficiente de 0,7 para o cálculo da classificação final.
- 2 – De forma a garantir o estabelecido no n.º 3 do art.º 3.º deste regulamento a realização da parte específica das armas deverá ser desfasada da dos serviços que, por sua vez, poderão ser realizadas em simultâneo.
- 3 – Esta prova com a duração global de 120 (cento e vinte) minutos, tem caráter quantitativo e reveste a forma escrita e ou prática, sendo classificada na escala de 0 (zero) a 20 (vinte) valores, com aproximação às centésimas.
- 4 – Caso se verifique a necessidade de anulação de alguma questão constante no enunciado da prova, durante o seu processo de realização ou classificação, o júri determinará a aplicação de um fator de majoração.
- 5 – É considerado *Não Apto* o candidato que obtenha uma classificação inferior a 9,50 em qualquer das partes da provas de conhecimentos.
- 6 – Para efeitos de seriação apenas é considerada a classificação final obtida na prova de conhecimentos, desde que o candidato seja considerado apto nas restantes provas de admissão.



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

Artigo 8.º

Prova de aptidão física

- 1 – A prova de aptidão física é verificada através da realização, pela ordem indicada, dos seguintes exercícios:
 - a) Flexões de braços na trave, para militares do sexo masculino, ou extensões de braços no solo, para militares do sexo feminino;
 - b) Abdominais, executados em 1 (um) minuto;
 - c) Corrida de 12 (doze) minutos (teste de Cooper).
- 2 – Os candidatos dispõem de uma tentativa para a execução do exercício de corrida e de duas tentativas para os restantes exercícios.
- 3 – As condições gerais e específicas de execução da prova de aptidão física constam no Anexo B.
- 4 – Esta prova tem carácter qualitativo, sendo classificada através de menção de *Apto* e *Não Apto*.

Artigo 9.º

Avaliação psicológica

- 1 – A avaliação psicológica visa avaliar: aptidões, características de personalidade e competências comportamentais dos candidatos, através de técnicas de natureza psicológica, e estabelecer um prognóstico de adaptação às exigências da função a concurso.
- 2 – A aplicação deste método de seleção é efetuada pelo NPOASG através de uma abordagem multimétodo, podendo comportar uma, ou mais, das seguintes fases:
 - a) Provas de papel e lápis;
 - b) Provas computadorizadas;
 - c) Entrevista psicológica;
 - d) Prova de dinâmica de Grupo e/ou Prova de situação;
- 3 – Cada fase é eliminatória *per se*, considerando-se excluído do procedimento o candidato que obtenha menção de *Não Apto* em qualquer uma das fases.
- 4 – Os fatores de apreciação inerentes a cada uma das fases encontram-se descritos no Anexo C.
- 5 – Esta prova tem carácter qualitativo, sendo classificada através de menção de *Apto* e *Não Apto*.

Artigo 10.º

Inspeção médica

- 1 – A inspeção médica tem como objetivo verificar o estado físico e psíquico dos candidatos com vista ao desempenho das funções a que se destinam.
- 2 – A inspeção médica é realizada através de:
 - a) Inquérito médico e exame objetivo;
 - b) ECG;



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

- c) TITMUS;
 - d) Audiograma;
 - e) RX de Tórax (por decisão médica);
 - f) Protocolo Analítico Base (Hemograma, VS, Plaquetas, Glic, Ureia, Creat, Aurico, Col, Hdl+Ldl, Trig, Ast, Alt, Alp, GGT, Urina II, drogas de abuso na urina [DAU]);
 - g) Protocolo Analítico Complementar (a definir individualmente por decisão médica).
- 3 – Finda a inspeção médica, o resultado obtido é traduzido em proposta de *Apto* ou *Não Apto*.

Artigo 11.º

Júri

O júri será nomeado pelo Comandante-Geral mediante proposta do Comandante do CARI.

Artigo 12.º

Provas de admissão

- 1 – Na convocatória inicial para a prova de conhecimentos serão anunciadas duas chamadas, com a indicação das respetivas datas, reservando-se a segunda chamada exclusivamente aos candidatos que, por motivos imprevistos de serviço, acidente, doença, ou por razões de força maior, devidamente justificados pelo respetivo Comandante ou Chefe da U/C/O e sancionados pelo júri, tenham sido impedidos de comparecer à primeira chamada.
- 2 – Os candidatos que pelos mesmos motivos e razões referidas no número anterior, não sejam submetidos, às restantes provas na primeira data que lhes for indicada, sê-lo-ão numa segunda data, o que deverá, necessariamente, ocorrer até 5 (cinco) dias úteis após a primeira data para que foram convocados.
- 3 – A subsistência dos motivos e das razões referidas nos números anteriores implica a eliminação do concurso.
- 4 – A falta a qualquer das provas de admissão equivale a reprovação para efeitos do disposto na alínea a) do n.º 1 do artigo 228.º do EMG NR, salvo se, por despacho do Comandante-Geral, a requerimento do interessado, for considerada por motivo de serviço, de acidente, doença ou por razões de força maior atendíveis.
- 5 – O requerimento referido no número anterior deve ser apresentado no prazo de 5 (cinco) dias úteis, a partir da data em que cessaram os motivos justificativos da falta à prova.

Artigo 13.º

Publicação dos resultados das provas de admissão

- 1 – Após a aprovação pelo júri dos resultados de cada uma das provas previstas no artigo 6.º, será publicada pela Direção de Recursos Humanos, unicamente na página da *intranet* da GNR, a



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

lista de classificação final, com os candidatos aprovados e reprovados, por ordem de classificação obtida na prova de conhecimentos, devidamente homologada pelo Comandante-Geral, que será acompanhada da grelha de respostas, sendo os candidatos considerados notificados a partir do primeiro dia útil a seguir à data da publicação.

- 2 – Dos resultados publicados, tendo em vista a audiência de interessados, cabe reclamação e ou recurso nos termos dos artigos seguintes, utilizando-se obrigatoriamente os endereços de correio eletrónico institucional do candidato e do júri do concurso, sob pena de indeferimento liminar.

Artigo 14.º

Reclamação

- 1 – Os candidatos podem reclamar, de forma fundamentada, num prazo de até 3 (três) dias úteis, contados da data de publicação dos resultados, remetendo a reclamação para o endereço de correio eletrónico do júri do concurso, anunciado no documento de abertura do concurso, com conhecimento ao órgão de gestão de recursos humanos da unidade a que pertence.
- 2 – A deliberação sobre a reclamação é notificada ao candidato, sendo transmitida para o seu endereço de correio eletrónico institucional, com conhecimento ao órgão de gestão de recursos humanos da unidade a que pertence e da mesma cabe recurso hierárquico nos termos do artigo seguinte.

Artigo 15.º

Recurso

- 1 – Os candidatos podem recorrer para o Comandante-Geral, num prazo de até 3 (três) dias úteis, após a data da notificação da decisão prevista no n.º 2 do artigo anterior.
- 2 – O recurso é dirigido ao Comandante-Geral e deve ser remetido por correio eletrónico para o endereço de correio eletrónico do júri do concurso, o qual elabora pronúncia, remetendo-o ao órgão competente para decisão.
- 3 – A apresentação de recurso pelo candidato, deve ser formalizada com conhecimento ao órgão de gestão de recursos humanos da unidade a que pertence.

Artigo 16.º

Efeitos das reclamações e dos recursos no concurso

- 1 – Em caso de reclamação e ou recurso, o candidato considera-se notificado das datas de realização das restantes provas pela publicação dos resultados da anterior e efetua as provas condicionado à apreciação da respetiva impugnação.



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

- 2 – Todas as listas elaboradas que contenham militares abrangidos pelo número anterior referem expressamente tal facto.
- 3 – Os prazos das reclamações e recursos é independente das fases do concurso e os candidatos não excluídos do concurso, convocados de acordo com as regras constantes do artigo 6.º, podem vir a prestar provas dentro dos prazos previstos nos artigos 14.º e 15.º para a apresentação de impugnação.

Artigo 17.º

Publicação da classificação final

- 1 – No prazo de até 3 (três) dias úteis a contar do termo da última prova de admissão, o júri aprova a lista de classificação final e a ordenação dos candidatos.
- 2 – Por razões de conveniência para o concurso, o júri pode deliberar pela prorrogação do prazo de elaboração da lista de classificação final.
- 3 – Da homologação da lista de classificação final cabe reclamação e recurso nos termos do EMGNR, devendo o candidato interpor a reclamação ou o recurso através de correio eletrónico para o endereço de correio eletrónico do júri do concurso, de acordo com o previsto no n.º 2 do artigo 13.º.

Artigo 18.º

Admissão ao CFS

- 1 – Serão admitidos à frequência do CFS os candidatos aprovados em todas as provas de admissão, nos termos previstos no artigo 6.º, sendo ordenados por ordem decrescente da classificação final obtida na prova de conhecimentos, até ao limite das vagas fixadas para cada quadro.
- 2 – O militar será admitido à frequência do CFS para o quadro escolhido assente na sua classificação final e atendendo à prioridade apresentada e à existência de vaga no quadro pretendido.
- 3 – Se ficarem vagas por preencher em algum quadro dos serviços ou armas, elas reverterão para os quadros das armas, sob proposta da DRH e devidamente homologada pelo Comandante-Geral, até ao limite das vagas a concurso.
- 4 – Em caso de igualdade na classificação final, os candidatos serão ordenados de acordo com as seguintes prioridades:
 - a) Maior posto;
 - b) Maior antiguidade no posto;
 - c) Mais tempo de serviço efetivo;
 - d) Maior idade.



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

Artigo 19.º

Casos omissos

Tudo o que não esteja previsto no presente regulamento será decidido por despacho do Comandante-Geral, para aditamento às mesmas, mediante proposta do Comandante do CARI.

Artigo 20.º

Plataforma eletrónica

Enquanto não estiver disponível plataforma eletrónica, os documentos previstos no artigo 4.º do presente regulamento são apresentados em suporte físico.

Anexos:

- A – Informação individual do candidato;
- B – Condições gerais e específicas de execução da prova de aptidão física;
- C – Fatores de apreciação da Avaliação Psicológica.



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

ANEXO A (INFORMAÇÃO INDIVIDUAL DO CANDIDATO) AO REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

(U/C/O) _____

INFORMAÇÃO INDIVIDUAL DO CANDIDATO

(A preencher pelo Candidato, após o que remete ao OGRH da Unidade por e-mail)

- 1 - Nome: _____
- 2 - Posto: _____ Quadro: _____ N.º matrícula: _____
- 3 - Data de nascimento: ____/____/____ Habilitações literárias: _____
- 4 - Local onde presta serviço: _____
- 5 - Quadro(s) a que concorre: 1ª _____; 2ª _____; 3ª _____
- 6 - Data de ingresso na Guarda: ____/____/____
- 7 - Tempo de serviço após o final do Curso de Formação de Guardas: _____
- 8 - Endereço de e-mail: _____@gnr.pt
- Data e assinatura: _____

(A preencher pelo OGRH da Unidade e remeter ao Oficial c/c ao Candidato por e-mail)

- 9 - Endereço de e-mail do OGRH da Unidade _____@gnr.pt
- 10 - Classe de comportamento: _____
- 11 - Tem punições averbadas? Sim Não _____
- 12 - Processos pendentes? Sim Não
- Processo criminal: _____
 - Processo disciplinar: _____
- 13 - Já concorreu anteriormente ao CFS? Sim Não Número vezes: _____
- Resultados obtidos em cada uma das candidaturas: _____
 - Caso tenha sido excluído do curso ou do concurso, indicar o(s) motivo(s) da exclusão:



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

(A preencher por oficial superior hierárquico do candidato e remeter ao Cmdt da U/C/E por e-mail)

14 - Atesto serem verídicas as informações declaradas acima.

15 - **O militar é possuidor de boas informações, onde revela zelo, dedicação, iniciativa, interesse pelo serviço e capacidade de liderança**, nos termos da alínea b) do n.º 1 do artigo 3.º do regulamento de admissão? Sim Não com o seguinte juízo ampliativo:

O Superior Hierárquico (Identificação, data e assinatura)

(A preencher pelo Comandante ou Chefe da U/C/O, a devolver ao OGRH por e-mail)

Informação:

O Comandante ou Chefe (Identificação, data e assinatura)

Depois de preenchido e assinado pelo Comandante ou Chefe, o OGRH remete cópia por e-mail para o júri do concurso, com conhecimento por e-mail ao candidato.



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

ANEXO B (CONDIÇÕES GERAIS E ESPECÍFICAS DE EXECUÇÃO DA PROVA DE APTIDÃO FÍSICA) AO REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS**1. CONDIÇÕES GERAIS**

- a) Os exercícios são executados no mesmo dia e cada exercício é eliminatório, sendo considerado *Não Apto* o candidato que não realize qualquer dos exercícios nas condições exigidas;
- b) Antes de cada exercício, os elementos responsáveis pela sua fiscalização devem proporcionar aos candidatos o tempo necessário a um aquecimento prévio e adequado ao esforço;
- c) Os militares a nomear para efeitos de fiscalização das provas devem ser previamente esclarecidos sobre a necessidade de se observar todo o rigor relativo à execução, registo e esclarecimento dos avaliados;
- d) Antes de cada exercício deve ser demonstrado, por um elemento responsável pela fiscalização, a forma correta da sua execução, fazendo especial referência ao que não é permitido;
- e) Entre a execução de dois exercícios consecutivos deve ser respeitado um intervalo de 10 minutos;
- f) Durante a execução dos exercícios, os candidatos fazem uso do uniforme habitualmente usado nas sessões de educação física;

2. CONDIÇÕES ESPECÍFICAS**a) Flexão de braços na trave****1) Posição inicial**

Em suspensão, com os braços em extensão completa e as mãos em pronação (palmas das mãos para a frente) numa trave horizontal a 2,20 metros do solo, ou altura superior, com os membros superiores em extensão completa e perdendo o contacto dos pés com o solo.

2) Execução

- À voz, o candidato executa o movimento de flexão simultânea dos braços até que o queixo ultrapasse a parte superior da trave sem o apoiar, voltando de seguida à posição inicial;
- O exercício é executado individualmente;
- Não são permitidos balanços nem movimentos com as pernas (pedalar).

3) Requisitos mínimos a atingir **4 (quatro) flexões.****b) Extensão de braços no solo****1) Posição inicial**

Em posição de queda facial (braços em extensão completa e perpendiculares ao solo, com as mãos assentes no mesmo, afastadas à largura dos ombros e com os dedos dirigidos para a frente) com o corpo "*em prancha*", isto é, não dobrado pelos rins, com as pernas no prolongamento do tronco e com os joelhos e calcanhares unidos.

2) Execução



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

- À voz, a candidata, através da flexão dos braços, executa o movimento descendente até tocar com o peito (zona média situada entre a linha dos ombros e o esterno) no objeto de controlo colocado para o efeito no solo, regressando de imediato à posição inicial e mantendo sempre o corpo "em prancha";
 - Não são permitidas paragens;
 - O exercício é executado individualmente.
- 3) Requisitos mínimos a atingir **15 (quinze) extensões.**
- c) Abdominais
- 1) Posição inicial
- Na posição de deitado dorsal, pernas fletidas a 90.º e naturalmente afastadas, braços assentes no solo e perpendiculares ao tronco, pés fixos e apoiados à altura dos joelhos, mãos à nuca com os dedos a tocar nas orelhas.
- 2) Execução
- À voz (ou apito), o candidato através da flexão do tronco à frente toca simultaneamente com ambos os cotovelos nos joelhos e volta à posição inicial;
 - Na execução, os dedos não podem deixar de tocar nas orelhas;
 - No regresso à posição inicial as omoplatas terão que tocar no solo, ficando os braços, em simultâneo, paralelos ao solo;
 - Não são permitidos balanços com a bacia;
 - O exercício é executado individualmente e no tempo máximo de 1 (um) minuto.
- 3) Requisitos mínimos a atingir:
- Masculinos – **36 (trinta e seis) abdominais;**
 - Femininos – **31 (trinta e um) abdominais.**
- d) Corrida de 12 (doze) minutos
- 1) Execução
- O exercício consiste em percorrer, no tempo de 12 (doze) minutos, correndo e (ou) andando, a distância mínima exigida em razão do género do candidato;
 - A corrida será realizada em pista plana, competindo aos controladores avisar os avaliados sobre o tempo gasto ou do que falta para o final da prova, e da distância percorrida.
- 2) Requisitos mínimos a atingir:
- Masculinos – **2.400 (dois mil e quatrocentos) metros;**
 - Femininos – **2.150 (dois mil e cento e cinquenta) metros.**



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

ANEXO C (FATORES DE APRECIÇÃO DA AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA) AO REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS**1. PROVAS DE “PAPEL E LÁPIS”**

- a) **Cognitivas** – avaliam o potencial intelectual geral (ex.: inteligência geral, raciocínio lógico/dedutivo) e/ou aptidões específicas (ex.: verbal, numérica, mecânica, espacial). A pontuação de cada prova é transformada num resultado padronizado. O parecer de inaptidão não poderá ser atribuído a um resultado superior à média da escala selecionada.
- b) **Personalidade** – possibilitam identificar características ao nível comportamental, emocional e relacional do candidato. São considerados “*Aptos*” os candidatos que não apresentem traços limitativos nas características consideradas relevantes para a função no concurso.

2. PROVAS COMPUTORIZADAS

- a) Consiste na realização de provas em laboratório que procuram avaliar a eficácia da resposta motora a estímulos ao nível da velocidade, precisão, coordenação gestual e/ou capacidade de resistência ao stress;
- b) A pontuação de cada prova é transformada num resultado padronizado. O parecer de inaptidão não poderá decorrer de um resultado superior à média da escala selecionada.

3. ENTREVISTA PSICOLÓGICA

- a) Através de uma relação interpessoal, visa avaliar e/ou aprofundar, características e competências do candidato relevantes para o exercício da função. Tem em consideração, entre outros, os seguintes fatores de apreciação: motivação, comunicabilidade, relacionamento interpessoal, maturidade, postura e dados dos questionários de personalidade;
- b) A cada fator é atribuído um dos níveis inscritos no Quadro I;
- c) São considerados “*Aptos*” os candidatos que obtenham um nível igual ou superior a *suficiente* nos fatores em avaliação.

Quadro I – Níveis de avaliação da Entrevista psicológica	
Elevado	<i>Demonstrou presença do fator em apreciação respondendo às questões colocadas com elevados níveis de objetividade, clareza e/ou pertinência.</i>
Bom	<i>Demonstrou presença do fator em apreciação respondendo às questões colocadas com bons níveis de objetividade, clareza e/ou pertinência.</i>
Suficiente	<i>Demonstrou presença do fator em apreciação respondendo às questões colocadas com razoáveis níveis de objetividade, clareza e/ou pertinência.</i>
Reduzido	<i>Demonstrou presença do fator em apreciação respondendo às questões colocadas com reduzidos níveis de objetividade, clareza e/ou pertinência.</i>
Insuficiente	<i>Demonstrou presença do fator em apreciação respondendo às questões colocadas sem objetividade, clareza e/ou pertinência.</i>

4. PROVA DINÂMICA DE GRUPO

- a) Técnica que assenta num trabalho realizado em grupo, precedido de reflexão individual, face a um problema real ou imaginário durante um tempo pré-determinado;



REGULAMENTO DO CONCURSO DE ADMISSÃO AO CURSO DE FORMAÇÃO DE SARGENTOS

- b) Os quatro fatores em avaliação podem contemplar: ascendência, sociabilidade, argumentação, dinamismo, capacidade de organização, inteligência prática ou sentido de urgência;
- c) Cada um dos fatores é classificado numa escala de 1 (um) a 5 (cinco), descrita no quadro II;
- d) A classificação final da prova dinâmica de grupo resulta do cálculo da média da soma das avaliações individuais de cada um dos elementos do Júri;
- e) São considerados *Aptos* os candidatos que obtenham uma classificação final igual ou superior a 2,50 valores.
5. **PROVA DE SITUAÇÃO**
- Através da exposição do candidato a uma situação próxima da que irá encontrar, permite-se a avaliação de competências técnicas e/ou comportamentais, tais como: proatividade, desempenho, reação à pressão ou capacidade de integração na equipa:
- a) Cada uma das competências avaliadas é classificada numa escala de 1 (um) a 5 (cinco), descrita no Quadro II;
- b) A classificação final da prova de situação resulta do cálculo da média da soma das avaliações individuais de cada um dos elementos do Júri;
- c) São considerados *Aptos* os candidatos que não obtenham uma classificação final igual ou superior a 2,50 valores.

Quadro II – Níveis de avaliação da Prova de situação / Prova de situação	
5	<i>Indica que o candidato demonstrou no mais elevado grau o fator em apreciação, constituindo um caso de reconhecida exceção.</i>
4	<i>Indica que o candidato revelou um nível bom e acima da média, no que respeita ao fator a classificar.</i>
3	<i>Indica que o candidato revelou um nível satisfatório e adequado ao fator a classificar.</i>
2	<i>Indica que o candidato demonstrou limitações no fator a classificar, o qual, suscetível de correção futura, o coloca abaixo do nível médio desejável.</i>
1	<i>Indica que o candidato revelou fortes limitações no fator, o qual, suscetível de correção futura, o coloca muito abaixo do nível médio desejável.</i>