



[Handwritten signature]
[Handwritten initials]

ATA N.º 1

CONCURSO EXTERNO DE INGRESSO PARA ADMISSÃO A ESTÁGIO NA CARREIRA DE 3 BOMBEIROS NA CATEGORIA DE BOMBEIRO SAPADOR RECRUTA

---- Ao vigésimo dia do mês de maio de dois mil e vinte e quatro, no edifício dos Paços do Concelho, reuniu o júri do concurso externo de ingresso para admissão a estágio na carreira, de 3 bombeiros na categoria de bombeiro sapador recruta, da Câmara Municipal da Lousã, composto por Pedro Tiago Sousa Santa, Comandante do Corpo de Bombeiros Municipal e Coordenador Municipal da Proteção Civil do Município da Lousã, na qualidade de presidente do júri, Maria Manuela Simões Ferraz, Chefe da Unidade de Floresta e Desenvolvimento Rural, em regime de substituição, do Município da Lousã, na qualidade de 1.º vogal efetivo, e Diana Cristina Montenegro Ribeiro, Técnica Superior, na Unidade de Recursos Humanos, da Divisão de Administração e Finanças, na qualidade de 2.º vogal efetiva.-----

---- A presente reunião teve como objetivo fixar os parâmetros e critérios dos métodos de seleção, a grelha classificativa e o sistema de valoração final de cada método de seleção a aplicar no presente concurso.-----

---- Em conformidade com no n.º4 do artigo 15.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, é designado como secretária a segunda vogal efetiva.-----

---- Aberta a reunião, o Júri deliberou, de acordo com o n.º 3 do artigo 18.º do Decreto-lei n.º 106/2002, de 13 de abril e o artigo 19.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, e em conformidade com o despacho do Sr. Presidente da Câmara n.º 8/2023, que os métodos de seleção a utilizar são os seguintes: **Prova de conhecimentos gerais (PCG)**, com carácter eliminatório; **Provas Práticas (PP)**, com carácter eliminatório; **Entrevista Profissional de Seleção (EPS)**, sem carácter eliminatório. Os referidos métodos de seleção deverão ser precedidos de **inspeção médica**.-----

---- Neste seguimento deliberou o Júri fixar os seguintes parâmetros e critérios para os referidos métodos de seleção:-----

---- **Prova de conhecimentos gerais (PCG)**: visa avaliar o nível de conhecimentos académicos e profissionais dos candidatos exigidos e adequados ao exercício das funções na área para a qual é aberto o concurso. Comporta uma única fase, tem carácter eliminatório, reveste a natureza teórica, a forma escrita, tem a duração de 60 minutos, é de realização individual e constituída por questões de escolha múltipla e ou desenvolvimento, apenas podendo ser consultada, durante a sua realização, a legislação indicada no programa, que consta do anexo I à presente ata, em formato

lu
Sennet
DTR



papel, desde que não anotada nem comentada. A atualização da legislação ocorrida após a publicitação do presente procedimento será da responsabilidade dos candidatos, versando a prova de conhecimentos sobre a legislação devidamente atualizada. Na classificação da prova de conhecimentos é adotada a escala de 0 a 20 valores, com valoração até às centésimas, considerando-se não aprovados os candidatos que obtenham a classificação inferior a 9,50 valores.-----

----- **Provas Práticas (PP):** Destinam-se a avaliar a força, a destreza, a resistência, o desenvolvimento e as demais capacidades físicas e motoras dos (as) candidatos (as), indispensáveis para o desempenho da profissão de bombeiro profissional. As provas práticas serão classificadas numa escala de 0 a 20 valores, sendo eliminados os candidatos que obtenham, nesta fase, uma classificação inferior a 9,50 valores na média de todas elas. O programa das Provas Práticas e critérios de avaliação constam do anexo II à presente ata.-----

----- **Entrevista profissional de seleção:** visa determinar e avaliar numa relação interpessoal e de forma objetiva e sistemática, as aptidões profissionais e pessoais dos candidatos necessárias ao exercício das funções. Terá a duração máxima de 20 minutos. Os parâmetros a avaliar serão: A – Experiência profissional; B – Motivação para a função;

C – Capacidade de expressão e de comunicação; D – Capacidade de relacionamento interpessoal. Os parâmetros são valorizados através dos níveis classificativos elevado – 20 valores, bom – 16 valores, suficiente – 12 valores, reduzido – 8 valores e insuficiente – 4 valores. O resultado da EPS será de 0 a 20 valores, mediante a aplicação da fórmula $EPS = (A+B+C+D)/4$.-----

----- Em conformidade com o disposto no n.º 2 do artigo 23.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, por cada entrevista profissional de seleção é elaborada uma ficha individual, contendo o resumo dos assuntos abordados, os parâmetros relevantes e a classificação obtida em cada um deles, devidamente fundamentada.-----

----- A classificação final resultará da média aritmética das classificações obtidas em cada um dos métodos de seleção, será expressa na escala de 0 a 20, de acordo com a seguinte fórmula:-----

----- $CF = (PCG + PP + EPS) / 3$ -----

----- Em que: CF = Classificação final; PCG = prova de conhecimentos gerais; PP = prova prática; EPS = entrevista profissional de seleção.-----

----- Considerar-se-ão não aprovados os candidatos que na classificação final obtenham classificação inferior a 9,5 valores, ou numa das fases dos métodos

ATA n.º 1 - Anexo I

Programa da Prova de Conhecimentos Gerais:

Visa avaliar o nível de conhecimentos académicos e profissionais dos candidatos exigidos e adequados ao exercício das funções na área para a qual é aberto o concurso. Tem carácter eliminatório. Versa sobre a seguinte legislação:

- Regime Jurídico das Autarquias Locais, aprovado pela Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro (na sua redação atual) – Capítulo III – Artigos 23.º a 62.º;
- Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas, aprovada em anexo à Lei n.º 35/2014, de 20 de junho (na sua redação atual) - Artigos 45.º a 51.º; artigos 70.º a 76.º; Artigos 79.º a 91.º; Artigos 108.º a 143.º; Artigos 176.º a 193.º.
- Regime Jurídico de Segurança Contra Incêndios em Edifícios-Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro alterado pelo Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro e a Lei n.º 123/2019, de 18 de outubro.
- Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril, na atual redação dada pelo Decreto-Lei n.º 86/2019, de 2 de julho, que aprovou o estatuto de pessoal dos bombeiros profissionais da administração local;
- Constituição, Organização, Funcionamento e Extinção dos Corpos de Bombeiros, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 247/2007, de 27 de junho, alterado e republicado pelo Decreto-Lei n.º 248/2012, de 21 de novembro;
- Lei de Bases da Proteção Civil aprovada pela Lei n.º 27/2006, de 3 de julho, alterada pelo Decreto-Lei n.º 80/2015, de 3 de agosto;
- Decreto-Lei n.º 44/2019, de 1 de abril, Quadro de Transferência de Competências para os Órgãos Municipais, no domínio da Proteção Civil;
- Lei n.º 65/2007, de 12 de novembro, que estabelece a organização dos serviços municipais de proteção civil;
- Regulamento Geral do Estágio dos Bombeiros Profissionais, disciplinado pelo Despacho Conjunto n.º 298/2006, publicado na 2.ª série do Diário da República n.º 65, de 31 de março de 2006.

eliminatórios não sejam aprovados.-----

---- A falta de comparência dos candidatos a qualquer dos métodos de seleção equivale à desistência do concurso, sendo os candidatos faltosos excluídos do procedimento.-----

---- Em caso de igualdade de classificação serão adotados os critérios de desempate preceituados no n.º 1, bem como no n.º 2, ambos do artigo 37.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, aplicado à Administração Local pelo Decreto-Lei n.º 238/99, de 25 de junho. Caso subsista o empate após aplicação dos critérios anteriormente referidos, nos termos do n.º 3 da citada disposição legal, aplicar-se-ão sucessivamente os seguintes critérios:-----

---- 1.º Candidato (a) titular de carta de condução de veículos da categoria C;-----

---- 2.º Candidato (a) com classificação mais elevada nas PP;-----

---- 3.º Candidato (a) com classificação mais elevada na PCG.-----

---- Nada mais havendo a tratar, foi encerrada a reunião de que foi lavrada a presente ata que vai ser assinada por todos os membros do Júri.-----

---- Todas as deliberações foram tomadas por unanimidade.-----

O JÚRI,



Pedro Tiago Sousa Santa



Maria Manuela Simões Ferraz



Diana Cristina Montenegro Ribeiro

ATA n.º 1 - Anexo II

Provas Práticas (PP):

Destinam-se a avaliar a força, a destreza, a resistência, o desenvolvimento e as demais capacidades físicas e motoras dos (as) candidatos (as), indispensáveis para o desempenho da profissão de bombeiro profissional. Tem caráter eliminatório

As provas práticas serão classificadas numa escala de 0 a 20 valores, sendo eliminados os candidatos que obtenham, nesta fase, uma classificação inferior a 9,50 valores na média de todas elas.

Programa de realização das provas práticas e Critérios de avaliação:

Para a realização das provas os candidatos realizam as provas usando traje de ginástica (camisola, calções, meias e sapatos de ginástica), a seu cargo.

1. As provas a efetuar são as seguintes:

- a) Prova de subida à torre
- b) Prova de extensões de braços no solo (PEBS)
- c) Prova de teste de velocidade (PTV)
- d) Teste de Cooper (TC)
- e) Prova de Impulsão Horizontal (PIH)
- f) Prova de subida de corda vertical (PSCV)

2. A prova enunciada no ponto 1. alínea a) é eliminatória e não conta para a classificação final.

3. As provas realizam-se num único dia.

4. A classificação das provas é obtida através da fórmula a seguir mencionada:

$$CF = \frac{PEBS + PTV + TC + PIH + PSCV}{5}$$

5

Em que:

CF= Classificação Final

PEBS = Prova de extensões de braços no solo

PTV = Prova de teste de velocidade

Handwritten signature and initials in blue ink.



TC = Teste de Cooper

PIH = Prova de Impulsão Horizontal

PSCV = Prova de subida de corda vertical

4.1. Em cada prova, as classificações são obtidas através das tabelas constantes em cada uma das respetivas provas.

5. Para a realização das provas os candidatos realizam as provas usando traje de ginástica (camisola, calções, meias e sapatos de ginástica), a seu cargo.

5.1. As provas devem ser precedidas de aquecimento, à responsabilidade do candidato/a.

6. Execução das provas:

a) Prova de subida à último andar da torre:

Finalidade/Execução: subir ao 4.º andar da torre através de escada exterior, seguido de descida pela escada exterior, com um tempo máximo de 2 minutos.

Regra:

- a) Esta prova tem carácter eliminatório;
- b) O/A candidato/a é considerado apto se subir e descer dentro do tempo limite;
- c) O/A candidato/a é considerado não apto se não conseguir efetuar prova dentro do tempo limite, ou não conseguir efetuar a prova.

b) Prova de extensões de braços no solo (PEBS)

Finalidade: Avaliar a força do/a candidato/a nos membros inferiores e superiores de forma a realizar o maior número possível de flexões de braços.

Execução: À voz de "em posição" dada pelo controlador, ao candidato/a tomará a posição de corpo emprachado, apoiando-se apenas nos bicos dos pés e nas palmas das mãos, estas dirigidas para a frente, com os braços estendidos e as palmas das mãos afastadas a largura dos ombros e alinhadas com os mesmos. À voz de "começar", o candidato executará uma flexão, que consiste em fazer baixar o corpo de forma uniforme até que o peito fique a uma mão travessa do solo, sem lhe tocar. Em seguida, voltará à posição inicial com uma extensão completa dos braços.

Regras:

- a) O corpo deve permanecer na posição emprachado durante o exercício e não deverá tocar no solo, exceto com os apoios (pés e mãos);
- b) Não são permitidas interrupções entre extensões;

c) Tempo máximo de duração da prova 2 minutos.



N.º de extensão	Valores	
	Masculinos	Femininos
40	20	—
38	19	—
36	18	—
34	17	—
32	16	—
30	15	20
28	14	19
26	13	18
24	12	17
22	11	16
20	10	15
18	9	14
16	8	13
14	7	12
12	6	11
10	5	10
8	4	8
6	3	6
4	2	5

d) Prova de teste de velocidade (PTV)

Finalidade: Atingir a distância de 100m o mais rápido possível, pretende-se aferir a rapidez com que o candidato consegue percorrer, em menor tempo possível, uma distância específica.

Handwritten signature and initials:
 [Signature]
 [Initials]

Execução: à voz do controlador, os executantes colocam-se na linha de partida e em posição de partida. O arranque é efetuado após dadas as vozes de "aos seus lugares", "pronto" e "já" (que pode ser voz, apito ou pistola)

Regras:

- a) Termina a prova após cortar a linha de meta.

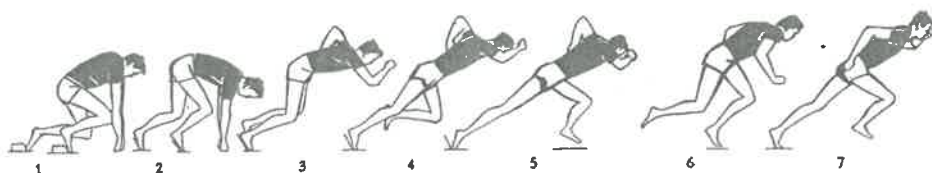


Tabela de tempos e notas:	
Tempo (segundos)	Notas
<= 11.79	20
11.80 - 11.99	19
12.00 - 12.19	18
12.20 - 12.39	17
12.40 - 12.59	16
12.60 - 12.79	15
12.80 - 12.99	14
13.00 - 13.19	13
13.20 - 13.39	12
13.40 - 13.59	11
13.60 - 13.79	10
13.80 - 13.99	9
14.00 - 14.19	8
14.20 - 14.39	7
14.40 - 14.59	6
14.60 - 14.79	5
14.80 - 14.99	4
15.00 - 15.19	3
15.20 - 15.39	2
15.40 - 15.59	1
>= 15.59	0

d) Teste de Cooper (TC)

Finalidade: avaliar a capacidade cardiorrespiratória através da análise da distância percorrida durante 12 minutos.

Execução: O/A candidato/a, à medida que vão sendo chamados, dirigem-se para trás da linha de partida que lhes é indicada. Ao sinal "partir", e só então, o candidato/a deve correr à volta da pista definida, percorrendo, nestas condições o maior número possível de metros durante o período de tempo, com possibilidade de pausa, enquanto o controlador regista o número completo de voltas executadas e avisa do tempo gasto e/ou do tempo que falta. O executante abandona a pista.

Regras:

- O tempo de duração da prova é de 12 minutos;
- Ao sinal de "parar", o executante deve permanecer no mesmo local, até à chegada do controlador que regista número aproximado de metros percorrido pelo executante, para além das voltas completas;

Muito bom (20)	Bom (16)	Regular (12)	Mau (8)	Muito mau (4)	
+2700m	2700m a +2200m	2200m a +1800m	1800 m a +1500 m	=<1500 m	Feminino
+2800m	2800m a +2400m	2400 m a +2200 m	2200 m a +1600 m	=<1600 m	Masculino

e) Prova de Impulsão Horizontal (PIH)

Finalidade: Atingir a máxima distância num salto em comprimento a pés juntos. Este teste tem como objetivo avaliar a força explosiva dos membros inferiores.

Execução: O(A) candidato(a) deve posicionar-se de pé atrás da linha que assinala o ponto de partida com os pés à largura dos ombros. Deve fletir os joelhos, puxar os braços atrás e saltar em comprimento o mais longe possível.

Regras:

- As distâncias são medidas desde o ponto de partida até ao calcanhar;
- Devem ser efetuados 2 saltos;

c) O valor registado é o melhor resultado das duas avaliações/saltos.

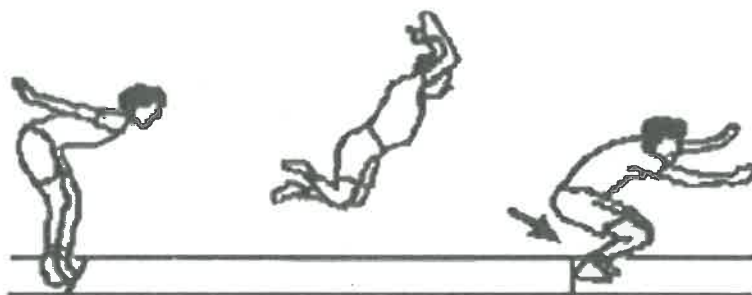


Figura 1 - Imagem do Teste de Impulso Horizontal

Impulsão Horizontal		Notas
Masculino	Feminino	
$\geq 2,66$	$\geq 2,16$	20
2,65 – 2,61	2,15 – 2,11	19
2,60 – 2,56	2,10 – 2,06	18
2,55 – 2,51	2,05 – 2,01	17
2,50 – 2,46	2,00 – 1,96	16
2,45 – 2,41	1,95 – 1,91	15
2,40 – 2,36	1,90 – 1,86	14
2,35 – 2,31	1,85 – 1,81	13
2,30 – 2,26	1,80 – 1,76	12
2,25 – 2,21	1,75 – 1,71	11
2,20 – 2,16	1,70 – 1,57	10
2,15 – 2,11	1,56 – 1,52	9
2,10 – 2,06	1,51 – 1,47	8
2,05 – 2,01	1,46 – 1,42	7
2,00 – 1,96	1,41 – 1,37	6
1,95 – 1,91	1,36 – 1,32	5
1,90 – 1,86	1,31 – 1,27	4
1,85 – 1,81	1,26 – 1,22	3
1,80 – 1,76	1,21 – 1,17	2
1,75 – 1,70	1,16 – 1,11	1

Illegible handwritten signature



$\leq 1,69$	$\leq 1,10$	0
-------------	-------------	---

f) Prova de Subida de corda vertical (PSCV)

Finalidade: Subir uma corda vertical de forma a avaliar a força e resistência dos membros superiores.

Execução: Os executantes têm de subir uma corda suspensa verticalmente a 6 metros de altura do solo, iniciando o tempo logo que "agarre" a corda para a subida. Podem utilizar ou não a ajuda dos membros inferiores, sendo que nesta última situação corresponde a uma penalização de 3 segundos.

Regras:

- a) O/A candidato/a efetuará duas subidas sendo considerada para valoração a que tiver melhor tempo.

Tempo em Segundos		Notas
Com ajuda dos membros inferiores	Sem ajuda dos membros inferiores	
≤ 6.99	≤ 9.00	20
7.00 – 7.99	10.00 – 10.99	19
8.00 – 8.99	11.00 – 11.99	18
9.00 – 9.99	12.00 – 12.99	17
10.00 – 10.99	13.00 – 13.99	16
11.00 – 11.99	14.00 – 14.99	15
12.00 – 12.99	15.00 – 15.99	14
13.00 – 13.99	16.00 – 16.99	13
14.00 – 14.99	17.00 – 17.99	12
15.00 – 15.99	18.00 – 18.99	11
16.00 – 16.99	19.00 – 19.99	10
17.00 – 17.99	20.00 – 20.99	9
18.00 – 18.99	21.00 – 21.99	8
19.00 – 19.99	22.00 – 22.99	7
20.00 – 20.99	23.00 – 23.99	6
21.00 – 21.99	24.00 – 24.99	5
22.00 – 22.99	25.00 – 25.99	4
23.00 – 23.99	26.00 – 26.99	3



24.00 – 24.99	27.00 – 27.99	2
25.00 – 25.99	28.00 – 28.99	1
≥ 26.00	≥ 29.00	0

O JÚRI,

Pedro Tiago Sousa Santa

Maria Manuela Simões Ferraz

Diana Cristina Montenegro Ribeiro