

**ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
SECRETARIA DE ESTADO DE JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR
COMANDO-GERAL**



**DIRETRIZ GERAL DO TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA
DO CBM MS DGTAf**

2023

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
SECRETARIA DE ESTADO DE JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR
COMANDO-GERAL



DIRETRIZ GERAL DO TESTE DE AVALIAÇÃO FÍSICA
DO CBM MS DGTAF

2023



**ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
SECRETARIA DE ESTADO DE JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR
COMANDO-GERAL**

PORTARIA CBMMS/BM-1 Nº394, DE 20 DE NOVEMBRO DE 2023.

Aprova e põe em execução a Diretriz Geral do Teste de Avaliação Física no âmbito do CBMMS (CBMMS10-D-02.007), 2023.

O **COMANDANTE-GERAL DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL**, no exercício das atribuições que lhe confere os incisos III, VI e VII, do art. 8º, da Lei Complementar nº 188, de 3 de abril de 2014 (ORGANIZAÇÃO BÁSICA DO CBMMS);

R E S O L V E:

Art. 1º Aprovar e pôr em execução a Diretriz Geral do Teste de Avaliação Física - DGTAf (CBMMS10-D-02.007) no âmbito do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Mato Grosso do Sul, 2023, anexa a esta portaria.

Art. 2º. Revogar a Portaria nº 004/BM-1 de 29 de março de 2004.

Art. 3º. Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação, produzindo efeitos a partir de 1º de janeiro de 2024.

Campo Grande - MS, 20 de novembro de 2023.

FREDERICO REIS POUSO SALAS – CEL QOBM
Comandante-Geral do CBMMS

(Publicado no Boletim Geral nº _____, de ____ de _____ de 2023)

FOLHA REGISTRO DE MODIFICAÇÕES (FRM)

NÚMERO DE ORDEM	ATO DE APROVAÇÃO	PÁGINAS AFETADAS	DATA

NOTA

Solicita-se aos leitores desta Diretriz a apresentação de sugestões que tenham por objetivo aperfeiçoá-la ou que se destinam à supressão de eventuais incorreções no prazo de 180 (cento e oitenta) dias a contar da data de publicação.

As observações deverão ser apresentadas, com a devida menção de página, parágrafo e linha do texto a que se referem, além da fundamentação e justificativa a respeito.

O documento deve ser enviado diretamente ao Chefe do Estado-Maior-Geral do CBMMS, para análise e apreciação da pertinência da solicitação.

ÍNDICE DE ASSUNTOS

CAPÍTULO I - DAS GENERALIDADES	
1.1 CONSIDERAÇÕES GERAIS.....	6
1.2 FINALIDADE	6
1.3 OBJETIVOS DO TAF	6
CAPÍTULO II - DO TREINAMENTO FÍSICO MILITAR	
2.1 MOTIVAÇÃO PARA O TREINAMENTO FÍSICO	7
2.2 FREQUÊNCIA	8
2.3 LOCAL E HORÁRIO DO TFM	8
2.4 PROGRAMA DE TREINAMENTO.....	8
2.5 COMPETIÇÕES ESPORTIVAS	9
CAPÍTULO III - DOS TESTES DE AVALIAÇÃO FÍSICA	
3.1 ORIENTAÇÕES PARA O TAF REGULAR	10
3.2 PLANEJAMENTO DO TAF REGULAR	10
3.3 DESENVOLVIMENTO DO TAF REGULAR	11
3.4 ORIENTAÇÕES PARA O TAF ESPECÍFICO	11
3.5 ORIENTAÇÕES PARA O TAF DOS CONCURSOS DE SELEÇÃO	12
3.6 BENEFÍCIOS DO TAF REGULAR	12
3.7 CONSEQUÊNCIAS DA INAPTIDÃO FÍSICA	12
CAPÍTULO IV - DAS DISPOSIÇÕES FINAIS	
4.1 APLICAÇÃO	12
4.2 CONTROLE E FISCALIZAÇÃO	13
4.3 RELATÓRIOS	13
REFERÊNCIAS	14

CAPÍTULO I DAS GENERALIDADES

1.1 CONSIDERAÇÕES GERAIS

1.1.1 A Educação Física é de fundamental importância ao Bombeiro Militar e deve ser realizada regularmente no anseio de proporcionar um condicionamento físico ideal, que leve cada indivíduo ao desempenho de suas funções em segurança e de modo a transmitir confiança.

1.1.2 As atividades desenvolvidas pelo Bombeiro Militar requerem uso contínuo da musculatura corporal com desprendimento de energia por esforço físico, fato que resulta naturalmente no homem o anseio, o desejo da prática continuada de exercícios físicos, o que deve ser fomentado ao nível de cultura profissional impulsionada pelo amor à vida.

1.1.3 A multiformidade de ambientes em que são compelidos pela razão do ofício de cumprir a missão induz à necessidade de obter condicionamento físico satisfatório, que possibilite agir nesses meios com destreza, agilidade e habilidade face à necessidade de atingir o objetivo proposto.

1.1.4 Logo, o militar estando APTO poderá desempenhar suas funções, sendo de fundamental importância estimular o treinamento e o condicionamento físico da tropa, a fim de torná-la apta a desempenhar as missões constitucionais da Corporação, minimizando os riscos de lesões e consequentes afastamentos médicos de suas atividades.

1.2 FINALIDADE

1.2.1 Esta Diretriz visa orientar, regular e controlar o planejamento e a aplicação do Teste de Avaliação Física Regular (TAF), TAF Específico (TAFE) e TAF dos Concursos de Seleção no âmbito do CBMMS; orientar o Treinamento Físico Militar (TFM) aplicado aos integrantes do CBMMS; coordenar as atividades voltadas ao desenvolvimento e capacitação física na corporação; bem como estimular a prática desportiva em geral.

1.3 OBJETIVOS DO TAF

1.3.1 Objetivo Geral:

- Avaliar o condicionamento físico dos bombeiros militares do CBMMS.

1.3.2 Objetivos Específicos:

- Avaliar o nível de aptidão física dos membros da corporação através de testes pré-determinados;
- Buscar por meio dos resultados obtidos, condições para a manutenção e/ou melhora do condicionamento físico do militar e por consequência a autoconfiança necessária ao enfrentamento das situações de risco no atendimento das ocorrências;
- Fomentar a necessidade de criação de hábitos culturais quanto a prática de exercícios físicos no âmbito da Corporação.

**CAPÍTULO II
DO TREINAMENTO FÍSICO MILITAR****2.1 MOTIVAÇÃO PARA O TREINAMENTO FÍSICO**

2.1.1 Todo militar considerado apto para o serviço ativo está obrigado ao Treinamento Físico Militar, conforme artigo 26, inciso VI da Lei Complementar nº 053, de 30 de agosto de 1990.

2.1.2 Os benefícios da atividade física são inquestionáveis, o grande desafio que se impõe é fazê-lo parte constante do cotidiano de cada militar. De maneira geral, a forma como o treinamento é executado é que influenciará diretamente na motivação do militar.

2.1.3 São conhecidas as dificuldades que se antepõem ao treinamento físico ideal, as quais vão desde a falta de tempo, em face das inúmeras outras atividades prioritárias da OBM, até a carência, ou mesmo inexistência, de áreas, instalações e materiais apropriados.

2.1.4 Todos os comandantes se defrontaram, ou se defrontam, com os mesmos obstáculos. Entretanto, comprovadamente, o êxito de um treinamento físico depende muito da ênfase que é dada ao mesmo em todos os níveis de comando.

2.1.5 Faz-se necessário entender que haverá sempre uma relação de conflito entre o treinamento físico militar realizado de forma obrigatória e o prazer da prática de uma atividade física opcional, simplesmente. Neste sentido, ganham importância os estímulos de toda a natureza, notadamente os de natureza positiva, que vão despertar a motivação, minimizando o desconforto natural e estimulando a prática regular da atividade física pelo militar.

2.1.6 Algumas considerações deverão ser feitas, visando uma melhor adesão do militar ao treinamento físico:

- a unidade militar deverá incentivar o efetivo à prática regular de atividade física, informando seus benefícios;
- a aquisição e melhoria de meios para a prática das atividades;
- a participação ativa do comandante nas instruções de educação física primordial para o exemplo e motivação da tropa;
- a adequação de horários convenientes que possibilitem a prática por todos os militares;
- a exigência da frequência às instruções de Educação Física e a manutenção do horário para este fim, a qual não deve ser destinada à realização de outras atividades;
- propor aos militares que tracem objetivos breves e acessíveis;
- deve-se dar preferência às atividades moderadas, pois estão associadas a menores índices de desistência;
- o incentivo às atividades que causem prazer e descontração da tropa e realização de competições desportivas.

2.1.7 O enfoque do treinamento físico sobre a saúde atende de melhor forma aos interesses do militar e é relacionado com o seu bem estar, tendo objetivos e benefícios mais duradouros no tempo e proporcionando uma melhor qualidade de vida.

2.1.8 É fundamental entender-se o treinamento físico militar como um instrumento promotor da saúde antes de um instrumento de destreza militar. Sendo

assim, cabe ressaltar que a individualidade biológica deve ser respeitada e priorizada, mesmo que em detrimento da padronização de movimentos.

2.2 FREQUÊNCIA

2.2.1 A frequência de sessão de Educação Física para os militares da administração de GBM, SGBM/Ind e Ajudância Geral será de duas ou três sessões por semana, em dias alternados e pré-determinados pelo comando imediato, sendo realizadas no início ou final do expediente.

2.2.2 A frequência de sessão de Educação Física para os militares que concorrem à escala de serviço operacional será de duas ou três sessões por semana, de acordo com a individualidade de cada unidade, para a guarnição que entra ou sai de serviço, sendo facultado os finais de semana e feriados.

2.2.3 Os Comandantes adequarão o horário da sessão de Educação Física como também a designação da equipe que participará da sessão.

2.3 LOCAL E HORÁRIO DO TFM

2.3.1 O TFM será realizado respeitando as determinações da Nota de Instrução emitida pelo Subcomandante-Geral, podendo ser adequada pelos Comandantes de OBMs, conforme o horário de expediente no âmbito de toda a Corporação.

2.3.2 Pessoal de expediente administrativo: realizarão o TFM de segunda à sexta-feira, nas respectivas OBMs ou em local autorizado pelos seus Comandantes, desde que não traga embaraços para as atividades administrativas.

2.3.3 Pessoal de Serviço da Prontidão (operacional): realizarão o TFM durante o serviço de 24 horas, quando não trouxer embaraço para o serviço, ou realizarão atividade física por conta própria, ou no seu período de folga, voluntariamente.

2.3.4 Caso o militar execute treinamentos fora do horário do expediente em locais de treinamentos custeados pelo mesmo, este deverá solicitar ao seu comandante via CI e caso autorizado o mesmo será liberado do TFM, porém, se não obtiver aptidão no TAF, deverá ter sua liberação suspensa.

2.3.5 Em todas as situações deverá haver a supervisão da respectiva B-3.

2.4 PROGRAMA DE TREINAMENTO

2.4.1 Todo treinamento visa a manutenção de uma condição física adquirida ou a melhora dessa condição visando um objetivo específico. Para que isso ocorra, o treinamento deve ser um processo cíclico e contínuo.

2.4.2 O B-3, assessorado pelo Oficial Especialista em Educação Física ou militar com formação na área, considerando as instalações e o material existente na OBM para a prática do TFM, poderá propor um programa de treinamento bem como o planejamento e a distribuição das sessões destinadas ao TFM em cada semana.

2.4.3 Os programas de treinamento são esquemas simplificados que orientam o planejamento do TFM ao longo do ano de instrução. Cada programa contém o planejamento da distribuição dos métodos de treinamento previstos para todas as semanas do ano, divididos em fases, conforme sugere o quadro a seguir:

Quadro 1 - Divisão do Programa de Treinamento Físico Militar Anual

MESES	DURAÇÃO	FASES
JANEIRO A MARÇO	12 SEMANAS	TREINAMENTO
ABRIL	4 SEMANAS	TAF REGULAR
MAIO A JUNHO	8 SEMANAS	REABILITAÇÃO E MANUTENÇÃO
JULHO A SETEMBRO	12 SEMANAS	TREINAMENTO
OUTUBRO	4 SEMANAS	TAF REGULAR
NOVEMBRO A DEZEMBRO	8 SEMANAS	REABILITAÇÃO E MANUTENÇÃO

2.5 COMPETIÇÕES ESPORTIVAS

2.5.1 Objetivam o desenvolvimento do espírito do corpo e o aprimoramento da aptidão física e deve ser incluído nos Programas de Treinamento Físico das OBMs de modo a não prejudicar as atividades de instrução e serviço. Os resultados dos TAFs poderão indicar a aptidão de militares para participarem de tais competições, bem como das olimpíadas dos bombeiros nos diversos níveis.

2.5.2 A participação dos bombeiros nas competições civis ou militares deverá ser incentivada e apoiada pelos respectivos comandantes em todos os níveis, sempre que possível e desde que não traga prejuízo ao serviço, e ter os resultados dos seus atletas destacados e informados ao Comandante Geral pelas respectivas OBMs.

2.5.3 Com intuito de incentivar uma programação esportiva dentro da instituição, segue alguns exemplos de competições consolidadas no CBMMS:

- **CORRIDA DO FOGO:** A Corrida do Fogo CBMMS é uma prova de rua tradicional de Campo Grande – MS realizada pelo Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Mato Grosso do Sul, com a participação de militares e da comunidade.
- **BOMBEIRO DE AÇO:** A Competição Bombeiro de Aço busca estimular a aptidão dos bombeiros militares e demonstrar ao público o rigor da profissão. Vestindo equipamento de proteção individual e Equipamento de Proteção Respiratória, o competidor simula as demandas físicas do combate a incêndio da vida real, realizando uma série de tarefas, computando tempo dentro de regras previamente estabelecidas em edital. É uma competição específica da profissão e ocorre a níveis estadual, nacional e mundial.
- **CORRIDA DO FACHO:** A Corrida do Facho é a mais antiga, tradicional e disputada corrida de Campo Grande-MS. Ocorre em comemoração ao aniversário da capital sul-mato-grossense, com largada antes do desfile cívico militar.

2.5.4 Assim como o exposto acima e como forma de incentivo e liberdade de ação, toda OBM poderá propor junto a BM-3 como data comemorativa local, a criação de provas das mais diversas formas de interação desportiva, seja para o público interno ou com a participação da comunidade, visando fomentar a interação bombeiro-comunidade bem como incentivar a tropa à realização de atividades competitivas como forma de manutenção do condicionamento físico e da saúde física e mental.

**CAPÍTULO III
DOS TESTES DE AVALIAÇÃO FÍSICA****3.1 ORIENTAÇÕES PARA O TAF REGULAR**

3.1.1 O TAF consiste na prática de uma série de exercícios físicos a serem executados com a finalidade de avaliar o condicionamento físico gradual de cada bombeiro.

3.1.2 O resultado obtido no TAF será mensurado de acordo com o sexo e a faixa etária, e conforme a pontuação obtida pelo militar resultante dos exercícios realizados, devendo ao final receber menção de acordo com os padrões de condicionamento físico, conforme sua média final:

- **Excelente** – Média final 10,00;
- **Muito Bom** – Média final de 8,00 a 9,99;
- **Bom** – Média final de 7,00 a 7,99;
- **Regular** – Média final de 6,00 a 6,99;
- **Insuficiente** – Média final igual ou inferior a 5,99.

3.1.3 Para efeito de aptidão, será considerado “suficiente” o militar que obtiver a média igual ou superior a **6,00** (seis vírgula zero zero), prevalecendo as duas casas decimais.

3.1.4 Será considerado “insuficiente” o militar que obtiver a média igual ou inferior a 5,99 (cinco vírgula noventa e nove), prevalecendo as duas casas decimais.

3.1.5 Para fins de ingresso nos Cursos de Formação será realizado TAF Específico (TAFE), podendo, a cargo do Comandante-Geral, ser utilizado o TAF semestral. Neste caso, será considerado APTO o militar com desempenho mínimo físico considerado “BOM” e INAPTO o militar com desempenho mínimo físico considerado “Regular” ou “Insuficiente”.

3.2 PLANEJAMENTO DO TAF REGULAR

3.2.1 O planejamento anual do TAF tem como base às prescrições contidas nesta Diretriz e deve compreender os seguintes documentos:

- Norma para Aplicação dos Testes de Avaliação Física no CBMMS (NATAF);
- Relação dos bombeiros de cada OBM com campos próprios para a anotação dos resultados por modalidade e menção final;
- Tabelas dos exercícios para acompanhamento da execução do TAF, bem como para o conhecimento dos militares;
- Atestado médico apresentado previamente pelo militar e entregue na 3ª Seção da Unidade.

3.2.2 Anteriormente à aplicação do TAF, cabe ao setor responsável de cada OBM, providenciar os locais (pista, piscina) e materiais (apito, cronômetro, colchonete, barra fixa) necessários para a fiel execução do TAF, bem como prover os meios de segurança em possíveis situações de emergência.

3.2.3 No início de cada ano, entre 1º de janeiro a 31 de março, o militar deverá, impreterivelmente, apresentar atestado médico de APTO OU INAPTO para a realização de atividades físicas para o corrente ano. Recomenda-se a realização de exames médicos regulares e consulta com especialista, que ateste que o militar se encontra em condições de saúde para a realização do TAF, apresentado por cada militar e entregue na 3ª Seção da Unidade.

3.2.4 Para o segundo TAF Regular, o militar deverá apresentar novo atestado somente se tiver sua condição física diferente da apresentada no início do ano.

3.3 DESENVOLVIMENTO DO TAF REGULAR

3.3.1 O TAF Regular será desenvolvido durante os meses de ABRIL e OUTUBRO de cada ano. O seu planejamento e execução, em função dos objetivos já definidos, obedecerão às orientações contidas na NATAF.

3.3.2 Será considerado, para a aplicação do Teste de Avaliação Física, o efetivo do Corpo de Bombeiros, dividido em dois grupos distintos de acordo com as atividades desenvolvidas:

- Administrativo/operacional: militares da ativa;
- Grupo especial (em curso): CFSD, CFC, CFS, CAS, CHO, CFO e de especialização.

3.3.3 Aos militares do grupo administrativo/operacional considerados aptos para o TAF Regular do CBMMS serão aplicadas as seguintes modalidades de exercícios:

- Corrida de 2400 metros;
- Abdominal Supra (*curl-up*);
- Flexão de Membros superiores sobre o solo 4 apoios (masculino);
- Flexão de Membros superiores sobre o solo 6 apoios (feminino);
- Flexão de braço na Barra Fixa Dinâmica ou Isométrica (para ambos os sexos);
- Natação 100 metros estilo livre;
- Marcha 3000 metros para militares acima dos 54 anos.

3.3.4 Os militares até 39 anos deverão realizar as seguintes modalidades: corrida de 2400 metros; abdominal supra; flexão de membros superiores sobre o solo 4 apoios (masculino); flexão de membros superiores sobre o solo 6 apoios (feminino); flexão de braço na barra fixa dinâmica ou isométrica (para ambos os sexos); e natação 100 metros estilo livre.

3.3.5 Os militares que possuírem 40 anos ou mais poderão optar por realizar todos os exercícios ou realizar apenas um teste de força muscular localizada para membros superiores, escolhendo entre a flexão de braço frente ao solo ou flexão de braço na barra fixa (dinâmica ou isométrica), sendo a média final calculada conforme essa decisão. Esta escolha deverá, obrigatoriamente, ser indicada antes do início do teste, não podendo ser modificada após o início do mesmo.

3.3.6 Os militares que possuírem 54 anos ou mais realizarão a marcha de 3000 metros.

3.4 ORIENTAÇÕES PARA O TAF ESPECÍFICO

3.4.1 O TAFE será aplicado para a admissão e/ou avaliação nos cursos de especialização (cursos operacionais) ou avaliação nos cursos de formação, aperfeiçoamento e especialização de Oficiais e de Praças, podendo ser composto por provas físicas específicas, relativas ao curso em questão, ficando a cargo da respectiva coordenação a escolha dos índices e menções a serem exigidos, ou especificar em edital que serão aplicadas as regras estabelecidas pelo TAFE.

3.4.2 A definição de exercícios e/ou índices específicos para a aplicação do TAFE deverá ser submetida à aprovação do Órgão de Ensino da Corporação ou parecer de Oficial Especialista em Educação Física.

3.4.3 Aos exercícios escolhidos para a realização do TAFE devem se aplicar as regras de sexo e idade, devendo constar em edital próprio do respectivo curso, processo seletivo ou outro documento oficial, os respectivos índices e especificações quanto a sua aplicação, com prévia divulgação aos interessados.

3.5 ORIENTAÇÕES PARA O TAF DOS CONCURSOS DE SELEÇÃO

3.5.1 Os TAFs dos Concursos de Seleção, no âmbito do CBMMS, serão regidos pelo edital do concurso, de acordo com as especificidades inerentes, obedecendo a presente norma.

3.5.2 As comissões de fiscalização do TAF para Concursos de Seleção deverão ser presididas por instrutores de Educação Física do CBMMS, nomeadas pela comissão de seleção.

3.6 BENEFÍCIOS DO TAF REGULAR

3.6.1 **Valorização da alta performance física:** Como forma de valorizar o bombeiro militar que obtiver alta performance física, ou seja, menção “Excelente” nos dois TAFs REGULARES do mesmo ano (abril e outubro), esse militar será contemplado com:

- Elogio individual administrativo em janeiro do ano subsequente à realização dos dois TAFs;
- Terá a sua performance utilizada como critério de desempate em caso de concorrer à vaga em cursos de especialização realizados dentro ou fora da Corporação;
- Fará jus a 0,3 (zero vírgula três) pontos na média dos exames seletivos para cursos e estágios realizados no âmbito desta corporação ou a de outros estados;
- Será agraciado com dispensa de 3 (três) dias de folga acrescidas em suas férias regulamentares.

3.6.2 A relação dos militares agraciados com as devidas dispensas recompensas será confeccionada pela 3ª Seção do EMG e encaminhada para publicação em Boletim Geral (BG) no mês de janeiro do ano subsequente à realização dos TAFs.

3.6.3 Os índices alcançados no TAF Regular poderão ser aproveitados para efeito de indicação de Bombeiro Militar para frequentar curso/estágio, bem como para quaisquer outros fins, de acordo com o julgamento, em casos específicos, do Comando da Corporação.

3.7 CONSEQUÊNCIAS DA INAPTIDÃO FÍSICA

3.7.1 Os bombeiros militares inaptos no TAF Regular (abril e outubro) não poderão:

- Atuar como instrutores ou monitores de cursos;
- Participar de cursos modulares e/ou de especialização na corporação ou em outras instituições;
- Atuar em missões operacionais extraordinárias.

CAPÍTULO IV DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

4.1 APLICAÇÃO

4.1.1 A aplicação do TAF Regular ficará sob a responsabilidade de uma comissão de aplicação nomeada pelo Comandante de cada OBM especificamente para cada TAF, devendo essa comissão ser formada por no mínimo 3 (três) militares, sendo que, ao menos um desses possua formação na área de educação física, independente de posto e graduação.

4.1.2 Caso a OBM não possua nenhum militar capacitado na área, deverá ser solicitado representantes de outras OBM's através da BM-3.

4.2 CONTROLE E FISCALIZAÇÃO

4.2.1 No âmbito do CBMMS, o controle e fiscalização do TAF Regular é de competência da 3ª Seção do EMG/CBMMS.

4.3 RELATÓRIOS

4.3.1 Ao término da aplicação do TAF Regular, cada OBM deverá elaborar o relatório dos resultados, contendo a planilha com os dados individuais por modalidade e média final e a Ata de Resultado da OBM, relacionando os militares que obtiveram resultado SUFICIENTE, com as respectivas menções, os INSUFICIENTES, e os que não foram submetidos ao Teste de Avaliação Física com as devidas justificativas.

4.3.2 Estes documentos deverão ser encaminhados à BM-3, até 15 (quinze) dias após a aplicação do TAF, em conformidade com a NATAF.

4.3.3 A BM-3 elaborará o Relatório Geral do TAF incluindo gráfico de produtividade e resultados, para a avaliação de desempenho, bem como para estudos das necessidades de treinamento visando um desempenho melhor do condicionamento físico. Esse relatório será encaminhado ao Chefe do EMG para as providências que se fizerem necessárias ao cumprimento da NATAF.

REFERÊNCIAS

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESPÍRITO SANTO. **Portaria nº 045-S, de 26 de novembro de 2020.** Norma para Regulamentação de Treinamento Físico Militar e Teste de Aptidão Física para o efetivo do CBMES (NR TAF/TFM 2021). Espírito do Santo 2020.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL. **Portaria nº 004/BM-1 de 29 de março de 2004.** Aprova a Diretriz Geral do Teste de Aptidão Física (DGTAf). Mato Grosso do Sul 2004.

CORPO DE MILITAR DO PARÁ. **Aditamento ao Boletim Geral nº 026, de 11 de fevereiro de 2008.** Manual de Treinamento Físico Militar do Corpo de Bombeiros Militar do Pará. Pará 2008.

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL. **Decreto Estadual n.º 5.698, de 21 de novembro de 1990.** Mato Grosso do Sul 1990.

_____. **Lei Complementar n.º 053 de 30 de agosto de 1990.** Mato Grosso do Sul.

_____. **Lei Complementar Estadual n.º 188, de 03 de abril de 2014.** Mato Grosso do Sul 2014.

_____. **Lei Complementar Estadual n.º 205, de 05 de outubro de 2015.** Mato Grosso do Sul 2015.

EXÉRCITO BRASILEIRO. Estado-Maior do Exército. **Manual de Campanha EB70-MC-10.375 Treinamento Físico Militar.** 5 Ed. 2021

_____. **Portaria - EME/C Ex nº 850, de 31 de agosto de 2022.** Aprova a Diretriz para a Avaliação Física do Exército Brasileiro (EB20-D-03.053). Brasília 2022.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
COMANDO-GERAL
ESTADO-MAIOR GERAL
Campo Grande-MS, 20 de novembro de 2023
www.bombeiros.ms.gov.br