



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

Diretiva SRPCBA n.º 03-2025-IB

IB

**Admissão de Estagiários
e
Ingresso na Carreira de Bombeiro**

Inspeção de Bombeiros, março de 2025



Índice

1. Introdução.....	3
2. Referência	3
3. Âmbito.....	3
4. Candidatura e critérios	3
5. Organização do processo.....	4
6. Percurso de qualificação.....	4
7. Estágio.....	5
8. Avaliação de desempenho.....	6
9. Classificação final de estágio	6
10. Data de ingresso	7
11. Exclusão de estagiários.....	7
12. Fardamento.....	8
13. Reclamações	8
14. Vigência.....	9
Lista de distribuição	10



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

1. INTRODUÇÃO

Na sequência das alterações legislativas verificadas no que respeita aos corpos de bombeiros voluntários ou mistos, nomeadamente, na regulação da admissão e percurso formativo de qualificação, revela-se necessário proceder à revisão da Diretiva IB – 01/2014 de 01 de setembro de 2014, que até agora estatuiu a admissão de estagiários aos corpos de bombeiros da Região Autónoma dos Açores.

Também, tendo em atenção a anterior referencia à condição, na maioria dos casos, do sistema de voluntariado em que assentam esses mesmos corpos de bombeiros, considera-se ser necessário prosseguir com a eficiência e credibilidade demonstradas ao longo dos anos, que tem permitido aos bombeiros da Região preservar a capacidade operacional e confiança das populações, sendo que, o profissionalismo na intervenção e socorro tem e deve ser mantido, independentemente da condição de voluntário ou relação contratual dos seus elementos.

Observando ainda as exigências e novos desafios que se colocam diariamente ao desempenho da função de bombeiro, associados ao integral cumprimento das missões atribuídas por lei aos corpos de bombeiros, entende-se por bem manter a prestação de provas de aptidão física, para um avanço e melhoria na execução plena da sua missão.

Assim, com a presente diretiva, pretende-se a continuidade na uniformização da admissão de estagiários aos corpos de bombeiros da Região, atualizando o referido processo e aproximando-o também aos desejos e manifestações dos comandantes, principais interessados e primeiros responsáveis pelo melhor desempenho do seu pessoal.

2. REFERÊNCIA

2.1 – Decreto-Lei n.º 241/2007 de 21 de junho, na sua redação atual, aplicado por força do disposto na Lei n.º 48/2009 de 4 de agosto.

2.2 – Decreto Legislativo Regional n.º 13/2024/A, de 29 de novembro, na sua redação atual.

2.3 – Decreto Regulamentar Regional n.º 24/2003/A, de 07 de agosto, na sua redação atual.

2.4 – Portaria n.º 133/2015, de 16 de outubro de 2015.

2.5 – Despacho n.º 467/2025, de 27 de fevereiro de 2025.

3. ÂMBITO

Único – A presente diretiva destina-se a normalizar e regular os procedimentos de admissão de estagiários e o subsequente ingresso na carreira de bombeiro, nos corpos de bombeiros voluntários ou mistos existentes na Região Autónoma dos Açores.

4. CANDIDATURA E CRITÉRIOS

4.1 – Para formalização da candidatura, deve o interessado apresentar no corpo de bombeiros que pretende integrar, a arquivar no processo individual do candidato, a seguinte documentação:

- 4.1.1 – Requerimento de admissão, ficha de inscrição modelo IB 01/14, anexo I;
- 4.1.2 – Atestado ou declaração médica de robustez física adequada à função;
- 4.1.3 – Cópia do cartão de cidadão ou passaporte;
- 4.1.4 – Cópia de certificado comprovativo de habilitações literárias;
- 4.1.5 – Certificado de registo criminal;



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

4.1.6 – Cópia de certificado de residência/visto de trabalho (*para cidadãos estrangeiros*).

4.2 – Critérios para admissão de candidatos a estagiário da carreira de bombeiro:

4.2.1 – Idade compreendida entre os 17 e os 45 anos;

4.2.2 – Robustez física adequada à função.

5. ORGANIZAÇÃO DO PROCESSO

5.1 – O comandante do corpo de bombeiros, ou o seu substituto legal, promotor de um processo de admissão de estagiários para ingresso na carreira de bombeiro, é genericamente responsável por todo o processo administrativo e formativo nos seus aspetos logísticos e operacionais.

5.2 – Em caso de se realizar um procedimento de admissão a estágio que envolva candidatos de mais do que um corpo de bombeiros, cabe ao SRPCBA designar o comandante responsável no âmbito do ponto 5.1.

5.2.1 – Neste caso, o comandante designado enviará toda a documentação relativa ao mesmo, bem como, aos comandantes dos corpos de bombeiros envolvidos.

5.3 – O comandante do corpo de bombeiros solicita autorização ao SRPCBA para realização de um procedimento de admissão a estágio e o subsequente ingresso na carreira de bombeiro.

5.4 – Obtida a autorização o comandante do corpo de bombeiros promove a realização de provas de aptidão física com caráter eliminatório, de acordo com o indicado no anexo III.

5.5 – Posteriormente, o comandante do corpo de bombeiros remete ao SRPCBA o respetivo processo de candidatura, necessariamente constituído pelos seguintes documentos:

5.5.1 – Indicação da data de início e data prevista de conclusão do Curso FIB;

5.5.2 – Lista nominal dos candidatos a estagiário aprovados nas provas de aptidão física;

5.5.3 – Cópia da documentação individual referida no ponto 4.1.

5.6 – Confirmada a receção do processo e verificados os requisitos de candidatura é enviado ao corpo de bombeiros uma lista nominal com os números mecanográficos atribuídos, aos agora considerados estagiários da carreira de bombeiro, mencionando a data de inscrição na plataforma de Recenseamento Nacional dos Bombeiros Portugueses.

5.7 – Não são autorizados estágios de ingresso na carreira de bombeiro aos corpos de bombeiros que não possuam plano de instrução previamente aprovado pelo SRPCBA, a remeter até 30 de novembro do ano anterior a que diz respeito.

5.8 – Os candidatos a estagiário devem estar previamente informados que não se encontram abrangidos por seguro de acidentes pessoais, sendo da sua inteira responsabilidade a prestação das provas de aptidão física.

5.8.1 – A obrigatoriedade de informação compete, efetivamente, ao elemento mais graduado presente na realização das provas, podendo o corpo de bombeiros desenvolver uma minuta de consentimento informado a assinar pelo candidato.

6. PERCURSO DE QUALIFICAÇÃO

6.1 – O candidato a estagiário da carreira de bombeiro cumpre sequencialmente as seguintes etapas:



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

- 6.1.1 – Apresentação de candidatura a estagiário junto do corpo de bombeiros;
- 6.1.2 – Provas de aptidão física com caráter eliminatório;
- 6.1.3 – Formalização da condição de estagiário, observar pontos 5.5 e 5.6;
- 6.1.4 – Qualificação no Curso de Formação Inicial de Bombeiro (FIB);
- 6.1.5 – Execução de atividades inerentes à categoria de bombeiro de 3.ª, em regime de complementaridade à equipa de socorro, sob acompanhamento e orientação do chefe da equipa onde esteja integrado, excetuando ações de socorro no domínio da emergência médica pré-hospitalar e do salvamento e desencarceramento;
- 6.1.6 – Qualificação no Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT), ou em alternativa no Curso de Socorrismo (SOC), caso não possua a escolaridade obrigatória;
- 6.1.7 – Execução de atividades inerentes à categoria de bombeiro de 3.ª em regime de complementaridade à equipa de socorro, sob acompanhamento e orientação do chefe da equipa onde esteja integrado, excetuando ações de socorro no domínio do salvamento e desencarceramento, bem como, no caso dos elementos aprovados no Curso de Socorrismo, acresce o impedimento de tripular ou guarnecer ambulâncias;
- 6.1.8 – Qualificação no Curso de Técnico de Salvamento e Desencarceramento (TSD);
- 6.1.9 – Período de estágio probatório em contexto operacional com duração, mínima, de dois meses e prestação de 80 horas de serviço operacional a contar da data em que conclua, com aproveitamento, o Curso de Técnico de Salvamento e Desencarceramento, durante o qual o estagiário pode executar todas as atividades inerentes à categoria de bombeiro de 3.ª em regime de complementaridade à equipa de socorro, sob acompanhamento e orientação do respetivo tutor, ou nas suas faltas e impedimentos do chefe da equipa onde esteja integrado. No caso dos elementos aprovados no Curso de Socorrismo, mantém-se o impedimento de tripular ou guarnecer ambulâncias;
- 6.1.10 – Ingresso no quadro ativo na categoria de Bombeiro de 3.ª, se observado o período de 12 meses de estágio, ver ponto 7.2.

6.2 – Tendo em atenção o ponto anterior, o estagiário não poderá frequentar a etapa seguinte sem obter a condição de aprovado, no curso de qualificação da etapa antecedente

7. ESTÁGIO

7.1 – O estágio tem como objetivo a aquisição de conhecimentos e técnicas necessárias ao desenvolvimento das atividades em operações de bombeiros e de proteção e socorro, bem como, treino operacional e instrução interna, em consonância com os procedimentos operacionais e práticas de utilização da generalidade dos equipamentos, visando assim a execução das missões definidas em lei, que estão atribuídas aos corpos de bombeiros.

7.2 – O estágio de ingresso tem a duração mínima de doze meses, contados a partir da data de inscrição na plataforma de Recenseamento Nacional dos Bombeiros Portugueses, ou seja, data a partir da qual o estagiário poderá ingressar no quadro ativo, se, cumpridos os pressupostos do percurso de qualificação.

7.3 – O estágio de ingresso tem a duração máxima de trinta e seis meses, contados a partir da data de inscrição na plataforma de Recenseamento Nacional dos Bombeiros Portugueses, ou seja, data a partir da qual o comandante determina a exclusão do candidato, se, entretanto não existir ingresso na carreira de bombeiro.



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

7.4 – O período de estágio probatório em contexto operacional, ou seja, após a conclusão do curso de técnico de salvamento e desencarceramento, não poderá ser de duração inferior a dois meses, com um mínimo de 80 horas de serviço operacional.

7.5 – Antes do início do período de estágio probatório em contexto operacional, são permitidas aos estagiários da carreira de bombeiro, além das previstas conforme ponto 6. da presente diretiva e desde que garantida a sua segurança, as seguintes atividades:

- 7.5.1 – Frequência dos cursos de formação para ingresso na carreira respetiva;
- 7.5.2 – Participação em ações de sensibilização e dinamização;
- 7.5.3 – Auxiliar na manutenção e limpeza de equipamentos;
- 7.5.4 – Participação na verificação das cargas dos veículos de socorro;
- 7.5.5 – Participação em atividades de âmbito logístico e administrativo;
- 7.5.6 – Participação na instrução contínua, executando tarefas simples de montagem e utilização de equipamentos.

7.6 – Concluído o último curso de formação exigido, o estagiário considera-se apto a prestar serviço operacional, pelo que, o comandante do corpo de bombeiros nomeia, para cada estagiário, um tutor com a categoria mínima de bombeiro de 1.ª, cujas atribuições são as seguintes:

- 7.6.1 – Orientar o estagiário no cumprimento dos deveres do bombeiro, particularmente no conhecimento pormenorizado do regulamento interno e demais determinações de serviço;
- 7.6.2 – Acompanhar e orientar o estagiário em contexto de trabalho, tendo em atenção a forma como este desempenha as atividades de que for incumbido;
- 7.6.3 – Findo o período de estágio em contexto operacional, tendo como orientação os critérios indicados no anexo IV, elabora relatório dirigido ao comandante do corpo de bombeiros;
- 7.6.4 – Nas faltas ou impedimentos, compete ao graduado da equipa onde o estagiário esteja integrado, a sua instrução e garantia de segurança.

8. AVALIAÇÃO DE DESEMPENHO

8.1 – Findo o período de estágio conforme refere o ponto 7.2 é obrigatoriamente efetuada uma avaliação de desempenho, homologada pelo comandante do corpo de bombeiros, tendo em atenção os critérios indicados no anexo IV.

8.2 – O resultado da avaliação de desempenho é comunicado individualmente a cada estagiário, previamente à sua publicação em ordem de serviço.

8.3 – O estagiário que obtiver uma nota de desempenho inferior a suficiente permanece mais doze meses na categoria, data a partir da qual é elaborada nova avaliação de desempenho, onde:

- 8.3.1 – O comandante determina o ingresso na carreira de bombeiro;
- 8.3.2 – O comandante determina a exclusão e o seu abate administrativo.

9. CLASSIFICAÇÃO FINAL DE ESTÁGIO

9.1 – O mapa de classificação final de estágio, da responsabilidade do comandante do corpo de bombeiros, é publicado em ordem de serviço ou junto a esta, anexo II.

- 9.1.1 – Consideram-se reprovados os estagiários com nota inferior a 10.00 valores.



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

9.2 – A elaboração do mapa de classificação final de estágio é realizada de acordo com a média aritmética simples das classificações dos cursos FIB, TAT ou SOC e TSD, acompanhado da nota de desempenho atribuída, calculada da seguinte forma:

$$CFE = (MC) + (ND) / 2$$

Em que:

CFE – Classificação final do estágio

MC - Média das notas de avaliação dos cursos FIB, TAT ou SOC e TSD

ND – Nota de desempenho atribuída

9.3 – Quando se verifique uma situação de empate entre estagiários, o desempate é efetuado de acordo com os seguintes critérios:

9.3.1 – Primeiro, nota de desempenho;

9.3.2 – Segundo, classificação final do curso de formação inicial de bombeiro (FIB);

9.3.3 – Terceiro, a maior idade do estagiário.

9.4 – Decorridos 10 dias úteis subsequentes à data de publicação do mapa de classificação final de estágio, não existindo reclamações, o comandante remete ao SRPCBA o respetivo mapa, preferencialmente por via eletrónica, anexo II.

9.4.1 – Verificando-se a existência de reclamações, após resolução das mesmas e republicação de novo mapa, o comandante remete ao SRPCBA o mapa de classificação final de estágio, preferencialmente por via eletrónica, neste caso, com a data efetiva da sua republicação.

10. DATA DE INGRESSO

10.1 – O comandante dispõe de 90 dias para efetivar o ingresso do estagiário no quadro ativo, na categoria de bombeiro de 3.ª, após a publicação do mapa de classificação final de estágio.

10.1.1 – A data de ingresso no quadro ativo na carreira de bombeiro é a data indicada na ordem de serviço, ou na sua ausência, a data da ordem de serviço;

10.1.2 – A data de ingresso é considerada para efeitos de progressão na carreira de bombeiro;

10.1.3 – Para efeitos de graduação dos estagiários aprovados, procede-se segundo a ordenação decrescente do respetivo mapa de classificação final de estágio.

11. EXCLUSÃO DE ESTAGIÁRIOS

11.1 – A exclusão de um estagiário em qualquer momento do estágio, com efeitos após publicação em ordem de serviço, implica o seu abate administrativo ao corpo de bombeiros.

11.2 – Constituem fatores de exclusão imediata e inequívoca:

11.2.1 – A condição de reprovado no curso de formação inicial de bombeiro (FIB);

11.2.2 – A condição de reprovado, pela segunda vez, no curso de formação de TAT ou SOC;

11.2.3 – A condição de reprovado, pela segunda vez, no curso de formação de TSD;

11.2.4 – A condição de reprovado no mapa de classificação final de estágio;

11.2.5 – Nota de desempenho inferior a suficiente na segunda avaliação;

11.2.6 – Ultrapassados os trinta e seis meses do período de estágio.



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

11.3 – Constituem ainda fatores de exclusão:

11.3.1 – Questões de ordem disciplinar, devidamente comprovadas de forma sumária;

11.3.2 – Outros, desde que, expressamente previstos no regulamento interno do corpo de bombeiros.

11.4 – O comandante do corpo de bombeiros poderá não aplicar os fatores de exclusão mencionados no ponto anterior, mediante a apresentação por escrito, de justificação que julgue conveniente e devidamente fundamentada.

12. FARDAMENTO

12.1 – Aos estagiários deve ser atribuído o seguinte fardamento:

Designação	Quantidade
Passadeiras (par)	01
Boné de pala vermelho	01
Camisola interior	02
Cinturão	01
Polo (uniforme n.º 3) *	02
Calça (uniforme n.º 3) *	02
Casaco de abrigo	01
Botas (par)	01
Luvas de trabalho (par)	01
* Como alternativa ou complemento	Quantidade
Fato tipo macaco	02

12.2 – Outro fardamento ou equipamento adequado à função, é atribuído pontualmente e/ou entregue à guarda do estagiário, de acordo com as necessidades do percurso formativo e o entendimento do comandante do corpo de bombeiros.

13. RECLAMAÇÕES

13.1 – O estagiário dispõe de 10 dias úteis para apresentar reclamação da classificação final que lhe foi atribuída nos cursos de FIB, TAT ou SOC e TSD, contados a partir da data de publicação da respetiva classificação ou mapa de classificação em ordem de serviço interna.

13.1.1 – O estagiário apresenta a sua reclamação, por escrito, dirigida ao comandante do corpo de bombeiros;

13.1.2 – O comandante do corpo de bombeiros remete ao Presidente do SRPCBA, com conhecimento ao presidente da direção da respetiva associação humanitária, a reclamação mencionada, acompanhada de parecer e/ou outros elementos que julgue convenientes;

13.1.3 – O SRPCBA dispõe de 30 dias para comunicar decisão sobre o assunto ao comandante do corpo de bombeiros;

13.1.4 – Das decisões tomadas neste âmbito é dado conhecimento ao estagiário pelo comandante do corpo de bombeiros.

13.2 – O estagiário dispõe de 10 dias úteis para apresentar reclamação da classificação final de estágio que lhe foi atribuída, contados a partir da data da publicação do respetivo mapa em anexo a ordem de serviço interna.



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

13.2.1 – O estagiário apresenta a sua reclamação, por escrito, dirigida ao comandante do corpo de bombeiros, que deve dar conhecimento ao presidente da direção da associação humanitária.

13.3 – A apresentação de uma reclamação suspende o envio do mapa de classificação final de estágio no âmbito do ponto 9.4, até à decisão vinculativa do comandante do corpo de bombeiros, tomada no prazo de 30 dias e comunicada à direção da associação humanitária.

13.3.1 – Indeferida a reclamação - É remetido o mapa de classificação final de estágio;

13.3.2 – Deferida a reclamação - É dado cumprimento à decisão do comandante.

14. VIGÊNCIA

14.1 – A presente diretiva revoga e substitui a Diretiva IB 01/2014 de 01 de setembro de 2014, e é de execução permanente a partir da data da sua homologação.

14.2 – A presente diretiva revoga também a aplicação das seguintes circulares IB:

- Circular IB n.º 03/2014 de 29 de outubro de 2014;
- Circular IB n.º 03/2015 de 27 de fevereiro de 2015.

Angra do Heroísmo, 13 de março de 2025

O Inspetor de Bombeiros

Homologo,

O Presidente do SRPCBA

Rui Andrade



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO

Entidade	Nº de exemplares
Presidente do SRPCBA	1
Vice Presidente do SRPCBA	1
Inspetor de Bombeiros	1
Inspetor Coordenador	1
Coordenador de Bombeiros	1
CB Angra do Heroísmo	1
CB Calheta	1
CB Corvo	1
CB Faial	1
CB Graciosa	1
CB Lajes do Pico	1
CB Madalena	1
CB Nordeste	1
CB Ponta Delgada	1
CB Povoação	1
CB Praia da Vitória	1
CB Ribeira Grande	1
CB Santa Cruz das Flores	1
CB Santa Maria	1
CB São Roque do Pico	1
CB Velas	1
CB Vila Franca do Campo	1
DSE do SRPCBA	1
DSCI do SRPCBA	1
DSPO do SRPCBA	1
DPFS do SRPCBA	1
DPOAR do SRPCBA	1
SAGE do SRPCBA (<i>Estação Açor</i>)	1
Responsável Clínico do SRPCBA	1
Médico Coordenador do PRDAE	1
Coordenador de Enfermagem do SRPCBA	1
Reserva	3



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

ANEXO - I

(solicitar à DSE do SRPCBA documento em suporte digital)

 SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES INSPEÇÃO DE BOMBEIROS

FICHA DE INSCRIÇÃO

CORPO DE BOMBEIROS:		INFANTE	☐
		CADETE	☐
		ESTAGIÁRIO	☐
DATA:		Identificação do Candidato	
Nome:			
Morada:			
Código Postal:		-	
Naturalidade:		Data Nascimento:	
		Sexo:	
Estado Civil:		Nacionalidade:	
Telefone:		Telemóvel:	
E-mail:			
Nº C. Cidadão:		Validade:	
		Nº Utente:	
Nº Contribuinte:		Habilitações Lit.:	
Profissão:		Grupo sanguíneo:	
Serviço Militar (S/N):		Unidade:	
Ano:		Posto Militar:	
Filiação:			
Assinatura do candidato ou representante legal:			

O Comandante: _____

Modelo IB 01/23 - V1.0

A preencher pelo SRPCBA			
Lançado	Data:	N.º mecanográfico:	O funcionário:



ANEXO - II

(solicitar à DSE do SRPCBA documento em suporte digital)



Ingresso na carreira de Bombeiro Voluntário

CB:

[illegible]

_____, de _____ de _____

O Comandante

Folha de folhas

Mod TR 05/23



ANEXO - III

A1. – Descrição das provas de aptidão física de carácter obrigatório.

A1.1 – A realização de provas de aptidão física é de carácter obrigatório e eliminatório, consistindo na concretização de seis provas distintas, a saber:

- Prova 1 – Corrida de 100m planos;
- Prova 2 – Salto em comprimento sem corrida;
- Prova 3 – Flexões de braços na trave;
- Prova 4 – Extensões de braços no solo;
- Prova 5 – Flexões do tronco à frente;
- Prova 6 – Corrida de 1000m planos.

A1.2 – Para realização das provas os candidatos podem fazer-se acompanhar de camisola, calções e calçado adequado a prática desportiva, sendo o fato de treino facultativo.

A1.3 – Para efeitos de admissão como estagiário, o candidato deve igualar ou superar os mínimos descritos na tabela seguinte, em quatro das seis provas a realizar.

Prova	Marca / Tempo		Tentativas
	Masculino	Feminino	
Corrida de 100m planos	15"	17"	duas
Salto em comprimento sem corrida	1,80 m	1,60 m	duas
Flexões de braços na trave	03 em 15"	01 em 15"	duas
Extensões de braços no solo	20 em 60"	12 em 60"	duas
Flexões do tronco à frente	30 em 55"	25 em 55"	duas
Corrida de 1000m planos	04'	05'	uma

A1.4 – Entre cada dois exercícios é concedido a cada candidato um descanso mínimo de cinco minutos. Entre o exercício de flexão do tronco à frente e a corrida de resistência o descanso é de, pelo menos, dez minutos.

A1.4.1 – Prova de 100 metros planos - Percorrer a distância de 100m numa superfície plana e rija, em tempo inferior ao indicado na tabela.

A1.4.2 – Salto em comprimento sem corrida - Saltar em comprimento a partir da posição de pé, com os pés paralelos atrás de linha de partida.

A1.4.3 – Flexões de braços na trave - Suspenso numa barra fixa a 2,30m do solo, corpo totalmente estendido com os membros inferiores unidos, o exercício executa-se fletindo os membros superiores e elevando o tronco, tocando com o queixo na barra e posterior extensão completa dos membros superiores.

A1.4.4 – Extensões de braços no solo - Na posição de decúbito ventral, com as pernas unidas e mãos apoiadas no solo, braços em extensão completa com o corpo em pranchado, executa o exercício tocando com o peito no solo e retomando a posição inicial.

A1.4.5 – Flexões do tronco à frente - Na posição de decúbito dorsal, pernas fletidas a 90º e naturalmente afastadas, mãos atrás da nuca com os dedos entrelaçados e os pés seguros por um



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

camarada, efetua elevação e flexão do tronco, tocando com os cotovelos nos joelhos e retomando a posição inicial.

A1.4.6 – Corrida de 1000 metros - Percorrer a distância de 1000 metros numa superfície rija e plana no tempo inferior ao indicado na tabela.

A1.5 – Deve corpo de bombeiros informar os candidatos da necessidade de realização de provas físicas com caráter eliminatório, a tipologia das mesmas, bem como os requisitos exigidos para a admissão de estagiários.

A1.6 – No âmbito deste anexo e tendo em atenção o cumprimento integral dos pontos A1.1 e A1.3, poderá o corpo de bombeiros entender e determinar acessoriamente a inclusão de outros critérios e/ou provas a realizar, tendo em atenção o ponto A1.5.

.../...



ANEXO - IV

B1. – Critérios a observar para avaliação e atribuição da nota de desempenho.

B1.1 – Pontualidade e atitude (PA).

Avalia a presença, pontualidade e atitude quando convocado para o serviço, demonstradas no exercício de funções.

Comportamento a observar:

- Revela ser pontual e assíduo nos serviços para o qual é escalado;
- Revela estar focado nos assuntos de serviço, quando lhe solicitam o desempenho de funções;
- Revela esforço, interesse e motivação para com as necessidades de serviço.

B1.2 – Aptidões e conhecimentos especializados (ACE).

Avalia as aptidões e os conhecimentos teóricos e práticos, necessários ao desempenho das respetivas funções.

Comportamento a observar:

- Demonstra ter aptidão e conhecimento adequados à exigência da função;
- Aplica corretamente o conhecimento que detém face às situações concretas que lhe são colocadas;
- Demonstra iniciativa, persistência e predisposição para atuar de forma positiva no desempenho das suas funções.

B1.3 – Capacidade de concretização (CC).

Avalia a forma como pondera, prepara e controla o seu trabalho, assim como a realização, com rigor, das tarefas que lhe são afetas, com vista ao cumprimento dos objetivos definidos.

Comportamento a observar:

- Compreende e analisa as condições existentes e necessárias à execução das suas funções;
- Reúne a informação de suporte necessária ao desempenho da atividade;
- É sistemático, organizado e objetivo na preparação e planeamento das suas tarefas.

B1.4 – Capacidade de adaptação e melhoria contínua (CAMC).

Avalia a facilidade de ajustamento a novas tarefas e situações, bem como, a iniciativa para evoluir profissionalmente.

Comportamento a observar:

- Demonstra flexibilidade, capacidade de se adaptar e trabalhar eficazmente em situações distintas e variadas;
- Demonstra flexibilidade, capacidade de se adaptar e trabalhar eficazmente com grupos diversos;
- Assume e encara a diversidade de tarefas no âmbito das suas funções como oportunidade de melhoria;
- Reconhece os seus pontos fracos, agindo no sentido da sua correção;
- Procura atualizar os seus conhecimentos e aperfeiçoar-se profissionalmente.

B1.5 – Espírito de equipa (EE).

Avalia a facilidade de integração e interajuda em equipas de trabalho.

Comportamento a observar:

- Partilha informações e conhecimentos com os colegas;
- Respeita as diferenças de opinião;
- Valoriza as ideias, contributos e conhecimentos dos outros;
- Procura desenvolver um clima amigável e espírito de cooperação entre os elementos do grupo de trabalho.



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
Secretaria Regional do Ambiente e Ação Climática
SERVIÇO REGIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL E BOMBEIROS DOS AÇORES

B1.6 – Responsabilidade e compromisso com o serviço (RCS).

Avalia a capacidade de ponderar e avaliar as necessidades do serviço em função da sua missão e objetivos, exercendo as suas funções de acordo com essas necessidades

Comportamento a observar:

- Envolve-se nas tarefas que lhe estão atribuídas com vista à sua execução pontual e rigorosa;
- Demonstra disponibilidade para responder às necessidades de serviço;
- Enquadra-se convenientemente no serviço e unidade a que pertence;
- Cumpre as regras regulamentares, relativas ao funcionamento do serviço e unidade a que pertence.

B2. – A classificação de cada um dos critérios acima enunciados é efetuada numa escala de 1 a 20.

B2.1 – O resultado global é obtido pelo apuramento da média aritmética a seguir descrita:

$$\text{Nota Desempenho} = \text{PA} + \text{ACE} + \text{CC} + \text{CAMC} + \text{EE} + \text{RCS} / 6$$

B2.2 – A classificação de desempenho é expressa com correspondência às seguintes menções qualitativas:

- EXCELENTE de 18.00 a 20.00 valores;
- MUITO BOM de 16.00 a 17.99 valores;
- BOM de 13.00 a 15.99 valores;
- SUFICIENTE de 10.00 a 12.99 valores;
- INSUFICIENTE de 00.00 a 09.99 valores.

.../...