

**INSTITUTO UNIVERSITÁRIO MILITAR
DEPARTAMENTO DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS
CURSO DE PROMOÇÃO A OFICIAL SUPERIOR**

2016/2017



TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO INDIVIDUAL

**PROVAS DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA NA
FORÇA AÉREA**

**O TEXTO CORRESPONDE A TRABALHO FEITO DURANTE A
FREQUÊNCIA DO CURSO NO IUM SENDO DA RESPONSABILIDADE DO
SEU AUTOR, NÃO CONSTITUINDO ASSIM DOCTRINA OFICIAL DAS
FORÇAS ARMADAS PORTUGUESAS OU DA GUARDA NACIONAL
REPUBLICANA.**

**Francisco Lírio Gomes Peres
CAPITÃO, PILAV**



INSTITUTO UNIVERSITÁRIO MILITAR
DEPARTAMENTO DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS
PROVAS DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA NA
FORÇA AÉREA

CAPITÃO, PILOTO AVIADOR Francisco Lírio Gomes Peres

Trabalho de Investigação Individual do CPOS FA

Pedrouços 2017



INSTITUTO UNIVERSITÁRIO MILITAR
DEPARTAMENTO DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS

PROVAS DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA NA
FORÇA AÉREA

CAPITÃO, PILOTO AVIADOR FRANCISCO LÍRIO GOMES
PERES

Trabalho de Investigação Individual do CPOS FA

Orientador: MAJOR, TMMA

NELSON PEREIRA

Pedrouços 2017



Declaração de compromisso Antiplágio

Eu, **Francisco Lírio Gomes Peres**, declaro por minha honra que o documento intitulado **Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea** corresponde ao resultado da investigação por mim desenvolvida enquanto auditor do **CPOS 2016/2017** no Instituto Universitário Militar e que é um trabalho original, em que todos os contributos estão corretamente identificados em citações e nas respetivas referências bibliográficas.

Tenho consciência que a utilização de elementos alheios não identificados constitui grave falta ética, moral, legal e disciplinar.

Pedrouços, **26 de junho de 2017**

Nome

Assinatura



Agradecimentos

Agradeço a todos os que, de uma forma ou de outra, contribuíram para a minha formação como pessoa e como militar, em particular à minha família.

Ao meu orientador e camarada deixo um profundo agradecimento, reconhecendo que o apoio, compreensão, disponibilidade e esclarecida orientação em muito contribuiu para o sucesso da investigação.

Às entidades que me concederam a possibilidade de as entrevistar, expresso o meu agradecimento pelos esclarecimentos prestados, pelos conselhos transmitidos e pela motivação passada.

Aos meus camaradas de curso, por terem sido base e pilar no decorrer de um período de muito trabalho, mas também, de muito convívio.



Índice

Introdução	1
1. A Condição Física Militar	4
1.1. Moldura Legal e Normas Regulatórias	4
1.2. Estado da Arte Actual	5
1.3. Abordagem Metodológica	13
2. Perspetivas em Análise	15
3. Discussão e Análise de Resultados	23
Conclusões	27
Bibliografia	34

Índice de Apêndices

Apêndice A — Glossário conceptual	1
Apêndice B — Calendário de admissão aos EESPUM	3

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Condições e Requisitos de Admissão aos EESPUM 2016/2017	5
Tabela 2 – Comparativo dos Tipos de Provas Físicas de Admissão á Categoria de Oficiais entre os três Ramos das FFAA	7
Tabela 3 – Condições e Requisitos de Admissão aos EESPUM 2017/2018	7
Tabela 4 – Comparativo de Tipos de Provas Físicas de Admissão de Praças, entre os três Ramos das FFAA	8
Tabela 5 – Comparativo da Forma de Execução e Avaliação das Provas Físicas de Admissão entre os três Ramos das FFAA	9
Tabela 6 – Comparativo dos Tipos de Provas de Avaliação Periódica até aos 45 anos de idade	10
Tabela 7 – Comparativo dos Tipos de Provas de Avaliação Periódica dos 45 aos 64 anos de idade	11
Tabela 8 – Provas Físicas de Avaliação Periódica em função da função exercida no quadro da Força Aérea	12
Tabela 9 – Tabela de Questões, Dimensões e Indicadores do Grupo de Foco	15
Tabela 10 – Tabela de Tipos de Provas Comuns	17
Tabela 11 – Calendário das Provas de Admissão aos EESPUM	21
Tabela 12 – Tabela de Consensos do Grupo de Foco	22



Tabela 13 – Tabela Metodológica.....	28
Tabela 14 – Tabela de Hipóteses, Dimensões e Variáveis	29
Tabela 15 – Tabela de Verificação de Hipóteses.....	31



Resumo

As Provas Físicas na Força Aérea tal como noutros ramos, não se restringem ao momento da admissão. Elas são desenvolvidas posteriormente para os Candidatos considerados APTOS ao longo da sua vida académica nos EESPUM, bem como posteriormente no decurso da sua vida militar através de avaliações periódicas da condição física.

No decorrer desta investigação foi aprofundado o conhecimento comparado em relação às Provas Físicas no contexto dos três ramos das Forças Armadas e, em largo espectro, na Força Aérea, no respeitante à admissão, treino físico militar bem como à avaliação da condição física anual

Foi seguido o desenho de pesquisa misto, baseado no raciocínio hipotético-dedutivo e estudo de caso.

Da análise efetuada concluiu-se que existe discrepância nas Provas Físicas entre as Forças Armadas, tanto na execução como nos parâmetros de avaliação, sendo clara a falta de uniformização de procedimentos e processos associados ao recrutamento. Nos termos e disposições legais da Reforma 2020 e do Modelo de Governação Comum, foi possível encontrar o catalisador que com especialistas na área em apreço, permitiu gerar consenso sobre uma bateria de provas de aptidão física comuns na admissão EESPUM.

Palavras-chave

Aptidão Física; Atividade Física; Avaliação da Condição Física; Condição Física; Exercício Físico; Treino Físico; Tabelas De Classificação; Testes De Seleção; Treino Físico



Abstract

The Physical Tests in the Air Force as in other branches, are not restricted to the moment of admission. They are developed later for the Candidates considered fit throughout their academic life in the EESPUM, as well as later in the course of their military life through periodic evaluations of the physical condition.

In the course of this investigation the comparative knowledge regarding Physical condition was deepened in the context of the three branches of the Armed Forces and, broadly, in the Air Force, regarding admission, military physical training as well as the evaluation of the annual physical condition

The mixed research design was followed, based on hypothetical-deductive reasoning and case study.

From the analysis carried out, it was concluded that there is discrepancy in the physical tests between the Armed Forces, both in the execution and in the evaluation parameters, being clear the lack of uniformization of procedures and processes associated to the recruitment. Under the legal provisions of the Reform 2020 and the Common Governance Model, it was possible to find the catalyst that, with experts in the area under consideration, allowed consensus on a battery of common physical aptitude tests at EESPUM admission.

Keywords

Physical aptitude; Physical activity; Physical Condition Assessment; Physical condition; Physical exercise; Physical training; Classification Tables; Selection Tests; Physical training



Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos

AF	Avaliação Física
AFA	Academia da Força Aérea
Alf	Alferes
AM	Academia Militar
AP	Aptidão Física
APSI	Avaliação psicológica
Art.º	Artigo
Cap	Capitão
CEM	Conceito Estratégico Militar
CEMA	Chefe do Estado-Maior da Armada
CEME	Chefe do Estado-Maior do Exército
CEMFA	Chefe do Estado-Maior da Força Aérea
CF	Condição Física
CFM	Condição Física Militar
CM	Conselho de Ministros
Cor	Coronel
CPOS	Curso de Promoção a Oficial Superior
CRFA	Centro de Recrutamento da Força Aérea
DP	Despacho
DL	Decreto Lei
DN	Defesa Nacional
DR	Diário da República
EESPUM	Estabelecimentos de Ensino Superior Público Universitário Militar
EF	Exercício Físico
EMFAR	Estatuto dos Militares das Forças Armadas
EN	Escola Naval
F	Feminino
FA	Força Aérea
FAP	Força Aérea Portuguesa
FFAA	Forças Armadas
H	Hipóteses
IESM	Instituto de Estudos Superiores Militares



LEI	Lei da Assembleia da República
LPM	Lei de Programação Militar
M	Masculino
MAJ	Major
OE	Objetivos Específicos
OG	Objectivo geral
OPSAS	Operadores de Sistemas de Assistência e Socorros
PA	Polícia Aérea
PAF	Provas de Aptidão Física
PAM	Prova de Aptidão Militar
PD	Perguntas Derivadas
PF	Preparação Física
PLI	Prova de Língua Inglesa
PP	Pergunta de Partida
QP	Quadro Permanente
RC	Regime de Contrato
RCM	Resolução do Conselho de Ministros
REFE	Regulamento de Educação Física do Exército
RFM	Recuperação Física Militar
RH	Recursos Humanos
RM	Recursos Materiais
SAFD	Seções de Aptidão Física e Desportos
SI	Sistemas de Informação
SPFD	Sistema de Preparação Física e Desportos
TCACF	Testes de Controlo e Avaliação da Condição Física



Introdução

O tema “Provas de Avaliação Física na Força Aérea”, justifica-se só por si pela necessidade de uma boa condição física e desta ser um imperativo decorrente da moldura legal e das normas regulatórias aplicáveis aos militares.

Adicionalmente encontra-se ainda, justificado pela necessidade de ser reavaliado face às normas e princípios emergentes da Reforma 20/20 das Forças Armadas (FFAA) e do Modelo de Governação Comum (MGC) dos Estabelecimentos de Ensino Superior Público Universitário Militar (EESPUM).

Refira-se por fim, que a abrangência do tema permite Avaliar e Analisar a Condição Física em relação á Aptidão Física, ao Treinamento Físico Militar (inicial, continuado e de recuperação), á Manutenção e á Avaliação da Condição Física de forma comparativa entre os três ramos das FFAA e em especial na Força Aérea Portuguesa (FAP), o que será efectuado no Capítulo I deste Trabalho de Investigação Individual (TII).

No sentido de determinar “quem”, “o que”, “onde” e “quando” vai ser investigado, definiu-se como objecto de estudo a uniformização de provas de condição física, centrando o problema na possibilidade de realização de provas comuns aos três ramos das FFAA e analisando a questão á luz de critérios e de tabelas de avaliação uniformes.

Delimitar o objecto de estudo sobre o qual incidiu a investigação, representa “... eleger uma parcela de um assunto estabelecendo limites ou restrições para o desenvolvimento da pesquisa pretendida” (IUM, 2016). Para Dencker (cit. por Vilelas, 2009, p. 70) evitando assim a dispersão do estudo permitindo um esforço de especificação do campo da pesquisa da parcela selecionada.

Decorrente da pesquisa de base documental e das entrevistas efectuadas, tornou-se possível delimitar o tema, em três domínios distintos, a saber; delimitação temporal (focada na atualidade), delimitação espacial (aos três ramos das FFAA e em espacial da FAP) e delimitação de conteúdo (Provas de Aptidão Física no ingresso aos EESPUM).

Neste sentido e como formulação do problema, definiu-se como pergunta de partida correspondente á questão da investigação, a seguinte:

É desejável e possível, a realização de provas comuns, de acordo com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente a todas ou algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM.

A resposta a esta questão de investigação, constitui o objectivo geral desta investigação que orientou o tipo de estudo a efetuar, as variáveis em equação e as hipóteses a formular.



Definida a questão principal em consonância com o objectivo geral desta investigação, podem equacionar-se, como decompostas daquela, as seguintes questões específicas ou perguntas derivadas e hipóteses associadas.

(PD1) A Reforma 20/20 das FFAA e o Modelo de Governação Comum dos EESPUM, condicionam ou favorecem, no todo ou em parte, a uniformização formulada na questão principal? Tendo como hipóteses associadas; (H1) a Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA, (H2) existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM, (H3) a cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC

(PD2) É possível identificar um conjunto de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, de entre as provas físicas de aptidão, na admissão aos EESPUM? Tendo como hipóteses associadas (H4) É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza, (H5) É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critério e tabelas de avaliação uniformizados.

(PD3) A realização de provas comuns, pode desde já, ser adotada e implementada? Tendo como hipótese associada (H6) A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.

(PD4) A realização de provas físicas comuns e a adesão a um protocolo de cooperação nesse sentido, é adequável e vantajosa para a Força Aérea? Tendo como hipóteses associadas (H7) É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns. (H8) É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.

Associada á questão principal e ás questões derivadas, foram elaborados duas Tabelas explicativas, contendo as hipóteses, dimensões, e variáveis e um glossário conceptual.

Adotou-se como estratégia de investigação, a metodologia mista que permite ainda a inclusão de diferentes técnicas e tipos de recolha de dados.

Dentre os diferentes tipos de desenhos de pesquisa experimental optou-se pelo estudo do caso segundo um raciocínio hipotético-dedutivo permitindo que o Autor efetue um percurso dos dados para a teoria como da teoria aos dados.

Seguiu-se uma investigação aplicada através de investigações preliminares e outras subsequentes decorrentes do processo de investigação, especialmente baseadas em trabalhos de investigação relacionados com o tema, mas também em entrevistas exploratórias semiestruturadas com especialistas da área, entre outras fontes primárias e secundárias.



Com base na estrutura teórica-conceptual, associada ao objectivo e inferida no percurso da investigação, foi adotado o modelo de análise (melhor descrito no capítulo 1), assente em hipóteses, remetendo para um nível secundário os conceitos, sem embargo de ter sido elaborado um glossário concetual sob a forma de apêndice.

A organização do estudo estruturou-se e dividiu-se em Introdução, no capítulo 1 que discorre sobre a condição física militar, à luz da moldura legal, do estado da arte e por fim num discurso explicativo do percurso metodológico seguido. O capítulo dois verteu sobre a análise do grupo de foco em profundidade. O capítulo três foi realizado sobre a análise e discussão de resultados. O corpo do trabalho finalizou com a conclusão.



1. A condição Física Militar

Ser militar é alguém que luta por uma causa e que tem consciência, como disse o Gen. Douglas MacArthur de que “Só os mortos conhecem o fim da guerra.” e integram-se em instituições e organizações militares que têm as suas próprias comunidades de economia, educação, medicina e outros aspectos de funcionamento semelhantes ao de uma sociedade civil.

A Força Aérea Portuguesa é parte integrante do sistema de forças nacional e tem por missão cooperar, de forma integrada, na defesa militar da República, através da realização de operações aéreas, e na defesa aérea do espaço nacional. Compete-lhe, ainda, satisfazer missões no âmbito dos compromissos internacionais.

1.1. Moldura Legal e Normas Regulatórias

A Reforma Defesa 2020, aprovada pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 26/2013, de 11 de abril, é uma reforma que além de definir um novo modelo para a Defesa Nacional, estabelece umas Forças Armadas “(...) com os seus recursos otimizados e com um claro aumento de eficiência das estruturas que permita a racionalização e rentabilização de recursos visando a economia de meios, rentabilizando o apoio logístico e limitando o número de infraestruturas.”

Com a Portaria 60/2014 de 27 de janeiro, evolui-se para a implementação de uma plataforma de cooperação reforçada, entre os EESPUM, visando um MGC, no processo de avaliação e acreditação do ensino superior, no respeito pelas especificidades do ensino superior militar em geral e no respeito pelas autonomias próprias dos EESPUM, em articulação com o Conselho de Ensino Superior Militar (CESM) capaz de promover a eliminação de redundância, de criar os mecanismos de cooperação reforçada nas matérias relativas aos recursos humanos e materiais, na oferta formativa e investigação, no desenvolvimento e inovação entre os EESPUM.

Através do Decreto-Lei n.º 90/2015 de 29 de maio, foi definido o actual EMFAR (Estatuto dos Militares das Forças armadas) e de cujas disposições normativas, merece destaque para o presente TII, o imperativo do militar ter como seu dever manter uma condição física adequada ao cumprimento das missões que lhe forem confiadas, como pressuposto das promoções na carreira e sendo apreciada através de provas de aptidão física.

À semelhança de outros ramos das FFAA, tenha-se presente o que dispõe o Despacho n.º 21/2013 CEMFA “(...) o cumprimento eficaz das missões atribuídas à Força Aérea, pressupõe a disponibilidade permanente e a prontidão operacional do seu pessoal e (...) que



a disponibilidade do pessoal aumenta com a preparação física e se afere pela verificação periódica e continuada do potencial e das suas capacidades físicas e que a prontidão passa por uma preparação física dos militares adequada à exigência funcional dos serviços”.

1.2. Estado da Arte Actual

Sendo a Força Aérea (FA) um ramo das Forças Armadas profissionalizado, o recrutamento de pessoas aptas a desempenhar futuras funções na organização é um desafio constante. O Centro de Recrutamento da Força Aérea (CRFA), tem o Departamento de Candidaturas e Alistamento (DCA), que procede à avaliação das candidaturas e alistamento de recrutas para ingresso nas fileiras.

O processo de candidatura é divulgado através de um aviso de abertura publicado em Diário da República (DR), e determina as condições de acesso ao concurso para admissão ao curso de mestrado em aeronáutica militar.

O processo divide-se numa fase documental e em provas de seleção de candidatos designadamente de provas físicas.

As provas de avaliação da condição física na admissão aos EESPUM apresentam similitudes e diferenças entre os ramos, que importa comparar e analisar no sentido de melhor compreender a situação específica da FAP no contexto do estado da arte.

Tabela 1 – Condições e Requisitos de Admissão aos EESPUM 2016/2017

DESCRITIVO		Academia Força Aérea		Academia Militar		Escola Naval	
CONDIÇÕES DE ADMISSÃO	Candidatos Civis	De acordo com o respetivo Aviso e Edital publicado para cada ano de admissão					
	Candidatos Militares						
DOCUMENTOS DE CONCURSO	Candidatos Civis	De acordo com o respetivo Aviso e Edital publicado para cada ano de admissão. Entre outros Certificado de robustez física segundo os parâmetros definidos pelo respetivo Ramo					
	Candidatos Militares	De acordo com o respetivo Aviso e Edital publicado para cada ano de admissão					
PROCEDIMENTO DE CONCURSO	Entrega e Avaliação de Documentos	De acordo com o respetivo Aviso e Edital publicado para cada ano de admissão					
	Requisitos de Natureza Física, Médica e Psicotécnica	1	Avaliação da Condição Física	1	Aptidão Física Geral	1	Aptidão Física Geral
		2				2	Aptidão Física Específica
		3	Avaliação Psicológica	4	Avaliação Psicológica	4	Aptidão Psicotécnica
		4	Inspeção Médica	3	Inspeção Médica	3	Inspeção Médica
	Requisitos de Língua Estrangeira	2	Língua Inglesa	2	Língua Inglesa	-	<i>Não aplicável</i>
	Requisitos de Natureza Vocacional	5	Estágio de Seleção de Voo	5	Prova de Aptidão Militar	6	Aptidão para Vida no Mar
6		Prova de Aptidão Militar	5			Prova de Aptidão Militar	

Fonte: Autor (2017)



Dos dados constantes da Tabela supra, resulta uma significativa similitude de condições de acesso e de procedimentos de concurso, com diferenças entre os três ramos das FFAA, na priorização das provas, para além de provas específicas da FAP e da MAR em particular.

As Provas Físicas de Admissão ao Quadro Permanente e ao Regime de Contrato para os militares da Força Aérea á semelhança de outros Ramos das FFAA, visam avaliar a sua aptidão psicofísica, em condições que garantam a desejável disponibilidade, prontidão e operacionalidade como aliás resulta do Despacho do CEMFA N.º. 49/2007, de 16 de Maio, sobre as Atividades Desportivas do Pessoal Militar.

Tão mais importante se torna esta necessidade, quanto é certo que a sua condição física é avaliada periodicamente, todos os anos, á semelhança da Marinha e semestralmente como no caso do Exército sendo certo que, é condição de aptidão, para efeitos de concurso à sua especialidade, a aprovação neste Teste de Controlo e Avaliação da Condição Física (TCACF) que são instrumentais para a apreciação da aptidão física para efeitos de verificação da condição geral de promoção.

Os testes de avaliação e controlo da condição física, pressupõem que o pessoal a avaliar, tenha efectuado inspeções médicas de rotina na periodicidade estabelecida (anual) e cumprido as recomendações de treino físico de manutenção e de prática desportiva, contribuindo esta, adicionalmente, para o desenvolvimento e consolidação do espírito de corpo e camaradagem, estimulando condutas sociais de cariz educativo.

De acordo com o Sistema de Preparação Física e Desportos da Força Aérea os Comandantes, Diretores e Chefes, aos diferentes níveis e escalões das Unidades, Órgãos ou Serviços (U/O/S) da Força Aérea, “... têm a responsabilidade de promover e garantir o acesso às infraestruturas disponíveis e adequadas ao desenvolvimento de atividades físicas e desportivas, tomando obrigatória a sua prática regular. cada militar deve realizar, no mínimo, dois treinos semanais de 45 minutos úteis” (CEMFA, 2013b)

Como resultado da realização dos TCACF o Militar será considerado APTO ou INAPTO caso em que será compulsivamente inscrito em Planos de Preparação Específica (PPE) ministrados pelas SAFD/DEFD das U/O/S, repetindo posteriormente a execução daqueles TCACF até 90 dias, após a realização dos anteriores.

Nesse sentido e para melhor se compreender as que respeitam á Força Aérea, optámos por elaborar alguns estudos de análise comparativa entre o disposto para a Força Aérea e exigido pelos demais ramos.



Tabela 2 – Comparativo dos Tipos de Provas Físicas de Admissão à Categoria de Oficiais entre os três Ramos das FFAA

TIPO DE PROVA	QUALIDADE OBSERVADA	AFA	AM	EN
PASSAGEM DO PORTICO	Decisão vertigem equilíbrio	Aplicável	Aplicável	N/A
SALTO DO MURO	Decisão	Aplicável	Aplicável	N/A
SALTO DA VALA	Decisão	Aplicável	Aplicável	N/A
EXTENSÕES DE BRAÇOS	Potência muscular superior	Aplicável	Aplicável	N/A
ABDOMINAIS	Potência muscular média	Aplicável	Aplicável	N/A
CORRIDA 2400M	Resistência	Aplicável	Aplicável	Aplicável
CORRIDA 80M	Velocidade	N/A	Aplicável	N/A
SALTO EM EXTENSÃO	Potência muscular inferior	N/A	Aplicável	N/A
FLEXAO DE BRAÇOS NA TRAVE	Potência muscular superior	N/A	Aplicável	Aplicável
SALTO PARA A REDE	Decisão	N/A	N/A	Aplicável
PERCORRER UM TUNEL	Decisão claustrofobia	N/A	N/A	Aplicável
NATAÇÃO	Capacidade de Adaptação ao Meio Aquático	N/A	N/A	Aplicável

Fonte: Autor (2017)

Dos dados constantes da Tabela supra, resultam algumas diferenças, relativamente às provas físicas nos concursos de admissão de 2016/17. Porém, em relação aos concursos de admissão para o ano curricular de 2017/2018 existem diferenças (devidamente assinalada) relativamente ao ano precedente, conforme decorre da Tabela infra.

Tabela 3 – Condições e Requisitos de Admissão aos ESSPUM 2017/2018

TIPO DE PROVA	AFA						AM		EN	
	Masculino		Feminino				Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
PASSAGEM DO PORTICO	5 m A 0,3 m L 6,15 m C						5 m A 0,3 m L 14 m C		-	
SALTO DO MURO	0,9 m A		0,70 m A				0,9 m A	0,70 m A	-	
SALTO DA VALA	3 m		2,2 m				3,30 m	2,50 m	-	
EXTENSÕES DE BRAÇOS	Até 29		30 a 34		35 a 39					
	M	F	M	F	M	F				
	23	13	20	12	18	11				
ABDOMINAIS	35	32	32	29	29	26				
CORRIDA 2400M	12:30	14:00	13:00	14:30	13:30	15:00	12:00	2100 m 12"	12:00	13:30
CORRIDA 60M	-						8.80 s	9,70 s	8.80 s	9,70 s
SALTO EM EXTENSÃO	-						1,80 m	1,60 m	1,80 m	1,60 m
FLEXAO DE BRAÇOS NA TRAVE	-						3	1 ou 20 s suspensão	3	1 ou 20 s suspensão
SALTO PARA A REDE	-						-		9 m C	
PERCORRER UM TUNEL	-						-		0,8 m A 0,6 m L 15 m C	
NATAÇÃO	-						-		50 m	

Fonte: Autor (2017)



No sentido de se compreender os contornos de cada uma das provas físicas, globalmente consideradas nos processos de recrutamento de praças, de admissão aos EESPUM e ainda de avaliação periódica dos militares do Quadro Permanente (QP) e em Regime de Contrato (RC), foram analisados os seguintes documentos normativos; Despacho do CEMFA N.º 22/2013 de 3 de Abril de 2013 que estabelece as Normas de Avaliação física para acesso às diversas especialidades do QP e RC da Força Aérea, Despacho do CEMFA N.º 21/2013 de 2 de Abril de 2013 que estabelece as Normas de Sistema de preparação física e desportos na Força Aérea, Aviso N.º 7470/2016 da AFA de 12 de Maio de 2016 que abre Concurso para admissão ao curso de mestrado em Aeronáutica Militar para o ano letivo de 2016-2017, Aviso N.º 8005/2016 do GCEME de 27 de junho de 2016 que abre Concurso de admissão à Academia Militar, para o ano letivo de 2016-2017, Aprovação em 22 de Novembro de 2002, pelo MDN, do Regulamento de Educação Física do Exército (REFE), Aviso n.º 7892/2016 da Escola Naval de 1 de junho de 2016 para Admissão de Cadetes na Marina e do seu Edital sobre Concurso de Admissão de Cadetes da Marinha, Despacho do CEMA N.º 02/02 de 17 de Janeiro de 2002 sobre Provas de aptidão física (PAF). Controlo, validade e classificação.

Tabela 4 – Comparativo de Tipos de Provas Físicas de Admissão de Praças, entre os três Ramos das FFAA

TIPOS DE PROVAS	FA	EX	MAR
PASSAGEM DO PÓRTICO	X	-	-
SALTO DO MURO	X	X	-
SALTO DA VALA	X	-	-
EXTENSÕES DE BRAÇOS	X	X	(F) EM VEZ DE ELEVACÕES
ABDOMINAIS	X	X	X
CORRIDA 2400M	X	X	X
ELEVACÕES	-	-	X
ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUATICO	-	-	X

Fonte: Autor (2017)

Dos dados constantes da Tabela supra, resultam algumas discrepâncias que importam ser analisadas para melhor serem compreendidas na sua razão de ser.



Tabela 5 – Comparativo da Forma de Execução e Avaliação das Provas Físicas de Admissão entre os três Ramos das FFAA

TIPO DE PROVA	AFA						AM		EN	
	Masculino		Feminino				Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
PASSAGEM DO PORTICO	5 m A 0,3 m L 6,15 m C						5 m A 0,3 m L 14 m C		-	
SALTO DO MURO	0,9 m A		0,70 m A				0,9 m A	0,70 m A	-	
SALTO DA VALA	3 m		2,2 m				3,30 m	2,50 m	-	
EXTENSÕES DE BRAÇOS	Até 29		30 a 34		35 a 39					
	M	F	M	F	M	F			10	
	23	13	20	12	18	11				
ABDOMINAIS	35	32	32	29	29	26			35	30
CORRIDA 2400M	12:30	14:00	13:00	14:30	13:30	15:00	12:00	2100 m 12"	12:00	13:30
CORRIDA 80M	-						11,50 s	13,50 s	-	
SALTO EM EXTENSÃO	-						1,80 m	1,60 m	-	
FLEXAO DE BRAÇOS NA TRAVE	-						3	1 ou 20 s suspensão	3	
SALTO PARA A REDE	-						-		9 m C	
PERCORRER UM TUNEL	-						-		0,8 m A 0,6 m L 15 m C	
NATAÇÃO	-						-		50 m	

Fonte: Autor (2017)

As Provas Físicas na Força Aérea tal como noutros ramos, não se restringem ao momento da admissão. Elas são desenvolvidas posteriormente para os Candidatos considerados APTOS ao longo da sua vida académica nos EESPUM, bem como posteriormente no decurso da sua vida militar através de avaliações periódicas da condição física adiante analisadas

Como aparece referido nos Planos de Avaliação Física da disciplina de Educação física, “Não obstante dos objectivos com o desenvolvimento das capacidades e competências psicomotoras acima referidas, a Educação Física (EFI) visa também reforçar o gosto pela prática regular da actividade física e aprofundar a compreensão da sua importância como fator potenciador de saúde e qualidade de vida.” (AFA, 2013).

Em relação ao Treino da Condição Física e focando-nos somente no Treino da Força Aérea importa realçar as respectivas unidades curriculares, a saber: Treino Físico Militar (TFM), Treino de Aplicação Militar (TAM), Técnicas de Transposição de Obstáculos (TTO) e Desportos de Combate (DCO), Avaliação Periódica aos Oficiais do Quadro Permanente e em Regime de Contrato.



As provas de Avaliação periódica realizam-se anualmente nos ramos da Força Aérea e da Marinha enquanto no Exército ocorrem semestralmente.

O tipo de provas, grau de exigência e os níveis de ponderação variam de ramo para ramo e também em muitos casos, em função da idade e do sexo do militar.

Isso mesmo se procurou demonstrar de forma sucinta e comparativa através dos quadros seguintes e de forma especial em relação á Força Aérea.

Tabela 6 – Comparativo dos Tipos de Provas de Avaliação Periódica até aos 45 anos de idade

TIPOS DE PROVAS		PARÂMETROS DE IDADE E DE SEXO							
		≤ 29 / 30		FA-EX = 30-34 MAR = 31-35		FA-EX = 35-39 MAR = 36-40		FA-EX = 40-44 MAR = 41-45	
		M	F	M	F	M	F	M	F
Extensões de Braços	FA	23	13	20	12	18	11	15	10
	EX	29	15	24	12	22	12	18	9
	MAR	N/A	8	N/A	7	8	5	6	4
Abdominais	FA	35	32	32	29	29	26	27	23
	EX	40	33	34	30	34	30	30	26
	MAR	32	25	29	22	26	18	20	15
Corrida 1.720 a 2.400 metros	FA	2400	2400	2400	2400	2400	2400	2400	2400
		12:30	14:00	13:00	14:30	13:30	15:00	14:00	15:30
	EX	2400	2080	2320	2020	2300	2000	2300	2000
		12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00
	MAR	2400	2400	2400	2400	2400	2400	2400	2400
		13:00	14:30	13:30	15:00	14:30	16:00	15:00	17:00
Marcha 3.200 metros	FA	25:30	27:30	26:40	28:40	27:42	29:42	28:48	30:48
Teste da Milha	EX	42,2	35,5	41,2	33,8	41,0	33,0	38,4	31,6
Teste Adaptação ao Meio Aquático	MAR	Provas (1). Subaquática. Duração 7 minutos. Três tentativas (2) 25 metros de natação com controlo respiratório e sem paragens e três técnicas ventrais (bruços, "crawl" ou "mariposa")							
Elevações	MAR	4	3	3	2	2	2	2	1

Fonte: Autor (2017)

Dos dados constantes da Tabela supra, resulta uma grande similitude de parâmetros, com algumas discrepâncias não significativas.



Tabela 7 – Comparativo dos Tipos de Provas de Avaliação Periódica dos 45 aos 64 anos de idade

TIPOS DE PROVAS		PARÂMETROS DE IDADE E DE SEXO							
		45-49		50-54		55-59		60-64	
		M	F	M	F	M	F	M	F
Extensões de Braços	FA	13	9	Não aplicável					
	EX	15	8	13	5	10	3	7	2
	MAR	Não aplicável							
Abdominais	FA	24	20	Não aplicável					
	EX	30	26	25	21	23	20	23	14
	MAR	Não aplicável							
Corrida 1.720 a 2.400 metros	FA	2400	2400	Não aplicável					
		14:30	16:00	Não aplicável					
	EX	2250	1910	2200	1900	2060	1780	2030	1720
		12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00
	MAR	Não aplicável							
Marcha 3.200 metros	FA	29:50	31:50	Não aplicável					
Teste da Milha	EX	38,0	31,1	35,2	28,7	35,0	28,0	30,4	26,6
Teste Adaptação ao Meio Aquático	MAR	Não aplicável							
Elevações	MAR	Não aplicável							

Provas (1) Subaquática. Duração 7 minutos. Três tentativas (2) 25 metros de natação com controlo respiratório e sem paragens e três técnicas ventrais (bruços, "crawl" ou "mariposa")

Fonte: Autor (2017)

Dos dados constantes da Tabela supra, resulta que, ao invés da Tabela anterior, existem diferenças significativas sobretudo na idade obrigatória para a realização daquelas provas de avaliação.



Tabela 8 – Provas Físicas de Avaliação Periódica em função da função exercida no quadro da Força Aérea

TIPO DE PROVA		IDADE	PESSOAL NAVEGANTE	OPSAS	PA	OUTRAS ESPECIALIDADES DO QP E RC
PROVAS GERAIS	EXTENÇÕES DE BRAÇOS	Até 49	X	X	X	X
	Abdominais		X	X	X	X
	Corrida 2400 m		X	X	X	X
POTÊNCIA MUSCULAR	Flexão do antebraço com barra	Até 39	X	-	-	-
	Supino plano		X	-	-	-
	Puxador dorsal alto		X	-	-	-
	Prensa de pernas		X	-	-	-
	Flexor dos músculos femurais		X	-	-	-
PRONTIDÃO OPERACIONAL	Transporte da mangueira num braço	Até 39	-	X	-	-
	Elevação de escada		-	X	-	-
	Transporte de mangueira		-	X	-	-
	1ª SUBIDA DE ESCADA		-	X	-	-
	Volume de mangueiras		-	X	-	-
	Forçar entrada		-	X	-	-
	Transporte de vítima		-	X	-	-
	2ª SUBIDA DE ESCADA		-	X	-	-
	Transporte de escada		-	X	-	-
	Expansor		-	X	-	-
AGILIDADE E DESTREZA	ZigZag	Até 39	-	-	X	-
	Muro		-	-	X	-
	Pneus		-	-	X	-
	Rede		-	-	X	-
	Velocidade		-	-	X	-

Fonte: Autor (2017)

A avaliação da potência muscular é realizada com base em cinco testes que devem ser aplicados na ordem que se apresenta nesta tabela. Os testes são realizados de forma contínua, havendo, no entanto, 1 minuto de repouso entre a realização de cada teste.

Quem administra o teste calcula a carga a ser aplicada em cada teste em função da percentagem do peso corporal. As repetições devem ser cumpridas de forma suave e controlada, sem deixar cair bruscamente os pesos. A quem não conseguir cumprir os mínimos exigidos para um dado teste (10 repetições) é averbada na folha de registo a classificação de 0. Para quem atingir o valor superior ou igual ao máximo (15 repetições) é



averbada a classificação de 15. Para as repetições intermédias é atribuída a classificação referente ao número de repetições realizadas.

1.3. Abordagem Metodológica

A definição do objecto e sua delimitação, dá ao problema da investigação uma dimensão viável e aplicável, permitindo orientar e delimitar a pesquisa efectuada, no sentido de identificar as perspectivas de análise e a posterior construção de uma estrutura concetual que suporte o modelo de análise a adotar.

A classificação das estratégias de investigação científica, nem sempre é consensual e transversal, tendo-se adotado como estratégia de investigação, a metodologia mista como a mais adequada, por permitir recolher, analisar e integrar ou relacionar dados qualitativos e quantitativos, na base de uma premissa de complementaridade, no percurso de investigação.

Esta abordagem por métodos mistos, permite ainda a inclusão de diferentes técnicas e tipos de recolha de dados, assim melhor se compreendendo os vários aspectos da questão principal e das questões derivadas.

Dentre os diferentes tipos de desenhos de pesquisa experimental, optou-se pelo estudo do caso.

E adotou-se um raciocínio hipotético-dedutivo que permite ser efetuado um percurso tanto dos dados para a teoria, como da teoria aos dados.

O desenho de pesquisa baseado no estudo do caso, descreve de forma rigorosa a unidade de estudo, não somente numa perspectiva descritiva, mas assumindo simultaneamente um carácter analítico.

De acordo com o Manual de Orientações Metodológicas do IUM, a identificação de instrumentos e técnicas de recolha e tratamentos dos dados e os decorrentes procedimentos e as atividades de análise e interpretação dos resultados complementam, portanto, a tarefa relativa à construção do domínio conceptual do modelo de análise.

Foram efetuadas investigações preliminares e outras subsequentes decorrentes do processo de investigação, baseadas especialmente em trabalhos de investigação relacionados com o tema, mas também em entrevistas exploratórias semiestruturadas com especialistas da área.

Seguiu-se o tipo de investigação aplicada, por se entender ser a mais adequada ao presente trabalho de investigação na medida em que “Tem por objetivo encontrar uma aplicação prática para os novos conhecimentos, adquiridos no decurso da realização de trabalhos originais” (Carvalho, 2009, p. 42). Dado que o propósito da investigação tem uma



intencionalidade prática profissional, recorreu-se preferencialmente a trabalhos de investigação e à reinterpretação de dados por outros previamente obtidos.

Na adoção de um modelo de análise consistente e decorrente da formulação da questão de investigação supra, teve-se em consideração a estrutura teórica-conceptual, associada ao objectivo e inferida no percurso da investigação.

Na perspetiva de Manuel Freixo (2011, pp. 161-162) “o quadro de referência (...), teórico ou conceptual, orienta a formulação das questões de investigação ou das hipóteses e determina a perspetiva do próprio estudo”

De acordo com Quivy e Campenhoudt (2003, p. 121) o investigador dispõe de duas vias para a construção do modelo de análise: centrar-se nas hipóteses, remetendo para um nível secundário os conceitos, ou optar pelo inverso, tendo sido escolhida a primeira via, como modelo de análise.

Nestes termos e de forma explicativa mais abrangente, deve ser consultado o paradigma de modelo de análise constante no capítulo seguinte, contendo as hipóteses, dimensões e variáveis e o Glossário conceptual constante do Apêndice, onde se descrevem as hipóteses associadas às questões derivadas, emergentes da questão principal.

As técnicas de recolha de dados utilizadas, no procedimento metodológico deste TII, foram preferencialmente a entrevista, na modalidade de entrevistas exploratórias semiestruturadas com especialistas da área por um lado e por outro na análise documental de trabalhos de investigação relacionados com o tema, além de outras fontes, referenciadas na bibliografia.



2. Perspetivas em Análise

Entendeu-se como enriquecedor deste trabalho de investigação auscultar alguns especialistas das áreas abordadas e nesse sentido constituiu-se como Grupo de Foco além do autor, nele participaram o CTen Rodrigues Mendes, da EN enquanto Chefe do Departamento de Educação Física da Escola Naval, a Alf Madalena Carvalho enquanto Instrutora do DEFD (Departamento de Educação Física e Desportos) AFA, o TCor Rui Lucena enquanto Chefe do Treino Físico da Academia Militar e Diretor do Laboratório de Educação Física, a Alf Tatiana Inácio enquanto Chefe da área de desportos e competições da AFA e o Cap Cristiano Almeida enquanto ex-Chefe do DEFD da AFA, enquanto especialistas na área e no objeto deste trabalho.

À questão sobre se as provas de avaliação da condição física na admissão atualmente respondem às necessidades da organização foram considerados relevantes os aspectos que, de seguida, irão analisados.

Tabela 9 – Tabela de Questões, Dimensões e Indicadores do Grupo de Foco

QUESTÃO	Dimensão	Indicador	CONSENSOS		Citação
As provas de avaliação da condição física na admissão atualmente respondem às necessidades da organização?	Funcional	Adequado	À parte de pequenas alterações em determinadas provas, as necessidades da organização são satisfeitas.	EN: substituir as extensões de braços pelas flexões de braços na barra para os candidatos femininos.	A escola Naval não sentia a necessidade de alterar as provas da admissão exceto para o pessoal feminino nomeadamente na alteração da extensão de braços no solo para as elevações de acordo com o que já é feito na Academia Militar (Mendes, 2017)
				AM: passar de 80 m corrida para 60 m.	A Academia Militar sente a necessidade de alterar a prova dos 80 m de velocidade para uma prova de 60 m por ser mais adequada aos padrões atuais operacionais e funcionais. (Lucena, 2017)
	Legal	Desadequado	Há necessidade de uniformizar as provas entre os EESPUM.	As alterações não resultam de uma necessidade de adaptação das provas, mas na procura por responder ao que vem preconizado no documento da Defesa 20 20 e no MGC	As alterações não resultam de uma necessidade de adaptação das provas, mas na procura por responder ao que vem preconizado no documento da Defesa 20 20 e no MGC. (Mendes, 2017)
Que provas podem ser comuns na admissão aos EESPUM?	Qualidade Física	Destreza	Flexões de braços na barra Salto em extensão Corrida 60 m Corrida 2400 m Túnel Natação	Resulta do consenso da discussão no grupo de foco	Recapitulando, as provas comuns são: flexões de braços, salto em extensão, corrida 60 m, corrida 2400 m, o túnel e a natação. (Almeida, 2017)
					O túnel e a natação deverão ser provas comuns. (Lucena, 2017)
					A missão não será ensinar a nadar, mas sim ensinar a trabalhar em ambiente dentro de água em termos operacionais e para isso os candidatos já deverão dominar a capacidade de nadar. (Lucena, 2017)
		Quais são os parâmetros de avaliação de cada prova na admissão?			Métrica



Onde devem ser implementadas as provas comuns na admissão?	Recursos	Local	As provas são aplicadas em todos os EESPUM	Um local comum ou vários	As provas gerais serão realizadas no EESPUM que representa a primeira ou única escolha do candidato, com os meios materiais e humanos pertencentes ao ramo escolhido, sendo que, caso o candidato tenha escolhido concorrer a mais do que um ramo, terá de realizar as provas específicas de cada Academia no local físico desta. (Mendes, 2017)
Como devem ser geridos os avaliadores nas provas comuns na admissão?	Recursos Humanos	Não Partilhados Totalmente Parcialmente	Cada EESPUM terá a sua equipa interna de avaliadores	O Cap. Almeida sugeriu a integração de militares de ramos diferentes nas equipas de avaliadores	
Quais devem ser os equipamentos associados às provas comuns na admissão?	Equipamentos	Não Partilhados Totalmente Parcialmente	Células fotovoltaicas e chips	Todos mostraram disponibilidade para partilhar material. Pretende evitar o erro humano	É importante pensar em adquirir células fotovoltaicas, que a academia militar já tem, e chips para contabilizar o número de voltas que um candidato já fez. (Almeida, 2017)
Havendo uma componente comum e uma componente não comum, como se devem organizar as provas?	Ordenação	Prioridade	Dever-se-ão realizar as provas comuns em primeiro e depois as específicas	Caso o candidato fique inapto numa prova específica, ainda pode concorrer a outro EESPUM	(...) se o candidato chumbou numa área específica, das provas de avaliação, quer isto dizer que chumbou no acesso a Força Aérea, no entanto poderá ainda concorrer à Academia Militar e à Escola Naval. (Mendes, 2017)
Como deve ser feito o registo e comunicação dos resultados entre os EESPUM?	Informação	Integração de dados na admissão	Terá de haver um sistema integrado de gestão comum ou compatível entre os EESPUM	Os resultados deverão estar disponíveis para todos os EESPUM	Deve ser inserido na plataforma digital que está a ser operada pelas Forças Armadas ou SIG DN ou então ser criada uma plataforma específica que permita inserir os estados dos resultados dos testes dos candidatos e permita ser visualizado por todas as academias em tempo real. (Almeida, 2017)
Que vantagens se podem tirar resultante da implementação de provas comuns na admissão?	Vantagens	Mais valias	Alinhamento Uniformização Comunicação Coordenação Poupança de tempo Gestão de RH Poupança de RM Cooperação	Considera-se que estes são os pontos em que a relação custo benefício é melhor	(...) com este esforço, estaremos a concorrer para as diretivas gerais nacionais e internacionais que se prendem com a necessidade de haver, cada vez mais, um esforço conjunto e combinado e este processo, é o início de tudo. Desde que o candidato tem o primeiro contacto com a Academia, percebe que há um racional de comunicação e ligação entre as demais. (Almeida, 2017)
Como deve ser gerido o processo na admissão relativamente à identidade característica de cada EESPUM?	Identidade Castrense	Preserva Não Preserva	O candidato presta provas no EESPUM da sua preferência e só depois, caso tenha concorrido, passa a outro	Dadas as diferenças culturais entre os EESPUM é importante preservar o respetivo grau identitário	Resultante da importância identitária presente num concurso a um EESPUM, é essencial que o candidato tenha o contacto com o ramo da sua preferência, começando, desde aí, a sentir as características de cada instituição. (Mendes, 2017)

Fonte: Autor (2017)

Analisadas as posições de todos os intervenientes, ficou claro que, de modo geral, as provas atuais são adequadas salvo pequenos detalhes em algumas, nomeadamente na corrida de 80m, que na Academia Militar se pretende mudar para a distância de 60m, “por ser mais adequada aos padrões operacionais atuais” (Lucena, 2017), e nas flexões de braços na barra para o género feminino, em substituição das atuais extensões de braços no solo na Escola Naval. No entanto, por força do disposto na “Defesa 2020” e no MGC todos afirmaram haver necessidade de encontrar uma solução de uniformização no âmbito das provas de aptidão na admissão.



À questão sobre se seria possível realizar uma bateria de provas físicas na admissão que sejam comuns entre os EESPUM e que provas podem ser comuns na admissão aos EESPUM obtiveram-se as seguintes conclusões consensuais:

As provas consideradas passíveis de ser uniformizadas no contexto acima descrito são a corrida de velocidade em plano pela distância de 60 m, 3 elevações em barra para o género masculino 1 elevação ou suspensão durante 20 segundos para o género feminino, 2400m e salto a pés juntos 1,60 m para o género feminino e 1,80m.

Além da definição deste conjunto de provas releva-se que se considerou pertinente configurar a ordem de realização destas na sequência de provas comuns e seguidamente provas específicas. “Estas provas devem ser realizadas antes das provas específicas.” (Mendes, 2017).

Tabela 10 – Tabela de Tipos de Provas Comuns

TIPO DE PROVA	QUALIDADE OBSERVADA	Métrica	
		Masculino	Feminino
FLEXAO DE BRAÇOS NA TRAVE	Potência muscular superior	3	1 flexão ou 20 s suspensão
SALTO EM EXTENSÃO	Potência muscular inferior	1,80 m	1,60 m
CORRIDA 60M	Velocidade	8,8 s	9,7 s
CORRIDA 2400M	Resistência	12:00	13:30
PERCORRER UM TUNEL	Decisão claustrofobia	Por definir	
NATAÇÃO	Capacidade de adaptação ao meio aquático	Por definir	

Fonte: Autor (2017)

Dentro do quadro específico de provas de aptidão comuns, foi debatido e unanimemente aceite que a natação, que visa saber se o candidato sabe ou não nadar, e o túnel, que visa verificar se o candidato tem tolerância à claustrofobia, devem ser integradas na bateria de provas a realizar a todos os candidatos que concorram a um EESPUM. No entanto, não houve a definição dos parâmetros e critérios de avaliação de aptidão, nem tão pouco, à forma de execução. “O túnel e a natação deverão ser provas comuns. Um verifica a tolerância à claustrofobia, a natação faz integrar a capacidade de operar nos diversos ambientes operacionais, com equipamento. Testa-se o pórtilco para vertigens, também se deve testar se o candidato tem ou não claustrofobia. Hoje em dia, um militar tem de operar



dentro de um carro de combate, entrar dentro de áreas confinadas e esgotos, pilotar um avião, ou navegar dentro de um submarino.” (Lucena, 2017).

À questão sobre onde devem ser implementadas as provas comuns na admissão, obtiveram-se as seguintes conclusões consensuais:

O consenso de que as provas de aptidão física devem ser realizadas em todos os EESPUM assenta numa lógica de preservação de identidade característica de cada ramo, bem como, alia a possibilidade real do candidato poder fazer o seu percurso inicial de admissão na academia da sua preferência e só depois, caso seja considerado inapto numa prova específica, se dirigir a outra. “Significa também que o aluno que põem como primeira prioridade entrar na academia da Força Aérea vai executar os testes na Academia da Força Aérea por uma questão de identidade.” (Mendes, 2017). Ainda mais sobre o local, “Ainda que fosse decidido realizar as provas apenas num Estabelecimento, hoje, não existe a capacidade para responder a todos os candidatos.” (Inácio, 2017)

À questão como devem ser geridos os avaliadores nas provas físicas na admissão obtiveram-se as seguintes conclusões consensuais:

Cada EESPUM derivado da condição anteriormente descrita, deverá ter a sua própria equipa de avaliadores “locais”. Não obstante ser consensual que assim deve ser, o Cap. Almeida, a bem da comunicação consistente e constante entre os EESPUM, discorreu sobre a possibilidade de haver, pontualmente, um intercambio de um número reduzido de avaliadores que façam a avaliação de candidatos em academias que não as deles, concorrendo também, para um maior espírito de entreajuda, uniformização, mitigando possíveis desvios, e contato com os demais.

À questão sobre quais devem ser os equipamentos associados às provas comuns na admissão atingiram-se os seguintes consensos. Dado que se quer atingir a uniformização nas provas de aptidão física na admissão e que além disso estas serão, por acordo, realizadas nos três EESPUM, é imperativo ter equipamento adequado que permita, com a maior precisão, avaliar o desempenho dos candidatos, sob pena de se incorrer em falhas que determinem a exclusão indevida numa prova comum inviabilizando o seu ingresso em todo e qualquer academia. Com efeito, definiu-se como essencial a aquisição de pelo menos dois equipamentos, a saber, um conjunto de células fotovoltaicas, no sentido de aferir o desempenho na corrida em plano na distância de 60 m, assim como, um conjunto de cintos com chip, por forma a controlar a corrida em plano nos 2400m. “É importante pensar em adquirir células fotovoltaicas, que a academia militar já tem, e chips para contabilizar o numero de voltas que um candidato já fez. Em relação às células fotovoltaicas, a diferença



que faz uma centésima de segundo numa prova de velocidade de 60m pode significar a diferença entre o apto ou não apto.” (Lucena, 2017).

É de realçar que a Academia Militar é já detentora destes equipamentos e que se mostrou disponível, numa fase inicial, e em caso de necessidade, para partilhar os equipamentos que possui. No mesmo campo, e porque se definiu como importante haver prova de natação, a Escola Naval afirma a disponibilidade de partilhar as suas instalações para aferição desta avaliação. Importa referir que segundo o despacho 21/2013 do CEMFA, se prevê que “As U/O/S que, ainda, não disponham de infraestruturas próprias adequadas ao desenvolvimento do SPFD, devem coordenar com a DINST a eventual utilização de infraestruturas exteriores à Força Aérea.” (CEMFA,2013), de onde decorre a hipótese de se protocolar com uma infraestrutura próxima da AFA, a utilização de uma piscina com dimensões e condições adequadas à aferição da capacidade de um candidato nadar.

À questão de como deve ser feito o registo e comunicação dos resultados entre os EESPUM atingiram-se os seguintes consensos:

Dado que a realização das provas de aptidão física na admissão geram resultados, que podem até ser de inaptidão, inclusive em provas consideradas comuns, é de ulterior importância que se faça saber a classificação o quanto antes, sob pena de haver um candidato a realizar a mesma bateria de provas em duas academias, sem que para tal tenha condição. Deste modo foi unanimemente aceite que terá de existir uma plataforma sobre a qual os dados são inseridos e imediatamente disponibilizados para todos. “Devem ser inseridos na plataforma digital que está a ser operada pelas Forças Armadas ou SIG DN ou então ser criada uma plataforma específica que permita inserir os estados dos resultados dos testes dos candidatos e permita ser visualizado por todas as academias em tempo real.” (Almeida, 2017).

À questão sobre que vantagens se pode tirar resultante da implementação de provas comuns na admissão obtiveram-se as seguintes conclusões consensuais.

“As vantagens são todas os candidatos não têm de realizar as provas na admissão três vezes uma para cada academia, em vez de termos um numero elevado de candidatos para prestar provas possivelmente menos dado que já realizaram as provas comuns e gerais ficando válidos pelas academias.” (Lucena, 2017). Daí decorre que a moldura humana e material será necessariamente mais eficiente e poupada, gerando poupança aos mais diversos níveis da gestão de recursos.

“Em termos de recursos humanos podemos reduzir o número de pessoas para avaliar as provas.” (Mendes, 2017).



Outro aspeto de supra importância é refletido no tempo que se poupa ao corpo de avaliadores que deixam de avaliar um certo número de candidatos por estes já terem comprovado a sua aptidão numa outra academia, pelo que, apenas terão de se focar na aferição das provas específicas do ramo em questão. Ao nível da comunicação entre os EESPUM, a mais valia é evidente, no sentido em que, deste modo, de uma forma permanente e constante, os diversos DEFD contactam uns com os outros, fortalecendo ligações de camaradagem. Ao nível de uniformização, também daqui decorre uma vantagem, em consequência de haver um traço marcadamente comum na admissão de candidatos. “Tem a vantagem de nós, entre academias, começarmos a dialogar e falar uma língua comum na área de Educação Física.” (Almeida, 2017). A própria partilha de equipamentos, infraestruturas e conhecimento, são analisadas no campo militar como geradoras de eficiência no campo da cooperação conjunta, o que eleva de sobremaneira a capacidade de atuação e interação destes intervenientes nas ações tidas como importantes no futuro. “(...) com este esforço, estaremos a concorrer para as diretivas gerais nacionais e internacionais que se prendem com a necessidade de haver, cada vez mais, um esforço conjunto e combinado e este processo, é o início de tudo. Desde que o candidato tem o primeiro contacto com a Academia, percebe que há um racional de comunicação e ligação entre as demais.” (Almeida, 2017)

À questão sobre como deve ser gerido o processo na admissão relativamente à Identidade característica de cada EESPUM obtiveram-se as seguintes conclusões consensuais.

É evidente que a cultura castrense está presente em todos os EESPUM, mas não em todos pela mesma forma. São as diferenças que concorrem para que um candidato se decida pela Força Aérea, pela Marinha ou pelo Exército. A essas diferenças podemos, de uma forma mais conceptual, denominar de identidade. Dada a relevância deste conceito, há que preservar o espírito da prioridade da escolha de um candidato que decida concorrer a mais que um EESPUM. Assim sendo, “O candidato continua a prestar provas para academia com que se identifica estando por isso preservado o sentimento de identidade que é muito importante na sociedade castrense.” (Mendes, 2017). Acresce dizer que desde o primeiro momento, o candidato, sente, experimenta e vive o espírito identitário da academia que identificou como primeira hipótese, mas ainda que este venha, mais tarde, a prestar provas num outro EESPUM, sentirá, de certo, a comunicação, uniformização e cooperação que existe por via do estabelecimento e implementação das provas comuns sendo esta, também, uma vantagem no domínio da operação conjunta que mais tarde, de certo, irá realizar.



Dito isto, em termos de adequabilidade do exposto à FAP, pode-se considerar que sendo a Força Aérea (FA) um ramo das Forças Armadas profissionalizado, o recrutamento de pessoas aptas a desempenhar futuras funções na organização é um desafio constante.

Nesse sentido foi possível identificar as actuais Provas de Aptidão Física como adequadas, pela experiência da sua correspondência às necessidades, embora nos pareça que nada obsta a que possam, nos casos identificados, serem comuns com as dos restantes ramos das FFAA.

Importa também, analisar no quadro do calendário de provas, que a uniformização seja conseguida. Para efeito, construiu-se uma tabela explicativa da calendarização atual (Tabela seguinte), que não foi fruto de exploração futura, servindo apenas de análise comparativa e exemplificativa do estado atual.

Tabela 11 – Calendário das Provas de Admissão aos ESSPUM

	JUNHO			JULHO				AGOSTO				SETEMBRO				
	6-12	13-19	20-26	27-03	04-10	11-17	18-24	25-31	1-7	8-14	15-21	22-28	29-04	5-11	12-18	19-25
MARINHA	1ª FASE ENTREGA DE DOCUMENTOS (02 MAI A 22 JUL)							PAFAMA (10 A 12 AGO) PAP/IM (17 A 26 AGO)				APTIDÃO MILITAR NAVAL (31 AGO A 16 SET) APTIDÃO PA VIDA NO MAR (17 A 25 SET)				
EXÉRCITO	PROVA DOCUMENTAL PRELIMINAR (27 JUN A 19 JUL)				PROVA DOCUMENTAL COMPLEMENTAR (ATÉ 09 AGO)				PAF/PLI/IM/PAP (18 A 31 AGO)				PAM (12 A 30 SET)			
FORÇA AÉREA	FASE DOCUMENTAL (15 JUN A 19 JUL)							PAF/PLI/PAP/IM/ESV (19 JUL A 02 SET)							PAM (12 A 19 SET)	
	PAF- PROVAS DE APTIDÃO FÍSICA			PLI- PROVAS DE LÍGUA INGLESA			PAP- PROVAS DE AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA			IM- INSPEÇÕES MÉDICAS			ESV- ESTÁGIO DE VOO			

Fonte: Autor (2017)



Tabela 12 – Tabela de Consensos do Grupo de Foco

QUESTÃO	CONSENSOS
As provas de avaliação da condição física na admissão atualmente respondem às necessidades da organização?	À parte de pequenas alterações em determinadas provas, as necessidades da organização são satisfeitas. Há necessidade de uniformizar as provas entre os EESPUM.
Que provas podem ser comuns na admissão aos EESPUM?	Flexões de braços na barra Salto em extensão Corrida 60 m Corrida 2400 m Túnel Natação
Quais são os parâmetros de avaliação de cada prova na admissão?	Ver tabela em Apêndice
Onde devem ser implementadas as provas comuns na admissão?	As provas são aplicadas em todos os EESPUM
Como devem ser geridos os avaliadores nas provas comuns na admissão?	Cada EESPUM terá a sua equipa interna de avaliadores
Quais devem ser os equipamentos associados às provas comuns na admissão?	Células fotovoltaicas e chips
Havendo uma componente comum e uma componente não comum, como se devem organizar as provas?	Dever-se-ão realizar as provas comuns em primeiro e depois as específicas
Como deve ser feito o registo e comunicação dos resultados entre os EESPUM?	Terá de haver um sistema integrado de gestão comum ou compatível entre os EESPUM
Que vantagens se podem tirar resultante da implementação de provas comuns na admissão?	Alinhamento Uniformização Comunicação Coordenação Poupança de tempo Gestão de RH Poupança de RM Cooperação
Como deve ser gerido o processo na admissão relativamente à Identidade característica de cada EESPUM?	O candidato presta provas no EESPUM da sua preferência e só depois, caso tenha concorrido, passa a outro

Fonte: Autor (2017)



3. Análise e Discussão de Resultados

Os resultados obtidos por via da definição do actual estado da arte e pelo subsequente processo de investigação, em função da delimitação do tema e da definição de objectivos, da questão central e de questões derivadas e hipóteses associadas, torna possível analisar e apresentar resultados, passíveis de serem debatidos e avaliados.

Como síntese do que já foi anteriormente referido e em relação á questão principal, sobre se é desejável e possível, a realização de provas comuns, de acordo com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente a todas ou algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM? poder-se-á responder o seguinte, em função das Perguntas Derivadas (PD) e hipóteses formuladas.

Á PD1 sobre se a Reforma 20/20 das FFAA e o Modelo de Governação Comum dos EESPUM, condicionam ou favorecem, no todo ou em parte, a uniformização formulada na questão principal? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H1: A Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA.

Esta H foi verificada na medida em a Reforma 20/20 discorre em larga medida sobre uma gestão eficiente dos RH e RM assente em mecanismos de cooperação entre as FFAA.

H2: Existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM.

A H2 foi verificada pelo compreendido no MGC relativamente aos seus objetivos visando a redução de encargos redundantes, por via de maior cooperação e uniformização.

H3: A cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC.

Esta H também foi verificada por estar previsto a possibilidade de serem criados protocolos entre as FFAA, para além das ações resultantes da CC.

Á PD2 sobre se é possível identificar um conjunto de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, de entre as provas físicas de aptidão, na admissão aos EESPUM? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H4: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza.

A H4 foi verificada por ter sido possível acordar entre os especialistas um conjunto de provas de aptidão física comuns, nomeadamente as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

H5: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critério e tabelas de avaliação uniformizados.



Esta H foi verificada dado que se definiu um conjunto critérios e tabelas de avaliação uniformizados para um conjunto de provas de aptidão física, nomeadamente as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

Á PD3 sobre se a realização de provas comuns, pode desde já, ser adotada e implementada? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H6: A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.

Esta H não foi verificada. Os especialistas foram consensuais na afirmação de que as provas devem ser realizadas nos três EESPUM, sendo que o candidato prestará provas naquela que for a sua escolha principal.

Á PD4 sobre se é possível a realização de provas físicas comuns e a adesão a um protocolo de cooperação nesse sentido, é adequável e vantajosa para a Força Aérea? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H7: É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns.

A H7 foi verificada tanto pelos especialistas, como pela análise que decorre do âmbito que cada prova envolve.

H8: É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.

Esta H8 foi verificada na medida em que se conseguiram elencar uma série de vantagens ao nível da poupança percebida em RH, em RM e tempo.

Estabelecidas as hipóteses e revistas as qualidades e as características das questões de investigação verifica-se a sua coerência com os objetivos da investigação e com o quadro teórico de referência.

O corpo conceptual concebido e desenvolvido não nos pareceu denotar fragilidades nem houve questões que não tivessem sido cabalmente respondidas.

A interpretação dos resultados, demonstra que se torna desejável senão mesmo recomendável á luz dos dispositivos normativos, caminhar no sentido da realização de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM, a saber; as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

Entende-se que tal objectivo não interfere com a identidade de cada ramo das FFAA e é suscetível de proporcionar uma racionalização mais eficiente e económica de recursos humanos e materiais.



Não foi possível a comparação dos resultados obtidos, com anteriores estudos, por não terem sido encontrado nenhum que tratasse especificamente este tema ou as questões abordadas.

Por outro lado, considera-se prudente a não generalização dos resultados a todas as provas de aptidão física de admissão ou mesmo às de avaliação periódica ou ainda a outras populações ou contextos, antes de uma comprovada eficiência das provas comuns propostas.

Embora se tivesse procurado adotar um pensamento crítico ao longo de todo percurso de investigação e de empregar uma escrita objetiva e clara, a verdade é que se reconhece as limitações intrínsecas às próprias evidências, argumentos e conclusões.

Acrescem, porém, outras limitações extrínsecas, com impacto indireto no desenvolvimento de uma análise mais abrangente do tema deste TII, como as que, de seguida, se enunciam.

(1) A circunstância de não ter sido possível obter dados, por amostragem, suficientemente elucidativos, da evolução do Militar, ao longo da sua carreira desde a admissão às avaliações periódicas passando pelo trino físico inicial ou de manutenção.

(2) A impossibilidade de obter em tempo útil elementos estatísticos sobre elementos estatísticos relacionados com a aptidão ou inaptidão de provas na admissão aos EESPUM, a comparação de classificações na preparação física nos EESPUM e a avaliação de desempenho nas avaliações periódicas com realce para a percentagem de treino condicionado ocorrida.

(3) A dificuldade de obter elementos fiáveis e completos sobre a realização de provas físicas, no âmbito dos países da Aliança Atlântica e por oposição dos países do Pacto de Varsóvia, que permitissem identificar diferenças e similitudes.

(4) Não foi possível, como seria desejável, enquadrar a matriz das actuais provas físicas e correspondentes critérios de avaliação bem como da filosofia e metodologia de treino físico militar, com as recomendações e recentes descobertas científicas neste domínio.

As limitações referenciadas constituem, *de per si*, uma abertura para novas pesquisas, relacionadas ainda com a Condição Física Militar, objecto deste, como outros TII's que o precederam.

Sem embargo de se reconhecerem as limitações referidas, entende-se que o presente TII tem alguns pontos fortes e nesse sentido contribui para o conhecimento, dentre os quais merece realce o contributo para um mais aprofundado conhecimento, das similitudes e discrepâncias, entre os ramos das FFAA, nos domínios da aptidão, manutenção e avaliação da condição física por um lado, a propositura de um conjunto de provas comuns de aptidão



física por outro e por fim a identificação de um conjunto de áreas que merecem continuada investigação e em relação às quais se procurou fornecer pistas.



Conclusões

Adotou-se como estratégia de investigação, a metodologia mista que permite ainda a inclusão de diferentes técnicas e tipos de recolha de dados.

Dentre os diferentes tipos de desenhos de pesquisa experimental optou-se pelo estudo do caso segundo um raciocínio hipotético-dedutivo permitindo que o Autor efetue um percurso dos dados para a teoria como da teoria aos dados.

Seguiu-se uma investigação aplicada através de investigações preliminares e outras subsequentes decorrentes do processo de investigação, especialmente baseadas em trabalhos de investigação relacionados com o tema, mas também em entrevistas exploratórias semiestruturadas com especialistas da área, entre outras fontes primárias e secundárias.

Com base na estrutura teórica-conceptual, associada ao objectivo e inferida no percurso da investigação, foi adotado o modelo de análise, assente em hipóteses, remetendo para um nível secundário os conceitos, sem embargo de ter sido elaborado um glossário concetual sob a forma de apêndice.

A abrangência do tema, comportou a avaliação e análise da Condição Física em relação á aptidão física, ao treino Físico Militar (inicial, continuado e de recuperação), á manutenção Condição física e á sua avaliação periódica, de forma comparativa entre os três ramos das FFAA, mas em especial na FAP, sobretudo através de Tabelas comparativas e explicativas, de fácil compreensão e análise.

Decorrente da pesquisa de base documental e das entrevistas efectuadas, tornou-se possível delimitar o tema, em três domínios distintos, a delimitação temporal (focada na atualidade), a delimitação espacial (aos três ramos das FFAA e em espacial da FAP) e a delimitação de conteúdo (Provas de Aptidão Física no ingresso aos EESPUM).

Como formulação do problema da investigação, definiu-se como pergunta de partida correspondente á questão seguinte:

É desejável e possível, a realização de provas comuns, de acordo com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente a todas ou algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM?

A resposta a esta questão de investigação, constituiu o objectivo geral desta investigação, que orientou o tipo de estudo a efetuar, as variáveis em equação e as hipóteses formuladas.



Tabela 13 – Tabela Metodológica

Pergunta de Partida	Pergunta Derivada	Hipótese
PP: É desejável e possível, a realização de provas comuns, de acordo com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente a todas ou algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM?	PD1: A Reforma 2020 das FFAA e o Modelo de Governação Comum dos EESPUM, condicionam ou favorecem, no todo ou em parte, a uniformização formulada na questão principal?	H1: A Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA.
		H2: Existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM.
		H3: A cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC.
	PD2: É possível identificar um conjunto de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, de entre as provas físicas de aptidão, na admissão aos EESPUM'?	H4: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza.
		H5: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critério e tabelas de avaliação uniformizados.
	PD3: A realização de provas comuns, pode desde já ser adotada e implementada?	H6: A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.
	PD4: A realização de provas físicas comuns e adesão a um protocolo de cooperação nesse sentido, é adequável e vantajosa para a Força Aérea	H7: É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns.
		H8: É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.

Fonte: Autor (2017)

Associada á questão principal e ás questões derivadas, foram elaboradas hipóteses, dimensões, e variáveis.



Tabela 14 – Tabela de Hipóteses, Dimensões e Variáveis

Hipótese	Dimensões	Variáveis
H1: A Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA.	Cooperação	RH
		RM
H2: Existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM.	Gestão	Encargos redundantes
H3: A cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC.	Organização	Protocolo
		Comissão Coordenadora
H4: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza.	Aptidão Física	Provas
H5: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critério e tabelas de avaliação uniformizados.	Avaliação	Critérios
		Tabelas
H6: A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.	Implementação	Local
		RH
		RM
H7: É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns.	Qualidades físicas	Desempenho Físico
H8: É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.	Recursos	RH
		RM
		Tempo

Fonte: Autor (2017)

À PD1 sobre se a Reforma 20/20 das FFAA e o Modelo de Governação Comum dos EESPUM, condicionam ou favorecem, no todo ou em parte, a uniformização formulada na questão principal? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H1: A Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA.

Esta H foi verificada na medida em a Reforma 20/20 discorre em larga medida sobre uma gestão eficiente dos RH e RM assente em mecanismos de cooperação entre as FFAA.

H2: Existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM.

A H2 foi verificada pelo compreendido no MGC relativamente aos seus objetivos visando a redução de encargos redundantes, por via de maior cooperação e uniformização.

H3: A cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC.

Esta H também foi verificada por estar previsto a possibilidade de serem criados protocolos entre as FFAA, para além das ações resultantes da CC.

À PD2 sobre se é possível identificar um conjunto de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, de entre as provas físicas de aptidão, na admissão aos EESPUM? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:



H4: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza.

A H4 foi verificada por ter sido possível acordar entre os especialistas um conjunto de provas de aptidão física comuns, nomeadamente as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

H5: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critério e tabelas de avaliação uniformizados.

Esta H foi verificada dado que se definiu um conjunto critérios e tabelas de avaliação uniformizados para um conjunto de provas de aptidão física, nomeadamente as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

Á PD3 sobre se é possível identificar um conjunto de provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, de entre as provas físicas de aptidão, na admissão aos EESPUM? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H6: A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.

Esta H não foi verificada. Os especialistas foram consensuais na afirmação de que as provas devem ser realizadas nos três EESPUM, sendo que o candidato prestará provas naquela que for a sua escolha principal.

Á PD4 sobre se é possível a realização de provas físicas comuns e a adesão a um protocolo de cooperação nesse sentido, é adequável e vantajosa para a Força Aérea? o comportamento das hipóteses associadas, revelaram os seguintes indicadores:

H7: É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns.

A H7 foi verificada, tanto pelos especialistas como pela sua análise, que se é possível

H8: É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.

Esta H8 foi verificada na medida em que se conseguiram elencar uma série de vantagens ao nível da poupança percebida em RH, em RM e tempo.



Em suma, poder-se-á sintetizar pela forma seguinte

Tabela 15 – Tabela de Verificação de Hipóteses

Hipótese	Verificação
H:1 A Reforma 2020 promove a cooperação e uniformização entre as FFAA.	Verificada
H2: Existem mecanismos de uniformização no âmbito do MGC dos EESPUM.	Verificada
H3: A cooperação pode verificar-se por via de protocolo ou por via da plataforma prevista no MGC.	Verificada
H4: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física da mesma natureza.	Verificada
H5: É possível realizar um conjunto de provas de aptidão física com critérios e tabelas de avaliação uniformizados.	Verificada
H6: A realização das provas pode ser implementada num lugar determinado com RH e RM comuns.	Não verificada
H7: É adequável para a FAP a realização de provas de aptidão física comuns.	Verificada
H8: É vantajoso para a FAP a adesão a um protocolo de provas de aptidão física comum entre os EESPUM.	Verificada

Fonte: Autor (2017)

Estabelecidas as hipóteses e revistas as qualidades e as características das questões de investigação e verificou-se a sua coerência com os objetivos da investigação e com o quadro teórico de referência.

Embora se tivesse procurado adotar um pensamento crítico ao longo de todo percurso de investigação e de empregar uma escrita objetiva e clara, a verdade é que se reconhece as limitações intrínsecas às próprias evidências, argumentos e conclusões.

Não foi possível a comparação dos resultados obtidos, com anteriores estudos, por não terem sido encontrado nenhum que se debruçasse especificamente este tema ou as questões abordadas.

Por essa razão se optou por um estudo detalhado e comparativos de dados e outros elementos de análise entre os três ramos das FFAA, relativamente às condições e



procedimentos de concurso para admissão aos EESPUM mas também, dos oficiais em regime de contrato e dos praças das força aérea.

De igual modo e no mesmo sentido foi analisado o contexto do treino físico militar e das avaliações periódicas de todos os Ramos das FFAA e me relação á FAP em particular ainda no que concerne ás provas físicas específicas dos pilotos e pessoal navegante, dos OPSAS e Polícia Aérea.

Devem ser referidas outras limitações extrínsecas, que tiveram impacto indireto no desenvolvimento de o tema deste TII, como as que, de seguida, se enunciam.

(1) A circunstância de não ter sido possível obter dados, por amostragem, suficientemente elucidativos, da evolução do Militar, ao longo da sua carreira desde a admissão ás avaliações periódicas passando pelo trino físico inicial ou de manutenção.

(2) A impossibilidade de obter em tempo útil elementos estatísticos sobre elementos estatísticos relacionados com a aptidão ou inaptidão de provas na admissão aos ESSPUM, a comparação de classificações na preparação física nos ESSPUM e a avaliação de desempenho nas avaliações periódicas com realce para a percentagem de treino condicionado ocorrida.

(3) A dificuldade de obter elementos fiáveis e completos sobre a realização de provas físicas, no âmbito dos países da Aliança Atlântica e por oposição dos países do Pacto de Varsóvia, que permitissem identificar diferenças e similitudes.

(4) Não foi possível, como seria desejável, enquadrar a matriz das actuais provas físicas e correspondentes critérios de avaliação bem como da filosofia e metodologia de treino físico militar, com as recomendações e recentes descobertas científicas neste domínio.

As limitações referenciadas constituem, de per si, uma abertura para novas pesquisas, relacionadas ainda com a Condição Física Militar, objecto deste, como outros TII's que o precederam.

Sem embargo de se reconhecerem as limitações referidas, entende-se que o presente TII tem alguns pontos fortes e nesse sentido contribui para o conhecimento, dentre os quais merece realce o contributo para um mais aprofundado conhecimento, das similitudes e discrepâncias, entre os ramos das FFAA, nos domínios da aptidão, manutenção e avaliação da condição física por um lado, a propositura de um conjunto de provas comuns de aptidão física por outro e por fim a identificação de um conjunto de áreas que merecem continuada investigação e em relação ás quais se procurou fornecer pistas.



Como recomendação e decorrente da interpretação dos resultados é desejável que á luz dos dispositivos normativos, caminhar no sentido da realização de algumas provas comuns, com critérios e tabelas de avaliação uniformes, relativamente algumas das provas de aptidão física, na admissão aos EESPUM, a saber; as flexões na barra, o salto em extensão, a corrida de 60m e a corrida dos 2400m.

Não parece que exista qualquer desvantagem significativa em relação á identidade de cada ramo das FFAA, sendo certo que tal conclusão, proporcionará uma racionalização mais eficiente e económica de recursos humanos e materiais nos termos pretendidos pela Reforma 20/20 e pelo Modelo de Governação Comum.

O corpo conceptual concebido e desenvolvido não nos pareceu denotar fragilidades nem houve questões principais ou derivadas, que não tivessem sido cabalmente respondidas.

Uma nota final para sublinhar que a ética deste trabalho de investigação científica, pugnou pela dignidade da pessoa humana, pelo progresso e valorização do conhecimento, pela qualidade e originalidade da investigação, pela verdade científica e pela liberdade de investigação, como decorre do Manual de Orientações Metodológicas do IUM

No mesmo sentido procurou-se sempre que exigido, identificar corretamente a citação e referenciação das fontes onde foi recolhida a informação utilizada, de modo a não incorrer numa situação de plágio, protegido legalmente pelas disposições constantes da Lei 45/85, de 17 setembro, designadamente no seu Art. 76º, que se estabelece a proteção das criações intelectuais no domínio literário, científico e artístico, e se pune a prática de plágio.



Bibliografia

- Academia da Força Aérea, 2016. *Curso para Admissão ao Curso de Mestrado em Aeronáutica Militar – Ano Letivo 2016/2017*. (Aviso n.º 7470/2016, D.R. n.º 113, Série II de 15 de junho). Lisboa: Diário da República.
- Academia da Força Aérea, 2017. *Curso para Admissão ao Curso de Mestrado em Aeronáutica Militar – Ano Letivo 2017/2018*. (Aviso n.º 5787/2017, D.R. n.º 100, Série II de 24 de maio). Lisboa: Diário da República.
- Almeida, C., 2016. *Entrevista Exploratória sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (28 novembro 2016).
- Almeida, C., 2017. *Entrevista em grupo de foco sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea no Âmbito da Uniformização de Provas entre os EESPUM*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (08 março 2017).
- Alvares, D., 2016. *Entrevista Exploratória sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (02 dezembro 2016).
- Azevedo, M., 2011. *Teses, Relatórios e Trabalhos Escolares: Sugestões para Estruturação Escrita*. 8ª ed. Lisboa: Universidade Católica.
- Barreira, J., 2013. *Os Modelos de Ensino Superior Militar de Portugal e Espanha*. Trabalho de Investigação do CEM 2012-2013. Lisboa: IESM.
- Belchior, F., 2015. *Impacto da Aptidão Física na Aptidão Profissional num Grupo Operacional de Polícias de Elite*. Dissertação de Mestrado Integrado em Ciências Policiais. Lisboa: ISCPSI.
- Branco, P., 2008. *Validação de uma Bateria de Provas de Seleção de Candidatos à Classe de Praças da Força Aérea*. Tese de Mestrado em Psicologia Aplicada. Lisboa: ISPA
- Bryman, A., 2012. *Social Research Methods*. 3ª ed. Nova Iorque: Oxford.
- Carvalho, C., 2011. *Caracterização e Prevenção de Lesões Decorrentes de Actividade Física nas Instituições de Ensino Superior Militar*. Trabalho de Investigação Aplicada da Academia Militar do Exército. Lisboa: Exército.
- Carvalho, M., 2017. *Entrevista em grupo de foco sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea no Âmbito da Uniformização de Provas entre os EESPUM*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (08 março 2017).
- Chefe de Estado Maior da Armada, 2002. *Provas de Aptidão Física: Estabelecimento de*



- Normas. Lisboa: s.n.
- Chefe de Estado Maior da Armada, 2015. *Classificação, Seleção e Ordenamento dos Candidatos ao Regime de Contrato (RC)*. s.l.: Marinha
- Chefe de Estado Maior da Força Aérea, 2010a. *Despacho n.º 10/2010 Inspeções médicas para a avaliação da aptidão física e psíquica do pessoal militar da Força Aérea*. Lisboa: Força Aérea.
- Chefe de Estado Maior da Força Aérea, 2010b. *Despacho n.º 32/2010 Actividade Desportiva do Pessoal Militar*. Lisboa: Força Aérea.
- Chefe de Estado Maior da Força Aérea, 2013a. *Diretiva n.º 01/2013 – Inspeções Médicas e Testes de Controlo da Condição Física*. Lisboa: Força Aérea.
- Chefe de Estado Maior da Força Aérea, 2013b. *Despacho n.º 21/2013 - Sistema de Preparação Física e Desportos da Força Aérea*. Lisboa: Força Aérea.
- Chefe de Estado Maior da Força Aérea, 2013c. *Despacho n.º 22/2013 Normas de Avaliação da Condição Física para Acesso às Diversas especialidades do Quadro Permanente e do Regime de Contrato da Força aérea*. Lisboa: Força Aérea.
- Chefe de Estado Maior do Exército, 2016. *Concurso de Admissão à Academia Militar para o Ano Letivo de 2016-2017 (Aviso n.º 8005/2016, D.R. n.º 121, Série II de 27 de junho)*. Lisboa: Diário da República.
- Chefe do Estado Maior do Exército Brasileiro, 2002. *Manual de Campanha: C 20- 20 Treinamento Físico Militar*. s.l.: Exército Brasileiro.
- Comando de Instrução do Exército, 2002. *Regulamento de educação Física do Exército*. Lisboa: Exército
- Comando de Pessoal da Força Aérea, 2016. *Concurso de Admissão ao Curso de Formação de Praças do Regime de Contrato da Força Aérea – 03/2016*. (Aviso n.º 10220/2016, D.R. n.º 158, Série II de 18 de agosto). Lisboa: Diário da República.
- Comando de Pessoal da Força Aérea, 2017. *Concurso de Admissão ao Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato da Força Aérea – 01/2017*. (Aviso n.º 2999/2017, D.R. n.º 58, Série II de 22 de março). Lisboa: Diário da República.
- Concelho de Ministros, 2014. *Lei Orgânica da Força Aérea* (D.L. 187/2014 de 29 de dezembro). Lisboa: Diário da República.
- Contramestre, J., 2003. *Percepções de Saúde e Aptidão Física de Estudantes Universitários de uma Instituição Militar*. Dissertação elaborada com vista à obtenção do Grau de Mestre na Especialidade de Educação Física. Lisboa: FMH.
- Correia, A., Mesquita, A., 2014. *Mestrados e Doutoramentos*. 2ª ed. Porto: Vida Económica.



- Department of the Air Force, 2007. *AFI 10-248 Air Force Fitness Program*. Washington, DC: Government Printing Office.
- Escola Naval, 2016. *Admissão de Cadetes na Marinha*. (Aviso n.º 7892/2016, D.R. n.º 120, Série II de 24 de junho). Lisboa: Diário da República.
- Escola Naval, 2016. *Concurso de Admissão de Cadetes da Marinha*. s.l.: Marinha
- Escola Naval, 2017. *Concurso de Admissão de Cadetes da Marinha*. s.l.: Marinha
- Estado Maior da Força Aérea, 2005. *MDINST-114-1 Manual de Treino Físico para Pessoal Navegante*. Lisboa: s.n.
- Ferreira, J., 2007. *A Transição para Oficial Superior na Força Aérea Portuguesa*. Trabalho de Investigação do CPOS 2006-2007. Lisboa: IESM.
- Ferreira, J., 2016. *Entrevista Exploratória sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (02 dezembro 2016).
- Fonseca, J., 2016. *Entrevista Exploratória sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (02 dezembro 2016).
- Gomes, D., 2014. *Testes de Aptidão Física do Processo de Recrutamento e Seleção dos Candidatos ao ISCPSP: Sensibilidade, Especificidade e Validade do Teste dos 60 Metros*. Dissertação de Mestrado Integrado em Ciências Policiais. Lisboa: ISCPSP.
- Gonçalves, E., 2008. *Prática de Exercício Físico do Pessoal do Quadro Permanente*. Curso de Promoção a Sargento-Chefe. Ota: CFMTFA.
- Gonçalves, L., 2012. *Avaliação da Aptidão Física dos Policiais Militares do CR-II, que Concorreram à Promoção de 05/Set/2012*. Monografia para bacharel em Segurança Pública. Várzea Grande: UEMG.
- Governo, 2013a. *Resolução do Conselho de Ministros n.º 26/2013: Reforma “Defesa 2020”*. (D.R. n.º 77, Série I de 19 de abril). Lisboa: Diário da República.
- Governo, 2013b. *Resolução do Conselho de Ministros n.º 19/2013: Conceito Estratégico de Defesa Nacional*. (D.R. n.º 67, Série I de 05 de abril). Lisboa: Diário da República.
- Inácio, T., 2017. *Entrevista em grupo de foco sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea no Âmbito da Uniformização de Provas entre os EESPUM*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (08 março 2017).
- Instituto de Estudos Superiores Militares, 2012. *Processo Ensino Aprendizagem*. Lisboa: IESM.
- Instituto de Estudos Superiores Militares, 2015a. *NEP / ACA - 010 Trabalhos de Investigação*. Lisboa: IESM.



- Instituto de Estudos Superiores Militares, 2015b. *NEP / ACA - 018 Regras de Apresentação e Referenciação para os Trabalhos Escritos a Realizar no IESM*. Lisboa: IESM.
- Instituto de Estudos Superiores Militares, 2015c. *Orientações metodológicas para a elaboração de trabalhos de investigação*. Lisboa: IESM.
- Instituto Universitário Militar, 2016. *Orientações Metodológicas para a Elaboração de Trabalhos de Investigação*. Lisboa: IUM.
- Lucena, R., 2017. *Entrevista em grupo de foco sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea no Âmbito da Uniformização de Provas entre os EESPUM*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (08 março 2017).
- Marques, J., 2009. *Criação de um Repositório Digital Institucional*. Trabalho de Investigação do CPOS 2008-2009. Lisboa: IESM.
- Mateus, P., 2014. *As Reformas da Defesa Nacional e a Identidade das Forças Armadas*. Trabalho de Investigação do CPOG 2013-2014. Lisboa: IESM.
- Mendes, F., 2017. *Entrevista em grupo de foco sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea no Âmbito da Uniformização de Provas entre os EESPUM*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (08 março 2017).
- Ministério da Defesa Nacional, 1999. *Altera o regime relativo às tabelas de inaptidão e incapacidade para as Forças Armadas*. (Portaria n.º 790/99. D.R. n.º 209, Série I de 7 de setembro). Lisboa: Diário da República.
- Ministério da Defesa Nacional, 2011. *Diretiva Ministerial Orientadora do Ciclo de Planeamento de Defesa Militar*. Lisboa: MDN.
- Ministério da Defesa Nacional, 2013a. *Defesa 2020*. [Em Linha] Lisboa: MDN. Disponível em: <https://www.defesa.pt/Documents/livro%20defesa%202020.pdf>, [Acedido em 20 de dezembro de 2016].
- Ministério da Defesa Nacional, 2013b. *Linhas Gerais da Reforma Defesa 2020*. [Em Linha] Lisboa: MDN. Disponível em: <http://www.defesa.pt/Documents/Linhas%20Gerais%20da%20Reforma%20Defesa%202020.pdf>, [Acedido em 20 de dezembro de 2016].
- Ministério da Defesa Nacional, 2014a. *Conceito Estratégico Militar*. Lisboa: MDN.
- Ministério da Defesa Nacional, 2014b. *Regulamento da Academia da força Aérea*. (Portaria n.º 23/2014, D.R. n.º 22, Série I de 31 de janeiro). Lisboa: Diário da República.
- Ministério da Defesa Nacional, 2014c. *Regulamento da Academia Militar*. (Portaria n.º 22/2014, D.R. n.º 22, Série I de 31 de janeiro). Lisboa: Diário da República.



- Ministério da Defesa Nacional, 2014d. *Regulamento da Escola Naval*. (Portaria n.º 21/2014, D.R. n.º 22, Série I de 31 de janeiro). Lisboa: Diário da República.
- Ministério da Defesa Nacional, 2015a. *Comissão Especializada para o Processo de Recrutamento*. Lisboa: s.n.
- Ministério da Defesa Nacional, 2015c. *Estatuto do Militares das Forças Armadas*. (D.L. n.º 90/2015, D.R. n.º 104, Série I de 29 de maio). Lisboa: MDN.
- Ministérios da Defesa Nacional e da Administração Interna, 2014. *Portaria n.º 60/2014*. (D.R. n.º 18, Série II de 27 de janeiro). Lisboa: Diário da República.
- Moreira, M., 2016. *As Provas de Decisão na Seleção dos Quadros Permanentes nos Ramos das Forças Armadas*. Trabalho de Investigação Aplicada da Academia Militar do Exército. Lisboa: Exército.
- Morgado, J., 2012. *Imagem Corporal de Homens Militares*. Dissertação de Mestrado em Educação Física. Juiz de Fora: UFJF.
- North Atlantic Treaty Organization, 2013. *AAP-06 NATO Glossary of Terms and Definitions (English and French)*. [Em linha] Disponível em: <https://www.dtic.mil/doctrine/doctrine/other/aap6.pdf> [Acedido em 20 Dez. 2016].
- Oliveira, M., 2009. *Massa corporal e aptidão física dos militares da Marinha Portuguesa: Distribuição e tendências segundo os indicadores, prevalência e possíveis consequências do excesso de peso*. Mestrado em Saúde Pública. UNL: ENSP
- Parrulas, J., 2012. *A Condição Física nos Corpos de Bombeiros. Fator Determinante da Eficácia no Combate aos Incêndios Florestais*. Dissertação de Mestrado em Riscos e Proteção Civil. Lisboa: ISEC.
- Pedro, J., 2004. *Gestão da Educação Física Militar: Sua Importância para o Militar do Exército*. Trabalho Individual de Longa Duração do IAEM 2002-2004. Lisboa: IAEM.
- Pereira, É., Teixeira, C., 2007. *Proposta de Valores Normativos para Avaliação da Aptidão Física em Militares da Aeronáutica*. Dissertação em Educação Física. Santa Maria: UFSM.
- Pimenta, F., 2002. *Desenvolvimento de um Programa de Actividade Física e sua Influência na Aptidão Física dos Idosos*. Tese Mestrado. Porto: UP.
- Pinto, M., 2013. *Treino Físico no Aprontamento para uma FND (Força Nacional Destacada)*. Trabalho de Investigação Aplicada da Academia Militar do Exército. Lisboa: Exército.



- Preto, B., 2012. *Validação de uma Bateria de Provas de Selecção de Candidatos à Classe de Praças da Força Aérea*. Trabalho de Investigação Aplicada da Academia Militar do Exército. Lisboa: Exército.
- Rosa, C., 2009. *A Prática de Exercício Físico dos Militares na situação de reserva da Força Aérea*. Trabalho de Investigação do CPOS 2008-2009. Lisboa: IESM.
- Sarmiento, M., 2013. *Guia Prático sobre a Metodologia Científica para Elaboração, Escrita e Apresentação de Teses de Doutoramento, Dissertações de Mestrado e Trabalhos de Investigação Aplicada*. 3ª ed. Lisboa: Universidade Lusíada.
- Silva, P., 2012. *A Caracterização do Programa de Treino Físico no Currículo dos Quatro Anos da Academia Militar*. Trabalho de Investigação Aplicada da Academia Militar do Exército. Lisboa: Exército.
- Silva, S., 2016. *Entrevista Exploratória sobre as Provas de Avaliação da Condição Física na Força Aérea*. Entrevistado por Francisco Peres. [Entrevista] (28 novembro 2016).
- Silveira, J., 2015. *A Carreira Militar. Da Especificidade Funcional à Conceção Normativa e gestonária*. Trabalho de Investigação do CEM 2014-2015. Lisboa: IESM.
- Silveira, S., 2013. *Criação do Campus de saúde Militar: Um Projeto para o Futuro*. Trabalho de Investigação do CPOG 2012-2013. Lisboa: IESM.
- Superintendência do Pessoal, 2016. *Concurso de Admissão de Voluntários para Prestação de Serviço em Regime de Contrato na Categoria de Praças*. (Aviso n.º 2365/2016, D.R. n.º 39, Série II de 25 de fevereiro). Lisboa: Diário da República.
- Umberto, E., 2015. *Como Si Fa Una Tese Di Laurea*. 19ª ed. Lisboa: Editorial Presença.
- Vretaros, A., 2016. *Condicionamento Físico para Forças Militares*. Pulse, [Em Linha]. Disponível em: <https://www.linkedin.com/pulse/condicionamento-f%C3%ADsico-para-forças-militares-adriano-vretaros>. [Acedido em 03 de março de 2017].



Apêndice A — Glossário conceptual

Este glossário conceptual foi criado com base em conceitos discriminados no REFE, 2002 do Exército Português.

Aptidão

Disposição natural, reveladora de um genótipo, que favorece a aquisição de uma dada tarefa intelectual ou motora. A capacidade, se bem que condicionada pela aptidão, depende das condições de aquisição e da influência do meio (capacidade = aptidão + aquisição).

Aptidão Física

No contexto militar, abrange um conjunto de qualidades físicas, psicológicas e culturais, que têm por base a prática de exercício físico, e que se assumem como indispensáveis ao desempenho das missões confiadas ao militar (REFE, 2002).

Avaliação

Conjunto de atividades que visam assegurar que da prática das atividades físicas não resultam em perigo para a saúde dos praticantes, verificar se com a aplicação dos programas se atingem os níveis de exigências fixados, certificar que todas as atividades se desenvolvem na via da prossecução dos objetivos definidos, investigar os desajustamentos, definir responsabilidades e introduzir os elementos corretores, e finalmente, possibilitar que os militares se certifiquem dos seus progressos.

Condição Física

Estado que permite suportar facilmente um esforço. O conceito de condição física intercepta o de saúde, mas não se lhe sobrepõe. O fisiologista mede a condição física de um indivíduo, através de testes cardiovasculares (Ruffier-Dickson e outros), dando-lhe assim uma definição operatória. Porém, a condição física compreende também elementos psicológicos que, neste caso, não são considerados. Os anglo-saxões dispõem do termo “physical fitness”, frequentemente traduzido por condição física.

Preparação Física

Conjunto organizado e hierarquizado de procedimentos de treino, tendo em vista o desenvolvimento e a utilização das capacidades motoras do atleta.

Provas de Aptidão Física (PAF)

Conjunto de testes e provas de controlo

Qualidades físicas (Capacidades Motoras)

Conjunto de qualidades, capacidades e características individuais sobre as quais assenta a “performance” física. Podem dividir-se em dois grandes grupos. As capacidades



condicionais (força, resistência, velocidade e flexibilidade) que fazem apelo, predominantemente, à condição física e que dependem, sobretudo, dos processos de produção energética, e as capacidades

coordenativas que apelam à coordenação (destreza, habilidade) e que estão estreitamente ligadas ao sistema nervoso. Todas estas qualidades (capacidades) estão em interdependência recíproca. Tal classificação não é mais do que uma das muitas

Teste

Prova específica (energética, psicológica, cognitiva, etc.), estandardizada (tarefa idêntica para todos os sujeitos examinados) medindo uma determinada capacidade. Todo o teste deve ser acessível (sem protocolo complicado), válido (deve medir exatamente aquilo para que foi criado) e fiável (resultado idêntico, independentemente do avaliador).

Treino Físico

Processo que visa desenvolver as capacidades de trabalho do organismo, provocando modificações fisiológicas e funcionais que diferenciam um indivíduo treinado, quando em confronto com outro não treinado;



Apêndice B — Calendários de admissão aos EESPUM

	JUNHO			JULHO			AGOSTO			SETEMBRO						
	6-12	13-19	20-26	27-03	04-10	11-17	18-24	25-31	1-7	8-14	15-21	22-28	29-04	5-11	12-18	19-25
MARINHA	1ª FASE ENTREGA DE DOCUMENTOS (02 MAI A 22 JUL)															
EXÉRCITO	PROVA DOCUMENTAL PRELIMINAR (27 JUN A 19 JUL)															
FORÇA AÉREA	FASE DOCUMENTAL (15 JUN A 19 JUL)															
	PAF- PROVAS DE APTIDÃO FÍSICA			PLI- PROVAS DE LÍGUA INGLESA			PAP- PROVAS DE AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA			IM- INSPEÇÕES MÉDICAS			ESV- ESTÁGIO DE VOO			
	PAF- PROVAS DE APTIDÃO FÍSICA			PROVA DOCUMENTAL COMPLEMENTAR (ATÉ 09 AGO)			PAF/PLI/IM/PAP (18 A 31 AGO)			PAF/PLI/PAP/IM/ESV (19 JUL A 02 SET)			PAM (12 A 19 SET)			
	PAF/PLI/IM/PAP (17 A 26 AGO)			PAFAMA (10 A 12 AGO) PAP/IM (17 A 26 AGO)			APTIDÃO MILITAR NAVAL (31 AGO A 16 SET) APTIDÃO PA VIDA NO MAR (17 A 25 SET)			PAM (12 A 30 SET)						