

# A FORMAÇÃO EM PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS NOS AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL

---

**JOSÉ AUGUSTO MARCOS ASSUNÇÃO**

Provas para a obtenção do grau de Mestre em Riscos e Proteção Civil

Novembro de 2022

ISEC LISBOA | INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS

Prova para a obtenção do grau de Mestre em Riscos e Proteção Civil

**A FORMAÇÃO EM PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS NOS AGENTES  
DE PROTEÇÃO CIVIL**

Autor: José Augusto Marcos Assunção

Orientador: Professor Doutor Manuel João Ribeiro

Coorientador: Professor Bruno Vaz

Novembro de 2022

## **AGRADECIMENTOS**

O presente Trabalho Final de Mestrado resulta de um empenho conjunto de várias pessoas com vista a melhorar a formação e por consequência as condições de trabalho dos Agentes de Proteção Civil, que servem o Cidadão! Sem o seu contributo este trabalho não teria a mesma sustentação, não teria o mesmo significado e não teria dado o mesmo prazer na sua elaboração.

Agradeço ao meu orientador, Professor Doutor Manuel João Ribeiro e ao meu coorientador, Professor Bruno Vaz, por todo o apoio técnico e motivacional que souberam transmitir, pelo espírito crítico natural e pela partilha de conhecimento.

À Coordenadora de Curso, Professora Doutora Ana Oliveira, pela forma entusiástica como apoiou este projeto desde o primeiro instante, por toda a diligência na obtenção de recursos para a investigação e pelo seu profissionalismo de referência.

A todos os Agentes de Proteção Civil que preencheram de forma voluntária o questionário e às respetivas cadeias de comando que possibilitaram a divulgação do mesmo. Constituíram-se um alicerce essencial para a elaboração e sustentação deste estudo.

Ao meu Pai, meu mentor, por estar sempre presente na minha vida, nas minhas boas decisões, por me motivar e desafiar a dar sempre um pouco melhor e assim superar-me uma e outra vez.

À Leonor, minha namorada e companheira, pelo apoio e paciência que teve ao acompanhar-me nesta jornada. Quando nada parecia querer ajudar, transmitiu-me calma, serenidade e clareza de espírito por forma a levar o barco a bom porto. No final fomos granjeados por mais uma vitória conjunta e uma relação ainda mais forte. As “pestanas queimadas” não serão esquecidas.

Agradeço a todos que fizeram parte do meu percurso no ISEC Lisboa, professores e colegas. Foi para mim um período de descoberta de conhecimento e uma oportunidade para edificar relações interpessoais, traduzindo-se em enriquecimento pessoal.

A todos vós, muito OBRIGADO!

José Assunção

## **RESUMO**

Os Agentes de Proteção Civil (Corpos de Bombeiros, Forças de Segurança, Forças Armadas, Autoridade Marítima Nacional, Autoridade Nacional da Aviação Civil, INEM e Sapadores Florestais) dedicam o seu serviço ao cidadão, estando a sua atuação frequentemente relacionada com situações de catástrofe e/ou acidentes graves. Estes eventos são potencialmente traumáticos, pelo que se espera que os operacionais que neles intervêm estejam preparados adequadamente para tal.

Este trabalho foca-se no primeiro socorro prestado à vítima, particularmente no socorro psicológico. Numa primeira fase é feita uma descrição de como os Agentes de Proteção Civil atuam junto à população, de como os Primeiros Socorros Psicológicos são necessários para a não obtenção de traumas psicológicos.

Com base na análise de referenciais de formação e de 1255 inquéritos respondidos por Agentes de Proteção Civil é evidenciada a falta de preparação para a sua providência, que pode ter como resultados um pior serviço prestado à população e ter efeitos negativos na saúde mental dos operacionais envolvidos.

A partir dos dados obtidos é feita uma proposta de formação, comum a todos os Agentes de Proteção Civil, com vista à preparação universal, à interoperabilidade e à otimização de recursos para a sua garantia.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Primeiros Socorros Psicológicos, Agentes de Proteção Civil, formação, saúde mental, serviço ao cidadão.

## **ABSTRACT**

*Civil Protection Agentes (Fire Brigades, Security Forces, Armed Forces, National Maritime Authority, National Civil Aviation Authority, INEM and forest sappers) dedicate their service to the citizen, and their action is frequently related to catastrophic situations and /or serious accidents. These events are potentially traumatic, so it is expected that the operators who intervene in them are prepared for that.*

*This work focuses on the first aid provided to the victim, particularly psychological help. In a first phase, a description is made of how Civil Protection Agents work with the population, of how Psychological First Aid is necessary to avoid psychological trauma.*

*Based on the analysis of training references and 1255 surveys answered by Civil Protection Agents, the lack of preparation for their action is highlighted, which can result in a worse service provided to the population and have negative effects on the mental health of those involved.*

*From the data obtained, a training proposal is made, common to all Civil Protection Agents, with a view to universal preparation, interoperability and the optimization of resources for its guarantee.*

## **KEYWORDS**

*Psychological First Aid, Civil Protection Agents, training, mental health, citizen service.*

# ÍNDICE

AGRADECIMENTOS.....	iii
RESUMO .....	iv
ABSTRACT .....	v
ÍNDICE DE FIGURAS .....	ix
ÍNDICE DE TABELAS .....	x
ÍNDICE DE ANEXOS .....	xii
SIGLAS E ABREVIATURAS .....	xiv
CAPÍTULO 1: INTRODUÇÃO AO ESTUDO .....	1
1.1. Âmbito.....	1
1.2. Problemática .....	1
1.3. Objetivos .....	3
1.4. Estrutura.....	4
1.5. Motivação.....	5
CAPÍTULO 2: ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	7
2.1. Os Riscos Psicossociais e o Trauma.....	7
2.2. Caracterização dos Agentes de Proteção Civil .....	10
2.2.1. Os Corpos de Bombeiros.....	11
2.2.2. As Forças de Segurança.....	13
2.2.3. As Forças Armadas .....	14
2.2.4. A Autoridade Marítima Nacional .....	17
2.2.5. A Autoridade Nacional da Aviação Civil .....	20
2.2.6. O INEM, I. P. e demais entidades públicas prestadoras de cuidados de saúde .....	20
2.2.7. Os Sapadores Florestais .....	22
2.2.8. A Cruz Vermelha Portuguesa .....	23
2.3. Caracterização dos Primeiros Socorros Psicológicos .....	24
2.3.1. O que é a emergência? .....	24
2.3.2. Quais são as efemérides da psicologia de intervenção na crise? .....	25
2.3.3. O que são os Primeiros Socorros Psicológicos? .....	27
2.3.4. O que são os 5 princípios de Hobfoll?.....	29

2.3.5. O que é apoio psicossocial? .....	33
2.3.6. Quem providencia apoio psicossocial? .....	34
2.3.7. Qual é a importância da formação?.....	34
2.3.8. O que são autocuidados?.....	35
2.3.8 Modelos de intervenção psicológica .....	40
2.3.8.1. Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts (1991) .....	42
2.3.8.2. Modelo SAFER-R de George S. Everly (2001).....	44
2.3.8.3. Modelo dos Primeiros Socorros Psicológicos de Brymer (2006) .	45
2.3.8.4. Modelo de Intervenção de Curbside Manner (2012) .....	52
2.3.8.5. Modelo de Tarefas de Myer, Lewis & James (2013).....	54
2.3.9. Modelos de formação/treino.....	56
CAPÍTULO 3: METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO .....	58
3.1. Modelo Analítico-Concetual .....	58
3.2. Análise Documental .....	59
3.3. Questionários .....	61
3.3.1. Construção do Questionário .....	61
3.3.2. Seleção da amostra .....	62
3.3.3. Metodologia utilizada .....	63
CAPÍTULO 4: RESULTADOS DA INVESTIGAÇÃO .....	64
4.1. Análise de referenciais de Formação nos Agentes de Proteção Civil .....	64
4.1.1. A formação de Bombeiro .....	64
4.1.2. A formação da Polícia de Segurança Pública .....	69
4.1.3. A formação da Guarda Nacional Republicana .....	70
4.1.4. A formação no Exército.....	72
4.1.5. A formação na Força Aérea.....	76
4.1.6. A formação na Marinha .....	80
4.1.7. As formações de socorrismo das Forças Armadas.....	81
4.1.8. A formação da Polícia Marítima.....	84
4.1.9. A formação de Nadador-Salvador.....	86
4.1.10. A formação certificada pelo INEM .....	88
4.1.11. A formação de Sapador Florestal.....	92

4.3. Análise dos Questionários.....	94
4.3.1. Caracterização Sociodemográfica.....	95
4.3.2. Respostas referentes ao tema.....	98
4.3.3. Conclusões da análise aos Questionários.....	108
4.4. Discussão de resultados.....	109
4.5. Proposta de formação.....	111
CAPÍTULO 5: CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES.....	115
5.1. Considerações finais.....	115
5.2. Conclusões.....	115
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	118
ANEXOS.....	125

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Zonas Marítimas.....	19
Figura 2 - 5 Princípios de Hobfoll .....	30
Figura 3 - Padrões de interrupção no funcionamento normal ao longo do tempo após perda interpessoal ou eventos potencialmente traumáticos .....	39
Figura 4 - Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts .....	42
Figura 5 - 8 fases dos Primeiros Socorros Psicológicos de Brymer .....	46
Figura 6 - Modelo conceptual .....	58
Figura 7 - Estrutura modular do Curso de Sapador Florestal .....	93
Figura 8 - Sexo dos questionados.....	95
Figura 9 - Idade dos questionados .....	95
Figura 10 - APC em que o questionado presta serviço .....	96
Figura 11 - Tempo de trabalho do questionado no APC.....	96
Figura 12 - Classificação de funções.....	97
Figura 13 - Se já ouviu falar em PSP.....	98
Figura 14 - Se já prestou PSP e a quem.....	99
Figura 15 - Quantas vezes prestou PSP .....	100
Figura 16 - Se considera estar apto a prestar PSP .....	101
Figura 17 – Se estar apto a prestar PSP a vítimas de eventos potencialmente traumáticos pode ter influência na saúde mental dos operacionais.....	102
Figura 18 - A importância de receber formação em PSP para apoio a vítimas de eventos potencialmente traumáticos .....	103
Figura 19 – Se recebeu formação em Primeiros Socorros Psicológicos e de que forma .....	104
Figura 20 – Se considera que a instituição disponibiliza uma adequada formação para a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos .....	105
Figura 21 – Como considera que a formação em Primeiros Socorros Psicológicos deve ser integrada.....	106
Figura 22 - Quanto tempo deve ser dedicado à formação em PSP .....	107

## ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Principais desastres ocorridos em Portugal nos últimos 75 anos.....	8
Tabela 2 - Principais riscos originários do ambiente laboral .....	10
Tabela 3 - Diferenças entre Debriefing e Defusing .....	26
Tabela 4 - Sintomas de stresse e burnout em contexto de autocuidados .....	38
Tabela 5 - Princípios comuns aos modelos de Intervenção Psicológica na Crise .	41
Tabela 6 - Fundamentos a utilizar em situação de crise.....	41
Tabela 7 - Tarefas de Myer, Lewis & James .....	56
Tabela 8 - Plano de Formação de PSP para Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho .....	57
Tabela 9 - Estrutura modular da formação para Bombeiro Profissional .....	67
Tabela 10 - Conteúdos da UFCD 5373 – Psicossociologia do trabalho.....	68
Tabela 11 - Conteúdos da UFCD 9899 – Primeiros socorros psicológicos.....	68
Tabela 12 - Estrutura modular da formação para Bombeiro Voluntário.....	69
Tabela 13 - Estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública.....	70
Tabela 14 - Estrutura modular do Curso de Formação de Guardas das Armas da Guarda Nacional Republicana .....	71
Tabela 15 - Objetivos do módulo A.3 Socorrismo da Formação Geral Comum de Praças do Exército .....	73
Tabela 16 - Estrutura modular do curso de Primeiros Socorros Psicológicos - Exército .....	76
Tabela 17 - Estrutura modular do Curso de Instrução Básica da Força Aérea .....	77
Tabela 18 - Estrutura modular da Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato - Força Aérea .....	78
Tabela 19 - Curso de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros .....	79
Tabela 20 - Formação Geral Comum do referencial do Curso de Formação de Praças Manobra.....	80
Tabela 21 - Estrutura modular do Curso de Socorrismo do Exército .....	82
Tabela 22 - Estrutura modular da Formação de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco .....	83

Tabela 23 - Estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima .....	85
Tabela 24 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador.....	86
Tabela 25 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador Coordenador .....	87
Tabela 26 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador Formador.....	87
Tabela 27 - Estrutura modular do Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte .....	89
Tabela 28 - Estrutura modular do Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro .....	91
Tabela 29 - Súmula das formações analisadas.....	110

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Questionário sobre a Formação em Primeiros Socorros Psicológicos nos Agentes de Proteção Civil .....	126
Anexo 2 Observações escritas no questionário por inquiridos.....	132
Anexo 3 Quatro Elementos Básicos dos Primeiros Socorros Psicológicos.....	144
Anexo 4 UFCD 9899 – Primeiros Socorros Psicológicos .....	147
Anexo 5 UFCD 9988 – Noções Básicas de Primeiros Socorros.....	150
Anexo 6 Exemplo de questionário de satisfação final relativa a formação em PSP .....	153
Anexo 7 Referencial de Formação Global de Bombeiro .....	155
Anexo 8 Despacho n.º 12715/2021, de 28 de dezembro, da Direção Nacional da Polícia de Segurança Pública – Frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública .....	164
Anexo 9 Estrutura modular do Curso de Formação de Guardas das Armas da Guarda Nacional Republicana .....	170
Anexo 10 Referencial de Curso – Exército – Formação Geral Comum de Praças do Exército .....	172
Anexo 11 Referencial de Curso – Exército – Primeiros Socorros Psicológicos.....	390
Anexo 12 Referencial de Curso – Força Aérea – Curso de Instrução Básica.....	463
Anexo 13 Referencial de Curso – Força Aérea – Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato.....	531
Anexo 14 Referencial de Curso – Força Aérea – Operador de Sistemas de Assistência e Socorros .....	582
Anexo 15 Referencial de Curso – Marinha – Curso de Formação de Praças Manobra .....	635
Anexo 16 Referencial de Curso – Forças Armadas – Socorrismo.....	951
Anexo 17 Referencial de Curso – Forças Armadas – Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco.....	1100
Anexo 18 Portaria n.º 44/2022 de 20 de janeiro – Estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima.....	1288

Anexo 19 Despacho n.º 03/2016 de 15 de fevereiro do ISN – Referenciais de Formação .....	1292
Anexo 20 Referencial de Curso – Tripulante de Ambulância de Transporte .....	1338
Anexo 21 Referencial de Curso – Sapador Florestal .....	1343

## SIGLAS E ABREVIATURAS

<b>AMN</b>	Autoridade Marítima Nacional
<b>ANEPC</b>	Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil
<b>APC</b>	Agentes de Proteção Civil
<b>CISD</b>	<i>Critical Incident Stress Debriefing</i>
<b>CISM</b>	<i>Critical Incident Stress Management</i>
<b>CPAE</b>	Centro de Psicologia Aplicada do Exército
<b>CVP</b>	Cruz Vermelha Portuguesa
<b>DAE</b>	Desfibrilador Automático Externo
<b>DUF</b>	Dias úteis de formação
<b>etc.</b>	<i>et cetera</i> – entre outras coisas
<b>FFAA</b>	Forças Armadas
<b>h</b>	Hora(s)
<b>IB</b>	Instrução Base
<b>IC</b>	Incidente Crítico
<b>INEM</b>	Instituto Nacional de Emergência Médica
<b>ISEC</b>	Instituto Superior de Educação e Ciências
<b>ISN</b>	Instituto de Socorro a Náufragos
<b>NAIP</b>	Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica
<b>OMS</b>	Organização Mundial de saúde
<b>OPP</b>	Ordem dos Psicólogos Portugueses
<b>PC</b>	Proteção Civil
<b>PSP</b>	Primeiros Socorros Psicológicos
<b>PSPT</b>	Perturbação de Stresse Pós-Traumático
<b>SAFER-R</b>	<i>Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping, Recovery or referral</i>
<b>SIEM</b>	Sistema Integrado de Emergência Médica
<b>SNS</b>	Sistema Nacional de Saúde
<b>SSLCI/OPG</b>	Sistemas de comunicações do Serviço de Salvamento e Luta Contra Incêndios / Operador Geral

**SSLCI/CE** Sistemas de comunicações do Serviço de Salvamento e Luta Contra Incêndios / Chefe de Equipa

**TEMPAR** Técnicas de Emergência Médica para Profissões de Alto Risco

**UFCD** Unidades de Formação de Curta Duração



# **CAPÍTULO 1: INTRODUÇÃO AO ESTUDO**

## **1.1. Âmbito**

O desempenho de funções dos Agentes de Proteção Civil (APC) muitas vezes está relacionado com eventos que podem acarretar lesões físicas e/ou psicológicas. Os operacionais deverão por isso estar aptos a assistir vítimas em ambos os vetores – físico e psicológico. Como seres humanos, os APC, têm também vulnerabilidades psicológicas, que podem ser diminuídas com uma boa preparação. Partindo deste pressuposto, importa saber qual é a preparação que estas entidades têm para lidar com eventos potencialmente traumáticos, especificamente na parte psicológica, saber se a preparação é adequada ao grau da necessidade, com o objetivo de apurar se é possível conduzir uma melhor preparação para o desempenho de funções no âmbito do socorro psicológico.

## **1.2. Problemática**

O n.º 1 do Artigo 1º da Lei de Bases da Proteção Civil define a Proteção Civil (PC) como “atividade desenvolvida pelo Estado, Regiões Autónomas e autarquias locais, pelos cidadãos e por todas as entidades públicas e privadas com a finalidade de prevenir riscos coletivos inerentes a situações de acidente grave ou catástrofe, de atenuar os seus efeitos e proteger e socorrer as pessoas e bens em perigo quando aquelas situações ocorram”. O emprego dos Agentes de Proteção Civil está, portanto, intimamente ligado com a ocorrência de acidentes graves ou catástrofes. Por sua vez, o socorro constitui-se um elemento essencial para quem trabalha, profissionalmente ou voluntariamente, nos APC. O nº 2 do mesmo artigo define que todos os órgãos e departamentos da Administração Pública têm o dever de promover as condições indispensáveis à atividade de proteção civil, de forma descentralizada, mas sem prejuízo para o apoio mútuo.

Ocupações que envolvam a ajuda frequente a pessoas em sofrimento, situações de crise, morte, dor ou perda, aliadas a muitas horas de trabalho, pouco descanso e falta de tempo para recuperar de eventos potencialmente traumáticos, podem originar problemas de saúde psicológica, muitas vezes subestimadas pelos próprios operacionais e pelas respetivas chefias (ANEPC e OPP 2021).

As catástrofes fazem parte da vida do planeta e afetam drasticamente a vida das pessoas pelas perdas sofridas e pelos traumas derivados (Aldwin 2007). Os danos psicológicos podem estender-se por toda a vida, criando condicionamentos e diminuindo o potencial das pessoas, quanto ao seu desenvolvimento e produtividade. O contacto com inúmeros eventos possibilitou a observação, análise e desenvolvimento de métodos de intervenção destinados a minorar ou eliminar o dano psicológico. O desconhecimento sobre os possíveis impactos psicológicos a longo prazo pode possibilitar a ausência de cuidados psicológicos, tendo efeitos nefastos para as vítimas dos acidentes graves ou catástrofes (Serra, et al. 2015).

Apesar de, como referido em cima, o emprego dos Agentes de Proteção Civil estar intimamente ligado com a ocorrência de acidentes graves ou catástrofes, a “emergência normal” também pode ser um evento potencialmente traumático (por exemplo, uma equipa de emergência médica que assiste uma criança em paragem cardiorrespiratória). Para estes casos também é importante que os profissionais tenham resiliência suficiente para lidar com um potencial evento traumático, quer pessoalmente, quer entre colegas e com as vítimas ou os seus familiares/amigos. Por outro lado, pegando no exemplo do uso das Forças Armadas enquanto APC, o seu emprego está mais intimamente ligado com a catástrofe ou crise. Pretende-se por isso neste trabalho manter uma visão holística, sem particularizar em demasia o emprego de um ou de outro Agente, promovendo assim a procura de uma solução que seja abrangente às várias entidades e às várias situações com que um operacional se pode deparar.

Importa assim aferir se estes operacionais dos APC – que são frequentemente prestadores de socorros – estão sensibilizados para a vertente psicológica deste apoio e se têm a formação necessária para apoiar psicologicamente a vítima e respetivos envolventes. Considera-se que esta preparação também pode ter efeitos positivos quanto à autoproteção, ou seja, a que os prestadores de auxílio sejam também mais resilientes em situações psicologicamente dramáticas.

Assim, surge a seguinte Questão de Partida: **A formação de base nos Agentes de Proteção Civil prepara os prestadores de auxílio a socorrer psicologicamente as vítimas de incidentes potencialmente traumáticos numa primeira intervenção?**

Para responder a esta questão, considera-se necessário analisar as seguintes hipóteses (H):

**H1:** Os Primeiros Socorros Psicológicos são importantes para a execução de tarefas relacionadas com a Proteção Civil.

Pretende-se, através desta hipótese, compreender o quão necessário é, durante a execução de trabalhos decorrentes de atividades de proteção civil, estar sensibilizado e preparado para socorrer psicologicamente uma vítima de um evento potencialmente traumático numa primeira instância.

**H2:** Os operacionais não estão bem preparados para prestar Primeiros Socorros Psicológicos a uma vítima de um evento potencialmente traumático.

É possível que existam lacunas na formação de base dos trabalhadores pertencentes aos APC, por inobservância de formação específica em PSP ou falta de atualização dos conteúdos programáticos.

**H3:** É possível adotar um modelo de formação comum adequado e exequível que contemple os Primeiros Socorros Psicológicos.

Com esta hipótese pretende-se apurar se é possível identificar um modelo de formação que possa ser comum aos diferentes APC, que seja adequado às necessidades de forma abrangente e, ao mesmo tempo, exequível, fazendo face aos recursos disponíveis.

### **1.3. Objetivos**

Pretende-se com este trabalho contribuir cientificamente para uma melhor formação em PSP no seio dos APC. Para isso, é essencial compreender as situações a que os trabalhadores dos APC estão expostos, provar que os PSP são essenciais para o desempenho das suas funções e analisar se a formação que é dada a estes prestadores é adequada.

Muitos são os relatos que ilustram a dificuldade dos operacionais em socorrer vítimas de eventos potencialmente traumáticos. Trata-se de situações que não raras vezes provocam o desenvolvimento de traumas psicológicos nos próprios prestadores de socorro (Comité Internacional da Cruz Vermelha 2018). É por isso, um objetivo, desenvolver um modelo de formação que tenha benefícios para quem é socorrido e para quem socorra, por inerência.

Existem várias notícias de imprensa que reportam acontecimentos potencialmente traumáticos, como os bombeiros que estiveram nos incêndios de Pedrógão Grande, que viram famílias carbonizadas e tiveram de apoiar em primeira instância os sobreviventes, ao mesmo tempo que eles próprios lidam com a carga emocional que essas imagens trazem (Carriço e Antunes 2017). Outro exemplo são as grandes cheias que ocorreram na Madeira em 2010. Vitimaram mortalmente 51 pessoas, feriram 250 e desalojaram 600, havendo ainda 5 corpos por descobrir (Caires 2020). Houve pessoas a serem arrastadas pelas correntes, outras ficaram presas nos carros, outras foram soterradas e várias sofreram de hipotermia. Por toda a ilha houve estradas cortadas, impedindo as pessoas de encontrar e/ou apoiar os seus familiares, bem como aceder a bens de primeira necessidade (Mariano e Pereira 2010). “Houve quem visse a família morrer e quem demorasse horas a encontrar filhos, pais e amigos. A cidade paralisou e as comunicações foram cortadas por algum tempo” (Bernardes 2010).

É possível imaginar a violência destes eventos catastróficos e a carga psicológica associada. É por isso importante que os profissionais que assistem as populações nestas circunstâncias estejam preparados para serem uma base sólida que apoia a comunidade, estando psicologicamente preparados para lidar com as situações mais difíceis e mesmo assim apoiarem psicologicamente a população, ao mesmo tempo que desenvolvem uma ampla panóplia de outras atividades específicas, contribuindo para que os danos a longo prazo sejam tão reduzidos quanto possível.

#### **1.4. Estrutura**

O presente trabalho divide-se nos seguintes cinco capítulos.

No capítulo 1 e atual, é definido o âmbito da investigação, qual o problema identificado e ao qual se quer dar uma resposta, os objetivos da investigação e a estrutura do trabalho, do qual este parágrafo faz parte. Pretende-se dar ao leitor uma perspetiva da temática, dos objetivos e das fases de que esta investigação foi alvo.

O segundo capítulo incide sobre o enquadramento teórico e tem por objetivo estabelecer uma base conceptual e uma linguagem comum para uma comunicação mais eficiente. São apresentados conceitos relacionados com a Psicologia e com a atividade

laboral dos APC. São ainda apresentados modelos de formação e modelos de intervenção psicossocial em catástrofes ou acidentes graves.

No capítulo 3 pretende-se contextualizar e definir a metodologia adotada na investigação, sendo esta dividida em duas fases. Uma primeira relacionada com a análise de documentos enquadrantes da formação ministrada nos diferentes APC. Uma segunda fase que incide na aplicação de um questionário aos vários profissionais e voluntários que desempenham funções neste âmbito. É neste capítulo que se fundamenta o questionário e se caracteriza e justifica o universo dos intervenientes que a ele responderam.

No capítulo 4 são expostos os resultados do proposto na alínea supra, ou seja, são apresentados os resultados apurados da análise dos documentos de formação e da análise dos questionários.

Por último, no capítulo 5 sistematizam-se e explicam-se algumas das afirmações feitas ao longo do trabalho, bem como são propostas possíveis linhas de investigação futuras. Para as conclusões realizou-se uma síntese dos principais resultados e responde-se à questão de partida.

## **1.5. Motivação**

A realização deste trabalho final consiste numa investigação intensiva e metódica. Representa a oportunidade de estudar um processo e contribuir para a sua melhoria.

Neste caso, pretende-se melhorar o processo de formação dos Agentes de Proteção Civil, na vertente dos Primeiros Socorros Psicológicos, por forma a melhorar o nível de prestação de auxílio, contribuindo conseqüentemente para melhores condições de saúde psicológica para as vítimas de traumas ou acidentes e para os próprios profissionais prestadores de socorros.

Por outra forma, procura padronizar-se esta formação, concorrendo assim para a interoperabilidade entres os diversos APC. Se houver uma base comum de ensino, será facilitada a troca de experiências/conhecimentos, a otimização de recursos na formação e durante uma situação de crise há procedimentos comuns que são entendidos e potenciados por uma questão de apoio mútuo.

Assim sendo, este trabalho poderá ter aplicabilidade prática e contribuir para a saúde das vítimas de trauma, dos APC, enquanto contribui para a otimização de recursos e procedimentos e, por sua vez, da ação das instituições.

Pessoalmente, enquanto Agente de Proteção Civil (como oficial do Exército) e Mestrando em Riscos e Proteção Civil, senti alguma apreensão relativa a este tema. Como comandante, tenho a preocupação intrínseca com o cumprimento da missão, no sentido lato, sempre com o objetivo de servir a sociedade. Para estarmos aptos a cumprir, temos que estar preparados tecnicamente, fisicamente e psicologicamente. Durante a minha atividade profissional, naturalmente, tive treino e serviço relacionado com atividades que servem diretamente a população, como ações de rescaldo e vigilância contra incêndios, ações em caso de cheias, ações relacionadas com a pandemia de Covid-19 (como por exemplo, palestras de sensibilização, desinfeção de infraestruturas, controlo de uma comunidade de refugiados com surto de infeção, distribuição de bens), etc. Deve haver sempre a preocupação num chefe/comandante/líder que a sua equipa esteja saudável, física e psicologicamente. Apesar de anteriormente já ter algum interesse e inquietude relativos ao assunto, durante a frequência do mestrado, e mais particularmente na Unidade Curricular de Psicologia na Catástrofe, ao conjetar vários cenários em que podia estar envolvido e ao estudar artigos relacionados com Primeiros Socorros Psicológicos, constatei que a necessidade de empregar PSP é bastante frequente/provável, comprovando que os mesmos são já um tema bastante desenvolvido em termos de estado da arte. Ao falar com os colegas de turma, provenientes de outros APC, pude verificar que também eles sentiam que mais deveria ser feito, no sentido de estarem melhor preparados para dar este tipo de apoio, o que me levou a optar por uma abordagem mais abrangente, comum a todos os APC.

## **CAPÍTULO 2: ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

Neste capítulo é feita uma introdução à temática em estudo, organizada em três partes:

1. Numa primeira parte, é elaborada uma abordagem aos riscos psicossociais e ao trauma, por forma a apresentar alguns riscos do foro psicossocial a que a população em geral está sujeita. Esta primeira abordagem visa proporcionar um melhor entendimento da caracterização dos APC que se sucede;
2. Numa segunda parte, é feita uma caracterização sucinta e genérica dos Agentes de Proteção Civil, por estarem vocacionados a socorrer as populações em situações de catástrofe segundo as especificações e capacidades próprias. Desta forma é demonstrada a ligação que os APC têm em situação de catástrofe com a população, em que situações atuam e que cenários são expectáveis de serem verificados;
3. Numa terceira e última parte, são apresentados conceitos, modelos de intervenção e modelos de treino/formação relacionados com os Primeiros Socorros Psicológicos, por forma criar uma base de sustentação para as análises vindouras nos capítulos seguintes.

### **2.1. Os Riscos Psicossociais e o Trauma**

As catástrofes são acontecimentos associados a grandes perdas a nível de vidas humanas e bens materiais, sendo por isso potencialmente traumáticos. Existe uma tendência, por motivos vários, para que os desastres ocorram cada vez mais frequentemente e com um grau de severidade maior. Esta tendência teve como consequência o aumento do estudo e do conhecimento sobre as suas causas e efeitos, entre eles o impacto ao nível do funcionamento psicológico e da saúde mental. Ao longo dos tempos, os PSP têm vindo a ser desenvolvidos como uma forma de primeira intervenção global, que aplica um conjunto de princípios e diretrizes vocacionadas para a estabilização de indivíduos afetados por estes acidentes danosos (Beja, et al. 2018).

Estas catástrofes são algo frequentes, e Portugal não é exceção. Na seguinte tabela estão identificadas as 18 com maior mortalidade ocorridas nos últimos 75 anos em Portugal:

<b>Ano</b>	<b>Acontecimento</b>	<b>Nº de mortos</b>
1954	Comboio rápido do Algarve	34
1961	Acidente aéreo na Costa da Caparica	61
1963	Desastre do Cais do Sodré	49
1964	Desastre ferroviário de Custóias	90
1966	Incêndio de Sintra	25 militares
1967	Cheias da Grande Lisboa	462
1976	Acidente aéreo nas Lajes	68
1977	Acidente aéreo no Funchal	36
1977	Acidente aéreo no Funchal	131
1980	Sismo na Ilha Terceira	71
1985	Desastre ferroviário de Alcaface	120
1989	Acidente aéreo em Santa Maria	144
1992	Acidente aeroporto de Faro	56
1999	Acidente aéreo em São Jorge	35
2001	Desastre de Entre-os-Rios	59
2010	Cheias na Madeira	47
2017	Incêndio de Pedrógão Grande	66
2017	Restantes incêndios em todo o país	38

*Tabela 1 - Principais desastres ocorridos em Portugal nos últimos 75 anos  
(VxMag 2019)*

Estes números passam a mensagem de que as catástrofes são frequentes, inopinadas e têm por vezes um elevado grau de mortalidade associado. Estes falecimentos afetam também famílias, amigos que perdem entes queridos e também as testemunhas dos eventos. É difícil mensurar o grau de afetação psicológica que uma catástrofe pode ter numa determinada população, o que dificulta sobremaneira o apoio e o direcionamento adequado de recursos de apoio especializado.

O Covid-19, em 2020 provocou 7.125 óbitos (Bento 2022) e em 2021 provocou 12.004 (Castro 2022). Esta pandemia despertou na população sentimentos de

ansiedade, medo, insegurança e angústia, causando um especial impacto ao cidadão que vê a doença afetar diretamente a sua família (Universidade de Tás-os-Montes e Alto Douro s.d.).

Na grande reportagem “Crianças do fogo. Como os meninos de Pedrógão vivem a tragédia anos depois” (Malta 2022) são reportados alguns traumas sofridos por crianças em consequência dos incêndios de Pedrógão Grande, há cinco anos. Um dos casos é Tomás, de doze anos. Passado este tempo, Tomás regressa ao grande fogo sempre que houve uma sirene. A sua mãe diz que sempre que isso acontece o filho vem a correr para os seus braços. Tomás acrescenta que sentia muita dificuldade em dormir porque, sempre que ia para a cama, imaginava que podia acontecer outro fogo e que podia, por consequência, morrer. Durante o incêndio, o menino não sabia como estavam os pais e os avós, o medo de os perder enraizou-se e prolongou-se no tempo. Tomás perdeu um primo, e, apesar de isso ter acontecido em tenra idade, lembra-se perfeitamente que na altura não se falava em mais nada a não ser “sobre os fogos e das pessoas que perderam filhos, as casas, tudo”. Ainda hoje tem insónias e tem acompanhamento psicológico, que o ajuda. Este é apenas um exemplo de como vários fatores contribuíram para o desenvolvimento de um trauma, começando pela falta de apoio oportuno desde o início do acontecimento e pelo reviver deste, potenciado pelos órgãos de comunicação social e pelos círculos sociais pessoais.

No que concerne à saúde ocupacional dos operacionais dos APC, tem sido dada cada vez mais importância aos riscos psicossociais, que por sua vez, são um conjunto de efeitos nocivos que se podem verificar ao nível do sofrimento pessoal/familiar, doenças físicas como enxaquecas e hipertensão, doenças mentais como a depressão e o *burnout*, que podem ainda ter consequências como a degradação do ambiente profissional, a perda de emprego, isolamento social, divórcio, entre outras. Frequentemente, é verificada a diminuição da produtividade e o aumento dos custos com a saúde, o que surte consequências económicas em toda a sociedade (Gabinete de Estudos da Ordem dos Psicólogos Portugueses 2018).

Existem riscos psicossociais derivados de fatores laborais e que podem ter efeitos negativos na saúde física e psicológica. Muitos destes fatores estão relacionados com a incerteza e instabilidade laboral, contratos precários, carga e ritmo de trabalho. A

seguinte tabela enumera os principais riscos originários do ambiente laboral (Ordem dos Psicólogos s.d.):

Principais riscos originários do ambiente laboral
<p>Relacionados com tarefas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Produto sem significado e não que permite ao colaborador aplicar os seus conhecimentos e competências;</li> <li>▪ Carga de trabalho desadequada à capacidade do colaborador;</li> <li>▪ Inexistência de autonomia e controlo;</li> <li>▪ Grau elevado de automatização e repetição de tarefas;</li> <li>▪ Realização de tarefas perigosas.</li> </ul>
<p>Relacionado com a organização:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Horários de trabalho contínuos e excessivos;</li> <li>▪ Horários por turnos com descanso desadequado;</li> <li>▪ Exigências superiores contraditórias.</li> </ul>
<p>Relacionados com a estrutura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indefinição de funções;</li> <li>▪ Comunicação interna medíocre;</li> <li>▪ Conflitos e más relações entre colaboradores e departamentos;</li> <li>▪ Falta de promoção e desenvolvimento profissional;</li> <li>▪ Baixo nível de recompensas.</li> </ul>
<p>Outros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Imagem social negativa da entidade empregadora;</li> <li>▪ Distância entre a residência e o local de trabalho;</li> <li>▪ Assédio e violência;</li> <li>▪ Dificuldade em conciliar os compromissos laborais com os familiares.</li> </ul>

*Tabela 2 - Principais riscos originários do ambiente laboral*

São assim constatáveis os principais riscos decorrentes de atividades laborais, que podem ter como consequência efeitos negativos na saúde e produtividade do colaborador.

## **2.2. Caracterização dos Agentes de Proteção Civil**

O presente subcapítulo destina-se a caracterizar a atividade dos APC por forma a demonstrar o quanto os operacionais estão envolvidos em situações de acidentes graves e catástrofes. Estes eventos são potencialmente traumáticos, nos quais os próprios operacionais podem ser vítimas ou sofrer sequelas do seu emprego (Organização Mundial da Saúde 2015). Entende-se que não é prático fazer uma caracterização estrita do empenho operacional enquanto APC, pois a atividade exercida por estas entidades está muito envolvida com o socorro, mesmo quando não estão a

desempenhar missões no âmbito da Proteção Civil, como por exemplo missões de segurança das Forças de Segurança e missões militares das Forças Armadas.

Os Agentes de Proteção Civil estão definidos na Lei de Bases da Proteção Civil, Lei n.º 27/2006, Série I de 2006-07-03. São eles:

- a) Os Corpos de Bombeiros;
- b) As Forças de Segurança;
- c) As Forças Armadas;
- d) Os órgãos da Autoridade Marítima Nacional;
- e) A Autoridade Nacional da Aviação Civil;
- f) O INEM, I. P., e demais entidades públicas prestadoras de cuidados de saúde;
- g) Os Sapadores Florestais.

A Cruz Vermelha Portuguesa (CVP) exerce, em cooperação com os demais agentes e de harmonia com o seu estatuto próprio, funções de proteção civil nos domínios da intervenção, apoio, socorro e assistência sanitária e social.

### **2.2.1. Os Corpos de Bombeiros**

O Decreto-Lei n.º 248/2012, que define o regime jurídico aplicável à constituição, organização, funcionamento e extinção dos corpos de bombeiros, no território continental, define as missões dos Corpos de Bombeiros, das quais se salientam:

- a) A prevenção e o combate a incêndios;
- b) O socorro às populações, em caso de incêndios, inundações, desabamentos e, de um modo geral, em todos os acidentes;
- c) O socorro a náufragos e buscas subaquáticas;
- d) O socorro e transporte de acidentados e doentes, incluindo a urgência pré-hospitalar, no âmbito do sistema integrado de emergência médica;
- e) A participação em outras atividades de proteção civil, no âmbito do exercício das funções específicas que lhes forem cometidas.

Em Portugal, o vínculo no desenvolvimento da atividade de bombeiro é maioritariamente voluntário, representando 73% do total (Muralha 2017).

Os bombeiros foram criados há cerca de 650 anos. Maioritariamente organizados no seio de estruturas associativas, têm vindo a criar um grande espaço na sociedade vocacionado para a resposta. O fato de existir uma estrutura associativa resultou em que as estruturas profissionais não fossem tão necessárias, e por isso, não fossem desenvolvidas. No entanto, estas estruturas estão bem integradas no funcionamento da sociedade, sendo empregues oportunamente e adequadamente face às necessidades da população, sendo ainda responsáveis por 95% da atividade do INEM. A remuneração dos bombeiros é baixa e contrastante com a exigência da atividade, em que não raras vezes são perdidas vidas em serviço. Estes predicados levam a que a atividade de bombeiro seja encarada como “uma forma de vida” (R. Cipriano 2016).

Os objetivos gerais dos corpos de bombeiros são prestar socorro, prevenir e garantir a segurança de pessoas e bens. É ampla a panóplia de situações em que tal pode ocorrer, desde incêndios, inundações, socorro a náufragos, acidentes de viação e urgências pré-hospitalares. Este ambiente operacional é exigente para os bombeiros ao nível físico e psicológico, uma vez que lidam com eventos súbitos e imprevisíveis, em que não raras vezes estão associados perigos imediatos para a integridade física e/ou psicológica de um elevado número de pessoas. Por estes motivos, ser bombeiro pressupõe ter uma aptidão física e capacidade psicológica e emocional acima da média, a qual pressupõe uma preparação especial, que, no entanto, é muitas vezes descurada (Muralha 2017; Santos 2020). Os bombeiros são vistos pela sociedade como pessoas fortes, confiáveis, que resolvem emergências e problemas. Esta visão contribui para que estes operacionais possam sentir dificuldade em admitir que sentem ansiedade, stress e medo. Além disso, frequentemente são sujeitos à necessidade de regressar ao trabalho logo após uma experiência potencialmente traumática, o que prejudica a identificação de problemas relacionados com estas experiências e dificulta o pedido atempado de ajuda (ANEPC e OPP 2021).

Comummente, os bombeiros são apelidados de Soldados da Paz. Esta designação é consequente ao fato de estes encararem a sua vida e missão como um combate permanente na “defesa da vida dos outros”. Têm como lema – vida por vida – sendo uma referência de altruísmo cívico e cidadania ativa (Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Ponta Delgada 2020).

### **2.2.2. As Forças de Segurança**

As Forças de Segurança são compostas pela Guarda Nacional Republicana, a Polícia de Segurança Pública (ponto 2 do Artigo 25.º da Lei de Segurança Interna, Lei n.º 53/2008 – Diário da República n.º 167/2008, Série I de 2008-08-29). O Artigo 1.º da mesma Lei define a Segurança Interna como a atividade desenvolvida pelo Estado a fim de garantir a ordem, segurança e tranquilidade, a proteção de pessoas e bens e a repressão da criminalidade. O Artigo 19.º refere que, em situações extraordinárias de ataques terroristas, acidentes graves e catástrofes, o Primeiro-Ministro após comunicação fundamentada ao Presidente da República, se a intervenção conjunta e combinada de diferentes forças de segurança for requerida, são colocados na dependência operacional do Secretário-Geral do Sistema de Segurança Interna, através dos seus dirigentes máximos.

A função policial está alicerçada na reputação organizacional, é altamente visível e impõe aos seus operacionais uma grande disciplina e exigência na execução das suas atividades. A uniformização de comportamentos, crenças e valores é essencial para uma boa inserção destes órgãos na sociedade, por forma a haver aceitação por parte desta e assim se reunirem condições para a prossecução da atividade policial. A segurança das pessoas é uma componente estrutural e fundamental do Estado, sendo por isso tão rigorosa. O próprio sistema de seleção escrutina os candidatos quanto aos traços de personalidade (como o cinismo, agressividade, impulsividade, dogmatismo e autoritarismo), aptidões cognitivas e motoras, a idoneidade e a destreza física (Silva 2017). O exigente processo de seleção é um prólogo das exigentes funções que serão cometidas a estes operacionais.

Na obra “Os Polícias não Choram”, Rodrigues (2018) descreve a vivência dos operacionais da Polícia de Segurança Pública e da Guarda Nacional Republicana numa análise psicossocial. Estes operacionais deparam-se “diariamente com situações agressivas, devastadoras, degradantes, sentimentalmente deprimentes” que acabam por criar naturalmente artifícios que tornam possível continuar a sua atividade laboral. Os sentimentos são camuflados, escondidos e reprimidos por forma a não mostrar fraqueza e falta de merecimento de confiança. Mas afinal, os polícias não são super-

heróis, como defende o autor. As mazelas vão ficando e trazem consigo vicissitudes, que afetam a vida pessoal e familiar dos agentes, bem como o seu desempenho laboral.

Entre 2001 e 2021 houve na Polícia de Segurança Pública e na Guarda Nacional Republicana 160 suicídios, que a nível percentual, representa o dobro ou o triplo da média nacional. Destas ocorrências, 61% foram feitas por pessoas fardadas, mesmo que fora do serviço (Ferro 2018; Santos 2021). Estes números são deveras preocupantes e representam a violência psicológica e as dificuldades inerentes ao desempenho de funções destes profissionais.

### **2.2.3. As Forças Armadas**

A Lei de Defesa Nacional (Declaração de Retificação n.º 52/2009), no ponto f do Artigo 24.º, define como uma das missões das Forças Armadas “colaborar em missões de proteção civil e em tarefas relacionadas com a satisfação das necessidades básicas e a melhoria da qualidade de vida das populações”. O Artigo 53.º da Lei de Bases da Proteção Civil define que as participações das Forças Armadas em missões de proteção civil são acionadas a partir de um pedido feito pelo Comandante Operacional Nacional ao Presidente da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC), por sua vez solicitado ao Estado-Maior-General das Forças Armadas. Os Presidentes das Câmaras Municipais podem solicitar ao Presidente da ANEPC a participação das Forças Armadas em missões de PC nas respetivas áreas operacionais. Se a urgência o justificar, este pedido pode ser feito diretamente aos comandantes das unidades implantadas na respetiva área, dando conhecimento ao Presidente da ANEPC.

Souza e Neves (2021), num estudo feito quanto aos efeitos da privação de sono nos estados de humor e nos afetos positivos e negativos em militares, provam, numa revisão sistemática de literatura, que a privação do sono tem uma grande relevância na sua qualidade de vida, consequenciando agravamente de estados de humor negativos, fadiga, depressão e raiva. O trabalho por turnos e a grande disponibilidade exigida pelo emprego operacional acarreta alterações no desempenho fisiológico e cognitivo, afetando por sua vez o bem estar e o desempenho das tarefas militares. Existem recursos que podem minimizar ou camuflar estes efeitos, com o uso de estimulantes como o café, a prática de exercício físico e pequenas sestas. No entanto, estes recursos

apenas minimizam sobremaneira os efeitos da privação do sono. Apesar de este estudo ter incidido apenas nos militares, usando sobretudo a ferramenta *Profile of Mood States* (POMS), as suas conclusões são abrangentes quanto à privação de sono, que é uma característica dos APC, em que é tão frequente o trabalho por turnos e o alargado horário de expediente, derivado dos poucos recursos humanos e exigência da missão, uma vez que a necessidade do socorro não é, por norma, procrastinável.

Sobretudo após as Grandes Guerras tem-se dado grande relevância aos estudos dos efeitos psicossociais causados pelos conflitos militares, com alvo não só nos combatentes, mas também nas suas famílias, amigos, etc (Lima, Moleiro e António 2021). Os traumas na comunidade militar não são apenas derivados de conflitos armados, mas também da execução de missões relacionados com a proteção civil, apoio à paz (Exército Português 2011), e de apoio civil (Exército Português 2012). As missões de apoio civil são bastante abrangentes, tendo como principais finalidades:

- Salvar vidas;
- Restabelecer serviços essenciais;
- Melhorar a qualidade de vida das populações;
- Manter ou restabelecer a lei e ordem;
- Proteger infraestruturas e património;
- Manter ou restabelecer as capacidades da administração civil;
- Moldar o ambiente para facilitar o sucesso das atividades das autoridades civis.

Para atingir tais finalidades, consideram-se as seguintes tarefas primárias:

- Apoio na prevenção e resposta a acidentes graves ou catástrofes;
- Apoio na satisfação das necessidades básicas e melhoria da qualidade de vida das populações;
- Apoio na resposta a acidentes graves/incidentes nucleares, biológicos, químicos ou radiológicos;
- Apoio a autoridades civis e Forças e Serviços de Segurança no restabelecimento ou na manutenção da Lei e Ordem.

Uma vez que os militares são chamados a desempenhar tão variadas missões, frequentemente imbuídas de uma necessidade urgente, é necessária uma elevada prontidão e disponibilidade, sendo estas valências umas das características mais

acentuadas do seu caráter. O compromisso dos militares com o serviço às Forças Armadas acarreta constrangimentos a nível pessoal, social e familiar (Vilhena 2005).

Muitas tarefas do âmbito militar têm por consequência a imperatividade de os militares estarem deslocados fora do território nacional ou longe do seu local de residência, por períodos prolongados. Desde a exposição a situações meteorológicas extremas, ao isolamento, à impossibilidade de estar com a família nos momentos mais importantes ou que são mais necessários, são fatores de stresse (Monteiro 2008).

As missões militares têm por norma um risco associado, calculado e aceitável. No entanto, o risco acarreta a possibilidade de um perigo acontecer. É o caso mediático do Soldado Aliu Camará, que em 2016 na República Centro Africana perdeu os membros inferiores numa operação logística (Sousa 2020). É também o caso dos militares projetados antecipadamente para a Roménia, numa missão de dissuasão, por consequência da invasão russa à Ucrânia (Lusa 2022). Em discurso às tropas projetadas, o Primeiro-Ministro português, António Costa referiu que "estamos a tornar claro à Rússia de que há um alto preço a pagar pela agressão contra qualquer membro da NATO. A Rússia não deve ter dúvidas sobre a nossa determinação em defender cada palmo de terra". Transmitiu ainda uma mensagem de apreço e agradecimento aos militares que prestigiam o nome de Portugal ao fazer honrar os compromissos internacionais e uma mensagem particular aos familiares, que "ao verem na televisão as brutais imagens da guerra na Ucrânia, sofrem com maior ansiedade" (Lusa 2022).

Apesar da distância à família ser um fator de aumento de stress, está comprovado que os militares solteiros são os que apresentam maiores níveis de sintomatologia psicológica (Dias 2015).

Outro fator de stresse para os militares em missão é a violência e a degradação social que testemunham e certos teatros de operações. Na reportagem "Mercenários e meninos soldados" é descrito um cenário na República Centro-Africana em que grande parte do território é controlado por grupos armados. São reportadas histórias de crianças que matam outras crianças, que combatem pelos vários grupos armados, numa missão antagonista àquela que os nossos militares lá cumprem. Muitos meninos se juntam a estes grupos por serem raptados ou para se vingarem de outros grupos que já fizeram mal anteriormente às suas famílias. É recorrente o avistamento de órfãos, sem-abrigo e toxicod dependentes (Araújo 2021). Esta violência tem repercussões graves na

sociedade local e também nos militares que testemunham estes eventos. É frequente terem que apoiar as populações, inclusivamente na vertente dos PSP, e apoiarem-se interpares, pois são a ajuda mais próxima que têm e a que melhor compreende os cenários vivenciados.

#### **2.2.4. A Autoridade Marítima Nacional**

O Decreto-Lei n.º 43/2002 (Diário da República n.º 52/2002, Série I-A de 2002-03-02) define a organização e atribuições do Sistema da Autoridade Marítima e cria a Autoridade Marítima Nacional (AMN). No Artigo 1.º, a AMN está definida como uma estrutura superior de administração e coordenação dos órgãos e serviços que, integrados na Marinha, possuem competências ou desenvolvem ações enquadradas no âmbito do sistema da autoridade marítima. O ponto 2 do Artigo 6.º define as suas atribuições:

- a) Segurança e controlo da navegação;
- b) Preservação e proteção dos recursos naturais;
- c) Preservação e proteção do património cultural subaquático;
- d) Preservação e proteção do meio marinho;
- e) Prevenção e combate à poluição;
- f) Assinalamento marítimo, ajudas e avisos à navegação;
- g) Fiscalização das atividades de aproveitamento económico dos recursos vivos e não vivos;
- h) Salvaguarda da vida humana no mar e salvamento marítimo;
- i) Proteção civil com incidência no mar e na faixa litoral;
- j) Proteção da saúde pública;
- k) Prevenção e repressão da criminalidade, nomeadamente no que concerne ao combate ao narcotráfico, ao terrorismo e à pirataria;
- l) Prevenção e repressão da imigração clandestina;
- m) Segurança da faixa costeira e no domínio público marítimo e das fronteiras marítimas e fluviais, quando aplicável.

O Artigo 7.º, por sua vez, define quais são as entidades que exercem o poder de autoridade marítima, sendo elas:

- a) Autoridade Marítima Nacional;
- b) Polícia Marítima;
- c) Guarda Nacional Republicana;
- d) Polícia de Segurança Pública;
- e) Polícia Judiciária;
- f) Serviço de Estrangeiros e Fronteiras;
- g) Inspeção-geral das Pescas;
- h) Instituto da Água;
- i) Instituto Marítimo-Portuário;
- j) Autoridades portuárias;
- k) Direcção-Geral da Saúde;
- l) Autoridade Nacional de Controlo de Tráfego Marítimo.

Percebe-se assim a vasta panóplia de atribuições e entidades relacionadas com a AMN, sendo abrangente a possibilidade de empenhamento operacional em situações de acidentes graves e catástrofes, ou seja, de eventos traumáticos.

A Polícia Marítima, que é um órgão de especialidade no âmbito da AMN, garante a fiscalização e o cumprimento das leis e regulamentos nos espaços integrantes do Domínio Público Marítimo. Preservam, portanto, a regularidade das atividades marítimas nas áreas portuárias, balneares e nas águas interiores<sup>1</sup> sobe a jurisdição da AMN. Na execução das suas funções, elaboram tarefas como visitas a navios e embarcações, atos de inquérito referentes a sinistros marítimos, atos processuais e instrutórios referentes a ilícitos contraordenacionais, vigilância e fiscalização de espaços portuários e respetivas atividades, garantir a segurança das pessoas e a manutenção da ordem. Compete ainda aos Capitães dos Portos, enquanto Comandantes de Operações de Socorros, a direção operacional das Ações de Proteção e Socorro nos seus espaços de jurisdição (Autoridade Marítima Nacional s.d.).

---

<sup>1</sup> Águas interiores são águas do mar que se situam aquém da linha de base do mar territorial, conforme imagem ilustrativa (Associação dos Portos de Língua Portuguesa 2011).

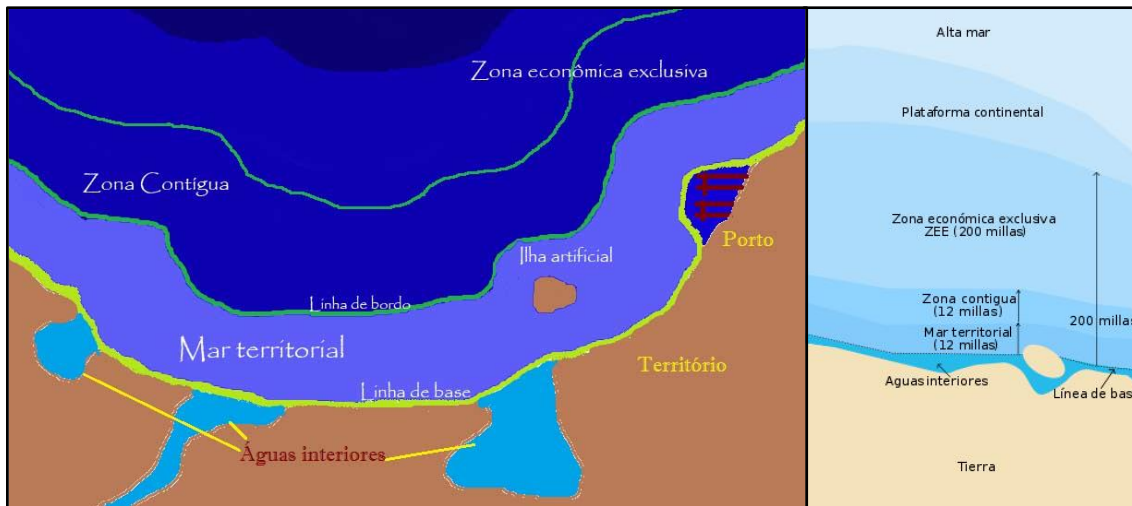


Figura 1 - Zonas Marítimas  
(Associação dos Portos de Língua Portuguesa 2011)

O Instituto de Socorro a Náufragos (ISN), que está na alçada da AMN, é composto, entre outros, pelos seguintes serviços (Autoridade Marítima Nacional s.d.):

- a) O Serviço de Salvamento Marítimo, ao qual incumbe estudar e propor procedimentos de natureza técnica referente ao salvamento marítimo e socorro a náufragos. Realizar tarefas como criação de doutrina, recrutamento de tripulantes das estações salva-vidas e criação/extinção/transferência de estações salva-vidas;
- b) O Serviço de Assistência a Banhistas, ao qual incumbe a criação de doutrina e implementação de procedimentos no tocante aos serviços de assistência a banhistas, certificação de Nadadores-Salvadores, homologação de equipamentos e materiais destinados a esta atividade, bem como a promoção e divulgação de informação pública adequada à prevenção de acidentes e afogamentos nas praias;
- c) O Serviço de Pessoal do Mapa de Pessoal Civil do Instituto de Socorros a Náufragos, ao qual incumbe providenciar a gestão do pessoal, quanto ao recrutamento, conservação, registo e controlo. Faz ainda a gestão da formação profissional e a gestão de carreiras.

Os Nadadores-Salvadores são profissionais que exercem a atividade de salvamento em meio aquático, sobretudo em praias e piscinas, utilizando meios e técnicas

adequadas. Neste âmbito, desenvolvem atividades como a divulgação de informação, prevenção, socorrismo e suporte básico de vida.

### **2.2.5. A Autoridade Nacional da Aviação Civil**

Os Estatutos da Autoridade Nacional da Aviação Civil (ANAC) estão regulamentados no Decreto-Lei n.º 40/2015. “A ANAC é autoridade nacional em matéria de aviação civil, pessoa coletiva de direito público, com a natureza de entidade administrativa independente, dotada de autonomia administrativa, financeira e de gestão, bem como de património próprio. A ANAC exerce funções de regulação, fiscalização e supervisão do setor da aviação (...)”. O Artigo 4.º desse Decreto-Lei define a sua missão e atribuições, dos quais se realça o ponto w) que atribui à ANAC a participação nos sistemas de proteção civil, de planeamento civil de emergência e de segurança interna.

### **2.2.6. O INEM, I. P. e demais entidades públicas prestadoras de cuidados de saúde**

O Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) “tem por missão definir, organizar, coordenar, participar e avaliar as atividades e o funcionamento do Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM), por forma a garantir aos sinistrados ou vítimas de doença súbita a pronta e correta prestação de cuidados de saúde” (Artigo 16.º da Lei Orgânica do Ministério da Saúde, Decreto-Lei 124/2011, de 29 de dezembro). O ponto 3 deste artigo define as atribuições do INEM como sendo:

- a) Coordenar no as atividades conducentes à definição de políticas nos domínios da emergência médica e do transporte de urgência e/ou emergência;
- b) Organizar e coordenar as atividades e o funcionamento do SIEM, assegurando a sua articulação com os serviços de urgência e/ou emergência nos estabelecimentos de saúde;
- c) Definir, coordenar e certificar a formação em emergência médica dos elementos do SIEM, incluindo dos estabelecimentos, instituições e serviços do Sistema Nacional de Saúde (SNS);

- d) Colaborar no planeamento civil de emergência de âmbito nacional, participar na rede nacional de telecomunicações de emergência e colaborar na elaboração e operacionalização de planos específicos de emergência e ou catástrofe;
- e) Desenvolver ações de cooperação nacional e internacional, de natureza bilateral ou multilateral, no âmbito das atribuições que prossegue.

O SIEM consiste num conjunto de entidades (nomeadamente a Polícia de Segurança Pública, a Guarda Nacional Republicana, o INEM, os Bombeiros, a Cruz Vermelha e os Hospitais/Centros de Saúde), que cooperam entre si com o objetivo acima descrito. Os meios que podem ser acionados pelo INEM compreendem helicópteros de emergência médica, viaturas médicas de emergência e reanimação, ambulâncias e unidades móveis de intervenção psicológica em emergência. Estes meios podem pertencer ao INEM, aos Corpos de Bombeiros ou à Cruz Vermelha Portuguesa e são ativados por regra aqueles que mais próximos se localizam da ocorrência (INEM s.d.).

Grande parte da face visível deste APC são os tripulantes de ambulância ou operadores que fazem a primeira intervenção às vítimas de acidentes ou doenças súbitas. São situações tendencialmente graves, pelo menos na perceção das vítimas. Há crónicas impressionantes e marcantes, como o acompanhamento de idosos que não têm mais ninguém ou o socorro a crianças. No artigo “Viver o dia a dia com a certeza de que fazem a diferença na vida de alguém”, publicado no Diário de Notícias, estão registados alguns eventos potencialmente traumáticos vividos por profissionais do INEM. Um desses eventos, ocorrido com J. R., consistiu no socorro de uma criança de 13 meses, vítima de electrocução. A criança veio a falecer após 4 dias e José Robalo, que autoimpôs a regra de não saber o desfecho do incidente, acabou por saber e isso acabou por afetá-lo sobremaneira, possivelmente, segundo o próprio, por ter sido pai há pouco tempo. Nesse mesmo artigo, N. N. recorda uma criança de dois anos que morreu afogada numa banheira. Apesar de se sentir afetado, diz que nem nesse caso solicitou o apoio psicológico do INEM e que faz parte da sua estratégia esquecer tudo quando deixa a vítima no hospital, ou pelo menos tentar esquecer (Neves 2016).

No INEM não é possível trabalhar como voluntário ou em *part-time*, apenas a tempo inteiro. Muitos profissionais do INEM são oriundos de Corpos de Bombeiros, onde dizem que o trabalho é mais variado, sendo menos focado na área pré-hospitalar, pelo que,

quem gosta desta área e se nela se quer profissionalizar, transitar para o INEM pode ser uma opção (INEM s.d.; Neves 2016).

### **2.2.7. Os Sapadores Florestais**

O Decreto-Lei n.º 8/2017 – Diário da República n.º 6/2017, Série I de 2017-01-09 “estabelece o regime jurídico aplicável aos sapadores florestais e às equipas de sapadores florestais no território continental português e define os apoios públicos de que estas podem beneficiar”. No seu Artigo 3.º definem-se as funções do Sapador Florestal, sendo elas:

- a) Silvicultura preventiva, na vertente da gestão de combustível florestal, com recurso a técnicas manuais, moto manuais, mecânicas ou fogo controlado, entre outras;
- b) Manutenção e proteção de povoamentos florestais, no âmbito da gestão florestal e do controlo de agentes bióticos nocivos;
- c) Silvicultura de carácter geral;
- d) Instalação, manutenção e beneficiação de infraestruturas de defesa da floresta e de apoio à gestão rural;
- e) Sensibilização das populações para as normas de conduta em matéria de proteção florestal e ambiental, nomeadamente no âmbito do uso do fogo, da gestão florestal das florestas e da fitossanidade;
- f) Vigilância, primeira intervenção e apoio ao combate a incêndios rurais, apoio a operações de rescaldo e vigilância ativa pós rescaldo, no âmbito da proteção civil, sendo ainda um agente de proteção civil, nos termos da Lei de Bases da Proteção Civil, aprovada pela Lei n.º 27/2006, de 3 de julho, na sua redação atual, com missões de intervenção de proteção civil previstas em diretivas operacionais específicas da ANEPC;
- g) Ações de estabilização de emergência que minimizem os danos resultantes de processo de erosão, desobstrução de rede viária e linhas de água que reduzem o impacto da perda de solo, promovendo a recuperação do potencial produtivo.

As funções descritas têm como objetivo comum a defesa das florestas. A defesa do ambiente e da natureza é essencial e, cada vez mais, os sapadores têm um papel muito importante nesta defesa, contribuindo com uma silvicultura preventiva e atuação precoce nos incêndios, bem como através de operações de rescaldo e de vigilância pós incêndios. Para se ser Sapador Florestal é necessária uma qualificação própria, reconhecida pela Autoridade Florestal Nacional. Trata-se de um ofício que envolve proteger bens e pessoas que, em última instância, pode colocar em risco a vida destes operacionais em detrimento do bem comum (Paiva 2020).

### **2.2.8. A Cruz Vermelha Portuguesa**

O Decreto-Lei nº 281/2007 de 7 de agosto define os Estatutos da Cruz Vermelha Portuguesa. A missão da CVP (Artigo 5.º) é “prestar assistência humanitária e social, em especial aos mais vulneráveis, prevenindo e reparando o sofrimento e contribuindo para a defesa da vida, da saúde e da dignidade humana”. Para tal desiderato, a CVP:

- a) Fomenta e organiza a colaboração voluntária e desinteressada das pessoas singulares e coletivas, públicas e privadas, nas atividades da instituição, ao serviço do bem comum e em especial em situações de acidente grave ou catástrofe;
- b) Colabora com outras entidades e organismos que atuem nas áreas de proteção e socorro e da assistência humanitária e social, sendo também, neste âmbito, auxiliar ou complementar dos poderes públicos, sem prejuízo da sua independência e autonomia e assegurando o respeito pelos símbolos, distintivos e emblemas da Cruz, Crescente e Cristal Vermelhos, nos termos das Convenções de Genebra e seus Protocolos Adicionais;
- c) Colabora com as autoridades de proteção civil em articulação com o sistema integrado de operações de proteção e socorro, de acordo com os princípios e as normas a que se encontra submetida e sem prejuízo da sua independência e autonomia;
- d) Colabora com os serviços de saúde militar, no âmbito da proteção aos militares feridos, doentes, náufragos, prisioneiros de guerra, às vítimas civis dos conflitos nacionais e internacionais e noutras situações decorrentes de

estados de exceção, no quadro da ação do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e de acordo com as disposições das Convenções de Genebra e dos seus protocolos adicionais;

- e) Colabora com o Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho na promoção dos direitos humanos, na difusão e ensino do direito internacional humanitário, bem como na difusão e aplicação das suas orientações.

A Cruz Vermelha Portuguesa apresenta como grande objetivo prevenir e aliviar o sofrimento humano no país e no mundo. Regula-se no respeito dos princípios da Humanidade, Imparcialidade, Neutralidade, Independência, Voluntariado, Unidade e Universalidade. A CVP é uma instituição de carácter sobretudo voluntário, contando com 5 mil voluntários ativos e empregando 2 mil pessoas. Cerca de 11 mil pessoas colaboram com a CVP em serviços vários, que podem compreender a recolha de alimentos, facilitamento de conforto a doentes em hospitais, aconselhamento de jovens quanto ao abuso do álcool e ensino de primeiros socorros para situações de emergência. Perto de 90% do serviço humanitário é garantido pelo voluntariado. A CVP dispõe de 170 estruturas locais no país, que podem ser delegações ou centros comunitários, com as valências de poderem apoiar domiciliariamente os jardins de infância, provisionamento de consultas médicas e formação profissional, tentando fazer face às vulnerabilidades e carências locais (Cruz Vermelha Portuguesa s.d.).

### **2.3. Caracterização dos Primeiros Socorros Psicológicos**

Neste subcapítulo é utilizado o formato de pergunta-resposta por forma a criar familiarização com o Estado da Arte relativamente a conceitos e modelos de intervenção, formação e treino.

#### **2.3.1. O que é a emergência?**

Um acidente grave é um acontecimento imprevisto que tem efeitos nocivos, limitado no tempo e no espaço, suscetível de afetar pessoas e outros seres vivos, bens materiais e o ambiente. Já uma catástrofe pode ser definida como um ou uma série de acidentes graves, que provocam elevados prejuízos materiais e eventualmente vítimas.

Tem uma dimensão tal que afeta intensamente as condições de vida e o estrato socioeconómico em localidades particulares ou a nível do território nacional (Lei de Bases da Proteção Civil, Art.º 3.º).

As emergências surgem de situações catastróficas, provocadas por causas naturais – tais como terremotos, tsunamis, erupções vulcânicas – ou pelo homem – conflitos armados, violência urbana, tráfico, entre outras (Zêzere, Pereira e Morgado 2006). Nestes acontecimentos, a integridade física e emocional está ameaçada. Quando os serviços de intervenção são insuficientes para fazer face ao acontecimento incorre-se na situação de calamidade pública (Sá, Werlang e Paranhos 2008). Os desastres provocados pelo homem têm um “culpado” associado, alvo de raiva e uma sensação de que o desastre podia ter sido evitado, tendo por consequência o dificultar da recuperação a longo prazo (Makwana 2019).

A psicologia das emergências tem como base de estudo o comportamento das pessoas nos acidentes e catástrofes. O estudo é feito desde o período preventivo até ao pós-trauma, com vista ao auxílio, compreendendo ações de intervenção de compreensão, apoio e superação às vítimas e socorristas (Bruck 2007).

### **2.3.2. Quais são as efemérides da psicologia de intervenção na crise?**

Historicamente, não está comprovado quando começaram as intervenções psicológicas na crise. Possivelmente a humanidade começou a sensibilizar-se para esta temática em meados do século XX. Em 1909 foi publicado o estudo intitulado “*Psychoneuropathology as a Result of a Mining Disaster*”, sendo da autoria de Sterlin e relativo à explosão de uma mina de carvão, ocorrida em França três anos antes. Em 1943 houve em Boston um incêndio que vitimou 500 pessoas, tendo havido posteriormente uma intervenção psicológica aos sobreviventes. Esta intervenção foi documentada e publicada com o título “*The Symptomatology of Management of Acute Grief*”. Nesta foram tipificados elementos caracterizadores do luto reações típicas de sobreviventes em catástrofes (Beja, et al. 2018).

O estudo referente a intervenções psicológicas relacionadas com acidentes e desastres é, portanto, relativamente recente. As duas Guerras Mundiais foram

catalisadoras para a sensibilização da sociedade para os efeitos psicológicos que certos acontecimentos, sobretudo os violentos, podem trazer para os cidadãos e a sociedade. Na Primeira Guerra Mundial foram feitas intervenções a combatentes com vista a tratar transtornos agudos relacionados com a violência da Guerra. Também na Segunda Guerra Mundial foram registadas intervenções psicológicas nos campos de batalha com o objetivo de serem sessões catárticas em que a vítima narrava o acontecimento vivenciado, exteriorizando pensamentos ou sentimentos íntimos reprimidos. Na década de 70 deu-se o início da sistematização e do desenvolvimento de técnicas mais complexas com o objetivo de tratar pessoas expostas a experiências potencialmente traumáticas. A técnica conhecida como *Debriefing* Psicológico, ou *Critical Incident Stress Debriefing* (CISD) é descendente destas intervenções, tendo sido idealizada no início da década de 1983 por Jeffrey Mitchell. Esta técnica consiste, de forma resumida, em facilitar a expressão de sentimentos e emoções em sessões de grupo, relacionadas com um determinado evento traumático, com o objetivo de o reordenar cognitivamente de uma forma mais adaptativa. Esta técnica deve ser ministrada por Profissionais de Saúde Mental entre 24h e 72h após a ocorrência do evento, em sessões de aproximadamente 2h (Guimarães, et al. 2007).

Diferenciada e complementarmente surge o *Defusing*, consistindo em uma sessão inicial de desativação, feita até 24h após o evento potencialmente traumático. Esta técnica serve para “relaxar” ou desativar uma resposta potencialmente explosiva por parte da vítima e aborda aspetos emocionais enquanto faz uma descompressão emocional (Guimarães, et al. 2007).

A seguinte figura evidencia as diferenças entre as duas técnicas.

<b><i>Debriefing</i></b>	<b><i>Defusing</i></b>
Consiste numa exaustiva entrevista após um evento potencialmente traumático;	Consiste numa breve sessão de desativação posterior a um evento potencialmente traumático;
Tem o objetivo de desencadear um processo de integração das vivências traumáticas relativas ao evento;	Tem o objetivo de desativar uma situação potencialmente explosiva;
Surge nos dias subsequentes ao evento;	Surge até 24h após o evento;
Solução e médio e longo prazo – abordagem mais estruturada com leitura das reações ao evento.	Solução a curto prazo – resolve um estado de choque e afigura o regresso a casa.

*Tabela 3 - Diferenças entre Debriefing e Defusing  
(Guimarães, et al. 2007)*

A partir da década de 80 registou-se uma forte tendência para a exploração de novas formas de Intervenção Psicológica na Crise. A Perturbação de Stresse Pós-Traumático (PSPT) foi considerada doença do foro psiquiátrico em 1980 (American Psychiatric Association 1980), constituindo esse fato como o impulsionador para as agências de ajuda humanitária começarem a adotar uma estratégia para prevenir o trauma psíquico no início dos anos 90. Também nos anos 90 foram publicados estudos que questionavam a eficácia do *Debriefing* Psicológico, apontando mesmo repercussões negativas decorrentes da sua aplicação, como a retraumatização. (Beja, et al. 2018). A preocupação pela promoção da calma, cuja importância é cada vez mais reconhecida pela comunidade científica, tirou preponderância ao *Debriefing* psicológico. Este método compelia as vítimas dos eventos potencialmente traumáticos a falar assoberbadamente sobre o evento, o que tinha como consequência o aumento da ansiedade. Sabe-se hoje que o pretendido nesse momento é fomentar a calma (Bisson, et al. 1997).

O *Debriefing* Psicológico não foi o único modelo de Intervenção Psicológica na Crise que se comprovou como sendo prejudicial. Outros modelos foram identificados no sentido de não prevenirem a PSPT, por não serem eficazes na prevenção do sofrimento a longo prazo e por ainda poderem ser prejudiciais a sobreviventes de desastres (Hobfoll, et al. 2007).

Por esse motivo, os PSP são atualmente um modelo alvo de grande escrutínio. Perante as vantagens que este modelo traz relativamente a outros, é avidamente defendido por múltiplas organizações de renome como a Organização Mundial de Saúde (Beja, et al. 2018).

### **2.3.3. O que são os Primeiros Socorros Psicológicos?**

Os Primeiros Socorros Psicológicos consistem num processo para que as pessoas se sintam calmas e apoiadas após presenciarem um evento potencialmente traumático. Servem para apoiar as pessoas a tomarem decisões informadas. A base dos PSP é o cuidado com a pessoa em sofrimento, sendo para isso necessário estar atento às suas reações, ouvir ativamente e prestar assistência prática, se necessário, quer na resolução de problemas, quer na obtenção de recursos básicos (Hansen 2018).

Os incidentes críticos são acontecimentos súbitos e imprevisíveis, capazes de colocar em risco a integridade física e psicológica de um grande número de pessoas. São eventos que geralmente têm associadas mortes violentas ou destruição em massa. Trazem consigo a perda de entes queridos, a perda de integridade física e de bens e lugares. Os incidentes críticos são também comumente designados como experiências potencialmente traumáticas, pois podem causar maiores ou menores danos psicológicos, consoante a resiliência da pessoa (Muralha 2017). Estes efeitos são igualmente válidos para os elementos que prestam socorros, tendo eles as vulnerabilidades dos demais cidadãos e tendo, no seu caso, um papel preponderante na crise, tendo potencialmente uma maior exposição.

Os PSP ocorrem num curto período de tempo e têm como objetivo apoiar, providenciar a uma pessoa em crise recursos disponíveis e reduzir o risco de morte. Podem acontecer em diferentes cenários, como ambientes comunitários, hospitais, igrejas, escolas, ambientes de trabalho e até em linhas telefônicas de socorro. Podem ser prestados, por exemplo, por polícias, assistentes sociais, entidades eclesiais, enfermeiros, médicos, psicólogos e psiquiatras (Sá, Werlang e Paranhos 2008).

Os PSP não são, portanto, um apoio contínuo. Geralmente consistem numa reunião ou conversa pontual que dura entre 30 e 60 minutos, dependendo da situação. Quando não houver mais nada a fazer para ajudar a pessoa em sofrimento, é necessário explicar claramente à pessoa afetada que está a terminar esse primeiro apoio, certificando-se que essa mensagem é compreendida. Se houver uma assistência a partir desse ponto, por exemplo, porque a pessoa continua a apresentar sintomatologia exacerbada, um novo técnico deve ser apresentado. Quem prestou PSP deve despedir-se da pessoa apoiada de forma positiva e desejando-lhe bem. Em muitas situações pode ser necessário acompanhar e verificar se a pessoa recebeu a ajuda de que precisava e qual o seu estado (Hansen 2018).

Já a intervenção diferenciada, é mais prolongada no tempo e deve ser restringida a técnicos especializados, por apresentarem melhores recursos e vocação para acompanhar posteriormente as vítimas de eventos potencialmente traumáticos (Slaikeu 1996 apud Sá, Werlang e Paranhos 2008).

Para a Cruz Vermelha Belga, os PSP são uma abordagem de intervenção destinada a ajudar as pessoas a lidar com a experiência e as consequências de um desastre ou

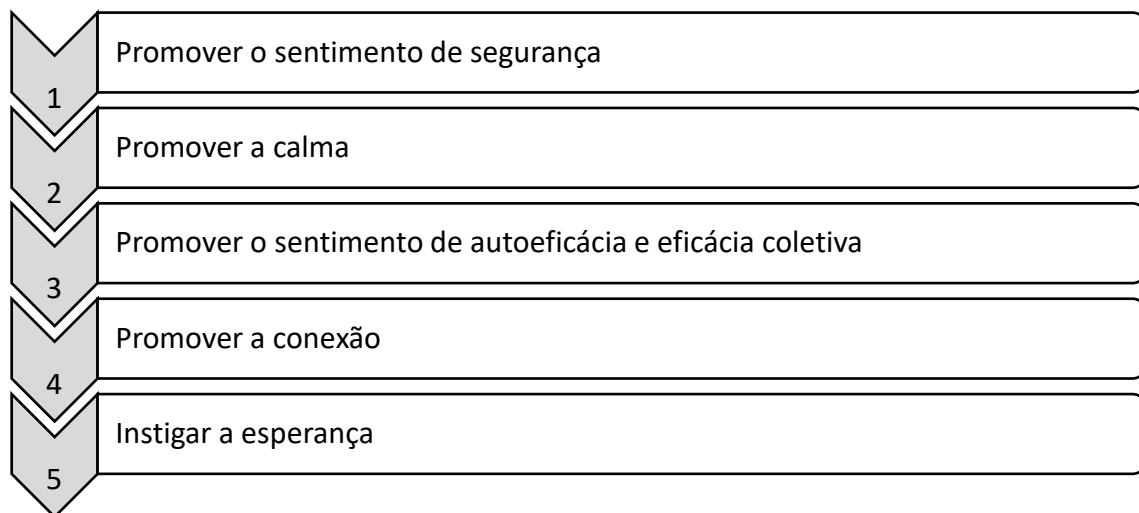
adversidade. A sua prática é fortemente baseada nos cinco princípios de Hobfoll, abaixo descritos (Dieltjens, et al. 2014). No artigo de Dieltjens (2014) também se conclui que toda a literatura acerca de PSP não consegue mensurar os benefícios das intervenções de Primeiros Socorros Psicológicos. Consequentemente, é impossível criar diretrizes fundamentadas em evidências para uma mais eficiente ajuda a vítimas de desastres/traumas. Uma razão para que seja difícil comprovar empiricamente a eficiência dos PSP é a dificuldade de elaborar pesquisas durante os desastres, uma vez que todo o esforço se vocaciona para o apoio à população. No entanto, vários especialistas levaram a cabo pesquisas que originaram várias diretrizes de PSP e formas de treino diversificadas (Lee, et al. 2017).

Também no artigo *“Five Essential Elements of Immediate and Mid–Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence”* (Hobfoll, et al. 2007) é referido que não existe nenhum consenso baseado em evidências acerca dos métodos a implementar numa intervenção imediata após o trauma. Enfatiza, que dada a devastação causada pelos desastres, é essencial que a intervenção psicológica na crise seja o mais atual possível, consoante a investigação disponível.

É, no entanto, universalmente aceite que os PSP são essenciais para minimizar o trauma e as suas repercussões ao longo do tempo, sendo considerado o modelo de Intervenção Psicológica na Crise mais eficaz. Faz parte do processo dos PSP a recolha de informação básica para ajudar os prestadores de auxílio a identificar necessidades e a implementar atividades de apoio. Os PSP assentam em evidências recolhidas e testadas no terreno (Brymer, et al. 2006).

#### **2.3.4. O que são os 5 princípios de Hobfoll?**

Os 5 princípios de Hobfoll, já anteriormente referidos, são considerados universalmente como uma base, empiricamente comprovada, a ser usada para orientar e informar a intervenção e a prevenção nos cenários de crise (Hobfoll, et al. 2007). Estes princípios foram elencados durante a reunião, providenciada por Hobfoll, de um painel mundial de especialistas no estudo e tratamento de pessoas expostas a crises (Ordem dos Psicólogos Portugueses 2020). Os princípios são os seguintes:



*Figura 2 - 5 Princípios de Hobfoll*

De seguida, são descritos os 5 princípios de Hobfoll.

**1) Promover o sentimento de segurança;**

É normal os desastres e os eventos fortemente violentos ameaçarem a vida das pessoas, dos seus entes queridos e dos bens a que dão mais valor.

A exposição a eventos potencialmente traumáticos pode resultar em desequilíbrios emocionais. A ansiedade é um sentimento natural e é uma resposta de defesa natural do corpo. No entanto, este estado de desequilíbrio pode afetar negativamente a funcionalidade do indivíduo, afetando o sono, a alimentação, hidratação, a cognição e a performance nas tarefas mais simples (Zayfert e DeViva 2005). É, por isso, essencial minimizar a exposição a perigos, incluindo os relacionados com o evento potencialmente traumático e outros que possam comprometer a condição física e emocional. O sentimento de segurança contribui para a redução da ansiedade e por consequência, normaliza a situação emocional do indivíduo. Está comprovado que os eventos potencialmente traumáticos mais violentos, como as violações, desenvolvem muito cedo sintomas de PSPT. Esta reação é normal, mas se o indivíduo não for estabilizado precocemente, vai contrair um risco considerável de desenvolver esta doença no futuro de forma mais permanente (Mcnally, Bryant e Ehlers 2003). Algumas práticas de relaxamento, como técnicas de respiração (Carlson, et al. 2004), visualização de imagens e música (Roffe, Schmidt e Ernst 2005) podem contribuir para a promoção da calma. É importante que a vítima do evento potencialmente traumático não generalize o perigo, deve entender que o episódio testemunhado foi um evento singular

(por exemplo, a ponte que ruiu não era segura, mas as outras são; a noite passada não foi segura, mas as outras noites não são assim).

Podem ser necessários apoios logísticos, médicos e psicológicos para restabelecer o sentimento de segurança e garantir que nada essencial irá faltar.

## **2) Promover a calma**

Uma vez restabelecidas as condições e o sentimento de segurança, afigura-se possível fazer a promoção da calma. A hiperexcitação pode levar um indivíduo a interpretar sinais normais como ameaçadores ou perigosos, aumentando assim os níveis de stresse. A promoção da calma está intimamente relacionada com a capacidade de escutar ativamente e com o objetivo de melhor compreender as emoções desencadeadas pelo evento. Este diálogo deve ser voluntário e esta preocupação deve ser constante, uma vez que os indivíduos podem perder o sentimento de calma passados alguns dias ou semanas devido a uma sobrecarga emocional, ou um evento que despolette recordações do incidente crítico, pelo que é crucial fazer o acompanhamento e a monitorização deste sentimento (Beja, et al. 2018).

## **3) Promover o sentimento de autoeficácia e eficácia coletiva**

O sentimento de autoeficácia está relacionado com o sentimento que o indivíduo tem de chegar a resultados positivos provenientes dos seus pensamentos e ações. A autoeficácia relacionada com o trauma está intimamente relacionada com o restabelecimento de relacionamentos pessoais e profissionais. As pessoas devem ser capazes de, por si, superarem ameaças e resolver os seus problemas, idealmente em níveis idênticos aos anteriores ao incidente. Tendo em conta que a maioria das pessoas viveu uma vida normal até ao acontecimento da catástrofe, uma técnica adequada será relembrá-las desse período e do quanto elas eram eficazes, sendo que, se uma vez o foram, podem voltar a sê-lo.

A autoeficácia concorre para a eficácia de grupo, sendo que quando a resolução de problemas vai para além da capacidade individual, são necessários parceiros com quem colaborar (Benight 2004). O sentimento de que o apoio coletivo está disponível em caso de necessidade mitiga a perceção de vulnerabilidade e compele os indivíduos a fazer atividades que de outra forma seriam consideradas perigosas, coisas simples como nadar numa piscina. Nadar pode ser uma experiência prazerosa e relaxante, mas se um indivíduo tiver medo de se afogar e se sentir sozinho, pode nunca o experienciar.

#### **4) Promover a conexão**

A vítima do evento potencialmente traumático deve ser motivada e ajudada a restabelecer o contacto com familiares ou amigos, ou até mesmo com outros serviços de apoio. Podem ser exploradas algumas necessidades para incitar esta conexão. Por exemplo, indicar à vítima do evento potencialmente traumático onde pode obter água potável ou a quem pedir cobertores para se aquecer. Este processo contribuirá para que a pessoa se conecte ao invés de se isolar (Benight 2004). Foi comprovado ao longo dos tempos, que os ex-combatentes com tendências para o isolamento desenvolvem mais frequentemente PSPT. Após o 11 de setembro, uma das mais comuns respostas de *coping*<sup>2</sup> foi facilitar a conexão das pessoas aos seus familiares (Bleich, Gelkopf e Solomon 2003).

#### **5) Instigar a esperança**

É importante, por fim, desenvolver um sentimento de esperança, positivo e realista, acerca da recuperação do evento e perspectiva de futuro. Aqueles que permanecem otimistas após os eventos potencialmente traumáticos estão mais propensos a obter resultados positivos no futuro. Como as pessoas não estão, por norma, treinadas para lidar com desastres, não sabem lidar com as suas consequências, sendo a perda de esperança um dos primeiros efeitos. A esperança é definida como uma expectativa positiva, orientada para uma ação da qual se prevê um resultado positivo (Haase, et al. 1992). Como num jogo de futebol, uma equipa que não tenha esperança de vencer, estará muito menos motivada para investir na vitória. Muitas vezes a falta de esperança leva a que os indivíduos não lutem pelos seus objetivos, estejam derrotados à partida e por isso não tomem ações. É importante que quem presta apoio psicológico passe a mensagem de que as coisas vão melhorar, que acredita que a pessoa socorrida vai ser bem-sucedida. Muitas pessoas têm tendência a ser pessimistas, catastrofistas, ao invés de estarem preparadas para o pior cenário – “eu nunca vou conseguir trabalhar novamente... eu nunca vou estar apto a constituir família novamente... perdi a minha casa e nunca conseguirei obter outra” – estes são pensamentos errados que não trazem benefícios. As pessoas devem acreditar em resultados positivos para lutar por eles.

---

<sup>2</sup> *Coping* é definido como a habilidade para lidar eficazmente com algo difícil (Aldwin 2007).

A implementação de um *coping* construtivo e a promoção de um sentimento de conforto faz com que os indivíduos tenham uma postura mais segura e ativa, sendo para eles mais fácil ultrapassar adversidades. Estas situações tornam as pessoas mais tolerantes aos acontecimentos stressantes e por consequência, apresentam níveis de bem-estar superiores (Vilhena 2005).

Pensamentos positivos originam resultados positivos.

### **2.3.5. O que é apoio psicossocial?**

O Comité Internacional da Cruz Vermelha (2018) define o apoio psicossocial como um processo que tem o objetivo de facilitar a resiliência dentro de indivíduos, famílias e comunidades. Tem como desiderato permitir que as famílias recuperem do impacto das crises e de as ajudar a lidar com eventos similares no futuro. Deve ser tido em conta o respeito pela independência, a dignidade e os mecanismos de sobrevivência dos indivíduos e das comunidades, servindo o apoio psicossocial para promover a restauração da coesão social e das infraestruturas.

Portanto, o apoio psicossocial ajuda as pessoas a recuperar após uma interrupção da sua vida causada por uma crise. Sociedades como a Cruz Vermelha e o Crescente Vermelho realizam intervenções de apoio psicossocial baseadas nas comunidades, fortalecendo os laços sociais das pessoas, contribuindo assim para o bem-estar na vertente psicossocial. O fundamento é a capacidade de as pessoas cuidarem de si e de terceiros, aumentando a autoconfiança e os recursos pessoais e comunitários, simultaneamente. Recuperações positivas fortalecem a capacidade de lidar com desafios futuros, ou seja, fomentam a resiliência. O apoio social pode ainda ser tipificado como preventivo ou curativo, caso ocorra antes ou após um desastre, respetivamente e contribuindo em ambos os casos para a resiliência, uma vez que após os desastres podem ocorrer novos desastres (International Federation Reference Centre for Psychosocial Support 2009).

### **2.3.6. Quem providencia apoio psicossocial?**

O apoio psicossocial é por norma fornecido às populações afetadas por intermédio de organizações treinadas e vocacionadas para o socorro na sua generalidade e também por elementos especializados, numa fase posterior e se necessária. Nas sociedades existem procedimentos que acionam estas organizações que são, geralmente, respeitadas e dignas de confiança e reconhecimento pela população (International Federation Reference Centre for Psychosocial Support 2009).

A principal qualidade de um provedor de PSP é a vontade de querer ajudar terceiros. Deve também ter características como ser acessível, ter a capacidade de permanecer calmo e focado numa situação de crise e ser detentor de uma boa capacidade como ouvinte. Deve ter uma atitude carinhosa, mostrar bondade, paciência, imiscuir-se de julgamentos, por forma a ter empatia. A par disso, é necessário ter um bom autoconhecimento, saber as suas limitações e autocuidar-se por forma a evitar o *burnout* e manter-se saudável (Hansen 2018).

### **2.3.7. Qual é a importância da formação?**

O fornecimento de apoio psicossocial a indivíduos ou populações afetadas por crises e eventos críticos requer conhecimento por forma a identificar reações e providenciar a ajuda adequada para lidar com os desafios consequentes. É por isso importante fornecer formação às entidades que prestam estes socorros, por várias razões como (Lee, et al. 2017):

- Ser frequente, quando não existe formação, associar o apoio psicossocial a abordagens psicológicas normais, como intervenções terapêuticas individuais. Os PSP são bastante diferentes na sua génese, pois têm um período temporal e objetivos diferentes da psicoterapia, sendo vocacionados para identificar reações normais provocadas por eventos potencialmente traumáticos, apoiar os prestadores de socorro e a população afetada;
- Ser importante capacitar os prestadores de socorro com capacidades para conseguir responder às necessidades psicossociais de forma a aumentar o

bem-estar numa situação de crise e após a mesma, criando recursos para responder a novas crises.

É igualmente necessário que as atividades de treino sejam previstas no planeamento das respostas e que estas sejam vocacionadas para diferentes cenários. O orçamento e o tempo adjudicado devem abranger todo o ciclo de treino, desde a preparação, à execução, avaliação e relatórios (International Federation Reference Centre for Psychosocial Support 2009).

O treino baseado em atividades de simulação está identificado como benéfico para a passagem de conhecimento e na aquisição de competências. A dramatização permite criar cenários, aumentando o nível de realismo e tendo por consequência o aumento da compreensão daqueles que prestam socorro nos ambientes mais adversos. O treino padronizado permite que todos os elementos tenham as mesmas ferramentas para atuar numa situação de crise e que a interoperabilidade seja possível, havendo compreensão quanto às intervenções psicossociais aplicadas e sinergias (Lee, et al. 2017).

Frequentemente o aumento dos níveis resiliência estão associados à autoestima e à perceção de coesão de grupo. Este aumento é verificado, por exemplo, no âmbito do treino militar, o fato de serem superados obstáculos e o fato de o ser feito em conjunto, traz esses benefícios ao nível individual e coletivo (Sales, Saraiva e Faisca 2017).

Uma formação eficaz contribui para uma melhor eficiência dos colaboradores, do uso dos recursos humanos e materiais e também para uma mais fácil adaptação a novos processos e novos cenários (Muralha 2017).

### **2.3.8. O que são autocuidados?**

Um operacional pertencente a um APC, como qualquer ser humano, é afetado por aquilo que vê ou escuta enquanto envolvido numa operação de socorro. Mesmo sendo alguém a prestar ajuda ao próximo, é importante prestar atenção ao bem-estar pessoal. É necessário haver um cuidado pessoal para que possa haver cuidados a terceiros. Para prestar auxílio numa situação de crise é importante estar bem informado sobre a crise, sabendo os diferentes objetivos e responsabilidades dos restantes órgãos em operações, para que haja sinergias. É igualmente importante fazer uma autoavaliação

da própria saúde e da situação familiar e pessoal, uma vez que esta pode influenciar o emprego operacional. A título de exemplo, um operacional que tem uma perna partida, que sofre de depressão ou que acabou de perder a sua família, nessa mesma crise pode não estar em condições de auxiliar terceiros, podendo contribuir para repercussões negativas para ele próprio e/ou terceiros. Trabalhar com vítimas em sofrimento é difícil, podendo levar a sentimentos de culpa, tristeza e frustração por se considerar que não se fez o suficiente (Organização Mundial da Saúde 2015). Os traumas físicos e psicológicos, interdependentes ou não, podem ter o mesmo resultado quanto à disfuncionalidade de uma pessoa.

A OMS (2015) identifica como principal fonte de stresse o trabalho quotidiano, particularizando o cenário de crise. A pandemia COVID-19 afigura-se um bom exemplo para retratar isso mesmo. O trabalho do Sistema Nacional de Saúde, bem como das Forças de Segurança e das Forças Armadas, entre os demais, foi caracterizado pela ausência de horários, a privação de estar com as famílias e de descanso, o lidar diariamente com a desgraça alheia, etc., sempre com o objetivo de salvar vidas. Vários fatores como o distanciamento físico, a descontinuidade dos serviços de saúde em geral e saúde mental em particular, a preocupação de se infetar ou de infetar terceiros, potenciados pelo prolongar do tempo, podem ser causadores de sentimentos como o medo, a tristeza e a ansiedade, que por sua vez são causadores de stresse. Estes fatores podem revelar-se agravantes e incapacitantes, provocando potenciais transtornos mentais em todas as faixas etárias (Organização Pan-Americana da Saúde 2020). A COVID-19 veio a adicionar aos fatores de stress já existentes mais desafios complexos do foro pessoal e profissional. As consequências anteriormente descritas podem repercutir efeitos negativos no desempenho do papel destes operacionais e comprometer os cuidados prestados a terceiros (ANEPC e OPP 2021).

A OMS (2015) apresenta as seguintes sugestões para a gestão do stresse próprio:

- Pensar nas estratégias utilizadas no passado que ajudaram a ultrapassar problemas no passado e a fortalecer-se;
- Reservar tempo para comer, descansar e relaxar, mesmo que por períodos curtos;

- Manter uma carga de horário e de trabalho razoáveis, distribuindo – caso seja possível – o trabalho entre colegas. Na crise deve-se trabalhar por escalas e com períodos regulares de descanso;
- No caso de se sentir incompetente ou frustrado por não conseguir ajudar todas as pessoas em todos os seus problemas deve lembrar-se que isso não é da sua responsabilidade. Deve focar-se em ajudar as pessoas a ajudarem-se a si mesmas;
- Reduzir o consumo de álcool, cafeína, nicotina e não tomar medicamentos sem prescrição médica;
- Verificar os estados dos colegas e permitir que estes o ajudem, cultivando um clima de entreajuda;
- Conversar com familiares e amigos que confie para apoiá-lo.

Querer ajudar terceiros é uma característica humana. As pessoas integradas em órgãos que prestam socorros têm geralmente gosto em fazê-lo, sentindo prazer e tendo um sentimento de propósito. Muitas vezes eles próprios já passaram por experiências pessoais difíceis e querem por isso ajudar pessoas em situações similares. É possível que estas experiências influenciem positivamente ou negativamente o processo de socorro, podendo levar a uma melhor compreensão da situação ou à assunção de falsas suposições quanto à pessoa em sofrimento. Muitas vezes os incidentes desafiam os padrões morais e as atitudes de quem presta socorro, como quando se assiste uma família que sofreu um homicídio/violação no seu seio, provocado/a por outro elemento da mesma família. Estas situações podem obscurecer a leitura da situação, dificultando a visualização da ajuda necessária e o discernimento na tomada de decisão, tendo como consequência não raras vezes a sujeição das pessoas ao perigo. Muitos operacionais evitam trabalhar com crianças quando estas estão feridas ou sofreram abusos, por ser uma situação extremamente angustiante. É por isso importante haver autoconhecimento quanto aos limites para poder encontrar o momento de encaminhar uma situação para outra ajuda, ou mesmo para o próprio procurar ajuda (Hansen 2018).

São, na tabela abaixo, descritos alguns sintomas de stresse e *burnout*, que devem ser monitorizados num contexto de autocuidado, mas que podem também servir para identificar a patologia de outras pessoas:

<b>Sintomas de stresse e <i>burnout</i></b>
<b>Físicos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dificuldade em dormir;</li> <li>▪ Problemas de estômago, diarreia ou náuseas;</li> <li>▪ Frequência cardíaca elevada;</li> <li>▪ Sensação de cansaço;</li> <li>▪ Tensão e tremores musculares;</li> <li>▪ Dor nas costas e no pescoço devido à tensão muscular;</li> <li>▪ Dores de cabeça;</li> <li>▪ Facilidade em ficar assustado.</li> </ul>
<b>Emocionais</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mudanças de humor;</li> <li>▪ Irritação fácil;</li> <li>▪ Raiva;</li> <li>▪ Depressão, tristeza;</li> <li>▪ Ansiedade;</li> <li>▪ Desequilíbrio emocional (falta de emoção ou demasiada sensibilidade).</li> </ul>
<b>Mentais</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Falta de concentração;</li> <li>▪ Sentimento de confusão;</li> <li>▪ Pensamentos desorganizados;</li> <li>▪ Esquecimento frequente;</li> <li>▪ Dificuldade na tomada de decisão;</li> <li>▪ Sonhos ou pesadelos;</li> <li>▪ Pensamentos intrusivos e involuntários.</li> </ul>
<b>Espirituais</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sentimento de vazio;</li> <li>▪ Perda de significado;</li> <li>▪ Sentimento de desânimo e perda de esperança;</li> <li>▪ Cada vez mais negativo sobre a vida;</li> <li>▪ Dúvida;</li> <li>▪ Raiva de Deus;</li> <li>▪ Alienação e perda de senso de conexão.</li> </ul>
<b>Comportamentais</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assumir riscos, por exemplo conduzindo imprudentemente;</li> <li>▪ Comer em demasia ou insuficientemente;</li> <li>▪ Aumento do tabagismo;</li> <li>▪ Falta de energia;</li> <li>▪ Hiperalertismo;</li> <li>▪ Agressão e explosões verbais;</li> <li>▪ Uso de álcool ou drogas;</li> <li>▪ Comportamento compulsivo, ou seja, tiques nervosos e estimulação</li> <li>▪ Isolamento social.</li> </ul>

*Tabela 4 - Sintomas de stresse e burnout em contexto de autocuidados  
(adaptado de Hansen 2018)*

As pessoas têm capacidades diferentes de resistir emocionalmente a eventos traumáticos. A essa capacidade, comumente designada por resiliência, está relacionada a capacidade de manter um equilíbrio estável, sem que o rendimento seja afetado por situações potencialmente traumáticas. As pessoas resilientes mantêm-se em níveis funcionais ao contrário de outras que passam por um período disfuncional (Sá, Werlang e Paranhos 2008). Por este motivo, importa que os Agentes de Proteção Civil sejam resilientes, mantendo-se funcionais durante situações de crise.

Ao longo da vida, as pessoas vão sendo confrontadas com perdas de amigos próximos e familiares. Vão assim desenvolvendo respostas próprias, diferentes de pessoa para pessoa. Algumas desenvolvem stress do qual nunca voltam a recuperar, outras sofrem menos e por um período muito mais curto de tempo. Outras aparentam lidar bem com a crise, mas começam a desenvolver patologias, dificuldades na concentração e em disfrutar a vida como dantes. Os termos resiliência e recuperação têm significados diferentes. Recuperação pressupõe que o indivíduo perca a sua funcionalidade e a volte a recuperar. A resiliência, por sua vez, é a capacidade de manter um equilíbrio estável. A resiliência pode ser aprimorada com um conjunto de estratégias que desenvolvem um indivíduo ou sociedade, ou seja, a capacidade de obter resultados positivos perante a exposição a circunstâncias difíceis ou desfavoráveis (Bonanno 2004).

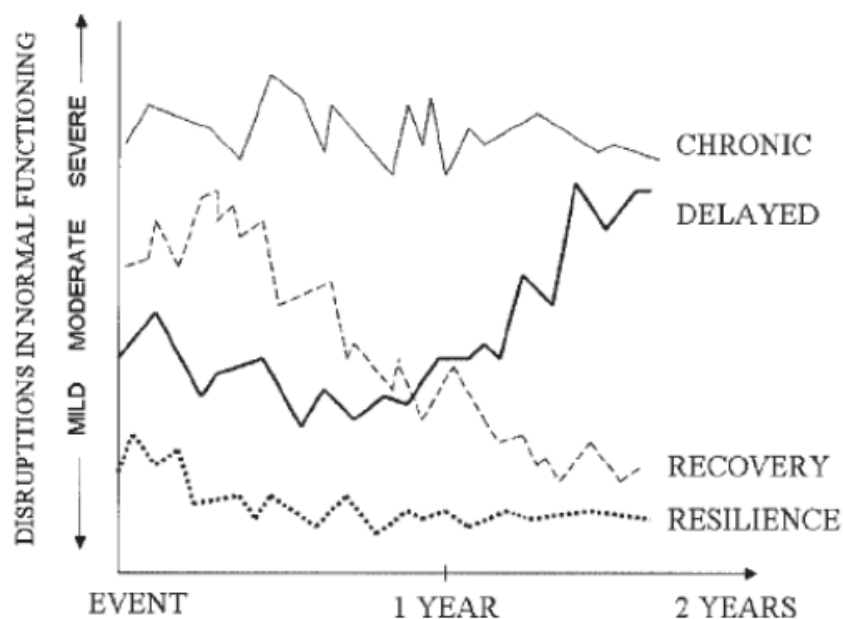


Figura 3 - Padrões de interrupção no funcionamento normal ao longo do tempo após perda interpessoal ou eventos potencialmente traumáticos (Bonanno 2004)

A figura supra demonstra padrões que se verificam na funcionalidade dos indivíduos ao longo do tempo perante diferentes níveis de trauma. Se a perturbação for de tal forma elevada, provocará tendencialmente uma disfunção crónica na vítima (linha “*chronic*”). Perturbações moderadas podem provocar disfunções agravadas a médio e longo prazo se não forem tratadas precocemente (linha “*delayed*”). Se a perturbação for moderada e existir um bom apoio psicossocial ou a autoadoção de estratégias de *Coping*, por exemplo, vai originar uma recuperação da funcionalidade do indivíduo (linha “*recovery*”). Se o indivíduo for possuidor de resiliência, a perturbação será tendencialmente percecionada como ligeira e não trará disfuncionalidade (linha “*resilience*”).

### 2.3.8 Modelos de intervenção psicológica

Vários são os modelos de intervenção psicológica em crises/catástrofes. Todos os modelos têm princípios e fundamentos comuns que são universalmente aceites. Outra particularidade que têm em comum é que são todos faseados, ou seja, a intervenção obedece a um conjunto definido de passos por forma a ajudar as vítimas em crise. A diferença entre os vários modelos assenta no número de fases e em algumas especificidades da intervenção (Serra, et al. 2015).

Os princípios podem ser definidos como normas ou ideias transversais que norteiam o pensamento e a conduta, são preposições elementares que servem de base ao estudo de uma arte ou ciência (Léxico - Dicionário de Português Online s.d.). A seguinte tabela pretende sintetizar os princípios comuns aos modelos de Intervenção Psicológica na Crise.

<b>Princípios comuns aos modelos de Intervenção Psicológica na Crise</b>	
Segurança	Assegurar a proteção e o bem-estar físico.
Proximidade	O auxílio realiza-se em cenários próximos do acidente, devendo evitar-se o deslocamento para centros de saúde mental, sob pena de “patologizar” a vítima.
Oportunidade	A intervenção deve ser precoce e diligente, a fim de aliviar os sintomas e prevenir uma futura cronicidade.
Normalizar	É importante não rotular ou superdiagnosticar sujeitos feridos como doentes, pacientes ou com reações anormais.

Ativação	Devem ser ativados os recursos da vítima e do seu agregado social/familiar para encarar e superar a situação, por forma a que a pessoa restabeleça o seu nível de funcionamento anterior.
Simplicidade	Dar mensagens simples, breves e diretas.
Flexibilidade	Se as circunstâncias o necessitarem, deve adaptar-se a estratégia do plano estabelecido.

*Tabela 5 - Princípios comuns aos modelos de Intervenção Psicológica na Crise  
(adaptado de Baloian, et al. 2007)*

Os fundamentos, por sua vez, são bases ou alicerces que justificam o modo de atuação (Léxico - Dicionário de Português Online s.d.), neste caso, da Intervenção Psicológica na Crise. A seguinte tabela procura elencar uma série de fundamentos, que não deixam de ser regras comuns e que o agente que presta auxílio psicológico na crise deve verificar sempre.

<b>O que se deve fazer</b>	<b>O que não se deve fazer</b>
Respeitar a privacidade e não divulgar a história da(s) vítima(s);	Quebrar a regra da confidencialidade, a menos que haja uma boa razão;
Dar apoio prático e emocional;	Indagar muito aprofundadamente;
Comportar-se adequadamente, considerando o género, cultura e idade;	Mostrar desrespeito ou explorar a relação como ajudante;
Ouvir ativamente;	Estar distraído e pensar noutras coisas enquanto alguém diz algo importante;
Estar atento e deixar de lado preconceitos;	Julgar alguém pelas suas ações e sentimentos;
Respeitar o direito de as pessoas fazerem as suas próprias decisões e facilitar a autoajuda por forma a que resolvam os seus próprios problemas;	Dizer a outra pessoa o que fazer ou como fazer para resolver os seus problemas pessoais;
Ser honesto e digno de confiança;	Fazer falsas promessas ou dar informação falsa;
Ajudar as pessoas nas suas necessidades básicas;	Pedir dinheiro ou favores em troca de as estar a ajudar;
Saber quando algo é demasiado difícil para lidar sozinho;	Sobrestimar as suas próprias capacidades;
Deixar claro às pessoas que mesmo que não queiram a sua ajuda, podem pedir auxílio futuramente;	Continuar a pressionar se a pessoa não quiser ajuda;
Finalizar a ajuda de forma respeitosa.	Acabar a ajuda de forma abrupta, sem dar informação acerca de apoio futuro.

*Tabela 6 - Fundamentos a utilizar em situação de crise  
(adaptado de Baloian, et al. 2007)*

De seguida são apresentados alguns modelos de intervenção na crise, cada um com as suas especificidades, sendo eles os seguintes:

- Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts (1991);
- Modelo SAFER-R<sup>3</sup> de George S. Everly (2001);
- Modelo dos Primeiros Socorros Psicológicos de Brymer (2006);
- Modelo de Intervenção de Curbside Manner (2012);
- Modelo de Tarefas de Myer. Lewis & James (2013).

### 2.3.8.1. Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts (1991)

Este modelo é vocacionado para ajudar as vítimas de crise na fase aguda da perturbação psicológica. Compreende as seguintes fases:

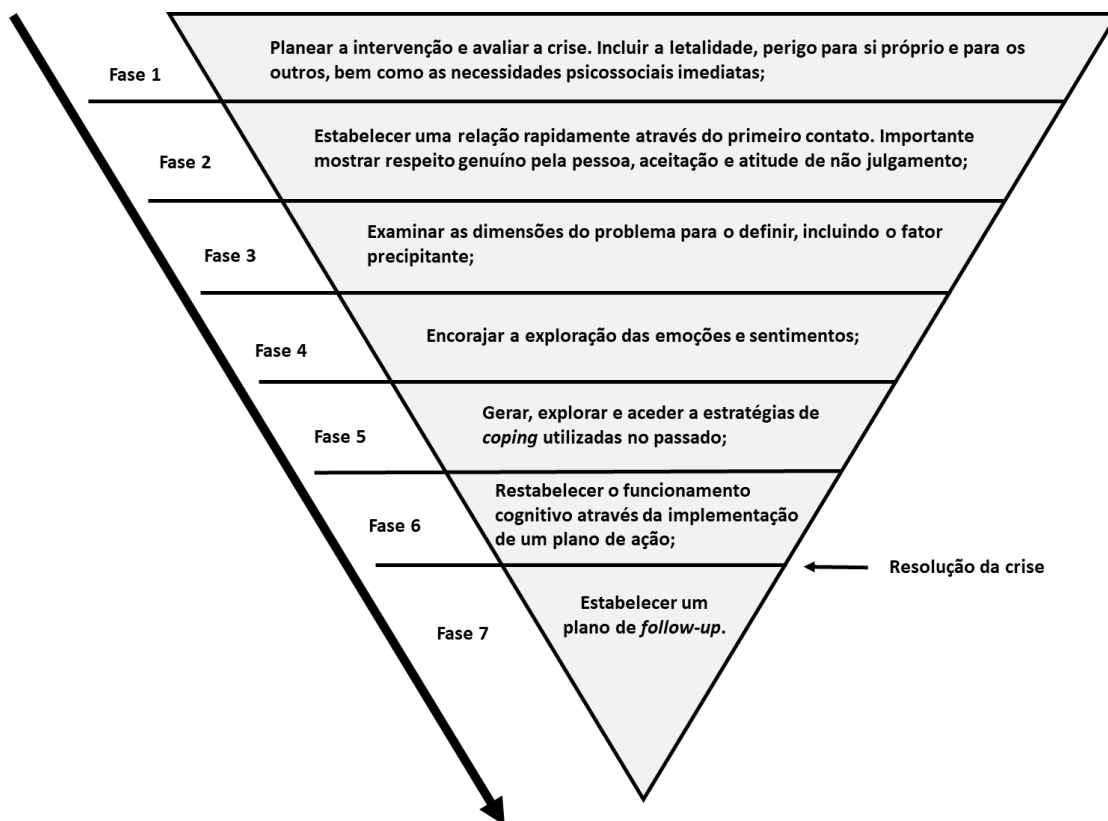


Figura 4 - Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts  
(Adaptado de Serra, et al. 2015)

<sup>3</sup> SAFER-R – *Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping Recovery or referral*

### **1) Planear a intervenção e avaliar a crise (incluindo a letalidade, perigo para si próprio e para os outros e as necessidades psicossociais imediatas)**

Esta fase e a segunda ocorrem muitas vezes em simultâneo. Contudo, é necessário primariamente saber se existe risco iminente. Os psicólogos treinados para estas situações devem fazer uma avaliação rápida preliminar e contínua às vítimas em crise. Se houver indícios de risco iminente de suicídio ou homicídio, deverá ser contactada a emergência médica, mantendo comunicação constante até à chegada das equipas médicas.

A identificação deste risco tem em conta as seguintes avaliações:

- Se a vítima sofreu traumas físicos e necessita de intervenção médica;
- Se a vítima está a pensar suicidar-se;
- Se a vítima está a automutilar-se;
- Se a causa da crise ainda está presente ou se pode regressar;
- Se a vítima está sob a influência de drogas;
- Se a vítima está em surto psicótico com alucinações.

### **2) Primeiro contacto e rápido estabelecimento da relação (mostrar respeito genuíno pela pessoa, aceitação e atitude de não julgamento)**

Esta segunda fase materializa o primeiro contacto com a vítima. A principal tarefa é criar uma relação de confiança, baseada no respeito e na aceitação da vítima. É importante para a vítima ouvir que tem a possibilidade em ser ajudada e, se for o caso, que fez bem em contactar o serviço a fim de solicitar apoio.

### **3) Examinar as dimensões do problema para defini-lo (incluindo o fator precipitante)**

É necessário nesta fase identificar a causa da situação traumática, quais são os mecanismos de *coping* passados, perigosidade ou letalidade. Estes itens devem ser explorados com questões diretas, com enfoque no agora e no como, em vez do passado e no porquê.

### **4) Encorajar a exploração de emoções e sentimentos**

Esta fase, apesar de estar muito relacionada com a fase anterior, aparece como uma fase distinta com o objetivo de não negligenciar a exploração das emoções e dos sentimentos. Muitos psicólogos tendem a focar-se em demasia no fator precipitante do trauma, descorando a parte emotiva. É terapêutico para a vítima expressar as suas

emoções num ambiente privado e sem julgamento associado. As principais recomendações são no sentido de privilegiar a escuta ativa e a validação. Isto implica que o psicólogo escute e que dê de forma empática suporte às reflexões da vítima.

#### **5) Gerar, explorar e aceder a estratégias de *coping* utilizadas no passado**

A maior parte dos jovens e adultos desenvolvem ao longo da sua vivência estratégias para lidar com os problemas. Os eventos exigentes, de forma geral, tornam-se crises emocionais quando as estratégias habituais não funcionam. Será por isso necessário, na intervenção na crise, identificar e alterar de forma consciente algumas estratégias de *coping*. É importante ajudar a vítima a encontrar novas formas de lidar com um problema novo e entender se já foram utilizadas técnicas semelhantes que possam ser úteis.

#### **6) Restabelecer o funcionamento cognitivo através da implementação de um plano de ação**

Para a implementação de um plano de ação, a vítima deverá ser capaz de entender a razão de um evento específico ter despoletado a crise, entender o que poderá fazer para lidar com essa situação eficientemente e ser capaz de utilizar essas estratégias/técnicas para eventos semelhantes futuros.

#### **7) Estabelecimento do plano de *follow-up***

Nesta última fase deve ser implementado um sistema de seguimento. Pode ocorrer por iniciativa da vítima contactando o apoio sempre que o queira e/ou estabelecendo um agendamento de sessões ou telefonemas em datas específicas.

### **2.3.8.2. Modelo SAFER-R de George S. Everly (2001)**

O modelo SAFER-R<sup>4</sup> foi desenvolvido com vista à intervenção individual e contém as seguintes fases (Everly e Mitchell 2017; International Critical Incident Stress Foundation s.d.; Queirós e Passos s.d.):

#### **1) Estabilização (*Stabilization*)**

A fase estabilização prevê a introdução a abordagem e identificação de necessidades básicas, como a segurança, alimentação, conforto. Deve ser privilegiado,

---

<sup>4</sup> Este é o modelo em uso pelo Centro de Psicologia Aplicada do Exército, como será abordado mais à frente.

se possível, que o socorro seja prestado por alguém conhecido da vítima, ou que tenha uma relação.

## **2) Conhecimento do evento e das reações (*Acknowledgement event and reactions*)**

Em ordem a conhecer o evento, na narrativa, deve ser considerado “o quê”, “o quando” e o “a quem” ao invés do “porquê” e do “como”, que induzem a ideia de julgamento. Ou seja, deve restringir-se a fatos.

Para compreender a situação, quem presta auxílio deve estar atento a reações e ouvir ativamente as respostas da vítima.

## **3) Facilitação da compreensão/normalização (*Facilitation of Understanding*)**

Esta etapa envolve o encorajamento das emoções difíceis e a ajuda na compreensão do evento e do seu impacto. É uma fase de diálogo e esclarecimento. Como momento de normalização, são esperadas reações difíceis, que devem ser associadas ao evento e não à fraqueza da vítima.

## **4) Encorajamento do *coping* (*Encourage Effective Coping*)**

Nesta fase devem ser identificadas ferramentas pessoais de gestão do stresse. Estas ferramentas/técnicas podem incluir estratégias de gestão do tempo, alimentação, evitação de fatores de stress conhecidos, exercício físico ou catarse. Devem ainda ser identificados recursos externos de suporte.

## **5) Recuperação ou referência (*Recovery or Referral*)**

Deve aqui ser avaliada a capacidade de a vítima funcionar em segurança, havendo revisitações conforme necessário e /ou planeado.

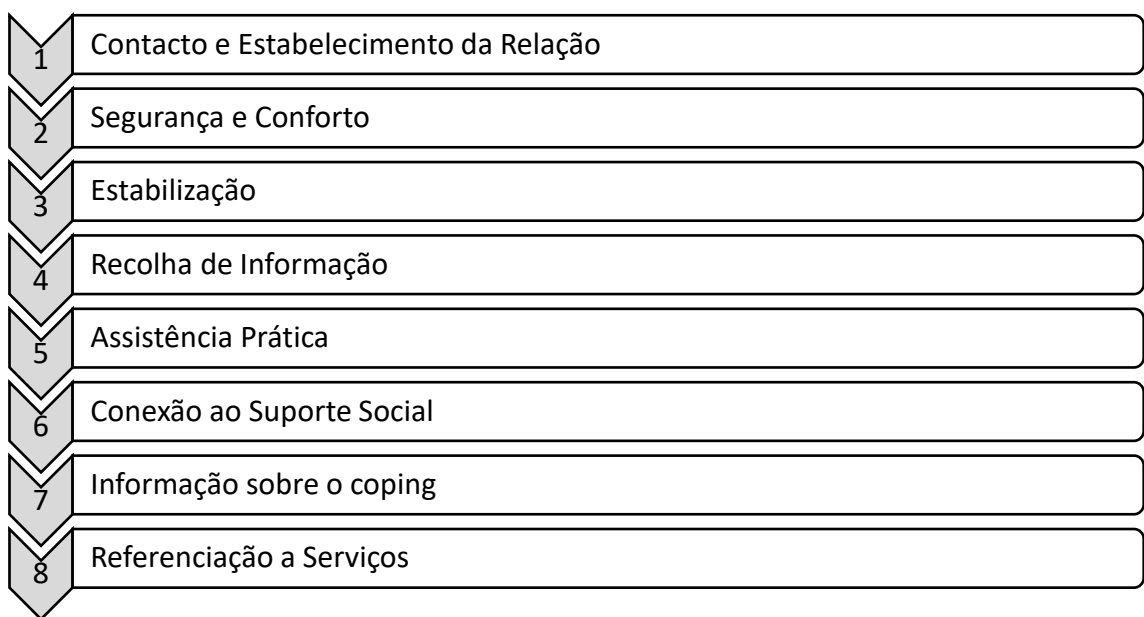
### **2.3.8.3. Modelo dos Primeiros Socorros Psicológicos de Brymer (2006)**

Este modelo é o defendido pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) (Ordem dos Psicólogos Portugueses 2020).

Segundo a OPP (2020), este modelo foi especialmente construído com o objetivo de diminuir o *distress* inicial causado por eventos potencialmente traumáticos, para promover o funcionamento adaptativo e os mecanismos de *coping* a curto e médio prazo.

O modelo está desenhado para ser usado por psicólogos e outros trabalhadores de resposta a crises, no âmbito de uma primeira resposta, sendo adequado a toda a população, crianças inclusive. Os prestadores de socorros podem pertencer a várias comunidades, como equipas de primeira intervenção, equipas de resposta a crises nas escolas, comunidades religiosas, etc. (Brymer, et al. 2006).

Este modelo, por sua vez, é constituído por 8 fases. Estas ações devem ser executadas nos primeiros momentos, dias ou semanas, após o evento potencialmente traumático. Deve haver flexibilidade na sua aplicação, sendo o tempo investido em cada fase ajustado face às necessidades. As fases são as seguintes:



*Figura 5 - 8 fases dos Primeiros Socorros Psicológicos de Brymer*

### **1) Contacto e Estabelecimento da Relação**

**Objetivo:** Estabelecer o contacto de forma empática, não intrusiva, por forma a aumentar a receptividade da vítima e criar condições para oferecer/procurar ajuda.

**Recomendações:**

- Apresentar-se e descrever as suas funções;
- Pedir autorização para se dirigir à vítima;
- Questionar se há necessidades imediatas;
- Antes de falar com crianças, se possível, solicitar autorização aos pais ou aos responsáveis;

- Ter atenção às especificidades culturais (toque, linguagem verbal e corporal);
- Assegurar a confidencialidade.

## 2) Segurança e Conforto

**Objetivo:** Promover condições de segurança, providenciar conforto físico e emocional. A sensação de conforto contribui para a redução de ansiedade e de preocupações.

### **Recomendações:**

- Garantir as condições de segurança física recolhendo as vítimas para locais seguros, removendo objetos perigosos, etc.;
- Fornecer informação sobre a assistência e dos serviços de resposta ao evento, esclarecendo, por exemplo, sobre a localização para onde vão ser movidos, quanto tempo lá vão estar, quais as condições, se será possível comunicar com terceiros, etc.;
- Garantir conforto físico com temperatura, luminosidade, mobiliário e géneros adequados;
- Promover o contacto social com as outras vítimas, fomentando a entreaajuda, o sentimento de utilidade e a distração;
- Mitigar potenciais estímulos associados ao trauma, como conversas, notícias, imagens, sons ou cheiros.

## 3) Estabilização

**Objetivo:** Acalmar e orientar as vítimas emocionalmente destabilizadas. A maior parte das pessoas que vivenciam um evento potencialmente traumático não necessita de estabilização, as emoções intensas são normais e esperadas. No entanto, a ativação fisiológica extrema pode ser disfuncional, interferindo no sono, na tomada de decisão, no desempenho das funções de parentalidade ou profissionais. A estas pessoas sim, deve ser oferecido suporte estabilizador. Sinais como o olhar vazio, a falta de resposta a estímulos verbais, desorientação choro incontrolável, hiperventilação, comportamento frenético e atividades de risco devem ser indicadores de necessidade de estabilização.

**Recomendações:**

- Respeitar a privacidade e a vontade das pessoas. Intervir apenas se for aceite. Se não for aceite, mostrar disponibilidade futura para o caso de mudança de vontade por parte da vítima;
- Mostrar-se calmo e presente. Por vezes falar com a vítima pode contribuir para a sobrecarga cognitiva e/ou emocional;
- Ir falando com outras vítimas à vista, por forma a mostrar-se disponível e prestável;
- Oferecer suporte e ajudar a vítima a focar-se em pensamentos e sentimentos específicos e objetivos;
- Dar informação que contribua para que a vítima readquira a sensação de controlo.

**4) Recolha de Informação**

**Objetivo:** Identificar as necessidades e preocupações imediatas, tendo em conta que na maior parte das intervenções, a pesquisa de intervenção é limitada no tempo e pelas necessidades das vítimas.

A pesquisa de informação pode ser feita com o objetivo de averiguar a necessidade de encaminhamento imediato, oferecer um apoio de seguimento ou determinar que primeiros socorros são mais necessários.

**Devem ser pesquisadas as seguintes áreas:**

- Natureza e severidade do incidente;
- Morte de alguém próximo;
- Preocupações acerca da vida após o evento;
- Separação ou desconhecimento acerca de ente queridos;
- Doenças e necessidades de medicação;
- Perdas de bens;
- Sentimentos exacerbados de culpa ou vergonha;
- Pensamentos de fazer mal ao próprio e/ou terceiros;
- Acesso a suporte social;
- Dependências de estupefacientes;
- Mecanismos de *coping* passados.

**Recomendações:**

- Não pedir descrições detalhadas que possam agravar o trauma;
- Seguir o discurso natural da vítima;
- Não pressionar a revelar detalhes do trauma ou perda;
- Se a vítima estiver demasiado excitada/ansiosa para falar sobre as suas experiências, deve ser orientada para se focar nas necessidades mais urgentes, sendo ajudada a fazer a sua identificação. Deve ser passada a mensagem de que oportunamente terá a possibilidade de dizer tudo o que entender, num ambiente mais seguro e resguardado.

**5) Assistência Prática**

**Objetivo:** Disponibilizar ajuda prática quanto às necessidades e preocupações imediatas. A resolução de problemas diminui o sentimento de impotência. O socorrido deve ser orientado na identificação das necessidades, na definição de objetivos realistas por forma a diminuir o sentimento de incapacidade, a aumentar as experiências de sucesso e a recuperar a sua funcionalidade.

**Recomendações:**

- Identificar as necessidades mais imediatas. Muitas vezes estas necessidades estão relacionadas com a obtenção de informação sobre entes queridos e bens;
- Clarificar a necessidade, ajudar o socorrido a definir o problema, por forma a ser encontrada uma solução mais adequada;
- Discutir o plano de ação, ajudando o socorrido a pensar no que pode ser feito. A resposta deve partir do socorrido e só depois da pessoa que presta auxílio. O socorrido deve ser esclarecido do que pode esperar dos recursos disponíveis, por forma a evitar falsas esperanças.
- Ajudar o socorrido a iniciar a ação, ajudando-o a marcar atos necessários ou no preenchimento de formulários.

## 6) Conexão ao Suporte Social

**Objetivo:** Restabelecer a ligação à rede social de suporte, incluindo família, amigos ou outros círculos importantes. Estas redes podem ajudar emocionalmente, socialmente, fisicamente, materialmente ou ainda no fornecimento de informação.

### Recomendações:

- Facilitar o acesso à rede de suporte primária;
- Discutir formas de apoio e como o procurar;
- Identificar as pessoas que podem apoiar;
- Ajudar o socorrido a pensar em como fazer as abordagens para pedir apoio.

## 7) Informação sobre o *coping*

**Objetivo:** Facultar informação acerca das reações de stresse e sobre a forma de lidar com elas, promovendo o funcionamento adaptativo. O sentimento de que se é capaz de superar problemas como a ansiedade, entre outros, favorece a recuperação

### Recomendações:

- Fornecer informação sobre as reações de stresse e de *coping*;
- Dialogar em torno das reações do socorrido, incluindo as reações negativas e positivas;
- Desaconselhar o *coping* negativo:
  - Isolamento social;
  - Evitamento extremo em pensar ou falar sobre o evento;
  - Trabalhar em excesso
  - Comportamento de raiva e violência;
  - Recurso a álcool ou drogas.
- Aconselhar o *coping* positivo:
  - Apoio social;
  - Atividades positivas de distração;
  - Estabelecer e alcançar metas;
  - Alterar prioridades;
  - Exercícios de respiração e relaxamento, descanso;

- Exercício físico;
- Elaboração de um diário;
- Aconselhamento;
- Humor.
- Aconselhar *coping* em família:
  - Retomar rotinas e hábitos familiares;
  - Assumir que pode haver diferenças nas reações e na recuperação de certos elementos na família;
  - Encorar a entendimento, a paciência, a tolerância e a cooperação;
  - Ajudar a compreender os comportamentos mais protetores como normais e efêmeros.
- Elaborar estratégias para controlo da raiva, como retirar-se de locais que a estejam a estimular, conversar sobre o que a está a despoletar, praticar exercício físico e registar esses sentimentos num diário, para melhor os compreender;
- Elaborar estratégias para normalizar o sono, como manter rotinas regulares, reduzir o consumo de álcool, reduzir o consumo de cafeína ao final do dia, praticar exercício físico, relaxar antes de dormir e criar um ambiente propício, sem ruído luminoso ou sonoro (no caso das crianças, é normal que estas queiram voltar a dormir com os pais. Deve ser consentido, a par de um plano para negociar o retorno à rotina normal);
- Evitar patologizar as reações de stress;
- Discutir formas positivas e negativas de lidar com as reações de stress;
- Compreender que a duração das reações de stresse pode depender de fatores como a gravidade da exposição ao trauma e da perda, da gravidade das adversidades após o evento e a exposição a estímulos.

## 8) Referenciação a Serviços

**Objetivo:** Informar e facilitar a ligação dos socorridos aos serviços

**Recomendações:**

- Avaliar se existem situações que requeiram a afetação de outros serviços, como problemas médicos, ameaça de o socorrido magoar-se a si ou a terceiros, uso de álcool ou drogas, negligência a adultos ou crianças, necessidade de apoio religioso, dificuldade prolongada em lidar com as reações do stresse (mais de quatro semanas);
- Reconectar o socorrido às instituições que já antes providenciavam serviços, entre elas, serviços de saúde mental, serviços médicos, serviços de suporte social, escolas e grupos de suporte a dependências;
- No caso de o socorrido ser resistente a esta ligação, deve ser sugerida uma avaliação em detrimento de tratamento e a noção de tratamento deve ser normalizada. Pode ser considerado envolver entes queridos no diálogo;
- Fornecer materiais educativos/pedagógicos;
- Desenvolver estratégias de seguimento.

### 2.3.8.4. Modelo de Intervenção de Curbside Manner (2012)

Este modelo foi desenvolvido por Richard Gist e Patricia Watson e é constituído por 5 fases – Proteção, Tranquilização, Conexão, Competência e Confiança – tendo cada uma delas uma abordagem organizada em 3 vetores – abordagem, informação e orientação (Serra, et al. 2015).

1) **Proteger**, ou seja, promover a sensação de segurança.

ABORDAGEM	INFORMAÇÃO	ORIENTAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Demonstrar respeito;</li><li>▪ Apresentar-se;</li><li>▪ Pedir e usar o nome, sempre que possível;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Perguntar sobre as preocupações;</li><li>▪ Dar informações simples e exatas sobre as atividades de socorro;</li><li>▪ Reassegurar a segurança;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Deslocar as pessoas para um lugar seguro;</li><li>▪ Dizer o que fazer e não o que não fazer;</li><li>▪ Proteger da exposição desnecessária (aos media ou a mirões).</li></ul>

2) **Tranquilizar**, pressupondo calmar, confortar e orientar.

ABORDAGEM	INFORMAÇÃO	ORIENTAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter um comportamento calmo e focado;</li> <li>▪ Respeitar as necessidades;</li> <li>▪ Tranquilizar pela presença;</li> <li>▪ Mostrar compreensão;</li> <li>▪ Validar sentimentos e preocupações;</li> <li>▪ Esperar e, quando possível, acomodar respostas emocionais intensas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fazer perguntas focadas;</li> <li>▪ Identificar e resolver as necessidades imediatas;</li> <li>▪ Atentar aos sinais de desorientação ou ao sentimento de esmagamento pelas dificuldades;</li> <li>▪ Recolher informações que possam ajudar a identificar os recursos necessários;</li> <li>▪ Fornecer informações que podem ajudar a identificar os recursos necessários;</li> <li>▪ Fornecer informações sobre o que está a fazer para ajudar;</li> <li>▪ Reassegurar adequadamente quando puder.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atender primeiro às necessidades básicas;</li> <li>▪ Enfatizar o presente, o prático e o possível;</li> <li>▪ Ajudar a pessoa a identificar e a tomar medidas significativas para se ajudar;</li> <li>▪ Orientar as pessoas para usar ações simples, para se tranquilizarem;</li> <li>▪ Utilizar a distração quando indicado;</li> <li>▪ Explicar a necessidade imediata de contenção ou realocação, se necessário;</li> <li>▪ Abordar as preocupações imediatas tão direta e rapidamente, quanto possível;</li> <li>▪ Obter ajuda de familiares e amigos;</li> <li>▪ Se dissociado ou desorientado, ajudar a pessoa a focar-se em aspetos não exigentes do ambiente à sua volta.</li> </ul>

3) **Conectar**, com a família, amigos e outras fontes de suporte.

ABORDAGEM	INFORMAÇÃO	ORIENTAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A prioridade é conectar as pessoas com a rede de suporte de confiança.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Recolher informações de contacto;</li> <li>▪ Observar se as pessoas na vizinhança podem ser um apoio;</li> <li>▪ Questionar sobre os seus suportes mais importantes (incluindo animais de estimação).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover o contacto com a família e os amigos;</li> <li>▪ Encorajar a procurar apoio daqueles que estão imediatamente disponíveis;</li> <li>▪ Solicitar voluntários apropriados quando disponíveis.</li> </ul>

- 4) **Competência**, no sentido de ajudar a melhorar a capacidade de satisfação das suas necessidades promovendo o acesso a recursos.

ABORDAGEM	INFORMAÇÃO	ORIENTAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Esforçar-se por garantir assistência prática imediata sempre que possível;</li> <li>▪ Levar as pessoas a ligarem-se aos recursos;</li> <li>▪ Não deixar a situação até que a pessoa fique acompanhada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Determinar as necessidades das pessoas, explicando qual é o seu papel e quando se irá retirar;</li> <li>▪ Fornecer informação verbal e escrita sobre os recursos existentes e incentivar a sua utilização.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fornecer itens que precisem;</li> <li>▪ Dar estratégias à pessoa de forma a ajudar-se a si própria ou a outros;</li> <li>▪ Fornecer contactos de recursos adicionais;</li> <li>▪ Referenciar as condições específicas de saúde (física ou mental).</li> </ul>

- 5) **Confiança**, ajudando a recuperar o sentido de esperança e de confiança no próprio e no futuro.

ABORDAGEM	INFORMAÇÃO	ORIENTAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter uma atitude neutra ou positiva;</li> <li>▪ Não julgar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Esclarecer mal-entendidos, boatos e distorções, sempre que possível;</li> <li>▪ Reduzir a culpa sobre as ações realizadas, se necessário.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter o foco no momento presente;</li> <li>▪ Colocar a pessoa na tarefa;</li> <li>▪ Fornecer reforço positivo para os esforços relacionados com a tarefa.</li> </ul>

### 2.3.8.5. Modelo de Tarefas de Myer, Lewis & James (2013)

Este modelo, explanado numa revisão de literatura feita por Myer, Lewis e James em 2013, identifica tarefas práticas a executar na intervenção na crise. Estas tarefas estão divididas em dois grupos – tarefas contínuas e tarefas focadas. As tarefas contínuas verificam-se durante todo o processo e garantem que as necessidades das vítimas vão sendo supridas, enquanto as tarefas focadas são incorporadas em diferentes alturas da intervenção, tendo um início e um fim, sendo concluídas antes de passar à próxima tarefa focada. As tarefas focadas, ou fases, podem ser realizadas pela ordem descrita, mas não é imperativo que assim o seja. Podem inclusivamente ser executadas em simultâneo se a situação o exigir.

<b>Tarefas Contínuas</b>	<b>Tarefas Focadas (fases)</b>
<b>Avaliação</b>	<b>Contacto</b>
Os modelos mais antigos tomavam a avaliação como uma fase preliminar e limitada no tempo. Tendencialmente, a avaliação tem se tornado numa constante em todo o processo, sendo importante avaliar o impacto das estratégias utilizadas com as vítimas, identificar se estão ou não a ser benéficas e adequá-las conseqüentemente. O objetivo da avaliação é sempre orientar o processo de intervenção.	Esta é por norma uma das tarefas iniciais, exceto se as condições de segurança não estiverem reunidas. O contacto é o estabelecimento de uma ligação que vincula o compromisso e a disposição do psicólogo para ajudar a vítima.
<b>Segurança</b>	<b>Restabelecimento do controlo</b>
À semelhança da tarefa anterior, a segurança tem tido a tendência a deixar de ser limitada no tempo da intervenção para ser considerada uma preocupação constante. Porventura as condições de segurança que se verificam num determinado momento não se verificam no momento seguinte, como é o exemplo de catástrofes provocadas por sismos/tsunamis, acidentes de viação, agressões físicas e tentativas de suicídio.	Esta fase está relacionada com a capacidade de as vítimas controlarem as suas reações à crise. Este restabelecimento de capacidades pode ser feito de duas formas, ou com a ajuda do psicólogo a restabelecer o controlo imediato da situação reorganizando o “caos do seu mundo interno” ou capacitando a vítima a resolver a crise por si, dando-lhe ferramentas para isso. Podem ser definidas estratégias básicas e diversificadas para concluir esse desiderato, sendo fundamental o compromisso da vítima a cumprir o plano, verbalmente ou através de um acordo assinado, por exemplo.
<b>Suporte</b>	<b>Definir a crise ou o problema</b>
Quanto mais grave for a crise e/ou a reação da vítima, maior será a necessidade de suporte. Muitas vezes as situações de stress devem-se à falta de suporte da estrutura social. O psicólogo deverá identificar recursos para que a vítima se sinta apoiada após a crise. Muitas vezes estes recursos podem passar pelo círculo familiar, de amigos ou outras associações. O próprio psicólogo deverá fornecer a energia, empatia e o suporte que a vítima necessita num determinado momento.	Para se resolver o problema é necessário primeiro identificá-lo, e para isso, mais a montante, há que entender a crise e o que a originou da perspectiva da vítima. Pode ser necessário visitar esta tarefa sempre que haja indícios que apontem para essa necessidade, por exemplo a adesão ao uso de substâncias tóxicas ou indícios de possível suicídio. Nesses casos será necessário redefinir o problema.

	Follow-up
	<p>Esta fase ocorre normalmente até um mês após a ocorrência do evento. Deve haver um acompanhamento, formal ou informal, acordado com a vítima. O psicólogo deve fazer várias reavaliações no sentido de apurar se a vítima está a utilizar estratégias de <i>coping</i> adequadas e a cumprir o plano de resolução da crise. Muitas vezes o acompanhamento não é facilitado, pois em situações de catástrofe ou crise é prestado o apoio e depois é perdido o contacto. Terá que haver uma passagem diferenciada para órgãos competentes ou a procura por parte da vítima de apoio.</p>

Tabela 7 - Tarefas de Myer, Lewis & James

### 2.3.9. Modelos de formação/treino

Na publicação “*A preliminary evaluation of the training effects of a didactic and simulation-based psychological first aid program in students and school counselors in South Korea*” é apresentado um programa de treino de PSP baseado em simulação para profissionais e pessoal não profissional na Coreia. Este programa consiste num *workshop* de um dia, contendo uma palestra didática de três horas e uma parte prática de simulação, também de três horas. O objetivo da parte teórica é aumentar os conhecimentos relativos à saúde mental em situação de desastre e quanto aos PSP. Inclui matérias como as respostas dos sobreviventes aos desastres, introdução aos PSP, princípios básicos, diretrizes gerais de comportamento relativas aos prestadores de socorro e autocuidados. No capítulo dos autocuidados, são abordadas as respostas comuns de stresse, cognições relacionadas com o *burnout*, estratégias individuais para o autocuidado e diretrizes institucionais para proteger os prestadores de socorros de *burnout*. A palestra acaba com diretrizes éticas quando em trabalho com sobreviventes de desastres. A parte prática tem como objetivo aumentar as competências no âmbito dos PSP. O número recomendado de formandos para estas ações é 20 a 30 pessoas, podendo ser extensível até 40. Os formandos são sujeitos a duas simulações de desastre, um natural e outro provocado pelo homem, mais concretamente, um terramoto e o

desabamento de um prédio. Para cada cenário existem cerca de 20 sobreviventes, que fazem a sua representação. Estes sobreviventes apresentam respostas emocionais e comportamentais, sendo provenientes de populações diversas, como crianças, adultos, idosos, mulheres grávidas e pessoas com deficiências (Lee, et al. 2017).

Na publicação *“A guide to Psychological First Aid”* (Hansen 2018) é apresentado um modelo de treino de PSP. Na introdução é referido que este modelo é adequado para as Sociedades da Cruz Vermelha e Crescente Vermelho, bem como outras que trabalham em situações onde os PSP possam ser relevantes. É definido ainda que os PSP são uma resposta direta e um conjunto de ações com vista a ajudar alguém em sofrimento, partindo do princípio fundamental da humanidade e da intenção de ajudar a prevenir e aliviar o sofrimento humano. O modelo de treino é modular, podendo ser feita a formação faseada. A estrutura modular é a seguinte:

Módulos		Tempo despendido	A quem se destina o treino?	Objetivos
1º	Introdução aos PSP	4 a 5h	Staff da Cruz Vermelha e voluntários	Introdução aos participantes dos PSP básicos
2º	PSP básicos	8h30	Staff e voluntários com conhecimento e experiência anterior em facultar suporte psicossocial	Introdução de técnicas básicas de PSP, apresentação de situações enfrentadas por adultos, reações a crises e como os apoiantes podem responder apropriadamente
3º	PSP para crianças	8h30	Staff e voluntários cujo trabalho envolva a interação com crianças e os seus cuidadores	Focagem nas reações das crianças ao stresse e comunicação com as crianças, pais e cuidadores
4º	PSP em grupos: suporte para equipas	21h (três dias)	Gerentes ou outros que prestem cuidados e apoio a funcionários e voluntários	Facultar PSP a grupos de pessoas que tenham experienciado eventos traumatizantes, como equipas e voluntários da Cruz Vermelha

Tabela 8 - Plano de Formação de PSP para Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho (adaptado de Hansen 2018)

Todos os módulos usam estudos de caso por forma a tornar o treino mais apropriado, aumentando o realismo e o contexto.

# CAPÍTULO 3: METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO

## 3.1. Modelo Analítico-Concetual

O presente trabalho está subdividido em 3 fases: exploratória, analítica e conclusiva. A primeira fase, que inclui os três primeiros capítulos, define primeiramente o âmbito do estudo e a problemática. Posteriormente é feito um enquadramento teórico, onde é estabelecida uma base de conceitos para o entendimento e desenvolvimento da investigação. É ainda apresentada a metodologia da investigação com o objetivo de sistematizar e justificar a análise elaborada.

Na fase analítica, que corresponde ao capítulo IV, é feita a análise de referenciais de formação, a análise das respostas ao questionário divulgado, discussão de resultados e feita uma proposta de formação.

Na fase conclusiva, correspondente ao capítulo V, são feitas considerações finais, apresentadas limitações e desafios para estudos futuros. São ainda apresentadas conclusões referentes ao assunto em estudo, verificando as hipóteses levantadas com o intuito de responder à pergunta de partida.

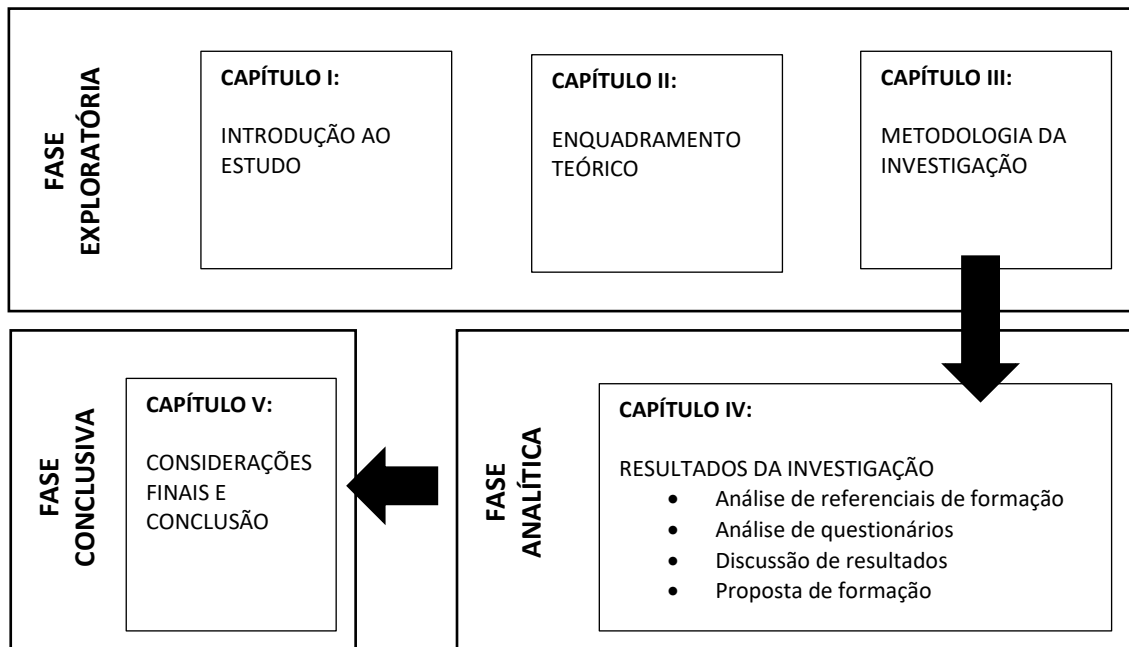


Figura 6 - Modelo conceptual

### 3.2. Análise Documental

Por forma a dar resposta à problemática, foi feita a recolha e consulta de informação pertinente relativa à área de investigação em geral. A análise documental tem por objetivo selecionar, tratar e analisar informação no seu estado bruto, tendo por base suportes estáveis com vista a extrair algum significado e conhecimento (Carmo e Ferreira 2008).

Para que fosse possível sustentar a resposta à problemática, tornou-se necessário o levantamento de fontes que sustentam a argumentação. Para isso, pretendeu-se utilizar uma abordagem qualitativa, através da análise de vários referenciais de curso, por forma a identificar qual é a formação ministrada em Primeiros Socorros Psicológicos pelos Agentes de Proteção Civil.

Os contactos iniciais com os APC foram feitos por *e-mail*, enviados formalmente pelo ISEC-Lisboa através da Professora Doutora Ana Oliveira, Coordenadora do Mestrado, a fim de solicitar referenciais de formação relacionados com as formações de base dos APC, bem como dos demais cursos nas áreas do socorrismo, psicossociologia e PSP.

A seguinte tabela sintetiza os documentos utilizados para analisar as estruturas das formações em assunto, bem como a sua forma de obtenção e a referenciação do Anexo em que estão consultáveis.

<b>Agente de Proteção Civil</b>	<b>Anexo</b>
<b>Corpos de Bombeiros</b>	
▪ Estrutura do Curso de Bombeiro Profissional	7
▪ Estrutura do Curso de Bombeiros Voluntário	7
○ Obtidas no Catálogo Nacional de Qualificações	
<b>Forças de Segurança</b>	
<b>Polícia de Segurança Pública</b>	
▪ Estrutura do Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública	8
○ Obtida no Diário da República (despacho n.º 12715/2021, de 28 de dezembro, da Direção Nacional da Polícia de Segurança Pública)	
<b>Guarda Nacional Republicana</b>	
▪ Estrutura do Curso de Formação de Guardas das Armas da Guarda Nacional Republicana	9
○ Obtida no artigo de publicação “A Formação na Guarda” (Gomes 2021)	
<b>Forças Armadas</b>	

<b>Exército</b>	
▪ Referencial da Formação Geral Comum de Praças do Exército	10
▪ Referencial do Curso de Primeiros Socorros Psicológicos	11
○ Fornecidos pelo Exército	
<b>Força Aérea</b>	
▪ Referencial do Curso de Instrução Básica da Força Aérea	12
▪ Referencial da Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato - Força Aérea	13
▪ Referencial do Curso de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros	14
○ Fornecidos pela Força Aérea	
<b>Marinha</b>	
▪ Referencial da Formação Geral Comum do referencial do Curso de Formação de Praças Manobra	15
○ Fornecido pela Marinha	
<b>Formação comum das Forças Armadas</b>	
▪ Referencial do Curso de Socorrismo	16
▪ Referencial do Curso de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	17
○ Fornecidos pelo Exército	
<b>Autoridade Marítima Nacional</b>	
<b>Polícia Marítima</b>	
▪ Estrutura do Curso de Agentes da Polícia Marítima	18
○ Obtido em Diário da República, na Portaria n.º 44/2022 de 20 de janeiro	
<b>ISN</b>	
▪ Curso de Nadador-Salvador	19
▪ Curso de Nadador-Salvador Coordenador	19
▪ Curso de Nadador-Salvador Formador	19
○ Obtido em Diário da República, Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro	
<b>INEM</b>	
▪ Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte	20
○ Obtido em <i>Website</i> <sup>5</sup>	
▪ Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro	
○ Obtido em <i>Websites</i> <sup>6</sup>	
<b>Sapadores Florestais</b>	
▪ Estrutura modular do Curso de Sapador Florestal	21
○ Obtido no Catálogo Nacional de Qualificações	

<sup>5</sup> Disponível em:

[https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs\\_ProgramaPS13\\_CursoTripulanteAmbulanciaTransporte50h.pdf](https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs_ProgramaPS13_CursoTripulanteAmbulanciaTransporte50h.pdf)

<sup>6</sup> Disponível em:

<https://www.cepsiforma.com/saude/> e <https://www.helpcare-cefope.pt/l/copia-de-curso-tripulante-de-ambulancia-de-socorro/>

### **3.3. Questionários**

Nesta investigação foi utilizado também, numa abordagem quantitativa, o método do inquérito por questionário, sendo o mais vocacionado para a recolha de dados de um vasto número de elementos pertencentes a um público-alvo. Este método tem a particularidade de o investigador e os inquiridos não interagirem em situação presencial. Devem ser respeitadas as seguintes fases: serem identificados os objetivos, formuladas as questões, selecionada a amostra, fazer a testagem do questionário e só depois a sua administração (Carmo e Ferreira 2008).

#### **3.3.1. Construção do Questionário**

O questionário<sup>7</sup> foi dividido em duas secções. A primeira secção com o objetivo de conseguir uma caracterização da amostra que representa a perceção do APC em que se insere. A segunda secção, materializando os objetivos do inquérito, com o intuito de avaliar se o inquirido considera importante estar apto a prestar PSP no âmbito da sua atividade, se recebeu formação para esse desiderato e se considera importante que tal aconteça.

Na primeira secção é feita uma caracterização do questionado, quanto ao sexo, idade, ao APC em que está inserido, ao tempo que desempenha funções nesse APC e na forma como classifica as suas funções, podendo optar entre execução/operacional, chefia/comando, apoio técnico ou outro. Esta caracterização permite perceber se os diferentes sexos, a idade, o tempo de experiência no desempenho de funções e a natureza dessas funções, proveniente do APC em si ou do tipo de tarefas que nele desempenha, pode ou não moldar a avaliação/julgamento que o inquirido atribui às diferentes questões colocadas na secção seguinte.

Na segunda secção, que materializa os objetivos da investigação, são colocadas várias questões ao inquirido tendo em conta a linha de investigação proposta. Com o objetivo de as respostas terem uma base comum, foi colocada a definição adotada de PSP no início desta secção, estando disponível para consulta durante toda a execução

---

<sup>7</sup> Anexo 1 - Questionário sobre a Formação em Primeiros Socorros Psicológicos nos Agentes de Proteção Civil

da mesma. Optou-se por um conceito moderno, abrangente e sucinto por forma a ser adequado a todos os APC, perceptível a todos os inquiridos e prático para a leitura e revisão caso necessário durante a elaboração do questionário.

***“Os primeiros socorros psicológicos são o primeiro socorro a uma pessoa em sofrimento. Envolve prestar atenção às reações da pessoa, ouvir ativamente e, se necessário, fornecer assistência prática, como, por exemplo, resolução de problemas ou ajuda para aceder a necessidades básicas”*** (Hansen 2018).

O questionário foi feito e disponibilizado na plataforma digital *Google Forms*, sendo uma ferramenta atual, flexível, automatizada e que garante o anonimato do inquirido.

### **3.3.2. Seleção da amostra**

Neste trabalho é usado o método de amostragem aleatória simples, que tem como principal característica o facto de a probabilidade de retirar uma determinada amostra de um universo ser igual a qualquer outra (Hill e Hill 2008). Desta forma, pretendeu-se que fosse enviado o questionário de forma universal e o mais abrangente possível aos operacionais dos APC.

Optou-se assim por enviar os questionários para todos os APC à exceção da ANAC, visto que a sua atuação como APC tem uma natureza técnica e diretiva e por fazerem recrutamento de técnicos já especializados e formados que não têm interação direta com vítimas de eventos potencialmente traumáticos. O envio destes questionários foi feito institucionalmente no final do mês de julho de 2022, partindo da estrutura do ISEC-Lisboa para os diversos comandos dos APC, por forma a que a divulgação dos questionários fosse formalmente autorizada e que a mesma fosse feita pelos meios internos das instituições. As Forças Armadas (FFAA), a Guarda Nacional Republicana e a Autoridade Marítima Nacional fizeram a divulgação interna do questionário. O ICNF deferiu o pedido e disponibilizou uma lista com 247 Entidades Gestoras de Sapadores Florestais para as quais foi enviado o pedido de divulgação do questionário. Paralelamente a este processo, foi enviado por *e-mail* um pedido de divulgação interna para 465 associações de bombeiros. No dia 31 de outubro de 2022 deu-se por fechado o questionário, contando com 1255 respostas, não havendo registo de respostas

oriundas do INEM e da Polícia de Segurança Pública, tendo sido feitos vários contactos telefónicos e eletrónicos que não surtiram efeito.

### **3.3.3. Metodologia utilizada**

Neste trabalho é utilizado um método híbrido, sendo ele extensivo na abordagem aos APC (método quantitativo) e intensivo no estudo dos PSP (método qualitativo). No enquadramento teórico é utilizado o método monográfico na caracterização dos PSP e da ocupação enquanto APC, consistindo em estudar aprofundadamente um assunto até serem encontradas evidências e semelhanças com a finalidade de serem obtidas generalizações. Na análise dos referenciais de curso/formação, é utilizado o método estruturalista, que permite que uma realidade que não é necessariamente concreta, seja observada através de modelos que a retratem fidedignamente, com o objetivo de explicar um fenómeno. Neste caso, olhando para a totalidade de um referencial, filtram-se determinados conteúdos a partir de critérios definidos por forma a relevar evidências que no início pareceriam abstratas. Na análise dos questionários é utilizado o método estatístico, que consiste em, a partir de conjuntos complexos, fazer representações simples e constatar que essas simplificações têm relações entre si. O trabalho está alinhado numa lógica indutiva, sendo que se considera que os números elevados de casos identificados se apresentam suficientes para estabelecer generalizações adequadas (Marconi e Lakatos 2003).

No início do trabalho é identificada a Pergunta de Partida e três hipóteses. A Pergunta de Partida apresenta o foco do interesse, constituindo-se como uma preocupação relativamente vaga. Por sua vez, as hipóteses têm por objetivo apontar o caminho da procura, fornecendo um fio condutor à investigação. As hipóteses são confrontadas com a realidade e transmitem ordem e rigor ao esforço de pesquisa (Quivy e Campenhoudt 2005).

## **CAPÍTULO 4: RESULTADOS DA INVESTIGAÇÃO**

### **4.1. Análise de referenciais de Formação nos Agentes de Proteção Civil**

Neste subcapítulo é evidenciada a formação destinada aos Primeiros Socorros Psicológicos dentro dos APC, tendo em conta os respetivos programas/referenciais de formação.

Com o objetivo de ter uma base comum, perfila-se em primeira instância a análise da Instrução Base (IB), por ser a mais generalista e mais abrangente (a que mais operacionais forma por se destinar a “agentes não graduados”).

Adicionalmente, são analisados outros cursos de formação complementar, relacionados com o socorrismo e os PSP, com o objetivo de identificar a sua dependência ou independência, e ainda, as cargas horárias absolutas e relativas. Nesta abordagem são identificados pontos comuns e diferenciados entre a formação dos APC.

Das matérias lecionadas nos diferentes cursos, são realçadas aquelas que se inserem no domínio do socorrismo, da psicossociologia e dos PSP. É feita esta análise porque o socorrismo está normalmente relacionado com situações traumáticas, pelo que é espetável que as formações, apesar de terem diferentes objetivos e âmbitos, se tiverem uma carga horária dedicada ao socorrismo também a tenham dedicada aos PSP. Por outro lado, é possível uma abordagem pelos PSP que, apesar de não especificar explicitamente os PSP, ministrem formação em socorrismo e psicossociologia numa forma que colmate as necessidades de ensino na área dos PSP.

Nas formações que estão previstas no Catálogo Nacional de Qualificações, como é o caso dos Bombeiros e dos Sapadores Florestais, é possível averiguar no site – <https://catalogo.anqep.gov.pt/ufcdPesquisa> – o conteúdo das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD), sendo aí explícito os objetivos e conteúdos destas unidades. Neste estudo é feito este procedimento e realçado quando as formações em socorrismo preveem os PSP.

#### **4.1.1. A formação de Bombeiro**

A estrutura curricular da formação de bombeiros está disponível no Catálogo Nacional de Qualificações (Anexo 7). O mesmo referencial de formação define as UFCD

que são requisitos para obter as competências de Bombeiro Profissional e Bombeiro Voluntário.

Para a obtenção de competências para o desempenho de funções como **Bombeiro Profissional** é necessária a obtenção de 90,00 créditos, perfazendo um total de 1000h, que por sua vez compreendem 850h de UFCD obrigatórias mais 150h de UFCD complementares.

Designação dos módulos	Duração (h)
<b>UFCD obrigatórias</b>	
Organização do serviço de bombeiros	25
Tecnologias de base na atividade de bombeiro	25
Segurança e saúde no trabalho na atividade de bombeiro	25
Combustão, propagação e métodos de extinção	25
Disposição construtiva dos edifícios e redes técnicas	50
Manobras de bombas e linhas de mangueira	50
Manobras de escadas	50
Extinção de incêndios urbanos – iniciação	50
Manobras de ventilação tática	50
Manobras de busca, salvamento e evacuação	50
Manobras de sobrevivência	25
Extinção de incêndios rurais – iniciação	50
Extinção de incêndios em meios de transporte e locais de risco agravado	25
<b>Sistema Integrado de Emergências Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação</b>	<b>25</b>
<b>Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma</b>	<b>25</b>
Salvamento rodoviário – iniciação	25
Manobras de desencarceramento	25
Escoramentos em edificado – iniciação	50
Salvamentos em grande ângulo – iniciação	50
Acidentes com matérias perigosas – iniciação	25
Intervenção em acidentes graves e catástrofes	25
Cultura administrativa e desenvolvimento profissional na atividade de bombeiro	25
Aplicação de cartografia	25
Fundamentos de segurança contra incêndio em edifícios	25
Relações públicas e atendimento ao público na atividade de bombeiro	25
<b>Total</b>	<b>850</b>

UFCD complementares	
Prevenção de incêndios rurais	50
Fogo controlado – apoio	50
<b>Primeiros socorros psicológicos</b>	<b>25</b>
Ecosistemas florestais	25
Preservação de meios de prova	25
<b>Psicossociologia do trabalho</b>	<b>25</b>
Telecomunicações – iniciação	25
Condução de embarcações de socorro na atividade de bombeiro	50
Condução defensiva na atividade de bombeiro	25
Condução em marcha de emergência na atividade de bombeiro	25
Condução fora de estrada na atividade de bombeiro	50
<b>Socorrismo básico</b>	<b>25</b>
Acidentes com matérias perigosas – desenvolvimento	25
Métodos e técnicas pedagógicas de instrução/treino na atividade de bombeiro	25
Extinção de incêndios urbanos – desenvolvimento	25
Salvamento rodoviário – desenvolvimento	25
Extinção de incêndios rurais – desenvolvimento	25
Escoramentos em edificado – desenvolvimento	50
Salvamentos em grande ângulo – desenvolvimento	50
Extinção de incêndios urbanos – avançado	25
Extinção de incêndios rurais – avançado	25
Telecomunicações – desenvolvimento	25
Gestão inicial de operações	50
Liderança na atividade de bombeiro – iniciação	25
Telecomunicações – avançado	25
Liderança na atividade de bombeiro – desenvolvimento	25
Liderança na atividade de bombeiro – avançado	25
Planeamento e antecipação em incêndios rurais	50
Segurança e comportamento do incêndio rural	25
Reconhecimento e avaliação da situação em incêndios rurais	50
Organização jurídica, administrativa e operacional dos corpos de bombeiros – iniciação	50
Gestão de operações em incêndios urbanos – iniciação	25
Gestão de operações em incêndios rurais – iniciação	25
Gestão de operações em acidentes multivítimas e em matérias perigosas	25
Operações aéreas na supressão de incêndios rurais – iniciação	25
Operações aéreas na supressão de incêndios rurais – desenvolvimento	25
Logística nas operações de socorro	25
Técnicas de apoio à decisão na gestão de operações	25
Gestão de recursos humanos no corpo de bombeiros	25
Conceção e gestão de exercícios na atividade de bombeiro	25
Posto de comando operacional – iniciação	50
Gestão de operações em incêndios urbanos – desenvolvimento	50

Gestão de operações em incêndios rurais – desenvolvimento	50
Gestão de operações em incêndios rurais – avançado	50
Organização jurídica, administrativa e operacional dos corpos de bombeiros – desenvolvimento	25
Gestão operacional na atividade de bombeiro	25
Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento	25
Ideias e oportunidades de negócio	50
Plano de negócio – criação de micronegócios	25
Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios	50
Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25
Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25
Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25
Planeamento e gestão do orçamento familiar	25
Produtos financeiros básicos	50
Poupança – conceitos básicos	25
Crédito e endividamento	50
Funcionamento do sistema financeiro	25
Poupança e suas aplicações	50
Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais	25
Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas	25
Teletrabalho	25
<b>Total</b>	<b>2025</b>

*Tabela 9 - Estrutura modular da formação para Bombeiro Profissional*

Observa-se que os módulos – Primeiros socorros psicológicos, psicossociologia do trabalho, socorrismo básico – são complementares, havendo a possibilidade de obter a qualificação de Bombeiro Profissional sem a frequência destas UFCD. Por outro lado, as UFCD – Sistema Integrado de Emergências Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação e Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma – são obrigatórias e considera-se para o estudo em curso que se inserem na área do socorrismo.

A UFCD 9906 – Socorrismo básico – no Catálogo Nacional de Qualificações não tem nenhuma referência a riscos psicossociais ou PSP.

No entanto a UFCD 5373 – Psicossociologia do trabalho – tem como conteúdos:

<b>UFCD 5373 – Psicossociologia do trabalho</b>
Metodologia e técnicas de avaliação dos fatores psicossociais
Intervenção psicossocial <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Alterações na organização do trabalho</li> <li>▪ Alterações no indivíduo</li> </ul>
Stress <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conceito</li> <li>▪ Fatores de risco</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avaliação do risco</li> <li>▪ Consequências</li> <li>▪ Medidas preventivas</li> </ul>
<b>Erro humano</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conceito</li> <li>▪ Causas e consequências</li> <li>▪ Medidas preventivas</li> </ul>

*Tabela 10 - Conteúdos da UFCD 5373 – Psicossociologia do trabalho*

A UFCD 9899 – Primeiros socorros psicológicos – tem como conteúdos:

<b>UFCD 9899 – Primeiros socorros psicológicos</b>
<b>Conceitos enquadradores da psicologia de emergência</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Stresse: conceito e modelo compreensivo</li> <li>▪ Stressores nos bombeiros</li> <li>▪ Incidentes críticos e traumáticos</li> </ul>
<b>Comportamento humano em situação de emergência</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crise psicológica</li> <li>▪ Fatores mediadores de impacto</li> <li>▪ Reações normais de stresse face ao incidente potencialmente traumático vs reações patológicas</li> </ul>
<b>Primeiros socorros psicológicos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Princípios básicos dos primeiros socorros psicológicos</li> <li>▪ Primeiros socorros psicológicos vs psicoterapia</li> <li>▪ Recomendações na aplicação dos primeiros socorros psicológicos</li> </ul>
<b>Técnicas de comunicação de suporte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Valores presentes na comunicação de suporte</li> <li>▪ Competências para a comunicação de suporte</li> <li>▪ Práticas de comunicação de suporte: escuta ativa, responder, questionar, gerir silêncios</li> </ul>
<b>Técnicas de intervenção em primeiros socorros psicológicos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Intervenção psicossocial</li> <li>▪ Modificação das ativações fisiológicas, emocionais e cognitivas</li> <li>▪ Práticas de intervenção: Relaxamento respiratório, estabilização emocional e distração cognitiva e <i>grounding</i></li> </ul>

*Tabela 11 - Conteúdos da UFCD 9899 – Primeiros socorros psicológicos*

Estas duas UFCD encontram-se evidenciadas pois constituem uma referência que pode ser adotada ou adaptada noutras formações, pois apresentam uma boa base de preparação com uma carga horária (25h) que pode ser não significativa em certas formações. Certamente que esta adoção ou adaptação está dependente dos objetivos gerais e específicos definidos, bem como da sensibilização dos APC e respetivos departamentos de formação para a importância dos PSP.

Para a obtenção de competências para o desempenho de funções como **Bombeiro Voluntário** é necessário concluir a estrutura modular presente na tabela infra com êxito.

Designação dos módulos	Duração (h)
Organização do serviço de bombeiros	25
Tecnologias de base na atividade de bombeiro	25
Extinção de incêndios urbanos – iniciação	50
Extinção de incêndios rurais – iniciação	50
<b>Sistema Integrado de Emergências Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação</b>	<b>25</b>
<b>Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma</b>	<b>25</b>
Salvamento rodoviário – iniciação	25
<b>Total</b>	<b>225</b>

*Tabela 12 - Estrutura modular da formação para Bombeiro Voluntário*

Da mesma forma, as UFCD – Sistema Integrado de Emergências Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação e Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma – são obrigatórias para a obtenção da certificação em epígrafe e inserem-se, para o estudo em curso, na área do socorrismo. No entanto não existe nenhuma referência ao leccionamento de PSP.

#### **4.1.2. A formação da Polícia de Segurança Pública**

No despacho n.º 12715/2021, de 28 de dezembro, da Direção Nacional da Polícia de Segurança Pública (Anexo 8), é regulamentada a frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública. Este curso tem a duração de um ano letivo, sendo composto por disciplinas de cariz teórico, disciplinas de cariz teórico-prático e prático, e de um estágio final. A referida formação tem a seguinte estrutura modular:

Designação dos módulos	Duração (h)
Disciplinas Teóricas	205
Deontologia Policial	15
Direitos Fundamentais e Cidadania	30
Direito Penal	30
Direito Policial	30
História, Organização e Funcionamento da PSP	45
Noções Gerais de Direito	15
<b>Psicossociologia</b>	<b>40</b>

Disciplinas Teórico/Práticas e Práticas	600
Direito Processual Penal	55
Informações	25
Investigação Criminal	40
Legislação Policial	70
Legislação e Segurança Rodoviária	70
Técnicas de Intervenção Policial	75
Sistemas e Tecnologias Operacionais	70
Esquadra — Procedimentos Técnico-Policiais	55
Educação Física	40
Defesa Policial	40
Tiro	60
Outros	290
Direção de Turma	50
Estágio Final	150
Alistamento e Integração	30
Palestras	30
Encerramento	30
<b>Total</b>	<b>1095</b>

*Tabela 13 - Estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública*

Nesta formação são alocadas ao módulo de Psicossociologia 40h, o que num total de 1095 perfaz 3,65%. Não existe nesta estrutura modular nenhuma referência ao ensino de Socorrismo.

#### **4.1.3. A formação da Guarda Nacional Republicana**

O Curso de Formação de Guardas tem como finalidade formar os Guardas da GNR, capacitando-os com conhecimentos e competências necessários para a execução de funções nas subunidades territoriais. O Plano Curricular do Curso de Formação de Guardas do quadro das Armas tem a seguinte estrutura (Gomes 2021):

Designação dos módulos	Duração (h)
Formação Geral Militar	150
Armamento	12
Cidadania e Condição Militar	10
Topografia	16
Técnica Individual de Combate	14
Treino Físico	16
Ordem Unida	19
Incorporação	14
Exercícios de Campo e Avaliação	42
Atividades Complementares	7

<b>Formação Escolar</b>	<b>800</b>
Jurídico	110
Noções Gerais de Direito e Direitos Fundamentais	25
Direito Penal	30
Direito Processual Penal	30
Direito Fiscal e Aduaneiro	25
Técnico-Profissional	410
Legislação Policial	90
Legislação e Segurança Rodoviária	60
Tática das Forças de Segurança	50
Informações e Investigação Criminal	35
Armamento e Tiro	50
Sistemas de Informação, Gestão e Apoio Operacional	50
Organização e Funcionamento da GNR	25
Módulos Interdisciplinares	50
Geral e Sócio-Comportamental	140
Comunicação e Atendimento	25
Interpretação e Redação	25
Ética e Deontologia Profissional	15
<b>Psicossociologia</b>	<b>15</b>
<b>Saúde e Socorrismo</b>	<b>10</b>
Inglês	25
Informática	25
Aptidão Física e Ordem Unida II	100
Educação Física e Desportos	50
Luta e Defesa Pessoal	25
Ordem Unida	25
Atividades Complementares	40
Palestras/Conferências/Visitas de Estudo	20
Curso de Bastão Extensível	20
<b>Formação em Exercício</b>	<b>480</b>
Formação prática nas unidades territoriais	460
Curso de Adaptação de Condutores Categoria B	20
<b>Total</b>	<b>1430</b>

*Tabela 14 - Estrutura modular do Curso de Formação de Guardas das Armas da Guarda Nacional Republicana*

Releva-se nesta formação os módulos de Psicossociologia (15h) e Socorrismo (10h). Numa formação de 950h, excluindo a Formação em Exercício, que por comparação com outras formações pode ser designada por Formação em Contexto de Trabalho, esses módulos representam respetivamente 1,58% e 1,05%.

#### 4.1.4. A formação no Exército

Quanto à formação no Exército, foram analisados os conteúdos programáticos de 2 referenciais de cursos distintos, sendo eles:

- Formação Geral Comum de Praças do Exército (Anexo 10);
- Primeiros Socorros Psicológicos (Anexo 11).

No tocante à **Formação Geral Comum de Praças do Exército**, esta formação tem um total de 498 tempos de formação (horas), das quais 25h são dedicadas ao módulo A.3 Socorrismo, que corresponde ao conteúdo da Unidade de Formação de Curta Duração 4283 – Saúde e Socorrismo do Catálogo Nacional de Qualificações. Neste módulo de socorrismo são ministradas as seguintes matérias:

Módulo A.3 Socorrismo	Duração 25 h
Objetivos Gerais: A.3.1 Aplicar as medidas profiláticas de higiene e saúde individual A.3.2 Executar primeiros socorros a uma vítima	

Objetivos Específicos	Duração (h)
A.3.1.1 Adotar as medidas de higiene a observar com vista à prevenção da doença	1
A.3.1.2 Identificar os hábitos de higiene individuais	1
A.3.1.3 Adotar medidas tendentes a evitar a aquisição de doenças sexualmente transmissíveis	1
A.3.1.4 Adotar medidas de preservação da saúde e agir em conformidade face à iminência e/ou ataque Biológico ou Químico	1
A.3.1.5 Reconhecer as consequências físicas e psicológicas da toxicod dependência	2
A.3.2.1 Avaliar as funções vitais	2
A.3.2.2 Colocar uma vítima em “posição adequada” até à chegada do pessoal do Serviço de Saúde	2
A.3.2.3 Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória	2
A.3.2.4 Suster hemorragia externa até à intervenção do pessoal do Serviço de Saúde	2
A.3.2.5 Desobstruir as vias respiratórias de uma vítima	2
A.3.2.6 Imobilizar por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro fraturado	2
A.3.2.7 Avaliar a gravidade da queimadura, combater o estado de choque e administrar o tratamento de emergência da zona queimada	2

A.3.2.8 Transportar um ferido	2
A.3.2.9 Analisar a situação da vítima com traumatismo da coluna e a gravidade das lesões, instalar em posição adequada até à chegada do pessoal do Serviço de Saúde	2
A.3.2.10 Organizar uma Bolsa de Urgência e reconhecer as aplicações de cada um dos seus constituintes	1

*Tabela 15 - Objetivos do módulo A.3 Socorrismo da Formação Geral Comum de Praças do Exército*

Nestes conteúdos não existe nenhuma referência aos Primeiros Socorros Psicológicos, havendo apenas uma menção às “consequências físicas e psicológicas da toxicodependência”, num plano diferenciado.

Este referencial, no Documento III – Perfil de Cargo/Profissional, menciona que “O militar, no desempenho das suas funções, pode experimentar várias dificuldades de cariz físico e psicológico”. No programa está explícito o objetivo geral de obter condição física e está consignada a forma de a obter, dedicando 53 tempos de formação ao treino de educação física e respetivas avaliações, sendo definidos os níveis de proficiência definidos e a formação ministrada por pessoal certificado. Quanto à preparação psicológica, não está prevista nenhuma sessão de preparação psicológica, nem dedicada aos PSP. No entanto, na Escola Preparatória de Quadros<sup>8</sup>, é ministrada uma sessão de 1h com vista a preparar os formadores ao acompanhamento psicológico dos formandos.

Naturalmente existe uma preparação psicológica dos formandos, estando subentendida nas diversas atividades da formação, estando previsto o stresse físico e psicológico em diversas atividades como nos Exercícios Finais, com vista ao desempenho próprio e de conjunto nas atividades do quotidiano. No entanto, não há uma preparação vocacionada para a ministração de PSP em eventos potencialmente traumáticos para pares e para ações que envolvam a população em geral.

O curso do Exército de **Primeiros Socorros Psicológicos** é destinado a Oficiais, Sargentos e Praças, com a finalidade de os habilitar com os conhecimentos e ferramentas por forma a aplicar estratégias preventivas do stresse dos militares e, perante um incidente crítico (IC), desempenhar funções nas equipas de “Pares”. Neste referencial e para este contexto, os incidentes críticos são definidos como

---

<sup>8</sup> A Escola Preparatória de Quadros consiste em uma formação dedicada aos formadores da Formação Geral Comum de Praças do Exército, com a duração de 5 dias úteis, tendo como objetivo harmonizar procedimentos e conceitos durante o desempenho de funções pedagógicas.

“acontecimentos ou circunstâncias singulares ocorridas em tempo de paz ou em conflito e que provocam aos militares, neles envolvidos, reações emocionais invulgarmente fortes. Os IC são, por norma, inesperados e ameaçam a noção de controlo do indivíduo, podendo interferir com a sua capacidade de resposta/adaptação”.

Para este tipo de incidentes, Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAE) recorre ao modelo SAFER-R (*Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping Recovery or referral*) proposto pelo *Critical Incident Stress Management* (CISM). Este modelo prevê a intervenção de equipas de “Pares”, sendo elas equipas de militares pertencentes a unidades com a particularidade de terem recebido formação em Primeiros Socorros Psicológicos. Sempre que uma situação o justifique, é ativada uma ação técnica especializada, sendo esta executada por profissionais de saúde mental.

Esta formação surgiu perante a necessidade de disponibilizar equipas de “Pares” às Forças Nacionais Destacadas e para diversas unidades do Exército. Os militares, ao integrarem estas equipas, passam a reportar ao CPAE e, quando identificadas situações de risco para a vida da vítima ou outras pessoas, reportam ao comandante direto. Tem a duração de 4 dias úteis de formação (DUF), com um total de 28 tempos de formação (h).

Está previsto um rol de competências transversais necessárias por forma a que as equipas de “Pares” tenham condições para trabalhar de forma eficiente e o seu trabalho seja acatado, sendo elas:

- Autocontrolo
  - Capacidade para controlar as emoções em situações de stress;
  - Mantém-se calmo perante situações adversas conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações ou minimizar os impactos negativos;
  - Mantém-se calmo perante situações adversas, conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações complexas.
  - Capaz de trabalhar sob pressão, condições climatéricas adversas ou logísticas e manter um elevado desempenho.
- Relações Interpessoais
  - Interage de forma adequada em diferentes contextos e com pessoas de diferentes culturas, tendo uma atitude facilitadora no relacionamento;

- Pauta o seu relacionamento através dos valores e virtudes militares;
  - Insere-se com facilidade em diferentes grupos de trabalho;
  - Adapta-se facilmente a diferentes grupos e camaradas;
  - Promove uma boa relação no grupo de trabalho.
- Adaptabilidade
- Ajusta-se eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, adaptando o seu comportamento consoante as necessidades das situações sem que tal interfira com os índices de produtividade.
  - Ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos (flexibilidade);
  - Cooperar com as alterações ou prioridades superiormente definidas, a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;
  - Reage de forma positiva a acontecimentos imprevistos mantendo um desempenho ajustado.

Para além destas, são previstas as seguintes competências específicas, a adquirir durante a frequência da formação:

- Realizar a intervenção “apoio de pares”:

  - Distinguir situações de crise psicológica específicas no militar;
  - Identificar incidentes críticos;
  - Aplicar técnicas de comunicação na crise;
  - Aplicar o modelo SAFER-R na intervenção em crise.

- Sinalizar situações para apoio especializado

  - Reconhecer situações que requerem apoio técnico especializado.
  - Encaminhar caso(s) para os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica.
  - Efetuar a ligação entre os militares e os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica (NAIP).

A estrutura modular do curso tem a seguinte configuração:

Designação dos módulos	Duração (h)
<p>A.1 Intervenção de “pares” na crise</p> <p>A.1.1 Sinalizar situações para apoio especializado.</p> <p>A.1.1.1 Caracterizar o funcionamento do (NAIP).</p> <p>A.1.1.2 Realizar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.</p> <p>A.1.1.3 Reconhecer situações que requerem um apoio técnico especializado.</p> <p>A.1.2 Desempenhar o papel do “par” na intervenção na crise do Exército.</p> <p>A.1.2.1 Reconhecer um incidente crítico.</p> <p>A.1.2.2 Distinguir uma reação normal de uma crise psicológica no militar.</p> <p>A.1.2.3 Identificar reações de stresse.</p> <p>A.1.2.4 Conhecer os contextos de intervenção na crise.</p> <p>A.1.2.5 Descrever os procedimentos básicos de intervenção de “pares” na crise.</p> <p>A.1.2.6 Aplicar técnicas de comunicação em crise.</p> <p>A.1.2.7 Conhecer as crises psicológicas específicas.</p> <p>A.1.2.8 Caracterizar o modelo SAFER-R.</p> <p>A.1.2.9 Planear uma intervenção na crise.</p>	26
<p>B.1 Cerimónias Militares</p> <p>B.1.1.1 Participar na cerimónia de abertura.</p> <p>B.1.1.2 Participar na cerimónia de encerramento.</p>	2
<b>Total</b>	<b>28</b>

*Tabela 16 - Estrutura modular do curso de Primeiros Socorros Psicológicos - Exército*

#### **4.1.5. A formação na Força Aérea**

Quanto à formação na Força Aérea, foram analisados os conteúdos programáticos de 3 referenciais de cursos distintos, sendo eles:

- Curso de Instrução Básica (Anexo 12);
- Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato (Anexo 13);
- Curso de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros (Anexo 14).

O **Curso de Instrução Básica da Força Aérea** é ministrado a pessoal destinado ao regime de contrato, tornando jovens civis em militares, tendo a duração de 25 DUF. A IB tem a seguinte estrutura curricular:

Designação dos módulos	Duração (h)
Formação Militar	26
Treino Físico Militar	30
Ordem Unida	42
Orientação e Topografia	19
Armamento	7
Engenhos Explosivos	4
Instrução Individual do Combatente	24
Revistas	8
Tiro de Carreira	8
Palestras	4
Exercício de Campo	66
Atividades Circum-Ecolares	37
Provas de Avaliação	5
<b>Total</b>	<b>280</b>

*Tabela 17 - Estrutura modular do Curso de Instrução Básica da Força Aérea*

Nesta formação não estão previstas matérias no âmbito do socorrismo ou dos PSP. A única menção referente a psicologia está relacionada com as consequências psicológicas, sociais e orgânicas decorrentes do consumo de álcool.

Por outro lado, a **Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato**, sendo complementar à Instrução Básica e destinado a oficiais em regime de contrato, tem uma carga significativa de matérias relacionadas com o plano psicológico e com riscos presentes na atividade profissional e respetivas medidas de prevenção. Estes conteúdos estão previstos nos módulos “Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos” e “Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos”, pertencentes à seguinte estrutura curricular:

Designação dos módulos	Duração (h)
<b>Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos</b>	<b>25</b>
<b>Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos</b>	<b>10</b>
Gestão de Recursos (Humanos, Materiais e Financeiros)	15
Segurança Militar – Palestra	3
Comportamentos Aditivos e Dependências – Palestra	3
Visão do CEMFA para o Espaço – Palestra	1
Igualdade de Género – Palestra	3
Sistemas de Informação e Segurança Informática	16
Inglês E-Learning	25

Ética e Deontologia Militar	13
História Militar	10
Direito Militar	13
Orgânica Militar – Componente Aérea I	13
Técnicas de Comunicação e de Estado-Maior	10
Comando e Liderança I	15
Instrução Militar I	28
Atividade Militar Conjunta I	6
Treino Físico Militar I	12
Atividades Circum-Escolares	14
<b>Total</b>	<b>235</b>

*Tabela 18 - Estrutura modular da Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato - Força Aérea*

No módulo de 25h “Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho” são, entre outras, ministradas matérias referentes aos acidentes de trabalho, doenças profissionais e riscos profissionais, nos quais é referida a natureza de diversos riscos, físicos e psicossociais, bem como medidas de prevenção para os mesmos.

Quanto ao módulo “Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos”, perfilam-se os seguintes objetivos gerais:

- Apresentar a Psicologia aplicada ao contexto aeronáutico militar;
- Dar a conhecer a importância dos fatores humanos (FH) no contexto aeronáutico militar;
- Explicar as várias abordagens de análise dos FH e classificação do erro;
- Abordar os fatores físicos e psicossociais que afetam o desempenho humano.

Apesar deste referencial não abordar explicitamente socorrismo e PSP, revela uma carga considerável de matérias relacionadas com os fatores psicossociais e com a natureza e prevenção de riscos.

Relativamente ao **Curso de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros**, foi tida por referência a formação destinada a Praças por ser mais abrangente ao nível de quantitativos de formandos. Existem versões desta formação destinadas a Sargentos e Oficiais contratados, mas sem alterações dignas de relevo para o estudo em curso, sendo as grandes diferenças ao nível do estágio em contexto real de trabalho.

Esta formação tem a seguinte estrutura modular:

Designação dos módulos	Duração (h)
Atividade Militar Conjunta II	19
Treino Físico Militar II	38
Organização do Serviço de Bombeiros	25
Tecnologias de Base na Atividade do Bombeiro	25
Equipamentos, Manobras e Veículos	25
Tripulante de Ambulância de Transporte / Técnicas de Socorrismo	50
Salvamento Rodoviário – Iniciação	25
Extinção de Incêndios Urbanos – Iniciação	50
Extinção de Incêndios Rurais – Iniciação	50
SSLCI/OPG <sup>9</sup> Aeródromos	50
SSLCI/OPG Aeronaves	25
SSLCI/OPG Veículos e Equipamentos	50
SSLCI/OPG Segurança Operacional	25
SSLCI/OPG Combate a Incêndios em Aeronaves	50
SSLCI/OPG Desencarceramento Aeronáutico	25
SSLCI/OPG Exercícios Práticos	25
<b>SSLCI/CE<sup>10</sup> Aeródromos</b>	<b>25</b>
SSLCI/CE Aeronaves	25
SSLCI/CE Veículos e Equipamentos	25
SSLCI/OPG – <i>On Job Training</i> do Curso de Formação de Praças	125
<b>Total</b>	<b>782</b>

Tabela 19 - Curso de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros

Esta formação aborda a psicologia do trabalho no módulo de 25h “SSLCI/OPG Aeródromos”. Este conteúdo é subdividido no seguinte:

- 1) Metodologia e técnicas de avaliação dos fatores psicossociais;
- 2) Intervenção psicossocial;
- 3) Stress;
- 4) Erro humano.

Assim, releva-se a dedicação ao foro psicológico desta formação subordinada à assistência e socorro. Ao submódulo “Psicologia do Trabalho” são dedicadas 7h, que numa formação de 657h (não considerando o tempo de estágio), totaliza 1,06% do tempo total de formação.

<sup>9</sup> SSLCI/OPG – Sistemas de comunicações do Serviço de Salvamento e Luta Contra Incêndios / Operador Geral

<sup>10</sup> SSLCI/CE – Sistemas de comunicações do Serviço de Salvamento e Luta Contra Incêndios / Chefe de Equipa

#### 4.1.6. A formação na Marinha

Relativamente à formação ministrada na Marinha, foi analisada a **Formação Geral Comum do referencial do Curso de Formação de Praças Manobra** (Anexo 15). Este curso tem como objetivo a habilitação profissional e a aprendizagem de conhecimentos para o ingresso em regime de contrato na categoria de Praça da classe de Manobra, no entanto, é apenas tida em conta a Formação Geral Comum por ser a mesma que em todas as outras classes e porque a Formação Técnica e a Complementar deste curso não têm relevâncias ao nível do socorrismo e da psicossociologia.

A estrutura modular desta formação é a seguinte:

Designação dos módulos	Duração (h)
Cultura e Organização Militar Naval I	16
Formação Geral Naval	30
Segurança e Ambiente:	
▪ <b>Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho</b>	<b>25</b>
▪ Conduta responsável a bordo	25
▪ Prevenção e combate a incêndios a embarcações	25
▪ Segurança marítima – técnicas pessoais de sobrevivência	25
▪ Limitação de Avarias	21
Portal da Marinha na Intranet	5
Conceitos Gerais de Cibersegurança	14
Infantaria	33
Educação Física	66
Palestras	5
<b>Total</b>	<b>290</b>

Tabela 20 - Formação Geral Comum do referencial do Curso de Formação de Praças Manobra

No submódulo de 25h “Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho”, são dedicadas ao objetivo “Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas” 15h. Aqui, é apresentada uma vasta panóplia de riscos profissionais, com as respetivas medidas de prevenção, proteção e intervenção. Os riscos identificados são os seguintes:

- Riscos biológicos;
- Riscos químicos;
- Riscos de incêndio ou explosão;
- Riscos elétricos;
- Riscos mecânicos;
- Riscos ergonómicos;

- Riscos psicossociais.

Para efeitos de contabilização, considera-se que Formação Geral Comum do Curso de Formação de Praças Manobra compreende 15h de formação em socorrismo, sendo que dessas horas, 2h (parte proporcional) são dedicadas a psicossociologia.

#### **4.1.7. As formações de socorrismo das Forças Armadas**

A Unidade de Ensino, Formação e Investigação da Saúde Militar (UEFISM) encontra-se sob a dependência direta da Direção de Saúde Militar do Estado-Maior-General das Forças Armadas.

No Artigo 47º do Decreto-Lei n.º 19/2022<sup>11</sup>, de 24 de janeiro estão definidas, entre outras a missão – coordenar e ministrar formação especializada e promover estudos de investigação, no âmbito da saúde militar – e as competências desta Unidade, sendo elas:

- 1) Realizar cursos no âmbito da saúde militar;
- 2) Colaborar com o Instituto Universitário Militar ou com outras instituições de ensino superior na formação pós-graduada, no âmbito da saúde militar;
- 3) Formar formadores na área da saúde militar;
- 4) Promover e participar em projetos de investigação científica no âmbito da saúde militar, com o apoio de instituições científicas congéneres, nacionais e estrangeiras;
- 5) Promover o conhecimento científico e tecnológico na área da saúde militar;
- 6) Cooperar com instituições e organismos civis e apoiar o desenvolvimento na área da saúde militar, de acordo com as diretivas superiores;
- 7) Promover e ministrar a simulação e o treino, no âmbito da saúde militar operacional e hospitalar, em articulação com o Hospital das Forças Armadas.

Da formação ministrada na UEFISM, considerou-se analisar os seguintes cursos:

- Socorrismo (Anexo 16);
- Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco<sup>12</sup> (Anexo 17).

---

<sup>11</sup> Estabelece a Lei Orgânica do Estado-Maior-General das Forças Armadas e altera as Leis Orgânicas dos três ramos das Forças Armadas

<sup>12</sup> Estes referenciais de curso ainda apresentam o layout do Exército porque a UEFISM é herdeira da extinta Escola do Serviço de Saúde Militar, que pertencia a este ramo das FFAA. A ativação da UEFISM ocorreu em 19 de fevereiro de 2021 (Estado-Maior-General das Forças Armadas 2021)

O **Curso de Socorrismo** surge perante a necessidade de preparar militares para o desempenho do cargo de socorrista em situação de paz ou de campanha, sendo um curso de qualificação. Tem a duração de 266 tempos escolares (h) e destina-se a praças das Forças Armadas e das Forças de Segurança. A estrutura modular do curso tem a seguinte configuração:

Designação dos módulos	Duração (h)
Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação	25
Abordagem Pré-hospitalar Básica às Emergências Médicas e de Trauma	25
Transporte Sanitário por Meio Terrestre	25
Assistência de saúde, na vertente operacional, em Ambiente Militar	25
Cuidados na higiene, conforto e eliminação	50
Cuidados na alimentação e hidratação – Conceitos Básicos	25
Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte	50
Manutenção preventiva de equipamentos e reposição de materiais comuns às diferentes unidades e serviços da Rede Nacional de Cuidados de Saúde	25
Cerimónias Militares	2
Educação Física	14
<b>Total</b>	<b>266</b>

*Tabela 21 - Estrutura modular do Curso de Socorrismo do Exército*

Apesar de ser uma formação vocacionada para o socorro na maior parte dos casos relacionada com o trauma, apenas é feita uma abordagem ao trauma físico e não ao psicológico, que está normalmente associado.

A formação de **Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco** destina-se a habilitar os militares em primeiros socorros e assistência em missões de risco elevado, tendo vindo a substituir a formação em Técnicas de Emergência Médica para Profissões de Alto Risco, conhecida por TEMPAR<sup>13</sup>. Para além dos militares das Forças Armadas, esta formação destina-se a outras entidades relacionadas com a proteção de pessoal, como são exemplo as Forças de Segurança, CVP, AMN e ISN.

Esta formação tem a seguinte estrutura modular:

<sup>13</sup> Curso criado pelo INEM e adotado pela extinta Escola do Serviço de Saúde Militar, que pertencia ao Exército, da qual a UEFISM é sucessora e está sob a alçada do Estado Maior das Forças Armadas

Designação dos módulos	Duração (h)
Primeiros Socorros <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garantir segurança da área</li> <li>▪ Executar o exame da vítima</li> <li>▪ Permeabilizar a via aérea</li> <li>▪ Administrar oxigénio à vítima</li> <li>▪ Avaliar os sinais vitais</li> <li>▪ Executar o Suporte Básico de Vida Adulto com DAE</li> <li>▪ Controlar grandes hemorragias visíveis</li> <li>▪ Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais</li> <li>▪ Realizar a imobilização de fraturas</li> <li>▪ Prestar cuidados perante lesões musculares</li> <li>▪ Prestar os cuidados a uma vítima com queimaduras</li> <li>▪ Prestar os cuidados a uma vítima com lesões oculares</li> <li>▪ Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada</li> <li>▪ Aplicar os cuidados a uma vítima por intoxicação por monóxido de carbono</li> <li>▪ Executar técnicas de trauma</li> </ul>	25
Primeiros Socorros em ambiente tático <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter as funções vitais sob fogo inimigo</li> <li>▪ Assistir um ferido em ambiente tático</li> <li>▪ Assistir um ferido em evacuação tática</li> <li>▪ Solicitar apoio sanitário diferenciado</li> <li>▪ Prevenir a hipotermia a uma vítima</li> <li>▪ Aplicar as técnicas de transporte de feridos</li> <li>▪ Efetuar triagem multivítimas</li> <li>▪ Assistir uma vítima de trauma ambiental (calor/frio/altitude)</li> <li>▪ Aplicar os cuidados a uma vítima com diarreia</li> <li>▪ Assistir uma vítima por mordeduras</li> <li>▪ Assistir uma vítima por picadas</li> <li>▪ <b>Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas</b></li> <li>▪ Reconhecer as Medidas de Higiene Sanitária</li> <li>▪ Identificar as medidas preventivas das Doenças Sexualmente Transmissíveis</li> <li>▪ Identificar medidas de higiene e segurança alimentar</li> </ul>	25
Cerimónias Militares <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar a cerimónia de apresentação do curso</li> <li>▪ Efetuar a cerimónia de encerramento do curso</li> </ul>	1
<b>Total</b>	<b>51</b>

Tabela 22 - Estrutura modular da Formação de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco

No módulo “Primeiros Socorros Psicológicos” surge o objetivo específico “**Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas**”, ao qual é dedicado o tempo total de 1h. São identificados para este objetivo específico os seguintes padrões de desempenho operacional:

- Reconhecer uma vítima com alterações comportamentais.
- Desarmar a vítima com estado de consciência alterado.
- Abordar uma vítima agressiva:
  - 1) Nunca fechar uma porta a uma vítima agressiva;
  - 2) Transmitir à vítima que está ali para a ajudar;
  - 3) Não virar as costas quando a vítima fala consigo;
  - 4) Manter uma escuta ativa.
- Transmitir à equipa de saúde diferenciada a situação da vítima.
- Identificar os princípios para a manutenção de uma boa saúde mental:
  - 1) Antes de marchar para uma zona de operações – Refletir com a família os problemas que podem surgir na sua ausência e a forma como os solucionar, resolver problemas sentimentais existentes;
  - 2) Na Zona de operações – comunicar periodicamente com a família e amigos, manter boas relações com os companheiros, enfrentar as dificuldades com calma, manter bons hábitos de higiene, boa alimentação, manter períodos de descanso, partilhar com os camaradas as suas emoções, animar e apoiar os companheiros e pedir apoio psicológico no caso de apresentar nervosismo, preocupação exagerada e dificuldade de concentração.

Esta formação não é dirigida a profissionais de saúde. Destina-se, como referido, a operacionais que tenham nas suas tarefas riscos elevados, como é exemplo os que integram as Forças Nacionais Destacadas. Está implícito que o trauma pode acarretar consequências psicológicas e, como tal, o interveniente de PSP deve estar sensibilizado e habilitado nesse sentido, pelo menos até que a vítima seja entregue a cuidados diferenciados.

#### **4.1.8. A formação da Polícia Marítima**

A formação de Agentes da Polícia Marítima tem como objetivo habilitar estes operacionais a desempenhar funções de vigilância, fiscalização e de polícia nas suas áreas de jurisdição. A estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima está estabelecida na Portaria n.º 44/2022 de 20 de janeiro (Anexo 18) e tem a seguinte configuração:

Designação dos módulos	Duração (h)
<b>Formação geral</b>	<b>177</b>
Inglês	20
Estatuto e regulamentos da PM	20
Informática e sistemas de informação policiais	50
Deontologia e ética profissional	20
Higiene e segurança no trabalho	30
<b>Socorrismo</b>	<b>12</b>
Ordem unida	25
<b>Formação técnico-profissional</b>	<b>1102</b>
Área jurídica:	175
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Teoria geral do Direito</li> <li>▪ Direito Penal</li> <li>▪ Direito Processual Penal</li> <li>▪ Introdução à investigação e direito probatório</li> <li>▪ Direito das Contraordenações</li> <li>▪ Direito do Mar</li> <li>▪ Direito Marítimo</li> <li>▪ Código do Procedimento Administrativo</li> </ul>	25 25 30 25 25 15 15 15
Área técnica específica:	525
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Interpretação e redação</li> <li>▪ Autos e organização processual</li> <li>▪ Regulamento Geral das Capitánias</li> <li>▪ Regime jurídico da atividade profissional da pesca</li> <li>▪ Regime jurídico da atividade profissional do marítimo</li> <li>▪ Regimes da náutica de recreio, das atividades marítimo-turísticas e da pesca lúdica</li> <li>▪ Regulamento do mergulho profissional</li> <li>▪ Regime legal da assistência a banhistas</li> <li>▪ Regime legal do domínio público hídrico e do DPM</li> <li>▪ Poluição do mar, Plano Mar Limpo e regime contraordenacional</li> <li>▪ Defesa pessoal</li> <li>▪ Armas menos letais e procedimentos tático-policiais</li> <li>▪ Armas letais</li> <li>▪ Reconhecimento e identificação de engenhos explosivos</li> </ul>	20 20 15 80 15 26 10 10 24 15 50 100 80 60
Área de marinharia e navegação	402
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adaptação ao meio marinho</li> <li>▪ Marinharia/navegação</li> <li>▪ Governo de embarcações da AM</li> </ul>	72 180 150
<b>Formação complementar</b>	<b>134</b>
Educação física	50
Atividades extracurriculares	84
<b>Total</b>	<b>1413</b>

Tabela 23 - Estrutura modular do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima

É verificável que nesta estrutura não está prevista a formação de PSP e que a formação de socorrismo tem a dotação de 12h, perfazendo 0.85% de um total de 1413h.

#### 4.1.9. A formação de Nadador-Salvador

A formação dos Nadadores-Salvadores é tutelada pelo ISN como consta na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro. O ISN, como visto anteriormente, depende diretamente da AMN e esta, por sua vez, do Ministério da Defesa Nacional. O ISN, como autoridade técnica nacional em matéria de salvamento, socorro náuticos e assistência a banhistas, reconhece e certifica as Escolas de Formação de Nadadores-Salvadores Profissionais, garantindo a uniformização. O diretor do ISN define os objetivos específicos e os conteúdos programáticos a constar dos planos curriculares dos cursos desta incumbência.

Foram analisados os Cursos de Nadador-Salvador, Nadador-Salvador Coordenador e de Nadador-Salvador Formador, constantes no mesmo referencial (Anexo 19).

O curso de **Nadador-Salvador** tem como objetivo geral dotar os formandos de capacidades e competências na área do salvamento aquático para desempenharem funções como nadador-salvador e tem a seguinte estrutura modular:

Designação dos módulos	Duração (h)
Enquadramento Histórico, Legal e Cívico do Nadador-Salvador	18
Morfologia e Material de Praias	10
Classificação, Riscos e Dispositivos de segurança em Piscinas	10
Abordagem geral de noções básicas de primeiros socorros	25
<b>Primeiros Socorros específicos do salvamento no meio aquático</b>	12
Técnicas de resgate aplicáveis ao salvamento no meio aquático	50
Treino da Condição Física	25
<b>Total</b>	<b>150</b>

Tabela 24 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador

Destaca-se nesta formação a formação na área do socorrismo – Primeiros Socorros específicos do salvamento no meio aquático – à qual são dedicadas 12h de formação.

O **Nadador-Salvador Coordenador** tem como tarefas adicionais a coordenação e o desenvolvimento de planos integrados de assistência a banhistas de acordo com os meios, procedimentos e técnicas adequadas. Como tal, o curso de Nadador-Salvador Coordenador tem como objetivo geral dotar os formandos de capacidades e

competências na área da coordenação em praias e piscinas. Para frequentar esta formação, os formandos têm obrigatoriamente que ter frequentado a formação anterior e no mínimo de 2000h de exercício de funções como Nadadores-Salvadores. Esta formação é dotada da seguinte estrutura modular:

Designação dos módulos	Duração (h)
Comunicação interpessoal e assertividade	25
Gestão de equipas	25
<b>Gestão do stresse e gestão de conflitos</b>	25
Coordenação em praias e piscinas	25
<b>Noções Avançadas de Primeiros Socorros</b>	25
Suporte Básico de Vida adaptado ao meio aquático	12
<b>Total</b>	<b>137</b>

*Tabela 25 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador Coordenador*

Nesta formação realça-se a formação “Gestão do stresse e gestão de conflitos” na área da psicossociologia, à qual são dedicadas 25h e “Noções Avançadas de Primeiros Socorros” na área do socorrismo, à qual são dedicadas 25h

O **Nadador-Salvador Formador** prepara e desenvolve ações de formação cuja matéria está relacionada com a vigilância, salvamento aquático, socorro a náufragos e assistência a banhistas, ou seja, forma Nadadores-Salvadores. Para ingressar nesta formação, os candidatos têm que ter frequentado as formações anteriores e ter exercido as funções de Nadador-Salvador Coordenador por 3500h. O referencial de curso apresenta a seguinte estrutura modular para a formação de Nadador-Salvador Formador:

Designação dos módulos	Duração (h)
Legislação, código deontológico e ética do formador	6
<b>Técnicas e tecnologias associadas à formação em primeiros socorros</b>	25
Equipamentos, materiais e técnicas de salvamento em praias e piscinas	14
Metodologia do treino	25
Prática simulada no contexto do formador nadador-salvador	150
<b>Total</b>	<b>250</b>

*Tabela 26 - Estrutura modular do Curso de Nadador-Salvador Formador*

Nesta estrutura modular realça-se o leccionamento de “Técnicas e tecnologias associadas à formação em primeiros socorros” na área do socorrismo, à qual são dedicadas 25h de formação.

A primeira referência que este referencial comum aos três cursos apresenta referente aos socorros psicológicos é no módulo “Técnicas e tecnologias associadas à formação em primeiros socorros”, cuja descrição de conteúdos refere o leccionamento de:

- Sinais de stress;
- Quatro elementos cruciais nos primeiros socorros psicológicos<sup>14</sup>;
- Comunicação de apoio.

Uma vez que para atingir a habilitação para frequentar este último curso é necessária uma vasta experiência no desempenho de funções e que são estes os profissionais que darão formação nos outros cursos, considera-se que toda a formação de nadadores-salvadores é ministrada por pessoal com formação em primeiros socorros psicológicos e que, pela sua vasta experiência, terão apetência para transmitir conhecimento e experiências vividas aos formandos.

#### **4.1.10. A formação certificada pelo INEM**

A Declaração de Retificação n.º 36/2012, de 13 de julho, emitida pela Secretaria-Geral da Presidência do Conselho de Ministros em Diário da República, aprova o Regulamento do Transporte de Doentes. Neste documento estão definidas as formações necessárias para operar em Emergência Médica Pré-Hospitalar, cuja responsabilidade de certificação e de definição do programa cabe ao INEM. Estas formações concedem acesso para desempenhar funções neste âmbito nos Bombeiros, no INEM e na CVP.

Os cursos de formação referenciados na declaração em epígrafe são os seguintes:

- Curso de Tripulante de Ambulâncias de Transporte – formação teórico-prática com a duração de 50h.
- Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro – teórico-prática com a duração mínima de 210h.

O Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte tem a seguinte estrutura modular (Escola Nacional de Bombeiros s.d.):

---

<sup>14</sup> Ver Anexo 3 – Quatro Elementos Básicos dos Primeiros Socorros Psicológicos.

Designação dos módulos	Duração (h)
Módulo I – Abordagem e Reanimação	25
Apresentação do Curso; Sistema Integrado de Emergência Médica; Anatomia e fisiologia do corpo humano	4
Anatomia e fisiologia do corpo humano	4
Exame da vítima; Adjuvantes da Via Aérea; Oxigenoterapia; Bancas práticas	4
Suporte Básico de Vida Adulto e Desfibrilhação Automática Externa	7
Suporte Básico de Vida Pediátrico	4
Revisões; Avaliação teórica	2
Módulo II – Emergência para Tripulante de Ambulância de Transporte	25
Emergências médicas e Parto iminente	3
Práticas de Emergências Médicas e Parto iminente	4
Emergências de trauma	3
Prática de imobilização de membros, pensos e ligaduras	4
Visualização e prática das técnicas de trauma	4
Prática de técnicas de trauma	4
Revisões; Avaliação teórica; Encerramento do Curso	3
<b>Total da formação</b>	<b>50</b>

Tabela 27 - Estrutura modular do Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte

Na ficha de apresentação deste curso<sup>15</sup>, é definido como objetivos gerais:

*“Dotar os formandos com as competências necessárias no âmbito da avaliação e estabilização da vítima, realização de manobras de suporte básico de vida, imobilização e transporte de vítimas de doença súbita e/ou trauma - De acordo com as Portarias n.º 1147/2001 de 28 de setembro (Regulamento do Transporte de Doentes), n.º 1301-A/2002 de 28 de setembro, n.º 402/2007 de 10 de abril e 142-A/2012 de 15 maio (Alterações ao Regulamento de Transporte de Doentes), estes elementos destinam-se a integrar as tripulações das Ambulâncias de Transporte podendo ainda fazer parte das tripulações das Ambulâncias de Socorro como 2.º elemento.”*

Apesar de ser uma formação vocacionada para, entre outras, a estabilização da vítima e transporte de vítimas de doença súbita e/ou trauma, a estabilização geralmente não é exclusivamente física e o trauma também não. No entanto não existe nenhuma referência a riscos psicossociais, psicossociologia ou PSP. Como visto anteriormente, estes prestadores de socorro têm no seu quotidiano situações psicologicamente

<sup>15</sup> Disponível em:

[https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs\\_ProgramaPS13\\_CursoTripulanteAmbulanciaTranspo rte50h.pdf](https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs_ProgramaPS13_CursoTripulanteAmbulanciaTranspo rte50h.pdf)

complicadas, quer para as vítimas, quer para eles próprios, sendo que a sua formação base e necessária para o desempenho destas funções não lhes garante nenhuma preparação específica para isso.

O **Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro**, que habilita executar procedimentos de emergência pré-hospitalar, tem a seguinte estrutura modular<sup>16</sup>:

Designação dos módulos	Duração (h)
<b>Abordagem e Reanimação</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apresentação</li> <li>▪ Sistema Integrado de Emergência Médica</li> <li>▪ Anatomia e Fisiologia do Corpo Humano</li> <li>▪ Exame da Vítima</li> <li>▪ Adjuvantes da Via Aérea e Oxigenoterapia</li> <li>▪ Bancas Práticas: Exame da vítima, Adjuvantes da Via Aérea, Oxigenoterapia</li> <li>▪ SBV-DAE</li> <li>▪ SBV-Pediátrico</li> <li>▪ Revisões/Questões, Avaliação Teórica</li> </ul>	25
<b>Parto, Pediatria e Normas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Transmissão de Dados, Telecomunicações, Bancas Práticas: Transmissão de Dados e Telecomunicações</li> <li>▪ Ética e Aspetos Legais, Higiene e Segurança, Apoio ao Helitransporte</li> <li>▪ Emergências Obstétricas, Reanimação Neonatal, bancas Práticas: Emergências Obstétricas, Reanimação</li> <li>▪ Exame da Criança, Emergências Pediátricas, Emergências Pediátricas</li> <li>▪ Revisões e Avaliação Teórica</li> </ul>	25
<b>Emergências Médicas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Emergências Médica</li> <li>▪ Bancas Práticas de Emergências Médicas</li> <li>▪ <b>Competências Psicológicas</b></li> <li>▪ Apoio ao Suporte Avançado de Vida</li> <li>▪ Bancas Práticas de Apoio ao Suporte Avançado de Vida</li> <li>▪ Avaliação Prática de Emergências Médicas</li> <li>▪ Revisões e Avaliação Teórica</li> </ul>	50
<b>Emergências de Trauma</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Emergências de Trauma</li> <li>▪ Visualização e Prática das Técnicas de Trauma</li> <li>▪ Bancas Práticas de Técnicas de Trauma</li> </ul>	75

<sup>16</sup> Disponível em: <https://www.cepsiforma.com/saude/> e <https://www.helpcare-cefope.pt/l/copia-de-curso-tripulante-de-ambulancia-de-socorro/>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bancas Práticas de Técnicas de Trauma, Imobilização de Membros e Controlo de Hemorragias</li> <li>▪ Bancas Práticas de Técnicas de Trauma e Emergências de Trauma.</li> <li>▪ <b>Competências Psicológicas.</b></li> <li>▪ Técnicas de Extração e Imobilização de Vítimas.</li> <li>▪ Situação de Exceção;</li> <li>▪ Bancas Práticas de Cenários com Multivítimas.</li> <li>▪ Revisões e Avaliação Teórica;</li> </ul>	
Integração no Sistema Integrado de Emergências Médica	35
<b>Total</b>	<b>210</b>

Tabela 28 - Estrutura modular do Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro

Nesta formação, com um total de 210h, 12h são dedicadas a conteúdos de psicologia. Sendo esta a formação que habilita o prestador de socorro a executar procedimentos de emergência pré-hospitalar, considera-se que é tido em conta um cuidado necessário para esta vertente, transversal a todos os detentores desta qualificação.

Na tabela infra estão evidenciadas as formações mínimas que a tripulação deve ter para operar os diversos tipos de ambulância. Apenas nas ambulâncias do tipo A, que se destinam a transporte não urgente de doentes, pode acontecer que ninguém da sua tripulação tenha formação na área da psicologia.

Ambulância	Elemento 1	Elemento 2	Elemento 3
<b>Tipo A<sup>17</sup></b>	Tripulante de Ambulância de Transporte	Tripulante de Ambulância de Transporte (condutor)	-
<b>Tipo B<sup>18</sup></b>	Tripulante de Ambulância de Socorro	Tripulante de Ambulância de Transporte (condutor)	-
<b>Tipo C<sup>19</sup></b>	Médico com formação específica em técnicas de Suporte Avançado de Vida	Enfermeiro com formação específica em técnicas de Suporte Imediato de Vida	Tripulante de Ambulância de Transporte (condutor)

<sup>17</sup> Veículo destinado ao transporte de doentes.

<sup>18</sup> Veículo destinado ao transporte e prestação de cuidados de emergência médica a doentes urgentes e emergentes.

<sup>19</sup> Veículo destinado ao transporte não urgente com prestação de cuidados de suporte avançado de vida a doentes cuja a sobrevivência, por disfunção ou falência profunda de um ou mais órgãos ou sistemas, depende de meios avançados de monitorização.

#### 4.1.11. A formação de Sapador Florestal

A estrutura curricular da formação de Sapadores Florestais está disponível no Catálogo Nacional de Qualificações (Anexo 21). Para obter as competências para exercer funções de Sapador Florestal é necessário obter 82,00 pontos de crédito, sendo 58,50 pontos afetos a UFCD obrigatórias (650h), 13,50 pontos afetos a UFCD opcionais (150h) e 10 pontos dedicados a Formação em Contexto de Trabalho. A estrutura modular tem a seguinte configuração:

Designação dos módulos	Duração (h)
<b>UFCD obrigatórias</b>	
A profissão de sapador florestal	25
Constituição, funcionamento, utilização e manutenção dos equipamentos motomanuais	50
Equipamentos e veículos de sapadores florestais	50
<b>Segurança e Saúde no trabalho do sapador florestal</b>	<b>25</b>
Vigilância e primeira intervenção em incêndios rurais	50
Manutenção de espaços florestais e silvicultura preventiva	50
Técnica de rescaldo	50
<b>Noções básicas de primeiros socorros</b>	<b>25</b>
A floresta e o setor florestal em Portugal	25
Comportamento do fogo nos espaços rurais	50
Fogo controlado – apoio	50
Proteção de povoamentos florestais contra agentes bióticos nocivos	25
Controlo e erradicação de espécies invasoras lenhosas	25
Construção e manutenção de infraestruturas florestais	25
Recuperação de áreas ardidas e reabilitação de povoamentos e habitats naturais	25
Prevenção de incêndios florestais e rurais na interface urbano-florestal	25
Sensibilização ambiental para a proteção e defesa da floresta e de outros espaços rurais	25
Cartografia – noções básicas	25
Podas e desramações	25
<b>Total</b>	<b>650</b>
<b>UFCD complementares</b>	
Regeneração e instalação de povoamentos florestais	50
Medições florestais – noções básicas	25
Silvopastorícia	25
Prevenção de incêndios rurais	50
<b>Segurança e saúde no trabalho florestal</b>	<b>50</b>
Legislação aplicável à atividade florestal	25
Desbastes	25
Áreas protegidas	25

Arbustos e herbáceas	25
Recursos florestais	25
Recursos hídricos no contexto rural	25
A gestão dos montados de Sobro e de Azinho	50
Motorroçadoras – constituição, utilização e manutenção	25
Operações preparatórias para abate de arvoredo	50
Utilização da motosserra nas operações florestais	25
Destroçadores e Estilhaçadores	25
Tratores agrícolas adaptados ao trabalho florestal – constituição, funcionamento e manutenção	25
Condução e operação com o trator em segurança	50
Recolha de produtos florestais – extração de cortiça	50
Recolha de produtos florestais – sementes, frutos e pinhas	50
Recolha de produtos florestais – resinagem	25
Colheita de cogumelos silvestres	25
Operação com motosserra em Segurança	25
Equipamentos auxiliares de tração	25
<b>Gestão de equipas e de conflitos</b>	<b>25</b>
Ética e deontologia na organização do trabalho em equipa	25
Contabilidade e gestão florestal – noções básicas	25
Relacionamento interpessoal	25
Produtos fitofarmacêuticos – aplicação com equipamentos de pulverização manual	25
Processos e métodos de proteção fitossanitária e de aplicação de produtos fitofarmacêuticos	50
Produtos fitofarmacêuticos – uso sustentável – atualização	25
Técnicas de informação, comunicação e negociação	50
Perfil e potencial do empreendedor – Diagnóstico/ desenvolvimento	25
Ideias e oportunidades de negócio	50
Plano de negócio – criação de micronegócios	25
Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios	50
Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25
Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25
Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25
Planeamento e gestão do orçamento familiar	25
Produtos financeiros básicos	50
Poupança – conceitos básicos	25
Crédito e endividamento	50
Literacia digital – iniciação	25
<b>Segurança e Saúde no Trabalho em situações epidémicas/pandémicas</b>	<b>25</b>
Teletrabalho	25
<b>Total</b>	<b>800</b>

Figura 7 - Estrutura modular do Curso de Sapador Florestal

O Sapador Florestal tem na sua formação a UFCD 9988 – Noções básicas de primeiros socorros – num total de 25h, que, definido no Catálogo Nacional de Qualificações, tem como objetivos:

- Identificar os principais sinais e sintomas em situações de doença súbita e/ou trauma;
- Efetuar as manobras de suporte básico de vida;
- Aplicar os primeiros socorros adequados ao quadro de emergência;
- Aplicar a técnica de primeiros socorros psicológicos e de promoção de relações empáticas.

Trata-se então de um módulo de primeiros socorros que contém nos seus conteúdos o leccionamento de PSP.

O Curso de Sapador Florestal tem ainda como UFCD obrigatória – Segurança e Saúde no trabalho do sapador florestal – e como UFCD complementares – Segurança e saúde no trabalho florestal, Segurança e Saúde no Trabalho em situações epidémicas/pandémicas – o que revela uma grande atenção para a manutenção da saúde e da segurança destes profissionais. Ainda como UFCD complementar, surge – Gestão de equipas e de conflitos – que é associada a fatores psicossociais, nomeadamente na gestão do stress.

### **4.3. Análise dos Questionários**

Neste subcapítulo é feita, em primeira instância, a caracterização sociodemográfica com o objetivo de descrever a amostra que respondeu aos questionários, que, por sua vez, dá credibilidade à análise obtida das respostas relativas ao tema, numa segunda instância. Existe uma boa amostragem em número de respostas por APC, no entanto existe alguma diferença quanto a esse número (por exemplo, há 31 respostas de Sapadores Florestais e 337 da Força Aérea), pelo que os resultados apresentados são feitos em percentagens, refletindo as perceções das amostras dos APC. A apresentação de resultados está sistematizada por forma a representar as respostas por APC e como um todo.

### 4.3.1. Caracterização Sociodemográfica

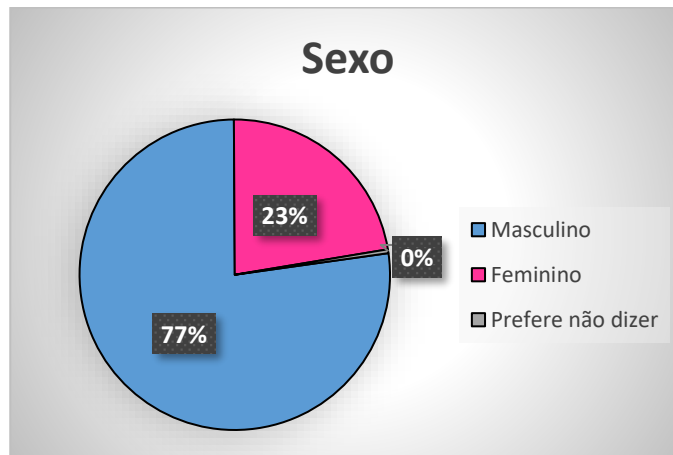


Figura 8 - Sexo dos questionados

Dos 1255 questionários respondidos, 77% foram feitos por pessoas do sexo masculino, 23% do feminino e 5 pessoas, perfazendo 0%, preferiram não dizer qual o seu género. Considera-se que é uma amostragem representativa do universo total dos APC, em que por exemplo, a percentagem de mulheres ao serviço das FFAA é de 13% (DN/Lusa 2022) e 25% como bombeiras (S. Cipriano 2016).

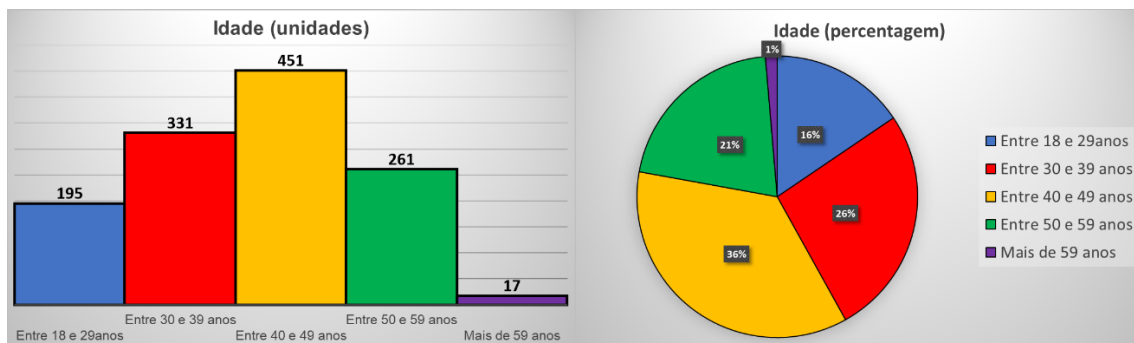


Figura 9 - Idade dos questionados

A figura acima representa a distribuição de idades dos operacionais, sendo que todos os setores se encontram bem representados e de forma reflexa do número de operacionais em funções nos diversos setores. Comparativamente com os outros setores, o de “mais de 59 anos” tem menor representação porque há naturalmente menos operacionais ainda em funções a partir desta idade.

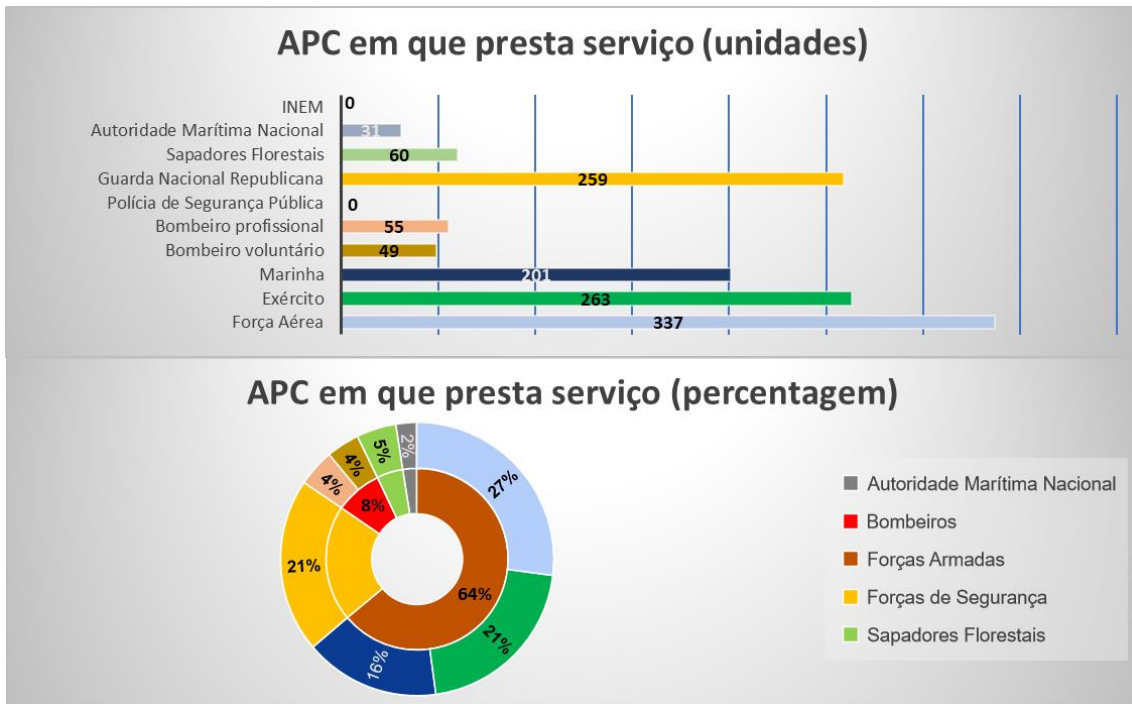


Figura 10 - APC em que o questionado presta serviço

A figura supra representa o número de operacionais que responderam ao inquérito solicitado por APC. Realça-se a grande adesão por parte das Forças Armadas e das Forças de Segurança, estas últimas apenas representadas por militares da Guarda Nacional Republicana. Quanto à Autoridade Marítima Nacional, aos Sapadores Florestais e aos Corpos de Bombeiros, apesar de não terem tido uma adesão em massa, têm uma representação significativa (superior a 30 elementos), refletindo as suas perceções e mostrando congruência nas suas respostas, como se pode confirmar no subcapítulo seguinte. Salienta-se ainda que não houve respostas por parte do INEM e da Polícia de Segurança Pública.

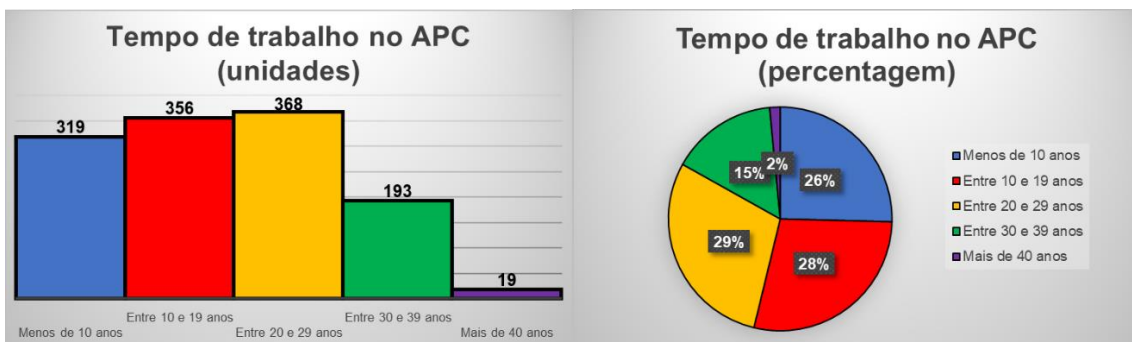


Figura 11 - Tempo de trabalho do questionado no APC

Esta figura representa o tempo de serviço dos operacionais nos respectivos APC. Observa-se uma representação equilibrada de todos os setores, em concordância também com as idades dos operacionais, já demonstrada na figura 9.

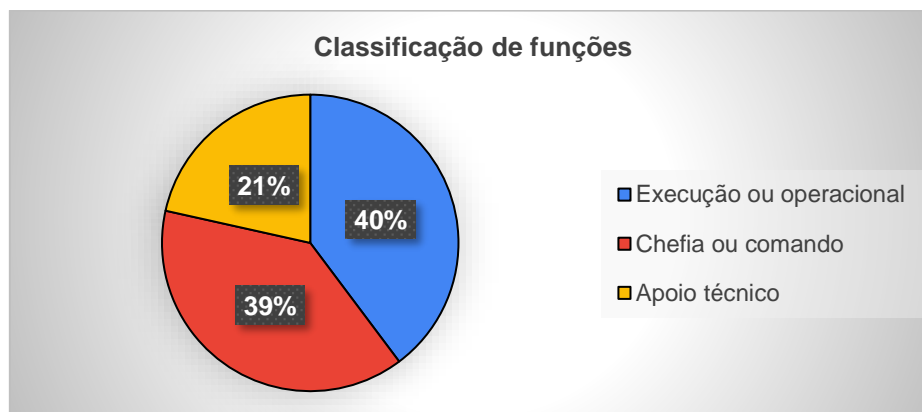


Figura 12 - Classificação de funções

Na figura 12 estão representadas as funções dos inquiridos. Optou-se por identificar três grandes setores – execução ou operacional, chefia ou comando e apoio técnico. No preenchimento do questionário o inquirido podia selecionar a opção “outro” e descrevê-la. Essas respostas (por exemplo: funções de docência, estado-maior, apoio informático, socorrista, etc.) foram posteriormente inseridas num dos três setores referidos. Realça-se que o maior setor, com 40%, é o relativo às funções de execução ou operacional, que é caracterizado por ser aquele que maior contacto tem com o público e com as operações. O setor da chefia ou comando, com 39%, está muito próximo em termos de representação, podendo estas funções ser exercidas numa componente operacional ou técnica, tendo, no entanto, a particularidade de os chefes/comandantes terem por norma mais experiência e preocupação com aspetos sociopsicológicos das suas equipas e do ambiente em que operam. Com 21% o setor do apoio técnico é o que tem menor expressão, ainda que significativa, tem a característica de permitir uma distância relativa aos acontecimentos e um discernimento diferente de avaliação.

### 4.3.2. Respostas referentes ao tema

Neste subcapítulo são analisadas as respostas direcionadas ao tema em estudo, analisando as respostas por APC e como um todo.

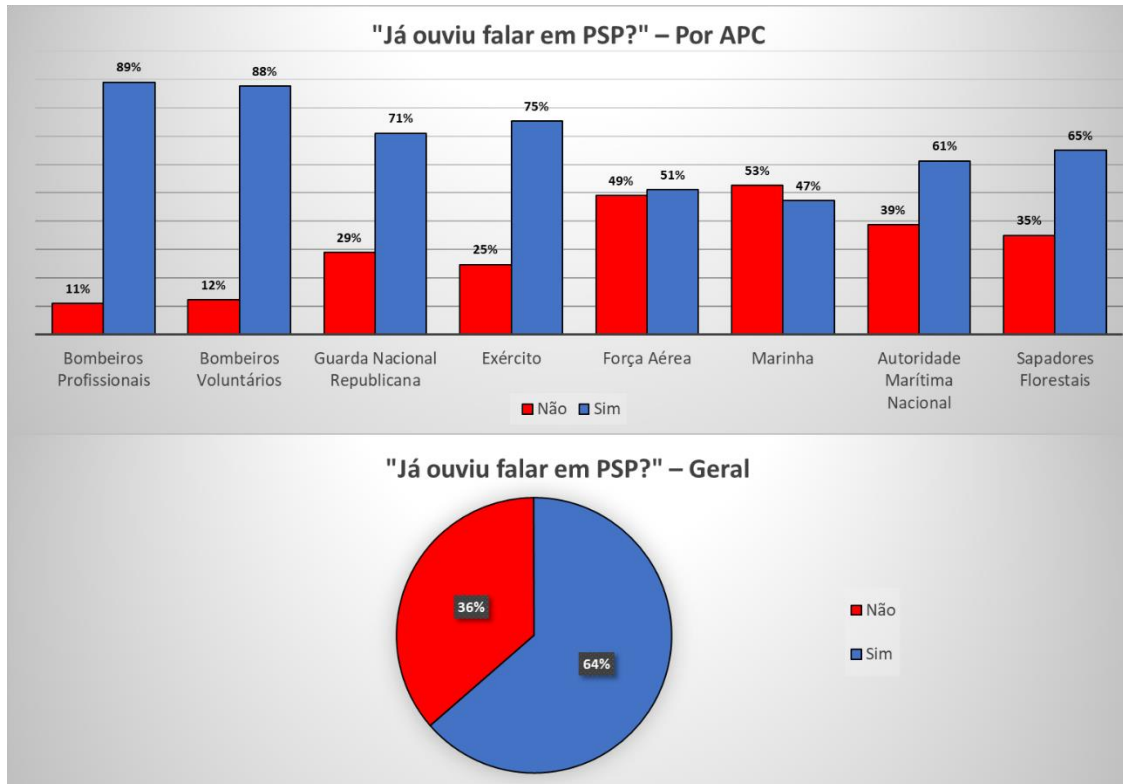


Figura 13 - Se já ouviu falar em PSP

Na figura supra estão representadas as percentagens dos inquiridos que já ouviram, ou não, falar em Primeiros Socorros Psicológicos. Constata-se que os Bombeiros Profissionais e Voluntários apresentam respostas muito próximas (89% e 88% respetivamente, para “sim”). A Guarda Nacional Republicana e o Exército têm também uma taxa elevada para “sim”, acima de 70%. A Autoridade Marítima Nacional e os Sapadores Florestais apresentam valores de 61% e 65%, respetivamente, para a mesma resposta e a Força Aérea e a Marinha com respostas nos 50/50. No geral, 65% dos inquiridos já ouviu falar em PSP, o que revela que é um assunto com significância e que merece reflexão.

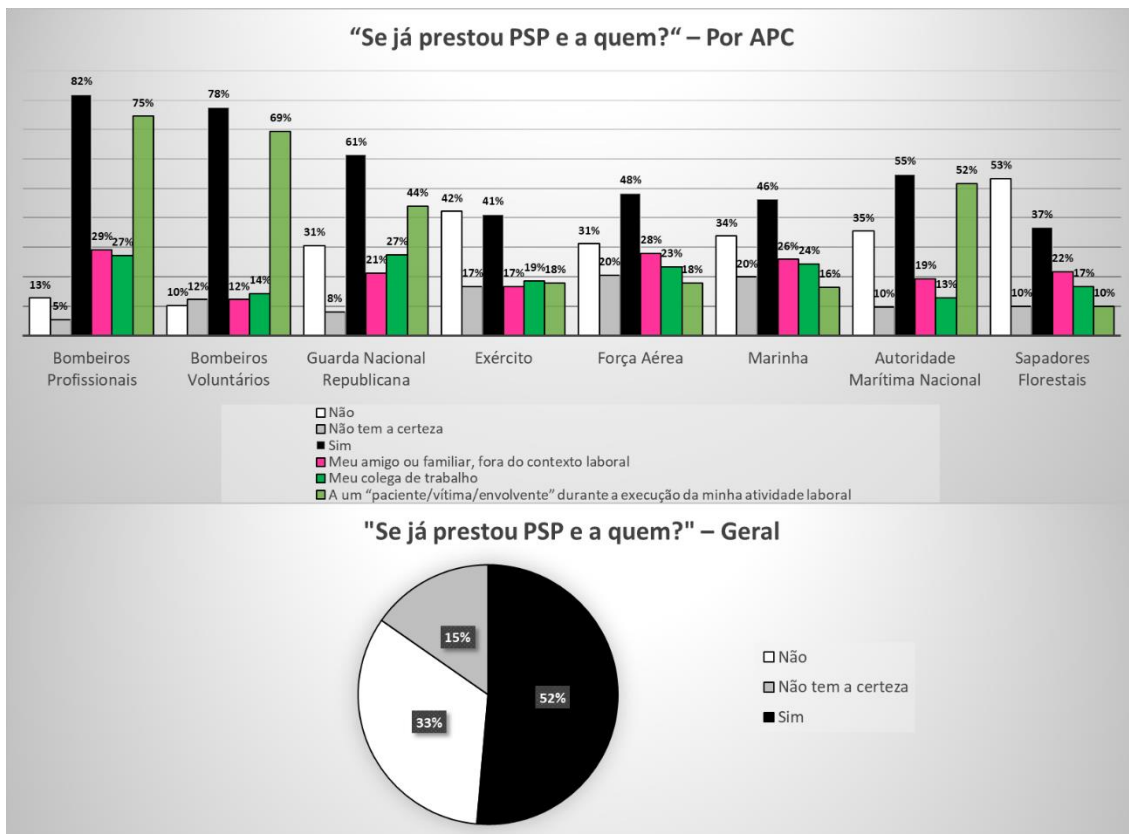


Figura 14 - Se já prestou PSP e a quem

Em escala de cinza estão representados os inquiridos que responderam, tendo em conta a definição apresentada no questionário, que “sim”, “não” e que “não têm a certeza” se já prestaram PSP. Na escala colorida estão representadas as percentagens, dos que já prestaram PSP, relativamente a quem foi socorrido:

- “Meu amigo ou familiar, fora do contexto laboral”;
- “Meu colega de trabalho”;
- “A um “paciente/vítima/envolvente” durante a execução da minha atividade laboral”.

Como existe a possibilidade de o inquirido ter prestado socorro a mais que uma destas categorias, o somatório das três percentagens é consequentemente superior a 100%. Constata-se uma taxa muito elevada para respostas positivas de inquiridos quanto à prestação de PSP, principalmente nos Bombeiros (a rondar os 80%), seguidos da Guarda Nacional Republicana e da Autoridade Marítima Nacional (a rondar os 60%). Apenas o Exército e os Sapadores Florestais estão próximos dos 40%. Quanto ao destinatário dos PSP, os setores são muito equilibrados entre si, à exceção dos Bombeiros, da Guarda Nacional Republicana e da Autoridade Marítima Nacional que

têm preponderância para prestar PSP a “pacientes/vítimas/envolventes” durante a execução de atividades laborais.

Realça-se ainda, que no cômputo geral, mais de metade dos inquiridos já prestou Primeiros Socorros Psicológicos a alguém, o que é um valor deveras significativo e que realça a necessidade de preparação para a sua providência.

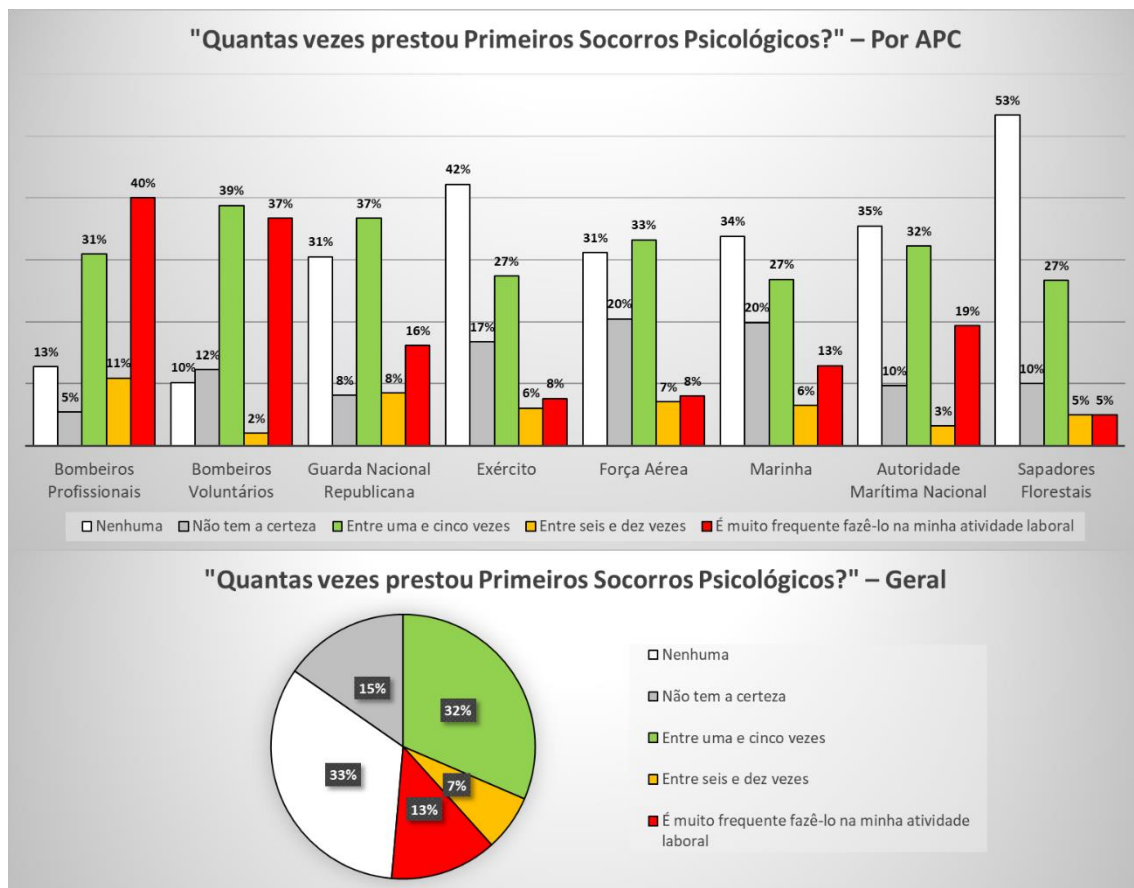


Figura 15 - Quantas vezes prestou PSP

Nesta figura está representada a frequência com que os operacionais prestam PSP. Optou-se por manter as respostas “nenhuma” e “não tem a certeza”, que são iguais à questão anterior, por forma a não deturpar a leitura/análise da frequência com que efetivamente essa necessidade ocorre. Constatase que, à exceção dos Bombeiros Profissionais, a maioria responde que o fez entre uma e cinco vezes. Os Bombeiros Profissionais e Voluntários têm uma amostra cerca de 40% para a opção “é muito frequente fazê-lo na minha atividade laboral”. Também neste aspeto a Autoridade Marítima Nacional apresenta valores aproximados aos Bombeiros, embora menos expressivos.

De forma geral, a maioria já prestou PSP entre uma e cinco vezes, no entanto este dado não significa que a formação neste âmbito seja pouco importante. O facto de muitos operacionais prestarem poucas vezes PSP implica que tenham que ter uma formação que os capacite, porque de outra forma não vão ganhar ou transmitir experiência. O conhecimento adquirido será sobretudo em contexto de formação e treino, havendo a grande probabilidade de um dia ser necessário.

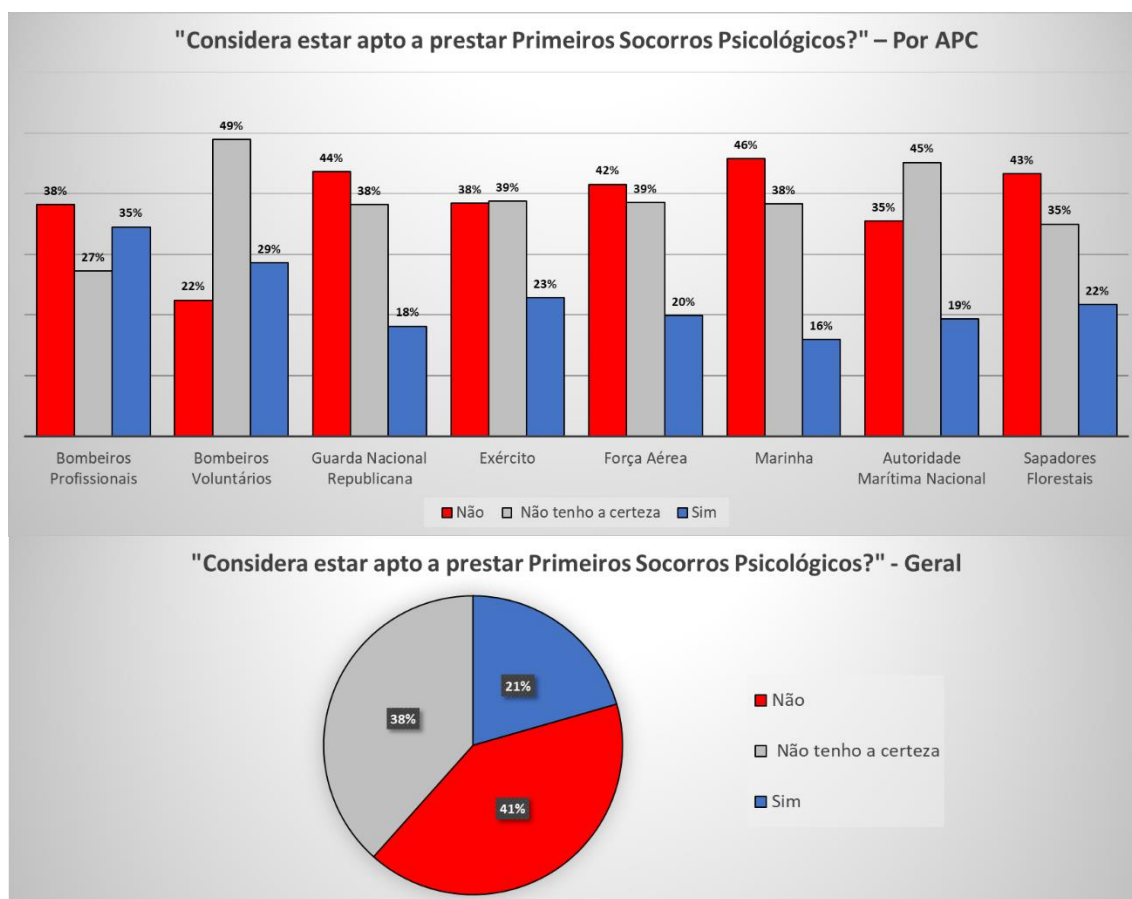


Figura 16 - Se considera estar apto a prestar PSP

Quando perguntados se consideram estar aptos a prestar PSP, os inquiridos têm respostas muito diversificadas. Constata-se que os Bombeiros Voluntários são os únicos que têm o “sim” superior ao “não”, com 29% e 22% respetivamente, sendo também os que apresentam a resposta “não tenho a certeza” com maior representação, com 49%. Os Bombeiros Profissionais são os que apresentam a resposta “sim” com maior percentagem, 35%, sendo também os que têm a resposta “não tenho a certeza” com menor representação, quando comparados com os outros APC.

Analisando os resultados gerais, pode constatar-se que a resposta com maior representatividade é “não”, com 41%, seguida do “não tenho a certeza” com 38% e “sim” com 21%. Estes números são considerados preocupantes se for assumido que apenas em 21% dos casos a vítima de um evento potencialmente traumático terá o apoio adequado na receção de PSP.

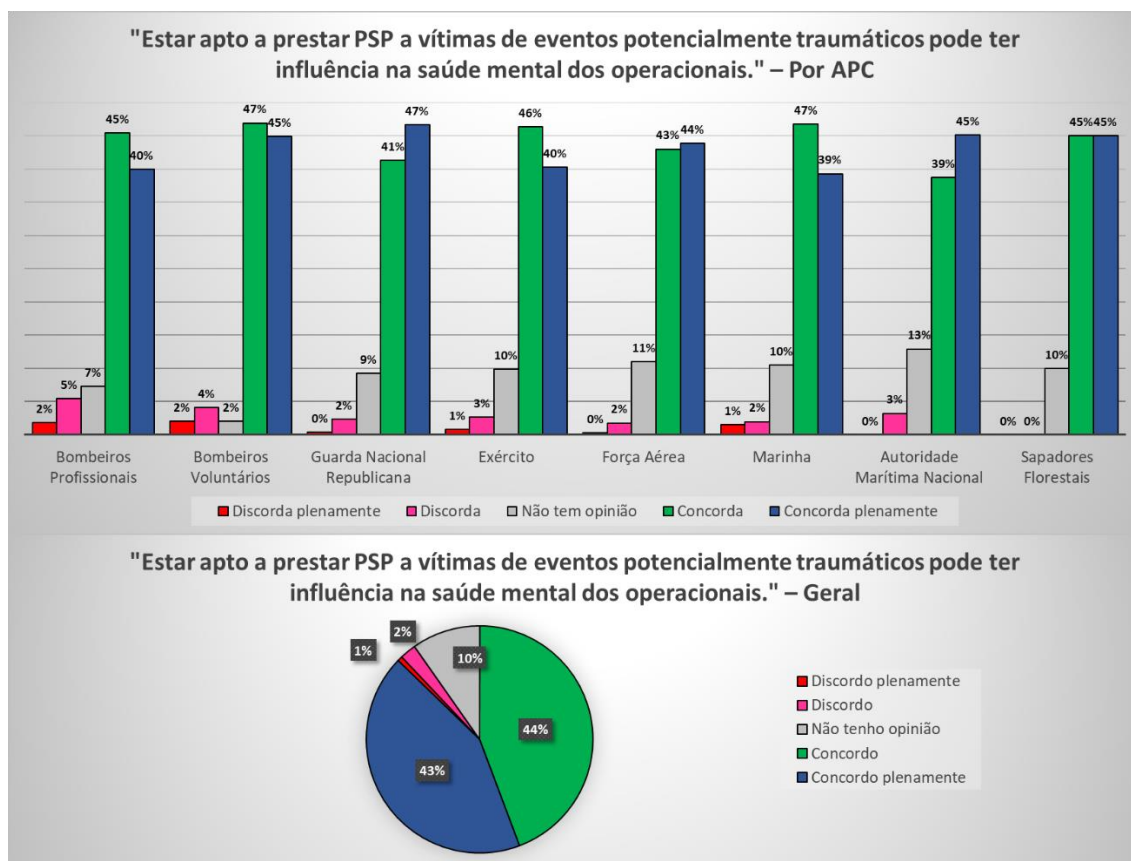


Figura 17 – Se estar apto a prestar PSP a vítimas de eventos potencialmente traumáticos pode ter influência na saúde mental dos operacionais

Ao serem inquiridos se estar aptos a prestar PSP a vítimas de eventos potencialmente traumáticos pode influenciar a saúde mental dos operacionais, as respostas entre os diversos APC foram bastante idênticas, havendo pequenas flutuabilidades entre as respostas “concordo” e “concordo plenamente”. A resposta “não tenho opinião” apresenta valores entre os 9% e os 13% na Guarda Nacional Republicana, nas FFAA, na Autoridade Marítima Nacional e nos Sapadores Florestais, tendo valores ainda inferiores nos Bombeiros. Esta constatação reflete que os operacionais não estão indiferentes quanto à sua preparação para prestar PSP e para as

consequências que isso pode trazer para a saúde mental dos operacionais. As respostas “discordo” e “discordo plenamente” têm uma representatividade sempre inferior a 5%.

De forma geral, constatamos que 44% dos inquiridos concorda com a afirmação em epígrafe e 43% concorda plenamente, o que totaliza 87%, sendo um valor bastante significativo. Como visto anteriormente, os operacionais que têm uma estreita relação com operações de socorro têm gosto em fazê-lo e podem sentir mazelas psicológicas quando fica a percepção de que podiam ter feito melhor, além de que o conhecimento relativo a PSP propicia uma melhor autoproteção, pelo que também pode influir positivamente na saúde mental do operacional.

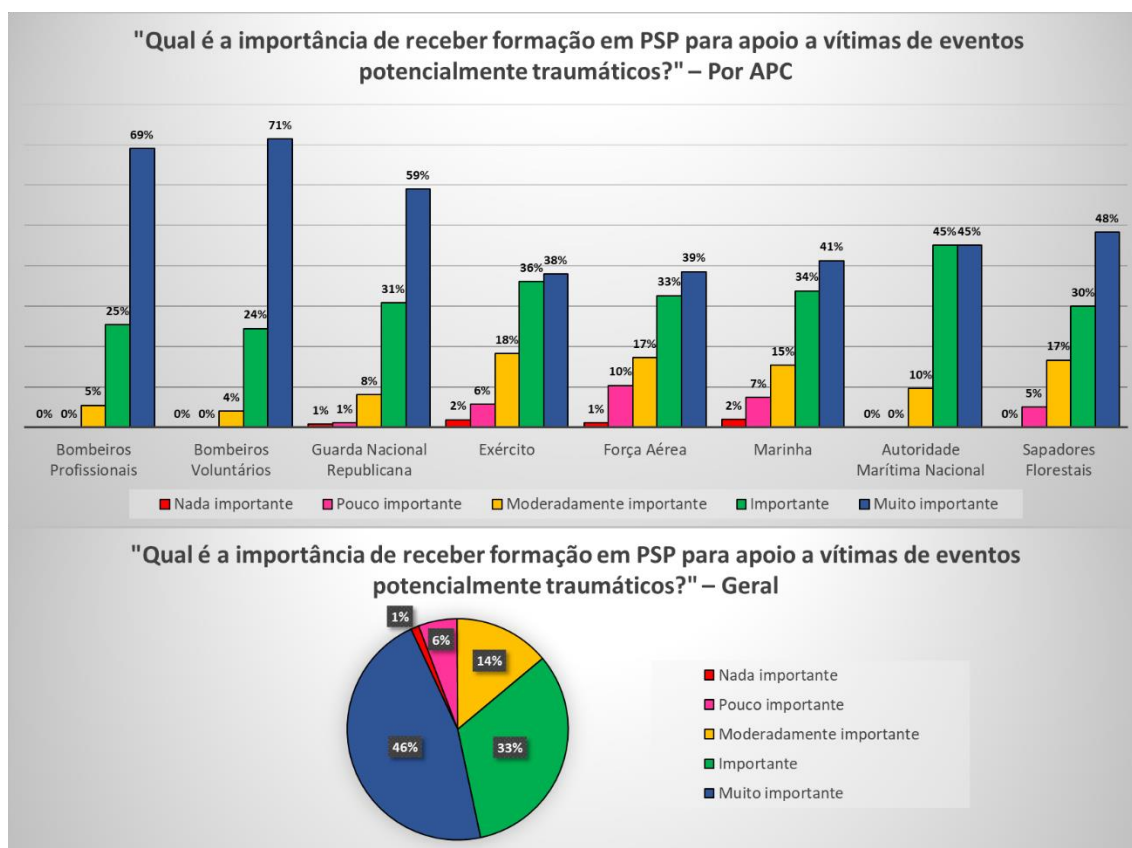


Figura 18 - A importância de receber formação em PSP para apoio a vítimas de eventos potencialmente traumáticos

Perguntados quanto à importância de receber formação em PSP para apoio a vítimas de eventos potencialmente traumáticos, os inquiridos concentraram as suas respostas no “importante” e “muito importante”. Destacam-se as respostas em “muito importante” nos Bombeiros Profissionais, nos Voluntários e na Guarda Nacional Republicana, todos com representação superior a 59%. Destacam-se também as

respostas em “nada importante” e “pouco importante” nos Bombeiros Profissionais, Voluntários e na Autoridade Marítima Nacional, em que há 0% de respostas.

De forma geral é comprovado o mesmo, sendo as respostas por APC muito idênticas. Existe 1% em “nada importante”, 6% em “pouco importante”, 14% em “moderadamente importante”, 33% em “importante” e 46% em “muito importante”. O somatório entre “importante” e “muito importante” é de 79%, o que representa um valor muito expressivo.

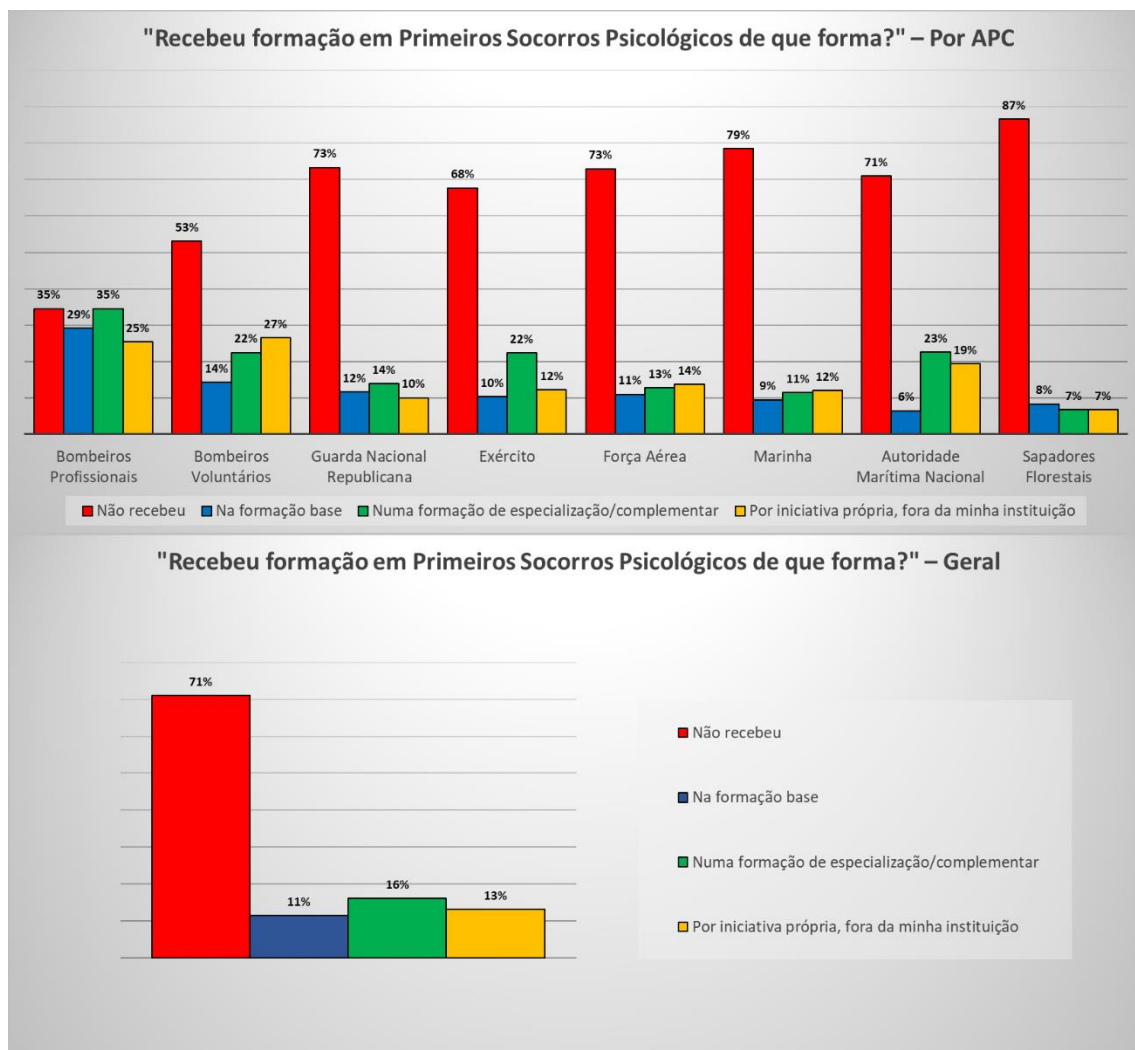


Figura 19 – Se recebeu formação em Primeiros Socorros Psicológicos e de que forma

Quando inquiridos se receberam formação em PSP, a esmagadora maioria respondeu que não. Com exceção dos Bombeiros Profissionais, todos têm mais operacionais que não receberam formação do que os que receberam, os Bombeiros

Voluntários têm uma taxa de 53% que não recebeu, tendo os outros todos um valor superior a 68%, sendo o caso do Exército.

De forma específica por APC e em geral não são identificadas grandes diferenças na forma como receberam formação – se foi na “formação base”, “numa formação de especialização ou complementar”, ou se foi por “iniciativa própria, fora da própria instituição”. No entanto é de realçar que 13% dos inquiridos já procurou formação fora da sua própria instituição, o que demonstra um cuidado e necessidade pessoal em adquirir conhecimento sobre o assunto.

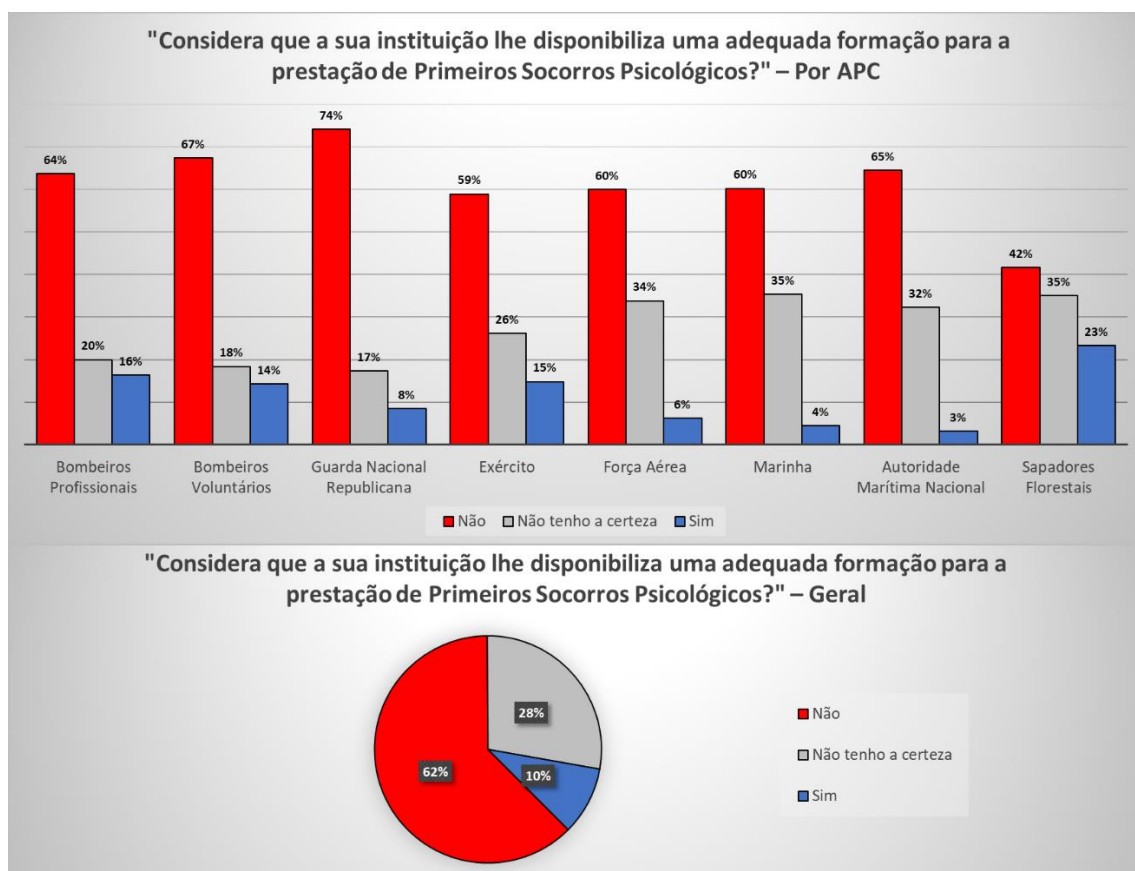


Figura 20 – Se considera que a instituição disponibiliza uma adequada formação para a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos

Na figura 20 estão refletidas as respostas à pergunta “Considera que a sua instituição lhe disponibiliza uma adequada formação para a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos”. Todos os APC tiveram como resposta maioritária o “não”, seguida de “não tenho a certeza”. O “não” com maior expressão, 74% é na GNR e o com menor expressão é o dos Sapadores Florestais, com 42%. Os Sapadores Florestais são

por sinal aqueles que apresentam maior representação do “sim”, com 23%, seguidos dos Bombeiros e do Exército com valores entre os 14% e 16%.

De forma geral, apenas 10% considera que recebeu formação adequada, 28% não tem a certeza e 62% considera que não recebeu formação adequada. Perante os valores apurados releva-se a necessidade de formular uma formação adequada.

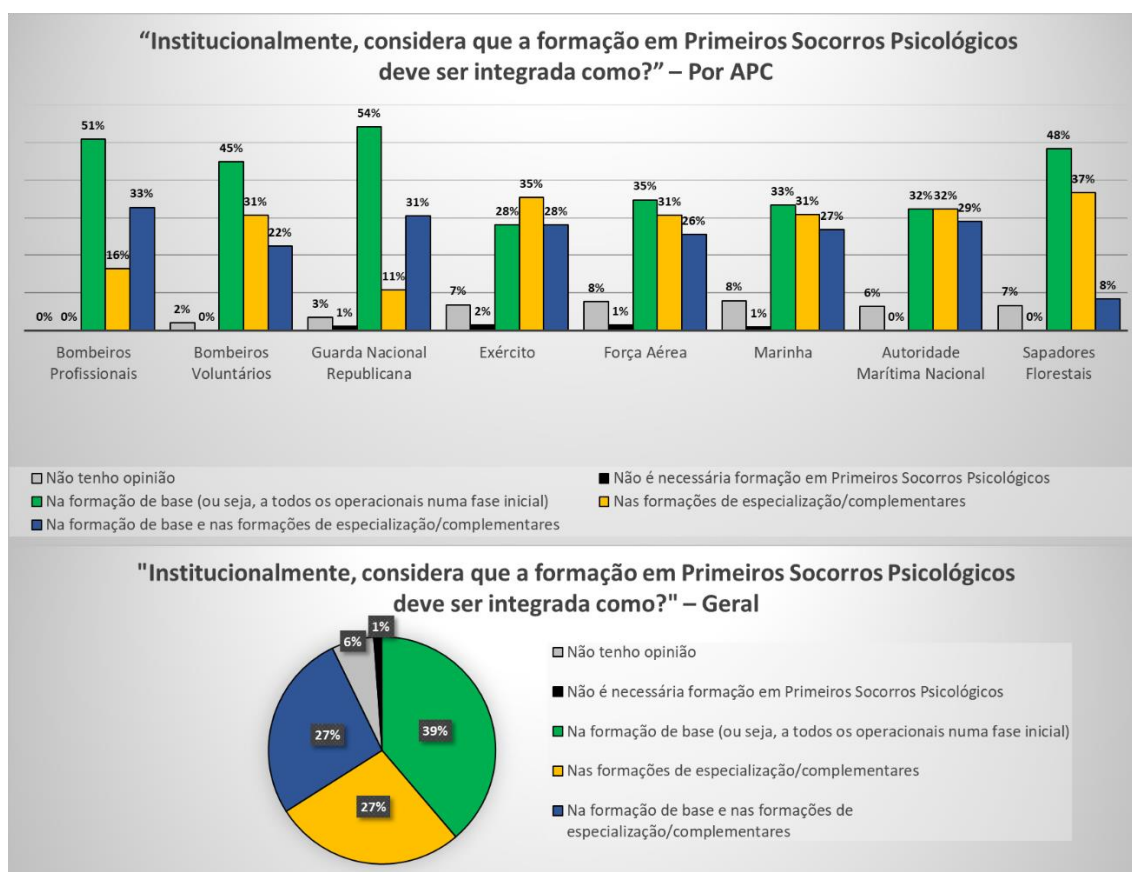


Figura 21 – Como considera que a formação em Primeiros Socorros Psicológicos deve ser integrada

Após ser perguntado se o inquirido considera ser importante receber formação em PSP, para o apoio à vítima e para a saúde mental dos operacionais, e de ser perguntado se recebeu formação e de que forma, foi perguntado quanto à forma, como seria a melhor maneira de ministrar formação em Primeiros Socorros Psicológicos. A resposta na “formação de base” transmite uma intenção de que todos os operacionais devem receber esta formação. A resposta “numa formação de especialização/complementar” transmite a noção de que esta formação deve ser apenas ministrada a uma seleção de operacionais, no âmbito de uma especialização diferente dos demais. A resposta “na formação de base e nas formações de

especialização/complementares” transmite uma noção de continuidade, em que todos os operacionais recebem uma formação na fase inicial da carreira e que posteriormente, em formações complementares, voltam a visitar estes conteúdos ou a aprofundá-los.

Nos Bombeiros, Profissionais e Voluntários, Guarda Nacional Republicana e Sapadores Florestais houve preponderância de respostas para “na formação de base”. Nos três ramos das FFAA, bem como na Autoridade Marítima Nacional, as três respostas positivas foram muito equilibradas, variando entre 26% e 35%.

De forma geral, aqueles que respondem que deve haver formação em PSP, dividem-se em 39% para a formação base, 27% para formações de especialização/complementares e 27% para ambas. Somando os 39% da formação base com os 27% para ambas, totalizam-se 66% que têm em comum o leccionamento de PSP na formação base. Somando as três respostas positivas, obtém-se 93% de inquiridos que concordam que deve haver formação em PSP.

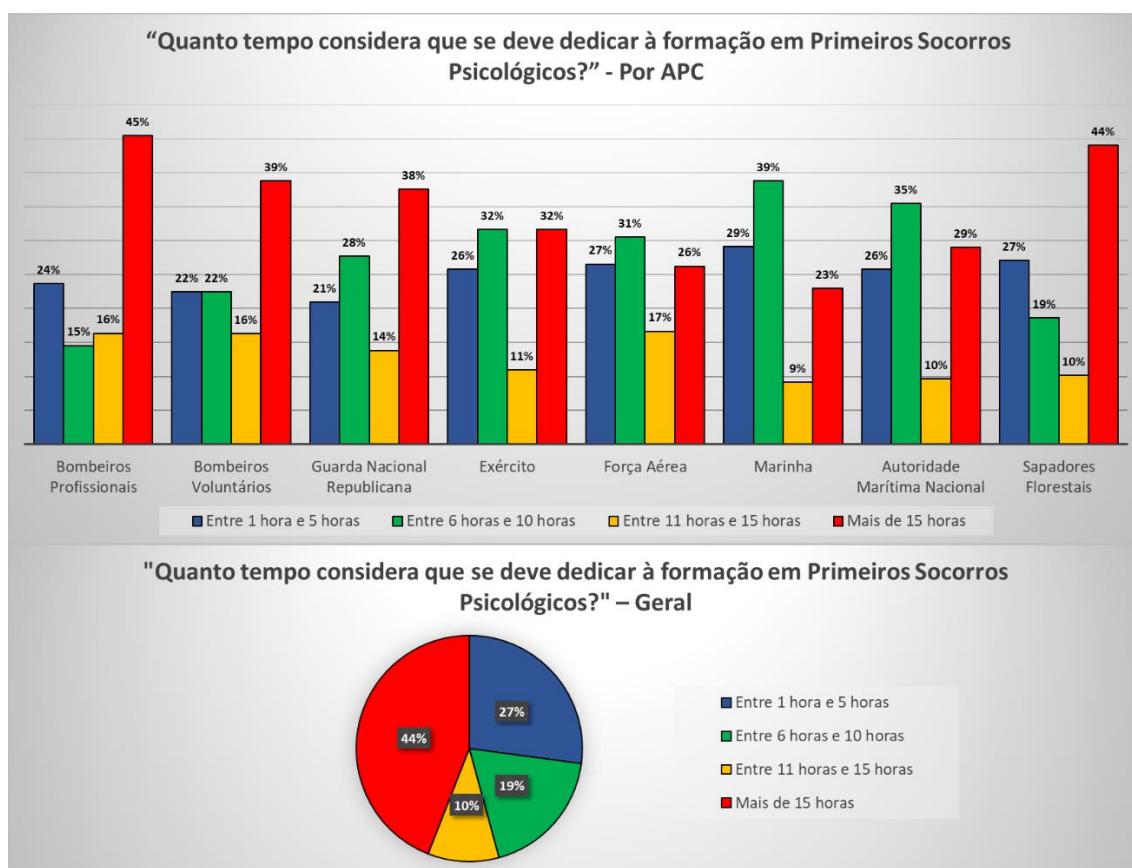


Figura 22 - Quanto tempo deve ser dedicado à formação em PSP

Foi ainda perguntado aos inquiridos quanto à carga horária que consideram apropriada para o leccionamento de PSP. Os valores totais com maior expressão foram “mais de 15h” com 44% e “entre 1 e 5 horas” com 27%, ficando as opções intermédias com menos respostas. A opção “mais de 15 horas” é a que apresenta mais respostas nos Bombeiros Profissionais, Bombeiros Voluntários, Guarda Nacional Republicana e nos Sapadores Florestais, entre os 38% e os 45%. O Exército tem como maiores números de respostas “entre 6 e 10h” e “mais de 10h”, ambas com 32%. A Força Aérea, a Marinha e a Autoridade Marítima Nacional têm preferência por “entre 6 e 10h”, com valores compreendidos entre 31% e 39%.

Somando a percentagem de “entre 11 e 15h” e “mais de 15h” obtêm-se 54%, ou seja, mais de metade dos inquiridos concorda com um valor superior a 11h para formação em PSP.

#### **4.3.3. Conclusões da análise aos Questionários**

De forma geral, foi observado que as respostas dos diferentes APC são concordantes entre si nas diferentes questões. Apesar de o número de representação dos APC diferir, as respostas são congruentes e agregam concordância, pelo que se considera que a amostragem de cada um reflete com precisão as perceções que representam. Apesar de a percentagem de representação poder não ser muito expressiva, em termos absolutos obtiveram-se muitas respostas, que por sua vez revelam coerência.

Foi identificado que dos inquiridos, 64% já ouviu falar em PSP, 52% já prestou PSP a alguém, 32% efetuou-o entre 1 e 5 vezes e que apenas 21% considera que está apto a fazê-lo. Identificou-se ainda que 87% concorda que a formação em PSP contribui positivamente para a saúde mental dos operacionais, 79% considera que é importante ou muito importante haver esta formação, em contraste com os 71% que nunca tiveram formação em PSP. Quanto à forma de formação, apenas 10% acredita que recebeu uma preparação adequada para o efeito, 93% defende que deve haver formação em PSP, dos quais 66% defende que esta deve constar na formação de base e ainda 44% em como esta formação deve ter uma duração superior a 15h.

Face ao exposto, conclui-se que os operacionais que desempenham funções nos APC concordam que a formação em PSP merece investimento, devendo ser

preferencialmente ministrada na formação base a todos os operacionais, sendo que, atualmente isso não acontece.

#### 4.4. Discussão de resultados

Neste subcapítulo pretende-se evidenciar os resultados a que se chegaram com a análise das estruturas modulares das várias formações providenciadas pelos APC e com a análise das respostas ao inquérito divulgado.

A tabela abaixo tem o objetivo de apresentar uma súmula das formações analisadas, fazendo ênfase às horas dedicadas a Socorrismo, psicologia/psicossociologia e PSP. Não se pretende fazer uma comparação entre as formações, uma vez que têm âmbitos e objetivos diferentes, mas sim fazer uma síntese da representação da formação em PSP inserida na formação facultada pelos APC.

APC	Curso/formação	Carga horária (h)			
		Socorrismo	Psicossociologia	PSP	Total
Corpos de Bombeiros	Bombeiro Profissional*	50 obrigatórias + 25 opcionais	25 opcionais	25 opcionais	1000
	Bombeiro Voluntário*	50	-	-	225
Polícia de Segurança Pública	Curso de Formação de Agentes da Polícia de Segurança Pública*	-	40	-	1095
Guarda Nacional Republicana	Curso de Formação de Guardas das Armas*	10	15	-	950
Exército	Formação Geral Comum de Praças do Exército*	25	-	-	498
	Primeiros Socorros Psicológicos	-	-	26	28

Força Aérea	Curso de Instrução Básica*	-	-	-	280
	Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato*	25	10	-	235
	Operador de Sistemas de Assistência e Socorros	-	7	-	657
Marinha	Curso de Formação de Praças Manobra*	15	2	-	290
Forças Armadas	Socorrismo	250	-	-	266
	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	50	-	1	51
ISN	Curso de Nadador-Salvador*	12	-	-	150
	Curso de Nadador-Salvador Coordenador	25	25	-	137
	Curso de Nadador-Salvador Formador	25	-	-	250
Polícia Marítima	Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima*	12	-	-	1413
INEM	Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte	50	-	-	50
	Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro	210	12	-	210
Sapadores Florestais	Curso de Sapadores Florestais*	50 obrigatórias + até 75 opcionais	25 opcionais	5	800
Nota: * significa que se trata de formação base					

Tabela 29 - Súmula das formações analisadas

Uma vez que o trauma físico está frequentemente associado um trauma psicológico, seria de esperar que a formação de socorrismo tivesse também uma correlação com a formação em PSP, de forma separada ou conjunta. Verifica-se, no entanto, que essa não é a tendência, levando à conclusão de que ainda não existe investimento adequado por parte das instituições.

Como visto anteriormente, a ausência de formação aumenta a probabilidade de os APC não prestarem um socorro adequado às populações, ao mesmo tempo que os seus operacionais aumentam a possibilidade de eles próprios contraírem traumas psicológicos decorrentes da sua atividade. Ambos os resultados dos questionários e a análise dos referenciais de curso sugerem que seria adequado o reforço na formação de PSP.

Contata-se ainda que apesar de haver formações base que não contemplam no seu plano o leccionamento de PSP, há respostas aos inquéritos que afirmam tê-lo recebido. Hipoteticamente, as direções de curso podem ter providenciado formação extracurricular neste sentido, ou os próprios formadores podem ter ajustado os módulos face à experiência própria, no sentido de haver transmissão de conhecimento relacionado com Primeiros Socorros Psicológicos.

#### **4.5. Proposta de formação**

Face à análise de resultados, faz-se a proposta de dois modelos distintos de formação em PSP, que, hipoteticamente podem ser adotados pelos APC. Após um período de implantação e formação, sugere-se que sejam tidas em conta avaliações à formação por forma a aferir se são adequados ou não e se trazem vantagens aos seus operacionais e ao serviço prestado à sociedade.

##### **1ª Proposta – inclusão da UFCD 9899 – Primeiros Socorros Psicológicos – do Catálogo Nacional de Qualificações 9899**

Trata-se de uma formação reconhecida e certificada pela Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional. É uma UFCD de 25h, que pode ser dividida por 4 dias se ministrada isoladamente, e que de momento está prevista apenas na formação complementar da Qualificação 861363 – Bombeiro/a (Anexo 7).

A carga horária é aceitável quanto às respostas obtidas no preenchimento dos questionários, sendo que 66% dos inquiridos concorda com uma formação superior a 15h, tendo apenas que ser aceitável do ponto de vista organizacional na planificação dos cursos, uma vez que 25h pode ser um valor considerável que obriga à redução da carga horária de outras matérias ou a aumentar a duração da formação.

Esta UFCD permite ainda que o ensino de Primeiros Socorros Psicológicos possa ser recebido numa formação de base ou numa formação complementar, de forma isolada ou conjunta com outras formações em Primeiros Socorros.

Esta é uma opção idêntica ao Curso de Primeiros Socorros Psicológicos do Exército relativamente à carga horária, que tem uma duração de 28h, sendo duas delas dedicadas a cerimónias militares.

### **2ª Proposta – inclusão da UFCD 9988 – Noções Básicas de Primeiros Socorros – do Catálogo Nacional de Qualificações**

Esta é também uma formação reconhecida e certificada pela Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional. É uma UFCD de 25h e que de momento apenas está prevista na formação complementar das Qualificações 623211 – Motosserrista e 623239 - Sapador/a Florestal (Anexo 21). Esta UFCD difere da anterior, pois trata-se de uma formação em Primeiros Socorros “genéricos”, que contém em si formação em PSP. É, portanto, uma opção que dedica menos tempo à formação em PSP, mas que, no entanto, garante que eles são ministrados e que os operacionais possuam bases e ferramentas para prestar este tipo de socorro.

Uma vez que todos os APC dão formação em Primeiros Socorros, esta seria uma opção facilmente implementável.

Ambas as propostas mencionadas preveem a adoção de UFCD certificadas pela Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional, o que acarreta a vantagem de ser formação já implementada, testada e certificada. Além disso, como visto anteriormente, a adoção de um modelo único aumenta as possibilidades de interoperabilidade quando dois ou mais APC estão envolvidos num mesmo evento. A sua implementação careceria da criação de um grupo de trabalho, preferencialmente a nível ministerial, com base no Ministério da Administração Interna, por forma a agregar

representatividade dos diferentes APC a fim trabalhar conjuntamente e implementar uma formação idêntica, em que fosse possível haver intercâmbio de formandos, por forma otimizar recursos e propiciar a interoperabilidade para ações conjuntas. A otimização de recursos pode ser obtida através da vocação de determinados APC para ministrar uma formação alargada aos demais APC.

A formação pressupõe-se evolutiva, pelo que a avaliação da formação surge naturalmente no seu ciclo, por forma a adequar os conteúdos. Seria oportuno realizar vários questionários, nomeadamente:

- 1) Questionário de expectativas inicial;
- 2) Questionário de satisfação final;
- 3) Questionário de satisfação no desempenho de funções.

O primeiro questionário tem por objetivo perceber quais são as expectativas e a motivação dos formandos para a formação que irão receber. No final do segundo questionário é possível aferir se essas expectativas foram supridas e identificar lacunas na formação. O terceiro questionário permite aos operacionais, já com uma melhor fundamentação, fazerem uma apreciação sobre o que foi benéfico para o desempenho das suas funções, no que se devia investir mais ou menos tempo e identificar temáticas que não foram abordadas na formação. Com estes dados, é possível redesenhar a formação por forma a melhorar e adequar a mesma face às necessidades registadas (Instituto de Estudos Sociais e Económicos 2013).

Por forma a avaliar e treinar a interoperabilidade pretendida com estas soluções, seria adequado executar exercício conjuntos, como é exemplo o *Disaster Relief Exercise*, da Marinha, em que são testadas as guarnições de embarcações para o apoio às populações em caso de catástrofes. Neste exercício é montado um cenário, como por exemplo o provocado por um sismo violento, em que os militares treinam a salvaguarda da vida humana, combate a incêndios, socorros a população desalojada e apoio logístico por forma a garantir alimentação e outras necessidades básicas (Marinha 2020). Neste tipo de exercício podem ser avaliadas várias competências enquanto Agentes de Proteção Civil, incluindo a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos, havendo avaliadores de diferentes proveniências que podem dar vários contributos e avaliar se as equipas estão preparadas para operar conjuntamente.

É também exemplo o exercício anual Fénix, que tem por objetivo treinar a capacidade de resposta do Sistema Integrado de Apoio Militar de Emergência do Exército às solicitações de apoio no âmbito Proteção Civil. Na edição de 2022, foram testadas as capacidades de projeção, o Comando, Controlo e Comunicações, Busca e Salvamento Terrestre, Engenharia Militar, Reabastecimento e Apoio Sanitário. Este exercício contou com a participação de elementos da ANEPC, Corpos de Bombeiros e Guarda Nacional Republicana, tendo por tema um cenário de condições meteorológicas adversas (Exército Português 2022).

Ambos os exercícios têm já uma estrutura de base, que pode ser usada para alavancar exercícios mais abrangentes em termos de participação dos diferentes APC, onde podem ser treinados, avaliados e certificados os procedimentos relacionados com a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos.

## **CAPÍTULO 5: CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES**

### **5.1. Considerações finais**

Considera-se que o estudo obteve sucesso na apuração da formação ministrada em Primeiros Socorros Psicológicos nos Agentes de Proteção Civil através da análise dos programas de curso e das respostas aos questionários, sendo os resultados obtidos entre ambas as formas coerentes. Foi possível responder à problemática proposta, comprovando que a mesma é um assunto atual e importante, que carece de reflexão e desenvolvimento.

Este estudo é, no entanto, bastante abrangente, direcionando-se naturalmente a uma visão geral, que não se aprofunda minuciosamente dentro de cada formação ou de cada APC. Seria possível desenvolver estudos futuros particularizando cada Agente de Proteção Civil e depois convergir esses estudos num trabalho de maior dimensão e com mais dados.

Seria ainda interessante e adequado repetir o inquérito com algumas adaptações aos operacionais dos APC após ser implementado uma formação comum em Primeiros Socorros Psicológicos, confirmando ou infirmando se é possível obter uma formação comum que seja adequada, no sentido de os preparar para socorrer a vítima de um evento potencialmente traumático.

### **5.2. Conclusões**

No início do estudo foi proposto responder-se à seguinte questão: **“A formação de base nos Agentes de Proteção Civil prepara os prestadores de auxílio a socorrer psicologicamente as vítimas de incidentes potencialmente traumáticos numa primeira intervenção?”**.

Considerou-se que para tal seria necessário analisar as seguintes hipóteses:

**H1: Os Primeiros Socorros Psicológicos são importantes para a execução de tarefas relacionadas com a Proteção Civil.**

Conclui-se que sim. Na caracterização dos Agentes de Proteção Civil, na fase exploratória deste trabalho, foram elencadas algumas situações em que estes operacionais podem necessitar de o fazer, principalmente em

situações de crise. Na fase analítica, foi identificado que 52% dos inquiridos já tiveram que prestar PSP e que 87% concorda que o leccionamento de PSP contribui positivamente para a saúde mental dos operacionais, que por sua vez é fundamental para a execução de um bom serviço.

**H2: Os operacionais não estão bem preparados para prestar Primeiros Socorros Psicológicos a uma vítima de um evento potencialmente traumático.**

Face à comprovação da hipótese anterior, à análise dos referenciais de curso das formações base, que, com exceção dos Sapadores Florestais, não preveem o leccionamento de PSP, e às respostas aos questionários, em que 71% nunca teve formação em PSP e que apenas 10% responde que considera ter recebido preparação adequada, conclui-se que sim – os operacionais deveriam estar melhor preparados para prestar Primeiros Socorros Psicológicos a vítimas de eventos potencialmente traumáticos.

**H3: É possível adotar um modelo de formação comum adequado e exequível que contemple os Primeiros Socorros Psicológicos.**

Esta hipótese considera-se parcialmente comprovada. Teoricamente sim, é possível, adotando uma referenciação comum, permitindo ainda o intercâmbio de formandos e vocacionando determinados APC para dar formação alargadas aos demais, poupando assim recursos e aumentando a interoperabilidade. No entanto esta hipótese só pode ser empiricamente comprovada através da testagem, fazendo a implementação da formação e repetindo os inquéritos posteriormente aos operacionais, comprovando assim se as suas perceções alteraram e se o sentimento de que estão preparados aumentou, ou se, por outro lado, é necessário que cada APC tenha uma formação especializada e distinta.

Respondendo à questão de partida, considera-se que a formação de base nos Agentes de Proteção Civil não prepara os prestadores de socorro a fazê-lo psicologicamente às vítimas de incidentes potencialmente traumáticos numa primeira

intervenção. Afigura-se necessário o investimento na formação dos operacionais que prestam serviço enquanto Agentes de Proteção Civil, que frequentemente o fazem em eventos potencialmente traumáticos ou após o seu acontecimento, aos quais os próprios operacionais não estão imunes. Salvaguarda-se desta maneira o socorro mais apropriado a todas as vítimas, não só às que apresentam lesões físicas, mas também incrementando a saúde ocupacional dos APC.

O esforço conjunto dos APC no sentido de obter uma formação padronizada e generalizada nos seus quadros de pessoal, permitiria a troca de experiências, no sentido da identificação de necessidades e de conhecimento já adquirido, bem como a rentabilização de recursos e ainda na interoperabilidade, tão necessária em situações de catástrofe em que, face à escassez de meios, se torna imperioso congregar esforços interinstituições. A sua implementação trata-se de um processo transversal a todos os níveis hierárquicos, mas que deve ser despoletado aos mais altos níveis, pois “a política não é, senão, medicina em larga escala<sup>20</sup>”.

---

<sup>20</sup> Mote utilizado entre 1848-1849 por Rudolf Carl Virchow, um dos mais brilhantes e influentes cientistas biomédicos do século XIX, durante uma ação política revolucionária que promovia a medicina social (Brown e Fee 2006)

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldwin, Carolyn M. "Stress, Coping, and Development: An Integrative Perspective." 2007, 2ª edição ed.
- American Psychiatric Association. "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders." 1980, 3ª edição ed.
- ANEPC e OPP. "COVID-19: Os Bombeiros e a saúde psicológica em tempos de pandemia." 2021.
- Araújo, Rui. "Mercenários e meninos soldados." *CNN Portugal*, 2021.
- Associação dos Portos de Língua Portuguesa. *APLOP*. 11 de dezembro de 2011.  
<http://www.aplop.org/sartigo/index.php?x=4729>.
- Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Ponta Delgada. 2020.  
<http://www.bvpd.pt/novo/2020/09/soldados-da-paz/>.
- Autoridade Marítima Nacional. s.d.  
<https://www.amn.pt/DGAM/SM/Paginas/protecaocivil.aspx> (acedido em 27 de março de 2022).
- . s.d. <https://www.amn.pt/ISN/Paginas/Estrutura.aspx>.
- . s.d. <https://www.amn.pt/PM/Paginas/MissaoCompetencias.aspx>.
- Baloian, Ignacio, Enrique Chia, Consuelo Cornejo, e Claudia Paverini. "INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL EN SITUACIONES DE EMERGENCIA Y DESASTRES: GUÍA PARA EL PRIMER APOYO PSICOLÓGICO." 2007.
- Beja, Maria João, et al. "Primeiros Socorros Psicológicos: Intervenção psicológica na catástrofe." *Psychologica*, 9 de 2 de 2018: 125-142.
- Benight, Charles C. "Collective efficacy following a series of natural disasters." 20 de outubro de 2004.
- Bento, Helena. "Em 2020, a covid-19 foi a segunda principal causa de morte em Portugal. Homens morreram mais e mais cedo." *Expresso*, 2022.
- Bernardes, Lília. "Madeira foi engolida pelas águas que mataram dezenas." *Diário de Notícias*, fevereiro 2010.
- Bisson, J. I., P. L. Jenkins, J. Alexander, e C. Bannister. "Randomised controlled trial of psychological debriefing for victims of acute burn trauma." 17 de julho de 1997.

- Bleich, Avraham, Marc Gelkopf, e Zahava Solomon. "Exposure to terrorism, stress-related mental health symptoms, and coping behaviors among a nationally representative sample in Israel." 03 de agosto de 2003.
- Bonanno, George. "Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events?" fevereiro de 2004.
- Brown, Theodore, e Elizabeth Fee. "Rudolf Carl Virchow." *American Public Health Association*, dezembro 2006: 2104–2105.
- Bruck, Ney Roberto. "A Psicologia das Emergências: Um estudo sobre a angústia pública e o dramático cotidiano do trauma." 2007.
- Brymer, Melissa, et al. "Psychological First Aid: Field Operations Guide." julho de 2006.
- Caires, Marta. "O dia que mudou a Madeira para sempre." *Expresso*, fevereiro 2020.
- Carlson, Linda E., Michael Speca, Kamala D. Patel, e Eileen Goodey. *Mindfulness-based stress reduction in relation to quality of life, mood, symptoms of stress and levels of cortisol, dehydroepiandrosterone sulfate (DHEAS) and melatonin in breast and prostate cancer outpatients*, 29 de maio de 2004.
- Carmo, Hermano, e Manuela Malheiro Ferreira. *Metodologia da Investigação - Guia para Auto-Aprendizagem*. Universidade Aberta, 2008.
- Cariço, Marlene, e Rui Pedro Antunes. "Os relatos de quem sobreviveu e de quem salvou vidas nos incêndios de Pedrógão Grande." *Observador*, novembro 2017.
- Castro, Leonel. "Quase 10% das mortes em 2021 em Portugal foram devido à covid-19." *Diário de Notícias*, 2022.
- Cipriano, Rita. "Como é que é ser bombeiro em Portugal?" *Observador*, 2016.
- Cipriano, Sérgio. "Bombeiras representam cerca de 25 por cento dos Bombeiros em Portugal." *O Portal dos Bombeiros Portugueses*, 2016.
- Comité Internacional da Cruz Vermelha. *Primeiros Socorros em Conflitos Armados e outras situações de violência*. Suíça: Comité Internacional da Cruz Vermelha, 2018.
- Cruz Vermelha Portuguesa. s.d. <https://www.cruzvermelha.pt/>.
- Dias, Cátia Melo. "O militar português nas Operações de Apoio à Paz: Qual o impacto dos indutores de desconforto associados à missão e à família na sintomatologia psicológica?" 2015.

- Dieltjens, Tessa, Koen Van Praet, Emmy De Buck, e Philippe Vandekerckhove. "A Systematic Literature Search on Psychological First Aid: Lack of Evidence to Develop Guidelines." *PLOS ONE*, 12 de Dezembro de 2014.
- DN/Lusa. "Mulheres representam 13,2% das Forças Armadas." *Diário de Notícias*, 2022.
- Escola Nacional de Bombeiros. s.d.  
[https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs\\_ProgramaPS13\\_CursoTripulanteAnteAmbulanciaTransporte50h.pdf](https://www.enb.pt/admin/docs/repositorio/ENBs_ProgramaPS13_CursoTripulanteAnteAmbulanciaTransporte50h.pdf).
- Estado-Maior-General das Forças Armadas. 19 de fevereiro de 2021.  
<https://www.emgfa.pt/noticias/Paginas/Forcas-Armadas-ativam-Unidade-de-Ensino-Formacao-e-Investigacao-da-Saude-Militar.aspx> (acedido em 2022 de setembro de 07).
- Everly, George S., e Jeffrey T. Mitchell. "The SAFER-R Model – Psychological Crisis Intervention." janeiro de 2017.
- Exército Português. 24 de novembro de 2022. <https://www.exercito.pt/pt/informacao-publica/noticias/4745>.
- . *PDE 3-00 Operações*. 2012.
- . *PDE 3-65-00 Operações de Apoio à Paz - Tácticas, Técnicas e Procedimentos*. 2011.
- Ferro, Carlos. "Suicídio nas polícias é duas vezes superior à população em geral." *Diário de Notícias*, junho 2018.
- Gabinete de Estudos da Ordem dos Psicólogos Portugueses. "O Trabalho Nocturno e por Turnos enquanto Riscos Psicossociais." Março de 2018.
- Gomes, Miguel. "Formação na Guarda." 2021.
- Guimarães, Liliana, Patrícia Guimarães, Sérgio Neves, e João Cistia. "A técnica de debriefing psicológico em acidentes e desastres." junho de 2007.
- Haase, J. E., T. Britt, D. D. Coward, N. K. Leidy, e P. E. Penn. "Simultaneous concept analysis of spiritual perspective, hope, acceptance and self-transcendence." 1992.
- Hansen, Pernille. *A Guide to Psychological First Aid for Red Cross and Red Crescent Societies*. Copenhaga, 2018.
- Hill, Manuela, e Andrew Hill. "Investigação por questionário." 2008.

- Hobfoll, Stevan E., et al. "Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence." *Psychiatry Interpersonal & Biological Processes*, Fevereiro de 2007.
- INEM. s.d. <https://www.inem.pt/2017/06/12/perguntas-frequentes-2/> (acedido em 15 de março de 2022).
- Instituto de Estudos Sociais e Económicos. "Referencial de Formação Pedagógica Inicial de Formadores." março de 2013.
- International Critical Incident Stress Foundation. s.d. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://icisf.org/wp-content/uploads/2020/04/SAFER-Revised-Model.pdf.
- International Federation Reference Centre for Psychosocial Support. *Psychosocial interventions: A handbook*. Dinamarca: Paramedia 1388, 2009.
- Lee, Jong-Sun, Sungeun You, Yun-Kyeong Choi, Hye-Young Youn, e Hye Sook Shin. "A preliminary evaluation of the training effects of a didactic and simulation-based psychological first aid program in students and school counselors in South Korea." 17 de julho de 2017.
- Léxico - Dicionário de Português Online*. s.d. [lexico.pt](http://lexico.pt) (acedido em 15 de março de 2022).
- Lima, Maria Luísa, Carla Moleiro, e Raquel António. "Quais as Necessidades dos Ex-Combatentes de Guerra Portugueses e dos Seus Sistemas Sociais? Uma Perspetiva Psicossocial da Experiência de Eventos Traumáticos Militares." *Revista Psicologia Militar*, 2021: 95-124.
- Lusa. "Costa afirma que militares portugueses na Roménia estão em missão de defesa da paz." *TSF*, 2022.
- Lusa. "Militares portugueses partem para a Roménia na sexta-feira." *Diário de Notícias*, 2022.
- Makwana, Nikunj. "Disaster and its impact on mental health: A narrative review." *Journal of Family Medicine and Primary Care* 8, nº 10 (outubro 2019): 3090-3095.
- Malta, João Carlos. "Crianças do fogo. Como os meninos de Pedrógão vivem a tragédia cinco anos depois." *Rádio Renascença*, junho 2022.
- Marconi, Marina, e Eva Lakatos. "Fundamentos de Metodologia Científica." 2003.

- Mariano, Fátima, e Gina Pereira. “Enxurradas de lama causam 40 mortos e número incalculado de desaparecidos.” *Jornal de Notícias*, fevereiro 2010.
- Marinha. 22 de julho de 2020. <https://www.marinha.pt/pt/media-center/Noticias/Paginas/Corveta-Ant%C3%B3nio-Enes-treina-apoio-%C3%A0-popula%C3%A7%C3%A3o-durante-cat%C3%A1strofe.aspx>.
- McNally, Richard J., Richard A. Bryant, e Anke Ehlers. “Does Early Psychological Intervention Promote Recovery From Posttraumatic Stress?” *Association for Psychological Science*, 2003.
- Monteiro, Rangel. “O Stress nas Operações de Apoio à Paz.” 2008.
- Muralha, Reinaldo António Leitão de Araújo. “El impacto de la formación en la preparación de los bomberos para incidentes críticos y su relación con el estrés profesional (burnout).” 2017.
- Neves, Céu. “Viver o dia a dia com a certeza de que fazem a diferença na vida de alguém.” *Diário de Notícias*, 2016.
- Ordem dos Psicólogos. s.d. <https://maisprodutividade.org/saude-psicologica-no-trabalho/riscos-psicossociais/#1600176084147-0c25894d-3afd> (acedido em 11 de setembro de 2022).
- Ordem dos Psicólogos Portugueses. “Primeiros Socorros Psicológicos.” 2020.
- Organização Mundial da Saúde. *Primeiros cuidados psicológicos: guia para trabalhadores de campo*. Genebra, 2015.
- Organização Pan-Americana da Saúde. *Covid-19 - Intervenções recomendadas em saúde mental e apoio psicossocial durante a pandemia*. 2020.
- Paiva, Sara. *Guia das Profissões*. 10 de setembro de 2020. <https://www.guiadasprofissoes.info/profissoes/sapador-florestal-brigadista-de-prevencao/>.
- Queirós, Cristina, e Fernando Passos. s.d. <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/118057/2/305207.pdf>.
- Quivy, Raymond, e Luc Van Campenhoudt. “Manual de Investigação em Ciências Sociais.” 2005.
- Rodrigues, Miguel Oliveira. *Os Polícias Não Choram - Toda a Verdade: Visão Multidisciplinar*. Prime Books, 2018.

- Roffe, Liz, Katja Schmidt, e Edzard Ernst. "A systematic review of guided imagery as an adjuvant cancer therapy." 14 de agosto de 2005.
- Sá, Samantha Dubugras, Blanca Susana Guevara Werlang, e Mariana Esteves Paranhos. "Intervenção em crise." *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2008.
- Sales, Célia M. D., Alexandra Saraiva, e Luís Faísca. "Treino da resistência psicológica na recruta militar em Portugal: o papel da coesão militar, da autoestima e da ansiedade na resiliência." 25 de maio de 2017.
- Santos, João Amaral. "O que se passa nas Polícias? Taxa de suicídios é mais do dobro da população geral." *Visão*, novembro 2021.
- Santos, Luísa. "Ser bombeiro: tudo sobre esta profissão." *Páginas Amarelas*, 2020.
- Serra, Cátia Mendes, Dulce Pires, Joana Faria, Márcio Pereira, Rui Pedro Ângelo, e Verónica Oliveira Guerreiro. "Intervenção Psicológica em Crise e Catástrofe." outubro de 2015.
- Silva, Fernanda Carneiro. "Ser Polícia: a Minha Escolha." 2017.
- Sousa, João Vasconcelos. "Um ano depois, o soldado que ficou sem pernas em África ainda não usa próteses." *Jornal de Notícias*, 2020.
- Souza, Francisco, e Angela Nogueira Neves. "O efeito da privação de sono nos estados de humor e nos afetos positivos e negativos em militares: uma revisão sistemática." *Revista de Psicologia Militar*, 2021: 71-93.
- Universidade de Tás-os-Montes e Alto Douro. *Apoio Psicológico SOS – COVID-19*. s.d. <https://www.utad.pt/covid-19/apoio-psicologico-sos-covid-19/>.
- Vilhena, Cristina Poças. "Resiliência em contexto militar." 2005.
- VxMag. "Os 19 maiores desastres ocorridos em Portugal nos últimos 75 anos." *VortexMag*, abril 2019.
- Zayfert, Claudia, e Jason C. DeViva. "Residual insomnia following cognitive behavioral therapy for PTSD." 30 de junho de 2005.
- Zêzere, José, A. R. Pereira, e Paulo Morgado. "Perigos Naturais e Tecnológicos no Território de Portugal Continental." janeiro de 2006. [https://www.researchgate.net/publication/268401258\\_PERIGOS\\_NATURAIS\\_E\\_TECNOLOGICOS\\_NO\\_TERRITORIO\\_DE\\_PORTUGAL\\_CONTINENTAL](https://www.researchgate.net/publication/268401258_PERIGOS_NATURAIS_E_TECNOLOGICOS_NO_TERRITORIO_DE_PORTUGAL_CONTINENTAL).



## **ANEXOS**

## **Anexo 1**

### **Questionário sobre a Formação em Primeiros Socorros Psicológicos nos Agentes de Proteção Civil**

# A FORMAÇÃO EM PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS NOS AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL

**(Questionário para Trabalho Final de Mestrado)**

O meu nome é José Assunção e este questionário surge no âmbito do trabalho final de Mestrado em Riscos e Proteção Civil, do Instituto Superior de Educação e Ciências (ISEC), subordinado ao tema em epígrafe.

Pretende-se com o questionário aferir a perceção dos operacionais, que servem como Agentes de Proteção Civil, quanto à sua preparação para prestar Primeiros Socorros Psicológicos a vítimas de eventos potencialmente traumáticos (por ex.: perda de entes queridos, mutilações, vítimas de violência, visualização de óbitos ou cadáveres de crianças).

Este questionário divide-se em duas secções:

A primeira com o objetivo de fazer uma breve caracterização do operacional questionado;

A segunda para esclarecer se este considera importante estar apto a prestar Primeiros Socorros Psicológicos no âmbito da sua atividade laboral, se recebeu essa formação e qual a importância de a receber.

Os dados recolhidos neste questionário são destinados apenas a fins de investigação, respeitando a confidencialidade dos inquiridos. O tempo de resposta estimado para a elaboração deste questionário é inferior a cinco minutos.

Agradece-se o tempo dispensado em prol desta investigação.

## 1ª Secção

### 1.1. Qual o seu sexo?

- Feminino
- Masculino
- Prefiro não responder

### 1.2. Qual a sua idade?

- Entre 18 e 29 anos
- Entre 30 e 39 anos
- Entre 40 e 49 anos
- Entre 50 e 59 anos
- Mais de 60 anos

### 1.3. Em qual Agente de Proteção Civil presta serviço? (No caso de ser mais do que um, escolha o principal e responda às seguintes questões com base nessa resposta)

- Autoridade Marítima Nacional
- Corpos de Bombeiros:
  - Como bombeiro profissional
  - Como bombeiro voluntário
- Forças Armadas:
  - Marinha
  - Exército
  - Força Aérea
- Forças de Segurança:
  - Guarda Nacional Republicana
  - Polícia de Segurança Pública
- INEM
- Sapadores Florestais

### 1.4. Há quanto tempo trabalha como Agente de Proteção Civil?

- Menos de 10 anos
- Entre 10 e 19 anos
- Entre 20 e 29 anos
- Entre 30 e 39 anos
- Mais de 40 anos

### 1.5. Como classifica as suas funções?

- Execução ou operacional
  - Chefia ou comando
  - Apoio técnico
  - Outro
- ↓→ \_\_\_\_\_

## 2ª Secção

***Os primeiros socorros psicológicos são o primeiro socorro a uma pessoa em sofrimento. Envolve prestar atenção às reações da pessoa, ouvir ativamente e, se necessário, fornecer assistência prática, como, por exemplo, resolução de problemas ou ajuda para aceder a necessidades básicas.***

(adaptado de Pernille Hansen em – *A Guide to Psychological First Aid for Red Cross and Red Crescent Societies* – 2018).

Com base nesta afirmação, responda às seguintes questões.

**2.1. Já ouviu falar em Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Sim
- Não

**2.2. Alguma vez sentiu necessidade de prestar Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Sim
- Não
- Não tenho a certeza

**2.3. Se respondeu “sim” à pergunta anterior, que relação tinha com a pessoa socorrida? (Pode seleccionar várias hipóteses)**

- Meu amigo ou familiar, fora do contexto laboral
  - Meu colega de trabalho
  - A um “paciente/vítima/envolvente” durante a execução da minha atividade laboral
  - Outro
- ↓→ \_\_\_\_\_

**2.4. Quantas vezes prestou Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Nenhuma
- Entre uma e cinco vezes
- Entre seis e dez vezes
- É muito frequente fazê-lo na minha atividade laboral

**2.5. Considera estar apto a prestar Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Sim
- Não
- Não tenho a certeza

**2.6. “Estar apto a prestar Primeiros Socorros Psicológicos a vítimas de eventos potencialmente traumáticos pode ter influência na saúde mental dos operacionais.” De que forma concorda com esta afirmação?**

- Concordo plenamente
- Concordo
- Não tenho opinião
- Discordo
- Discordo plenamente

**2.7. No âmbito da sua atividade laboral, como classifica a importância de receber formação em Primeiros Socorros Psicológicos para o apoio a vítimas de eventos potencialmente traumáticos?**

- Muito importante
- Importante
- Moderadamente importante
- Pouco importante
- Nada importante

**2.8. Recebeu formação em Primeiros Socorros Psicológicos? De que forma?**

	Sim	Não
Na minha formação de base		
Numa formação de especialização/complementar		
Por iniciativa própria, fora da minha instituição		

**2.9. Considera que a sua instituição lhe disponibiliza uma adequada formação para a prestação de Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Sim
- Não
- Não tenho a certeza

**2.10. Institucionalmente, considera que a formação em Primeiros Socorros Psicológicos deve ser integrada:**

- Na formação de base (ou seja, a todos os operacionais numa fase inicial)
- Nas formações de especialização/complementares
- Na formação de base e nas formações de especialização/complementares
- Não é necessária formação em Primeiros Socorros Psicológicos
- Não tenho opinião

**2.11. Quanto tempo considera que se deve dedicar à formação em Primeiros Socorros Psicológicos?**

- Não considero necessário
- Entre 1 hora e 5 horas
- Entre 6 horas e 10 horas
- Entre 11 horas e 15 horas
- Mais de 15 horas

**2.12. Se desejar, pode deixar aqui um comentário sobre procedimentos que considere exemplares ou sugestões referentes à temática em estudo.**

---

---

---

**Fim do questionário.**

**Obrigado pelo seu contributo.**

**José Assunção  
20200561@alunos.isec.pt**

## **Anexo 2**

### **Observações escritas no questionário por inquiridos**

## Observações escritas no questionário por inquiridos

<b>Bombeiros Profissionais</b>
<p>OS primeiros socorros psicológicos são essenciais não só para o tratamento das eventuais vítimas mas também para sensibilizar o operacional para as situações ditas emergências psicossociais que muitas das vezes poderão ser descredibilizadas pelos mesmos. Além dos primeiros socorros, a sinalização destas mesmas vítimas, o encaminhamento para os serviços sociais e a utilização da LNES são ações que considero "psycho-saving". Por outro lado, a saúde mental destes operacionais deve também ser alvo de um check-up regular e adaptado.</p>
<p>Excelente tema. Continue!</p>
<b>Bombeiros Voluntários</b>
<p>Faria sentido abordar o tema nas formações de TAT e TAS</p>
<p>Todos nós precisamos uns dos outros!</p> <p>Não para ser criticados ou menos criticados, mas apoiar e ajudar, os que têm mais dificuldades no desenvolvimento de qualquer tipo de trabalho, como também apoiar, cativar, e saber elogiar, de forma que a pessoa se sinta confiante no que possa fazer e desenvolver.</p> <p>A nível profissional, familiar, colegas de trabalho e psicologico.</p>
<p>A formação e a instrução em primeiros socorros psicológicos nos agentes de protecção civil deveria ser um acto contínuo, principalmente nos agentes directamente implicados nas acções de emergência ou 1ª intervenção.</p>
<b>Guarda Nacional Republicana</b>
<p>a pergunta 2.1o está fechada... "não deve", já esta integrada na formação.... qqr resposta dada por um militar da gnr não permite uma perceção real da atualidade na gnr por exemplo. Forte Abraço. José Cardoso.</p>
<p>Tendo em vista o contexto atual e ressalvo que esta é apenas a minha opinião, existe cada vez mais a necessidade de formação/sensibilização para os problemas psicológicos existentes no dia a dia. Ao nível Laboral, ainda não existe uma consciencialização desta temática. Embora a GNR disponha de linha de apoio psicológico, consultas de psicologia e psiquiatria, ainda não alcançou o conceito chave deste construto, formação de profissionais com estratégias para ajuda psicológica ao cidadão e principalmente aos próprios Militares.</p>

17 jul, 2018 - 23:29 • Ana Carrilho

Linha de apoio recebeu, nos primeiros seis meses de 2018, mais chamadas do que em todo o ano passado.

Centro de Psicologia e Intervenção Social da GNR tem oito psicólogos sem mãos a medir.

A Linha de Apoio Psicossocial da GNR tem cada vez mais procura.

Em funcionamento desde 2007, o ano passado recebeu 499 chamadas e este ano, só nos primeiros seis meses, o número subiu para 574.

A linha gratuita 800 962 000 está ativa 24 horas por dia.

Tem um psicólogo em permanência e outro de apoio.

Pertencem ao Centro de Psicologia e Intervenção Social da GNR.

São, em muitos casos, o primeiro apoio para familiares, camaradas de serviço ou para os próprios militares que se sentem impotentes para fazer face aos inúmeros problemas com que se vêm confrontados diariamente.

O objetivo prioritário da Linha e do Centro é muito claro: prevenir o suicídio, uma realidade na corporação, nos últimos anos.

Em 2017, três militares da GNR cometeram suicídio, diz o tenente-coronel António Martinho, chefe do Centro de Psicologia e Intervenção Social da GNR, em entrevista à Renascença.

No entanto, frisa que entre os militares a ser acompanhados, 21 revelaram comportamentos suicidários.

António Martinho tem uma explicação para o aumento da procura da linha.

Há um ano o Centro começou a ministrar o Curso de Primeiros Socorros Psicológicos, destinado a formar “pares”.

São militares de todas as categorias profissionais que ficam habilitados a perceber os sinais de alarme que veem nos seus companheiros de armas (alterações de comportamento, de humor, de atenção, por exemplo), que podem sinalizá-los e encaminhá-los para o apoio psicológico.

Por outro lado, contribuem para reduzir o estigma e a vergonha que existe em relação à consulta de Psicologia.

“E quando regressam aos quartéis levam uma mensagem de prevenção”

Até ao momento, mais de 150 militares de todas as categorias e todas as zonas do país já passaram pelas 12 edições do Curso de Formação em Primeiros Socorros Psicológicos.

GNR e a família: a conciliação difícil

Nem sempre são os próprios militares a pegar no telefone para pedir ajuda.

Alguns casos chegam ao conhecimento do Centro de Psicologia e Intervenção Social através das mulheres ou maridos, namoradas, pais, filhos, colegas ou os comandantes das unidades.

O pedido de apoio tem causas diversas: doença crónica, problemas relacionais e familiares, sócio económicos, dentro da organização estrutura da GNR, por exemplo o envolvimento direto em processos administrativos por acidentes em trabalho ficando com incapacidades permanentes e perda de capacidade de ganho / rendimento e processos disciplinares.

“Mas o quadro de ideação suicida tem estado à frente.

Em 2018, tivemos 21 militares nessa situação”, revela António Martinho.

No entanto, “é a dificuldade de conciliar a vida familiar com as exigências da carreira militar que gera as maiores crises nos relacionamentos, que pode levar a ruturas de casamentos ou namoros e gerar crises suicidárias, algumas fatais”.

Esta é a conclusão de um estudo realizado por António Martinho com 167 militares que atendeu no Porto, na consulta de Psicologia Clínica, antes de assumir as atuais funções.

“É a dificuldade de ser militar e ao mesmo tempo ter uma família, ser pai, mãe e estar presente na educação e na vida dos filhos.

“Muitas vezes, ao fim de semana, que é quando a família quer ter algum tempo de lazer em conjunto, também é quando os militares da GNR têm mais serviço.

É quando se marcam as grandes operações de fiscalização, quando há mais movimento nas estradas. E quando se quer auferir um salário extra, também é ao fim de semana que se fazem os policiamentos gratificados em eventos desportivos ou recreativos”.

Segundo António Martinho, este stress tem impacto nos relacionamentos.

Raramente há violência doméstica mas, agravando-se, pode levar à rutura.

Recentemente, houve promoções na categoria de Praças da GNR, que implicaram transferências, frequentemente, para longe de casa.

Outros praças da GNR, graduados como Cabos com Curso de Formação há mais de 20 anos, aguardam por vagas de promoção, que existem conforme a legislação da GNR em vigor, mas que não são sejam contempladas com a aprovação do orçamento de Estado.

E nas famílias mais vulneráveis, as crises podem acontecer.

“Nos próximos meses, a procura de ajuda psicológica vai aumentar”, prevê o chefe do Centro de Psicologia e Intervenção Social da GNR.

A crise dos 11 aos 15 anos

A maior parte das crises suicidárias na GNR ocorrem entre os 11 e os 15 anos de serviço, revela o tenente-coronel António Martinho.

“É uma fase em que os militares pretendem estabilizar, ter um relacionamento estável, filhos e um lugar garantido na corporação. E é quando surgem também as maiores dificuldades de conciliação.

Alguns chegam a não concorrer para progredir na carreira para não pôr a estabilidade familiar em causa, aconteceu durante a crise económica e social dos anos 2006 a 2008, o repete-se novamente durante o ano 2022 e prevê-se a sua continuação nos anos seguintes.

“É nesta faixa dos 11-15 anos que surgem grande parte dos comportamentos suicidários e que ocorreram os suicídios nos últimos anos.”

Pelo mesmo motivo – a dificuldade de conciliação da vida familiar com a profissional – as estatísticas também mostram que as segundas e sextas-feiras são os dias mais perigosos. Assim como os meses de Verão e o período a seguir ao Natal.

Uma equipa pronta a atuar

O Centro de Psicologia e Intervenção da GNR tem oito psicólogos que se encarregam da divulgação das medidas e recursos existentes e dos cursos de Primeiros Socorros Psicológicos. Mas sobretudo do atendimento permanente na Linha 808 962 000 e em situações de emergência, - nomeadamente, a tentativa de suicídio - na deslocação imediata de uma equipa ao local onde está o militar ou os militares que necessitam de apoio.

A situação é avaliada e, ou é resolvida na altura ou, em caso mais grave, é encaminhada para as Urgências de Psiquiatria do hospital mais próximo.

Mesmo que tal aconteça, há sempre um acompanhamento da equipa de psicólogos da GNR até que o militar tenha alta.

E as recaídas também acontecem.

“Como a vida é dinâmica, muitas vezes o indivíduo está a recuperar, mas ainda em situação vulnerável e acontece outra coisa.

Está a recuperar de um processo de separação ou divórcio e ocorrem problemas económicos, dívidas, incumprimento de obrigações judiciais.

Ou uma doença, ou um luto”.

Normalmente a arma de serviço é o instrumento à mão para pôr fim à vida.

Por isso, as medidas preventivas incluem a restrição do uso de arma em militares que revelam intenções suicidárias. “Porque a arma raramente encrava na Hora H”.

O apoio psicológico alarga-se também à família.

Outra das tarefas da equipa do Centro de Psicologia e Intervenção Social é a realização de reavaliações periódicas de todo o efetivo e no fim do primeiro ano de serviço, aos recém ingressados na Guarda.

A falta de recursos humanos ao nível macro da estrutura da GNR, devido a decisões e cortes no orçamento do estado realizados no passado pelos diversos governos, e desvio de militares ativos com especialização para criação de novas unidades operacionais, faz que os recursos humanos do dispositivo territorial seja mais sacrificado no cumprimento dos deveres e objetivos, sendo estes, a 1ª linha operacional e de intervenção no contato com o público, os militares que demonstram a proximidade e imagem da estrutura da GNR.

Com a equipa de oito psicólogos, liderados por António Martinho – o único com a categoria de oficial – tenha que se adaptar aos muitos desafios e trabalho diário.

Mas o Tenente – Coronel admite que precisava de mais gente, no Centro Clínico do Porto no Centro Clínico de Lisboa, podendo potenciar equipas móveis de reação imediata, para cada situação despoletada.

“Pelo menos não era um esforço tão grande para os que existem.

Há dias muito complicados, lidamos muito de perto com a morte ou com o suicídio, com doenças graves, incidentes críticos.

E os próprios psicólogos têm que garantir a sua própria saúde mental para conseguir ajudar os outros.

E quando a equipa é pequena, é difícil.

Também temos que investir e fazer terapia aos próprios psicólogos, frisa António Martinho.

Em 2018, o Centro Clínico de Lisboa, acompanhava 47 militares da GNR, oito dos quais relacionados com os incêndios de Pedrógão.

Atualmente em 2022, na estrutura da GNR, os números de militares oficiais, sargentos e praças que se encontram de baixa psicológica, que desempenham funções somente de serviços internos após avaliação médica especializada não podendo usar arma de fogo, ou não possuindo arma de fogo atribuída, é um tabu, que só diz respeito ao Comando da própria instituição da GNR.

Não descurar a necessidade de formar nas duas vertentes, quer para socorrer as vitimas quer para os militares operacionais, acreditando que o militar operacional pode passar a vitima assim que chega ao local.

Importante este tema, porque no dia a dia do meu serviço operacional podem surgir situações em que seja necessário uma primeira ajuda psicológica a vitimas de traumas ou familiares

O estudo é bastante importante, para concretização do objetivo final.

Na GNR, deveria ser obrigatório a frequência deste tipo de cursos para quem desempenha funções de Comando ou Chefia.

Não raras vezes a responsabilidade de transmitir informação ou adotar procedimentos por ocasião de um evento traumático (em que se considera vantajoso formação de primeiros socorros psicológicos) recai em militares da GNR que acabaram recentemente a sua formação base, pelo que é fundamental que na mesma esteja previsto este tipo de formação. Como alternativa, e caso não seja viável este tipo de formação durante a "base", sugere-se que a responsabilidade recaia num determinado grupo especializado e com formação adequada, com o intuito da situação ter o melhor acompanhamento possível e a imagem da instituição (no caso, GNR), sair reforçada.

Era importante uma formação nesse âmbito visto que somos envolvidos em situações de emergência
Relativamente à questão 2.11 deveria ser colocada a opção sem opinião, uma vez que não tenho qualquer noção do tempo de formação adequado para esta temática.
Nunca ouvi falar em primeiros socorros psicológicos, mas considero que talvez fosse uma temática importante a ministrar nos cursos de formação inicial e gradualmente a todo o efetivo da Guarda Nacional Republicana, mas de forma adequada e não como se ministram as ações de formação dentro da instituição, apenas para cumprir "calendário".
Importante a criação de um curso de Primeiros Socorros Psicológicos. Existe um número considerável de suicídios na GNR (minha instituição) e muitas vezes não se fala e não se quer perceber o que levou a esse fim. Não é a primeira vez que oiço um militar a referir que se suicida com a arma de serviço por questões psicológicas quer pelo stress e o salário que recebem face à carga de trabalho e tempo de trabalho.
Considero importante a temática, nomeadamente para os Operacionais (de primeira linha) que lidam com o risco;
Os profissionais das forças de segurança, cada vez mais, considerando as circunstâncias atuais, necessitam de "ferramentas" que permitam uma adequada gestão emocional, evitando os demasiados desfechos trágicos.
maioria dos agentes deveria ter formação nesta área o que não acontece
Deixo um exemplo de boa prática: A GNR tem um gabinete que se dedica a esta área de intervenção e, entre outras iniciativas, promove mensalmente formação online para interessados.
<b>Exército</b>
Perguntar sobre a duração da formação pode não ter interesse; o interesse é sobre o conteúdo. Se não sei o conteúdo não posso fazer uma correta avaliação de quanto tempo será preciso para dar essa formação. Sobre a necessidade de formação e quando dar a formação: era importante dar no início da carreira/vida militar, mas também ao longo da carreira. Não sendo uma resposta com várias possibilidades, fica excluída a possibilidade de manifestar esta minha ideia. Esta é uma temática importante e para qual todos devemos estar preparados para contribuir. Parabéns pelo tema e boa sorte! ZACARAZ!
Dedica-te ao exército, deixa a proteção civil para a proteção civil. Bom trabalho
primeiros socorros psicológicos devia ser uma formação obrigatória para todos os agentes de proteção civil
Creio, que primeiramente, deveria vir explícito para o autor deste inquérito, o que o próprio entende, por "Primeiros Socorros Psicológicos".

<p>Os Primeiros Socorros Psicológicos bem como resto do processo, deve ser provido por militares/civis cuja formação é essencialmente nessa área, ex: psicólogos/psicólogos com experiência em combate. Visto que o militar que vai para esse tipo de teatro tem outro tipo de formação e aplicação no terreno.</p>
<p>Sei que é ministrada formação no tema a militares em aprontamento para FND Exército; no entanto não é obrigatório e não me pareceu que fosse dado mais contexto aproveitamento ou seguimento da presença dos militares com esse treino adicional.</p>
<p>Militares dos quadros e pessoal de saúde deveria ter formação adequada à sua realidade, bem como todos os intervenientes em missões de interesse público</p>
<p>Ter conhecimento teórico/prático de 1º socorros psicológicos não significa que esteja apto aplicá-los. Pior do que não prestar 1º socorros psicológicos é não o fazer corretamente, pois poderá PREJUDICAR a vítima. As formações deverão ser ministradas por psicólogos com formação na área, preferencialmente clínicos.</p>
<p>Relativamente a esta temática, não tenho dúvidas da sua importância. Pessoalmente pude comprovar tal facto em várias missões e em distintos Teatros de Operações. A aplicação desta "ferramenta" poderá ser um processo simples/complexo dependendo das variáveis... cada caso é um caso. Meu Capitão, parabéns pela escolha do tema.</p>
<p>Numa missão militar no exterior de Portugal, uma situação extremamente desgastante e todas elas com eventos traumáticos é de estranhar que no efetivo dos contingentes não esteja previsto em Ordem de Batalha uma equipa de Psicólogos. Todos os outros outros contingentes, levam essas equipas.</p>
<p>A importância dada à saúde mental é essencial para operacionais aptos para o serviço e para membros funcionais da sociedade, especialmente numa profissão com recurso a ferramenta de arma de fogo. É inaceitável a admissão de indivíduos para serviço nas FFAA, com transtornos psicológicos e inibição de uso de arma de fogo.</p>
<p>ter uma equipa multidisciplinar, que inclua pessoal da área da psicologia, na resposta a grandes catástrofes é a melhor forma de complementar estes 'primeiros socorros' feitos na primeira abordagem</p>
<p>Considerar, na Instituição Militar, atribuir essa responsabilidade primária, a elementos que já se encontram na estrutura, com a devida formação, para atuarem no dia a dia.</p>
<p>Esta formação torna-se também muito importante em ambiente extra profissional, quando estamos envolvido ou nos deparamos com situações possivelmente traumáticas</p>
<p>Acho muito importante os intervenientes no processo de apoio às vitimas terem formação nesta área, a fim de as poderem ajudar nos primeiros momentos a seguir a uma tragédia, seja ela de que variante for.</p>
<p>O CPAE é exemplar nesta temática</p>

<p>Creio que seria uma mais valia na formação base a incutir o modulo de identificação de um elemento com necessidade de primeiros socorros psicológicos.</p>
<p><b>Força Aérea</b></p>
<p>Bom trabalho</p>
<p>Quando as organizações tentam que os seus colaboradores façam de tudo um pouco, a tendência é a generalização da incompetência.</p>
<p>No caso da Força Aérea, mais propriamente no que respeita aos Controladores Aéreos, o program CISM (Critical Incident STRESS Management) assume-se como essencial para prevenção, deteção e apoio aos militares Controladores em particular e a todos os militares em geral. Bom trabalho. SCH Condeço.</p>
<p>Esta temática é ainda um tabu em muitas instituições e serviços de desgaste psicológico, na Força Aérea temos a formação de PARES em que aprendemos a identificar sinais de Stress nos demais Camaradas em contexto de missão.</p>
<p>Considero este tema importante e sugiro começar a mudança pela chefia, para que quem está nos lugares de decisão olhe mais para os colaboradores como Seres Humanos e menos como Recursos Humanos.</p>
<p>Mais importante de perceber a preparação de prestar Primeiros Socorros Psicológicos, é saber se os agentes de Proteção Civil estão preparados psicologicamente para o que vão enfrentar, para a destruição material/ da vida humana que irão presenciar. Esta é a base para depois sim, os capacitar de primeiros socorros psicológicas. Em suma: antes de nos focarmos na vítima, temos de nos focar no agente, porque senão ficamos com duas vítimas.</p>
<p>Não sei até que ponto sou Agente de Proteção Civil</p>
<p>Há uma ausencia de interesse total, nessa área, nas instituições em Portugal.</p>
<p>Formação em Emergências Complexas (UN OCHA/ICRC) e Formação de Trabalho em Desastres Naturais (UN OCHA/ICRC).</p>
<p>Já que se fala deste assunto, gostaria de perceber porque é que ainda não existe numa lei que inclua os nossos animais de estimação como entes queridos, dando-nos a possibilidade de poder ter licença de ambulatório para os acompanhar, pelo menos quando eles morrem ou têm de ser abatidos. Outro assunto seria o de alguém rever os dias de licença de nojo a que temos direito quando os nosso entes queridos morrem: acho completamente absurdo ter direito a 5 dias pela morte de sogro/sogra e apenas 3 dias pela morte de um IRMÃO, que é do meu sangue...certamente quem definiu estes dias não sabe o que é perder um irmão...eu infelizmente sei...3 dias são só para nós acordarmos do "coma " em que ficamos ... Obrigada.</p>
<p>Uma das coisas que falha são os primeiros socorros psicológicos aos próprios agentes da proteção civil.</p>
<p>Esse apoio deve ser dado or psicólogos com formação e não por outros agentes</p>

<p>Se eu nunca ouvi falar sobre Primeiros Socorros Psicológicos, faz sentido responder ao questionário?</p> <p>Boa sorte para a defesa.</p>
<p>As questões tem de ser melhor compartimentadas. Por exemplo, não estou familiarizado com o tema de primeiros socorros psicológicos, e mesmo depois de ter respondido que não estava familiarizado tive de responder a questões como se conhece a temática.</p>
<p>Numa primeira fase de implementação poderia ser útil usar as pessoas formadas em Psicologia que exercem funções que não nessa área, por estarem, à partida mais preparados para tal. Considero que, pelo menos na força aérea, existem vários psicólogos sem exercer nessa área que poderiam ser valiosos no ponto deste estudo.</p>
<p>A formação na minha instituição existe e tem qualidade, mas não é ministrada de forma transversal.</p>
<p>A minha situação tem de ser avaliada de forma isolada , uma vez que sou médica</p>
<p>Excelente iniciativa, espero que os resultados sejam positivos!</p>
<p>Nem todos os militares trabalham direta ou indiretamente como agentes de proteção civil</p>
<p>Sugiro em Missão os dois Cursos da UNOCHA, WORKING IN COMPLEX EMERGENCIES e WORKING IN NATURAL DISASTERS.</p>
<p><b>Marinha</b></p>
<p>Excelente Inquérito</p>
<p>Nunca tinha ouvido falar em primeiros socorros psicológicos em 28 de serviço</p>
<p>Quanto tempo considera que se deve dedicar à formação em Primeiros Socorros Psicológicos? Não tenho certeza.</p>
<p>Considero que todo o operacional que possa estar na iminência de actuar num cenário de catástrofe deveria receber formação antes de ir para o teatro de operações.</p>
<p>No caso da marinha cada vez mais se deveria pensar nisso. Devido ao alto empenho de militares em missões consecutivas, não tendo tempo muitas das vezes tempo para dar apoio em casa.</p>
<p>A componente psicológica deve ser associada aos primeiros socorros físicos, otimizando quer a eficiência da formação, quer o desempenho em situação real.</p>
<p>A Marinha tem um programa de preparação dos militares embarcados em que esta temática é abordada (Os DISTEX). É feita uma abordagem de uma forma aligeirada, mas será um período em que esta temática poderá ser mais desenvolvida.</p>
<p>Achei interessante. Nunca tinha pensado no assunto, mas ele existe na Marinha. Quando somos comandantes de um navio, estamos no mar e nos chega a notícia do falecimento de algum familiar, não estamos preparados para dar a notícia ao subordinado e fazemos o que julgamos de bom senso. Olhando para a definição, julgo que é um caso de Primeiros Socorros Psicológicos</p>
<p>O que se trata de primeiros socorros de psicologia?</p>

<p>Gostaria de acompanhar a evolução deste trabalho e, se possível, conhecer os resultados destes inquéritos. Felicidades para si.</p>
<p>No caso dos Agentes de Proteção Civil Marinha Portuguesa seria muito importante integração desta formação de forma transversal como fator protetor intrapessoal, extrapessoal e interpessoal. Pode fazer toda a diferença quer em abordagens ao nível individual como ao nível de intervenções no coletivo. Sendo que uma primeira abordagem efetiva bem como uma identificação do risco futuro pode fazer toda a diferença em consequências futuras ao nível da Saúde Mental e Psiquiatria.</p>
<p>Assim como foi implementada a formação de igualdade de género ( ex..) nas Forças Armadas e de Segurança deveria ser também implementada a formação / palestra a todos os que integram os referidos serviços e toda a Função Pública, empresas civis assim como em todos os locais de trabalho. Pois todos temos problemas uns a um nível outros a outro e há quem supere e outros " afundam " . Obrigado.</p>
<p>bom dia eu proprio foi« vitima «desse contexto laboral a que se refere o estudo cordialmente</p>
<p>Eu preciso desse curso pois, sofro de grandes perturbações psicológicas á muito tempo</p>
<p>Alem de militar Armada sou voluntário Cruz Vermelha Portuguesa</p>
<p>Acho muito importante ter formação em Primeiros Socorros Psicológicos, porque é uma ferramenta a usar diariamente nas mais diversas situações, frequentemente sinto a necessidade de poder ajudar e faço-o por carolice sem a formação adequada mas irei tentando o melhor que posso .</p>
<p>Importante.</p>
<p>Primeiros socorros psicológicos nunca foi tema na minha formação, no entanto, em vários exercícios de apoio a populações vítimas de catástrofes, aquele apoio estava implícito. Talvez possa agora ser devidamente ressaltado, se é que não está já. Admito que sim pois já estou na Reserva fora da efetividade há alguns meses e nós meus últimos anos de serviço não estava no nível operacional mas sim no político-estratégico.</p>
<p>Considero essencial a formação em primeiros socorros psicológicos, numa fase inicial, para os prestadores desses cuidados terem os mecanismos necessários de defesa para também eles não ficarem afetados com a situação. Depois desses mecanismos estarem bem enraizados, aí sim, considero fundamental a formação para auxílio ao próximo.</p>
<p><b>Autoridade Marítima Nacional</b></p>
<p>Mais um estudo que vai dar uma medalha a alguem e fica tudo na mesma</p>
<p><b>Sapadores Florestais</b></p>
<p>A formação realizada até ao momento foi apenas em "primeiros socorros", pelo que a formação em "primeiros socorros psicológicos" deve ser diferente e considero de igual forma importante.</p>
<p>realização deste tipo de formação aquando a formação de queipas com respetiva reciclagem.</p>
<p>Os sapadores florestais habitualmente não prestam cuidados nem primeiros socorros psicológicos. É um tema muito específico. Em caso de tragédia (incêndio florestal grave com vítimas) em que os sapadores estejam envolvidos as questões de apoio às vítimas não passa por eles.</p>

Ter sempre em conta, que cada caso é um caso,  
Embora situações que pareçam idênticas,  
a reação á mesma, depende sempre da forma que cada indivíduo reage,...

## **Anexo 3**

### **Quatro Elementos Básicos dos Primeiros Socorros Psicológicos**

## ETAPAS DOS PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

Numa situação em que uma pessoa necessita de apoio imediato após um evento crítico, siga as diretrizes seguintes:

- Comece por se apresentar a si e à sua equipa;
- Sempre que possível, retire a pessoa da situação de stress. Limite a sua exposição a imagens, sons e cheiros; proteja-a de espetadores curiosos e da comunicação social; ofereça-lhe comida e líquidos adequados (evitando o álcool);
- Assegure acompanhamento permanente à pessoa;
- Pergunte o que aconteceu, como está a lidar com o acontecimento e permita que a pessoa fale das suas experiências, preocupações e sentimentos, mas não force ninguém a fazê-lo;
- Normalize reações;
- Em caso de necessidade, oriente a tomada de decisão;
- Pergunte às pessoas afetadas se têm para onde ir e, caso não tenham, ajude-os a encontrar um abrigo. Pergunte, também, se têm alguém que lhes possa prestar apoio. Em caso negativo, ajude a pessoa no estabelecimento de contacto com pessoas significativas;
- Forneça informação acerca dos recursos de apoio específico disponíveis.

## PARA MAIS INFORMAÇÕES, CONTACTAR:

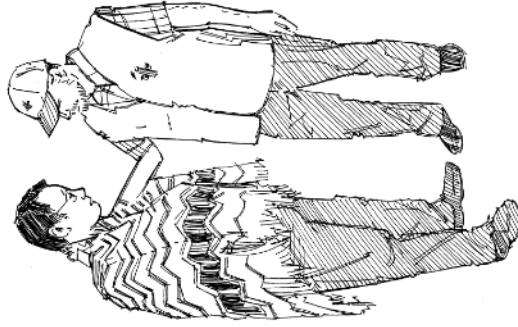
Cruz Vermelha Portuguesa  
**Gabinete de Apoio Psicossocial**  
 Jardim 9 de Abril, n.º 1/5, 1249-083 Lisboa  
 Email: [sgouveia@cruzvermelha.org.pt](mailto:sgouveia@cruzvermelha.org.pt)  
 Telefone: 21 391 39 00, extensão 274

### Delegação Local:

The  
International  
Federation

The  
Reference Centre for  
Psychosocial Support

PRIMEIROS  
SOCORROS  
PSICOLÓGICOS



The  
International  
Federation

The  
Reference Centre for  
Psychosocial Support

Este Folheto foi traduzido para Português pelo Serviço de Intervenção em Crise (Intervenção Psicossocial) da Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Via Nova do Gato.



Ilustrações: Rod Slaw/International Federation

**ERU**

**Emergency Response Unit**

International Federation  
of Red Cross and Red Crescent Societies

## PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

Os primeiros socorros psicológicos são uma ferramenta útil para quem se dedica ao trabalho humanitário e ao voluntariado, possa ajudar pessoas em choque ou em crise. Perante um evento crítico, as pessoas podem ficar desorganizadas ou afetadas por emoções intensas, mostrando apatia ou desespero. Este folheto apresenta os princípios básicos dos primeiros socorros psicológicos e descreve as principais etapas a seguir.

Os primeiros socorros psicológicos têm como objetivo proporcionar apoio humano básico; fornecer informação prática; e mostrar empatia, preocupação, respeito e confiança nas capacidades do indivíduo para superar as dificuldades. As pessoas devem ser abordadas com empatia, numa atitude de receptividade, e devem ser protegidas relativamente ao ambiente. Podem necessitar de ajuda prática enquanto recuperam, gradualmente, as suas capacidades para o fazerem autonomamente.



## QUATRO ELEMENTOS BÁSICOS DOS PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

**1. MANTER A PROXIMIDADE:**  
As pessoas em crise podem, temporariamente, perder o sentido básico de segurança e confiança em relação ao ambiente. Os trabalhadores humanitários podem ajudar a reconstruir essa segurança e confiança mantendo-se fisicamente próximos e disponíveis. Prepare-se para se deparar com manifestações intensas de sentimentos, gritos e rejeição de apoio. Não se deixe intimidar por demonstrações de ansiedade extrema ou outras emoções.



*João entrou em pânico após um acidente de trânsito. As suas mãos tremiam. Os Voluntários da Cruz Vermelha seguraram-lhe as mãos enquanto o olhavam nos olhos. João nunca esquecerá aquele olhar: "foi como se o voluntário me compreendesse sem dizer uma única palavra".*

## 2. ESCUTAR ATIVAMENTE:

Para ajudar alguém a atravessar um momento difícil é importante escutar cuidadosamente. Escreva ativamente fazendo perguntas clarificadoras. O tempo pode ser escasso, mas é importante assegurar os cuidados básicos até que chegue ajuda.



## 3. ACEITAR SENTIMENTOS

Pessoas em crise podem manifestar emoções diversas, desde alegria por terem sobrevivido até vergonha por terem escapado ilesos. Aceite a interpretação das pessoas acerca do acontecimento e valide os seus sentimentos. Não insista na correção da informação fornecida ou da percepção acerca da sequência dos acontecimentos.

## 4. PROPORCIONAR CUIDADOS GERAIS AJUDA PRÁTICA

Quando uma pessoa se encontra numa situação de crise, a ajuda prática pode ser fundamental. Estabeleça contacto com alguém que possa acompanhar e apoiar a pessoa afetada, diligencie ajuda para cuidar das crianças, ou acompanhe a pessoa até casa ou até aos serviços médicos. Siga as necessidades da pessoa, mas evite assumir mais responsabilidade do que as realmente necessárias.

Disponível em: [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.ces.uc.pt/centrodetrauma/documentos/4\\_PRIMEIROS\\_SOCORROS\\_PSIKOLOGICOS.pdf](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.ces.uc.pt/centrodetrauma/documentos/4_PRIMEIROS_SOCORROS_PSIKOLOGICOS.pdf)

## **Anexo 4**

### **UFCD 9899 – Primeiros Socorros Psicológicos**

## **Primeiros Socorros Psicológicos**

Criada em 2018-05-29

DESIGNAÇÃO DA UFCD: Primeiros socorros psicológicos

CÓDIGO DA UFCD: 9899

CARGA HORÁRIA: 25 horas

PONTOS DE CRÉDITO: 2.25

### **Objetivos**

Analisar as características de incidentes críticos e traumáticos.

Analisar as possíveis reações normais ao stresse face a um incidente potencialmente traumático.

Identificar os objetivos e princípios básicos dos primeiros socorros psicológicos.

Aplicar as competências para a comunicação de suporte.

Aplicar as técnicas de intervenção em primeiros socorros psicológicos.

### **Conteúdos**

Conceitos enquadradores da psicologia de emergência

Stresse: conceito e modelo compreensivo

Stressores nos bombeiros

Incidentes críticos e traumáticos

Comportamento humano em situação de emergência

Crise psicológica

Fatores mediadores de impacto

Reações normais de stresse face ao incidente potencialmente traumático Vs reações patológicas

Primeiros socorros psicológicos

Princípios básicos dos primeiros socorros psicológicos

Primeiros socorros psicológicos vs psicoterapia

Recomendações na aplicação dos primeiros socorros psicológicos

Técnicas de comunicação de suporte

Valores presentes na comunicação de suporte

Competências para a comunicação de suporte

Práticas de comunicação de suporte: escuta ativa, responder, questionar, gerir silêncios

Técnicas de intervenção em primeiros socorros psicológicos

Intervenção psicossocial

Modificação das ativações fisiológicas, emocionais e cognitivas

Práticas de intervenção: Relaxamento respiratório, estabilização emocional e distração cognitiva e *grounding*

**Qualificações**

861363 - Bombeiro/a

Disponível em: <https://catalogo.anqep.gov.pt/ufcdDetalhe/12580>

## **Anexo 5**

### **UFCD 9988 – Noções Básicas de Primeiros Socorros**

## **Noções básicas de primeiros socorros**

Criada em 2018-12-29

DESIGNAÇÃO DA UFCD: NOÇÕES BÁSICAS DE PRIMEIROS SOCORROS

CÓDIGO DA UFCD: 9988

CARGA HORÁRIA: 25 HORAS

PONTOS DE CRÉDITO: 2.25

### **Objetivos**

Identificar os principais sinais e sintomas em situações de doença súbita e/ou trauma.

Efetuar as manobras de suporte básico de vida.

Aplicar os primeiros socorros adequados ao quadro de emergência.

Aplicar a técnica de primeiros socorros psicológicos e de promoção de relações empáticas.

### **Conteúdos**

Sistema integrado de emergência médica (SIEM)

Definição e intervenientes

Ativação do número europeu de socorro 112

Exame da vítima

Avaliação inicial

Estado de consciência

Respiração

Circulação

Traumatismos

Suporte básico de vida (SBV)

Posição lateral de segurança (PLS)

Abordagem da via aérea

Manobras de SBV

Emergência médica

Alteração do estado de consciência

Sintomas de cariz cardíaco

Dificuldade respiratória

Convulsão

Intoxicação

Emergência de trauma

Trauma crânio-encefálico, vertebro-medular, torácico, abdominal, bacia e membros

Técnica de imobilização e remoção da vítima – breve conhecimento

Hemorragia – tipo de hemorragia e métodos de controlo

Queimaduras – grau, extensão e tratamento

Tratamento de feridas

Casos práticos de trauma

Técnicas de comunicação de suporte: escuta ativa, responder, questionar, gerir silêncios

Prática de técnicas e procedimentos de segurança

### **Qualificações**

623211 - Motosserrista

623239 - Sapador/a Florestal

Disponível em: <https://catalogo.anqep.gov.pt/ufcdDetalhe/12890>

## **Anexo 6**

### **Exemplo de questionário de satisfação final relativa a formação em PSP**

Exemplo de questionário de satisfação final relativa a formação em PSP

TRAINING EVALUATION FOR BASIC PFA					
	Very Poor	Poor	Average	Good	Excellent
1. Overall, how would you rate the content of the training?					
Comments:					
2. Overall comments: Please indicate how much you agree with the following statements	Strongly disagree	Disagree	Agree	Strongly agree	
2.1 The content was interesting and engaging					
2.2 The training met the training objectives					
3. Knowledge and skills: Please indicate how much you agree with the following statements					
3.1 I know more about reactions to distress					
3.2 I know what psychological first aid is and what it is not					
3.3 I understand the three action principles of Look, Listen and Link					
3.4 I have practised providing PFA to someone in distress					
3.5 I have considered complex reactions and situations					
3.6 I understand the importance of self-care when helping others					
4. The following helped my understanding					
4.1 Plenary discussions					
4.2 Power points					
4.3 Group exercises					
4.4 Role play					
5. The facilitator					
5.1 The facilitator was knowledgeable about the topic					
5.2 The facilitator presented the content in clear and logic manner					
5.3 The facilitator had good facilitation skills					
6. Thinking about the training overall					
6.1 I have gained a better understanding of psychological first aid					
6.2 The learning environment was safe and inclusive					
6.3 The overall length of the course was appropriate					
7. What went well in the training?					
8. What did not go well in the training?					

Fonte: Hansen 2018

## **Anexo 7**

### **Referencial de Formação Global de Bombeiro**

## REFERENCIAL DE FORMAÇÃO - FORMAÇÃO TECNOLÓGICA



EM VIGOR



Nível de Qualificação: **4**

<b>Área de Educação e Formação</b>	<b>861 . Proteção de Pessoas e Bens</b>
<b>Código e Designação do Referencial de Formação</b>	<b>861363 - Bombeiro/a</b>
<b>Modalidades de Educação e Formação</b>	<b>Cursos de Aprendizagem Cursos Profissionais Cursos de Educação e Formação de Adultos Formação Modular</b>
<b>Total de pontos de crédito</b>	<b>110,00 (inclui 20 pontos de crédito da Formação Prática em Contexto de Trabalho)</b>
<b>Publicação e atualizações</b>	<p>Publicado no Boletim do Trabalho e Emprego (BTE) nº 20 de 29 de maio de 2018 com entrada em vigor a 29 de maio de 2018.</p> <p>1ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 8 de 29 de fevereiro de 2020 com entrada em vigor a 29 de fevereiro de 2020.</p> <p>2ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.</p> <p>3ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 27 de 22 de julho de 2020 com entrada em vigor a 22 de julho de 2020.</p> <p>4ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 48 de 29 de dezembro de 2021 com entrada em vigor a 29 de dezembro de 2021.</p>

**Observações**

- - A conclusão com aproveitamento deste referencial permite obter as competências necessárias para o desempenho da função de Bombeiro Profissional, observados os restantes requisitos de acesso à função legalmente previstos no articulado do Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril e do Despacho conjunto n.º 298/2006, de 31 de março.
- A conclusão com aproveitamento das UFCD 9876, 9877, 9883, 9887, 8530, 8531 e 9889 permite obter as competências necessárias para o desempenho da função de Bombeiro Voluntário, observados os restantes requisitos de acesso à função legalmente previstos no Despacho n.º 5157/2019, de 24 de maio.
- As UFCD 8530 e UFCD 8531 cumprem os requisitos definidos pelo INEM, I. P. para o exercício da atividade de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT), em conformidade com a legislação enquadradora (Portaria n.º 260/2014, de 15 de dezembro que aprova o Regulamento do Transporte de Doentes). As entidades formadoras do Sistema Nacional de Qualificações que pretendam ministrar formação utilizando estas UFCD deverão cumprir os requisitos específicos da valência Tripulante de Ambulância de Transporte do Sistema de Acreditação do INEM, I. P., ao abrigo da alínea h) do n.º 3 do artigo 3º do Decreto-Lei n.º 34/2012, de 14 de fevereiro, complementada pela alínea h) do artigo 5º da Portaria n.º 158/2012 de 22 de maio.
- A conclusão com aproveitamento das UFCD 9909, 9911 e 9918 permite obter as competências necessárias para o desempenho da função de Chefe de Equipa, observados os restantes requisitos de acesso à função legalmente previstos no articulado do Despacho n.º 5157/2019 de 24 de maio.
- A conclusão com aproveitamento das UFCD 9914, 9915, 9917 e 9920 permite obter as competências necessárias para o desempenho da função de Chefe de Grupo, observados os restantes requisitos de acesso à função legalmente previstos no articulado do Despacho n.º 5157/2019 de 24 de maio.
- A conclusão com aproveitamento das UFCD 9921, 9925, 9926, 9927 e 9928 permite obter as competências necessárias para o desempenho de funções no quadro de comando dos corpos de bombeiros detidos por associações humanitárias de bombeiros, observados os restantes requisitos de acesso à função legalmente previstos no articulado do Despacho n.º 5157/2019 de 24 de maio.
- A conclusão com aproveitamento das UFCD 3127 e 5377 permite obter as competências necessárias para o desempenho da função de Operacional de Queima, observados os restantes requisitos de acesso à função de Operacional de Queima legalmente previstos na alínea d), do ponto 2, do art.º 25.º do Despacho n.º 7511, de 9 de junho.
- As entidades formadoras do Sistema Nacional de Qualificações que pretendam ministrar a formação de bombeiro/a deverão estar previamente certificadas pela Direção Nacional de Bombeiros, da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, nos termos da alínea h) do n.º 1 do artigo 18.º, do Decreto-Lei n.º 45/2019, de 1 de abril na sua redação atual.
- As UFCD que permitem obter as competências necessárias para o desempenho da função de Bombeiro Profissional, Bombeiro Voluntário, Chefe de Equipa, Chefe de Grupo deverão cumprir os requisitos específicos definidos pela autoridade pedagógica na formação técnica dos bombeiros. O incumprimento dos referidos requisitos impossibilita o reconhecimento da formação pela Direção Nacional de Bombeiros.
- As UFCD que permitem obter as competências necessárias para o desempenho de funções no quadro de comando dos corpos de bombeiros detidos por associações humanitárias de bombeiros, deverão cumprir os requisitos específicos definidos pela autoridade pedagógica na formação técnica dos bombeiros. O incumprimento dos referidos requisitos impossibilita o reconhecimento da formação pela Direção Nacional de Bombeiros.

## 1. Referencial de Formação Global

### Formação Tecnológica

Código <sup>1</sup>	Nº	UFCD obrigatórias	Horas	Pontos de crédito
9876	1	Organização do serviço de bombeiros	25	2,25
9877	2	Tecnologias de base na atividade de bombeiro	25	2,25
9878	3	Segurança e saúde no trabalho na atividade de bombeiro	25	2,25
9879	4	Combustão, propagação e métodos de extinção	25	2,25
9880	5	Disposição construtiva dos edifícios e redes técnicas	50	4,50
9881	6	Manobras de bombas e linhas de mangueira	50	4,50
9882	7	Manobras de escadas	50	4,50
9883	8	Extinção de incêndios urbanos - iniciação	50	4,50
9884	9	Manobras de ventilação tática	50	4,50
9885	10	Manobras de busca, salvamento e evacuação	50	4,50
9886	11	Manobras de sobrevivência	25	2,25
9887	12	Extinção de incêndios rurais - iniciação	50	4,50
9888	13	Extinção de incêndios em meios de transporte e locais de risco agravado	25	2,25
8530	14	Sistema Integrado de Emergências Médica (SIEM), Abordagem à Vítima e Reanimação	25	2,25
8531	15	Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma	25	2,25
9889	16	Salvamento rodoviário - iniciação	25	2,25
9890	17	Manobras de desencarceramento	25	2,25
9891	18	Escoramentos em edificado - iniciação	50	4,50
9892	19	Salvamentos em grande ângulo - iniciação	50	4,50

Formação Tecnológica				
Código <sup>1</sup>	Nº	UFCD obrigatórias	Horas	Pontos de crédito
9893	20	Acidentes com matérias perigosas - iniciação	25	2,25
9894	21	Intervenção em acidentes graves e catástrofes	25	2,25
9895	22	Cultura administrativa e desenvolvimento profissional na atividade de bombeiro	25	2,25
9896	23	Aplicação de cartografia	25	2,25
9897	24	Fundamentos de segurança contra incêndio em edifícios	25	2,25
9898	25	Relações públicas e atendimento ao público na atividade de bombeiro	25	2,25
<b>Total da carga horária e de pontos de crédito:</b>			<b>850</b>	<b>76,50</b>

Para obter a qualificação de Bombeiro/a, para além das UFCD obrigatórias, **terão também de ser realizadas as horas, integradas numa das**

Bolsa				
Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
3127	1	Prevenção de incêndios rurais	50	4,50
5377	2	Fogo controlado - apoio	50	4,50
9899	3	Primeiros socorros psicológicos	25	2,25
4427	4	Ecossistemas florestais	25	2,25
9900	5	Preservação de meios de prova	25	2,25
5373	6	Psicossociologia do trabalho	25	2,25
9901	7	Telecomunicações - iniciação	25	2,25

Bolsa				
Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
9902	8	Condução de embarcações de socorro na atividade de bombeiro	50	4,50
9903	9	Condução defensiva na atividade de bombeiro	25	2,25
9904	10	Condução em marcha de emergência na atividade de bombeiro	25	2,25
9905	11	Condução fora de estrada na atividade de bombeiro	50	4,50
9906	12	Socorrismo básico	25	2,25
9907	13	Acidentes com matérias perigosas - desenvolvimento	25	2,25
9908	14	Métodos e técnicas pedagógicas de instrução/treino na atividade de bombeiro	25	2,25
9909	15	Extinção de incêndios urbanos - desenvolvimento	25	2,25
9910	16	Salvamento rodoviário - desenvolvimento	25	2,25
9911	17	Extinção de incêndios rurais - desenvolvimento	25	2,25
9912	18	Escoramentos em edificado - desenvolvimento	50	4,50
9913	19	Salvamentos em grande ângulo - desenvolvimento	50	4,50
9914	20	Extinção de incêndios urbanos - avançado	25	2,25
9915	21	Extinção de incêndios rurais - avançado	25	2,25
9916	22	Telecomunicações - desenvolvimento	25	2,25
9917	23	Gestão inicial de operações	50	4,50
9918	24	Liderança na atividade de bombeiro - iniciação	25	2,25
9919	25	Telecomunicações - avançado	25	2,25
9920	26	Liderança na atividade de bombeiro - desenvolvimento	25	2,25

Bolsa				
Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
9921	27	Liderança na atividade de bombeiro – avançado	25	2,25
9922	28	Planeamento e antecipação em incêndios rurais	50	4,50
9923	29	Segurança e comportamento do incêndio rural	25	2,25
9924	30	Reconhecimento e avaliação da situação em incêndios rurais	50	4,50
9925	31	Organização jurídica, administrativa e operacional dos corpos de bombeiros – iniciação	50	4,50
9926	32	Gestão de operações em incêndios urbanos - iniciação	25	2,25
9927	33	Gestão de operações em incêndios rurais - iniciação	25	2,25
9928	34	Gestão de operações em acidentes multivítimas e em matérias perigosas	25	2,25
9929	35	Operações aéreas na supressão de incêndios rurais - iniciação	25	2,25
9930	36	Operações aéreas na supressão de incêndios rurais – desenvolvimento	25	2,25
10180	37	Logística nas operações de socorro	25	2,25
9932	38	Técnicas de apoio à decisão na gestão de operações	25	2,25
9933	39	Gestão de recursos humanos no corpo de bombeiros	25	2,25
9934	40	Conceção e gestão de exercícios na atividade de bombeiro	25	2,25
9935	41	Posto de comando operacional – iniciação	50	4,50
9936	42	Gestão de operações em incêndios urbanos – desenvolvimento	50	4,50
9937	43	Gestão de operações em incêndios rurais – desenvolvimento	50	4,50
9938	44	Gestão de operações em incêndios rurais - avançado	50	4,50
9939	45	Organização jurídica, administrativa e operacional dos corpos de bombeiros – desenvolvimento	25	2,25

Bolsa				
Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
9940	46	Gestão operacional na atividade de bombeiro	25	2,25
7852	47	Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento	25	2,25
7853	48	Ideias e oportunidades de negócio	50	4,50
7854	49	Plano de negócio – criação de micronegócios	25	2,25
7855	50	Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios	50	4,50
8598	51	Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8599	52	Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8600	53	Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25	2,25
9820	54	Planeamento e gestão do orçamento familiar	25	2,25
9821	55	Produtos financeiros básicos	50	4,50
9822	56	Poupança – conceitos básicos	25	2,25
9823	57	Crédito e endividamento	50	4,50
9824	58	Funcionamento do sistema financeiro	25	2,25
9825	59	Poupança e suas aplicações	50	4,50
10672	60	Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais	25	2,25
10746	61	Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas	25	2,25
10759	62	Teletrabalho	25	2,25
<b>Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica:</b>			<b>1000</b>	<b>90,00</b>

- No caso dos cursos de **Educação e Formação de adultos (EFA) e nas formações modulares certificadas**, à carga horária da formação tecnológica podem ser acrescentadas 210 horas de formação prática em contexto de trabalho, sendo esta de carácter obrigatório para o adulto que não exerça atividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma atividade profissional numa área afim.
- No caso dos cursos de **Aprendizagem**, parte das UFCD que integram a formação tecnológica pode ser desenvolvida na formação prática em contexto de trabalho, de acordo com as orientações para o desenvolvimento desta componente de formação, disponíveis em [www.iefp.pt](http://www.iefp.pt)

---

<sup>1</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

## **Anexo 8**

**Despacho n. º 12715/2021, de 28 de dezembro, da Direção  
Nacional da Polícia de Segurança Pública – Frequência e  
avaliação do Curso de Formação de Agentes da Polícia de  
Segurança Pública**



## ADMINISTRAÇÃO INTERNA

Polícia de Segurança Pública

Direção Nacional

### Despacho (extrato) n.º 12715/2021

*Sumário:* Regulamento de frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes da PSP.

Considerando que as normas relativas à frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes, ministrado pela Escola Prática de Polícia (EPP), da Polícia de Segurança Pública (PSP), não sofreram alterações nos últimos onze anos e é necessário atualizar a organização deste curso e a forma de avaliação dos alunos, é oportuno proceder à sua revisão.

Assim, ao abrigo do disposto no n.º 2 do artigo 27.º do Regulamento da EPP, aprovado pelo Decreto Regulamentar n.º 26/2009, de 2 de outubro, determino o seguinte:

- 1 — É aprovado o Regulamento de frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes da PSP, bem como o respetivo plano de estudos, o qual se anexa ao presente despacho e dele faz parte integrante.
- 2 — É revogado o Despacho n.º 39/GDN/2010, de 3 de dezembro.
- 3 — O presente despacho entra em vigor no dia seguinte ao da sua publicação.

13 de dezembro de 2021. — O Diretor Nacional, *Manuel Augusto Magina da Silva*, Superintendente-Chefe.

#### ANEXO

#### Regulamento de Frequência e Avaliação do Curso de Formação de Agentes (RFACFA)

##### Artigo 1.º

##### Objeto e âmbito

O presente regulamento define o regime de frequência e avaliação do Curso de Formação de Agentes (CFA) da Polícia de Segurança Pública (PSP) e aprova o respetivo plano de estudos.

##### Artigo 2.º

##### Regime de frequência

- 1 — O Curso de Formação de Agentes é frequentado em regime de internato.
- 2 — Em casos especialmente justificados, o diretor da Escola Prática de Polícia (EPP) pode autorizar a frequência do CFA em regime de externato noturno.

##### Artigo 3.º

##### Duração e componentes do curso

- 1 — O CFA funciona na EPP e/ou em centros formativos que se venham a constituir sob a sua direção.
- 2 — O CFA tem a duração de um ano letivo e integra:
  - a) Disciplinas de cariz teórico;
  - b) Disciplinas de cariz teórico-prático e prático;
  - c) Um estágio final.



3 — Por despacho do diretor nacional da PSP, pode ser decidida a não realização do estágio final, sempre que razões logísticas, operacionais ou outras o justifiquem.

4 — Por despacho do diretor nacional da PSP e mediante proposta do diretor da EPP, a duração do estágio final pode ser alterada, por razões de equilíbrio formativo, sempre que o aproveitamento geral dos alunos o recomende ou a evolução dos conteúdos pedagógicos o imponha.

5 — Por despacho do diretor nacional da PSP, durante o curso, os alunos podem acompanhar a atividade operacional de polícia, através da frequência de estágios intercalares, com duração e moldes a propor pelo diretor da EPP.

6 — Os estágios são realizados nas unidades da PSP que vierem a ser definidas por despacho do diretor nacional da PSP.

7 — Podem ainda ser realizadas atividades extracurriculares, com caráter obrigatório, que visem consolidar os conhecimentos técnico-profissionais, melhorar as capacidades individuais e/ou fomentar a cultura de cidadania, a responsabilidade social, a entreajuda e a solidariedade, dentro e fora da PSP.

#### Artigo 4.º

##### Plano de estudos

1 — Do plano de estudos do CFA (anexo ao presente regulamento) constam todas as disciplinas, a carga letiva máxima por disciplina e o coeficiente de ponderação atribuído.

2 — O coeficiente de ponderação corresponde ao peso que cada disciplina tem na média de todas as disciplinas avaliadas, podendo variar entre 1 e 3.

3 — As disciplinas de natureza prática, nomeadamente as que integram instrução em ambiente de Esquadra, podem realizar-se em período noturno.

4 — Na instrução em ambiente de Esquadra, bem como em qualquer disciplina em que a metodologia o tenha por pertinente, é admissível o recurso à formação em ambiente de realidade virtual, através do Centro de Formação e Realidade Virtual da EPP, ou a quaisquer outras tecnologias que venham a ser desenvolvidas com idênticos propósitos.

5 — Os tempos letivos (TL) identificados no plano de estudos correspondem, em regra, a períodos máximos de 90 minutos, com exceção das disciplinas de Tiro e Esquadra — Procedimentos Técnico-Policiais que podem ter até 120 minutos.

#### Artigo 5.º

##### Avaliação

1 — A avaliação é feita através da realização de provas escritas, provas teórico-práticas, provas práticas e físicas e avaliação do mérito, na escala de 0 a 20 valores, expressas às milésimas.

2 — Os momentos de avaliação, bem como os demais critérios de valoração do aproveitamento dos alunos são fixados através da Diretiva de Avaliação e das Normas de Avaliação do Estágio, a aprovar no início do curso pelo diretor da EPP, ouvido o conselho escolar.

3 — As disciplinas com carga horária superior a 25 tempos letivos são objeto de uma avaliação intercalar, que é tida em conta na avaliação final, de acordo com a Diretiva de Avaliação.

4 — Podem ser realizadas provas de recurso, em número e moldes a definir na Diretiva de Avaliação, às disciplinas que colocam o aluno em situação de ser eliminado do curso.

5 — A avaliação de mérito é quantitativa, sendo a nota atribuída pelo diretor de turma do aluno, conjuntamente com o adjunto do mesmo, de acordo com o constante na Diretiva de Avaliação.

6 — A avaliação do mérito incide sobre os seguintes fatores:

- a) Apresentação pessoal e atitude;
- b) Sentido de responsabilidade e disciplina;
- c) Autodomínio;
- d) Dedicção e empenho na atividade escolar;
- e) Cooperação e relacionamento humano.



Artigo 6.º

**Classificação final do curso**

A nota final do curso, expressa às milésimas, resulta da seguinte fórmula:

$$CF = (MDT \times 0,3) + (MDTP \times 0,6) + (AvM \times 0,1)$$

em que:

- CF — Classificação final do curso;
- MDT — Média das notas das disciplinas teóricas;
- MDTP — Média das notas das disciplinas teórico-práticas e práticas;
- AvM — Avaliação do mérito.

Artigo 7.º

**CrITÉrios de desempate**

Em caso de igualdade na classificação final do curso, são, sucessivamente, fatores de desempate:

- a) Melhor média nas disciplinas teórico-práticas e práticas;
- b) Melhor média nas disciplinas teóricas;
- c) Melhor nota na disciplina de Tiro;
- d) Melhor nota de mérito.

Artigo 8.º

**Eliminação do curso**

Não têm aproveitamento no curso os alunos que:

- a) Após terem realizado provas de recurso, nos termos do n.º 4 do artigo 5.º, tenham nota inferior a 9,5 valores, em qualquer uma das disciplinas;
- b) Tenham nota inferior a 9,5 valores na avaliação do mérito;
- c) Após realizarem o estágio final, obtenham a menção de "Inapto" no mesmo.

Artigo 9.º

**Interrupção do curso**

1 — O curso pode ser interrompido:

- a) A pedido do aluno, mediante requerimento dirigido ao diretor da EPP, em casos excepcionais, por motivos que, pela sua urgência e pelo seu carácter humanitário, sejam de considerar;
- b) Quando o aluno faltar aos trabalhos escolares, por motivos devidamente justificados, mais de 30 dias seguidos ou interpolados e se concluir que tal facto é impeditivo do normal aproveitamento;
- c) Quando, independentemente do número de faltas, o conselho escolar deliberar, sob parecer médico, pela incapacidade física ou psicológica ou pela inconveniência em o aluno prosseguir o curso;
- d) Mediante deliberação do conselho escolar, sob parecer médico, quando o aluno não participar ativamente, por motivo de incapacidade física, no mínimo em cinquenta por cento das aulas das disciplinas teórico-práticas e práticas, constantes no anexo.

2 — Nos casos referidos no número anterior, pode o interessado requerer ao diretor nacional da PSP a sua admissão à frequência do curso seguinte, com dispensa de provas e exames, com exceção do exame médico e da apresentação do registo criminal atualizado, após parecer favorável do conselho escolar.



3 — O aluno que requeira a sua admissão ao curso seguinte está obrigado a satisfazer as demais condições de admissão ao concurso, nomeadamente, não ter sofrido sanção penal inibidora do exercício da função, ter bom comportamento moral e cívico, não estar inibido do exercício de funções públicas ou interdito para o exercício das funções a que se candidata.

#### Artigo 10.º

##### Desistência do curso

O aluno pode, em qualquer altura, desistir da frequência do curso, mediante requerimento dirigido ao diretor da EPP.

#### Artigo 11.º

##### Eliminação do curso por motivos disciplinares

A eliminação do curso, por motivos disciplinares, rege-se pelos termos previstos no Regime Disciplinar Escolar dos Alunos do Curso de Formação de Agentes.

#### Artigo 12.º

##### Obrigação de devolução

Nos casos previstos de interrupção, desistência e eliminação do Curso, o aluno é obrigado a devolução dos artigos que lhe tenham sido distribuídos, sem prejuízo do disposto no artigo 30.º do Regulamento da Escola Prática de Polícia.

#### ANEXO

##### Plano de Estudos do Curso de Formação de Agentes da PSP

Disciplinas	Carga letiva máxima (horas)	Coefficiente Ponderação
<b>Disciplinas Teóricas</b>		
Deontologia Policial .....	15	2
Direitos Fundamentais e Cidadania .....	30	3
Direito Penal .....	30	2
Direito Policial .....	30	2
História, Organização e Funcionamento da PSP .....	45	1
Noções Gerais de Direito .....	15	1
Psicossociologia .....	40	1
<b>Disciplinas Teórico/Práticas e Práticas</b>		
Direito Processual Penal .....	55	3
Informações .....	25	1
Investigação Criminal .....	40	1
Legislação Policial .....	70	3
Legislação e Segurança Rodoviária .....	70	2
Técnicas de Intervenção Policial .....	75	3
Sistemas e Tecnologias Operacionais .....	70	1
Esquadra — Procedimentos Técnico-Policiais .....	55	2
Educação Física .....	40	1
Defesa Policial .....	40	2
Tiro .....	60	3
<b>Outros</b>		
Direção de Turma .....	50	--
Estágio Final .....		150
Alistamento e Integração .....		30



Disciplinas	Carga letiva máxima (horas)	Coefficiente Ponderação
Palestras .....	30	
Encerramento .....	30	
<i>Totais:</i>		
Horas .....	1095	
TL — Tempos Letivos de 90 minutos .....	730	

314812927

## **Anexo 9**

### **Estrutura modular do Curso de Formação de Guardas das Armas da Guarda Nacional Republicana**



## Anexo A - Plano curricular do Curso de Formação de Guardas do quadro das Armas

## GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

## COMANDO DA DOCTRINA E FORMAÇÃO

## ANEXO A (Plano curricular para os GProv dos quadros das Armas) ao RCFG

FORMAÇÃO GERAL MILITAR (FGM)			
MÓDULO	UNIDADES CURRICULARES	TEMPOS LETIVOS	COEF.
FORMAÇÃO MILITAR	Armamento	12	
	Cidadania e Condição Militar	10	
	Topografia	16	
	Técnicas Individuais de Combate	14	
APTIDÃO FÍSICA E ORDEM UNIDA I	Treino Físico	16	
	Ordem Unida	19	
<b>Subtotal (1)</b>		<b>87</b>	
INCORPORAÇÃO		14	
EXERCÍCIOS DE CAMPO E AVALIAÇÃO		42	
ATIVIDADES COMPLEMENTARES		7	
<b>Subtotal (2)</b>		<b>63</b>	
<b>TOTAL DA FGM (1) + (2)</b>		<b>150</b>	
FORMAÇÃO ESCOLAR (FE)			
MÓDULO	UNIDADES CURRICULARES	TEMPOS LETIVOS	COEF.
JURÍDICO	Noções Gerais de Direito e Direitos Fundamentais	25	1
	Direito Penal	30	2
	Direito Processual Penal	30	2
	Direito Fiscal e Aduaneiro	25	1
<b>Subtotal (3)</b>		<b>110</b>	
TÉCNICO-PROFISSIONAL	Legislação Policial	30	4
	Legislação e Segurança Rodoviária	30	3
	Tática das Forças de Segurança	50	2
	Informações e Investigação Criminal	35	2
	Armamento e Tiro	50	2
	Sistemas de Informação, Gestão e Apoio Operacional	50	2
	Organização e Funcionamento da GNFR	25	1
Módulos Interdisciplinares	50	1	
<b>Subtotal (4)</b>		<b>410</b>	
GERAL E SOCIO-COMPORTAMENTAL	Comunicação e Atendimento	25	1
	Interpretação e Redação	25	1
	Ética e Deontologia Profissional	15	—
	Psicossociologia	15	1
	Saúde e Socorrismo	10	—
	Inglês	25	1
Informática	25	1	
<b>Subtotal (5)</b>		<b>140</b>	
APTIDÃO FÍSICA E ORDEM UNIDA II	Educação Física e Desportos	50	1
	Luta e Defesa Pessoal	25	1
	Ordem Unida	25	1
<b>Subtotal (6)</b>		<b>100</b>	
ATIVIDADES COMPLEMENTARES	Palestras / Conferências/Visitas de Estudo/ADC	20	
	Curso de Bastão Extensivo (nível utilizador)	20	
	<b>Subtotal (7)</b>	<b>40</b>	
<b>TOTAL DA FE</b>		<b>800</b>	
<b>TOTAL (FGM) + (FE)</b>		<b>950</b>	
FORMAÇÃO EM EXERCÍCIO (FEX)			
ATIVIDADES		TEMPOS LETIVOS	
Formação prática nas unidades territoriais		460	
Curso de Adaptação de Condutores (categoria B) na EG		20	
<b>TOTAL (FGM + FE + FEX)</b>		<b>1430</b>	

## **Anexo 10**

### **Referencial de Curso – Exército – Formação Geral Comum de Praças do Exército**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**

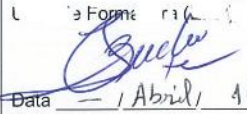


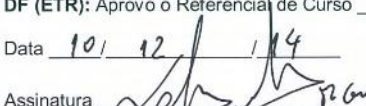


**REFERENCIAL DE CURSO**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS  
DO EXÉRCITO**

**Dezembro de 2014  
Agosto de 2021 (Revisto)**

NÃO CLASSIFICADO

<b>DOC I – CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO</b>		<b>CÓDIGO:</b>	
<b>CURSO: Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>		<b>PAG 1 DE 1 PAG</b>	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO</b>			
<b>Entidade que propõe:</b> <u>RTEQ</u>  Envio de documento justificativo à DF (ETR).  Data <u>1</u> / <u>Abril</u> / <u>14</u> Assinatura 	<b>Unidade Formadora:</b>  Envio de documento justificativo à DF (ETR).  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo a criação do curso.</b> À ____ (EPR) para proceder à conceção do Curso. Devolver à ____ (EPR) com despacho de indeferimento.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
<b>Unidade Formadora:</b>  Envio do Perfil do Cargo/Profissional à DF  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Envie-se ao utilizador (OCAD;U/E/O): ____ para aprovação.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>Utilizador (OCAD;U/E/O):</b>  Concordo com o Perfil do Cargo/Profissional.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil do Cargo/Profissional.</b> À ____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Formação.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____
<b>PERFIL DE FORMAÇÃO</b>			
<b>Unidade Formadora:</b>  Envio do Perfil de Formação à DF  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Concordo com o Perfil de Formação.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Formação.</b> À ____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação.  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
<b>Unidade Formadora:</b>  Envio do Perfil de Avaliação à DF  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____	<b>A: RC/EM/CID:</b> Concordo com o Perfil de Avaliação.  Data <u>10</u> / <u>12</u> / <u>14</u> Assinatura 	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Concordo com o Perfil de Avaliação  Data <u>19</u> / <u>12</u> / <u>14</u> Assinatura 	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Avaliação.</b>  Data ____ / ____ / ____ Assinatura _____
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
<b>DF (ETR): Aprovo o Referencial de Curso</b> <u>Formação Geral Comum de Praças do Exército</u> Data <u>10</u> / <u>12</u> / <u>14</u> Assinatura 			

NÃO CLASSIFICADO

DOC I – CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO		CÓDIGO: CFGCPE	
CURSO: FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		PAG 1 DE 1 PAGS	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>			
<b>SEM ALTERAÇÃO</b>			
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
<b>SEM ALTERAÇÃO</b>			
<b>PERFIL DE FORMAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	DF (RTEQ/DF): Concordo com o Perfil de Formação.	DF (ETR): Aprovo / <del>Não aprovo</del> o Perfil de Formação. À <u>EA</u> (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação.	
Envio do Perfil de Formação à DF			
Data <u>22/07/21</u> Assinatura 	Data <u>13/Agosto/2021</u> Assinatura 	Data <u>13/Agosto/2021</u> Assinatura 	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	A RACC/DF: Concordo com o Perfil de Avaliação.	DF (RTEQ/DF): Concordo com o Perfil de Avaliação	DF (ETR): Aprovo / <del>Não aprovo</del> o Perfil de Avaliação.
Envio do Perfil de Avaliação à DF			
Data <u>24/07/21</u> Assinatura 	Data <u>13/Agosto/2021</u> Assinatura 	Data <u>13/Agosto/2021</u> Assinatura 	Data <u>13/Agosto/2021</u> Assinatura 
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
DF (ETR): Aprovo o Referencial de Curso <u>Formação Geral Comum de Praças do Exército</u>			
Data <u>13 Agosto 2021</u> Assinatura 			

ModDocRC 01

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III**

**PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 1 de 7 páginas	
<p><b>1. <u>DESIGNAÇÃO DO PERFIL PROFISSIONAL</u></b></p> <p><b>a. Código do Perfil Profissional:</b></p> <p><b>b. Nome do Perfil Profissional:</b> Perfil Profissional do Soldado no final do Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército (CFGCPPE).</p> <p><b>2. <u>CATEGORIA / POSTO / ARMA OU SERVIÇO</u></b></p> <p>Soldado de qualquer especialidade.</p> <p><b>3. <u>CREDENCIAÇÃO</u></b></p> <p><b>a. Nacional:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p><b>b. NATO:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p><b>4. <u>ÁREAS FUNCIONAIS DE APLICAÇÃO</u></b></p> <p>Todas.</p> <p><b>5. <u>REPORTA A:</u></b></p> <p>Comandante / Diretor / Chefe hierarquicamente superior.</p> <p><b>6. <u>QUALIFICAÇÕES</u></b></p> <p><b>a. QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional – não aplicável;</p> <p>(2) Nível de habilitações escolares – 9º ano;</p> <p>(3) Formação militar – não aplicável;</p> <p>(4) Nível linguístico (Listening, Speaking, Reading and Writing) – não aplicável;</p> <p>(5) Outras qualificações – avaliação positiva do perfil psicofísico (de acordo com os critérios definidos no PESELEX).</p> <p><b>b. QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional – não aplicável;</p> <p>(2) Nível de habilitações escolares – 12º ano;</p> <p>(3) Formação Militar – não aplicável;</p> <p>(4) Nível linguístico (Listening, Speaking, Reading and Writing) – 1,1,1,1;</p> <p>(5) Outras qualificações – domínio do Windows e Microsoft Office na ótica do utilizador.</p> <p><b>7. <u>PRINCIPAIS RESPONSABILIDADES (POR PESSOAL E MATERIAL)</u></b></p> <p>Responsável pelo seu próprio armamento e equipamento.</p> <p><b>8. <u>FUNÇÕES PRINCIPAIS:</u></b></p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 2 de 7 páginas	
<p>a. Operar armamento e equipamento individual de combate;</p> <p>b. Executar ações de combate, vigilância e segurança de unidades, de acordo com as responsabilidades inerentes ao posto;</p> <p>c. Atuar como elemento de uma seção em ações de combate limitadas;</p> <p>d. Atuar como elemento de uma seção na defesa de uma posição de combate;</p> <p>e. Sobreviver isolado no campo de batalha.</p> <p><b>9. <u>COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS</u></b></p> <p><b>1. Comunicação</b> – Expressa-se verbalmente, por escrito e através de sinais de combate com clareza e precisão.</p> <p><b><u>Indicadores comportamentais:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Compreende e cumpre ordens recebidas superiormente;</li><li>- Difunde de forma clara e objetiva ordens simples;</li><li>- Transmite a mensagem através de sinais de combate de forma eficaz e eficiente;</li><li>- Adequa a linguagem ao contexto, utilizando aos procedimentos das comunicações militares.</li></ul> <p><b>2. Adaptabilidade</b> – Ajusta-se eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, adaptando o seu comportamento consoante as necessidades das situações sem que tal interfira com os índices de produtividade.</p> <p><b><u>Indicadores comportamentais:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Reage de forma positiva a acontecimentos imprevistos mantendo um desempenho ajustado;</li><li>- Cooperar com as alterações ou prioridades superiormente definidas, a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;</li><li>- Ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos (flexibilidade).</li></ul> <p><b>3. Relações Interpessoais</b> – Interage de forma adequada em diferentes contextos e com pessoas de diferentes culturas, tendo uma atitude facilitadora no relacionamento.</p> <p><b><u>Indicadores comportamentais:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Promove uma boa relação no grupo de trabalho;</li><li>- Mantém uma relação de cooperação com a sua unidade evidenciando espírito de corpo;</li><li>- Adapta-se facilmente a diferentes grupos e camaradas.</li></ul>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 3 de 7 páginas	
<p>- Insere-se com facilidade em diferentes grupos de trabalho; - Pauta o seu relacionamento através dos valores e virtudes militares.</p> <p><b>4. Sentido de Responsabilidade</b> – Realiza as suas funções de forma diligente e responsável respeitando o cumprimento de ordens e regulamentos sob a sua responsabilidade.</p> <p><b>Indicadores comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Respeita as exigências de atavio, higiene, compostura e correção;</li><li>- Cumpre com rigor as ordens, regras, normas e regulamentos do serviço;</li><li>- Zela pela segurança, limpeza e bom estado das instalações, armamento, viaturas e de todo o equipamento à sua guarda;</li><li>- Garantir a confidencialidade e a segurança de informação a que tem acesso inerente à condição de militar.</li></ul> <p><b>5. Resiliência</b> – Mantem as suas capacidades físicas, cognitivas, técnicas e emocionais perante situações geradoras de stress.</p> <p><b>Indicadores comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mantém-se calmo perante situações adversas conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações ou minimizar os impactos negativos;</li><li>- Trabalha sob pressão, condições adversas e mantém um desempenho coerente;</li><li>- Demonstra uma atitude de serenidade, mantendo a sua motivação durante o desempenho das suas funções.</li></ul> <p><b>6. Proatividade</b> – Age de forma proactiva na resolução dos problemas decorrentes das suas funções.</p> <p><b>Indicadores comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifica as falhas, deficiências ou faltas e comunica-as superiormente;</li><li>- Sugere novas práticas de trabalho com o objetivo de melhorar a qualidade do serviço;</li><li>- Responde com prontidão a novas tarefas ou outras solicitações;</li><li>- Executa as suas funções com espírito de missão, sem necessidade de supervisão constante;</li><li>- Exercer com eficiência e rigor as funções atribuídas.</li></ul> <p><b>7. Envolvimento e comprometimento organizacional</b> – Alinha os seus próprios comportamentos com os valores e cultura do Exército e das Forças Armadas.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 4 de 7 páginas	

**Indicadores comportamentais:**

- Demonstra uma atitude de respeito perante os símbolos nacionais e militares e pelos órgãos de soberania do Estado;
- Cultiva os valores da honra, liberdade, responsabilidade, cidadania
- Demonstra respeito pelas diferenças culturais;
- Rege a sua conduta de acordo com a missão das Forças Armadas e do Exército Português;
- Zela pelos valores e virtudes, adotando atitudes decorrentes da condição militar.

**8. Decisão** – Opta pela solução mais eficaz para o cumprimento da missão, tendo em conta os princípios éticos, deontológicos e ordens superiormente recebidas.

**Indicadores comportamentais:**

- Antecipa situações e age de acordo com as regras de empenhamento e missão recebida.
- Analisa as diferentes alternativas e decide, em tempo útil e de forma eficaz, tendo sempre em consideração as suas implicações e o cumprimento da missão;
- Assume os resultados das decisões que toma com sentido de responsabilidade;

**10. COMPETÊNCIAS ESPEFÍFICAS**

**Diagrama Escalar**

<b>CÓDIGO DO PERFIL PROFISSIONAL:</b>			
<b>DESIGNAÇÃO DO PERFIL PROFISSIONAL:</b>		<b>Soldado</b>	
<b>ATIVIDADES</b>		<b>TAREFAS</b>	
<b>A</b>	Adotar medidas sanitárias individuais de prevenção de doenças	<b>1</b>	Efetuar os procedimentos de higiene pessoal
		<b>2</b>	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia das doenças sexualmente transmissíveis
		<b>3</b>	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia da toxicoddependência e do alcoolismo
<b>B</b>	Socorrer uma vítima até à chegada da equipa de evacuação	<b>1</b>	Identificar os sinais vitais numa vítima
		<b>2</b>	Combater o estado de choque numa vítima
		<b>3</b>	Reanimar uma vítima em paragem cardiorespiratória;
		<b>4</b>	Suster uma hemorragia externa até à intervenção do Pessoal do Svç de Saúde
		<b>5</b>	Executar a imobilização de um membro fraturado

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO: Formação Geral Comum de Praças do Exército		CÓDIGO:	
DOC III	PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL	Página 5 de 7 páginas	
		6	Transportar um ferido
		7	Utilizar o Kit de 1º socorros
C	Operar os equipamentos de comunicações	1	Operar os meios TPF (P/BLC – 101)
		2	Estabelecer ligação entre duas estações telefónicas através de meios TPF
		3	Operar os meios TSF (P/PRC – 425)
		4	Estabelecer ligação entre duas estações radiotelefónicas TSF
		5	Efetuar uma comunicação militar
D	Operar o armamento orgânico individual	1	Executar Operações de Segurança da Esp Aut G-3
		2	Montar/Desmontar a Esp Aut G-3
		3	Executar a manutenção de 1º Escalão da Esp Aut G-3
		4	Montar/Desmontar acessórios da Esp Aut G-3
		5	Resolver uma interrupção involuntária de tiro com a Esp Aut G-3
		6	Efetuar tiro com a Esp. Aut G-3
E	Atuar como elemento de uma Esquadra de Atiradores	1	Garantir a segurança próxima da sua posição
		2	Reagir a uma emboscada do IN
		3	Efetuar um deslocamento integrado numa Esq At
		4	Reagir a um ataque aéreo integrado numa EsqAt
		5	Progredir como elemento de uma EsqAt nas várias probabilidades de contacto
		6	Localizar minas e engenhos explosivos improvisados (EEI) por análise visual do terreno
F	Navegar no terreno	1	Determinar as direções dos pontos cardeais
		2	Avaliar distâncias por processos não estadimétricos
		3	Determinar distâncias por processos estadimétricos
		4	Determinar o azimute magnético de uma direção
		5	Orientar uma carta topográfica pela bússola
		6	Orientar uma carta topográfica pela associação carta-terreno
		7	Determinar as coordenadas UTM de um ponto
		8	Navegar entre dois ou mais pontos no terreno
G	Sobreviver em condições ambientais extremas e escassez de meios de subsistência	1	Utilizar o kit de sobrevivência
		2	Construir um abrigo de sobrevivência
		3	Obter mantimentos indispensáveis à sobrevivência
		4	Fazer uma fogueira para sobrevivência

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	
DOC III	PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL	Página 6 de 7 páginas	
H	Sobreviver em ambiente NBQ	1	Vestir o equipamento de proteção individual NBQR
		2	Mudar de equipamento de proteção individual NBQR
		3	Medir a dose e a intensidade de dose de radiação nuclear
		4	Dar o alarme de ataque NBQR
		5	Detetar agentes químicos
		6	Socorrer uma vítima de ataque BQ
		7	Descontaminar pele, olhos e cara
		8	Descontaminar roupa, arma e equipamento individual
		9	Administrar a si próprio o antídoto contra agentes neurotóxicos
		10	Proteger-se dos efeitos dos ataques NBQR
I	Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações	11	Satisfazer as necessidades fisiológicas em ambiente BQ
		1	Efetuar a identificação de pessoal e unidades com recurso à senha e contra – senha
		2	Aplicar as técnicas de observação de um setor
		3	Designar um objetivo
		4	Efetuar um Relato de Observação da atividade do IN
		5	Aceder a infraestruturas militares
		6	Revistar um Prisioneiro de Guerra
		7	Processar documentos e material capturado ao IN
		8	Controlar acessos de viaturas e pessoal
		9	Executar o procedimento de revista
		10	Controlar os presos à sua guarda
		11	Escoltar um preso
J	Integrar formaturas militares	12	Atuar na situação de PG
		13	Desempenhar funções de sentinela como elemento da guarda de polícia ou guarnição
		14	Participar no processo das lições aprendidas
		1	Executar movimentos de ordem unida
		2	Efetuar a apresentação regulamentar a um superior hierárquico
		3	Prestar continências e honras militares
K	Garantir a condição	4	Integrar formaturas em cerimónias militares
		1	Executar uma Corrida Contínua
		2	Executar FARTLEK

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	
DOC III	PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL	Página 7 de 7 páginas	

	física necessária ao desempenho do cargo	3	Executar Ginástica de Base		
		4	Executar Treino em Circuito		
		5	Executar MARFOR		
		6	Executar MARCOR		
		7	Executar Ginástica de Aplicação Militar		
		8	Realizar as Provas de Aptidão Física		
		L	Executar as técnicas individuais de combate	1	Efetuar a camuflagem individual
				2	Utilizar o equipamento individual de combate
3	Bivacar no terreno com o equipamento individual				
4	Executar os sinais de combate				
5	Instalar sem preparação do terreno				
6	Instalar com preparação da posição				
7	Proteger-se dos fogos do IN				
8	Aplicar as técnicas de progressão num itinerário				

**11. CONDIÇÕES DE EXERCÍCIO**

**a. Ambientais:** Em qualquer condição ambiental.

**b. Físicas:**

- (1) Cumprir as Provas de Aptidão Física (PAF);
- (2) O militar é submetido, durante a permanência nas fileiras a periódicos exames médicos e toxicológicos;
- (3) Possuir índice massa corporal de acordo com o perfil de seleção.

**c. Sociais / Psicológicas**

O militar poderá ser deslocado a qualquer momento, para qualquer região do país ou estrangeiro, por períodos indeterminados de tempo, em detrimento do contacto com a sua família.

**d. Dificuldades**

O militar, no desempenho das suas funções, pode experimentar várias dificuldades de cariz físico e psicológico.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IIIa**

**PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL  
(PDO)**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 1 de 28 páginas	

<b>CÓDIGO DO PROFISSIONAL:</b>	
<b>DESIGNAÇÃO DO PROFISSIONAL:</b>	SOLDADO

CÓD. PDO	CÓD. TAREFA	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL (PDO)		
		TAREFAS	CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO	NÍVEL / STANDARD
1	A1	Efetuar os procedimentos de higiene pessoal.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diariamente em quartel;</li> <li>2. Em situações de campanha;</li> <li>3. Sempre que se apresenta e sai do serviço;</li> <li>4. Quando bivacado e/ou em situações desfavoráveis quanto às condições meteorológicas e ambiente físico.</li> </ol>	Soldado pronto para revista.
2	A2	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia das doenças sexualmente transmissíveis.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diariamente;</li> <li>2. Dados os recursos disponíveis para aplicação das técnicas sanitárias.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apresenta comportamentos de prevenção de doenças sexualmente transmissíveis;</li> <li>2. Minimiza ao máximo comportamentos que ponham em causa o serviço.</li> </ol>
3	A3	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia da toxicodependência e do alcoolismo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diariamente;</li> <li>2. No rastreio aleatório e periódico.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apresenta níveis de consumo de álcool no máximo moderado;</li> <li>2. Apresenta resultados negativos</li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 2 de 28 páginas
4	B1	Identificar os sinais vitais numa vítima.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sob qualquer condição meteorológica;</li> <li>2. Sob pressão;</li> <li>3. Sob qualquer situação tática;</li> <li>4. Vítima inconsciente.</li> </ol>	<p>ao nível do consumo de estupefacientes;</p> <p>3. Minimiza ao máximo os comportamentos que ponham em causa o serviço.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em tempo máximo de 2 ou 3 minutos;</li> <li>2. Diagnostica a "situação de risco".</li> </ol>
5	B2	Combater o estado de choque numa vítima.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sob qualquer condição meteorológica;</li> <li>2. Sob pressão;</li> <li>1. Sob qualquer situação tática;</li> <li>2. Vítima que sofra de estado de choque.</li> </ol>	Efetua os procedimentos de combate ao estado de choque corretamente, até à chegada do pessoal do Serviço de Saúde para evacuação.
6	B3	Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sob qualquer condição meteorológica;</li> <li>2. Sob pressão;</li> <li>3. Sob qualquer situação tática;</li> <li>4. Vítima que sofra de paragem cardiorrespiratória.</li> </ol>	Sem erros nem omissões na aplicação das técnicas de reanimação cardiovascular ["Massagem Cardíaca Externa" (MCE) e "Respiração Artificial" (RA-insuflação boca-a-boca)].
7	B4	Suster uma hemorragia externa até à intervenção do pessoal do Svç Saúde.	<p>Dados:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penso individual;</li> <li>2. Material para improvisação do garrote/torniquete (tira</li> </ol>	Estanca a hemorragia e emprega os procedimentos adequados.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 3 de 28 páginas
8	B5	Executar a imobilização de um membro fraturado.	<p>de pano, lenço, cinto, gravata, abafo ou outro material disponível) e um pau c/25-40 cm;</p> <p>3. Vítima que sofra de uma hemorragia externa.</p> <p>Dados:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lenços individuais (ou tiras de pano que os substituam);</li> <li>2. Folhas de cartão canelado;</li> <li>3. Cinturões/cintos;</li> <li>4. Tábuas de 15 x 40 cm;</li> <li>5. Tábuas de 15 x 100 cm;</li> <li>6. Outros objetos improvisados.</li> </ol>	Executa eficazmente a imobilização por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro com fratura simulado.
9	B6	Transportar um ferido.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dados os equipamentos e meios de transporte ao dispor;</li> <li>2. Sob qualquer condição meteorológica;</li> <li>3. Sob qualquer situação tática.</li> </ol>	Evacuação do ferido sem agravar o seu estado de saúde.
10	B7	Utilizar o Kit de 1.º socorros.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dados os elementos constituintes do Kit de 1.º socorros (bolsa de urgências);</li> <li>2. Sob qualquer condição meteorológica;</li> <li>3. Sob qualquer situação tática.</li> </ol>	Administra o Kit de 1.º socorros de acordo com o livro de instruções.
11	C1	Operar os meios TPF (P/BLC – 101).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em qualquer local;</li> </ol> <p>Dado:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 2 Telefone P/BLC – 101;</li> </ol>	Opera corretamente os meios TPF estabelecendo

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 4 de 28 páginas	
12	C2	Estabelecer ligação entre duas estações telefónicas através de meios TPF.	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. 3 pilhas BA – 30;</li> <li>4. cabo de campanha WD – 1/TT;</li> <li>5. estojo TE – 33.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em qualquer local;</li> <li>2. Quando instalados os telefones (P/BLC-101) e ligados ponto a ponto ou à central (utilização de nome e número de lista).</li> </ol>	comunicação.	Transmite/recebe chamadas entre duas estações.
13	C3	Operar os meios TSF (P/PRC – 425).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em qualquer local;</li> <li>2. Dado um E/R P/PRC – 425.</li> </ol>	Opera corretamente os meios TSF estabelecendo comunicação.	
14	C4	Estabelecer ligação entre duas estações radiotelefónicas TSF.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em qualquer local;</li> <li>2. Quando instaladas e ligadas as 2 E/R P/PRC – 425 (com canal de trabalho e indicativos de chamada).</li> </ol>	Transmite/recebe chamadas entre duas estações.	
15	C5	Efetuar uma comunicação militar.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Em qualquer local;</li> <li>2. Dados os meios telefónicos e radiotelefónicos.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estabelece eficazmente uma transmissão radiotelefónica;</li> <li>2. Aplica os procedimentos de comunicação militar.</li> </ol>	
16	D1	Executar Operações de Segurança da Esp Aut G-3.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dada uma Espingarda Automática G-3 montada;</li> <li>2. Quando recebe ou entrega a Esp. Aut G-3 na AMG;</li> </ol>	Arma encontra-se em segurança, sem munições na câmara e carregador, com comutador de tiro em "S".	

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 5 de 28 páginas	
				3. Sempre que solicitado ou a situação o justifique; 4. Após a realização de uma sessão de tiro.	
17	D2	Montar / Desmontar a Esp Aut G-3.	Dada uma Espingarda Automática G-3.	1. Executa corretamente as operações de segurança; 2. Arma operacional e pronta para tiro; 3. Executa corretamente as operações de verificação de funcionamento.	
18	D3	Executar a manutenção de 1º Escalão da Esp Aut G-3.	Dado: 1. Espingarda Automática G-3, montada; 2. Estojo de limpeza; 3. Óleo de limpeza (ingrediente nº 80); 4. Óleo de lubrificação (ingrediente nº 10); 5. Mechas, trapos, desperdícios.	1. Executa o tipo de limpeza (ordinária ou extraordinária) adequado à situação/estado em que a arma se encontra; 2. Arma pronta para operação / serviço.	
19	D4	Montar / Desmontar acessórios na Esp Aut G-3.	1. Dado um Bipé; 2. Dado um Sabre-baioneta.	1. Monta e desmonta corretamente os acessórios da Esp. Aut G-3. 2. Arma pronta para operação / serviço.	
20	D5	Resolver uma interrupção involuntária de tiro com a Esp Aut G-3.	1. Em carreira de tiro; 2. Em operações; 3. Dada uma Espingarda automática G-3;	1. Resolve eficazmente a interrupção involuntária de tiro; 2. Garante que a arma	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL			Página 6 de 28 páginas	
21	D6	Efetuar tiro com a Esp. Aut G-3.	<p>Nas situações de:</p> <p>a. Culatra completamente à frente; cartucho não introduzido;</p> <p>b. Culatra não completamente à frente; cartucho não introduzido;</p> <p>c. Culatra não vai completamente à frente e empurra simultaneamente dois cartuchos;</p> <p>d. O cartucho não é percutido;</p> <p>e. Cartucho percutido;</p> <p>f. Caixa do cartucho não é ejetada.</p> <p>1. De dia ou noite;</p> <p>2. Na carreira de tiro;</p> <p>3. Distância 100m;</p> <p>4. Em operações;</p> <p>5. Dada uma Espingarda Automática G3;</p> <p>6. Dado o Equipamento Individual de Combate (aligeirado conforme as instruções recebidas), com capacete;</p> <p>7. Com munições 7,62 mm.</p>	<p>fique em plenas condições de serviço ou pronta para fazer tiro.</p> <p>1. Cumpre as tabelas de tiro de adaptação, confirmação para a Esp. Aut G-3;</p> <p>2. Efetua a confirmação (3 séries, 5 tiros):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• At Deitado: 3 impactos na bitola 25cm;</li> <li>• At Joelhos 3 impactos na bitola 35 cm;</li> <li>• At de pé: 3 impactos na bitola de 45cm.</li> </ul>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 7 de 28 páginas	
					3. Adaptação (2 séries de 5 tiros cada): <ul style="list-style-type: none"> <li>• 25 pontos no alvo E2, 1ª série;</li> <li>• 4 impactos no alvo SC2, 2ª série.</li> </ul>
22	E1	Garantir a segurança próxima da sua posição.	1. Integrado numa EsqAt e num PO; 2. Com Equipamento Individual de Combate (aligeirado conforme instruções recebidas); Dado: a. Uma Esp. Aut G-3; b. Bloco de apontamentos; c. Sector de observação; d. Meios de comunicação TPF e TSF; e. Binóculos; f. Carta topográfica da zona; g. AN/PVS 5 (Intensificador de imagem); h. Material para improvisar alertas (latas, fios, arame de tropeçar, ramos, etc...).	1. Monta corretamente o PO/PE de forma a não ser detetado pelo inimigo; 2. Observa corretamente o seu sector de observação; 3. Comunica atempadamente e de forma completa aquilo que observou; 4. Garante a sua segurança e a segurança das forças à retaguarda.	
23	E2	Reagir a uma emboscada do IN.	1. Integrado numa EsqAt; 2. Força desloca-se num itinerário, apeada; 3. Número de baixas e volume de fogos; 4. Regras de	1. Reage com ímpeto, executando as ações correspondentes à reação a emboscada	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 8 de 28 páginas	
			empenhamento em vigor; 5. Forças com meios de apoio de fogos indiretos.	próxima ou afastada; 2. Os elementos das NT deslocam-se para fora da zona de morte e é empregue uma parte da força para cobrir a retirada dos elementos que se encontram na zona de morte (rotura de contacto), ou suprimem e assaltam a posição IN; 3. As baixas (NT, civis ou forças beligerantes) são tratadas e evacuadas sem demora.	
24	E3	Efetuar um deslocamento integrado numa EsqAt.	1. De dia e de noite; 2. Qualquer tipo de terreno; 3. ESqAt desloca-se no terreno usando uma técnica de movimento.	Mantem a segurança, ligação e posição adequada.	
25	E4	Reagir a um ataque aéreo integrado numa EsqAt	1. Em qualquer tipo de terreno; 2. De dia e de noite; 3. Sob qualquer condição meteorológica.	Utilizando corretamente as técnicas de reação a um ataque aéreo.	
26	E5	Progredir como elemento de uma EsqAt nas várias probabilidades de contacto.	1. De dia e de noite; 2. Dada uma Espingarda Automática;	1. A direção do IN (elemento dissimulado que o	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 9 de 28 páginas	
			<p>3. Com Equipamento Individual de Campanha (aligeirado conforme instruções recebidas);</p> <p>4. A direção do IN;</p> <p>5. Uma área de terreno que possibilite a progressão do combatente por um itinerário inicialmente desenhado, e, posteriormente descoberto ou um misto de ambos.</p>	<p>figura, a 200 m aproximadamente);</p> <p>2. Aplica permanentemente os procedimentos e as técnicas de progressão ao desenhamento proporcionado pelos diversos trechos de terreno, para que o observador (In simulado) situado a 200 - 100 m desse itinerário não consiga fazer tiro ajustado sobre o combatente.</p>	
27	E6	Localizar minas e engenhos explosivos improvisados (EEI) por análise visual do terreno.	<p>1. De dia;</p> <p>2. No campo;</p> <p>3. O militar armado, equipado (com capacete e aligeirado conforme as instruções recebidas).</p> <p>4. Dados:</p> <p>a. Um itinerário no qual foram implantados, previamente, materiais ou engenhos perigosos (Minas ACar/AViat e APess e armadilhas c/ arame de tropeçar);</p> <p>b. Sonda (não metálica) e vara flexível;</p>	<p>Localiza e sinaliza os engenhos de acordo com as técnicas de análise visual do terreno sem erros nem omissões.</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 10 de 28 páginas	
			c. Fita de balizagem, trapos ou papel higiênico para sinalização.		
28	F1	Determinar as direções dos pontos cardeais.	1. No terreno; 2. Dada uma direção geral;	Com um erro permissível de 10% (+ ou - 50 metros) da distância natural.	
29	F2	Avaliar distâncias por processos não estadimétricos.	1. De dia e de noite; 2. Sob qualquer condição meteorológica; 3. São dados dois pontos de referência.	Com um erro permissível de 10% (+ ou - 50 metros) da distância natural.	
30	F3	Determinar distâncias por processos estadimétricos.	1. De dia e de noite; 2. Sob qualquer condição meteorológica; 3. São dados dois pontos de referência.	Com um erro permissível de 10% (+ ou - 50 metros) da distância natural.	
31	F4	Determinar o azimute magnético de uma direção.	1. Dada uma carta topográfica militar; 2. Bússola; 3. Esquadro de coordenadas.	Com um erro máximo de 2 graus.	
32	F5	Orientar uma carta topográfica pela bússola.	1. Método da intersecção inversa; 2. Dada uma carta topográfica militar; 3. Bússola; 4. Esquadro de coordenadas.	Com um erro máximo de 100 metros.	
33	F6	Orientar uma carta topográfica pela associação carta-terreno.	1. De dia; 2. Pela associação carta/terreno; 3. Dada a folha da carta militar 1/25.000 ou	Com uma aproximação até mais ou menos 5 graus.	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 11 de 28 páginas	

			1/50.000, da área considerada e na qual se encontra inscrito o ponto-estação.	
34	F7	Determinar as coordenadas UTM de um ponto.	<p>De dia;</p> <p>São dados:</p> <p>a. ponto do terreno, a localizar na carta, mais outros dois pontos do terreno, perfeitamente identificáveis, servindo um deles para Ponto-Estação;</p> <p>b. uma folha da carta militar 1/25.000;</p> <p>c. um esquadro de coordenadas 1/25.000;</p> <p>d. uma bússola prismática de líquido.</p>	Com um erro admissível de 100 metros.
35	F8	Navegar entre dois ou mais pontos no terreno.	<p>1. De dia/noite;</p> <p>2. Sob qualquer condição atmosférica;</p> <p>3. Distância a percorrer;</p> <p>4. Natureza do terreno diversificado;</p> <p>5. Dados:</p> <p>a. carta militar 1/25.000 ou 1/50.000;</p> <p>b. bússola de líquido;</p> <p>c. esquadro de coordenadas 1/25.000 ou 1/50.000 (preferencialmente);</p> <p>d. transferidor;</p>	Atingir o ponto, ou os pontos, no prazo estabelecido.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 12 de 28 páginas	
				<p>e. 2 pontos do terreno marcados na carta, ou sucessão de pontos;</p> <p>f. Servir-se das tabelas normalizadas que fornecem as distâncias médias/hora percorridas a pé.</p>	
36	G1	Utilizar o kit de sobrevivência.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. Dado o Kit de sobrevivência completo.</p>	<p>1. Monta um kit de sobrevivência com, pelo menos, um terço do material;</p> <p>2. Utiliza adequadamente o material do seu kit.</p>	<p>Constrói um abrigo de sobrevivência num máximo de 4 horas e em local adequado.</p>
37	G2	Construir um abrigo de sobrevivência.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. No campo.</p>		
38	G3	Obter mantimentos indispensáveis à sobrevivência.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. No campo.</p>		Mínimo de mantimentos indispensáveis à sua sobrevivência e alimentos conservados.
39	G4	Fazer uma fogueira para sobrevivência.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. No campo;</p> <p>3. Com materiais combustíveis;</p> <p>4. Sem uso de fósforos ou isqueiro.</p>		Mantem uma fogueira acesa sem ser detetado para satisfazer as necessidades de sobrevivência.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL			Página 13 de 28 páginas
40	H1	Vestir o equipamento de proteção individual NBQR.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dado o equipamento de proteção individual para agentes BQ (casaco, calças, luvas, sobrebotas e máscara com capuz) e capacete.</li> <li>2. À ordem ou o alarme de ataque BQ.</li> </ol>	Veste o equipamento de proteção individual NBQR de acordo com os procedimentos dos vários níveis de Postura de Proteção Orientada para a Missão (PPOM), sem trocar a ordem estabelecida, até ao limite de tempo de 8 minutos.
41	H2	Mudar de equipamento de proteção individual NBQR.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Durante o dia;</li> <li>2. No campo;</li> <li>3. Combatente armado, equipado (conforme as instruções recebidas) e com capacete;</li> <li>4. Numa postura protetora de nível 4 (PPOM 4);</li> </ol> <p>Dados:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. um auxiliar (nas mesmas condições que a do executante);</li> <li>b. dois equipamentos de proteção, não contaminados, um para o executante, outro para o auxiliar;</li> <li>c. uma escova com cabo;</li> <li>d. um contentor de 20 litros com mistura seca de STB (simulada, por</li> </ol>	Cumprir todos os procedimentos por forma a não contaminar o novo equipamento de proteção nem se constituir numa baixa - e ao auxiliar (juízo do avaliador).

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 14 de 28 páginas	
				<p>exemplo, por terra, e pó de talco);</p> <p>e. dois sacos de plástico, grandes e resistentes, para colocar as roupas contaminadas;</p> <p>f. 20 litros de água limpa (morna) e sabão.</p>	
42	H3	Medir a dose e a intensidade de dose de radiação nuclear.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. Dados:</p> <p>a. a área contaminada radiologicamente por uma explosão nuclear (simulada);</p> <p>b. um dosímetro IM 93/UD;</p> <p>c. um radiômetro IM 174A/PD;</p> <p>d. O combatente (instruendo) encontra-se, no mínimo, provido de máscara com capuz e luvas de proteção.</p>	Sem cometer erros superiores a 1/2 divisão da escala do dosímetro (10-R) e 25% da intensidade da radiação existente.	
43	H4	Dar o alarme de ataque NBQR.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. O combatente está uniformizado, equipado (c/ capacete e máscara de proteção de agentes BQ, na bolsa de transporte) e armado;</p> <p>3. Numa determinada direção, para além dos 300m, um soldado das NF transmite, através</p>	<p>1. O sinal/ alarme é reconhecido corretamente;</p> <p>2. O sinal é transmitido de imediato por sinal verbal/alarme sonoro;</p> <p>3. Identifica o sinal de alarme NBQR</p> <p>4. Protege-se do agente BQ,</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 15 de 28 páginas	
44	H5	Detetar agentes químicos.	<p>de um "sinal visual", o alarme NBQR;</p> <p>4. Em situação de existência ou não de ruído.</p> <p>1. Com papel detetor ABC - M8.</p> <p>2. Dado:</p> <p>a. área onde ocorreu um ataque químico (simulado) com "manifestações" de contaminação;</p> <p>b. nível 4 de postura de proteção orientada para a missão (PPOM 4);</p> <p>c. A manifestação líquida pode apresentar-se em: pequenas poças; pequenas gotas; gotículas dificilmente visíveis.</p>	colocando corretamente a máscara.	O agente químico é identificado de imediato sem erro (reconhecida a alteração da cor no papel detetor e depois de comparada com o quadro de cores existentes nas costas da capa do livro).
45	H6	Socorrer uma vítima de ataque BQ.	<p>1. De dia ou de noite;</p> <p>2. O combatente está uniformizado, equipado (c/ capacete e máscara de proteção de agentes BQ, na bolsa de transporte) e armado.</p>	Empregando os procedimentos adequados, de modo a não agravar o estado de saúde da vítima até à chegada da equipa de evacuação.	
46	H7	Descontaminar pele, olhos e cara.	<p>1. Combatente em PPOM 2 e com equipamento aligeirado (o cantil,</p>	Um minuto após a deteção do agente, iniciar a	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 16 de 28 páginas	
			<p>com água, deve estar incluído);</p> <p>2. Uma zona da pele (incluindo a da cara) e olhos foram contaminados por agente Q (simulada por um líquido que não seja tóxico ou cáustico);</p> <p>3. Dados:</p> <p>a. equipamento individual de descontaminação;</p> <p>b. um estojo de descontaminação M258A1 ou M258;</p> <p>c. um estojo de descontaminação e reimpregnação M13;</p> <p>d. A detecção da contaminação é simulada (por ordem verbal ou sinal visual).</p>	descontaminação de emergência da pele às partes do corpo afetadas, rigorosamente de acordo com os procedimentos respectivos.	
47	H8	Descontaminar roupa, arma e equipamento individual.	<p>1. Após um ataque Q (simulado por um líquido viscoso depositado sobre o equipamento);</p> <p>2. O combatente está armado, equipado e com o nível de proteção 4 (PPOM 4);</p> <p>3. Dado:</p> <p>a. estojo de descontaminação</p>	Após a detecção da contaminação na roupa, arma ou equipamento individual, inicia a descontaminação, dentro de 1' e prossegue conforme os passos e procedimentos respectivos, devendo ser dada por	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 17 de 28 páginas	
				M258A1 ou M258; b. estojo de descontaminação e reimpregnação M13.	concluída nos 14' imediatos (1'+14'=15').
48	H9	Administrar a si próprio o antídoto contra agentes neurotóxicos.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Depois de um ataque Q (simulado) e a verificação de alguns "sintomas iniciais de envenenamento";</li> <li>2. Dados:               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. equipamento de proteção e o nível 2 de Postura de Proteção Orientada para a Missão (PPOM 2);</li> <li>b. auto-injectores com antídoto contra os agentes dos nervos: três conjuntos (simulados pelos auto-injectores de instrução ou por outro meio não perigoso como por exemplo, modelos simplificados fabricados na própria unidade para o efeito).</li> </ol> </li> </ol>	Reconhece a existência de sintomas de envenenamento, e aplica o antídoto (1º conjunto de auto-injectores) até ao limite de 60", cumprindo com rigor os procedimentos respetivos.	
49	H10	Proteger-se dos efeitos dos ataques NBQR.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De dia ou de noite;</li> <li>2. Dados:               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. uma área de terreno, irregular, com locais passíveis de serem utilizadas proteções superiores;</li> <li>b. o alarme de ataque</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sustêm a respiração, coloca, limpa e verifica a máscara;</li> <li>2. Passa o alarme;</li> <li>3. Abriga-se para diminuir o</li> </ol>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO: <b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>		CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 18 de 28 páginas
50	H11	Satisfazer as necessidades fisiológicas em ambiente BQ.	<p>NBQR (por qualquer dos meios normalizados) ou sem aviso prévio (simulação);</p> <p>c. Em situação de existência ou não de ruído;</p> <p>d. Numa PPOM 0 ou PPOM 1.</p> <p>1. Armado, equipado (aligeirado conforme as instruções recebidas);</p> <p>2. Com capacete e transporta cantil, com tampa M1, cheio de água;</p> <p>3. Numa postura protetora de nível 4 (PPOM 4);</p> <p>4. Transporta o estojo de descontaminação individual e papel detetor M8;</p> <p>5. No campo.</p> <p>4. Vestir corretamente o equipamento de proteção correspondente ao nível de PPOM dado ou determinado pelo ataque BQ, sem faltas.</p> <p>Cumprir com rigor os procedimentos respetivos (beber água; usar a latrina), por forma a não se constituir em baixa (juízo do avaliador).</p>
51	I1	Efetuar a identificação de pessoal e unidades com recurso à senha e contra – senha.	<p>1. Em tempo de paz (adoção de medidas de salvaguarda e segurança);</p> <p>2. Em campanha (prolongamento das medidas que foram</p> <p>Identificar corretamente pessoal e unidades, de acordo com as Instruções de Segurança Militar no Exército.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 19 de 28 páginas	
52	I2	Aplicar as técnicas de observação de um setor	<p>desenvolvidas desde o tempo de paz).</p> <p>3. Perante qualquer tipo de atividade de ameaça à segurança.</p> <p>1. Sob qualquer condição meteorológica;</p> <p>2. Sector de terreno atribuído;</p> <p>3. De dia e de noite.</p>	<p>1. Monta corretamente o PO/PE de forma a não ser detetado;</p> <p>2. Aplica rigorosamente a técnica (dia/noite) na observação do sector de terreno atribuído;</p> <p>3. Refere o que vê (e ouve), sem erros nem omissões ate ao limite de tempo de:</p> <p>a. 1 minuto, de dia;</p> <p>b. 2 minutos, de noite;</p> <p>c. Garante a sua segurança e a segurança das forças à retaguarda.</p>	
53	I3	Designar um objetivo.	<p>1. Com ou sem recurso a um ponto de referência;</p> <p>2. Integrando uma SecAt;</p> <p>3. Dados:</p>	<p>Indica de imediato e prontamente o objetivo referindo:</p> <p>1. A sua direção, sem erro;</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 20 de 28 páginas	
54	I4	Efetuar um Relato de Observação da atividade do IN	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Prancheta com papel;</li> <li>b. Sector de observação;</li> <li>c. Meios de comunicação TPF e TSF;</li> <li>d. Binóculos;</li> <li>e. Carta topográfica da zona;</li> <li>f. AN/PVS 5 (Intensificador de imagem);</li> <li>g. Material para improvisar alertas (latas, fios, arame de tropeçar, ramos, etc...</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Guamecendo um Posto de Observação (PO);</li> <li>2. É dada a seguinte ocorrência: entre os 300-500m do PO progride, numa dada direção uma força IN (simulada); armada e equipada.</li> <li>3. Dada uma carta topográfica ou um esboço do terreno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2. A distância a que se encontra, com uma margem de erro de 10%;</li> <li>3. Os principais elementos que a identificam (cor, forma e dimensão, etc., isto é, o que realmente vê).</li> </ul> <p>Transmite verbalmente a atividade IN com recurso à palavra TUTELA sem erros nem omissões, até ao limite de tempo de 60".</p>	
55	I5	Aceder a infraestruturas militares.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. De dia e noite;</li> <li>2. Em diferentes áreas de segurança das instalações;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identifica as áreas de segurança das instalações sem erros nem</li> </ul>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 21 de 28 páginas	
				3. De acordo com a sua classificação de segurança.	omissões; 2. Efetua os procedimentos corretos, de acordo com os critérios de classificação de segurança.
56	16	Revistar um Prisioneiro de Guerra.	Militar uniformizado, equipado e armado.		Cumpre todos os procedimentos específicos de atuação (revista, divide, silencia, acelera a sua evacuação e protege-los).
57	17	Processar documentos e material capturado ao IN.	Militar uniformizado, equipado e armado, possuindo o seguinte material: 1. Etiquetas de PG; 2. Etiquetas para identificação de documentos/equipamentos; 3. Recibos p/ documentos de carácter pessoal.		1. Preenche corretamente as etiquetas dos documentos/material e a etiqueta de PG, de acordo com as instruções contidas no verso; 2. Emite corretamente recibos aos PG, dos documentos de carácter pessoal que lhes são confiscados.
58	18	Controlar acessos de viaturas e pessoal.	Diferentes graus de segurança.		Acessos de viaturas e pessoal em segurança.
59	19	Executar o procedimento de revista	1. No momento da detenção;		1. Apreende todos os objetos com que

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 22 de 28 páginas	
				2. No transporte do preso.	<p>possa praticar uma agressão;</p> <p>2. Elabora registo do material confiscado;</p> <p>3. Ajusta a segurança à perigosidade do preso.</p>
60	I10	Controlar os presos à sua guarda.		<p>1. No momento do encarceramento;</p> <p>2. Durante a permanência na unidade.</p>	<p>1. Cumpre o plano de vigilância superiormente definido;</p> <p>2. O preso não se evade, não é maltratado, não coloca em perigo a sua via nem de outros.</p> <p>De acordo com os procedimentos estabelecidos no RGSUE.</p>
61	I11	Escortar um preso	Na movimentação dentro da unidade.		
62	I12	Atuar na situação de PG.		<p>1. O militar na situação de capturado por uma unidade inimiga (In), sujeito a um interrogatório;</p> <p>2. Os contendores são signatários das convenções de Genebra.</p>	<p>Fornece, exclusivamente, os dados obrigatórios em conformidade com a Convenção de Genebra: nome completo, posto, número mecanográfico e data do nascimento.</p>
63	I13	Desempenhar funções de sentinela como elemento da guarda de polícia ou guarnição		<p>1. Escala de sentinelas;</p> <p>2. Sob qualquer condição meteorológica.</p>	<p>Transmissão fiel da missão do posto, do processo de ligação e das ocorrências</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 23 de 28 páginas	
64	I14	Participar no processo das lições aprendidas	1. Em função das tarefas que desempenha.	suspeitas e as palavras de passe estabelecidas. Reportando ocorrências ao superior hierárquico que podem melhorar o desenvolvimento das ações.	
65	J1	Executar movimentos de ordem unida.	1. A pé firme; 2. Em marcha; 3. Desarmado/ Armado; 4. Isolado/integrado numa força; 5. À ordem do comandante da força.	O soldado executa os movimentos de ONU através de movimentos enérgicos e precisos, sem erros nem omissões.	
66	J2	Efetuar a apresentação regulamentar a um superior hierárquico	1. Horário da formatura; 2. Em parada da guarda; 3. Para efeitos de serviço.	1. Local e hora destinada; 2. De acordo com o RCHM.	
67	J3	Prestar continências e honras militares	1. Integrando numa formatura em parada; 2. Isolado; 3. Perante superiores hierárquicos; 4. Perante símbolos militares e nacionais	Cumprir todos os procedimentos e regulamentos	
68	J4	Integrar formaturas em cerimónias militares	1. Guarda de honra; 2. Escolta de honra; 3. Parada da guarda; 4. Recolher; 5. Içar e arriar da Bandeira; 6. Juramento de Bandeira;	1. De acordo com o RCHM; 2. De acordo com o RGSUE; 3. Outros regulamentos militares.	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 24 de 28 páginas	
				7. Comemoração do Dia da Unidade; 8. Comemoração do Dia do Exército.	
69	K1	Executar uma Corrida Contínua.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	De acordo com as sessões do REFE.
70	K2	Executar FARTLEK.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	De acordo com as sessões do REFE.
71	K3	Executar Ginástica de Base.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Em pavilhão gimnodesportivo e exterior.	De acordo com as técnicas do REFE.
72	K4	Executar Treino em Circuito.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Dados os exercícios de cada estação do circuito.	De acordo com as técnicas do REFE.
73	K5	Executar MARFOR.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	De acordo com as sessões do REFE.
74	K6	Executar MARCOR.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	De acordo com as sessões do REFE.
75	K7	Executar Ginástica de Aplicação Militar.		1. Sob qualquer condição meteorológica; 2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	De acordo com as sessões do REFE.
76	K8	Realizar as Provas de Aptidão Física.		1. Sob qualquer condição meteorológica;	Cumprir as Provas de Aptidão Física de

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 25 de 28 páginas	
				2. Pista ou qualquer área suficientemente ampla.	acordo o REFE.
77	L1	Efetuar a camuflagem individual.		1. De dia e de noite; 2. Sob qualquer situação tática; 3. Dado o material de camuflagem.	Aplicando corretamente as técnicas de camuflagem individual.
78	L2	Utilizar o equipamento individual de combate.		1. De dia/noite; 2. Dado o Equipamento Individual de combate.	Utiliza corretamente o equipamento individual de combate de acordo com as técnicas individuais de combate.
79	L3	Bivacar no terreno com o equipamento individual.		1. De dia/noite; 2. Dado o Equipamento Individual de combate.	1. Fixa o poncho pelos quatro cantos ao solo, por meio de espas e cavilhas; 2. Poncho tenda montado corretamente suportando as condições ambientais.
80	L4	Executar os sinais de combate.		1. De dia e de noite; 2. Sob qualquer situação tática; 3. Sob qualquer condição meteorológica.	Executar os sinais de combate adequados à situação específica de acordo com as técnicas individuais de combate.
81	L5	Instalar sem preparação do terreno.		1. Dada a Esp. Aut G-3; 2. Com Equipamento Individual de Combate (aligeirado conforme instruções recebidas); 3. Direção do IN; 4. Área de terreno não	1. 7 Minutos após a detecção pelo IN; 2. Escolhe e instala numa posição que lhes permita: proteção das visitas e dos fogos IN,

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 26 de 28 páginas	
			<p>preparado, com acidentes naturais e artificiais, que faculte a instalação;</p> <p>5. Área edificada, sem posições preparadas quer no exterior quer no interior dos edifícios.</p>	<p>observação, fazer fogo na direção do IN;</p> <p>3. Não ser detetado por um observador (In) colocado a 200 m, aproximadamente, da posição.</p>	
82	L6	Instalar com preparação da posição.	<p>1. Dada a Esp. Aut G-3;</p> <p>2. Com Equipamento Individual de Combate (aligeirado conforme instruções recebidas);</p> <p>3. Direção do IN;</p> <p>4. O sector de tiro;</p> <p>5. Área de terreno com posições cavadas mas não preparadas;</p> <p>6. Equipamento para preparação do terreno (picaretas, pás, enxadas, catanas, etc...)</p> <p>7. Sacos de terra;</p> <p>8. Em áreas edificadas.</p>	<p>1. Prepara um abrigo individual, em de 2 horas(*) quando indicado um local sem ser em áreas edificadas;</p> <p>2. Prepara a posição em 60 minutos (*) num edifício;</p> <p>3. A posição preparada protege das vistas e dos fogos a 200 m não devendo ser detetada pelo IN;</p> <p>4. Permite a observação completa do sector de tiro que lhe foi atribuído até ao alcance prático da arma (200m);</p> <p>5. Permite fazer fogo dentro do sector de tiro.</p> <p>(*) Tempos médios que</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	
DOC IIIa		PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 27 de 28 páginas	
					podem variar consoante o tipo de terreno ou infraestruturas.
83	L7	Proteger-se dos fogos do IN.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De dia/noite;</li> <li>2. Dados os equipamentos individuais de combate;</li> <li>3. A direção do IN;</li> <li>4. Área de terreno descoberto e coberto com acidentes naturais e artificiais;</li> <li>5. Área edificada (podendo ou não coexistir com a anterior).</li> </ol>	<p>Posiciona-se de acordo com os procedimentos respetivos em local que lhe confira proteção contra os:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. fogos e efeitos de armas ligeiras de tiro tenso;</li> <li>2. efeitos das granadas de mão;</li> <li>3. efeitos das granadas de morteiro e artilharia;</li> <li>4. fogos e efeitos dos meios aéreos.</li> </ol>	
84	L8	Aplicar as técnicas de progressão num itinerário	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De dia e de noite;</li> <li>2. Dados os equipamentos individuais de combate;</li> <li>3. A direção do IN (elemento dissimulado que o figura, a 200 m aproximadamente);</li> <li>4. Uma área de terreno que possibilite a progressão do combatente por um itinerário inicialmente desenhado, e, posteriormente descoberto ou um misto de ambos;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. O observador (IN simulado) situado a 200 - 100 m desse itinerário não consegue fazer tiro ajustado sobre o combatente.</li> <li>2. Alcança com êxito o itinerário final estabelecido;</li> <li>3. Aplica corretamente os procedimentos e as técnicas preconizadas para a progressão no</li> </ol>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página <b>28</b> de 28 páginas	
		<p>5. Área exterior a um edifício com alguns arruamentos;</p> <p>6. Área interior a um edifício;</p> <p>7. Itinerário previamente determinado e que possibilite a aplicação das técnicas de progressão para cada uma das situações.</p>	<p>exterior e interior dos edifícios, sem os elementos In conseguirem fazer "tiro ajustado" sobre o executante.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IIIb**

**ANÁLISE DIF-P**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	CFGQPE	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 1 de 10 páginas	

<b>CÓD. PDO</b>	<b>DIFICULDADE (D)   IMPORTÂNCIA (I) FREQUÊNCIA (F) → PRIORIDADE (P)</b>						
	<b>CÓD. TAREFA</b>	<b>TAREFAS</b>	<b>D</b>	<b>I</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
1	A. 1	Efetuar os procedimentos de higiene pessoal	N	2	3	M	
2	A. 2	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia das doenças sexualmente transmissíveis	N	2	3	M	
3	A. 3	Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia da toxicodependência e do alcoolismo	N	2	3	M	
4	B. 1	Identificar os sinais vitais numa vítima	S	3	1	A	
5	B. 2	Combater o estado de choque numa vítima	S	3	1	A	
6	B. 3	Reanimar uma vítima em paragem cardiorespiratória	S	3	1	A	
7	B. 4	Sustentação de uma hemorragia externa até à intervenção do Pessoal do Svc de Saúde	S	2	2	M	
8	B. 5	Executar a imobilização de um membro fraturado	S	2	2	M	
9	B. 6	Transportar um ferido	N	2	2	M	

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:	
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 2 de 10 páginas	
10	B. 7	Utilizar o Kit de 1º socorros	S	3 1 A
11	C. 1	Operar os meios TPF (P/BLC – 101)	N	2 1 M
12	C. 2	Estabelecer ligação entre duas estações telefónicas através de meios TPF	N	2 1 M
13	C. 3	Operar os meios TSF (P/PRC – 425)	N	2 1 M
14	C. 4	Estabelecer ligação entre duas estações radiotelefónicas TSF	N	2 1 M
15	C. 5	Efetuar uma comunicação militar	N	2 1 M
16	D. 1	Executar Operações de Segurança da Esp Aut G-3	N	3 2 M
17	D. 2	Montar/Desmontar a Esp Aut G-3	N	3 2 M
18	D. 3	Executar a manutenção de 1º Escalão da Esp Aut G-3	N	3 2 M
19	D. 4	Montar/Desmontar acessórios da Esp Aut G-3	N	3 2 M
20	D. 5	Resolver uma interrupção involuntária de tiro com a Esp Aut G-3	N	2 1 M
21	D. 6	Efetuar tiro com a Esp. Aut G-3	S	2 1 A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:			
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 3 de 10 páginas			
22	E. 1	Garantir a segurança próxima da sua posição	S	3	2	M
23	E. 2	Reagir a uma emboscada do IN	S	2	2	M
24	E. 3	Efetuar um deslocamento integrado numa Esq At	S	3	1	A
25	E. 4	Reagir a um ataque aéreo integrado numa Esq At	S	3	1	A
26	E. 5	Progredir como elemento de uma Esq At nas várias probabilidades de contacto	S	3	1	A
27	E. 6	Localizar minas e engenhos explosivos improvisados (EEI) por análise visual do terreno	S	3	1	A
28	F. 1	Determinar as direções dos pontos cardeais	S	1	1	M
29	F. 2	Avaliar distâncias por processos não estadimétricos	S	1	1	M
30	F. 3	Determinar distâncias por processos estadimétricos	S	1	1	M
31	F. 4	Determinar o azimute magnético de uma direção	S	3	2	M
32	F. 5	Orientar uma carta topográfica pela bússola	S	2	2	M
33	F. 6	Orientar uma carta topográfica pela associação carta-terreno	S	2	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:			
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 4 de 10 páginas			
34	F. 7	Determinar as coordenadas UTM de um ponto	S	3	2	M
35	F. 8	Navegar entre dois ou mais pontos no terreno	S	1	1	M
36	G. 1	Utilizar o kit de sobrevivência	S	3	1	A
37	G. 2	Construir um abrigo de sobrevivência	S	3	1	A
38	G. 3	Obter mantimentos indispensáveis à sobrevivência	S	3	1	A
39	G. 4	Fazer uma fogueira para sobrevivência	S	3	1	A
40	H. 1	Vestir o equipamento de proteção individual NBQR	S	3	1	A
41	H. 2	Mudar de equipamento de proteção individual NBQR	S	3	1	A
42	H. 3	Medir a dose e a intensidade de dose de radiação nuclear	S	3	1	A
43	H. 4	Dar o alarme de ataque NBQR	S	3	1	A
44	H. 5	Detetar agentes químicos	S	3	1	A
45	H. 6	Socorrer uma vítima de ataque BQ	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:	
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 5 de 10 páginas	
46	H. 7	Descontaminar pele, olhos e cara	S 3	1 A
47	H. 8	Descontaminar roupa, arma e equipamento individual	S 3	1 A
48	H. 9	Administrar a si próprio o antídoto contra agentes neurotóxicos	S 3	1 A
49	H. 10	Proteger-se dos efeitos dos ataques NBQR	S 3	1 A
50	I. 1	Efetuar a identificação de pessoal e unidades com recurso à senha e contra – senha	S 3	3 M
51	I. 2	Aplicar as técnicas de observação de um setor	N 2	3 M
52	I. 3	Designar um objetivo	S 2	3 M
53	I. 4	Efetuar um Relato de Observação da atividade do IN	N 2	3 M
54	I. 5	Aceder a infraestruturas militares	N 3	3 B
55	I. 6	Revisitar um Prisioneiro de Guerra	S 2	1 A
56	I. 7	Processar documentos e material capturado ao IN	S 2	1 S
57	I. 8	Controlar acessos de viaturas e pessoal	N 3	3 B

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:	
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 6 de 10 páginas	
58	I. 9	Executar o procedimento de revista	N 3	1 M
59	I. 10	Controlar os presos à sua guarda	N 3	3 B
60	I. 11	Escortiar um preso	N 3	1 M
61	I. 12	Atuar na situação de PG	S 2	1 A
62	I. 13	Desempenhar funções de sentinela como elemento da guarda de polícia ou guarnição	N 3	3 B
63	I. 14	Participar no processo das lições aprendidas	N 3	3 B
64	J. 1	Executar movimentos de ordem unida	N 3	3 B
65	J. 2	Efetuar a apresentação regulamentar a um superior hierárquico	N 3	3 B
66	J. 3	Prestar continências e honras militares	S 3	3 M
67	J. 4	Integrar formaturas em cerimónias militares	S 3	3 M
68	K. 1	Executar uma Corrida Contínua	N 3	1 M
69	K. 2	Executar FARTLEK	N 3	1 M

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:		CFGQPE	CÓDIGO:	
DOC IIIb		Análise DIF P	Página 7 de 10 páginas	
70	K. 3	Executar Ginástica de Base	N 3	1 M
71	K. 4	Executar Treino em Circuito	N 3	1 M
72	K. 5	Executar MARFOR	N 3	1 M
73	K. 6	Executar MARCOR	N 3	1 M
74	K. 7	Executar Ginástica de Aplicação Militar	N 3	1 M
75	K. 8	Realizar as Provas de Aptidão Física	N 3	1 M
76	L. 1	Efetuar a camuflagem individual	N 3	2 M
77	L. 2	Utilizar o equipamento individual de combate	S 3	1 A
78	L. 3	Bivacar no terreno com o equipamento individual	S 3	1 A
79	L. 4	Executar os sinais de combate	S 3	1 A
80	L. 5	Instalar sem preparação do terreno	S 3	1 A
81	L. 6	Instalar com preparação da posição	S 2	2 M

**NÃO CLASSIFICADO**

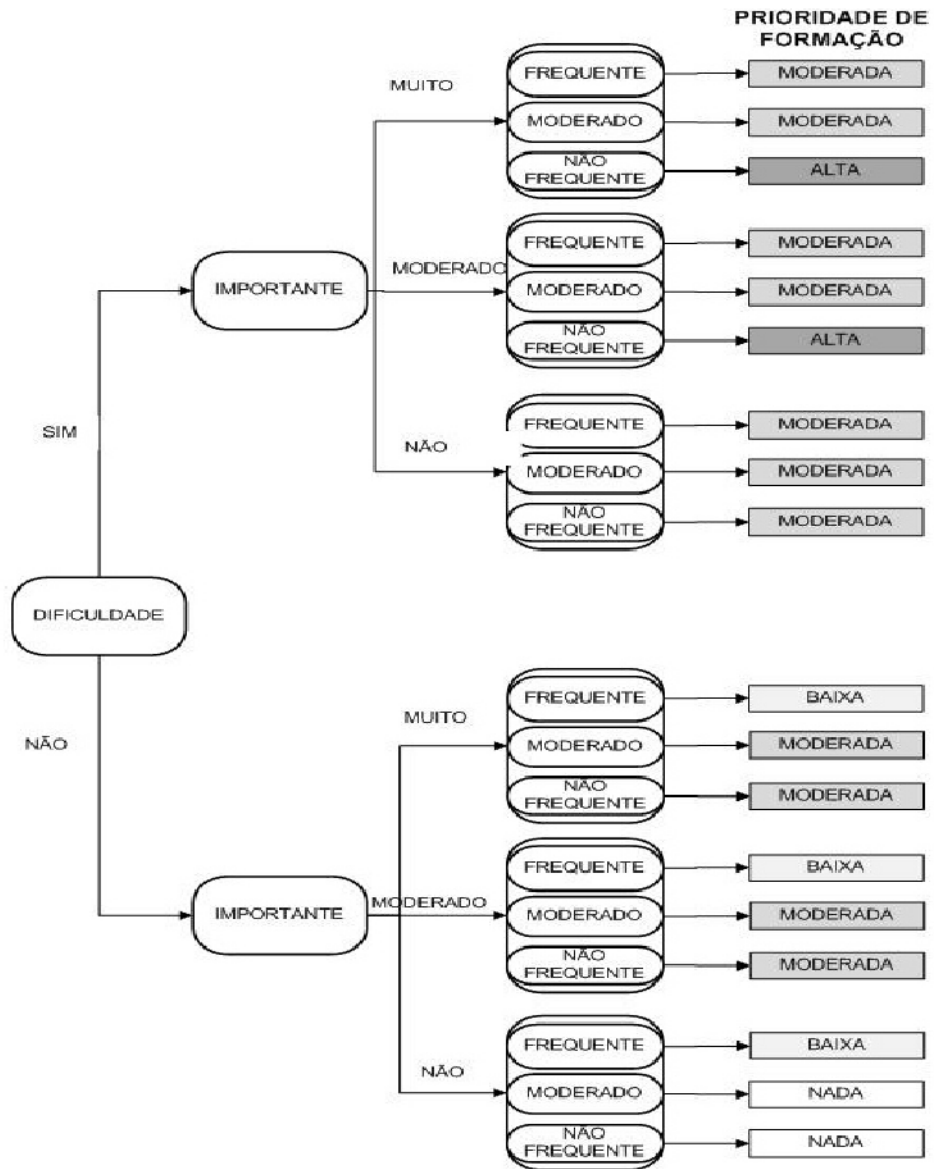
<b>CURSO:</b>	CFGQPE	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página <b>8</b> de <b>10</b> páginas	

<b>82</b>	L. 7	Proteger-se dos fogos do IN	S	3	1	A
<b>83</b>	L. 8	Aplicar as técnicas de progressão num itinerário	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

1. ALGORITMO ANÁLISE DIF P



NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

**2. DESCRIÇÃO DAS PRIORIDADES DE FORMAÇÃO DA ANÁLISE DIF P**

<b>PRIORIDADE DE FORMAÇÃO</b>	<b>DESCRIÇÃO</b>
<b>Nível 1 1ª Prioridade (ALTA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar com êxito as competências no final do curso, em qualquer circunstância e sempre que necessário, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas críticas, nas quais uma falha ou omissão pode pôr em causa a segurança do pessoal e/ou material ou colocar em causa o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 2 2ª Prioridade (MODERADA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar satisfatoriamente as competências no final do curso, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas relevantes, em que um deficiente desempenho, embora não ponha em causa a segurança do pessoal ou material, pode comprometer de algum modo o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 3 3ª Prioridade (BAIXA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar razoavelmente as competências no final do curso, podendo, eventualmente, ser necessário desenvolver formação ou treino complementar de curta duração, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas cujo deficiente desempenho, embora possa afetar, não compromete o normal desenvolvimento da missão.</p>
<b>Nível 5 4ª Prioridade (NENHUMA)</b>	<p>Formando com capacidade de <u>execução adquirida na totalidade por formação em contexto de trabalho ou estágio.</u></p> <p>Em regra direcionada para competências que não justificam qualquer formação em contexto escolar.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS



DOCUMENTO III

## **PERFIL DO CARGO**

### **Anexo D – Matriz de Competências**

## **FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>Matriz de Competências</b>		Página 1 de 4 páginas	

Competências Específicas		Competências Transversais							
Atividades	Tarefas	1. Comunicação	2. Adaptabilidade	3. Relações Interpessoais	4. Sentido de Responsabilidade	5. Resiliência	6. Proatividade	7. Envolvimento e compromisso organizacional	8. Decisão
<b>A. Adotar medidas sanitárias individuais de prevenção de doenças</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Efetuar os procedimentos de higiene pessoal</li> <li>Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia das doenças sexualmente transmissíveis</li> <li>Aplicar as medidas sanitárias de profilaxia da toxicodependência e do alcoolismo</li> </ol>				X	X	X	X	X
<b>B. Socorrer uma vítima até à chegada da equipa de evacuação</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Identificar os sinais vitais numa vítima</li> <li>Combater o estado de choque numa vítima</li> <li>Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória.</li> <li>Suster uma hemorragia externa até à intervenção do pessoal do Svç de Saúde</li> <li>Executar a imobilização de um membro fraturado</li> <li>Transportar um ferido</li> <li>Utilizar o Kit de 1º socorros</li> </ol>			X	X	X	X	X	X
<b>C. Operar os equipamentos de comunicações</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Operar os meios TPE (PIBLC – 101)</li> <li>Estabelecer ligação entre duas estações telefónicas através de meios TPE</li> <li>Operar os meios TSF (P/PRC – 425)</li> <li>Estabelecer ligação entre duas estações radiotelefónicas TSF</li> <li>Efetuar uma comunicação militar</li> </ol>	X		X	X	X		X	X
<b>D. Operar o amamentamento orgânico individual</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Executar Operações de Segurança da Esp. Aut G-3</li> </ol>								X

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>Matriz de Competências</b>		Página 2 de 4 páginas	

	2. Montar/Desmontar a Esp Aut G-3				X		X		X
	3. Executar a manutenção de 1º Escalão da Esp Aut G-3 7,62mm				X		X		X
	4. Montar/Desmontar acessórios da Esp Aut G-3				X		X		X
	5. Resolver uma interrupção involuntária de tiro com a Esp Aut G-3						X	X	X
	6. Efetuar tiro com a Esp Aut G-3						X	X	X
<b>E. Atuar como elemento de uma Esquadra de Atiradores</b>	1. Garantir a segurança próxima da sua posição				X		X		X
	2. Reagir a uma emboscada do IN		X		X		X		X
	3. Efetuar um deslocamento integrado numa Esp At		X		X		X		X
	4. Reagir a um ataque aéreo integrado numa EspAt		X		X		X		X
	5. Progredir como elemento de uma EspAt nas várias probabilidades de contacto		X		X		X		X
	6. Localizar minas e engenhos explosivos improvisados (EEI) por análise visual do terreno		X		X		X		X
<b>F. Navegar no terreno</b>	1. Determinar as direções dos pontos cardiais				X		X		X
	2. Avaliar distâncias por processos não estadimétricos				X		X		X
	3. Determinar distâncias por processos estadimétricos				X		X		X
	4. Determinar o azimute magnético de uma direção				X		X		X
	5. Orientar uma carta topográfica pela bússola				X		X		X
	6. Orientar uma carta topográfica pela associação carta-terreno				X		X		X
	7. Determinar as coordenadas UTM de um ponto				X		X		X
	8. Navegar entre dois ou mais pontos no terreno				X		X		X
<b>G. Sobreviver em condições ambientais extremas e escassez de meios de subsistência</b>	1. Utilizar o kit de sobrevivência				X		X		X
	2. Construir um abrigo de sobrevivência		X		X		X		X
	3. Obter mantimentos indispensáveis a sobrevivência				X		X		X
	4. Fazer uma fogueira para sobrevivência				X		X		X
<b>H. Sobreviver em ambiente NBQ</b>	1. Vestir o equipamento de proteção individual NBQR				X	X	X		X
	2. Mudar de equipamento de proteção individual NBQR		X		X	X	X		X
	3. Medir a dose e a intensidade de dose de radiação nuclear		X		X	X	X		X

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>Matriz de Competências</b>		Página 3 de 4 páginas	

	4. Dar o alarme de ataque NBQR	X	X	X	X	X	X	X	X
	5. Detetar agentes químicos		X	X	X	X	X	X	X
	6. Socorrer uma vítima de ataque BQ		X	X	X	X	X	X	X
	7. Descontaminar pele, olhos e cara		X	X	X	X	X	X	X
	8. Descontaminar roupa, arma e equipamento individual		X	X	X	X	X	X	X
	9. Administrar a si próprio o antídoto contra agentes neurotóxicos		X	X	X	X	X	X	X
	10. Proteger-se dos efeitos dos ataques NBQR		X	X	X	X	X	X	X
	11. Satisfazer as necessidades fisiológicas em ambiente BQ		X	X	X	X	X	X	X
<b>I. Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações</b>	1. Efetuar a identificação de pessoal e unidades com recurso a senha e contra – senha	X	X	X	X	X	X	X	X
	2. Aplicar as técnicas de observação de um setor		X	X	X	X	X	X	X
	3. Designar um objetivo		X	X	X	X	X	X	X
	4. Efetuar um Relatório de Observação da atividade do IN	X	X	X	X	X	X	X	X
	5. Aceder a infraestruturas militares		X	X	X	X	X	X	X
	6. Revisitar um Prisioneiro de Guerra	X	X	X	X	X	X	X	X
	7. Processar documentos e material capturado ao IN		X	X	X	X	X	X	X
	8. Controlar acessos de viaturas e pessoal		X	X	X	X	X	X	X
	9. Executar o procedimento de revista		X	X	X	X	X	X	X
	10. Controlar os presos à sua guarda		X	X	X	X	X	X	X
	11. Escoltar um preso		X	X	X	X	X	X	X
	12. Atuar na situação de PG		X	X	X	X	X	X	X
	13. Desempenhar funções de sentinela como elemento da guarda de polícia ou guarnição	X	X	X	X	X	X	X	X
	14. Participar no processo das lições aprendidas	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>J. Integrar formaturas militares</b>	1. Executar movimentos de ordem unida	X	X	X	X	X	X	X	X
	2. Efetuar a apresentação regulamentar a um superior hierárquico	X	X	X	X	X	X	X	X
	3. Prestar continências e honras militares	X	X	X	X	X	X	X	X

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	
Matriz de Competências		Página 4 de 4 páginas	

	4. Integrar formaturas em cerimónias militares	X	X	X	X	X	X	X
<b>K. Garantir a condição física necessária ao desempenho do cargo</b>	1. Executar uma Comida Contínua		X					X
	2. Executar FARTLEK		X					X
	3. Executar Ginástica de Base		X					X
	4. Executar Treino em Circuito		X					X
	5. Executar MARFOR		X					X
	6. Executar MARCOR		X					X
	7. Executar Ginástica de Aplicação Militar		X					X
	8. Realizar as Provas de Aptidão Física		X				X	X
<b>L. Executar as técnicas individuais de combate</b>	1. Efetuar a camuflagem individual						X	X
	2. Utilizar o equipamento individual de combate						X	X
	3. Bivacar no terreno com o equipamento individual			X				X
	4. Executar os sinais de combate		X					X
	5. Instalar sem preparação do terreno			X				X
	6. Instalar com preparação da posição			X				X
	7. Proteger-se dos fogos do IN			X			X	X
	8. Aplicar as técnicas de progressão num itinerário			X				X

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IVa  
PLANO DE ESTUDOS**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 1 DE 12 PÁGS.</b>	

**1.FINALIDADE**

a. Finalidade do Curso:

Habilitar os formandos com a formação geral e técnica, adequada às competências e níveis de desempenho próprios do posto, definidos nos DOC IIIa e DOC IIIb.

b. Finalidade da Instrução Básica (IB):

Habilitar os formandos com as competências necessárias à sua integração nos valores e nos princípios do Exército.

c. Finalidade da Instrução Complementar (IC1):

Habilitar os formandos com as competências necessárias à sobrevivência no campo de batalha.

**2.ESTRUTURA MODULAR DO CURSO**

Áreas Curriculares de Formação	Código	Módulo Designação	Tempos de Formação (H)				NP	Total
			Diurno		Noturno			
			T	P	T	P		
A - Formação Geral (Corresponde à IB)	A.1	Armamento	1	5		4		10
	A.2	Ordem Unida		50				50
	A.3	Socorrismo	5	20				25
	A.4	Ética e Deontologia Profissionais	19	1	5			25
	A.5	Informação e Segurança	6	9		4		19
	A.6	Proteção do Ambiente				2		2
	A.7	Transmissões		9				9
B - Formação Específica (Corresponde à IC 1)	A.8	Educação Física Militar 1		19				19
	B.1	Armamento e Tiro		18				18
	B.2	Técnica Individual de Combate	4	73		15		92
	B.3	Topografia Nuclear, Biológico, Químico e Radiológico	3	34		5		42
	B.4			20				20
	B.5	Educação Física Militar 2		34				34
C - Exercícios	C.1	Exercícios finais		36		16		52
D - Avaliação	D.1	Testes de avaliação		36				36
E - Diversos	E.1	Cerimónias militares	6	25		14		45
Total			44	389	5	60	0	498
				433		65		

**Observações:**

- O módulo **A.2 – Ordem Unida** corresponde ao conteúdo da **UFCD 3736 - Ordem Unida e Protocolo** do Catálogo Nacional de Qualificações.
- O módulo **A.3 - Socorrismo** corresponde ao conteúdo da **UFCD 4283 – Saúde e Socorrismo** do Catálogo Nacional de Qualificações.
- O módulo **A.4 - Ética e Deontologia Profissionais** corresponde ao conteúdo da **UFCD 0683 - Ética e Deontologia Profissionais** do Catálogo Nacional de Qualificações.
- Os módulos **A.5 - Informação e Segurança**, **B.2 - Técnica Individual de Combate**, **B.3 – Topografia e B.4 - Nuclear, Biológico, Químico e Radiológico** possuem conteúdos correspondentes aos conteúdos da **UFCD 3069 - Topografia e Cálculo-Noções Básicas** do Catálogo Nacional de Qualificações (Anexo H - UFCD 3069 - Topografia e Cálculo-Noções Básicas).

**NÃO CLASSIFICADO**

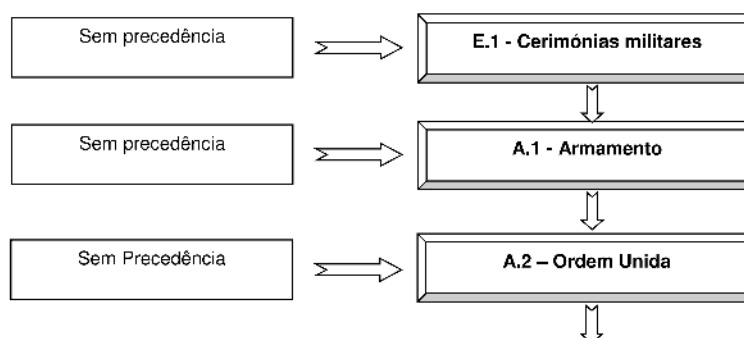
**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 2 DE 12 PÁGS.</b>	

**3. OBJETIVOS GERAIS**

- a. Identificar e operar o armamento individual;
- b. Executar os movimentos de Ordem Unida;
- c. Executar movimentos de ordem unida sem arma.
- d. Executar movimentos de ordem unida com arma.
- e. Participar em formaturas e cerimónias militares.
- f. Aplicar as medidas profiláticas de higiene e saúde individual;
- g. Executar os primeiros socorros a uma vítima;
- h. Assumir os princípios e valores da instituição militar;
- i. Compreender a organização do Exército e das Forças Armadas;
- j. Compreender o Serviço Interno das Unidades;
- k. Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações;
- l. Identificar as normas de prevenção e combate a incêndios;
- m. Conhecer as responsabilidades na proteção do ambiente;
- n. Utilizar os equipamentos de transmissões;
- o. Obter condição física;
- p. Executar tiro com o armamento individual;
- q. Executar a Técnica Individual de Combate;
- r. Executar as técnicas de sobrevivência
- s. Navegar no terreno;
- t. Executar as técnicas para sobreviver em ambiente NBQR;
- u. Obter condição física;
- v. Participar em exercícios finais de campo;
- w. Executar provas de aptidão física;
- x. Executar testes de avaliação de aquisição de conhecimentos.

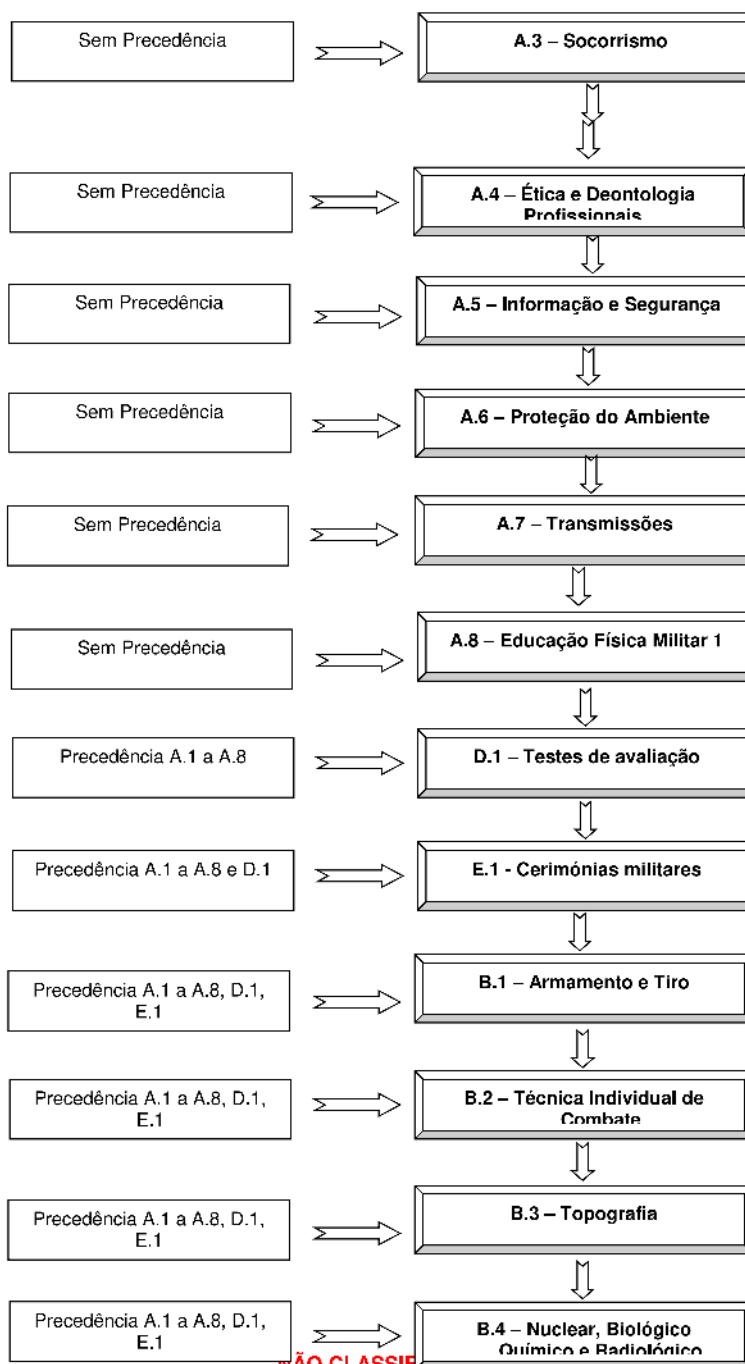
**4. ITINERÁRIO FORMATIVO**



**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

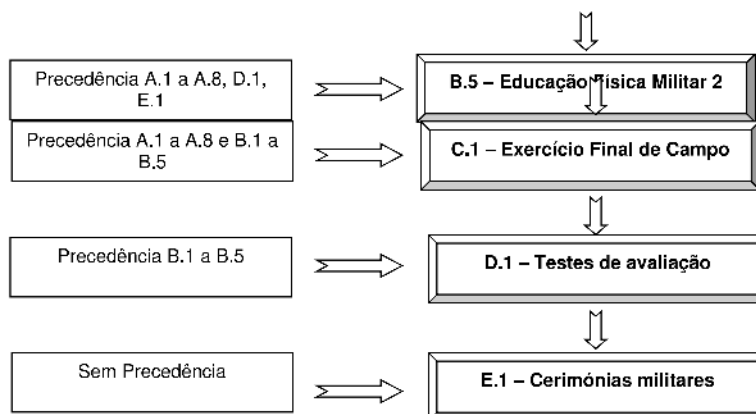
<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 3 DE 12 PÁGS.</b>	



NÃO CLASSIF

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 4 DE 12 PÁGS.	



**5. CRONOGRAMA**

Anexo B – Cronograma.

**6. CARACTERIZAÇÃO DE PESSOAL**

a. Formandos:

(1) Categoria / Posto

Soldado-Recruta durante a IB e Soldado-Graduado durante a IC 1.

(2) Requisitos:

(a) Requisitos Profissionais

Não aplicável.

(b) Requisitos Técnicos

Avaliação positiva do seu perfil psicofísico pela junta médica.

(c) Outros

1. Nível de habilitações escolares mínimo – 9ºano;

2. Nacionalidade portuguesa;

3. Idade - De acordo com o prescrito na Lei.

(3) Quantitativos:

(a) Cada pelotão de formação deverá ter um número mínimo de 20 formandos e um número máximo de 30 formandos;

(b) Não existe limite de pelotões que não os impostos por limitação de recursos ou cabimento orçamental.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 5 DE 12 PÁGS.</b>	

(4) Consequências de não aproveitamento:

- (a) O não aproveitamento no curso, por motivo de falta de rendimento escolar, de demérito, ou de excesso de faltas durante o curso, leva à sua exclusão, podendo, no entanto, repetir numa próxima oportunidade;
- (b) No caso de o motivo ser de natureza disciplinar a exclusão é definitiva, não havendo lugar a reintegração no Exército.

(5) Consequências do aproveitamento:

- (a) Colocação nas Unidades, Estabelecimento e Órgãos do Exército para exercer funções no âmbito da sua especialidade (Especialidades 01-Campanha, 02-Mecânica e 07-Serviços - *Formação do Tipo 1*)
- (b) Frequência de formação específica no âmbito da sua especialidade (no caso das restantes especialidades - *Formação do Tipo 2 e 3*)

b. Formadores:

(1) Requisitos Técnicos:

Os formadores nomeados para integrarem as equipas de formação devem possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF) com o respetivo Certificado de Aptidão Profissional (CAP) ou Certificado de Competências Pedagógicas (CCP), preferencialmente.

(2) Requisitos académicos:

- (a) Escolaridade mínima 12º ano ou equivalente;
- (b) O Curso pode ser ministrado por quaisquer formadores (Oficial/Sargento) em funções no Polo de Formação.

(3) Requisitos profissionais:

Os formadores (Oficial/Sargento) nomeados deverão possuir, preferencialmente, 1 ano de experiência profissional.

(4) Quantitativos:

- (a) 1 Oficial Subalerno, 1 Sargento e 1 Cabo por pelotão de formação, preferencialmente;
- (b) Atendendo à especificidade técnica de algumas das áreas a abordar, estima-se que possa ser necessário empenhar mais 1 ou 2 formadores, para além dos formadores nomeados para cada pelotão de formação.

(5) Nomeação:

- (a) Os formadores são nomeados pelo Comandante do Polo de Formação;
- (b) Os formadores deverão ser nomeados com antecedência suficiente que permita a frequência da Escola Preparatória de Quadros (EPQ) na semana anterior ao início do curso. Anexo C – Programa da EPQ.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 6 DE 12 PÁGS.</b>	

**7. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

a. Financeiros

Custos imputáveis à U/E/O	13.649,43 €
Custos imputáveis à FN	334.218,87 €

**Obs:** Os custos foram elaborados de acordo com a FCCF de 2020 (Ano da FCCF-SCAPE), são variáveis e propensos a alterações tendo em conta as atualizações económicas anuais.

b. Materiais

Conforme consta na Ficha de Controlo de Custos da Formação (FCCF) em vigor.

**8. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM**

a. Tipo:

(1) Avaliação Diagnóstica:

Nada a referir.

(2) Avaliação Formativa:

Realizada de forma permanente, durante a IB e IC 1, permite avaliar o progresso e a evolução dos formandos, permitindo orientar a utilização das horas de reforço da formação existentes na IB e na IC 1.

(3) Avaliação Sumativa:

Realizada durante a IB e a IC 1 e, permitindo, no final do curso, a seriação dos formandos.

b. Instrumentos:

(1) Avaliação Diagnóstica:

Nada a referir.

(2) Avaliação Formativa:

Testes orais, testes escritos e exercícios práticos elaborados pelo formador durante e no final da sessão, conforme o Desenvolvimento Pedagógico ou a Ficha Individual de Instrução.

(3) Avaliação Sumativa:

(a) 5 Circuitos de Avaliação (CAv), 2 durante a IB e 3 durante a IC 1;

(b) 2 Testes escritos (TE), 1 durante a IB e outro durante a IC 1;

(c) Controlos de EFM (controlo 1 e 2);

(d) Folha de Avaliação de Mérito Pessoal (FAMP). Anexo E (FAMP) ao Documento Va – Avaliação Interna.

c. Processamento da Avaliação Sumativa:

(1) Escalas:

Escala de 0 a 20 valores.

(2) Fórmula de classificação e aproveitamento:

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 7 DE 12 PÁGS.</b>	

- (a) A fórmula de classificação do CFGCPE é a seguinte:  
**Classificação CFGCPE = (IB + 2 IC1) / 3**
- (b) A fórmula de classificação da IB é a seguinte:  
**Classificação IB = (3ME + DF + 2MP) / 6**
- (c) A fórmula de classificação da IC 1 é a seguinte:  
**Classificação IC1 = (3ME + DF + 2MP) / 6**
- (d) A classificação dos parâmetros de avaliação presentes nas fórmulas anteriores é calculada da seguinte forma:
1. ME – Mérito Escolar:  
**ME IB = (1ºCAv + 2ºCAv + 1ºTE) / 3**  
**ME IC1 = (3ºCAv + 4ºCAv + 5ºCAv + 2ºTE) / 4**
  2. DF – Desembaraço Físico:  
**DF IB = EFM, em que EFM = Controlo 1**  
**DF IC1 = (Tiro + 2 EFM) / 3, em que EFM = Controlo 2**
    - a. EFM:
      - As classificações dos controlos são efetuadas de acordo com o REFE.
    - b. Tiro:
      - Classificação obtida no Tiro de Confirmação;
      - Tabelas do Tiro de Grupamento (25 e 100 metros), Tiro de Zeragem e Tiro de Confirmação no Anexo D – Programa de Tiro.
  3. MP – Mérito Pessoal:
    - a. Durante a IB, as notas de MP são calculadas e dadas a conhecer na 3ª e 5ª semana do curso. Apenas a nota da 5ª semana conta para a fórmula de classificação da IB;
    - b. Durante a IC 1 as notas de MP são calculadas e dadas a conhecer a cada formando na 9ª e 12ª semana do curso. Apenas a nota da 12ª semana conta para a fórmula de classificação da IC 1;
    - c. Os itens de avaliação e fórmula de cálculo da nota constam no Anexo E (FAMP) ao Documento Va – Avaliação Interna.
- (e) A classificação mínima para o formando ter aproveitamento é de 10,00 valores;
- (f) Serão considerados reprovados os formandos que obtiverem:
1. Uma classificação inferior a 10,00 valores no final da IB. O militar deverá ser analisado em Conselho de Curso tendo em vista a sua eliminação ou não do curso;
  2. Uma classificação inferior a 10,00 valores no final da IC 1. O militar deverá ser analisado em Conselho de Curso tendo em vista a sua eliminação ou não do curso;

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 8 DE 12 PÁGS.</b>	

3. Classificação final do curso inferior a 10,00 valores. O militar deverá ser analisado em Conselho de Curso tendo em vista a sua eliminação ou não do curso;
4. Avaliação inferior a 10,00 valores em MP em qualquer momento do curso. O militar deverá ser analisado em conselho de curso tendo em vista a sua eliminação ou não do curso;
5. Falta de elementos de avaliação, conforme o ponto 8.c.(4).
- (3) Classificações:
- (a) As classificações finais são efetuadas pelos Polos de Formação de acordo com as normas estabelecidas;
- (b) No caso de cursos que se realizem, em simultâneo, em diferentes Polos de Formação, devem estes enviar as classificações finais à DF com vista à sua harmonização;
- (c) A classificação final harmonizada enviada pela DF aos Polos de Formação é obrigatoriamente comunicada ao formando e deve ser publicada em Ordem de Serviço;
- (d) A Ficha de Classificação Individual deverá ser preenchida pelo Polo de Formação e entregue a cada formando, no final do CFGCPE. Anexo F (Ficha de Classificação Individual) ao Documento Va – Avaliação Interna.
- (e) No caso do formando obter uma classificação negativa deve ser-lhe entregue uma notificação. A notificação deve ser feita em duplicado e possuir as assinaturas do diretor de curso e do formando.
- (4) Faltas a ações de avaliação:
- (a) O formando que, por motivo justificado, faltou a uma prova será submetido a uma prova semelhante, na primeira oportunidade;
- (b) Por motivos de força maior e depois de apreciado pelo Comandante do Polo de Formação, o formando pode ser dispensado de efetuar até 50% das provas de avaliação por áreas, como abaixo se discrimina:
1. Mérito Escolar, até 2 CAv;
2. Desembarço Físico, até um Controlo de EFM e uma sessão de tiro.
- (c) Nos casos acima referidos, a nota a atribuir ao formando na avaliação em falta é igual a classificação mais baixa do curso na prova em questão, no Polo de Formação;
- (d) Se a falta for injustificada, o formando terá nessa prova a classificação de zero, para além de eventuais consequências disciplinares.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 9 DE 12 PÁGS.</b>	

**9. ORGANIZAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO**

a. Entidade responsável pelo curso

Escola das Armas.

b. Conselho Escolar/Curso

(1) Conselho de Curso:

(a) Finalidade:

1. Caso se aplique, avaliar uma situação extraordinária ocorrida no curso que possa implicar a eliminação ou exclusão, por um ou mais elementos, do curso. Se na avaliação for considerada a eliminação ou exclusão, por um ou mais elementos, do curso propor a realização de um conselho escolar.
2. Avaliar global da execução (implementação) do curso;
3. Identificação de áreas/aspectos com necessidade de ajustamentos e correções e definição de ações corretivas e de melhoria. Identificar, se necessário a necessidade de reestruturar ou alterar parte ou totalidade do referencial de curso;
4. Apresentação da análise de resultados da avaliação, bem como apresentar conclusões relativas à conformidade dos mesmos face aos objetivos fixados;
5. Validar as classificações dos módulos e a classificação final.

(b) Convocação:

1. A convocação do conselho deve ser realizada quando:
  - Sempre que existir a necessidade expor uma situação extraordinária – conselho extraordinário.
  - Durante o curso (Reunião de curso) – conselho ordinário.
  - No final de curso (Reunião final de curso) – conselho ordinário.
2. O pedido de convocação de um conselho de curso é feito pelo Diretor de Curso ao Diretor de Formação/Chefe da Seção de Formação/Entidade gestora da atividade formativa com uma semana de antecedência acompanhado da agenda do conselho.
3. Após receber a autorização, o Diretor de Curso convoca os elementos constituintes do Conselho de Curso, indicando o grupo data hora e o local onde o conselho se irá realizar, bem como a agenda do mesmo.

(c) Constituição:

1. Entidade responsável pela gestão da atividade formativa;
2. Representante da entidade responsável pelo Planeamento, Programação e Coordenação;
3. Representante da entidade responsável pela Avaliação;
4. Diretor/Coordenador do curso;

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 10 DE 12 PÁGS.</b>	

5. Sargento Adjunto do Diretor de Curso (Secretário do Conselho);
  6. Formadores achados necessários estarem presentes. Num conselho ordinário deve estar toda a equipa de formação e num conselho extraordinário devem estar presentes apenas os necessários;
  7. Outros achados importantes estar presentes.
- (2) Conselho Escolar:
- (a) Finalidade:
1. Avaliar uma situação extraordinária ocorrida no curso e que possa implicar a eliminação, ou falta de aproveitamento, por um ou mais elementos do curso.
  2. Decidir ou propor a exclusão ou continuação do(s) elemento(s) no curso.
  3. Decidir reestruturar ou alterar parte ou totalidade do referencial de curso.
- (b) Convocação:
1. O pedido de convocação de um conselho de escolar é feito pela entidade gestora da atividade formativa ao Comandante, acompanhado da agenda do mesmo, com o máximo de antecedência possível permitido pela situação que o originou
  2. Após receber a autorização, a entidade gestora da atividade formativa convoca os elementos constituintes do Conselho de Escolar, indicando o grupo data hora e o local onde o conselho se irá realizar, bem como a agenda do mesmo.
- (c) Constituição:
1. Comandante;
  2. Entidade gestora da atividade formativa;
  3. Representante da entidade responsável pelo Planeamento, Programação e Coordenação;
  4. Representante da entidade responsável pela Avaliação;
  5. Diretor/Coordenador do curso;
  6. Sargento Adjunto do Diretor de Curso (Secretário do Conselho);
  7. Formadores achados necessários estarem presentes;
  8. Outros achados importante estar presentes.
- c. Direção/Seção de Formação
- Como entidade responsável pela gestão da atividade formativa do Pólo de Formação, a Direção/Seção de Formação planeia, programa, coordena a implementação e a avaliação do curso.
- d. Diretor de Curso/Coordenador Pedagógico
- (1) Cada curso tem um Diretor de Curso nomeado pelo Comandante do Polo de Formação;

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 11 DE 12 PÁGS.</b>	

- (2) O Diretor de Curso deve estar habilitado com o CFPIF, a fim de orientar os restantes formadores e a própria formação no decorrer do Curso;
- (3) Compete ao Diretor de Curso:
- (a) Dirigir o curso de acordo com os regulamentos aplicáveis, os planos e os programas estabelecidos e as diretivas superiores;
  - (b) Garantir o cumprimento dos requisitos de validação do referencial do curso;
  - (c) Garantir o processamento de toda a informação documental do curso entregando-o à Direção/Secção de Formação do Polo de Formação.
- e. Reclamações e recursos das classificações
- (1) O formando a quem se suscitam dúvidas sobre classificações de provas ou trabalhos escritos ou informações de aproveitamento, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data da respetiva publicação, reclamar requerendo ao Diretor do Curso a sua revisão. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 5 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (2) Quando em qualquer dos casos a que se refere o número anterior o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Comandante do Polo de Formação, que decidirá no prazo de 8 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação;
- (3) O formando a quem se suscitarem dúvidas sobre a classificação final curso, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data de publicação em Ordem de Serviço, requer fundamentação ao Comandante do Polo de Formação sobre a sua classificação. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 8 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (4) Caso o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 05 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Diretor da Formação, que decidirá no prazo de 15 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação;
- (5) Uma outra decisão também sujeita a reclamação e recurso é o ato administrativo que excluí o formando e desencadeia a cessação do vínculo contratual por caducidade nos termos do artigo 300.º, n.º2 alínea a) do EMFAR – desta decisão cabe reclamação e recurso nos termos do EMFAR – artigos 103.º, 104.º e 105.º do EMFAR conforme o artigo 45.º n.º2 da LSM – sendo o CEME a entidade competente para decidir esse recurso hierárquico.
- f. Repetição do Curso
- (1) Podem repetir o curso todos os formandos que reprovarem;
  - (2) Não podem repetir o curso os formandos excluídos por motivos disciplinares;

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 12 DE 12 PÁGS.</b>	

(3) A possível repetição do curso está sujeita às condições estabelecidas pelas normas de admissão ao CFGCPE.

**g. Regime de faltas**

- (1) São admitidas faltas justificadas até um décimo dos TF programados no curso;
- (2) Perdem a frequência do curso os formandos que no decurso do curso faltarem, por motivo de doença ou outros devidamente justificados, a um décimo ou mais do número total de TF;
- (3) O Comandante do Polo de Formação, ouvido o Conselho de Curso, decide a continuação da frequência ou a exclusão do curso dos formandos que excedam o limite fixado no ponto anterior;
- (4) O formando, caso o pretenda, poderá ser submetido a novo período de preparação de acordo com os regulamentos em vigor.

**h. Duração**

O curso tem a duração de 61 Dias Úteis de Formação (DUF), dos quais constam 433 Tempos de Formação (TF) diurnos e 65 TF noturnos.

**i. Durabilidade**

Não aplicável.

**j. Relação ensino-aprendizagem**

Presencial. É obrigatória a presença dos formandos em todas as atividades constantes do respetivo horário e demais atividades fixadas pelo Diretor de Curso.

**k. Critérios de reprovação e exclusão**

- (1) Em qualquer altura do curso:
  - (a) Por motivos disciplinares, de acordo com a legislação em vigor;
  - (b) Por excesso de faltas, de acordo com o definido 9.g.;
  - (c) Por falta de mérito escolar ou pessoal, de acordo com o definido em 8.c.(2)(f).
- (2) No final do curso:

Por falta de mérito escolar ou pessoal, de acordo com o definido em 8.c.(2)(f).

**l. Validade da qualificação**

Não aplicável.

**m. Certificados/diplomas**

Diploma emitido pelo Polo de Formação, de acordo com a legislação em vigor (Portaria n.º 474/2010, D.R. I Série. 171).

**10. ESTÁGIOS**

Não aplicável.

**11. ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR**

Anexo A – Especificação da Estrutura Modular.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

Anexo A – Especificação da Estrutura Modular

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
ANEXO A	ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR	PÁGINA 1 DE 32 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	<b>A – Formação Geral</b>	Duração 159 Horas
-----------------	---------------------------	----------------------

MÓDULO	<b>A.1 Armamento</b>	Duração 10 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.1.1 Usar o armamento individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.1.1.1 Desmontar e montar a Esp Aut G-3	5	0	5	ATI (00)-01-01 CFP /NSIE 2 TF noturnos Os TF noturnos são associados a ATI (00)-01-03
A.1.1.2 Montar e desmontar acessórios da Esp Aut G-3	1	0	1	ATI (00)-01-02 CFP /NSIE
A.1.1.3 Fazer a manutenção de 1º escalão da Esp Aut G-3	3	0	3	ATI (00)-01-03 CFP /NSIE 2 TF noturnos
A.1.1.4 Reconhecer o armamento e equipamento individual principal usado pelo Exército Português	1	0	1	ATI(00) 00-01 CFP/NSIE
Total	10	0	10	

**Observações:**

- Caso o Polo de Formação possua outro armamento deve aplicar os conteúdos do módulo seguintes - Armamento (A) e Armamento (B).

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 2 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>ÓDULO</b>	<b>A.1 Armamento (A)</b>	Duração 10 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.1.1 Usar o Armamento Individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.1.1.1 Desmontar e montar a Esp Aut SIG 543 5,56mm	5	0	5	ATI(21)-05-06-01 2 TF noturnos Os TF noturnos são associados a ATI (21)-05-06-01
A.1.1.2 Montar e desmontar acessórios da Esp Aut SIG 543 5,56mm	1	0	1	ATI(21)-05-06-01
A.1.1.3 Fazer a manutenção de 1º escalão da Esp Aut SIG 543 5,56mm	3	0	3	ATI(21)-05-06-01 2 TF noturnos
A.1.1.4 Reconhecer o armamento e equipamento individual principal usado pelo Exército Português	1	0	1	ATI(00)-00-01 CFP/NSIE
Total	10	0	10	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
ANEXO A	ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR	PÁGINA 3 DE 32 PÁGINAS	

MÓDULO	<b>A.1 Armamento (B)</b>	Duração 10 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.1.1 Usar o Armamento Individual	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.1.1.1 Desmontar e montar a Esp Aut Galil 5,56mm	5	0	5	ARM(18)-01-01 2 TF noturnos Os TF noturnos são associados a ARM(18)-01-02
A.1.1.2 Montar e desmontar acessórios da Esp Aut Galil 5,56mm	1	0	1	ARM(18)-01-03
A.1.1.3 Fazer a manutenção de 1º escalão da Esp Aut Galil 5,56mm	3	0	3	ARM(18)-01-02 2 TF noturnos
A.1.1.4 Reconhecer o armamento e equipamento individual principal usado pelo Exército Português	1	0	1	AT(00) 00-01 CFP/NSIE
Total	10	0	10	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
ANEXO A	ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR	PÁGINA 4 DE 32 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	<b>A – Formação Geral</b>	Duração 159 Horas
-----------------	---------------------------	----------------------

MÓDULO	<b>A.1 Armamento (C)</b>	Duração 10 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.1.1 Identificar e operar o armamento individual.	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.1.1.1 Reconhecer o armamento e equipamento individual principal em uso no Exército Português	1	0	1	FIF0161A -2.1
A.1.1.2 Descrever a Espingarda de Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm.	2	0	2	FIF0161A-2.2
A.1.1.3 Desmontar e montar a Espingarda de Assalto FN SCAR-L STD 5.56x45mm.	3	0	3	FIF0161A-2.3
A.1.1.4. Montar e desmontar os acessórios nas Espingardas FN SCAR STD.	1	0	1	FIF0161A-2.5
A.1.1.5. Fazer manutenção de 1º Escalão das Espingardas FN SCAR STD	3	0	3	FIF0161A-2.6
Total	10	0	10	

**Observações:**

- Caso o Polo de Formação possua outro armamento deve aplicar os conteúdos do módulo seguintes - Armamento (A) e Armamento (B);
- FIF disponíveis em: <https://intranet.exercito.local/areas-sectoriais/pessoal/formacao/Paginas/ReferenciaisCurso.aspx>.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 5 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.2 Ordem Unida</b>	Duração 50 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.2.1 Executar movimentos de ordem unida sem arma. A.2.2 Executar movimentos de ordem unida com arma. A.2.3. Participar em formaturas e cerimónias militares.	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.2.1.1 Executar movimentos de ordem unida em formatura a pé firme.	3	0	3	FIF 0162A-1.1 OUN (00)-01-01 CFP/NSIE OUN (00)-01-02 CFP/NSIE
A.2.1.2 Fazer "DIREITA/ESQUERDA VOLVER" e "MEIA VOLTA VOLVER" a pé firme individualmente, em Secção e em Pelotão.	1	0	1	FIF0162A-1.2 OUN (00)-01-03 CFP/NSIE
A.2.1.3 Executar passos em "FRENTE/RETAGUARDA" e laterais DIREITA/ESQUERDA" individualmente, em Secção e em Pelotão.	1	0	1	FIF0162A-1.3 OUN (00)-01-04 CFP/NSIE
A.2.1.4 Participar no "PERFILAR" de uma formatura.	1	0	1	FIF0162A-1.4 OUN (00)-01-05 CFP/NSIE
A.2.1.5 Fazer "MARCAR PASSO" e "ALTO" individualmente, em Secção e em Pelotão	1	0	1	FIF0162A-1.5 OUN (00)-01-06 CFP/NSIE
A.2.1.6 Fazer "ROMPER A MARCHA" e "ALTO" s/ arma Individualmente, em Secção e em Pelotão	2	0	2	FIF0162A-1.6 OUN (00)-01-07 CFP/NSIE
A.2.1.7 Fazer "DIREITA/ESQUERDA RODAR" individualmente, em Secção e em Pelotão	2	0	2	FIF0162A-1.7 OUN (00)-01-08 CFP/NSIE
A.2.1.8 Efetuar DIREITA/ESQUERDA VOLVER e "MEIA VOLTA VOLVER" movimento em marcha individualmente, em Secção e em Pelotão	2	0	2	FIF0162A-1.8 OUN (00)-01-09 CFP/NSIE
A.2.1.9 Participar no "ABRIR/UNIR FILEIRAS" de uma formatura	1	0	1	FIF0162A-1.9 OUN (00)-01-10 CFP/NSIE
A.2.2.1 Passar da posição de "À VONTADE" para "SENTIDO" e vice-versa c/arma individualmente, em Secção e em Pelotão	1	0	1	FIF0162A-1.10 OUN (00)-02-01 CFP/NSIE
A.2.2.2 Fazer "OMBRO ARMA" e a partir desta posição o "DESCANSAR ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	3	0	3	FIF0162A-1.11 OUN (00)-02-02 CFP/NSIE

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCP
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 6 DE 32 PÁGINAS</b>	

A.2.2.3 Executar "APRESENTAR ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	3	0	3	FIF0162A-1.12 OUN (00)-02-03 CFP/NSIE
A.2.2.4 Romper a Marcha, Marchar e fazer "ALTO", armado individualmente, em Secção e em Pelotão	3	0	3	FIF0162A-1.13 OUN (00)-02-06 CFP/NSIE
A.2.2.5 Executar a continência "À DIREITA/ESQUERDA" e o "OLHAR EM FRENTE" individualmente, em Secção e em Pelotão	3	0	3	FIF0162A-1.14 OUN (00)-02-07 CFP/NSIE
A.2.2.6 Fazer "OMBRO ESQUERDO ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	3	0	3	FIF0162A-1.15 OUN (00)-02-08 CFP/NSIE
A.2.2.7 Fazer "CRUZAR ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	1	0	1	FIF0162A-1.16 OUN (00)-02-09 CFP/NSIE
A.2.2.8 Fazer "EM TERRA LANÇAR" e o "DE TERRA LEVANTAR ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	1	0	1	FIF0162A-1.17 OUN (00)-02-10 CFP/NSIE
A.2.2.9 Fazer "FUNERAL ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão	1	0	1	FIF0162A-1.18 OUN (00)-02-11 CFP/NSIE
A.2.3.1 Integrar uma força na Cerimónia de Apresentação ao Comando da Unidade.	1	0	1	Guião da cerimónia
A.2.3.2 Integrar uma força na Cerimónia de Apresentação dos Símbolos Nacionais.	2	0	2	Guião da cerimónia
A.2.3.3 Participar em Ordem Unida de Companhia/Batalhão.	8	0	8	Guião da cerimónia
A.2.3.4 Integrar uma força na Cerimónia de Juramento de Bandeira.	6	0	6	Guião da cerimónia
Total	50	0	50	

**Observações:**

As seguintes sessões de OUN podem ser praticadas a toque de clarim/requinta:

- A.2.2.1 Passar da posição de "À VONTADE" para "SENTIDO" e vice-versa c/arma individualmente, em Secção e em Pelotão;
- A.2.2.2 Fazer "OMBRO ARMA" e a partir desta posição o "DESCANSAR ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão;
- A.2.2.3 Fazer "APRESENTAR ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão;
- A.2.2.8 Fazer "OMBRO ESQUERDO ARMA" e a partir desta posição o "OMBRO ARMA" individualmente, em Secção e em Pelotão;
- A.2.3.3. Participar em Ordem Unida de Companhia/Batalhão;
- FIF disponíveis em: <https://intranet.exercito.local/areas-sectoriais/pessoal/formacao/Paginas/ReferenciaisCurso.aspx>.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 7 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.3 Socorrismo</b>	Duração 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.3.1 Aplicar as medidas profiláticas de higiene e saúde individual A.3.2 Executar primeiros socorros a uma vítima	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.3.1.1 Adotar as medidas de higiene a observar com vista à prevenção da doença	1	0	1	SHS (00)-01-01 a)
A.3.1.2 Identificar os hábitos de higiene individuais	1	0	1	SHS (00)-01-02 a)
A.3.1.3 Adotar medidas tendentes a evitar a aquisição de doenças sexualmente transmissíveis	1	0	1	SHS (00)-01-03 a)
A.3.1.4 Adotar medidas de preservação da saúde e agir em conformidade face à iminência e/ou ataque Biológico (B) ou Químico (Q)	1	0	1	SHS (00)- 01-04 a)
A.3.1.5 Reconhecer as consequências físicas e psicológicas da toxicodependência.	2	0	2	SHS (00)-01-04 a)
A.3.2.1 Avaliar as funções vitais	2	0	2	SHS (00)-02-01 a)
A.3.2.2 Colocar uma vítima em "posição adequada" até à chegada do pessoal do Serviço de Saúde	2	0	2	SHS (00)-02-02 a)
A.3.2.3 Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória	2	0	2	SHS (00)-02-03 a)
A.3.2.4 Suster hemorragia externa até à intervenção do pessoal do Serviço de Saúde	2	0	2	SHS (00)-02-04 a)
A.3.2.5 Desobstruir as vias respiratórias de uma vítima	2	0	2	SHS (00)-02-05 a)
A.3.2.6 Imobilizar por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro fraturado	2	0	2	SHS (00)-02-06 a)
A.3.2.7 Avaliar a gravidade da queimadura, combater o estado de choque e administrar o tratamento de emergência da zona queimada	2	0	2	SHS (00)-02-07 a)
A.3.2.8 Transportar um ferido	2	0	2	SHS (00)-02-08 a)
A.3.2.9 Analisar a situação da vítima com traumatismo da coluna e a gravidade das lesões, instalar em posição adequada até à chegada do pessoal do Serviço de Saúde	2	0	2	SHS (00)-02-09 a)

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 8 DE 32 PÁGINAS</b>	

A.3.2.10 Organizar uma Bolsa de Urgência e reconhecer as aplicações de cada um dos seus constituintes	1	0	1	SHS (00)-03-01 a)
Total	25	0	25	

a) FII novas produzidas pela ESSM

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 9 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.4 Ética e Deontologia Profissionais</b>	Duração 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.4.1 Assumir os princípios e valores da instituição militar A.4.2 Compreender a organização do Exército e das Forças Armadas A.4.3 Compreender o Serviço Interno das Unidades	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.4.1.1 Reconhecer os conhecimentos de probidade e discrição e da importância do atavio e da apresentação do militar	1	0	1	MCM (00)-01-01 CFP/NSIE MCM (00)-02-19 CFP/NSIE
A.4.1.2 Identificar os valores militares	1	0	1	MCM (00)-01-03 CFP/NSIE MCM (00)-01-04 CFP-NSIE MCM (00)-01-05 CFP/NSIE
A.4.1.3 Interpretar os deveres militares – capítulo II do RDM – deveres militares e as disposições gerais – capítulo I do RDM	1	0	1	MCM (00)-02-09 CFP/NSIE
A.4.1.4 Diferenciar e valorizar os conceitos de liberdade, responsabilidade, valores cívicos, "dever" e "direitos", serviço militar, direitos do homem e de respeito pelas características dos outros povos e países	1	0	1	MCM (00)-01-11 CFP/NSIE MCM (00)-01-02 CFP/NSIE MCM (00)-01-17 CFP/NSIE
A.4.1.5 Compreender o Serviço Militar como voluntariado/contratado	2	0	2	MCM (00)-01-07 CFP/NSIE A ministrar na 5ª semana da IB pela SecPes
A.4.1.6 Reconhecer o significado do juramento de bandeira	1	0	1	MCM (00)-02-06 CFP/NSIE
A.4.1.7 Reconhecer a importância da Bandeira Nacional (os Estandartes Militares), do Hino Nacional e os conceitos de Pátria, de cidadania e de cidadania europeia	1	0	1	MCM (00)-01-09 CFP/NSIE
A.4.1.8 Participar no canto coral do Hino Nacional "A Portuguesa"	1	0	1	COR (00)-01-01 CFP/NSIE
A.4.1.9 Identificar a lealdade, patriotismo, civildade e reconhecer os sentimentos de honra e valor, honra pessoal e honra nacional	1	0	1	MCM (00)-01-06/07 CFP/NSIE
A.4.1.10 Identificar as penas disciplinares aplicáveis aos formandos durante a frequência de Cursos	1	0	1	MCM (00)-02-10 CFP/NSIE

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 10 DE 32 PÁGINAS</b>	

A.4.1.11 Reconhecer as condições que colocam o militar em ausência ilegítima – reincidência na falta e seus efeitos	1	0	1	MCM (00)-02-11 CFP/NSIE
A.4.1.12 Compreender as agravantes e atenuantes da responsabilidade disciplinar e crimes essencialmente militares e as consequências da deserção em tempo de paz	1	0	1	MCM (00)-02-12/13 CFP/NSIE
A.4.1.13 Identificar os tipos de recompensas a conceder aos militares e as penas disciplinares aplicáveis aos soldados	1	0	1	MCM (00)-02-14/15 CFP/NSIE
A.4.1.14 Elaborar uma reclamação, um recurso, uma queixa e um requerimento	1	0	1	MCM (00)-02-16/23 CFP/NSIE
A.4.1.15 Fazer continência e apresentar-se a um superior	1	0	1	MCM (00)-02-04/05 CFP/NSIE
A.4.1.16 Identificar os diferentes postos das Forças Armadas	1	0	1	MCM (00)-02-02 CFP/NSIE
A.4.1.17 Compreender as deferências/distinções entre as diferentes entidades e símbolos	1	0	1	MCM (00)-02-01 CFP/NSIE/ MCM (00)-02-03 CFP/NSIE
A.4.1.18 Identificar as regras de comportamento perante a sociedade e autoridades civis	1	0	1	MCM (00)-02-08 CFP/NSIE 1TF noturno
A.4.2.1 Reconhecer a importância da democracia e da CRP, conceito de Defesa Nacional e a sua componente militar	1	0	1	MCM (00)-01-10 CFP/NSIE MCM (00)-01-12 CFP/NSIE
A.4.2.2 Reconhecer a estrutura da OTAN	1	0	1	MCM (00)-01-13 CFP/NSIE 1TF noturno
A.4.2.3 Reconhecer a missão e a organização das FA e do exército e identificar a componente terrestre da Defesa Militar e segurança do Território Nacional	1	0	1	MCM (00)-01-14 CFP/NSIE MCM (00)-01-15 CFP/NSIE MCM (00)-01-16 CFP/NSIE 1TF noturno
A.4.2.4 Identificar a organização do Exército Português e a divisão territorial	1	0	1	MCM (00)-02-24
A.4.3.1 Conhecer o Serviço Interno das Unidades	1	0	1	MCM (00) -02-30 1TF noturno
A.4.3.2 Identificar o direito a alojamento, alimentação, fardamento e vencimento dos militares	1	0	1	MCM (00)-02-22 CFP/NSIE 1TF noturno
Total	25	0	25	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 11 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.5 Informação e Segurança</b>	Duração 19 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.5.1 Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações A.5.2 Identificar as normas de prevenção e combate a incêndios	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.5.1.1 Definir os conceitos de Informações, Contrainformações e Segurança Militar	15min	0	15min	IS (00)-01-01
A.5.1.2 Identificar as disposições legais que preveem e punem as infrações e crimes praticados no âmbito da segurança militares	25min	0	25min	IS (00)-02-01
A.5.1.3 Interpretar os graus de classificação de segurança das matérias militares	10min	0	10min	IS (00)-03-01
A.5.1.4 Identificar as medidas de proteção, deteção e depreciação das informações	1	0	1	ICI(00)-04-01 CFP/NSIE
A.5.1.5 Identificar pessoal e unidades, como sentinela, com o recurso à senha e contra-senha	4	0	4	ICI (00)-02-01 CFP/NSIE 2TF noturnos
A.5.1.6 Descrever as classes das áreas de segurança das instalações	25min	0	25min	IS (00)-04-01
A.5.1.7 Identificar os estados de segurança	25min	0	25min	IS (00)-05-01
A.5.1.8 Identificar os procedimentos a adotar na situação de PG	1	0	1	ICI(00)-03-01 CFP/NSIE
A.5.1.9 Identificar os procedimentos em vigor após captura de um PG	25min	0	25min	ICI(00)-03-02 CFP/NSIE
A.5.1.10 Executar os procedimentos em vigor relativamente a documentos e materiais capturados ao IN	25min	0	25min	
A.5.1.11 Observar e escutar, num PO, dado um sector, de dia e de noite	4	0	4	ICI(00)-01-01 CFP/NSIE 2 TF noturnos
A.5.1.12 Designar um objetivo fazendo uso de técnicas de referenciação, de dia	2	0	2	ICI(00)-01-02 CFP/NSIE
A.5.1.13 Elaborar um relatório de observação, pelo método "TUTELA"	2	0	2	ICI(00)-01-03 CFP/NSIE
A.5.2.1 Descrever as classes de fogos e os diversos agentes extintores	1	0	1	DCI(00)-01-01 CFP/NSIE

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 12 DE 32 PÁGINAS</b>	

A.5.2.2 Identificar as normas de prevenção de incêndios	1	0	1	DCI(00)-01-02 CFP/NSIE DCI (00)-01-04 CFP/NSIE (Só refere o rescaldo e arrefecimento no ataque ao incêndio florestal)
Total	19	0	19	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 13 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.6 Proteção do Ambiente</b>	Duração 02 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.6.1 Conhecer as responsabilidades na proteção do ambiente	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.6.1.1 Identificar os componentes do ambiente, a influência do Homem, os fatores de poluição e os riscos da degradação ambiental	25min	0	25min	AMB (00)-01-01 CFP/NSIE AMB (00)-02-01 CFP/NSIE AMB (00)-02-02 CFP/NSIE
A.6.1.2 Interpretar a Lei de Bases do Ambiente	25min	0	25min	AMB (00)-03-01 CFP/NSIE
A.6.1.3 Compreender a necessidade de regras de proteção e conservação do ambiente	25min	0	25min	AMB (00)-01-02 CFP/NSIE
A.6.1.4 Saber o que o militar pode e deve fazer relativamente ao ambiente, quando em Exercícios de Campo	25min	0	25min	AMB (00)-01-03 CFP/NSIE
Total	2	0	2	Os 2 TF são noturnos

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 14 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.7 Transmissões</b>	Duração 09 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.7.1 Utilizar os equipamentos de transmissões	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.7.1.1 Pronunciar algarismos e letras utilizando o alfabeto fonético OTAN	1	0	1	TMS(00)-01-01 CFP/NSIE
A.7.1.2 Identificar os procedimentos de segurança das Transmissões	1	0	1	TMS(05)-01-02 CFP/NSIE
A.7.1.3 Descrever as características dos equipamentos TPF	1	0	1	TMS(00)-04-01 CFP/NSIE
A.7.1.4 Instalar os equipamentos TPF				
A.7.1.5 Descrever as características dos equipamentos TSF	2	0	2	TMS(00)-07-01 CFP/NSIE
A.7.1.6 Instalar os equipamentos TSF				
A.7.1.7 Operar os equipamentos TPF efetuando uma comunicação telefónica	1	0	1	TMS(00)-04-02 CFP/NSIE
A.7.1.8 Operar os equipamentos TSF efetuando uma comunicação radiotelefónica	1	0	1	TMS(00)-07-02 CFP/NSIE
A.7.1.9 Usar procedimentos e expressões de serviço radiotelefónicas	2	0	2	TMS(00)-06-01 CFP/NSIE TMS(00)-01-03 CFP/NSIE
Total	9	0	9	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 15 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>A.8 Educação Física Militar 1</b>	Duração 19 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.8.1 Obter condição física	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.8.1.1 Executar CC	1	0	1	
A.8.1.2 Executar Base 1	1	0	1	
A.8.1.3 Executar CC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.4 Executar Base 1	1	0	1	
A.8.1.5 Executar CC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.6 Executar TC	1	0	1	
A.8.1.7 Executar CC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.8 Executar Base 2	1	0	1	
A.8.1.9 Executar FK	1	0	1	
A.8.1.10 Executar CC e TC	1	0	1	
A.8.1.11 Executar Base 2	1	0	1	
A.8.1.12 Executar CC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.13 Executar Base 3	1	0	1	
A.8.1.14 Executar CC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.15 Executar TC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.16 Executar Base 3	1	0	1	
A.8.1.17 Executar FK e Jogos	1	0	1	
A.8.1.18 Executar TC e Jogos	1	0	1	
A.8.1.19 Executar CC e Jogos	1	0	1	
Total	19	0	19	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 16 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>ÁREA CURRICULAR</b>	<b>B Formação Específica</b>	Duração 206 Horas
<b>MÓDULO</b>	<b>B.1 Armamento e Tiro</b>	Duração 18 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.1.1 Executar tiro com o armamento individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.1.1.1 Determinar o olho diretor e a mão que deve utilizar para empunhar a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-04 CFP/NSIE
B.1.1.2 Empunhar a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-05 CFP/NSIE
B.1.1.3 Apontar a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-06 CFP/NSIE
B.1.1.4 Tomar as posições de atirador com a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-07 CFP/NSIE
B.1.1.5 Preparar a Esp Aut G-3 para tiro	25min	0	25min	ATI (00)-01-08 CFP/NSIE
B.1.1.6 Executar as operações de manejo de fogo e de segurança com a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-09 CFP/NSIE
B.1.1.7 Disparar a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-10 CFP/NSIE
B.1.1.8 Adquirir o "ritmo de tiro" com a Esp Aut G-3	25min	0	25min	ATI (00)-01-11 CFP/NSIE
B.1.1.9 Resolver interrupções involuntárias de tiro com a Esp Aut G-3	2	0	2	ATI (00)-01-12 CFP/NSIE
B.1.1.10 Executar a tabela de tiro de grupamento com a Esp Aut G-3	4	0	4	ATI (00)-01-13 CFP/NSIE
B.1.1.11 Executar a tabela de tiro de confirmação com a Esp Aut G-3	4	0	4	ATI (00)-01-14 CFP/NSIE
B.1.1.12 Executar a 1ª sessão da tabela de tiro de adaptação com a Esp Aut G-3	4	0	4	ATI (00)-01-15 CFP/NSIE
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	

**Observações:**

- Aconselha-se, caso o Polo de Formação possua um sistema de simulação de tiro de Esp Aut em Carreira de Tiro, que os Formandos realizem tiro no simulador após as sessões de B.1.1.7 a B.1.1.8., de forma a consolidarem os conhecimentos.
- Aconselha-se às equipas de formação que treinem os procedimentos das sessões B.1.1.3 à B.1.1.7 diariamente, por períodos curtos até 10 min, garantindo a segurança e corrigindo os erros para que desta forma os formandos consolidem a sua aprendizagem. Este procedimento pode ser complementado por tiro em simuladores.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 17 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.1 Armamento e Tiro (A)</b>	Duração 18 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.1.1 Executar tiro com o armamento individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.1.1.1 Determinar o olho diretor e a mão que deve utilizar para empunhar a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.2 Empunhar a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.3 Apontar a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.4 Tomar as posições de atirador com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.5 Preparar a Esp Aut SIG 543 5,56mm para tiro	25min	0	25min	
B.1.1.6 Executar as operações de manejo de fogo e de segurança com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.7 Disparar a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.8 Adquirir o "ritmo de tiro" com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.9 Resolver interrupções involuntárias de tiro com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	2	0	2	
B.1.1.10 Executar a tabela de tiro de grupamento com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	4	0	4	
B.1.1.11 Executar a tabela de tiro de confirmação com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	4	0	4	
B.1.1.12 Executar a 1ª sessão da tabela de tiro de adaptação com a Esp Aut SIG 543 5,56mm	4	0	4	
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	

**Observações:**

- Aconselha-se, caso o Polo de Formação possua um sistema de simulação de tiro de Esp Aut em Carreira de Tiro, que os Formandos realizem tiro no simulador após as sessões de B.1.1.7 a B.1.1.8., de forma a consolidarem os conhecimentos.
- Aconselha-se às equipas de formação que treinem os procedimentos das sessões B.1.1.3 à B.1.1.7 diariamente, por períodos curtos até 10 min, garantindo a segurança e corrigindo os erros para que desta forma os formandos consolidem a sua aprendizagem. Este procedimento pode ser complementado por tiro em simuladores.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 18 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.1 Armamento e Tiro (B)</b>	Duração 18 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.1.1 Executar tiro com o armamento individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.1.1.1 Determinar o olho diretor e a mão que deve utilizar para empunhar a Esp. Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.2 Empunhar a Esp Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.3 Apontar a Esp Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.4 Tomar as posições de atirador com a Esp. Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.5 Preparar a Esp Aut Galil 5,56mm para tiro	25min	0	25min	
B.1.1.6 Executar as operações de manejo de fogo e de segurança com a Esp Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	TIR(18)-01-04
B.1.1.7 Disparar a Esp Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.8 Adquirir o "ritmo de tiro" com a Esp Aut Galil 5,56mm	25min	0	25min	
B.1.1.9 Resolver interrupções involuntárias de tiro com a Esp Aut Galil 5,56mm	2	0	2	ARM(18)-01-05
B.1.1.10 Executar a tabela de tiro de grupamento com a Esp Aut Galil 5,56mm	4	0	4	TIR(18)-02-01
B.1.1.11 Executar a tabela de tiro de confirmação com a Esp Aut Galil 5,56mm	4	0	4	TIR(18)-02-01
B.1.1.12 Executar a 1ª sessão da tabela de tiro de adaptação com a Esp Aut Galil 5,56mm	4	0	4	TIR(18)-02-02
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	

**Observações:**

- Aconselha-se, caso o Polo de Formação possua um sistema de simulação de tiro de Esp Aut em Carreira de Tiro, que os Formandos realizem tiro no simulador após as sessões de B.1.1.7 a B.1.1.8., de forma a consolidarem os conhecimentos.
- Aconselha-se às equipas de formação que treinem os procedimentos das sessões B.1.1.3 à B.1.1.7 diariamente, por períodos curtos até 10 min, garantindo a segurança e corrigindo os erros para que desta forma os formandos consolidem a sua aprendizagem. Este procedimento pode ser complementado por tiro em simuladores.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 19 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.1 Armamento e Tiro (C)</b>	Duração 18 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.1.1 Executar tiro com o armamento individual	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.1.1.1 Reconhecer os fundamentos de tiro com a Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm.	1	0	1	FIF0173A-1.1
B.1.1.2 Enunciar e executar os elementos das posições básicas de tiro com a Espingarda assalto FN SCAR STD 5,56x45mm.	1	0	1	FIF0173A-1.2
B.1.1.3. Efetuar trocas de carregador básicas com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD5,56x45mm.	1	0	1	FIF0173A-1.3
B.1.1.4. Resolver interrupções de tiro com a Espingarda assalto FN SCAR-L STD5,56x45mm.	1	0	1	FIF0173A-1.4
B.1.1.5. Executar a sala didática de tiro.	2	0	2	FIF0173A-1.5
B.1.1.6. Executar a tabela de tiro de grupamento com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm aos 25 metros.	3	0	3	FIF0173A-1.6
B.1.1.7. Executar a tabela de tiro de grupamento com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm aos 100 metros.	3	0	3	FIF0173A-1.7
B.1.1.8. Executar uma Sessão de Tiro de Precisão de Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm (Zeramento).	3	0	3	FIF0173A-1.8
B.1.1.9. Executar a tabela de tiro de confirmação com a Espingarda de Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm	3	0	3	FIF0173A-1.9
Total	18	0	18	

**Observações:**

- Aconselha-se, caso o Polo de Formação possua um sistema de simulação de tiro de Esp Aut em Carreira de Tiro, que os Formandos realizem tiro no simulador após as sessões, de forma a consolidarem os conhecimentos.
- Aconselha-se às equipas de formação que treinem os procedimentos das sessões diariamente, por períodos curtos até 10 min, garantindo a segurança e corrigindo os erros para que desta forma os formandos consolidem a sua aprendizagem. Este procedimento pode ser complementado por tiro em simuladores.
- FIF disponíveis em: <https://intranet.exercito.local/areas-sectoriais/pessoal/formacao/Paginas/ReferenciaisCurso.aspx>.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 20 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.2 Técnica Individual de Combate</b>	Duração 92 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.1 Executar a técnica individual de combate B.2.2 Executar as técnicas de sobrevivência	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.2.1.1 Transportar um ferido	1	0	1	SHS(00)-02-08 CFP/NSIE
B.2.1.2 Montar o equipamento e bivacar	3	0	3	TIC(00)-01-01 CFP/NSIE
B.2.1.3 Executar a Camuflagem	4	0	4	TIC(00)-02-01 CFP/NSIE 1 TF noturno
B.2.1.4 Proteger-se das vistas				
B.2.1.5 Progredir no terreno de forma isolada, sem ser referenciado	9	0	9	TIC(00)-02-05 CFP/NSIE 1 TF noturno
B.2.1.6 Progredir em áreas edificadas	9	0	9	TIC(00)-02-06 CFP/NSIE 1 TF noturno
B.2.1.7 Proteger-se dos fogos	4	0	4	TIC(00)-02-02 CFP/NSIE As áreas edificadas não devem ser muito desenvolvidas nesta sessão pois vão ser tratadas mais adiante Deve contemplar a demonstração dos efeitos dos projéteis ao perfurar diversos tipos de material e abrigos
B.2.1.8 Instalar sem preparação da posição	4	0	4	TIC(00)-02-03 CFP/NSIE 1 TF noturno
B.2.1.9 Instalar com preparação da posição	7	0	7	TIC(00)-02-04 CFP/NSIE Deve ser dada a oportunidade do formando ver a diferença da visibilidade dos sectores de tiro dentro do abrigo de dia e de noite 1 TF noturno
B.2.1.10 Reagir a um ataque aéreo	1	0	1	TIC (00)-02-10 CFP/NSIE
B.2.1.11 Enunciar as características e funcionamento de uma mina	1	0	1	SAP (01)-03-01 CFP/NSIE Completar com mostra de material, ver FI SAP (00)-01-01

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 21 DE 32 PÁGINAS</b>	

B.2.1.12 Localizar minas e armadilhas por análise visual do terreno	5	0	5	SAP (00)-01-02 CFP/NSIE Deve ser dada a oportunidade de cada formando fazer um percurso, onde deteta as minas (só deteção e sinalização, não faz levantamento) Deve ser tido em consideração que para as áreas edificadas TIC (00)-02-06, deve ser contemplado também essa oportunidade, podendo ser conjugadas as duas instruções.
B.2.1.13 Executar Nós e amarrações	2	0	2	SAP (01)-01-01
B.2.1.14 Identificar a organização da Sec At e as missões individuais de cada elemento da Esquadra de Atiradores	1	0	1	ATR (01)-01-01 IE/ATI
B.2.1.15 Reconhecer e utilizar sinais de combate	1	0	1	TGO (01)-06-05 IE/ATI
B.2.1.16 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato improvável	125min	0	125min	(ATR (01)-03-01 IE /ATI 25 min de TF noturno
B.2.1.17 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato provável	125min	0	125min	(ATR (01)-03-02 IE /ATI 25 min de TF noturno
B.2.1.18 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato iminente	4	0	4	ATR (01)-03-03 IE /ATI 1 TF noturno
B.2.1.19 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em áreas urbanizadas	4	0	4	ATR (01)-03-22 IE /ATI 1 TF noturno
B.2.1.20 Atuar como elemento de uma Sec At na preparação de um edifício para defesa	4	0	4	ATR (01)-04-08 IE /ATI Devem ver todas as situações e depois praticar. O pelotão deve ser dividido por Esquadras e cada uma trabalha um sítio diferente do edifício, se houver tempo depois trocam, caso contrário, vêm o trabalho uns dos outros
B.2.1.21 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de PO/PE	2	0	2	ATR (01)-01-06 IE /ATI 1 TF noturno

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 22 DE 32 PÁGINAS</b>	

B.2.1.22 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de um pequeno alto/grande alto	2	0	2	(ATR (01)-03-08) IE /ATI Só dar o pequeno alto 1 TF noturno
B.2.1.23 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato	4	0	4	(ATR (01)-03-04) IE /ATI Lanços de parelha e individuais 3TF no campo e 3TF em áreas edificadas. (Rever ATR(01)-03-22) 5 TF noturnos
B.2.1.24 Atuar como elemento de uma Sec At na reação a uma emboscada	4	0	4	ATR (01)-03-14
B.2.2.1 Identificar os princípios básicos de sobrevivência, moral e equipamento	1	0	1	SOB (18)-01-01 (PREC/PQ)
B.2.2.2 Preparar e organizar kit's de sobrevivência	1	0	1	SOB(18)-08-01 (PREC/PQ)
B.2.2.3 Identificar os perigos da sobrevivência	1	0	1	SOB(18)-06-01 (PREC/PQ)
B.2.2.4 Empregar as técnicas para preparação e conservação do fogo	2	0	2	SOB(18)-03-01 (PREC/PQ)
B.2.2.5 Empregar as técnicas de construção de abrigos	4	0	4	SOB(18)-02-01 (PREC/PQ)
B.2.2.6 Empregar as técnicas para obtenção e conservação de água e alimentos	2	0	2	SOB(18)-04-01 (PREC/PQ)
Total	92	0	92	

**Observações:**

- Só se fala da Esquadra, embora referindo que ela está enquadrada numa Secção.
- O papel de Comandante de Esquadra inicialmente tem de ser desempenhado por um Auxiliar de Formação, só numa fase mais avançada da formação é que, eventualmente, essa função será atribuída a um formando. Omite-se tudo o que refere a Secção Mecanizada.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 23 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.3 Topografia</b>	Duração 42 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.3.1 Navegar no terreno	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	
B.3.1.1 Determinar uma direção geral de orientação	2	0	2	Observações TOP (00)-01-01 CFP/NSIE Indicar as direções gerais N, S, E e O dadas as direções do nascer e pôr-do-sol Indicar as direções gerais N, S, E e O pelo método do relógio. 1 TF noturno
B.3.1.2 Determinar uma distância entre dois pontos, a passo	1	0	1	TOP (00)-01-02 CFP/NSIE
B.3.1.3 Identificar as formas de relevo e aspectos característicos do terreno, no campo	1	0	1	TOP (00)-01-03 CFP/NSIE Identificar linha de água, encosta/contra - encosta, crista militar/crista topográfica e linha do horizonte.
B.3.1.4 Avaliar distâncias por processos não estadimétricos	1	0	1	TOP (00)-01-04 CFP/NSIE
B.3.1.5 Determinar o azimute magnético de uma direção	2	0	2	TOP (00)-01-05 CFP/NSIE
B.3.1.6 Orientar uma carta topográfica com uma bússola	2	0	2	TOP (00)-02-01 CFP/NSIE Calcular a declinação magnético/cartográfica atual relativa a uma carta
B.3.1.7 Determinar a distância entre dois pontos por processos estadimétricos	2	0	2	TOP(00)-01-03 Determinar a distância a uma referência, pela regra do milésimo, fazendo a leitura do ângulo com os dedos das mãos e com binóculos estadiados, dada a altura/largura da referência.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCP</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 24 DE 32 PÁGINAS</b>	

B.3.1.8 Reproduzir o terreno utilizando uma caixa de areia	4	0	4	EPI-Tática do Pel/SecAt FM 7-8 Rifle Platoon
B.3.1.9 Elaborar um esboço panorâmico	2	0	2	Guia do SMO, I Vol, Cap III, pág 116-122, EPI
B.3.1.10 Distinguir a informação marginal, pormenores e acidentes de terreno nas cartas topográficas militares 1/25000 e 1/50000	1	0	1	TOP (00)-02-02 CFP/NSIE
B.3.1.11 Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta	2	0	2	TOP (00)-02-08 CEFO/CFO/CFS/NSIE TOP (00)-02-09
B.3.1.12 Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta	2	0	2	TOP (00)-02-06 CFP/NSIE Determinar distâncias com esquadro de coordenadas e escala gráfica.
B.3.1.13 Determinar as coordenadas militares de um ponto do terreno na carta	4	0	4	TOP (00)-02-04 CFP/NSIE Determinar coordenadas com esquadro de coordenadas e escala gráfica
B.3.1.14 Determinar a cota de um ponto do terreno	2	0	2	TOP (00)-02-07 CEFO/CFO/CFS/NSIE
B.3.1.15 Localizar na carta um ponto do terreno e determinar as suas coordenadas	3	0	3	TOP (00)-02-05 CFP/NSIE
B.3.1.16 Executar percurso topográfico, com o máximo de 8 pontos, de dia e de noite	10	0	10	TOP (00)-03-01 CFP/NSIE 4 TF noturnos
B.3.1.17 Distinguir o princípio de funcionamento do sistema GPS, as suas partes constituintes e cuidados a ter na sua manutenção	1	0	1	TOP (00)-04-01
Total	42	0	42	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCP E</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 25 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.4 Nuclear, Biológico, Químico e Radiológico (NBQR)</b>	Duração 20 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.4.1 Executar as técnicas para sobreviver em ambiente NBQR	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.4.1.1 Identificar os componentes e vestir o equipamento de proteção individual para agentes Biológico, Químico e Radiológico (BQR)	2	0	2	NBQ(00)-01-01 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.2 Usar de forma adequada a máscara de proteção de agentes BQR (Máscara da série ARFA)	1	0	1	NBQ(00)-01-02 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.3 Mudar os filtros da máscara de proteção (Máscara da série ARFA)	2	0	2	NBQ(00)-01-03 (IB/CFP/NSIE) NBQ(00)-01-04
B.4.1.4 Inspeccionar e fazer a manutenção do operador da máscara de proteção de agentes BQR (Máscara da série ARFA)	1	0	1	NBQ(00)-01-04 (IB/CFP/NSIE) NBQ(00)-01-03
B.4.1.5 Mudar de equipamento de proteção individual para agentes BQR	2	0	2	NBQ(00)-01-06 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.6 Interpretar e aplicar os diferentes níveis de proteção contra ataque BQR	25min	0	25min	NBQ(00)-01-07 (CFO/NSIE) NBQ(00)-02-01
B.4.1.7 Interpretar e/ou dá o alarme químico (Q) ou biológico (B)	25min	0	25min	NBQ(00)-02-01 (IB/CFP/NSIE) NBQ(00)-01-07
B.4.1.8 Proteger dos efeitos causadores de baixas das explosões nucleares	2	0	2	NBQ(00)-02-02 (IB/CFP/NSIE) NBQ(00)-02-03
B.4.1.9 Proteger dos efeitos provocados por agentes biológicos e químicos (BQ)	1	0	1	NBQ(00)-02-03 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.10 Detetar agentes químicos	1	0	1	NBQ(00)-02-04 (IB/CFP/NSIE) NBQ(00)-02-05 Não dar NBQ (00)02-05, até indicação contrária
B.4.1.11 Medir a dose e a intensidade de radiação nuclear	1	0	1	NBQ(00)-02-06 (CFO/NSIE) NBQ(00)-02-08 Só dar o dosímetro
B.4.1.12 Descontaminar a pele, os olhos e a cara	2	0	2	NBQ(00)-03-01 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.13 Descontaminar a roupa, a arma e o equipamento individual	2	0	2	NBQ(00)-03-02 (IB/CFP/NSIE)

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 26 DE 32 PÁGINAS</b>	

B.4.1.14 Satisfazer as necessidades fisiológicas em ambiente BQ	1	0	1	NBQ(00)-01-05 (IB/CFP/NSIE)
B.4.1.15 Administrar, a si próprio, o antídoto contra agentes dos nervos (neurotóxicos)	1	0	1	NBQ(00)-03-03 (IB/CFP/NSIE)
Total	20	0	20	

**Observações:**

O nível de exigência nos conteúdos deste módulo implica que o Polo de Formação possua por curso o seguinte equipamento:

- Mascaras para um efetivo de dois pelotões;
- Equipamento de proteção individual para agentes BQR para um efetivo de dois pelotões;
- Antídoto contra agentes dos nervos para um efetivo de dois pelotões;
- Descontaminante de pele para um efetivo de dois pelotões;
- Descontaminantes para roupa, a arma e o equipamento individual para um efetivo de dois pelotões.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 27 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>MÓDULO</b>	<b>B.5 Educação Física Militar 2</b>	Duração 34 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.5.1 Obter condição física	

**Objetivos  
Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.5.1.1 Executar CC	1	0	1	
B.5.1.2 Executar GAM 1	1	0	1	
B.5.1.3 Executar MARCOR 5	1	0	1	
B.5.1.4 Executar Base 1	1	0	1	
B.5.1.5 Executar GAM 2	1	0	1	
B.5.1.6 Executar FK	1	0	1	
B.5.1.7 Executar GAM 3	1	0	1	
B.5.1.8 Executar MARCOR 7	2	0	2	
B.5.1.9 Executar Base 2	1	0	1	
B.5.1.10 Executar GAM 4	1	0	1	
B.5.1.11 Executar CC	1	0	1	
B.5.1.12 Executar GAM 5	1	0	1	
B.5.1.13 Executar MARCOR 8	2	0	2	
B.5.1.14 Executar Base 3	1	0	1	
B.5.1.15 Executar MARFOR 5	2	0	2	
B.5.1.16 Executar FK	1	0	1	
B.5.1.17 Executar GAM 6	1	0	1	
B.5.1.18 Executar MARFOR 6	2	0	2	
B.5.1.19 Executar Base 1	1	0	1	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 28 DE 32 PÁGINAS</b>	

B.5.1.20 Executar GAM 7	1	0	1	
B.5.1.21 Executar GAM 8	1	0	1	
B.5.1.22 Executar CC	1	0	1	
B.5.1.23 Executar MARCOR 10	2	0	2	
B.5.1.24 Executar MARFOR 7	2	0	2	
B.5.1.25 Executar Base 2	1	0	1	
B.5.1.26 Executar CC	2	0	2	
B.5.1.27 Executar Slide	(2)	0	(2)	Integrados nos exercícios finais
B.5.1.28 Executar Rappel	(2)	0	(2)	
B.5.1.29 Executar Paralelas	(2)	0	(2)	
B.5.1.30 Executar MARFOR 10 Km	(3)	0	(3)	
B.5.1.31 Executar Preparatória com arma	1	0	1	
Total	34	0	34	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
ANEXO A	ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR	PÁGINA 29 DE 32 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	<b>C – Exercícios</b>	Duração 52 Horas
-----------------	-----------------------	---------------------

MÓDULO	<b>C.1 Exercícios Finais</b>	Duração 52 Horas
Objetivo(s) Gerais	C.1.1 Participar em exercícios finais de campo	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
C.1.1.1 Interpretar os exercícios finais de campo em Pelotão/Companhia	52	0	52	16 TF noturnos
C.1.1.2 Executar os exercícios finais de campo em Pelotão/Companhia				
Total	52	0	52	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 30 DE 32 PÁGINAS</b>	

<b>ÁREA CURRICULAR</b>	<b>D – Avaliação</b>	Duração 36 Horas
------------------------	----------------------	---------------------

<b>MÓDULO</b>	<b>D.1 Testes de avaliação</b>	Duração 36 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	D.1.1 Executar provas de aptidão física D.1.2 Executar testes de avaliação de aquisição de conhecimentos	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
D.1.1.1 Executar as provas de aferição da condição física	4	0	4	Pré-requisitos
D.1.1.2 Executar o Controlo 1 – EFM	4	0	4	
D.1.1.3 Executar o Controlo 2 - EFM	6	0	6	
D.1.2.1 Executar o 1º Circuito de Avaliação	4	0	4	
D.1.2.2 Executar o 2º Circuito de Avaliação	4	0	4	
D.1.2.3 Executar o 1º Teste Escrito	1	0	1	
D.1.2.4 Executar o 3º Circuito de Avaliação	4	0	4	
D.1.2.5 Executar o 4º Circuito de Avaliação	4	0	4	
D.1.2.6 Executar o 5º Circuito de Avaliação	4	0	4	
D.1.2.7 Executar o 2º Teste escrito	1	0	1	
Total	36	0	36	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
ANEXO A	ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR	PÁGINA 31 DE 32 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	<b>E – Diversos</b>	Duração 45 Horas
-----------------	---------------------	---------------------

MÓDULO	<b>E.1 Cerimónias militares</b>	Duração 45 Horas
Objetivo(s) Gerais	E.1.1 Participar em cerimónias militares	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
E.1.1.1 Proceder à Incorporação	8	0	8	Inclui o preenchimento do questionário de expectativas
E.1.1.2 Tirar Fotografia	1	0	1	
E.1.1.3 Realizar a Vacinação e identificação do Grupo Sanguíneo	2	0	2	
E.1.1.4 Proceder ao Reforço de Formação	12	0	12	10 TF noturnos na IB 2 TF noturnos na IC1
E.1.1.5 Participar na palestra sobre prevenção rodoviária	1	0	1	A ministrar na 1ª semana pela SecPes
E.1.1.6 Escolher o Regime de Voluntário/Contrato	1	0	1	A ministrar na 5ª semana pela SecPes
E.1.1.7 Participar na palestra sobre AGPS/Áreas Funcionais	1	0	1	A ministrar na 11ª semana pela SecPes
E.1.1.8 Participar na palestra sobre nutrição	1	0	1	A ministrar na IC 1 pelo Médico ou Enfermeiro do Polo de Formação
E.1.1.9 Participar na palestra sobre igualdade de género	1	0	1	A ministrar na IC 1 pela SecPes
E.1.1.10 Participar na palestra de informação do CIOFE	1	0	1	A ministrar na IC 1 pelo CIOFE
E.1.1.11 Participar na palestra sobre Segurança e Saúde no Trabalho	1	0	1	A ministrar na IC 1 pelo Núcleo de Segurança e Saúde no Trabalho

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR</b>	<b>PÁGINA 32 DE 32 PÁGINAS</b>	

				do Polo de Formação
E.1.1.12 Assistir à demonstração de luzes e ruídos característicos do Campo de Batalha	2	0	2	Na 6ª semana 2 TF noturnos
E.1.1.13 Executar a limpeza de materiais	5	0	5	
E.1.1.14 Executar a entrega de materiais	5	0	5	
E.1.1.15 Participar na cerimónia de encerramento	3	0	3	
Total	45	0	45	

**Observações:**

- O Objetivo Específico E.1.1.10 Participar na palestra de informação do CIOFE, a ministrar pelo CIOFE, deve ser solicitada atempadamente através do Comando do Pessoal.
- Caso não seja possível assegurar a palestra pelo CIOFE, deve ser ministrada por militares habilitados com o Curso de Atendimento ao Público e Informação ao RV/RC.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército										<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGQPE</b>
<b>DOC IVa</b>	Anexo B - Cronograma										Página 1 de 3 págs.	

**1.FINALIDADE**

O cronograma que se encontra neste anexo pretende orientar o planeamento dos Polos de Formação e não constituir-se como um modelo rígido, excetuando no nº total de Tempos de Formação (TF), que permite cumprir o Referencial de Curso aprovado.

**2.CRONOGRAMA INSTRUÇÃO BÁSICA**

Módulos	1ª Semana			2ª Semana			3ª Semana			4ª Semana			5ª Semana		
	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
A.1	2			4+4											
A.2	3	1	3	1	3	2	4	2	2	1	1		1	1	3
A.3				2			1	3	2	1	2	2	3	1	1
A.4	3	2	4	2			1	1		1	2	1	1	1	1
A.5							2	2+2		1	2	2	1		
A.6															
A.7										2	1	2	1		
A.8										1	1	1	1	1	1
D.1	2	2													
E.1	8	1	3					0+2						0+4	1
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército		<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	Anexo B - Cronograma		Página 2 de 3 págs.	

**3. CRONOGRAMA INSTRUÇÃO COMPLEMENTAR 1**

Módulos	6ª Semana			7ª Semana			8ª Semana			9ª Semana			10ª Semana		
	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
B.1	5	1	4		4										
B.2	2	5+2	4	2	1	6	4+3	2	7	2+2	2	7			
B.3							1+1	2	1	1					
B.4	1	1				1	1			4					
B.5	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1
D.1								4							
E.1		0+2	1	1	1					0+2					
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>3</b>

Módulos	11ª Semana			12ª Semana		
	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
B.1	51	52	53	54	55	56
B.2						
B.3						
B.4						
B.5	2	2	1	2		
C.1					12	12
D.1	5					
E.1	1					
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>12</b>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo B - Cronograma</b>	Página 3 de 3 págs.	

#### **4.OBSERVAÇÕES**

- a. Cada TF tem 60 minutos (50 min de formação e 10 min de intervalo);
- b. Cada Dia Útil de Formação (DUF) tem até 8 TF diurnos;
- c. A formação noturna é substituída por 4 TF noturnos;
- d. Não devem ser programados mais de 1 dia com formação noturna por semana, com exceção da 1ª semana (onde não deve ser planejado nenhum), da 2ª semana e da 11ª Semana;
- e. Cada semana tem 5 DUF, com exceção da 5ª semana e da 12ª semana, que possuem respectivamente 4 e 7 DUF;
- f. Caso não existam semanas com dias feriados:
  - (1) O dia 51 deverá corresponder a uma terça-feira e, conseqüentemente, ser precedido de um período de 3 dias de descanso;
  - (2) O dia 55 deverá corresponder a um sábado, e será o dia em que iniciarão os Exercícios Finais.
- g. Caso existam semanas com dias feriados, será necessário prolongar a formação numa 13ª semana;
- h. Os Exercícios Finais devem realizar-se na 12ª semana;
- i. Nos Exercício Finais, os DUF têm 8 TF diurnos e 4 TF noturnos;
- j. Os Exercícios Finais deverão ser objeto de um Guiaão de Exercícios, onde deverá conter em detalhe as atividades a incorporar. As matérias a integrar deverão ser baseadas essencialmente nos módulos A.5, B.2, B.3 e B.5, e não deve ser ministrada formação nova.
- k. O objetivo específico A.4.1.5 Compreender o Serviço Militar como voluntariado/contratado, deve ser ministrado na 5ª semana da IB pela Seção de Pessoal do Polo de Formação.
- l. O objetivo específico A.4.1.16 Identificar os diferentes posto das Forças Armadas, deve ser ministrado na 1ª semana da IB.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo C - Programa de EPQ</b>	Página 1 de 3 págs.

**1.FINALIDADE**

A EPQ é um conjunto de instruções aos quadros nomeados como formadores e encarregados de formação para um determinado curso de formação, e tem como finalidade harmonizar procedimentos e conceitos entre estes, no desempenho das suas funções pedagógicas, permitindo:

- a. Identificar e descrever as metodologias e técnicas de instrução a aplicar na execução das diferentes atividades de instrução, nomeadamente: Metodologia da Instrução Militar (MIM), Técnica Individual de Combate (TIC), Armamento (ARM), Educação Física Militar (EFM), Tiro (TIR), Sapadores (SAP), Comunicações (COM), Ordem Unida (OUN), Proteção do Ambiente (PA), Topografia (TOP), Sobrevivência (SOB), Defesa Nuclear, Biológica, Química e Radiológica (NBQR) e Saúde, Higiene e 1º Socorros (SHS);
- b. Identificar os pontos-chave a ministrar nas diversas matérias;
- c. Identificar e expor as ações de coordenação necessárias ao normal desenvolvimento do processo formativo;
- d. Desenvolver atividades de prática pedagógica;
- e. Definir, explicar e uniformizar procedimentos de carácter administrativo;
- f. Habilitar os formadores com os conhecimentos necessários sobre questões relativas ao Planeamento do Curso (PLAN), Finalidade, Objetivos e Controlo (FOC), Ética e Deontologia Profissionais (EDP), Informação e Segurança (IS), Justiça e Disciplina (JD) e Serviço de Psicologia (PSI);
- g. Organizar e coordenar as ações relativas à incorporação.

**2.EXECUÇÃO**

- a. Conceito
  - (1) As EPQ devem ser conduzidas segundo o modelo apresentado, podendo no entanto ser adaptadas às características do Polo de Formação e do turno, de forma a atingir a finalidade acima fixada;
  - (2) Ministrar a EPQ com ajustado rigor e empenho, fundamentais nesta fase de preparação dos formadores;
  - (3) Permitir uma ajustada adaptação dos formadores às características e especificidades do Polo de Formação.
- b. Programa

O Programa da EPQ deverá contemplar no seu horário as seguintes matérias, devendo cada uma delas ser enquadrada por um elemento com formação/experiência na área:

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo C - Programa de EPQ</b>	<b>Página 2 de 3 págs.</b>

Matérias	Cód.	Formador
Disposição do Comando	ADC	
Planeamento do Curso	PLAN	
Finalidade, Objetivos e Controlo	FOC	
Metodologia da Instrução Militar	MIM	
Técnica Individual de Combate	TIC	
Armamento	ARM	
Ética e Deontologia Profissionais	EDP	
Educação Física e Militar	EFM	
Tiro	TIR	
Sobrevivência	SOB	
Sapadores	SAP	
Comunicações	COM	
Ordem Unida	OUN	
Proteção do Ambiente	PA	
Topografia	TOP	
Defesa Nuclear, Biológica e Química	NBQ	
Saúde, Higiene e 1º Socorros	SHS	
Informação e Segurança	IS	
Justiça e Disciplina	JD	
Serviço de Psicologia	PSI	

c. Horário modelo da EPQ

Companhia de Formação		Escola Preparatória de Quadros	
Dia	Horário	Objetivos da Formação	
Segunda-Feira	08H40 - 09H30	ADC-01	Receção dos Oficiais e Sargentos na Companhia de Formação.
	09H40 - 10H30	ADC-02	Distribuição da Mala do Formador
	10H40 - 11H30	PLAN-01	Dados Gerais sobre o planeamento e calendarização do curso. Programa do CFGCPE.
	11H40 - 12H30	PLAN-02	Avaliação. Relacionamento com a Direção/Secção de Formação.
	14H00 - 14H50	FOC	Normas orientadoras do CFGCPE. Segurança na Instrução. Conduta das Equipas de Formação. A avaliação, normas e finalidade. Medidas de combate à praxe.
	15H00 - 15H50	MIM-01	Métodos e Técnicas Pedagógicas. Técnica da pergunta
Terça-Feira	16H00 - 16H50	MIM-02	Plano Guia de Sessão. Preparação da sessão. Auxiliares de instrução.
	08H40 - 09H30	MIM-03	Prática Pedagógica.
	09H40 - 10H30	ARM	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Prática pedagógica
	10H40 - 11H30	OUN	Regulamento de OUN. Vozes e postura do Instrutor e Encarregado de Instrução. Análise das FII. Prática pedagógica.
	11H40 - 12H30	SHS	Procedimentos em caso de acidente. Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII.
	14H00 - 14H50	EDP-1	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII.
Quarta-Feira	15H00 - 15H50	EFM-1	Sessão teórica. Evacuação sanitária no Campo de Instrução. Avaliação de riscos de acidentes na EFM e consequências para o formando. Uniformes e equipamentos dos formandos e formadores
	16H00 - 16H50	EFM-2	Base 1 / Base 2 / Treino em Circuito / Corrida Contínua / Fartlek
	08H40 - 09H30	COM	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Apresentação dos equipamentos utilizados na instrução.
	09H40 - 10H30	EDP-2	Regras e comportamentos dentro da Unidade. Exemplo pela positiva.
	10H40 - 11H30	PA	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII.
	11H40 - 12H30	IS-1	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Prática pedagógica.
	14H00 - 14H50	IS-2	Informação interna e segurança. Prevenção do consumo de drogas, procedimentos a observar.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>		<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo C - Programa de EPQ</b>		<b>Página 3 de 3 págs.</b>
	15H00 - 15H50	TIR-1	Análise do Plano Delta (Anexo A - Prog Tango I). Técnicas de tiro de espingarda. Condução da instrução de tiro na Carreira de Tiro. Normas de segurança. Preenchimento dos registos de tiro.
	14H00 - 14H50	TIR-2	Auxiliares de instrução utilizados. Apresentação da sala didática de tiro e Carreiras de Tiro.
	08H40 - 09H30	EFM-3	MARCOR/ MARFOR / GAM. (Abordagem à Pista de Obstáculos – Segurança dos Formandos)
	09H40 - 10H30	EFM-4	Controlos/ Materiais/ Avaliação. Informação Prática Pedagógica.
Quinta-Feira	10H40 - 11H30	TOP-01	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Prática pedagógica.
	11H40 - 12H30	TOP-02	Reconhecimento aos locais de instrução. Prática pedagógica.
	14H00 - 14H50	TIC-01	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Uniformização e normas de segurança a adotar.
	15H00 - 15H50	TIC-02	Reconhecimento aos locais de instrução. Prática pedagógica.
	16H00 - 16H50	SOB	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII.
	08H40 - 09H30	NBQR	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Apresentação de material de NBQR.
	09H40 - 10H30	SAP	Objetivos de habilitação e aprendizagem. Análise das FII. Apresentação dos equipamentos utilizados na instrução.
Sexta-Feira	10H40 - 11H30	JD	Acidentes em serviço e fora do serviço. Ausências ilegítimas e deserções. Elaborar uma participação. Generalidades sobre o Processos de Averiguações e Disciplinares.
	11H40 - 12H30	PSI	Serviço de Psicologia da Unidade. Acompanhamento dos formandos. Desistências.
	14H00 - 14H50		
	15H00 - 15H50	ADC-03	Preparação das Ações de Incorporação
	16H00 - 16H50		

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPE
DOC IVa	Anexo D – Programa de Tiro		Página 1 de 1 págs.
<b>1. TIRO DE ESPINGARDA DE ASSALTO FN SCAR-L STD 5,56x45 mm – TIRO DE GRUPAMENTO AOS 25 METROS</b>			
A realizar de acordo com Tabela de Tiro com o código TT EspAss 01 (Tiro de Grupamento com Espingarda de Assalto 5,56 mm).			
<b>2. TIRO DE ESPINGARDA DE ASSALTO FN SCAR-L STD 5,56x45 mm – TIRO DE GRUPAMENTO AOS 100 METROS</b>			
A realizar de acordo com Tabela de Tiro com o código TT EspAss 13 (Tiro de Grupamento com Espingarda de Assalto 5,56 mm).			
<b>3. TIRO DE ESPINGARDA DE ASSALTO FN SCAR-L STD 5,56x45 mm – TIRO DE ZERAGEM</b>			
A realizar de acordo com Tabela de Tiro com o código TT EspAss 02 (Tiro de Zeragem com Espingarda de Assalto 5,56 mm).			
<b>4. TIRO DE ESPINGARDA DE ASSALTO FN SCAR-L STD 5,56x45 mm – TIRO DE CONFIRMAÇÃO</b>			
A realizar de acordo com Tabela de Tiro com o código TT EspAss 03 (Tiro de Precisão a 100M em condições de boa visibilidade com Espingarda de Assalto 5,56 mm).			
<b>NOTA:</b> As Tabelas de Tiro(TT) encontram-se disponíveis na página da intranet do Estado-Maior do Exército (EME).			
<a href="http://lisboa-sites/EME/ATrabalho/gtn/GT_Doutrina_Treino/SitePages/Home%20Page.aspx?RootFolder=%2FEME%2FATrabalho%2Fgtn%2FGT%5FDoutrina%5FTreino%2FDocumentos%20Partilhados%2F6%2E%20Produtos%2FFichas%20Individuais%20de%20Forma%C3%A7%C3%A3o%2FTabelas%20de%20Tiro&amp;FolderCTID=0x012000B007BC5E5EAC9447A1C8ED9AFCC64528&amp;View=%7b48162B20-F30C-4198-AB3B-13CCDFE155D%7d&amp;InitialTabId=Ribbon%2EDocument&amp;VisibilityContext=WSSTabPersistencie">http://lisboa-sites/EME/ATrabalho/gtn/GT_Doutrina_Treino/SitePages/Home%20Page.aspx?RootFolder=%2FEME%2FATrabalho%2Fgtn%2FGT%5FDoutrina%5FTreino%2FDocumentos%20Partilhados%2F6%2E%20Produtos%2FFichas%20Individuais%20de%20Forma%C3%A7%C3%A3o%2FTabelas%20de%20Tiro&amp;FolderCTID=0x012000B007BC5E5EAC9447A1C8ED9AFCC64528&amp;View=%7b48162B20-F30C-4198-AB3B-13CCDFE155D%7d&amp;InitialTabId=Ribbon%2EDocument&amp;VisibilityContext=WSSTabPersistencie</a>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo E - Programa de EFM</b>	Página 1 de 3 págs.

**1. OBJETIVO FINAL**

- a. No final das 12 Semanas, o militar deve ter condição física que lhe permita executar uma marcha administrativa de 10 km, integrada na Companhia no tempo de 120', armado e equipado com uma carga de 10Kg. O local para a execução da prova deve ser regular e preferencialmente de terra batida.
- b. A não execução, execução parcial ou total contribuirá para a nota de Mérito Pessoal (MP), no que concerne aos fatores, dedicação e empenho, adaptabilidade e perseverança.

**2. OBJETIVOS INTERMÉDIOS**

- a. No final da 5ª Semana, o militar deverá efetuar o Controlo 1 do REFE, obtendo no mínimo a classificação final de 10 valores;
- b. No final da 10ª Semana, o militar deverá efetuar o Controlo 2 do REFE, obtendo no mínimo a classificação final de 10 valores;
- c. Nos exercícios finais, o militar deverá efetuar o Slide, Rappel e Paralelas de acordo com o previsto Manual de Técnicas de Transposição de 2002 (elaborado pela Repartição e Educação Física do CID).

**3. AFERIÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA**

Imediatamente após a incorporação, o militar deverá efetuar os exercícios abaixo indicados, permitindo aferir a sua aptidão física à data da entrada no Curso e, consequentemente, adaptar a conduta das sessões de EFM que estão previstas no programa:

- a. Teste Cooper (12' de corrida);
- b. Abdominais (1' de prova);
- c. Extensões de braços no solo;
- d. Saltar muro de 60 cm sem lhe tocar (permitidas três tentativas);
- e. Passar tramo mais curto do Pórtico de 4 metros de altura (permitidas três tentativas).

Estes exercícios devem ser realizados tecnicamente como preconizado no REFE.

**4. PROGRAMACÃO DA FORMAÇÃO:**

Carga Horária:

- a. Nº de Sessões – 46
- b. Nº de TF – 53

		D.1.1.1		D.1.1.1		A.8.1.1		A.8.1.2	
		Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
1ª Semana	Incorporação	Provas de aferição da condição física – 3.a, 3.b e 3.c (pré-requisitos)	100	Provas de aferição da condição física – 3.d, e 3.e (pré-requisitos)	100	CC (Informação, Organização e Prática) (45') + Alongamentos (5')	50	BASE 1 (Informação, Organização e Prática)	50
		<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Formação Geral Comum de Praças do Exército						CÓDIGO: CFGCPE			
DOC IVa	Anexo E - Programa de EFM						Página 2 de 3 págs.			
2ª Semana	A.8.1.3		A.8.1.4		A.8.1.5		A.8.1.6		A.8.1.7	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	CC (25') Jogos (20') Along (5')	50	Base 1	50	CC (25') Jogos (20') Along (5')	50	FPrep/Base1 (10') TC (Info, Org e Prática) (35') Along (5')	50	CC (30') Jogos (15') Along (5')	50
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	
3ª Semana	A.8.1.8		A.8.1.9		A.8.1.10		A.8.1.11		A.8.1.12	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	BASE 2 (Info, Org e Prática)	50	FK (Info, Org e Prática) (45') Along (5')	50	CC 20' TC (25') Along (5')	50	BASE 2	50	CC (30') Jogos (15') Along (5')	50
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	
4ª Semana	A.8.1.13		A.8.1.14		A.8.1.15		A.8.1.16		A.8.1.17	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	BASE 3 (Informação, Organização e Prática)	50	CC (35') Jogos (10') Along (5')	50	FPrep/Base1 (10') TC (25') Jogos (10') Along (5')	50	BASE 3	50	FK (30') Jogos (15') Along (5')	50
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	
5ª Semana	D.1.1.2		D.1.1.2		A.8.1.18		A.8.1.19		Juramento de Bandeira	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)		
	Controlo 1	100	Controlo 1	100	FPrep/Base1 (10') TC (25') Jogos (10') Along (5')	50	CC (35') Jogos (10') Along (5')	50		
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>			
6ª Semana	B.5.1.1		B.5.1.2		B.5.1.3		B.5.1.4		B.5.1.5	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	CC (40') Jogos (5') Along (5')	50	GAM 1	50	MARCOR 5 (45') Along (5')	50	BASE 1	50	GAM 2	50
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	
7ª Semana	B.5.1.6		B.5.1.7		B.5.1.8		B.5.1.9		B.5.1.10	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	FK (40') Jogos (5') Along (5')	50	GAM 3	50	MARCOR 7 (60') Jogos (35') Along (5')	100	BASE 2	50	GAM 4	50
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	Formação Geral Comum de Praças do Exército				CÓDIGO: CFGCPE					
DOC IVa	Anexo E - Programa de EFM				Página 3 de 3 págs.					
8ª Semana	B.5.1.11		B.5.1.12		B.5.1.13		B.5.1.14		B.5.1.15	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	CC (40') Jogos (5') Along (5')	50	GAM 5	50	MARCOR 8 (65') Jogos (30') Along (5')	100	BASE 3	50	MARFOR 5 (75') Jogos (20') Along (5')	100
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>
9ª Semana	B.5.1.16		B.5.1.17		B.5.1.18		B.5.1.19		B.5.1.20	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	TK (40') Jogos (5') Along (5')	50	GAM 6	50	MARFOR 6 (85') Jogos (10') Along (5')	100	BASE 1	100	GAM 7	50
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>
10ª Semana	B.5.1.21		D.1.1.6		D.1.1.6		D.1.1.6		B.5.1.22	
	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
	GAM 8	50	Controlo 2	100	Controlo 2	100	Controlo 2	100	CC (40) Jogos (5') Along (5')	50
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>
11ª Semana	3º dia do fim de semana		B.5.1.23		B.5.1.24		B.5.1.25		B.5.1.26	
			Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)	Atividade	T (m)
			MARCOR 10 (80') Jogos (15') + Along (5')	100	MARFOR 7 (95') Along (5')	100	Base 2	50	CC (60') Jogos (35') Along (5')	100
	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>	<b>50</b>		
12ª Semana	Exercícios finais com duração de 5 dias com início no sábado e término na quarta-feira. Incluem os Objetivos Específicos B.5.1.27, B.5.1.28, B.5.1.29 e B.5.1.30		B.5.1.31		Encerramento do CFGCPE					
			Atividade	T (m)						
			Prep com Arma (10') Jogos (35') Along (5')	50						
	<b>Total</b>	<b>50</b>								

**Observações:**

- As sessões de MARCOR e MARFOR foram ajustadas ao volume de trabalho a desenvolver não respeitando o quadro de progressão previsto na pág. 4 – 241 do REFE;
- Os TF descritos já estipulam as três fases de uma sessão de EFM (fase preparatória, fase fundamental e fase final);
- A sessão B.5.1.24 MARFOR 7 deve ser considerada uma sessão de aproximação à Marcha Administrativa 10km, mas executada apenas ao nível Pelotão.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO:</b> CFGCPE
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 1 de 17 págs.

### **Modalidade A – Exercícios Finais**

#### **1.FINALIDADE**

Os exercícios finais do N° Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército de ANO fazem parte do Referencial de Curso superiormente aprovado e tem por finalidade validar os conhecimentos entretanto adquiridos durante o curso, bem como adaptar e treinar os Soldados Graduados às vivências, técnicas e perícias próprias do permanecer por período superior a 24H em campanha, numa Operação Defensiva. A finalidade última é proporcionar o desenvolvimento de um conjunto de competências pessoais (Estimular a iniciativa, tomada de decisão, autocontrolo, auto- confiança, resiliência, autoestima, adaptação/flexibilidade, discernimento), sociais (Proporcionar a liderança de uma pequena equipa, trabalho de equipa e cooperação, empatia, comunicação, capacidade de influenciar ou mobilizar, coesão) e funcionais ou organizacionais (técnicas) com os seguintes objetivos:

- a. Promover a capacidade de adaptação/ flexibilidade, dos Soldados Graduados, à vida em Campanha ou permitir o seu enquadramento em qualquer contexto de trabalho.
- b. Proporcionar aos Soldados Graduados um conjunto de condições e situações interligadas de forma sequencial, estimulando o desenvolvimento da capacidade de planeamento, que lhes permitam reforçar a camaradagem, desenvolver o espírito de corpo bem como as relações interpessoais, espírito de sacrifício e de resiliência, aperfeiçoar e compreender a importância das demais virtudes cívicas e militares permitindo assimilar e compreender a importância da cultura organizacional como um dos pilares estratégicos das Instituições.
- c. Criar um exercício que promovam os comportamentos organizacionais através de dinâmica de grupo, onde se realce o papel do líder em pequenos grupos e a importância do trabalho de equipa em contextos adversos, com níveis elevados de stress físico e psicológicos, a par do desenvolvimento de níveis elevados de coesão. Devem ser formados grupos e nomeados os respetivos líderes. Este exercício deve ainda reforçar aspetos como a ligação, a dependência e o apoio inerentes a este tipo de provas bem como validar os seguintes conteúdos:

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 2 de 17 págs.

<b>MÓDULO</b>	<b>B.2 Técnica Individual de Combate</b>
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.1 Executar a técnica individual de combate B.2.2 Executar as técnicas de sobrevivência

<b>Objetivos Específicos</b>	P	NP	T	Observações
B.2.1.1 Transportar um ferido				
B.2.1.2 Montar o equipamento e bivacar				
B.2.1.3 Executar a Camuflagem				
B.2.1.4 Proteger-se das vistas				
B.2.1.5 Progredir no terreno de forma isolada, sem ser referenciado				
B.2.1.7 Proteger-se dos fogos				
B.2.1.8 Instalar sem preparação da posição				
B.2.1.9 Instalar com preparação da posição				
B.2.1.10 Reagir a um ataque aéreo				
B.2.1.11 Enunciar as características e funcionamento de uma mina				
B.2.1.12 Localizar minas e armadilhas por análise visual do terreno				
B.2.1.13 Executar Nós e amarrações				
B.2.1.14 Identificar a organização da Sec At e as missões Individuais de cada elemento da Esquadra de Atiradores				
B.2.1.15 Reconhecer e utilizar sinais de combate				
B.2.1.16 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato improvável				
B.2.1.17 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato provável				

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 3 de 17 págs.	

B.2.1.18 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato iminente				
B.2.1.21 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de PO/PE				
B.2.1.22 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de um pequeno alto/grande alto				
B.2.1.23 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato				
B.2.1.24 Atuar como elemento de uma Sec At na reação a uma emboscada				
B.2.2.1 Identificar os princípios básicos de sobrevivência, moral e equipamento				
B.2.2.2 Preparar e organizar kit's de sobrevivência				
B.2.2.3 Identificar os perigos da sobrevivência				
B.2.2.4 Empregar as técnicas para preparação e conservação do fogo				
B.2.2.5 Empregar as técnicas de construção de abrigos				
B.2.2.6 Empregar as técnicas para obtenção e conservação de água e alimentos				
Total				

<b>MÓDULO</b>	<b>B.3 Topografia</b>
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.3.1 Navegar no terreno

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.3.1.3 Identificar as formas de relevo e aspetos característicos do terreno, no campo				
B.3.1.6 Orientar uma carta topográfica com uma bússola				

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 4 de 17 págs.

B.3.1.10 Distinguir a informação marginal, pormenores e acidentes de terreno nas cartas topográficas militares 1/25000 e 1/50000				
B.3.1.11 Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta				
B.3.1.12 Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta				
B.3.1.13 Determinar as coordenadas militares de um ponto do terreno na carta				
B.3.1.14 Determinar a cota de um ponto do terreno				
B.3.1.15 Localizar na carta um ponto do terreno e determinar as suas coordenadas				
Total				

**2.DATAS**

O exercício decorre de \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_

**3.LOCAL**

O exercício realizar-se-á na região de \_\_\_\_\_

**4.FORÇAS QUE TOMAM PARTE**

a. Formadores

(1)

(2)

(3)

(...)

b. Formandos

N.º de Ordem	POSTO	NIM	NOME
...			

c. Outros

...

**5.ORGANIZAÇÃO DAS FORÇAS**

a. O CFGCPE personificará o 1/3/BI 1.

b. Os graduados e as Praças do BFMG atuarão como FOpCon.

**6.SITUAÇÃO TÁTICA**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 5 de 17 págs.

- a. A BrigInt encontra-se a efetuar ajuda humanitária à retaguarda de forças que detêm uma Ofensiva de forças invasoras. Aos BI foram atribuídos sectores para deterem possíveis ataques por parte da FOpCon de controlarem esta região, as Unidades Escalão Companhia (UEC) foram atribuídos sectores onde estas vão executar uma operação defensiva com vista a garantir segurança o controlo da aldeia de Camões e simultaneamente a segurança da população e ONG a operar no local.
- b. Será executada uma defesa de área para destruir a FOpCon com recurso a Posições de Combate.
- c. Até D as forças da FOpCon procurarão infiltrar forças de Reconhecimento com vista a obter notícias sobre as forças no sector.
- d. A partir de D haverá ações de combate por parte da FOpCon.

**7. GUIÃO DOS EXERCÍCIOS**

- a. O exercício decorrerá de acordo com as seguintes fases principais:

GDH	Atividades	Onde	Quem

**8. DIVERSOS**

**9. APOIOS A SOLICITAR AO CE**

Pedido de Apoio de ...

**10. APOIOS A SOLICITAR A OUTRAS UNIDADES/ENTIDADES**

**11. SEGURANÇA**

- a. Evacuação Sanitária
  - (1) Todos os acidentes de instrução devem ser imediatamente relatados ao Comandante de Companhia.
  - (2) Presença em permanência de 01 socorrista na área do exercício.
  - (3) Visita do Sargento Enfermeiro durante o Exercício de Sobrevivência.
  - (4) Acompanhamento mais próximo dos casos que durante o decorrer do curso já foram reveladores de ter ou que apresentam agora lesões.
  - (5) A haver necessidade de Evacuação Sanitária, poderão ter o seguinte destino:
    - (a) Ferido Ligeiro: manter no local e contactar o apoio sanitário presente em permanência na área do exercício;
    - (b) Ferido Grave: solicitar a evacuação via TSF/telemóvel às seguintes entidades, por esta ordem: Secção Sanitária, Comandante de companhia, indicando localização na carta.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 6 de 17 págs.

b. Proibido executar fogo com munição de salva, a menos de 10m de distância para o adversário.

c. Proibido o arranque de vegetação ou deixar lixo nas áreas utilizadas.

**12. NORMAS DE CONDUTA**

a. Lixo é transportado pelos Formandos

b. Danos acidentais a qualquer propriedade deverão ser comunicados de imediato ao Cmdt Comp<sup>a</sup>.

**13. SITUAÇÃO PARA O EXERCÍCIO DE OPERAÇÕES DEFENSIVAS**

a. ANTECEDENTES

- (1) TIBOR é uma região do globo que desde sempre teve um grande valor estratégico. Primeiro, derivado das suas largas riquezas em minério, segundo, pela sua localização geográfica que se constituiu no passado como um ponto de passagem obrigatório das rotas comerciais entre a EUROPA e o Oriente.
- (2) A região de TIBOR, possuidora de uma larga variedade de culturas, foi influenciada pelo expansionismo. Por um lado, pelo cristianismo, e por outro, pelo islamismo, ainda que, não se tivesse verificado a predominância de nenhuma das religiões durante longos períodos de tempo.
- (3) Desde 900 d.C. até aos dias de hoje que os Principados e Estados-Nação da região têm vindo a estar em conflito, essencialmente, por duas razões fundamentais:
  - (a) Por quererem expulsar os membros crentes da outra religião do seu território;
  - (b) Por quererem conquistar o outro estado para explorar os seus recursos naturais
- (4) A influência cristã inicial manteve-se até aos dias de hoje, principalmente em TÚRIA, enquanto que a influência muçulmana, apesar de se ter feito sentir tanto em TÚRIA como em GRÃO-MAIOR, enraizou-se profundamente em ALBARAQUE, e ainda com enormes influências em KATUR.
- (5) Após a I Guerra Mundial a região de TIBOR estabeleceu fronteiras formais sob a égide da Liga das Nações, fronteiras essas que respeitaram as convicções religiosas existentes na área e que permitiram a coexistência de estados muçulmanos e cristãos independentes. Assim, em 1921, ALBARAQUE, GRÃO-MAIOR, TÚRIA e KATUR foram estabelecidos e reconhecidos internacionalmente, respeitando os limites tribais e religiosos anteriormente conhecidos.
- (6) Apesar da calma aparente em que estes países viveram durante décadas, no início de Junho de 2007, milícias e forças irregulares apoiadas por ALBARAQUE desencadearam operações em TÚRIA. Sem se ter registado qualquer acontecimento violento, daquilo que se sabe, as operações concentraram-se inicialmente e fundamentalmente em ações de obtenção de informações.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 7 de 17 págs.

- (7) Em Agosto de 2007, forças irregulares albaraquianas executaram sistematicamente uma série de incursões no norte de TÚRIA e desencadearam um conjunto de ações diretas contra a polícia, bem como contra pessoal e instalações militares. Nesta fase não aconteceram ações violentas contra a população.
- (8) Respondendo à reunião de forças que ALBARAQUE efetuou na fronteira Norte, em Setembro de 2007, TÚRIA deslocou forças para essa região mas manteve, no entanto, a maior parte do seu potencial militar na defesa dos seus centros económicos e políticos fundamentais.
- (9) Ainda que esporádicas e nem sempre confirmadas, são também conhecidas ações de retaliação por parte de TÚRIA através de ações de limpeza étnica na região de KATUR.
- (10) As Forças Armadas de KATUR (FAK) desencadearam retaliações idênticas junto da população cristã da região de \_\_\_\_\_, onde nas últimas três décadas têm cobijado a riqueza natural proveniente das Minas de Urânio, isto com o objetivo de desenvolverem um Projeto Atómico em parceria com ALBARAQUE, projeto esse veementemente condenado pela comunidade internacional, interessada em fazer cumprir os acordos de não proliferação de Armas Nucleares.
- (11) Em Outubro, através de uma ação ofensiva limitada, ALBARAQUE atacou as posições defensivas de TÚRIA e ocupou uma faixa de terreno ao longo da fronteira.
- (12) O Conselho de Segurança das NU reuniu de emergência numa sessão especial e emitiu a resolução 1277, exigindo a retirada imediata das forças albaraquianas e o restabelecimento das fronteiras internacionalmente reconhecidas, isto sob pena de intervenção militar internacional na região, facto que foi ignorado por ALBARAQUE.
- (13) A pedido das NU a OTAN decidiu a 10 de Novembro de 2007 ativar uma força conjunta e combinada de escalão Corpo (Peace Enforcement Force for TÚRIA - PEFORTUR) com vista à projeção na região com o objetivo de implementar no terreno a resolução 1277 mas que, no entanto, não foi imediatamente projetada para o TO.
- (14) A 14 de Agosto de 2009, depois de quase 2 anos de impasse, apercebendo -se a comunidade internacional que a situação das Forças Armadas de Túria (FAT) estava cada vez mais difícil, com graves carências em termos logísticos e de pessoal, iniciou-se a rendição por forças da OTAN, mais capazes de assegurar a segurança na região e de garantirem o normal desenrolar das ações de ajuda humanitária. O ritmo de chegada das forças ao TO tem sido lento e as fronteiras

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 8 de 17 págs.

com Albaraque apresentam graves deficiências de segurança, particularmente a parte OESTE do TO, ainda ocupadas apenas por forças de Túria.

- (15) Numa posição de força, e contra a atuação de forças internacionais na região, ALBARAQUE efetuou operações de demonstração de força junto das forças internacionais, nomeadamente as forças Britânicas, e reforçou as suas ameaças relativas à invasão do território.
- (16) Aproveitando o clima de insegurança, KATUR, incentivado por ALBARAQUE, demonstrou a intenção de se apoderar, de uma vez por todas, das minas de Urânio, localizadas na região de \_\_\_\_\_, para assim poder desenvolver o seu Programa Atómico.
- (17) O Cmdt da PEFORTUR (para a qual PORTUGAL ofereceu a Brigada Ligeira de Intervenção) definiu a seguinte missão para a Brigada Portuguesa: A BrigInt (PRT) impede as hostilidades e estabelece condições de segurança em TÚRIA, assegura uma presença militar contínua na área de operações (AO) e apoia a atividade desenvolvida pelas autoridades civis e Organizações Não Governamentais (ONG) para assegurar condições de paz até não haver necessidade da presença de forças militares da NATO em TÚRIA. Foi estabelecido o seguinte faseamento para a operação:
- (a) Fase I – Preparação e projecção da força de entrada (entry force) da PEFORTUR;
  - (b) Fase II – Ajuda humanitária à população deslocada e detenção da eventual ofensiva da FOpCon;
  - (c) Fase III (simultaneamente com a Fase II) – Desembarque do remanescente das unidades da PEFORTUR;
  - (d) Fase IV – Reposição das fronteiras reconhecidas internacionalmente;
  - (e) Fase V – Consolidação;
  - (f) Fase VI – Transição.
- (18) Atualmente, a presença de forças militares albaraquianas na região mantém-se ao longo de toda a fronteira entre ALBARAQUE e TÚRIA, apesar de as forças internacionais já ocuparem as posições defensivas anteriormente ocupadas pelas FAT.
- (19) O sector que foi atribuído à BrigInt (PRT) é, neste momento, um dos sectores mais perigosos e com maior atividade por parte de forças da FOpCon, essencialmente, pequenos núcleos milícias armadas e de elementos da Companhia de Comandos de KATUR, bem treinados e extremamente moralizados.
- b. SITUAÇÃO GERAL
- (1) Situação Terrestre

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 9 de 17 págs.

O 1BI garante a partir de D ajuda humanitária à população civil, protege as ONG que actuam na sua Área de Responsabilidade (AOR) e impede a actuação de elementos da FOpCon para garantir a segurança de pessoas, bens e instalações na região de \_\_\_\_\_.

- (2) Conceito de Operação do 1BI/BrigInt (PRT)  
Executar uma Operação de Defesa de Área com a 3CAT no Sector ESTE, destruir elementos da FOpCon para impedir que estes executem ações diretas na região de \_\_\_\_\_; com a 1CAT...com a 2CAT...
- (3) Situação Aérea  
A Força Aérea aliada dispõe de superioridade aérea local por longos períodos em todo o território de TIBOR.
- (4) Situação Naval  
A Força Naval da PEFORTUR patrulha toda a costa ocidental de TIBOR, com especial atenção à faixa a norte do cabo Espichel.
- (5) Situação NBQR  
As operações têm decorrido em ambiente NBQR não ativo, todavia, há informações que relatam exercícios das FAA com equipamento BQ, sinal evidente da possibilidade de ocorrência de operações em ambiente NBQR ativo.
- (6) População
  - (a) A população civil de KATUR é hostil às forças de TÚRIA e apoiam a intervenção de forças de ALBARAQUE no território;
  - (b) A população civil de Túria é de uma maneira geral a favor da atuação das forças internacionais, todavia, há elementos referenciados como sendo pró Albaraque e pró Katur.
- (7) Situação nas Retaguardas
  - (a) Existem indícios que forças de KATUR têm infiltrado elementos terroristas entre a população civil das regiões não ocupadas com vista a desencadeamento de ações de sabotagem e de ataques terroristas contra as altas entidades de TÚRIA e forças da PEFORTUR.
  - (b) A Polícia existente na área de responsabilidade do 1BI tem dificuldades em manter a ordem pública devido à falta de meios e efetivos. Devido ao esforço de guerra, tem também dificuldades em combustíveis não conseguindo manter um patrulhamento adequado em toda a área. O Comando Geral da Polícia mostrou - se completamente disponível para apoiar as nossas atividades, especialmente no que diz respeito à partilha de informações.

c. SITUAÇÃO PARTICULAR

- (1) Composição e Articulação das Forças

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 10 de 17 págs.

- (a) 1PeAt
  - (b) 2PeAt
  - (c) 3PeAt
  - (d) ...
- (2) A 3Cat encontra-se em AA em \_\_\_\_\_
- (3) Missão da 3Cat:  
A 3Cat executa uma defesa avançada para destruir elementos da FOpcCon a partir de D, à hora H, na região de \_\_\_\_\_ (coordenadas) a fim de impedir a sua progressão para SUL e negar a ocorrência de ações diretas no complexo de Minas de Urânio na região de \_\_\_\_\_.

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 11 de 17 págs.

### **Modalidade B – Exercícios Finais**

#### **1.FINALIDADE DO EXERCÍCIO**

Os exercícios finais do N° Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército de ANO fazem parte do Referencial de Curso Superiormente aprovado e tem por finalidade validar os conhecimentos entretanto adquiridos durante o curso, bem como adaptar e treinar os Soldados Graduados às vivências, técnicas e perícias próprias do permanecer por período superior a 24H em campanha. A finalidade última é proporcionar o desenvolvimento de um conjunto de competências pessoais (Estimular a iniciativa, tomada de decisão, autocontrole, autoconfiança, resiliência, auto- estima, adaptação/flexibilidade, discernimento), sociais (Proporcionar a liderança de uma pequena equipa, trabalho de equipa e cooperação, empatia, comunicação, capacidade de influenciar ou mobilizar, coesão) e funcionais ou organizacionais (técnicas) com os seguintes objetivos:

- a. Promover a capacidade de adaptação/ flexibilidade, dos Soldados Graduados, à vida em Campanha ou permitir o seu enquadramento em qualquer contexto de trabalho.
- b. Proporcionar aos Soldados Graduados um conjunto de condições e situações interligadas de forma sequencial, estimulando o desenvolvimento da capacidade de planeamento, que lhes permitam reforçar a camaradagem, desenvolver o espírito de corpo bem como as relações interpessoais, espírito de sacrifício e de resiliência, aperfeiçoar e compreender a importância das demais virtudes cívicas e militares permitindo assimilar e compreender a importância da cultura organizacional como um dos pilares estratégicos das Instituições.
- c. Aperfeiçoar e treinar as técnicas de navegação terrestre com a execução de um percurso topográfico (diurno e noturno) com estações que impliquem a realização de tarefas em grupo, criando desta forma uma prova que promova a dinâmica de grupo, num ambiente de elevado stress físico e psicológico e, de conflito interpessoal, onde as tarefas apenas sejam ultrapassáveis em grupo. Devem ser formados grupos e nomeados os respetivos líderes. Esta prova deve ainda reforçar aspetos como a ligação, a dependência e o apoio inerentes a este tipo de provas bem como validar os seguintes conteúdos:

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	<b>Página 12 de 17 págs.</b>

<b>MÓDULO</b>	<b>A.7 Transmissões</b>
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.7.1 Utilizar os equipamentos de transmissões

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
A.7.1.7 Operar os equipamentos TPF efetuando uma comunicação telefónica (Prova de dinâmica de grupo no 2º ponto da prova topográfica)				
<b>Total</b>				

<b>MÓDULO</b>	<b>B.2 Técnica Individual de Combate</b>
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.1 Executar a técnica individual de combate B.2.2 Executar as técnicas de sobrevivência

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.2.1.1 Transportar um ferido (Prova de dinâmica de grupo no 1º ponto da prova topográfica)				
B.2.1.12 Localizar minas e armadilhas por análise visual do terreno (Prova de dinâmica de grupo no 3º ponto da prova topográfica)				
B.2.1.19 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em áreas urbanizadas (Prova de dinâmica de grupo no 4º ponto da prova topográfica)				
B.2.1.22 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de um pequeno alto/grande alto (Prova de dinâmica de grupo no 5º ponto da prova topográfica)				
B.2.1.23 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato (Prova de dinâmica de grupo no 6º ponto da prova topográfica)				
B.2.1.24 Atuar como elemento de uma Sec At na reação a uma emboscada				

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 13 de 17 págs.	

(Prova de dinâmica de grupo no 7º ponto da prova topográfica)				
Total				

<b>MÓDULO</b>	<b>B.3 Topografia</b>	
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.3.1 Navegar no terreno	

**Objetivos Específicos**

	P	NP	T	Observações
B.3.1.3 Identificar as formas de relevo e aspetos característicos do terreno, no campo				
B.3.1.6 Orientar uma carta topográfica com uma bússola				
B.3.1.10 Distinguir a informação marginal, pormenores e acidentes de terreno nas cartas topográficas militares 1/25000 e 1/50000				
B.3.1.13 Determinar as coordenadas militares de um ponto do terreno na carta				
B.3.1.16 Executar percurso topográfico, com o máximo de 8 pontos, de dia e de noite				
Total				

- d. Testar os conhecimentos adquiridos na arte de sobreviver e desenvolver a capacidade de criatividade e inovação, capacidade de relações interpessoais e de sociabilidade, provocar o inconformismo para desenvolver conceitos básicos de gestão de conflitos e stress, capacidade de adaptação e flexibilidade ao desconforto e incomodidade, através de um exercício de sobrevivência, que promova a dinâmica de grupo. Devem ser formados grupos e nomeados os respetivos líderes. Deve contemplar os seguintes conteúdos:

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	<b>Página 14 de 17 págs.</b>

<b>MÓDULO</b>	<b>B.2 Técnica Individual de Combate</b>	
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.2 Executar as técnicas de sobrevivência	

<b>Objetivos Específicos</b>					
	P	NP	T		Observações
B.2.2.1 Identificar os princípios básicos de sobrevivência, moral e equipamento					
B.2.2.2 Preparar e organizar kit's de sobrevivência					
B.2.2.3 Identificar os perigos da sobrevivência					
B.2.2.4 Empregar as técnicas para preparação e conservação do fogo					
B.2.2.5 Empregar as técnicas de construção de abrigos					
B.2.2.6 Empregar as técnicas para obtenção e conservação de água e alimentos					
Total					

e. Desenvolver técnicas e perícias na transposição de obstáculos de forma a desenvolver as competências de autocontrolo, autoconfiança, autoestima (imagem positiva de si próprio), coragem, a tomada de decisão e o desenvolvimento da atitude da iniciativa, bem como o desenvolvimento da capacidade física e resiliência. Deve contemplar os seguintes conteúdos:

<b>MÓDULO</b>	<b>B.5 Educação Física Militar 2</b>				
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.5.1 Obter condição física				
<b>Objetivos Específicos</b>					
	P	NP	T		Observações
B.5.1.27 Executar Slide					
B.5.1.28 Executar Rappel					
B.5.1.29 Executar Paralelas					
Total					

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 15 de 17 págs.

f. Consolidar as tarefas individuais e coletivas através da execução de um conjunto de provas de situação, permitindo que os formandos possam correlacionar e ver a aplicação prática em conjunto das tarefas entretanto aprendidas isoladamente. Devem ser formados grupos e nomeados os respetivos líderes, permitindo desta forma desenvolver redes de comunicação, resiliência, inconformismo. Deve contemplar os seguintes conteúdos:

<b>MÓDULO</b>	<b>B.2 Técnica Individual de Combate</b>
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.1 Executar a técnica individual de combate

<b>Objetivos Específicos</b>	P	NP	T	Observações
B.2.1.2 Montar o equipamento e bivacar				
B.2.1.3 Executar a Camuflagem				
B.2.1.4 Proteger-se das vistas				
B.2.1.5 Progredir no terreno de forma isolada, sem ser referenciado				
B.2.1.7 Proteger-se dos fogos				
B.2.1.8 Instalar sem preparação da posição				
B.2.1.9 Instalar com preparação da posição				
B.2.1.10 Reagir a um ataque aéreo				
B.2.1.11 Enunciar as características e funcionamento de uma mina				
B.2.1.12 Localizar minas e armadilhas por análise visual do terreno				
B.2.1.14 Identificar a organização da Sec At e as missões individuais de cada elemento da Esquadra de Atiradores				
B.2.1.15 Reconhecer e utilizar sinais de combate				
B.2.1.16 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato improvável				

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO: CFGCPE		
DOC IVa	Anexo F – Exercícios Finais	Página 16 de 17 págs.		
B.2.1.17 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato provável				
B.2.1.18 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato iminente				
B.2.1.21 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de PO/PE				
B.2.1.22 Atuar como elemento de uma Sec At na montagem de um pequeno alto/grande alto				
B.2.1.23 Atuar como elemento de uma Sec At nos deslocamentos em contato				
B.2.1.24 Atuar como elemento de uma Sec At na reação a uma emboscada				
Total				

**2.DATAS**

O exercício decorre de \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_.

**3.LOCAL**

O exercício realizar-se-á na região de \_\_\_\_\_.

**4.FORÇAS QUE TOMAM PARTE**

a. Formadores

(1)

(2)

(3)

(...)

b. Formandos

N.º de Ordem	POSTO	NIM	NOME
...			

c. Outros

d. Fita do Tempo

**5.APOIO DE SERVIÇOS**

a. Evacuação Sanitária

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	<b>CÓDIGO: CFGCPE</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>Anexo F – Exercícios Finais</b>	Página 17 de 17 págs.
<p>(1) Todos os acidentes de instrução devem ser imediatamente relatados ao Comandante de Companhia.</p> <p>(2) Presença em permanência de 01 socorrista na área do exercício.</p> <p>(3) Visita do Sargento Enfermeiro durante o Exercício de Sobrevivência.</p> <p>(4) Acompanhamento mais próximo dos casos que durante o decorrer do curso já foram reveladores de ter ou que apresentam agora lesões.</p> <p>(5) A haver necessidade de Evacuação Sanitária, poderão ter o seguinte destino:</p> <p>(a) Ferido Ligeiro: manter no local e contactar o apoio sanitário presente em permanência na área do exercício;</p> <p>(b) Ferido Grave: solicitar a evacuação via TSF/telemóvel às seguintes entidades, por esta ordem: Secção Sanitária, Comandante de companhia, indicando localização na carta.</p> <p>b. Alimentação</p> <p><b>6.DIVERSOS</b></p> <p>a. Apoios a Solicitar ao CF</p> <p>b. Apoios a Solicitar a Outras Entidades</p> <p>c. Normas de Conduta</p> <p>(1) Lixo é transportado pelos Formandos.</p> <p>(2) Danos acidentais a qualquer propriedade deverão ser comunicados de imediato ao Cmdt Comp<sup>a</sup>.</p>		

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

1. Código: A1 – Procedimentos/Ações na execução de Topográficas

A. Missão/Tarefa Executar Prova Topográfica		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014	
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		G. Controlos		I. Implementar controlos	
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	H. Nível de risco residual	J. Supervisionar	K. Avaliar (S/N)	
-Inexperiência dos formandos	M	- Explicação Inicial da prova. - Determinação da hora limite de retorno ao ponto inicial. - Determinar locais dominantes para onde se devem dirigir. - Antes do início da prova, efetuar o aquecimento das articulações. - Determinar locais para onde se devem dirigir. - Alertar para a existência de irregularidades no terreno. - Garantir o cantil cheio de água no início da instrução.	- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova	Formador responsável pela atividade	
-Formando perder-se no terreno	L		- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador responsável pela atividade	
- Quedas, entorses.	L		- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador responsável pela atividade	
- Cansaço físico	M		- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador responsável pela atividade	
L, Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)					
J. Entidade Responsável: _____					
<b>BAIXO (L)</b>		<b>MODERADO (M)</b>		<b>ALTO (H)</b>	
				<b>ELEVADO (E)</b>	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**2. Código: B1 – Procedimentos/ Ações na Técnica Individual de Combate**

<b>A. Missão/Tarefa</b> Procedimentos/Ações na TIC		<b>B. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		<b>C. Data da Preparação:</b> Agosto 2014		
<b>D. Preparado por</b> (Posto, Nome, Função): Escola das Armas						
<b>E. Perigos</b>	<b>F. Nível de risco inicial</b>	<b>G. Controlos</b>	<b>H. Nível de risco residual</b>	<b>I. Implementar controlos</b>	<b>J. Supervisionar</b>	<b>K. Avaliar (S/N)</b>
- Utilizar munições de salva.	M	- Conduzir um briefing de segurança inicial (ex. não executar disparos a menos de 10 metros) - Verificar nos cunhetes de transporte a não existência de munições normais. - Controlar a distribuição e consumo pelos formandos. - Utilizar supressores de ruído.	L	- Executar os procedimentos identificados em G. CONTROLOS	Formador responsável	
- Lesões Físicas	M	- Áreas de instrução reconhecidas previamente. - Acompanhamento permanente por formadores.	L	- Executar os procedimentos identificados em G. CONTROLOS	Formador responsável	
-Condições Meteorológicas Adversas	M	- Utilizar o uniforme adequado de acordo com as condições meteorológicas.	L	- Executar os procedimentos identificados em G. CONTROLOS	Formador responsável	
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos</b> (indicar envolvendo com um círculo)						
<b>J. Entidade Responsável:</b> _____						
<b>BAIXO (L)</b>		<b>MODERADO (M)</b>	<b>ALTO (H)</b>	<b>ELEVADO (E)</b>		

Pág. 2 de 15

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

3. Código: B2 – Procedimentos/Ações no Manuseamento de Armamento

A. Missão/Tarefa Procedimentos/Ações no manuseamento de Armamento		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014		
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		Pág. 1 de 1 pág.				
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	I. Implementar controlos	J. Supervisionar	K. Avaliar (S/N)
- Obstrução do Cano antes do tiro	H	- Operações de segurança	L	- Manual de Tiro Armas Ligeiras	Oficial Tiro	
- Ruído	L	- Supressores de ruído	L	- Alunos e formadores utilizam supressores de ruído.		
- Fadiga	H	- Execução à ordem - Presença no local de automaca e socorrista	L	- Todas as ações são supervisionadas e dirigidas à ordem do Oficial de Tiro.		
- Munição na arma/carregador no final do tiro	H	- Operações de Segurança	L	- Manual de Tiro Armas Ligeiras		
L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)						
J. Entidade Responsável: _____						
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**4. Código: B3 – Procedimentos/Ações na execução de Marcha Forçada / Marcha Corrida**

A. Missão/Tarefa Executar Marcha Forçada / Marcha Corrida		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014	
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		E. Perigos		F. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas	
F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	I. Implementar controlos	J. Supervisionar	K. Avaliar (S/N)
M	-Revista de saúde.  - Percursos reconhecidos antes da realização da marcha. - Acompanhamento permanente por formadores.  -Cantis com água.	L	- Médico/Enfermeiro efetuam revista de saúde no início  - Formadores enquadram permanentemente os formandos.  - Formadores passam revista aos cantis. - Viaturas de apoio transportam água.	Diretor de Curso  Diretor de Curso e Formadores  Diretor de Curso e Formadores	
M		L			
M		L			

L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)

J. Entidade Responsável: \_\_\_\_\_

BAIXO (L)                      MODERADO (M)                      ALTO (H)                      ELEVADO (E)

Pag 4 de 15

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

5. Código: C1 – Procedimentos/Ações na execução de Treino Físico Geral

A. Missão/Tarefa Executar Treino Físico Geral		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014		
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		Pág. 1 de 1 pág.				
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	I. Implementar controlos	J. Supervisionar	K. Avaliar (S/N)
- Quedas, entorses.	L	- Antes do início da atividade, efetuar o aquecimento das articulações. - Determinar locais para onde se devem dirigir.	L	- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador com habilitação em EFM	
- Cansaço físico	M	- Estar atento ao nível de concentração dos alunos e ao índice de desempenho. - Alertar para a existência de irregularidades no terreno. - Fornecer água no final da instrução.	L	- Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador com habilitação em EFM	
L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)						
J. Entidade Responsável: _____						
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

6. Código: C2 – Procedimentos/Ações na Execução do Controlos de EFM

A. Missão/Tarefa Procedimentos na execução do Controlo de EFM		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014		
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Ármas				Pág. 1 de 1 pág.		
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	I. Implementar controlos	J. Supervisionar	K. Avaliar (S/N)
- Quedas, entorses.	L	- Antes do início da atividade, efetuar o aquecimento das articulações. - Determinar locais para onde se devem dirigir.	L	- REFE - Formador percorre de viatura a área onde se realiza a prova.	Formador com habilitação em EFM	
- Cansaço físico	M	- Estar atento ao nível de concentração dos alunos e ao índice de desempenho.	L	- Formador acompanha o curso	Formador com habilitação em EFM	

L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)

J. Entidade Responsável: \_\_\_\_\_

BAIXO (L)      MODERADO (M)      ALTO (H)      ELEVADO (E)

Pag 6 de 15

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

7. Código: D1 – Procedimentos/Técnica de Transposição de Obstáculos Verticais

A. Missão/Tarefa		B. Grupo Data/Hora		C. Data da Preparação:		
Executar Rapel apoiado em parede		GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		Agosto 2014		
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas						
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	I. Implementar controlos	J. Supervisorar	K. Avaliar (S/N)
-Inexperiência dos formandos	M	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicação inicial do Exercício</li> <li>- Relembrar execução dos nós</li> <li>- Demonstrar execução</li> <li>- Verificar execução dos nós</li> <li>- Presença de 2 formadores habilitados com a qualificação de EFM</li> </ul>	L	- REFE/MTTO	Oficial de Educação Física	
-Falha do Material	M	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verificação inicial e prévia de todo o material a utilizar.</li> <li>- Montar Corda de Segurança</li> <li>- Estabelecer 3 pontos de amarração</li> <li>- Segurança inferior</li> </ul>	L	- REFE/MTTO	Oficial de Educação Física	
-Condições Meteorológicas Adversas	L	- Testagem das linhas de rappel.	L	- O formador executa primeiro e afere se estão reunidas as condições.	Oficial de Educação Física	

Pag 7 de 15

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

**Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos**

- Assaduras, cortes, hematomas, contusões.	L	- Obrigatório o uso de luvas e capacete.	- Formador fornece material de proteção e certifica-se que o aluno é portador do mesmo ao executar a tarefa	Oficial de Educação Física	
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)</b>					
<b>J. Entidade Responsável: _____</b>					
<b>BAIXO (L)                      MODERADO (M)                      ALTO (H)                      ELEVADO (E)</b>					

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

8. Código: D2 – Procedimentos/Técnica de Transposição de Obstáculos (Slide)

A. Missão/Tarefa Transportar um obstáculo por intermédio de um Slide		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014	
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		G. Controlos		H. Nível de risco residual	
E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos		H. Nível de risco residual	
-Inexperiência dos formandos	M	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicação inicial do Exercício</li> <li>- Relembrar execução dos nós</li> <li>- Demonstrar execução</li> <li>- Verificar execução dos nós</li> <li>- Presença de 2 formadores habilitados com a qualificação de EFM</li> </ul>		L	
-Falha do Material	M	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verificação inicial e prévia de todo o material a utilizar.</li> <li>- Montar dispositivo de Segurança</li> <li>- Segurança de pulso</li> </ul>		L	
-Condições Meteorológicas Adversas	L	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Testagem das linhas de slide.</li> </ul>		L	
		I. Implementar controlos		J. Supervisionar	
		- REFE/MTTO		Oficial de Educação Física	
		- REFE/MTTO Segunda linha e atadura de peito		Oficial de Educação Física	
		- O formador executa primeiro e afere se estão reunidas as condições.		Oficial de Educação Física	

Pag 9 de 15

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

**Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos**

- Impacto no momento da chegada.	L	- Travadores de Segurança - Obrigatório o uso de luvas e capacete.	L	- Formador coloca 2 homens no final da linha a operar os travadores	Oficial de Educação Física
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)</b>					
<b>J. Entidade Responsável: _____</b>					
<b>BAIXO (L)      MODERADO (M)      ALTO (H)      ELEVADO (E)</b>					

**NÃO CLASSIFICADO**

9. Código: D3 – Procedimentos/Técnica de Transposição da Pista de Cordas (paralelas)

<b>A. Missão/Tarefa</b> Transposição de Pista de Cordas		<b>B. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		<b>C. Data da Preparação:</b> Agosto 2014		Pág. 1 de 1 pág.	
<b>D. Preparado por (Posto, Nome, Função):</b> Escola das Armas							
<b>E. Perigos</b>	<b>F. Nível de risco inicial</b>	<b>G. Controlos</b>	<b>H. Nível de risco residual</b>	<b>I. Implementar controlos</b>	<b>J. Supervisionar</b>	<b>K. Avaliar (S/N)</b>	
-Falha do Material	H	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verificação inicial e permanente de todo o material a utilizar.</li> <li>- Execução em teste da tarefa para certificação de condições.</li> <li>- Verificar permanentemente a tensão e estado da pista</li> </ul>	L	<p>- REFEMTTO</p> <p>- Todas as execuções são supervisionadas pelo formador.</p>	Formador com qualificação EFM		
- Queda	H	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durante a execução o aluno coloca sempre o mosquetão nas cordas de segurança</li> </ul>	L	<p>- Todas as execuções são supervisionadas pelo formador.</p>	Formador com qualificação EFM		
<b>I. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)</b>							
<b>J. Entidade Responsável:</b> _____							
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)	

**NÃO CLASSIFICADO**

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**10. Código: D4 – Procedimentos/Técnica de Subida ao Pórtico**

<b>A. Missão/Tarefa</b> Subida ao pórtico		<b>B. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		<b>C. Data da Preparação:</b> Agosto 2014		Pág. 1 de 1 pág.	
<b>D. Preparado por (Posto, Nome, Função):</b>							
<b>E. Perigos</b>	<b>F. Nível de risco inicial</b>	<b>G. Controlos</b>	<b>H. Nível de risco residual</b>	<b>I. Implementar controlos</b>	<b>J. Supervisionar</b>	<b>K. Avaliar (S/N)</b>	
-Falha do Material	H	- Verificação inicial e permanente de todo o material a utilizar. - Execução em teste da tarefa para certificação de condições.	L	- REFE/MTTO	Formador com qualificação EFM		
- Queda	L	- Durante a execução o formador supervisiona a execução. - Emprego da lona	L	- Presença no local de socorrista.	Formador com qualificação EFM		
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)</b>							
<b>J. Entidade Responsável:</b> _____							
<b>BAIXO (L)</b>		<b>MODERADO (M)</b>	<b>ALTO (H)</b>	<b>ELEVADO (E)</b>			

Pag 12 de 15

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**11. Código: D5 – Procedimentos/Técnica de transposição de pista de 200m obstáculos**

A. Missão/Tarefa Execução dos obstáculos da pista de 200m obstáculos		B. Grupo Data/Hora GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		C. Data da Preparação: Agosto 2014		Pág. 1 de 1 pág.	
D. Preparado por (Posto, Nome, Função): Escola das Armas		E. Perigos		F. Nível de risco inicial		G. Controlos	
H. Nível de risco residual		I. Implementar controlos		J. Supervisionar		K. Avaliar (S/N)	
-Falha do Material		L	- Verificação inicial e permanente de todo o material a utilizar. - Execução em teste da tarefa para certificação de condições.	L	- REFE/MTTO	Formador com qualificação EFM	
- Queda em obstáculos		M	- Durante a execução o formador supervisiona a execução. - Colocação de um auxiliar à transposição da vala e da escada chinesa	L	- Presença no local de socorrista.	Formador com qualificação EFM	
I. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)							
J. Entidade Responsável: _____							
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**12. Código: E1 – Procedimentos/Ações na Execução de uma Marcha**

<b>A. Missão/Tarefa</b> Executar Marcha		<b>B. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		<b>C. Data da Preparação:</b> Agosto 2014		
<b>D. Preparado por</b> (Posto, Nome, Função): Escola das Armas						
<b>E. Perigos</b>	<b>F. Nível de risco inicial</b>	<b>G. Controlos</b>	<b>H. Nível de risco residual</b>	<b>I. Implementar controlos</b>	<b>J. Supervisionar</b>	<b>K. Avaliar (S/N)</b>
-Condição física para a marcha /Fadiga.  -Quedas e entorses.	M  M	- Fornecer água ao longo do percurso - Acompanhamento de equipa sanitária durante a prova  - Percursos reconhecidos antes da realização da marcha. - Acompanhamento permanente por formadores	L  L	- Formadores passam revista aos canis. - Viaturas de apoio transportam água.  - Formadores acompanham permanentemente a prova	Direção de Curso e Formadores Oficial Médico  Direção de Curso e Formadores	
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos</b> (indicar envolvendo com um círculo)						
<b>J. Entidade Responsável:</b> _____						
<b>BAIXO (L)</b>		<b>MODERADO (M)</b>	<b>ALTO (H)</b>	<b>ELEVADO (E)</b>		

Pag 14 de 15

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

Anexo G (GESTÃO DO RISCO) ao Doc IVa – Plano de Estudos

**13. Código: F1 – Procedimentos/Ações de descontaminação NBQ individual**

<b>D. Missão/Tarefa</b> Descontaminar a pele, os olhos e a cara. Descontaminar a roupa, a arma e o equipamento individual.		<b>E. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: Definido em horário GDH Fim: Definido em horário		<b>F. Data da Preparação:</b> Agosto 2014		Pág. 1 de 1 pág.	
<b>D. Preparado por</b> (Posto, Nome, Função): Escola das Armas							
<b>E. Perigos</b> -Intoxicação.	<b>F. Nível de risco inicial</b> M	<b>G. Controlos</b> - Não aplicar na pele, cara e olhos	<b>H. Nível de risco residual</b> L	<b>I. Implementar controlos</b> - Lavar áreas afectadas com água corrente. - Conduzir o intoxicado ao posto médico. - No final da sessão os utilizadores dos descontaminantes devem pele exposta e a roupa e proceder a limpeza extraordinária de equipamento e armamento	<b>J. Supervisionar</b> Direção de Curso e Formadores	<b>K. Avaliar (S/N)</b>	
<b>L. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos</b> (indicar envolvendo com um círculo)							
<b>J. Entidade Responsável:</b> _____							
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)	

NÃO CLASSIFICADO

**ANEXO H – (UFCD 3069 - TOPOGRAFIA E CÁLCULO-NOÇÕES BÁSICAS) ao Plano de Estudos**

Código do Obj. Específico	Designação do Objetivo Específico	DURAÇÃO (TF)		
		P	NP	T
A.5.11	<i>Observar e escutar, num PO, dado um sector, de dia e de noite</i>	2	0	2
A.5.13	<i>Elaborar um relato de observação, pelo método "TUTELA"</i>	1	0	1
B.2.1.5	<i>Progredir no terreno de forma isolada, sem ser referenciado</i>	3	0	3
B.2.1.6	<i>Progredir em áreas edificadas</i>	3	0	3
B.2.1.7	<i>Proteger-se dos fogos</i>	2	0	2
B.2.1.9	<i>Instalar-se com preparação da posição</i>	5	0	5
B.2.1.12	<i>Localizar minas e armadilhas por análise visual do terreno</i>	3	0	3
B.2.1.20	<i>Atuar como elemento de uma Sec At na preparação de um edifício para defesa</i>	3	0	3
B.3.1.3	<i>Identificar as formas de relevo e aspetos característicos do terreno, no campo</i>	2	0	2
B.3.1.6	<i>Orientar uma carta topográfica com uma bússola</i>	2	0	2
B.3.1.8	<i>Reproduzir o terreno utilizando uma caixa de areia</i>	1	0	1
B.3.1.9	<i>Elaborar um esboço panorâmico</i>	1	0	1
B.3.1.10	<i>Distinguir a informação marginal, pormenores e acidentes de terreno nas cartas topográficas militares 1/25000 e 1/25000</i>	2	0	2
B.3.1.11	<i>Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta</i>	2	0	2
B.3.1.12	<i>Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta</i>	1	0	1
B.3.1.13	<i>Determinar as coordenadas militares de um ponto do terreno na carta</i>	2	0	2
B.3.1.14	<i>Determinar a cota de um ponto no terreno</i>	1	0	1
B.3.1.15	<i>Localizar na carta um ponto do terreno e determinar as suas coordenadas</i>	2	0	2
B.3.1.16	<i>Executar percurso topográfico, com o máximo de 8 pontos, de dia e de noite</i>	10	3	10
B.3.1.17	<i>Distinguir o princípio de funcionamento do sistema GPS, as suas partes constituintes e cuidados a ter na sua manutenção</i>	1	0	1
B.4.8	<i>Proteger-se dos efeitos causadores de baixas das explosões nucleares</i>	1	0	1
<b>Total</b>		<b>50</b>	<b>0</b>	<b>50</b>

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

IVb – Especificação da Formação

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE  
PRAÇAS DO EXÉRCITO**

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFG/CPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 1 DE 47 PÁGINAS</b>	

<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Geral	<b>Duração (TF)</b>
<b>A.1</b>	<b>MÓDULO</b>	Armamento	159 H
<b>A.1.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Usar o Armamento Individual	10 H

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios			Avaliação Instrumentos	Domínio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo		
A.1.1.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconhecer a ferramenta portátil do combatente Espingarda Automática SCAR-L;</li> <li>- Lança Granadas FN40GL mk2;</li> <li>- Metralhadora Ligeira FN Minimi 3,56 mk3;</li> <li>- Espingarda de precisão SCAR-H;</li> <li>- Metralhadora Ligeira FN Minimi 7,62 Mk3;</li> <li>- Pistola Glock 17;</li> <li>- Caçadeira Tática Benelli;</li> <li>- Outro equipamento disponível</li> </ul>	FIF0161A-2.1	- Expositivo (Exposição oral)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em P-Point ou QAI</li> <li>- Espingardas e pistolas em uso no Exército</li> <li>- Ferramenta portátil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Mostrador de granadas</li> <li>- Espingardas e pistolas em uso no Exército</li> <li>- Ferramenta portátil</li> </ul>	- Formativa	- Registo de observação	- Cognitivo
A.1.1.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posições de transporte;</li> <li>- Operações de segurança;</li> <li>- Características;</li> <li>- Divisões;</li> <li>- Funcionamento.</li> </ul>	FIF0161A-2.2	Demonstrativo (Demonstração Direta)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em P-Point ou em QAI</li> <li>- Esp.Aut SCAR-L</li> <li>- Bipé</li> <li>- Sabre-baloneta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Esp.Aut SCAR-L</li> <li>- Bipé</li> <li>- Sabre-baloneta</li> </ul>	Formativa	Registo de observação	- Cognitivo - Psicomotor
A.1.1.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupos do punho;</li> <li>- Coronha;</li> <li>- Culatra;</li> <li>- Cano;</li> <li>- Caixa de mecanismos;</li> <li>- Acessórios.</li> </ul>	FIF0161A-2.3	Demonstrativo (Demonstração Direta)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em QAI</li> <li>- Esp.Aut SCAR-L</li> <li>- Estojos de limpeza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> <li>- Esp.Aut SCAR-L</li> <li>- Estojos de limpeza</li> </ul>	Formativa	Registo de observação	- Cognitivo - Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				CÓDIGO:	CFG/CP
<p><b>A.1.1.4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bandoeira;</li> <li>- Sabre-baineta;</li> <li>- Protetores das calhas</li> <li>- Picatinny;</li> <li>- Punho Vertical;</li> <li>- Bipé.</li> </ul>	<p>FIF0161A- 2,4</p>	<p>Demonstrativo (Demonstração Direta)</p>	<p>- Apresentação em QAI - Esp.Aut SCAR-L - Estojo de limpeza</p>	<p>- QAI - Esp.Aut SCAR-L - Estojo de limpeza</p>	<p>Formativa</p>	<p>- Registo de observação - Cognitiva - Psicomotor</p>
<p><b>A.1.1.5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Componentes do Kit de limpeza</li> <li>- Lubrificação.</li> </ul>	<p>FIF0161A- 2,5</p>	<p>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</p>	<p>- Apresentação em QAI - Esp.Aut SCAR-L - Estojo de limpeza</p>	<p>- QAI - Esp.Aut SCAR-L - Estojo de limpeza</p>	<p>Formativa</p>	<p>- Registo de observação - Cognitiva - Psicomotor</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 3 DE 49 PÁGINAS</b>	

<b>A.2</b>	<b>MÓDULO</b>	Ordem Unida	50H
<b>A.2.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar movimentos de ordem unida sem arma.	
<b>A.2.2</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar movimentos de ordem unida com arma.	
<b>A.2.3</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Participar em formaturas e cerimônias militares.	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.º	Métodos e técnicas pedagógicas		Meios		Avaliação Instrumentos		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	Equip.	Equip.	Tipo	Tipo	
A.2.1.1	-Firme -Sentido -Descansar - Descansar à vontade - "DIREITA VÓLVER". - "ESQUERDA VÓLVER" - "MEIA VOLTA VÓLVER" -Passo "À FRENTE" -Passo "À RETAGUARDA" -Passos lateral "À DIREITA" -Passo lateral "À ESQUERDA". - Perfilar com intervalos normais. - Perfilar com intervalos abertos - Retomar a posição de "SENTIDO" a partir do "PERFILAR"	FIF0162A-1.1	Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listaagem de procedimentos	Nada a assinalar	Nada a assinalar	Formativa	Registro de observação	Psicomotor
A.2.1.2	- "DIREITA VÓLVER". - "ESQUERDA VÓLVER" - "MEIA VOLTA VÓLVER" -Passo "À FRENTE" -Passo "À RETAGUARDA" -Passos lateral "À DIREITA" -Passo lateral "À ESQUERDA". - Perfilar com intervalos normais. - Perfilar com intervalos abertos - Retomar a posição de "SENTIDO" a partir do "PERFILAR"	FIF0162A-1.2	Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listaagem de procedimentos	Nada a assinalar	Nada a assinalar	Formativa	Registro de observação	Psicomotor
A.2.1.3	- "DIREITA VÓLVER". - "ESQUERDA VÓLVER" - "MEIA VOLTA VÓLVER" -Passo "À FRENTE" -Passo "À RETAGUARDA" -Passos lateral "À DIREITA" -Passo lateral "À ESQUERDA". - Perfilar com intervalos normais. - Perfilar com intervalos abertos - Retomar a posição de "SENTIDO" a partir do "PERFILAR"	FIF0162A-1.3	Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listaagem de procedimentos	Nada a assinalar	Nada a assinalar	Formativa	Registro de observação	Psicomotor
A.2.1.4	- "DIREITA VÓLVER". - "ESQUERDA VÓLVER" - "MEIA VOLTA VÓLVER" -Passo "À FRENTE" -Passo "À RETAGUARDA" -Passos lateral "À DIREITA" -Passo lateral "À ESQUERDA". - Perfilar com intervalos normais. - Perfilar com intervalos abertos - Retomar a posição de "SENTIDO" a partir do "PERFILAR"	FIF0162A-1.4	Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listaagem de procedimentos	Nada a assinalar	Nada a assinalar	Formativa	Registro de observação	Psicomotor
A.2.1.5	- "DIREITA VÓLVER". - "ESQUERDA VÓLVER" - "MEIA VOLTA VÓLVER" -Passo "À FRENTE" -Passo "À RETAGUARDA" -Passos lateral "À DIREITA" -Passo lateral "À ESQUERDA". - Perfilar com intervalos normais. - Perfilar com intervalos abertos - Retomar a posição de "SENTIDO" a partir do "PERFILAR"	FIF0162A-1.5	Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listaagem de procedimentos	Nada a assinalar	Nada a assinalar	Formativa	Registro de observação	Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	CFG/CP		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 4 DE 49 PÁGINAS			
A.2.1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Romper a marcha a partir de "MARCAR PASSO".</li> <li>- "SENTIDO" e fazer alto</li> </ul>	FIF0162A-1.6	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Nada a assinalar	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.1.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>"À DIREITA RODAR"</li> <li>"À ESQUERDA RODAR"</li> </ul>	FIF0162A-1.7	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Nada a assinalar	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.1.8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "DIREITA VOLVER"</li> <li>"ESQUERDA VOLVER"</li> <li>- "MEIA VOLTA VOLVER"</li> </ul>	FIF0162A-1.8	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Nada a assinalar	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.1.9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "ABRIR FILEIRAS"</li> <li>"UNIR FILEIRAS"</li> </ul>	FIF0162A-1.9	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Nada a assinalar	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "SENTIDO" c/arma</li> <li>"À VONTADE" c/arma</li> </ul>	FIF0162A-1.10	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "OMBRO ARMA"</li> <li>"DESCANSAR ARMA"</li> </ul>	FIF0162A-1.11	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "APRESENTAR ARMA"</li> <li>"OMBRO ARMA"</li> </ul>	FIF0162A-1.12	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Romper a Marcha</li> <li>Marchar e fazer "ALTO", armado</li> </ul>	FIF0162A-1.13	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continência "À DIREITA"</li> <li>Continência "ESQUERDA"</li> <li>"OLHAR EM FRENTE"</li> <li>Com e sem arma.</li> </ul>	FIF0162A-1.14	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor
A.2.2.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "OMBRO ESQUERDO ARMA"</li> <li>"À partir desta posição o "OMBRO ARMA"</li> </ul>	FIF0162A-1.15	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Formativa	- Registo de observação	Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	CFG/CP		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 5 DE 49 PÁGINAS			
<b>A.2.2.7</b>	- "CRUZAR ARMA," Partir desta posição o "OMBRO ARMA,"	FIF0162A- 1.16	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Listagem de procedimentos	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>A.2.2.8</b>	- "EM TERRA LANÇAR" "DE TERRA LEVANTAR ARMA,"	FIF0162A- 1.17	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Listagem de procedimentos	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>A.2.2.9.</b>	- "FUNERAL ARMA" Partir desta posição o "OMBRO ARMA,"	FIF0162A- 1.18	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	Listagem de procedimentos	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Registro de observação	- Psicomotor
<b>A.2.3.1</b>	- Apresentação ao Comando da Companhia Apresentação ao Comando do Batalhão Apresentação ao Comando da Unidade	Guião da Cerimónia	- Ativo (Simulação)	- Guião da cerimónia	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>A.2.3.2</b>	- Cerimónia de apresentação dos Símbolos nacionais	Guião da Cerimónia	Ativo (Simulação)	- Guião da cerimónia	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Registro de observação	Psicomotor
<b>A.2.3.3</b>	- Ordem Unida de Companhia/Batalhão	Guião da Cerimónia	- Ativo (Simulação)	- Guião da cerimónia	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Registro de observação	- Psicomotor - Afetivo - Cognitivo
<b>A.2.3.4</b>	- Cerimónia de juramento de bandeira	Guião da Cerimónia /A	Ativo (Simulação)	- Guião da cerimónia	- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm	Registro de observação	- Psicomotor - Afetivo - Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 6 DE 49 PÁGINAS</b>	

<b>A.3</b>	<b>MÓDULO</b>	Socorrismo		25H		
<b>A.3.1</b>	<b>OBJETIVOS GERAIS</b>	Aplicar as medidas profiláticas de higiene e saúde individual				
<b>A.3.2</b>		Executar primeiros socorros a uma vítima				
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.ª</b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios Equip.</b>	<b>Avaliação Instrumentos</b>	<b>Domínio do Saber</b>
<b>A.3.1.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fatores intervenientes na propagação das infeções contagiosas</li> <li>- "Indivíduo suscetível" de ser atacado)</li> <li>- "Meio de transmissão"</li> <li>- "Reservatório de doença"</li> <li>- Medidas preventivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII SHS (00)-01-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.3.1.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Medidas de higiene Individual</li> <li>- Cuidados a ter com a pele;</li> <li>- Cuidado com as mãos;</li> <li>- Cuidados com os pés;</li> <li>- Cuidados com os órgãos;</li> <li>- Cuidados com os dentes;</li> <li>- Outros cuidados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII SHS (00)-01-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.3.1.3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Doenças mais frequentes</li> <li>- Blenorréia</li> <li>- Sífilis</li> <li>- Cancro mole</li> <li>- Linfo granuloma venéreo</li> <li>- SIDA</li> <li>- Ambiente biológico</li> <li>- Ambiente químico</li> <li>- Agentes Neurotóxicos;</li> <li>- Agentes Vesicantes;</li> <li>- Agentes Tóxicos – sanguíneos;</li> <li>- Agentes Asfixiantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII SHS (00)-01-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.3.1.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analgésicos</li> <li>- Opiáceos;</li> <li>- Estimulantes do sistema nervoso central;</li> <li>- Peribarradores do sistema nervoso central.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII SHS (00)-01-04</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.3.1.5</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII SHS (00)-01-05</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE			
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 7 DE 49 PÁGINAS			
<b>A.3.2.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situações de asfixia parcial;</li> <li>- Sinais de asfixia total.</li> <li>- Principais causas;</li> <li>- Condições básicas do choque.</li> </ul>	FII SHS (00)-02-01	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Boneco de simulação da reanimação</li> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Boneco de simulação da reanimação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste Prático</li> <li>- Teste Prático</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.3.2.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar agravamento de lesões;</li> <li>- Instalar o doente numa posição adequada;</li> <li>- Meios (humanos e materiais)</li> </ul>	FII SHS (00)-02-02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Boneco de simulação da reanimação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste Prático</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.3.2.3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiração Artificial (insuflação boca-a-boca);</li> <li>- Massagem Cardíaca Externa;</li> <li>- Associação da Massagem Cardíaca com a respiração artificial</li> </ul>	FII SHS (00)-02-03	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Boneco de simulação da reanimação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste Prático</li> <li>- 1º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.3.2.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compressão direta (penso compressivo);</li> <li>- Elevação da zona atingida (casos de feridas dos membros);</li> <li>- Compressão digital das artérias (hemorragia indireta).</li> <li>- Aplicação de garrote ou torniquete (caso de feridas nos membros)</li> </ul>	FII SHS (00)-02-04	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Pensos individuais;</li> <li>- Material para improvisação do garrote/torniquete (tira de pano, lenço, cinto, gravata, abafo ou outro material disponível); e um pau c/25-40 cm.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste Prático</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO			CÓDIGO:	CFG/CP
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			PÁGINA 8 DE 49 PÁGINAS	
<b>A.3.2.5</b>	– Desobstrução das vias respiratórias. – FII SHS (00)-02-05	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Boneco de simulação da reanimação	– Projetor – Computador – Boneco de simulação da reanimação	– Teste Prático – 1º Circuito de Avaliação	– Cognitivo – Psicomotor
<b>A.3.2.6</b>	– Executar a imobilização por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro fraturado. – FII SHS (00)-02-06	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Projetor – Tala ou objeto improvisado – Ligaduras – Quadro branco	– Teste Prático – 2º Circuito de Avaliação	– Cognitivo – Psicomotor	
<b>A.3.2.7</b>	– Classificação das queimaduras quanto à profundidade das lesões – Queimaduras graves; – Controle ou prevenção do choque; – Tratamento da queimadura. – FII SHS (00)-02-07	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Projetor – Computador – Boneco de simulação da reanimação – Quadro branco	– Teste Prático	– Cognitivo – Psicomotor	
<b>A.3.2.8</b>	– “Transporte Do Atrador”; – “Transporte ao “colôdorso”; – “Transporte Por Suspensão”; – “Transporte Rastejante”; – FII SHS (00)-02-08	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Projetor – Computador – Quadro branco	– Teste Prático	– Cognitivo – Psicomotor	
<b>A.3.2.9</b>	– Fratura sem deslocamento; – Fratura com deslocamento; – Levantamento de um fraturado da coluna – FII SHS (00)-02-09	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Projetor – Maca – Quadro branco	– Teste Prático	– Cognitivo – Psicomotor	
<b>A.3.2.10</b>	– Organizar uma Bolsa de Urgência, – reconhecer as aplicações de cada um dos seus constituintes – FII SHS (00)-03-01	Expositivo (Exposição oral) – Demonstrativo (Demonstração Direta)	– Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco – Projeto – Computador – Bolsa de emergência	– Teste Prático	– Cognitivo – Psicomotor	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>		<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>PÁGINA 9 DE 49 PÁGINAS</b>	

<b>A.4</b>	<b>MÓDULO</b>	Ética e Deontologia Profissionais	25H
<b>A.4.1</b>		Assumir os princípios e valores da instituição militar	
<b>A.4.2</b>	<b>OBJETIVOS GERAIS</b>	Compreender a organização do Exército e das Forças Armadas	
<b>A.4.2</b>		Compreender o Serviço Interno das Unidades	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas		Meios			Avaliação		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos				
<b>A.4.1.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A. Proibidade</li> <li>- A. Disciplina</li> <li>- Apresentação pessoal (RDM art.º 4º - dever 35º)</li> <li>- Cabelo e barba (art.º 42º do RGSUE)</li> <li>- Uniformes (art.º 40º do RGSUE)</li> <li>- Uso de Distintivos de Serviço (art.º 41º do RGSUE)</li> <li>- Uso não autorizado (RDM art.º 4º do dever 54º)</li> <li>- Disposições Diversas sobre Atavio e Apresentação do Pessoal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII/MCM (00)-01-01</li> <li>- FII/MCM (00)-02-19</li> <li>- RDM</li> <li>- RGSUE</li> <li>- Despacho nº61 do CEME de 2009</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>			
<b>A.4.1.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disciplina e Obediência</li> <li>- Disciplina Militar</li> <li>- Solidiedade e Camaradagem</li> <li>- Espírito de Corpo</li> <li>- A Coragem Cívica</li> <li>- A Coragem Física e a Coragem Moral</li> <li>- Bravura e Intrepidez</li> <li>- A abnegação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII/MCM (00)-01-03</li> <li>- FII/MCM (00)-01-04</li> <li>- FII/MCM (00)-01-05</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>			
<b>A.4.1.3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deveres Militares (Capítulo II do RDM)</li> <li>- Disposição Gerais (Capítulo I do RDM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII/MCM (00)-02-09</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>			
<b>A.4.1.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A liberdade</li> <li>- A responsabilidade</li> <li>- Valores Cívicos</li> <li>- O "Dever"</li> <li>- Os "Direitos"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII/MCM (00)-01-11</li> <li>- FII/MCM (00)-01-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFG/CP		
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 10 DE 49 PÁGINAS			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-17</li> <li>- O Serviço Militar Voluntário</li> <li>- Carta Internacional dos Direitos do Homem</li> <li>- A Génese da Declaração Universal</li> <li>- A Génese dos Pactos Internacionais</li> <li>- Declaração Universal dos Direitos do Homem</li> <li>- Importância e Influência da Declaração Universal dos Direitos do Homem</li> </ul>				
<b>A.4.1.5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Serviço Militar como voluntário ou contratado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-07</li> <li>- LSM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeção em Power Point ou QAI</li> <li>- Computador</li> <li>- QAI</li> <li>- Teste oral</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>A.4.1.6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A Bandeira como símbolo Nacional</li> <li>- O Significado do Juramento de Bandeira</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 02-06</li> <li>- CRP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeção em Power Point ou QAI</li> <li>- Computador</li> <li>- QAI</li> <li>- Teste oral</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>A.4.1.7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pátria</li> <li>- Bandeira Nacional (Estandartes Militares)</li> <li>- Hino Nacional</li> <li>- O conceito de Cidadania e Cidadania Europeia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-09</li> <li>- CRP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeção em Power Point ou QAI</li> <li>- Computador</li> <li>- QAI</li> <li>- Teste oral</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>A.4.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participar no canto coral do Hino Nacional "A Portuguesa"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII CDR (00)-01-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gravação áudio do Hino Nacional</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Computador</li> <li>- Coluna de som</li> <li>- Formativa</li> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>A.4.1.9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lealdade</li> <li>- Patriotismo</li> <li>- Civildade</li> <li>- Valor</li> <li>- Honra</li> <li>- Honra pessoal/Honra nacional</li> <li>- Penas</li> <li>- Conceitos das Penas Disciplinares</li> <li>- Cumprimento da Pena (art.º 51º, 52º, e 53º do RDM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-06/07</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeção em Power Point ou QAI</li> <li>- Computador</li> <li>- QAI</li> <li>- Teste oral</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>A.4.1.10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penas</li> <li>- Conceitos das Penas Disciplinares</li> <li>- Cumprimento da Pena (art.º 51º, 52º, e 53º do RDM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 02-10</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeção em Power Point ou QAI</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> <li>- Teste oral</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:		CFGGCE		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 11 DE 49 PÁGINAS				
<b>A.4.1.11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausência ilegítima</li> <li>- Reinoldência</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-11</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Agravantes da responsabilidade disciplinar</li> <li>- Ateruantes da responsabilidade disciplinar</li> <li>- Crimes essencialmente militares</li> <li>- Desercção em tempo de paz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-12/13</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de recompensas</li> <li>- Penas disciplinares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-14/15</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar uma reclamação</li> <li>- Executar um recurso</li> <li>- Executar uma queixa</li> <li>- Elaborar um requerimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-16/23</li> <li>- RDM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.15</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar continência</li> <li>- Apresentar-se a um superior</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-04/05</li> <li>- RCHM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- N/A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- N/A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- 1º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.4.1.16</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Simbologia associada aos postos:</li> <li>- Exército</li> <li>- Marinha</li> <li>- Força Aérea</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- 1º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.17</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continências e honras militares,</li> <li>- Graus de hierarquia militar nas Forças Armadas</li> <li>- As diversas Categorias ART 16º (RCHM)</li> <li>- ART 18º (RCHM)</li> <li>- ART 19º (RCHM)</li> <li>- Bandeira, Estandarte e o Hino Nacionais, O Presidente da República. (Art.º 10 do RCHM)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-01</li> <li>- FII MCM (00)-02-03</li> <li>- RCHM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>A.4.1.18</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamento do Militar perante as Autoridades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)-02-08</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Afetivo</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	CFG/CP
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 12 DE 49 PÁGINAS	
A.4.2.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atitudes e Comportamento do Militar perante a População</li> <li>- Democracia;</li> <li>- Constituição da República Portuguesa;</li> <li>- Defesa Nacional;</li> <li>- Forças Armadas;</li> <li>- Defesa da Pátria, Serviço Militar e Serviço Cívico;</li> <li>- Os Princípios da Defesa Nacional;</li> <li>- Objetivos da Defesa Nacional;</li> <li>- Conceito Estratégico de Defesa Nacional;</li> <li>- A componente Militar da Defesa Nacional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-10</li> <li>- FII MCM (00)- 01-12</li> <li>- CRP</li> <li>- LDN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
A.4.2.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A OTAN;</li> <li>- História;</li> <li>- Finalidades;</li> <li>- Países integrantes;</li> <li>- Estrutura Militar;</li> <li>- Compromissos de Portugal;</li> <li>- Participação de Portugal com forças em missões OTAN;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-13</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
A.4.2.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Missão do Exército;</li> <li>- Dependências;</li> <li>- As Forças Armadas Portuguesas;</li> <li>- A situação de Portugal;</li> <li>- A defesa de uma Nação;</li> <li>- A Componente Terrestre;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 01-14</li> <li>- FII MCM (00)- 01-16</li> <li>- FII MCM (00)- 01-16</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
A.4.2.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organização Geral do Exército;</li> <li>- O CEME;</li> <li>- O EME;</li> <li>- Órgãos centrais de administração e direção;</li> <li>- Órgãos de conselho;</li> <li>- Órgãos de inspeção;</li> <li>- Órgãos de implantação territorial;</li> <li>- Elementos da componente operacional do sistema de forças nacional;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII MCM (00)- 02-24</li> <li>- LDN</li> <li>- LOBOFA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFG/CP
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 13 DE 49 PÁGINAS	

<b>A.4.3.1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Organograma do Exército;</li><li>- Divisão Militar territorial;</li><li>- Serviço Interno das Unidades;</li><li>- Artigo 17.º - Conceito;</li><li>- Artigo 18.º - Âmbito;</li><li>- Artigo 19.º - Continuidade do serviço;</li><li>- Artigo 20.º - Horário dos serviços;</li><li>- Artigo 21.º - Ordem de serviço;</li><li>- Artigo 22.º - Recolher e alvorada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li></ul>
<b>A.4.3.2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Alojamento</li><li>- Alimentação</li><li>- Fardamento</li><li>- Vencimentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 14 DE 49 PÁGINAS</b>	

<b>A.5</b>	<b>MÓDULO</b>	Informação e Segurança	19H
<b>A.5.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações	
<b>A.5.2</b>		Identificar as normas de prevenção e combate a incêndios	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação		Domínio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos	
<b>A.5.1.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir o conceito de Informações</li> <li>- Definir o conceito de Contraintormação</li> <li>- Definir o conceito de Segurança Militar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI/IS(00) 01-01</li> <li>- PDE 2.00</li> <li>- Informações</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
<b>A.5.1.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar as disposições legais no RDM prevêm e punem as infrações praticadas no âmbito da segurança militar</li> <li>- Identificar as disposições legais no CUM prevêm e punem os crimes praticados no âmbito da segurança militar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI/IS(00) 02-01</li> <li>- RDM</li> <li>- CIM-Lei nº 100/2003</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
<b>A.5.1.3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar os graus de segurança: Muito Secreto, Secreto, Confidencial e Reservado</li> <li>- Identificar os graus de classificação de segurança das matérias militares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI/IS(00) 03-01</li> <li>- SEG MIL 1 - Cap III</li> <li>- CINP-0-Cap III: Secção C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
<b>A.5.1.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar a Contraintormação</li> <li>- Definir e caracterizar os Tipos e Medidas de Contraintormação:</li> <li>- Medidas de Proteção</li> <li>- Medidas de Detecção</li> <li>- Órgãos de Contraintormação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI/IC(00) 04-01</li> <li>- PDE 2.00</li> <li>- Informações</li> <li>- Instruções de Segurança Militar no Exército (CINF 01, Estado-Maior do Exército, Lisboa 1968 Aimp:2 (A) Security Doctrine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFG/CP	
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 15 DE 49 PÁGINAS		
A.5.1.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir as medidas ativas e passivas</li> <li>- Explicação do que consiste o sistema de senha e contrassenha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Execução dos procedimentos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Registo de observação</li> <li>- 2º-Círculo de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
A.5.1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir e distinguir as Áreas de Segurança das instalações:</li> <li>- Área de Segurança Classe 1</li> <li>- Área de Segurança Classe 2</li> <li>- Área de Segurança Classe 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
A.5.1.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir os Estados de Segurança:</li> <li>- Estado de Segurança ALFA</li> <li>- Estado de Segurança BRAVO</li> <li>- Estado de Segurança CHARLIE</li> <li>- Estado de Segurança DELTA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
A.5.1.8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Procedimentos a "tomar e atitudes a evitar pelo PG"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
A.5.1.9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir o PG</li> <li>- Executar os procedimentos após captura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO:	CFG/CP		
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 16 DE 49 PÁGINAS			
<b>A.5.1.10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar os procedimentos em vigor relativamente a documentos e materiais capturados ao IN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII ICI(00) 03-02 Instruções de Segurança Militar No Exército (GINFD), Estado-Maior do Exército, Lisboa, 1968</li> <li>- FII ATI (00) 01-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Professor Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Modelo de etiqueta PG e etiqueta de material QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Registo de observação</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.5.1.11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as técnicas de observação</li> <li>- Executar observação de dia</li> <li>- Executar observação de noite</li> <li>- Executar a escola de dia e de noite</li> <li>- Executar a observação e escuta em terreno não acidentado, em terreno arborizado e em áreas edificadas</li> <li>- Designar um Objetivo fazendo uso de técnicas de referenciação, de dia</li> <li>- Executar referenciação sem recurso a um ponto de referência</li> <li>- Executar referenciação com recurso a um ponto de referência</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII ICI(00) 01-01</li> <li>- MTIC, Cap V, Pág 1 a 17 – Publicação da EPI</li> <li>- Pel e SecAt Apêndices O – Publicação da DA, OUT8</li> <li>- FII ICI(00) 01-02</li> <li>- MTIC, Cap. V, Pág. 20 a 24, EPI, Matra</li> <li>- FII ICI(00) 01-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> <li>- QAI</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Registo de observação</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Registo de observação</li> <li>- 2º Circuito de Avaliação</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> <li>- Formativa</li> <li>- Registo de observação</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.5.1.12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Como obter informações</li> <li>- Como colaborar para a produção de informações</li> <li>- Elaborar um relatório de observação, pelo método "TUTELA"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII ICI(00) 01-03</li> <li>- Instrução de Segurança Militar no Exército (CINF 01, Estado-Maior do Exército, Lisboa 1968</li> <li>- Manual do Oficial Miliciano: Parte Geral/ 2º Volume, Estado-Maior do Exército, Lisboa, 1965</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>A.5.1.13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Como obter informações</li> <li>- Como colaborar para a produção de informações</li> <li>- Elaborar um relatório de observação, pelo método "TUTELA"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII ICI(00) 01-03</li> <li>- Instrução de Segurança Militar no Exército (CINF 01, Estado-Maior do Exército, Lisboa 1968</li> <li>- Manual do Oficial Miliciano: Parte Geral/ 2º Volume, Estado-Maior do Exército, Lisboa, 1965</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFG/CP
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 17 DE 49 PÁGINAS	

<b>A.5.2.1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Definir as formas de combustão</li><li>- Caracterizar a propagação da combustão</li><li>- Caracterizar o Triângulo do fogo</li><li>- Caracterizar os métodos de extinção</li><li>- Definir as classes de fogo</li><li>- Caracterizar os agentes extintores</li><li>- Caracterizar os extintores</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII DCI(00) 01-01</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- OAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li></ul>
<b>A.5.2.2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar as normas de prevenção gerais a adotar na presença de um incêndio:</li><li>- Em edifícios</li><li>- Nas florestas</li><li>- A detecção</li><li>- A extinção</li><li>- Terrenos e situações perigosas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII DCI(00) 01-02</li><li>- FII DCI(00) 01-04</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou OAI ou quadro branco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- OAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li></ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 18 DE 49 PÁGINAS</b>	

<b>A.6</b>	<b>MÓDULO</b>	Proteção do Ambiente	02H
<b>A.6.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Conhecer as responsabilidades na proteção do ambiente	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas			Meios		Avaliação		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	Equip.	Equip.	Equip.	Equip.	Equip.	
<b>A.6.1.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar os componentes do ambiente; a influência do Homem, os fatores de poluição e os riscos da degradação ambiental.</li> <li>- A poluição e a degradação do ambiente-1</li> <li>- A poluição e a degradação do ambiente-2</li> <li>Princípio geral</li> <li>- Princípios específicos</li> <li>- Objetivos e Medidas</li> <li>- Conceitos e Definições</li> <li>- Componentes Ambientais Naturais</li> <li>- Ar</li> <li>- Luz e níveis de luminosidade</li> <li>- (Águas) Medidas especiais</li> <li>- Fauna</li> <li>- Poluição</li> <li>- Ruído</li> <li>- Compostos Químicos</li> <li>- Resíduos e efluentes</li> <li>- Proibição de poluir</li> <li>- Direitos e deveres dos cidadãos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FII AMB (00)-01-01</li> <li>FII AMB (00)-02-01</li> <li>FII AMB (00)-02-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>			
<b>A.6.1.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Luz e níveis de luminosidade</li> <li>- (Águas) Medidas especiais</li> <li>- Fauna</li> <li>- Poluição</li> <li>- Ruído</li> <li>- Compostos Químicos</li> <li>- Resíduos e efluentes</li> <li>- Proibição de poluir</li> <li>- Direitos e deveres dos cidadãos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FII AMB (00)-03-01</li> <li>- Leis de Bases do Ambiente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>			
<b>A.6.1.3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreender a necessidade de regras de proteção e conservação do ambiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FII AMB (00)-01-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>			
<b>A.6.1.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Problemas globais</li> <li>- O que o militar pode fazer</li> <li>- O que o militar deve fazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FII AMB (00)-01-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projetor</li> <li>- Computador</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formaliva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 19 DE 47 PÁGINAS	

A.7	MÓDULO	Transmissões	09H
A.7.1	OBJETIVO GERAL	Utilizar os equipamentos de transmissões.	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação Instrumentos		Dominio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo		
A.7.1.1	- Definir alfabeto fonético - Identificar algarismos - Identificar como dizer virgulas, números decimais e datas	- FII TMS(00) 01-01	- Expositivo (Exposição oral) - Interrogativo (Perguntas)	- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco	- Projetor - Computador - Quadro branco - QAI	- Formativa - Sumativa	- Registo de observação - 2ºCircuito de Avaliação	- Cognitivo
A.7.1.2	- Definir interceção, mistificação, empastelamento - Identificar medidas defensivas contra a interceção, mistificação e empastelamento.	FII TMS(00) 01-02	- Expositivo (Exposição oral)	- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco	- Projetor - Computador - Quadro branco - QAI	- Formativa	- Registo de observação	- Cognitivo
A.7.1.3	- Caracterizar o telefone de campanha P/BLC – 101 - Descrever os principais componentes do telefone de campanha P/BLC – 101 - Instalar o telefone de campanha P/BLC – 101 corretamente - Instalar o telefone de campanha P/BLC – 101	- FII TMS(00) 04-01	- Expositivo (Exposição oral) - Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco - P/BLC-101	- Projetor - Computador - Quadro branco - P/BLC – 101 - QAI	- Formativa - Sumativa	- Registo de observação - 2ºCircuito de Avaliação	- Cognitivo - Psicomotor
A.7.1.4	- Identificar os cuidados a ter no manuseamento do equipamento - Desinstalar o telefone de campanha P/BLC	- FII TMS(00) 04-01	- Expositivo (Exposição oral) - Demonstrativo (Demonstração Direta)	- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco - P/BLC-101	- Projetor - Computador - Quadro branco - P/BLC – 101 - QAI	- Formativa - Sumativa	- Registo de observação - 2ºCircuito de Avaliação	- Cognitivo - Psicomotor
A.7.1.5	- Caracterizar o E/R P/PRC 425 - Descrever os principais componentes do E/R P/PRC 425	- FII TMS(00) 07-01	- Expositivo (Exposição oral)	- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco - P/P/PRC 425	- Projetor - Computador - Quadro branco - P/P/PRC 425 - QAI	- Formativa	- Registo da observação	- Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 20 DE 47 PÁGINAS	

<b>A.7.1.6</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Instalar o telefone de campanha P/PRC 425 corretamente</li><li>- Identificar os cuidados a ter no manuseamento do equipamento</li><li>- Desinstalar o telefone de campanha P/PRC 42</li><li>- 5.E/R P/PRC 425 corretamente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII</li><li>- TMS(00)</li><li>- 07-01</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li><li>- P/PRC 425</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- P/PRC 425</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Sumativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li><li>- 2ºCircuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>A.7.1.7</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Operar os equipamentos TPF efetuando uma comunicação telefônica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII</li><li>- TMS(00)</li><li>- 04-02</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li><li>- P/BLC-101</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- P/BLC - 101</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Sumativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li><li>- 2ºCircuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>A.7.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Operar os equipamentos TSF efetuando uma chamada radiotelefônica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII</li><li>- TMS(00)</li><li>- 07-02</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li><li>- E/R P/PRC 425</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- E/R P/PRC 425</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Sumativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li><li>- 2ºCircuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>A.7.1.9</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Conhecer e executar expressões de serviço em chamadas, comunicação à voz e grupo data hora</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII</li><li>- TMS(00)</li><li>- 01-03</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Apresentação em Power Point ou QAI ou quadro branco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor</li><li>- Computador</li><li>- Quadro branco</li><li>- QAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 21 DE 47 PÁGINAS	

A.8	MÓDULO	Educação Física Militar 1	19H
A.8.1	OBJETIVO GERAL	Obter condição física	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação Instrumentos	Domínio do Saber
				RTP	Equip. Equip.		
A.8.1.1	CC (Informação, Organização e Prática) (45') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto.	- Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.2	- BASE 1 (Informação, Organização e Prática)(0')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto. - O material necessário é o indicado para cada exercício	- Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.3	- CC (25') + Jogos (20') + Alongamentos (5')	REFE	Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto.	- Registo de observação	Psicomotor
A.8.1.4	- BASE 1	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto - O material necessário é o indicado para cada exercício	Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.5	CC (25') + Jogos (20') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto.	Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.6	- FP/Prep/Base 1 (10') + TC (Informação, Organização e Prática) + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto. - TC	- Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.7	CC (30') + Jogos (15') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto. - Material para os jogos	Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.8	- BASE 2 (Informação, Organização e Prática)}	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto - O material necessário é o indicado para cada exercício	- Registo de observação	- Psicomotor
A.8.1.9	- FK (Info, Org e Prática) (45') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apto	- Registo de observação	- Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO: CFGCPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 22 DE 47 PÁGINAS
A.8.1.10	- CC 20' + TC (25') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.11	- Base 2 (50')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.12	- CC (30') + Jogos (15') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo REFE
A.8.1.13	- BASE 3 (Informação, Organização e Prática)	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.14	- CC (40') + Jogos + Alongamentos (5') FP/Prep/Base 1 (10') + TC (25') + Jogos (10') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.15	- BASE 3	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.16	- FK (30') + Jogos (15') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.17	- FP/Prep/Base 1 (10') + TC (25') + Jogos (10') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.18	- CC (40') + Jogos (10') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE
A.8.1.19	- CC (40') + Jogos (10') + Alongamentos (5')	- Expositivo e demonstrativo - REFE

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b> CFGCPE
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 23 DE 47 PÁGINAS</b>

<b>B</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Específica	<b>Duração (TF)</b> 206H 18H
<b>B.1</b>	<b>MÓDULO</b>	Armamento e Tiro	
<b>B.1.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar tiro com o armamento individual	

<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.ª</b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios</b>		<b>Avaliação</b>		<b>Domínio do Saber</b>
				<b>RTP</b>	<b>Equip.</b>	<b>Tipo</b>	<b>Instrumentos</b>	
<b>B.1.1.1</b>	- Fundamentos de tiro com a Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm.	FIF0173A-1.1	- Demonstrativo (Demonstração direta)	QAI de ATI - Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm - Alvos - QAI	Formativo	- Registo de observação	Psicomotor	
<b>B.1.1.2</b>	- Posições básicas de tiro com a Espingarda assalto FN SCAR STD 5,56x45mm.	FIF0173A-1.2	- Demonstrativo (Demonstração direta)	QAI de ATI - Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm - Alvos - QAI	Formativo	- Registo de observação	Psicomotor	
<b>B.1.1.3</b>	- Trocas do carregador básicas com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD.	FIF0173A-1.3	- Demonstrativo (Demonstração direta)	QAI de ATI - Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm - Alvos - QAI	Formativo	- Registo de observação	Psicomotor	
<b>B.1.1.4</b>	- Interrupções de tiro com a Espingarda assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm.	FIF0173A-1.4	- Demonstrativo (Demonstração direta)	QAI de ATI - Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm - Alvos - QAI	Formativo	- Registo de observação	Psicomotor	
	- O olho direito e a mão que deve utilizar para empunhar a Espingarda Automática; Empunhar a Espingarda Automática;	FIF0173A-1.5	- Demonstrativo (Demonstração direta)	QAI de ATI - Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm - Estalo de limpeza; - Óleo de limpeza	Formativo	- Registo de observação	Psicomotor	

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO				CÓDIGO: CFGCPE		
	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				PÁGINA 24 DE 47 PÁGINAS		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apontar a Espingarda Automática;</li> <li>- Preparação da Espingarda Automática para tiro;</li> <li>- Operações de manejo de fogo e da segurança com a Espingarda Automática;</li> <li>- Disparar a Espingarda Automática;</li> <li>- O "tiro de tiro" com a Espingarda Automática".</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Óleo de lubrificação (ingrediente nº 10);</li> <li>- Mochas, trapos, desperdícios</li> <li>- QAI</li> </ul>		
<b>B.1.1.6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabela de tiro de grupamento com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm aos 25 metros</li> </ul>	FIF0173A-1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI de ATI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Munições</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativo Sumativa</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- Tabela de tiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.1.1.7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabela de tiro de grupamento com a Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm aos 100 metros</li> </ul>	FIF0173A-1.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI de ATI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Munições</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativo Sumativa</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- Tabela de tiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.1.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiro de Precisão de Espingarda Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm (Zeramento).</li> </ul>	FIF0173A-1.8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI de ATI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Munições</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativo Sumativa</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- Tabela de tiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.1.1.9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabela de tiro de confirmação com a Espingarda de Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm.</li> </ul>	FIF0173A-1.9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI de ATI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Munições</li> <li>- Alvos</li> <li>- QAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativo Sumativa</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- Tabela de tiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 25 DE 47 PÁGINAS	

B.2	MÓDULO	Técnica Individual de Combate		92H
B.2.1	OBJETIVO GERAL	Executar a técnica individual de combate		
B.2.2	OBJETIVO GERAL	Executar as técnicas de sobrevivência		

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação Instrumentos	Domínio do Saber	
				RTP	Equip.			
B.2.1.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as diversas técnicas de transporte de feridos</li> <li>- Executar o transporte "Do Alifador"</li> <li>- Executar o transporte ao "COLO/DORSO"</li> <li>- Executar o transporte "Por Suspensão"</li> <li>- Executar transporte "Rastejante"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI SHS(00) 02-08</li> <li>- Manual de Primeiros Socorros, Estado-Maior do Exército, 1976</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI Nº 4/1980 (Ferimentos, Fraturas e Transporte de Feridos) da CHEMATI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Diapositivos e Transparencias</li> <li>- Coleção nº 16/1982 da CHESMATI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- OAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 3º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
B.2.1.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar o equipamento utilizado normalmente em campanha</li> <li>- Executar os procedimentos para na montagem e utilização do equipamento individual de campanha</li> <li>- Executar os procedimentos para Bivectar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI TIC(00) 01-01</li> <li>- MTIC, Publicação da EPI, Matra</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- OAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
B.2.1.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar a camuflagem</li> <li>- Executar a camuflagem do combatente</li> <li>- Executar a camuflagem do equipamento</li> <li>- Camuflar-se utilizando apenas os acidentes e outros meios naturais existentes no terreno</li> <li>- Camuflar-se pelo aproveitamento de meios artificiais ou naturais ou pela conjugação de ambos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FI TIC(00) 02-01</li> <li>- MTIC, Cap III, Matra</li> <li>- Pag 6 a 40 - EPI, Pel/SecAl, Apêndice B, DAI, OUT81</li> <li>- CAV D. 1981, 003</li> <li>- CAV D. 1981, 003</li> <li>- 01:2/34/5 (da coleção 3161 - cor)</li> <li>- OAI 5/75</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- OAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação do material</li> <li>- Apresentação do material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN</li> <li>- SCAR STD</li> <li>- 5,56x45mm</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 3º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Ativo</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 26 DE 47 PÁGINAS		
<b>B.2.1.4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Camuflar-se utilizando apenas os acidentes e outros meios naturais existentes no terreno</li> <li>- Camuflar-se pelo aproveitamento de meios artificiais ou naturais ou pela conjugação de ambos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Apresentação do material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- 3º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Afetivo</li> </ul>
<b>B.2.1.5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as técnicas de progressão</li> <li>- Progredir por um itinerário desenhado</li> <li>- Progredir por lanças</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- 3º Circuito de Avaliação</li> <li>- 4º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as técnicas de progressão em áreas edificadas</li> <li>- Progredir no exterior dos edifícios</li> <li>- Progredir no interior dos edifícios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- 4º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proteger-se contra os fogos directos e efeitos das armas de tiro tenso</li> <li>- Proteger-se contra os efeitos das granadas de mão</li> <li>- Proteger-se contra os efeitos das granadas de morteiro e de artilharia</li> <li>- Proteger-se contra os efeitos dos fogos de meios aéreos</li> <li>- Proteger-se dos fogos e das granadas nos edifícios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espingarda Assalto FN SCAR STD 5,56x45mm</li> <li>- Equipamento individual de campanha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE			
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 27 DE 47 PÁGINAS			
<b>B.2.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Instalar em terreno não preparado</li><li>- Instalar em área edificada não preparada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- TIC(00) 02 03</li><li>- AT(00) 01 01</li><li>- MTIC, Cap III, Pág 49 a 57 e 82B a 90, EPI, Málra</li><li>- Pel/SecAt,</li><li>- Apêndices B e P, DAI, OUT81</li><li>- 85/CAV (P/B – 15 min).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI</li><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li><li>- OAI</li><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li><li>- Equipamento Individual de campanha</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li><li>- 3º Circuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.9</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Instalar no terreno com preparação da posição</li><li>- Instalar em edifícios com preparação da posição</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI TIC (00) 02-04</li><li>- MTIC, Cap III, Pág 57 a 78 A e 90 a 94, EPI, Málra</li><li>- Pel/SecAt,</li><li>- Apêndices D e P, DAI, OUT81</li><li>- 85/CAV (P/B – 9 min)</li><li>- 159/CAV (P/B – 22 min)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI</li><li>- Uma posição demonstração</li><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li><li>- OAI</li><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li><li>- Equipamento Individual de campanha</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.10</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Reagir a um ataque aéreo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI TIC (00) 02-10</li><li>- Manual da Companhia de Atiradores, EPI</li><li>- Manual de Tarifas Críticas do Pelotão e Seção de Atiradores, EPI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Espingarda Assalto FN 5,56x45mm</li><li>- Equipamento Individual de campanha</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.11</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar o funcionamento das minas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI SAP (01) 03-01</li><li>- Manual de Minas e Armadilhas da D.A.E.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI</li><li>- Mina AC MKII</li><li>- Mina AC MKII</li><li>- Mina AP M2A3</li><li>- Mina M69 MAPS</li><li>- OAI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mina AC MKII</li><li>- Mina AP M2A3</li><li>- Mina M69 MAPS</li><li>- Minas inertes Sonda (não metálica)</li><li>- Fita Balizadora</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li></ul>
<b>B.2.1.12</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar presumíveis locais de instalação de minas inimigas</li><li>- Neutralizar minas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI SAP (00) 01-02</li><li>- Manual de Minas e Armadilhas da D.A.E.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI</li><li>- Mina AC MKII</li><li>- Mina AP M2A3</li><li>- Mina M69 MAPS</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mina AC MKII</li><li>- Mina AP M2A3</li><li>- Mina M69 MAPS</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registro de observação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO			CÓDIGO: CFGCPE		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			PÁGINA 28 DE 47 PÁGINAS		
<b>B.2.1.13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Classificar cabos</li> <li>- Caracterizar os elementos do nó</li> <li>- Executar nós singelos.</li> <li>- Executar nós de amarrar</li> <li>- Executar nós de emendar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil SAP (01) 01-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Cordas de ligação Amarrar de 20 m</li> <li>- Cordel de 1 m</li> <li>- OAI</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cordas de ligação Amarrar de 20 m</li> <li>- Cordel de 1 m</li> <li>- OAI</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Uma SecAt<sub>i</sub> com todo o equipamento, armamento e postos correspondentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- 5º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar a composição da SecAt, de acordo com a função, posto, armamento e equipamento de cada elemento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil ATR (01) 01-01</li> <li>- Pel/SecAt, DAI</li> <li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.15</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir as regras dos sinais de combate</li> <li>- Executar sinais de advertência</li> <li>- Executar sinais de formação de combate</li> <li>- Executar sinais de comando e controlo</li> <li>- Executar sinais de controlo de fogo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil TGO (01) 06-05</li> <li>- Fichas de Especialidade 031   Atirador, I Volume, DAI</li> <li>- Manual de Patrulhas, EPI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI ou apresentação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cópia dos sinais de combate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> <li>- 5º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.16</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as formações da SecAt</li> <li>- Caracterizar as técnicas de progressão da SecAt</li> <li>- Executar progressão contínua integrada numa SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil ATR (01) 03-01</li> <li>- Pel/SecAt, DAI</li> <li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li> <li>- Fil ATR (01) 03-02</li> <li>- Pel/SecAt, DAI</li> <li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.17</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as formações da SecAt</li> <li>- Caracterizar as técnicas de progressão da SecAt</li> <li>- Executar progressão sobrepostada integrada numa SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil ATR (01) 03-02</li> <li>- Pel/SecAt, DAI</li> <li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.2.1.18</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar as formações da SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil ATR (01) 03-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta) - Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OAI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO: CFGCPE				
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 29 DE 47 PÁGINAS				
<b>B.2.1.19</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar as técnicas de progressão da SecAt</li><li>- Executar lanços com sobreposição integrado numa SecAt, utilizando a técnica de lanços alternados</li><li>- Executar lanços com sobreposição integrado numa SecAt, utilizando a técnica de lanços sucessivos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pel/SecAt, DAI</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>			
<b>B.2.1.20</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar as áreas urbanas</li><li>- Caracterizar a SecAt no deslocamento em áreas urbanas</li><li>- Executar deslocamentos em áreas urbanas, integrado numa SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI ATR (01) 03-22</li><li>- PDE 3-07-14</li><li>- Manual de CAE</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li><li>- Área de formação em CAE</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li><li>- Área de formação em CAE</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.20</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Executar a preparação externa de um edifício, integrado numa SecAt</li><li>- Executar a preparação interna de um edifício, integrado numa SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI ATR (01) 04-08</li><li>- PDE 3-07-14</li><li>- Manual de CAE</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores, EPI</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li><li>- Área de organização do terreno</li><li>- Área de formação em CAE</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.21</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar um posição para PO/PE</li><li>- Definir a composição e efetivo de uma guarnição de PO/PE</li><li>- Definir as funções dos elementos que guarnecem um PO/PE</li><li>- Atuar como elemento de uma guarnição de PO/PE</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FI ATR (01) 01-06</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atiradores (EPI)</li><li>- Fichas da especialidade 0311 atirador (II volume) (DAI)</li><li>- Manual de Pelotão e Secção de Atiradores (EPI)</li><li>- Manual Técnica Individual de Combate (EPI)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Prancheta com papel</li><li>- Meios de comunicação TPF e TSF</li><li>- Binóculos</li><li>- Carta</li><li>- Carta topográfica da zona AN/PVSS, 7 ou 14</li><li>- Material para improvisar alertas</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Prancheta com papel</li><li>- Meios de comunicação TPF e TSF</li><li>- Binóculos</li><li>- Carta</li><li>- Carta topográfica da zona AN/PVSS, 7 ou 14</li><li>- Material para improvisar alertas</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO: CFGCPE			
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 30 DE 47 PÁGINAS			
<b>B.2.1.22</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII ATR (01) 03-08</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Manual de Patrulhas, EPI</li><li>- Caracterizar um pequeno alto</li><li>- Executar pequenos altos integrados numa SecAt</li><li>- Caracterizar um grande alto</li><li>- Executar grandes altos integrado numa SecAt</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.23</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII ATR (01) 03-04</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li><li>- Uma VBTP M113</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.1.24</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII ATR (01) 03-14</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Armamento orgânico de uma SecAt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.2.1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 01-01</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Kit de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kit de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Ativo</li></ul>
<b>B.2.2.2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 06-01</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Kit de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kit de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
<b>B.2.2.3</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 06-01</li><li>- Manual de Tarefas Críticas do Pelotão e Secção de Atradores, EPI</li><li>- Caracterizar o fogo e movimento</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o lanço</li><li>- Caracterizar os procedimentos da esquadra que executa o apoio</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt</li><li>- Executar deslocamentos em contato integrado numa SecAt/Mec</li><li>- Caracterizar a emboscada</li><li>- Caracterizar a emboscada próxima</li><li>- Reagir a uma emboscada próxima integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar a emboscada atastada</li><li>- Reagir a uma emboscada atastada integrada numa SecAt</li><li>- Caracterizar os princípios da sobrevivência</li><li>- Caracterizar a sobrevivência isolado</li><li>- Caracterizar a sobrevivência em grupo</li><li>- Definir os equipamentos de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI</li><li>- Kit de sobrevivência</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kit de sobrevivência</li><li>- Projetor multimédia</li><li>- Computador</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 31 DE 47 PÁGINAS	

<b>B.2.2.4</b>	<p>Sobrevivência do CMEFD</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 03-01</li><li>- Manual de sobrevivência do Regimento de Comandos</li></ul> <p>- Identificar os princípios básicos para a preparação e conservação do fogo</p> <p>- Fazer fogo sem fósforos ou isqueiro</p> <p>- Utilizar o fogo para aquecer</p> <p>- Utilizar o fogo para cozinhar</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI ou apresentação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor multimídia e computador quando a instrução for em sala</li><li>- Lenha para quando for no campo</li></ul> <p>Formativa</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.2.5</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 02-01</li><li>- Manual de sobrevivência do Regimento de Comandos</li><li>- Manual de Sobrevivência do CMEFD</li></ul> <p>- Caracterizar os fatores a ter em consideração na escolha do local para construção de abrigos</p> <p>- Caracterizar os princípios da construção de abrigos</p> <p>- Definir os tipos de abrigos</p> <p>- Caracterizar as noções básicas na construção de abrigos</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI ou apresentação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Projetor multimídia e computador quando a instrução for em sala</li><li>- Material e ferramentas necessárias para a construção dos vários abrigos</li></ul> <p>Formativa</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Cognitivo</li><li>- Psicomotor</li></ul>
<b>B.2.2.6</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- FII SOB(18) 04-01</li><li>- Manual de sobrevivência do Regimento de Comandos</li><li>- Manual de Sobrevivência do CMEFD</li></ul> <p>- Definir os locais de obtenção de água</p> <p>- Obter água por processos expedios</p> <p>- Purificar a água</p> <p>- Definir os métodos de pesca</p> <p>- Definir os métodos de caça</p> <p>- Conservar os alimentos</p> <p>- Armazenar os alimentos</p> <p>- Caracterizar os cogumelos e plantas</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li><li>- Ativo (Simulação)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI ou apresentação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Animais vivos para simular presas obtidas</li><li>- Material para a confecção de artigos de pesca</li><li>- Plásticos, corda, arame, paus, latas, tubo, plantas frescas, balde, (para construção de condensador es de água)</li></ul> <p>Formativa</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Registo de observação</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCP
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA	32 DE 47 PÁGINAS

B.3		MÓDULO		Topografia		42H	
B.3.1		OBJETIVO GERAL		Navegar no terreno			
Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios Equip.	Avaliação Instrumentos	Domínio do Saber	
B.3.1.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar as técnicas para determinar uma direção geral de orientação de dia e de noite</li> <li>- Explicar o conceito de atirar o passo</li> <li>- Executar, caso não esteja, o atirar o passo</li> <li>- Executar a medição de uma distância a passo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> <li>- Pedras</li> <li>- Estacas</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 3º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
B.3.1.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar o conceito de atirar o passo</li> <li>- Executar, caso não esteja, o atirar o passo</li> <li>- Executar a medição de uma distância a passo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contador de passos</li> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
B.3.1.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar e identificar as formas e aspectos característicos do terreno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
B.3.1.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar, demonstrar e executar o avaliar distâncias por processos não estadimétricos (som, comparação, grau de visibilidade e grandeza aparente dos objetos)</li> <li>- Explicar o que é o azimute magnético de uma direção</li> <li>- Explicar o funcionamento de uma bússola</li> <li>- Determinar o azimute magnético de uma direção</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-04</li> <li>- FII TOP(00) 01-05</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
B.3.1.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar o que é o azimute magnético de uma direção</li> <li>- Explicar o funcionamento de uma bússola</li> <li>- Determinar o azimute magnético de uma direção</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-05</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 4º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
B.3.1.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar como orientar um carra</li> <li>- Explicar o diagrama de declinação</li> <li>- Explicar como orientar uma carra com e sem escala de tangentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 02-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 4º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>	
B.3.1.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar a regra do milésimo</li> <li>- Demonstrar a sua aplicação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 01-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO: CFGCPE							
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 33 DE 47 PÁGINAS							
<b>B.3.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar a medição de uma distância usando a regra do milésimo</li> <li>- Identificar as generalidades sobre utilização da caixa de areia</li> <li>- Identificar os materiais, melhores locais e propriedades para a implementação de uma caixa de areia</li> <li>- Explica o que é um esboço panorâmico ou de observação</li> <li>- Identificar as fases do esboço panorâmico (determinação de pontos notáveis e de referência, determinar as linhas notáveis, representar os pommeiros e completar o esboço e aperfeiçoamento de pommeiros)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EPI-Táctica do Pelotão e Seção de Alardores FM 7-8 Infantry Rifle Platoon and Squad</li> <li>- GUIA DO GRADUADO DO SMO. I VOLUME, Cap. III, págs. 116-122, EPI</li> <li>- FII TOP(00) 02-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> <li>- Caixa de areia</li> <li>- Materiais para caixa de areia</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> <li>- Bussola</li> <li>- Birúculos</li> <li>- Folhas</li> <li>- pranchetas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- Registro de observação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
<b>B.3.1.10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar uma carta topográfica</li> <li>- Identificar a legenda de uma carta topográfica e relacioná-la com os acidentes do terreno, presentes na mesma</li> <li>- Identificar as generalidades sobre azimute cartográfico</li> <li>- Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 02-08</li> <li>- FII TOP(00) 02-06</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> <li>- Escalímetros</li> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> <li>- Escalímetros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- 4º Circuito de Avaliação</li> <li>- Registro de observação</li> <li>- 5º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
<b>B.3.1.11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FII TOP(00) 02-04</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação em Quadro branco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração Direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadro branco</li> <li>- Cartas topográficas</li> <li>- Escalímetros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro de observação</li> <li>- 5º Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>	
<b>B.3.1.12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicar a escala gráfica</li> <li>- Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta</li> </ul>								
<b>B.3.1.13</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar as generalidades sobre as coordenadas militares e não militares de um ponto</li> <li>- Explicar como se usa o esquadro de coordenadas</li> <li>- Determinar as coordenadas militares de um ponto na carta</li> </ul>								

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 34 DE 47 PÁGINAS</b>	

	através do esquadro de coordenadas							
<b>B.3.1.14</b>	- Identificar as generalidades sobre a cota de um ponto Determinar a cota de um ponto no terreno	- FII TOP(00) 02-07	Demonstrativo (Demonstração Direta)	- QAI ou apresentação em Quadro branco - QAI ou apresentação em Quadro branco	- Quadro branco - Cartas topográficas - Escalinômetros	- Formativa - Sumativa	- Registro de observação - 5º Circuito de Avaliação	- Cognitivo - Psicomotor
<b>B.3.1.15</b>	- Identificar os passos a realizar para a localização de um ponto afastado do ponto-estação e determinar as suas coordenadas	- FII TOP(00) 02-05	- Demonstrativo (Demonstração Direta)	- QAI ou apresentação em Quadro branco	- Quadro branco - Cartas topográficas - Escalinômetros	- Formativa	- Registro de observação	- Cognitivo - Psicomotor
<b>B.3.1.16</b>	- Executar o percurso topográfico	- FII TOP(00) 03-01	- Ativo (Simulação)	- QAI ou apresentação em Quadro branco	- Quadro branco - Cartas topográficas - Escalinômetros - Bússola	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.3.1.17</b>	- Definir GPS - Explicar a história e desenvolvimento do GPS, as suas capacidades, funcionamento e composição do sistema	- FII TOP(00) 04-01	- Explicativo (Exposição oral)	- QAI ou apresentação em Quadro branco	- Quadro branco - GPS	- Formativa	- Registro de observação	- Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 35 DE 47 PÁGINAS	

B.4	MÓDULO	Nuclear, Biológico, Químico e Radiológico (NBQR)	20H
B.4.1	OBJETIVO GERAL	Executar as técnicas para sobreviver em ambiente NBQR	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação		Dominio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos	
B.4.1.1	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar os componentes do equipamento de proteção individual para agentes Biológicos, Químicos e Radiológicos (BQR)</li><li>- Vestir o equipamento de proteção individual para agentes BQR</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil NBQ(00)-01-01</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 fato de proteção BQR completo por formando</li><li>- 01 máscara BQR por formando</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Sumativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Teste oral</li><li>- 3º-Circuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
B.4.1.2	<ul style="list-style-type: none"><li>- Colocar a máscara;</li><li>- Limpar a máscara;</li><li>- Verificar a máscara;</li><li>- Retirar a máscara;</li><li>- Guardar a máscara na bolsa de transporte.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil NBQ(00)-01-02</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 fato de proteção BQR completo por formando</li><li>- 01 máscara BQR por formando</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Sumativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Teste oral</li><li>- 4º-Circuito de Avaliação</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
B.4.1.3	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar as condições de mudança dos filtros;</li><li>- Trocar os filtros da máscara;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil NBQ(00)-01-03</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 máscara BQR por formando</li><li>- 01 par de filtros por formando</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
B.4.1.4	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar acessórios da máscara essenciais para sobreviver em ambiente contaminado</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil NBQ(00)-01-04</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Teste oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 36 DE 47 PÁGINAS	
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Inspeccionar o exterior da máscara e a bolsa de transporte</li><li>- Inspeccionar o interior da máscara</li><li>- Lavar a máscara</li><li>- Limpar as oculares</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>- 01 máscara BOR por fomento</li><li>- 01 cantil com drinking device por fomento</li><li>- 01 recipiente com água e trapos macios por petição</li></ul>
<b>B.4.1.5</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar os procedimentos para mudar o equipamento de proteção individual para agentes BQR</li><li>- Descontaminar o equipamento individual</li><li>- Despir o fato de proteção</li><li>- Descalçar as luvas e as meias</li><li>- Vestir o fato de proteção</li><li>- Calçar as meias e as luvas</li><li>- Colocar e ajustar o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li></ul> <p>QAI ou apresentação com o equipamento</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 02 fatos de proteção BOR por fomento</li><li>- 01 máscara BOR por fomento</li><li>- 01 par de filtros por fomento</li><li>- 01 estojo N°1MK1 por fomento</li><li>- 01 escova com cabo</li><li>- 01 contentor de 20 litros com descontaminante simulado</li></ul> <p>- Formativa - Teste oral</p> <p>Psicomotor - Cognitivo</p>
<b>B.4.1.6</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Caracterizar a Postura de Proteção Orientada para a Missão (PPOM)</li><li>- Identificar os diferentes níveis de PPOM</li><li>- Aplicar os diferentes níveis de PPOM</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição Oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração direta) Ativo (Simulação)</li></ul> <p>- QAI ou apresentação com o equipamento</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 fato de proteção BOR por fomento</li></ul> <p>- Formativa - Teste oral</p> <p>- Cognitivo - Psicomotor</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE
	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 37 DE 47 PÁGINAS

<b>B.4.1.7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar ações e sintomas suspeitos de ataque</li> <li>- Interpretar e dar o alarme BQ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-02-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição Oral)</li> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 01 máscara BOR por fardo</li> <li>- Equipamento individual de combate</li> <li>- 01 fato de proteção BOR por fardo</li> <li>- 01 máscara BOR por fardo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> <li>- Psicomotor</li> </ul>
<b>B.4.1.8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reagir a um ataque nuclear não esperado (claro intenso)</li> <li>- Reagir a um ataque nuclear quando avisado de ataque iminente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-02-02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipamento individual de combate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> <li>- Sumativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> <li>- Circuito de Avaliação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>B.4.1.9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reagir a um ataque biológico ou químico (BQ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-02-03</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> <li>- Ativo (Simulação)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipamento individual de combate</li> <li>- 01 fato de proteção BOR por fardo</li> <li>- 01 máscara BOR por fardo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>B.4.1.10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar o papel detector M8</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-02-04</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expositivo (Exposição Oral)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Computador</li> <li>- Projetor</li> <li>- 1 bloco de papel M8 por Palião</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>B.4.1.11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Medir a intensidade de dose com o dosímetro IM 93UD</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-02-06</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipamento individual de combate</li> <li>- 01 máscara BOR por fardo</li> <li>- 01 dosímetro IM 93UD por fardo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>
<b>B.4.1.12</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Descontaminar a pele</li> <li>- Descontaminar a cara</li> <li>- Descontaminar os olhos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fil NBQ(00)-03-01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipamento individual de combate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicomotor</li> <li>- Cognitivo</li> </ul>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFG/CP
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 38 DE 47 PÁGINAS	

<b>B.4.1.13</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Descontaminar o uniforme</li><li>- Descontaminar a arma</li><li>- Descontaminar o equipamento individual</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil</li><li>- NBO(00)-03-02</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- 01 fato de proteção BGR por fardo</li><li>- 01 máscara BGR por fardo</li><li>- 01 estojo M58A1 por fardo</li><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 fato de proteção BGR por fardo</li><li>- 01 máscara BGR por fardo</li><li>- 01 estojo M58A1 por fardo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
<b>B.4.1.14</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Beber água quando se usa a máscara</li><li>- Demonstrar o uso da latrina</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fil</li><li>- NBO(00)-01-05</li></ul>	Demonstrativo (Demonstração direta)	<ul style="list-style-type: none"><li>- QAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 fato de proteção BGR por fardo</li><li>- máscara BGR por fardo</li><li>- 01 canil com drinking device por fardo</li><li>- 01 estojo NR1 MK1 por fardo</li><li>- Um bloco de papel M8 por Pelotão</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCPPE</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 39 DE 47 PÁGINAS</b>	

<b>B.4.1.15</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar os sintomas iniciais do envenenamento por agentes dos nervos</li><li>- Identificar os sintomas de envenenamento severo por agentes dos nervos</li><li>- Praticar os procedimentos de tratamento do envenenamento</li></ul>	<p>Fil NBQ(00)- 03-03</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Expositivo (Exposição Oral)</li><li>- Demonstrativo (Demonstração direta)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- OAI ou apresentação com o equipamento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Equipamento individual de combate</li><li>- 01 falo de proteção BOR por formando</li><li>- 01 máscara BOR por formando</li><li>- 01 Combopen por formando</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Formativa</li><li>- Teste oral</li><li>- Psicomotor</li><li>- Cognitivo</li></ul>
-----------------	--	-----------------------------------	---	---	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCP
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA	40 DE 47 PÁGINAS

B.5		MÓDULO	Educação Física Militar 2			34H
B.5.1		OBJETIVO GERAL	Obter condição física			

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas		Meios		Avaliação Instrumentos		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	RTP	Equip.	Tipo		
B.5.1.1	- CC (40') + Jogos (5') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Observação	- Observação	- Psicomotor
B.5.1.2	- GAM 1	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Pista de obstáculos 200m	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.3	MARCOR 5 (45') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Apito	- Listagem de exercícios	- Cronómetro	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.4	- Base 1	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.5	- GAM 2	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.6	- FK (40') + Jogos (5') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.7	- GAM 3	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Pista de obstáculos 200m	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.8	MARCOR 7 (60') + Jogos (35') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.9	- BASE 2	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Cronómetro e Apito.	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.10	- GAM 4	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Apito	- Listagem de exercícios	- Cronómetro	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor
B.5.1.11	- CC (40') + Jogos (5') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Pista de obstáculos 200m	- Listagem de exercícios	- Cronómetro e Apito.	- Registro de observação	- Registro de observação	- Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO			CÓDIGO: CFGCPE				
	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			PÁGINA 41 DE 47 PÁGINAS				
<b>B.5.1.12</b>	- GAM 5	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronômetro e Apito - Pista de obstáculos 200m	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.13</b>	- MARCOR 8 (65') + Jogos (30') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Apito - Cronômetro - O material necessário é o indicado para o exercício	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.14</b>	- BASE 3	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de procedimentos	- Cronômetro e Apito	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.15</b>	- MARFOR 5 (75') + Jogos (20') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de procedimentos	- Cronômetro e Apito	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.16</b>	- FK (40') + Jogos (5') + Alongamentos (5')	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronômetro e Apito - O material necessário é o indicado para cada exercício	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.17</b>	- GAM 6	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- Cronômetro e Apito - Pista de obstáculos 200m	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.18</b>	- MARFOR 6 (85') + Jogos (10') + Alongamentos (5')	- REFE	- Ativo	- Medidas de segurança	- Cronômetro e Apito	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.19</b>	- BASE 1	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- O material necessário é o indicado para cada exercício - Cronômetro e Apito	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.20</b>	- GAM 7	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios impressos com relação de formandos	- Cronômetro - Pista de obstáculos 200m	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor
<b>B.5.1.21</b>	- GAM 8	- REFE	- Expositivo e demonstrativo	Listagem de exercícios	- O material necessário é o indicado para cada exercício - Cronômetro e Apito	- Formativa	- Registro de observação	- Psicomotor

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE	
	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 42 DE 47 PÁGINAS	
<b>B.5.1.22</b>	- CC (40') + Jogos (5') + Alongamentos (5')	REFE	- Lista de obstáculos de 200m - Cronômetro e Apto - O material necessário é o indicado para cada exercício	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.23</b>	- MARCOR 10 (80') + Jogos (15') + Alongamentos (5')	REFE	- Listagem de exercícios - Listagem de demonstrativo - Cronômetro e Apto	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.24</b>	- MARFOR 7 (95') + Alongamentos (5')	REFE	- Listagem de exercícios - Cronômetro e Apto - O material necessário é o indicado para cada exercício	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.25</b>	Base 2	REFE	- Listagem de exercícios - Cronômetro e Apto	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.26</b>	- CC (60') + Jogos (35') + Alongamentos (5')	REFE	- Listagem de exercícios - Cronômetro e Apto	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.27</b>	- Slide	- REFE	- Listagem de exercício necessário é o indicado para o exercício - Regras de segurança - Formativa	- Registro de observação - Psicomotor - Afetivo
<b>B.5.1.28</b>	- Rappel	- REFE	- Listagem de exercício necessário é o indicado para o exercício - Regras de segurança - Formativa	- Registro de observação - Psicomotor - Afetivo
<b>B.5.1.29</b>	- Paralelas	- REFE	- Listagem de exercício necessário é o indicado para o exercício - Regras de segurança - Formativa	- Registro de observação - Psicomotor - Afetivo
<b>B.5.1.30</b>	- MARFOR 10km (150')	- REFE	- Listagem de exercícios - Cronômetro e Apto	- Registro de observação - Psicomotor
<b>B.5.1.31</b>	- Preparatória com Atma (10') + Jogos (35') + Alongamentos (5')	REFE	- Listagem de exercícios - Cronômetro e Apto	- Registro de observação - Psicomotor

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA	43 DE 47 PÁGINAS

		Duração (TF)	
C	ÁREA CURRICULAR	Exercícios	52H
C.1	MÓDULO	Exercícios finais	52H
C.1.1	OBJETIVO GERAL	Participar em exercícios finais de campo	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação		Domínio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos	
C.1.1.1	Interpretar os exercícios finais de campo em Pelotão/Companhia	Anexo F ao Doc IVa	Demonstrativo e ativo	De acordo com o anexo F ao Doc IVa	De acordo com o anexo F ao Doc IVa	Formativo	Registro de observação	Psicomotor Cognitiva Afetiva
C.1.1.2	Executar os exercícios finais de campo em Pelotão/Companhia	Anexo F ao Doc IVa	Demonstrativo e ativo	De acordo com o anexo F ao Doc IVa	De acordo com o anexo F ao Doc IVa	Formativo	Registro de observação	Psicomotor Cognitiva Afetiva

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 44 DE 47 PÁGINAS	

D	ÁREA CURRICULAR	Avaliação	Duração (TF)
D.1	MÓDULO	Testes de avaliação	36H
D.1.1	OBJETIVO GERAL	Executar provas de aptidão física Executar testes de avaliação de aquisição de conhecimentos	36H

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação		Dominio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos	
D.1.1.1	- Efetuar as provas de aferição da Condição Física	REFE	- Expositivo e demonstrativo Simulação	- Listagem de exercício dos pré-requisitos	- Material para dar as partidas (apito e pistola de partidas); - Peitorais numerados; - Cronómetro. - Trave (barra) à altura de 2,30 mts. - Espaldares	- Sumativa	- Tabela do Controlo 0	- Psicomotor
D.1.1.2	- Executar o Controlo 1 - EFM	REFE	- Expositivo e demonstrativo Simulação	- Listagem de exercícios	- Material para dar as partidas (apito e pistola de partidas); - Peitorais numerados; - Cronómetro. - Trave (barra) à altura de 2,30 mts. - Espaldares - Pista de 200m	- Sumativa	- Tabela do Controlo 1	- Psicomotor
D.1.1.3	- Executar o Controlo 2 - EFM	REFE	- Expositivo e demonstrativo	- Listagem de exercícios	- Material para dar as partidas (apito e pistola de partidas); - Peitorais numerados; - Cronómetro.	- Sumativa	- Tabela do Controlo 2	- Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO DOC IV b	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO		CÓDIGO: CFGCPE	
	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		PÁGINA 45 DE 47 PÁGINAS	

D.1.1.1	- Executar o 1º Circuito de Avaliação	N/A	- Expositivo, demonstrativo Simulação	- Fichas de estação do CA	- Trave (barra) à altura de 2,30 ms. - Espaldares	- Sumativa	- Circuito de avaliação	- Cognitivo, - Psicomotor - Afetivo
D.1.1.2	- Executar o 2º Circuito de Avaliação	N/A	- Expositivo, demonstrativo Simulação	- Fichas de estação do CA	- Definido no CA	- Sumativa	- Circuito de avaliação	- Cognitivo, - Psicomotor - Afetivo
D.1.1.3	- Executar o 1º Teste escrito	N/A	- Expositivo, ativo e demonstrativo Simulação	- Teste	- Secretárias Cadeiras	- Sumativa	- Teste escrito	- Cognitivo
D.1.1.4	- Executar o 3º Circuito de Avaliação	CA	- Expositivo e demonstrativo	- Listagens de procedimentos	- Material de acordo com as estações definidas para o CA	- Sumativa	- Escala de observação	- Cognitivo - Psicomotor
D.1.1.5	- Executar o 4º Circuito de Avaliação	CA	- Expositivo e demonstrativo	- Listagens de procedimentos	- Material de acordo com as estações definidas para o CA	- Sumativa	- Escala de observação	- Cognitivo - Psicomotor
D.1.1.6	- Executar o 5º Circuito de Avaliação	CA	- Expositivo e demonstrativo	- Listagens de procedimentos	- Material de acordo com as estações definidas para o CA	- Sumativa	- Escala de observação	- Cognitivo - Psicomotor
D.1.1.7	- Executar o 2º Teste escrito	N/A	- Expositivo e demonstrativo	- Teste escrito	- Secretárias - cadeiras	- Sumativa	- Teste escrito	- Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	PÁGINA 46 DE 47 PÁGINAS	

E	ÁREA CURRICULAR	Diversos	Duração (TF)
E.1	MÓDULO	Cerimónias militares	45H
E.1.1	OBJETIVO GERAL	Participar em cerimónias militares	45H

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.º	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Tipo	Avaliação Instrumentos	Domínio do Saber
				RTP	Equip.			
E.1.1.1	- Proceder à Incorporação	Diretiva de incorporação	- N/A	Diretiva de incorporação	- De acordo com a diretiva de incorporação	- N/A	- N/A	- N/A
E.1.1.2	- Tirar Fotografia	Diretiva de incorporação	- N/A	Diretiva de incorporação	- De acordo com a diretiva de incorporação	- N/A	- N/A	- N/A
E.1.1.3	- Realizar a Vacinação e identificação do Grupo Sanguíneo	Diretiva do Escalão superior	- N/A	Diretiva do Escalão superior	- Equipamento para Vacinação e identificação do Grupo Sanguíneo	- N/A	- N/A	- N/A
E.1.1.4	- Proceder ao Reforço de Formação	Plano de Estudos	- Demonstrativo	Os RTP identificados nos Ob Esp alvo de reforço	- Os equipamentos identificados nos Ob Esp alvo de reforço	- Observação	- Teste oral - Escala de observação	- Psicomotor - Cognitivo - Afetivo
E.1.1.5	- Participar na palestra sobre prevenção rodoviária	Normas de segurança rodoviária	- Expositivo (Exposição oral)	Normas de segurança rodoviária	- Vídeo projetor - Computador	- Observação	- Teste oral	Cognitivo - Afetivo
E.1.1.6	- Escolher o Regime de Voluntário ou o Regime de Contratado	- N/A	- N/A	- N/A	- Vídeo projetor - Computador	- N/A	- N/A	- N/A
E.1.1.7	- Participar na palestra sobre AGPS/Áreas Funcionais	- N/A	- N/A	- N/A	- Vídeo projetor - Computador	- N/A	- N/A	- N/A
E.1.1.8	- Participar em palestra sobre nutrição	Manual de nutrição	- Expositivo (Exposição oral)	Manual de nutrição	- Vídeo projetor - Computador	- Observação	- Teste oral	- Cognitivo - Afetivo

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CFGCP</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>PÁGINA 47 DE 47 PÁGINAS</b>	

<b>E.1.1.9</b>	Participar na palestra sobre igualdade de gênero	Legislação sobre igualdade de gênero	Expositivo (Exposição oral)	Apresentação em PPoint	Vídeo projetor - Computador	Observação	Teste oral	Cognitivo Afetivo
<b>E.1.1.10</b>	Participar na palestra de informação do CIOFE	N/A	Expositivo (Exposição oral)	Apresentação em PPoint	Vídeo projetor - Computador	Observação	Teste oral	Cognitivo Afetivo
<b>E.1.1.11</b>	Participar na palestra sobre Segurança e Saúde no Trabalho	PDE 01-23-00	Expositivo (Exposição oral)	Apresentação em PPoint	Vídeo projetor - Computador	Observação	Teste oral	Cognitivo Afetivo
<b>E.1.1.12</b>	Assistir a demonstração roturna de luzes e ruídos característicos do Campo de Batalha	Guião da demonstração	N/A	Guião da demonstração	De acordo com o Guião da demonstração	N/A	N/A	N/A
<b>E.1.1.13</b>	Executar a limpeza de materiais	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
<b>E.1.1.14</b>	Executar a entrega de materiais	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
<b>E.1.1.15</b>	Participar na cerimónia de encerramento	Directiva da cerimónia encerramento do curso	N/A	Directiva da cerimónia encerramento do curso	De acordo com a cerimónia encerramento do curso	N/A	N/A	N/A

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO V

**PERFIL DE AVALIAÇÃO**

**Va – Avaliação Interna**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO  
EXÉRCITO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 1 de 5 páginas	

**1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO**

A avaliação tem como principal objetivo garantir a qualidade da ação de formação através do(a):

- a. Identificação de problemas, falhas ou disfunções;
- b. Avaliação dos resultados das aprendizagens;
- c. Introdução de eventuais correções e melhoramentos;
- d. Confrontação dos métodos pedagógicos utilizados com os objetivos propostos;
- e. Sugestão de novos métodos e técnicas pedagógicas ou recursos didáticos;
- f. Reequacionar de estratégias de formação, assim como de ajustamento de metodologias pedagógicas utilizadas.

**2. OBJETOS DA AVALIAÇÃO**

**a. Programa de formação**

É objeto da avaliação para:

- (1) Identificar problemas, falhas ou disfunções;
- (2) Introduzir eventuais correções e melhoramentos.

**b. Métodos e técnicas**

São objetos da avaliação para:

- (1) Confrontar os métodos pedagógicos utilizados com os objetivos propostos;
- (2) Sugerir novos métodos e técnicas pedagógicas;
- (3) Reequacionar as estratégias de formação, assim como de ajustamento de metodologias pedagógicas utilizadas.

**c. Recursos técnico-pedagógicos**

São objetos da avaliação para determinar a necessidade de novos recursos didáticos.

**d. Formadores**

São objetos de avaliação todos os formadores no sentido de:

- (1) Identificar problemas, falhas ou disfunções;
- (2) Introduzir eventuais correções e melhoramentos.

**e. Formandos**

São objetos de avaliação todos os formandos no sentido de:

- (1) Identificar problemas, falhas ou disfunções;

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC Va	AVALIAÇÃO INTERNA	Página 2 de 5 páginas	

- (2) Avaliar os resultados das aprendizagens;
- (3) Introduzir eventuais correções e melhoramentos;
- (4) Confrontar os métodos pedagógicos utilizados com os objetivos propostos;
- (5) Sugerir de novos métodos e técnicas pedagógicas ou recursos didáticos;
- (6) Reequacionar de estratégias de formação, assim como de ajustamento de metodologias pedagógicas utilizadas;
- (7) Introduzir eventuais correções e melhoramentos.

**f. Resultados**

Os resultados são objetos de avaliação por comparação com os resultados esperados:

- (1) Identificar problemas, falhas ou disfunções;
- (2) Avaliar os resultados das aprendizagens;
- (3) Introduzir eventuais correções e melhoramentos;
- (4) Confrontar os métodos pedagógicos utilizados com os objetivos propostos;
- (5) Sugerir de novos métodos e técnicas pedagógicas ou recursos didáticos;
- (6) Reequacionar de estratégias de formação, assim como de ajustamento de metodologias pedagógicas utilizadas;
- (7) Introduzir eventuais correções e melhoramentos.

**3. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

**a. Avaliação de diagnóstico**

Nada a referir.

**b. Avaliação formativa**

Os critérios são definidos pelos formadores nos seus Planos Guias de Sessões.

**c. Avaliação sumativa**

- (1) Nesta matéria os padrões exigidos diferem de curso para curso, sendo encarado como normal um aproveitamento por módulo de 80%, devendo até aos 50% ser alvo de análise por parte da Entidade Formadora, tudo o que seja abaixo desta média implica alterações na ação de formação. A análise é feita no Relatório de Validação Interna.
- (2) As áreas relevantes a serem alvo de avaliação Sumativa, ver Doc IVb.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 3 de 5 páginas	

**d. Avaliação de satisfação dos formandos**

Os critérios são materializados pela tabela abaixo indicada numa escala de 1 a 4:

INQUÉRITO / QUESTIONÁRIO	
Expectativas / Módulo / Curso	
Intervalo	Aferição Qualitativa
[1,0 – 2,3]	Rever Urgentemente
[2,4 – 2,6]	Rever e Melhorar
[2,7 – 3,0]	Bom
[3,1 – 3,4]	Qualidade
[3,5 – 4,0]	Excelência

**e. Avaliação da ação de formação pelos formadores e Diretor do Curso**

Os critérios são materializados pela tabela abaixo indicada numa escala de 1 a 4:

INQUÉRITO / QUESTIONÁRIO	
Expectativas / Módulo / Curso	
Intervalo	Aferição Qualitativa
[1,0 – 2,3]	Rever Urgentemente
[2,4 – 2,6]	Rever e Melhorar
[2,7 – 3,0]	Bom
[3,1 – 3,4]	Qualidade
[3,5 – 4,0]	Excelência

**f. Avaliação de desempenho dos formadores**

Os critérios são materializados pela tabela abaixo indicada numa escala de 1 a 5:

Tabela de avaliação	
Desempenho do Formador	
Intervalo	Aferição Qualitativa
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**4. FONTES DE INFORMAÇÃO**

As fontes de informação para serem produzidos juízos de valor quanto a grau de qualidade atingido pela ação de formação são os abaixo indicados:

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC Va	AVALIAÇÃO INTERNA	Página 4 de 5 páginas	

- a. Formandos;
- b. Formadores;
- c. Direção do Curso;
- d. Entidade responsável pela avaliação da qualidade da formação.

**5. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO**

**a. Procedimento**

A recolha de informação é realizada através da avaliação escrita e da avaliação prática.

**b. Técnicas**

A recolha da informação é realizada através de:

- (1) Observação
- (2) Avaliação oral
- (3) Avaliação escrita
- (4) Avaliação prática

**c. Instrumentos**

Os modelos destes instrumentos de recolha são:

- (1) Anexo A – Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação inicial;
- (2) Anexo B – Ficha de avaliação de formadores de EFM;
- (3) Anexo C – Testes escritos;
- (4) Anexo D – Circuitos de avaliação;
- (5) Anexo E – Folha de avaliação de mérito pessoal;
- (6) Anexo F – Ficha de classificação individual;
- (7) Relatório final de curso (Anexo H, do RGIE, em vigor);
- (8) Ficha curricular do formador (modelo DGERT, disponível em <http://certifica.dgert.msess.pt/documentos-de-apoio.aspx>);
- (9) Folha de sumários (Anexo O, do MD-240-01, Manual da Qualidade);
- (10) Questionário de Expectativas – Formandos (ModDocRC 12 – Questionário de Expectativas);
- (11) Questionário de Fim de Módulo - Formando (ModDocRC 14 – Questionário de Fim de Módulo - Formando);
- (12) Questionário de Fim de Módulo - Formador (ModDocRC 15 – Questionário de Fim de Módulo - Formador);

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC Va	AVALIAÇÃO INTERNA	Página 5 de 5 páginas	

(13) Questionário de Fim de Curso - Avaliação do grau de satisfação do formando (ModDocRC 16 – Questionário de Fim de Curso - Avaliação do grau de satisfação do formando);

(14) Questionário de Fim de Curso – Direção/Formadores (ModDocRC 17 – Questionário de Fim de Curso – Direção-Formadores).

**6. MOMENTO DA AVALIAÇÃO**

**a. Avaliação “ex-ante” ou pré-avaliação**

Antes de iniciar a formação são realizados os testes de pré-requisitos aos formandos.

**b. Avaliação “on-going” ou de processo**

Durante a formação são aplicados os instrumentos:

- (1) Da avaliação formativa em todas as sessões pelos formadores.
- (2) Da avaliação sumativa, de acordo com o horário programado pela entidade que realiza a formação com base no cronograma do Doc IVa.
- (3) Da avaliação da reação, no início do curso, final de cada módulo e no final do curso.
- (4) Da avaliação do desempenho dos formadores de acordo com uma programação que permita que cada formador seja avaliado a ministrar 2 a 3 sessões de formação.

**7. INTERVENIENTES**

Os intervenientes na avaliação são:

- a. Formandos;
- b. Formadores;
- c. Direção do Curso;

Entidade responsável pela avaliação da qualidade da formação.

**8. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO INTERNA**

No final de cada ação de formação a entidade da estrutura formativa do SIE produz um relatório [de acordo com o Anexo H (MODELO DE RELATÓRIO FINAL DE CURSO) do RGIE, em vigor], onde faz a avaliação de como esta decorreu. Este relatório deve abranger todas as vertentes da avaliação interna sendo encaminhado para a Direção de Formação (ETR).

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO	CFGCPE
Anexo A - Ficha de Avaliação de Formadores dos Cursos da Formação Inicial		Página 1 de 2 páginas	
Avaliado (NIM, Posto, Nome) _____		GDH _____	
Sessão _____		Duração prevista _____ Duração _____	
Avaliador (NIM, Posto, Nome) _____		Classificação _____	
<p><b>1. Preparação da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não houve preparação da sessão.</li> <li>2. Foi redigido um PGS sumário e preparado algum material.</li> <li>3. Foi redigido um PGS completo e preparado algum material necessário.</li> <li>4. Foi redigido um PGS completo e preparado todo o material necessário.</li> <li>5. Foi redigido um PGS completo e preparados materiais específicos para a aula.</li> </ol> <p><b>2. Disposição da classe</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não se preocupou.</li> <li>2. Local não era o adequado, alguns formandos não viam o formador ou as ajudas didáticas.</li> <li>3. Local razoável, alguns formandos não viam o formador ou as ajudas didáticas.</li> <li>4. Bom local para o tipo de sessão, todos os formandos viam o formador e as ajudas didáticas.</li> <li>5. Muito bom local para o tipo de sessão, todos os formandos viam o formador e as ajudas didáticas.</li> </ol> <p><b>3. Introdução da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não foi feita, tendo passado logo ao explicar da matéria.</li> <li>2. Mencionou apenas um ou dois pontos da introdução.</li> <li>3. Mencionou todos os pontos, mas definiu só a ação do Objetivo da sessão.</li> <li>4. Mencionou todos os pontos da introdução e definiu Objetivo da sessão em ação, condições de realização e critérios de êxito.</li> <li>5. Para além de 4. trabalhou as perguntas de solicitação.</li> </ol> <p><b>4. Desenvolvimento da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não seguiu qualquer fase.</li> <li>2. Foi faseado e apresentado por tópicos.</li> <li>3. Além de 3. perguntou se havia dúvidas no final de cada fase.</li> <li>4. Além de 3. confirmou as fases.</li> <li>5. Além de 4. seguiu a sequência das fases com os tempos prepostos. Nas de Aplicação ou Psicomotor (EDP) dedicou 50% à prática.</li> </ol> <p><b>5. Conclusão da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não foi feita.</li> <li>2. Mencionou apenas um ou dois pontos da Conclusão.</li> <li>3. Mencionou todos os pontos e confirmou os objetivos por amostragem.</li> <li>4. Para além de 3. corrigiu em grupo a confirmação feita.</li> <li>5. Para além de 4. corrigiu, individualmente a confirmação feita.</li> </ol> <p><b>6. Duração da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ficou aquém ou excedeu em mais de 12 minutos o tempo previsto.</li> <li>2. Ficou aquém ou excedeu até 12 minutos o tempo previsto.</li> <li>3. Ficou aquém ou excedeu até 09 minutos o tempo previsto.</li> <li>4. Ficou aquém ou excedeu até 06 minutos o tempo previsto.</li> <li>5. Ficou aquém ou excedeu até 03 minutos o tempo previsto.</li> </ol> <p><b>7. Domínio dos conteúdos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não domina os conteúdos.</li> <li>2. Domina pouco os conteúdos.</li> <li>3. Domina razoavelmente os conteúdos.</li> <li>4. Domina bem os conteúdos, demonstrando segurança quando questionado.</li> <li>5. Domina muito bem os conteúdos, desenvolvendo-os de forma pessoal e original.</li> </ol> <p><b>8. Recursos didáticos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não utilizou.</li> <li>2. Pouco adequados, mal explorados e sem qualidade.</li> <li>3. Alguma qualidade e razoavelmente explorados.</li> <li>4. Adequados, com qualidade e bem explorados.</li> <li>5. Totalmente adequados, com criatividade e qualidade e muito bem explorados.</li> </ol>		<p><b>9. Métodos e técnicas pedagógicas</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não utilizou nenhum, apresentando os conteúdos de forma destruturada.</li> <li>2. Inadequados face ao objetivo definido e à classe.</li> <li>3. Adequados face ao objetivo definido e à classe.</li> <li>4. Adequados face ao objetivo definido, à classe e à situação de aprendizagem.</li> <li>5. Além de 4. utilizou-os de forma flexível, adaptando-as quer ao ritmo que ao estilo de aprendizagem.</li> </ol> <p><b>10. Atividade da classe</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não foi suscitada.</li> <li>2. Foi suscitada ocasionalmente.</li> <li>3. Foi suscitada mas não foi controlada sistematicamente.</li> <li>4. Foi solicitada de forma sistemática em cada fase da sessão.</li> <li>5. Foi solicitada de forma sistemática em cada fase da sessão e controlada individualmente sob a forma de reforço imediato.</li> </ol> <p><b>11. Interação e motivação</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não interagiu e não motivou.</li> <li>2. Teve alguma dificuldade de interação e de motivação.</li> <li>3. Criou um clima minimamente agradável e conseguiu índices de motivação e atenção razoáveis.</li> <li>4. Criou bom relacionamento e conseguiu bons índices de motivação e atenção.</li> <li>5. Promoveu muito bom relacionamento e manteve índices de atenção e motivação relevantes.</li> </ol> <p><b>12. Criatividade</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Não demonstra criatividade.</li> <li>2. Demonstra alguma criatividade no planeamento da sessão e nos instrumentos preparados.</li> <li>3. Demonstra criatividade no planeamento da sessão e nos instrumentos preparados.</li> <li>4. Demonstra criatividade no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e nas atividades desenvolvidas.</li> <li>5. Demonstra criatividade e espírito empreendedor no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e nas atividades desenvolvidas.</li> </ol> <p><b>13. Autoconfiança</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Muito inseguro, evidencia nervosismo e sinais de ansiedade.</li> <li>2. Inseguro, evidencia algum nervosismo.</li> <li>3. Seguro de si, evidencia estar calmo.</li> <li>4. Seguro, domina as suas reações emocionais.</li> <li>5. Muito seguro, domina claramente as suas emoções.</li> </ol> <p><b>14. Empatia</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evidencia as respostas erradas, ridiculariza os formandos, suscita um clima de desconforto.</li> <li>2. Ignora as intervenções dos formandos, suscita indiferença ou a distração nos formandos.</li> <li>3. Considera apenas algumas intervenções, suscita alguma participação pelos formandos.</li> <li>4. Considera todas as intervenções, suscita a participação pelos formandos.</li> <li>5. Explora e valoriza cada intervenção dos formandos, favorecendo a compreensão mútua.</li> </ol> <p><b>15. Comunicação</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Comunica com muita dificuldade e dificulta a compreensão (voz baixa, gestos descoordenados, linguagem inadequada).</li> <li>2. Comunica com alguma dificuldade não favorecendo a compreensão.</li> <li>3. Comunica e exprime-se razoavelmente, facilitando a compreensão.</li> <li>4. Boa comunicação, exprime-se com clareza e de forma coordenada com os seus gestos e movimentos.</li> <li>5. Muito boa comunicação, exprime-se de uma forma clara, de forma coordenada com os seus gestos e adaptada ao tipo de classe. Provoca uma comunicação acentuada nos dois sentidos.</li> </ol>	

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	<b>Formação Geral Comum de Praças do Exército</b>	CÓDIGO	CFGCPE
Anexo A - Ficha de Avaliação de Formadores dos Cursos da Formação Inicial		Página 2 de 2 páginas	

Fatores a avaliar	Graus				
	1	2	3	4	5
1- Preparação da sessão					
2- Disposição da classe					
3- Introdução da sessão					
4- Desenvolvimento da sessão					
5- Conclusão da sessão					
6- Duração da sessão					
7- Domínio dos conteúdos					
8- Recursos didáticos					
9- Métodos e técnicas pedagógicas					
10- Atividade da classe					
11- Interação e motivação					
12- Criatividade					
13- Autoconfiança					
14- Empatia					
15- Comunicação					
<b>Subtotal</b>					
<b>TOTAL DE PONTOS ..... = ..... VALORES</b>					

Pontos	Valores	Pontos	Valores
15	0,00	48	11,00
18	1,00	51	12,00
21	2,00	54	13,00
24	3,00	57	14,00
27	4,00	60	15,00
30	5,00	63	16,00
33	6,00	66	17,00
36	7,00	69	18,00
39	8,00	72	19,00
42	9,00	75	20,00
45	10,00		

Nota: Para os pontos Intermedios deve ser calculada a respetiva Interpolação com arredondamento às centésimas.

Juízo ampliativo:

O Avaliador

Conhecimento pelo avaliado da avaliação atribuída:

Data

\_\_ / \_\_ / \_\_

O Avaliado

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCP
<b>DOC Va</b>	<b>Anexo B – Ficha de Avaliação de Formadores de Educação Física Militar</b>	Página 1 de 3 páginas	

<b>Avaliado</b> (Posto,NIM,Nome) _____ <b>Avaliador</b> (Posto,NIM,Nome) _____ <b>Sessão</b> _____ <b>GDH</b> _____ <b>Classificação</b> _____
--

FATORES A AVALIAR	GRAUS		
	1	2	3
1. Local			
2. Correções à classe			
3. Motivação da classe			
4. Desenvolvimento da sessão			
5. Gestão e cumprimento do tempo da sessão			
6. Posicionamento do instrutor			
7. Coordenação instrutor/encarregado Inst.			
8. Gestão e uso de apoios			
9. Segurança exercícios			
10. Controle e disciplina da classe			
11. Exemplificação dos exercícios / técnicas			
12. Confiança no desempenho de funções			
13. Comportamento social			
14. Comunicação e transmissões de ideias			
15. Dispositivo da classe			
16. Uso de fichas de instrução			
17. Respiração			
<b>Subtotal</b>			
<b>TOTAL DE PONTOS .....= .....VALORES</b>			

<p style="text-align: center;"><b>1. LOCAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>O local não é o adequado para o tipo de instrução (não reconheceu o percurso / local de instrução, nem preparou o material).</li> <li>O local é satisfatório para o tipo de instrução.</li> <li>O local é o mais apropriado (excelente) para o tipo de instrução.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>2. CORREÇÕES À CLASSE b)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não fez correções aos erros cometidos pela classe ou fez sempre correções individuais.</li> <li>Fez algumas correções à classe e a elementos individualizados.</li> <li>Corrigiu de um modo geral os erros cometidos pela classe e não efetuou correções individuais.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>3. MOTIVAÇÃO DA CLASSE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Nada, nenhum interesse pelos formandos.</li> <li>Normal, algum interesse dos formandos que se esforçam medianamente.</li> <li>Intensa, interesse espontâneo e frequente dos formandos.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>4. DESENVOLVIMENTO DA SESSÃO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não seguiu a sequência correta das fases e dos exercícios da sessão e não cumpriu o N° de repetições prescritas.</li> <li>Seguiu a sequência correta dos exercícios da sessão, alterando em alguns casos, o número das repetições.</li> <li>Seguiu a sequência correta de todos os exercícios da sessão não alterando o número das repetições prescritas.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>5. GESTÃO E CUMPRIMENTO DO TEMPO DA SESSÃO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não o cumpriu em nenhuma fase e não terminou em tempo.</li> <li>Não o cumpriu em nenhuma das fases mas executou todos os exercícios, mas terminou em tempo.</li> <li>Cumpriu o tempo previsto e ministrou a totalidade dos exercícios.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>6. POSICIONAMENTO DO INSTRUTOR</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>O seu posicionamento não permitiu o controlo da classe.</li> <li>O seu posicionamento permitiu o controlo do parte da classe.</li> <li>O seu posicionamento é garantido que todos o ouçam/vejam e vice-versa, sendo adequado a distância deste aos instruídos.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>7. LIGAÇÃO INSTRUTOR - ENCARREGADO DE INSTRUÇÃO a)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Nula.</li> <li>Existe ligação ocasional.</li> <li>Existe e foi adequada para ilustração dos exercícios realçando, prática e verbalmente, as componentes críticas.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>8. GESTÃO E USO DOS APOIOS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não foram utilizados.</li> <li>Foram utilizados ocasionalmente.</li> <li>Foram utilizados adequadamente sob forma prática, realçando as componentes críticas da técnica.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>9. SEGURANÇA NOS EXERCÍCIOS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não foi feita.</li> <li>Foi feita de forma a garantir a segurança mínima.</li> <li>Foi feita de forma a garantir muito boa segurança (emprego de exercícios e posicionamento adequado da equipa de instrução).</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>10. CONTROLO E DISCIPLINA DA CLASSE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Fraco, nenhuma intervenção do instrutor.</li> <li>Normal, algumas intervenções conseguindo algum controlo.</li> <li>Intenso, frequentes intervenções conseguindo o controlo da classe no decorrer de toda a instrução.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>11. EXEMPLIFICAÇÃO DOS EXERCÍCIOS / TÉCNICAS b)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Os exercícios e técnicas de um modo geral não foram exemplificados.</li> <li>Apenas foram exemplificados alguns exercícios e técnicas quer pelo encarregado da instrução quer pelo instrutor.</li> <li>Foram exemplificados todos os exercícios e técnicas pelo encarregado de instrução.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>12. CONFIANÇA E A-VONTADE NO DESEMPENHO DE FUNÇÕES</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tímido, pouco a-vontade.</li> <li>Prova ser seguro, controla as suas reações emocionais.</li> <li>Muito confiante e completamente a-vontade.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>13. COMPORTAMENTO SOCIAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Suscita agressividade e ridiculiza os formandos.</li> <li>Suscita e encoraja a participação, regula as tensões do grupo.</li> <li>Para além de 2, favorece em alto grau o espírito de corpo dos formandos.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>14. COMUNICAÇÃO E TRANSMISSÕES DE IDEIAS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Voz baixa, pouca clareza, gestos - ou falta - inadequados.</li> <li>Comportamento - expressões que facilitam a comunicação e compreensão.</li> <li>Controla sempre os gestos e voz, exprime-se com clareza sem se tornar monótono ou repetitivo. Provoca uma comunicação acentuada nos dois sentidos.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>15. DISPOSITIVO DA CLASSE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Inadequado para o tipo de instrução.</li> <li>Adapta-se para o tipo de instrução, os instruídos ouvem/vêem o instrutor.</li> <li>É o mais adequado ao tipo de instrução. Os instruídos ouvem/vêem perfeitamente o instrutor e mentaliza a execução dos exercícios.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>16. USO DAS FICHAS DE INSTRUÇÃO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Foi redigido um PGS com as principais fases da sessão a ministrar e tempo previsto. Foi preparado o material.</li> <li>PGS completo e preparado e ordenado o material necessário.</li> <li>Para além de 2, preparou material original e específicos para a aula (documentos, esquemas, testes de avaliação, etc.).</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>17. RESPIRAÇÃO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Não foi referido à classe o modo como a mesma deve efetuar a respiração na execução dos exercícios.</li> <li>Por vezes foi referido à classe o modo como a mesma deve efetuar a respiração na execução dos exercícios.</li> <li>De um modo geral foi referido à classe o modo como a mesma deve efetuar a respiração na execução dos exercícios e foi referida aos erros a evitar na execução do exercício.</li> </ol>
--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Anexo B – Ficha de Avaliação de Formadores de Educação Física Militar	Página 2 de 3 páginas	
<b>OBSERVAÇÕES:</b>			
<p>DATA __ / __ / __</p> <p><b>O AVALIADO</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p>			
<b>JUÍZO AMPLIATIVO:</b>			
<p>DATA __ / __ / __</p> <p><b>O AVALIADOR</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p>			
<b>Notas: Todos os fatores de avaliação são de preenchimento obrigatório</b>			
a) Este campo não deve ser considerado caso o aluno seja o único elemento da equipa de instrução.			
b) Deve ser levado em consideração o facto de o aluno ser o único elemento da equipa de instrução.			

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Anexo B – Ficha de Avaliação de Formadores de Educação Física Militar	Página 3 de 3 páginas	

**FICHA DE AVALIAÇÃO DE FORMADORES DE EFM**

**TABELA DE CONVERSÃO EM VALORES**

Para se converter os pontos alcançados pela LISTA DE VERIFICAÇÃO em valores deverá proceder-se do seguinte modo:

- a. Atribuir aos níveis das colunas 1, 2, e 3 respetivamente os coeficientes 1, 2, e 3 que se multiplicam pelo número de cruces obtidas nas referidas colunas.
- b. Obtém-se um número de pontos em cada uma das colunas dando o subtotal em cada uma das colunas.
- c. O somatório total de pontos é obtido pelo somatório dos subtotais das três colunas.
- d. O somatório total de pontos converte-se em valores pela seguinte tabela:

**Obs.:** caso não tenha sido avaliado o **fator 7 – LIGAÇÃO INSTRUTOR – ENCARREGADO DE INSTRUÇÃO** a tabela deverá ser adapta para um universo de 16 fatores.

PONTOS	VALORES	PONTOS	VALORES
17	0,00	41	14,12
18	0,59	42	14,71
19	1,18	43	15,29
20	1,76	44	15,88
21	2,35	45	16,47
22	2,94	46	17,06
23	3,53	47	17,65
24	4,12	48	18,24
25	4,71	49	18,82
26	5,29	50	18,41
27	5,88	51	20,00
28	6,47		
29	7,06		
30	7,65		
31	8,24		
32	8,82		
33	9,41		
34	10,0		
35	10,59		
36	11,18		
37	11,76		
38	12,35		
39	12,94		
40	13,53		

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Anexo C – Testes Escritos	Página 1 de 1 páginas	

**1. OBJETIVO**

Definir e uniformizar os conhecimentos a avaliar nos Testes Escritos (TE) do CFGCPPE.

**2. MÉTODO**

- a. São realizados 2 TE durante o CFGCPPE, 1 na Instrução Básica e 1 na Instrução Complementar 1;
- b. Em conformidade com o Cronograma (Anexo B ao Doc IVa – Plano de Estudos), estes deverão ocorrer preferencialmente:
  - (1) 1º TE – durante a 5ª semana;
  - (2) 2º TE – durante a 11ª semana.
- c. Cada TE é constituído por 20 questões de escolha múltipla e 20 questões de verdadeiro/falso.

**3. QUESTÕES 1ºTESTE ESCRITO**

Bateria de questões do 1º Teste Escrito - Apêndice 1.

**4. QUESTÕES 2ºTESTE ESCRITO**

Bateria de questões do 2º Teste Escrito - Apêndice 2.

**5. CLASSIFICAÇÃO**

Os TE são cotados para 20 valores, sendo que cada pergunta está cotada para 0,5 valores.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Apêndice 1 – Bateria de Questões do 1º Teste Escrito	Página 1 de 1 páginas	

1º TESTE ESCRITO OMITIDO CONTATAR  
ESCOLA DAS ARMAS

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Apêndice 2 – Bateria de Questões do 2º Teste Escrito	Página 1 de 1 páginas	

2º TESTE ESCRITO OMITIDO CONTATAR  
ESCOLA DAS ARMAS

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPE
<b>DOC Va</b>	<b>Anexo D – Circuitos de Avaliação</b>	Página 1 de 3 páginas	

**1. OBJETIVO**

Definir e uniformizar os conhecimentos a avaliar nos Circuitos de Avaliação (CAv) do CFGCPE.

**2. MÉTODO**

- a. São realizados 5 CAv durante o CFGCPE, 2 na Instrução Básica e 3 na Instrução Complementar 1;
- b. Em conformidade com o Cronograma (Anexo B ao Doc IVa – Plano de Estudos), estes deverão ocorrer preferencialmente:
  - (1) 1º CAv – durante a 3ª semana;
  - (2) 2º CAv – durante a 5ª semana;
  - (3) 3º CAv – durante a 7ª semana;
  - (4) 4º CAv – durante a 9ª semana;
  - (5) 5º CAv – durante a 11ª semana.
- c. Cada CAv possui 6 estações de avaliação;
- d. Por princípio, nos CAv não deve ser avaliada matéria que tenha sido ministrada no próprio dia ou no dia anterior.

**3. 1º CIRCUITO DE AVALIAÇÃO**

Designação das Estações	Objetivo Específico relacionado	Objetivo crítico
Estação 1 - Operações de segurança da Esp Ass FN SCAR-L STD 5,56x45mm.	A.1.1.2 Descrever a Espingarda de Assalto FN SCAR-L STD 5,56x45mm	XX
Estação 2 - Postos do Exército, Marinha e Força Aérea	A.4.1.16 Identificar os diferentes postos do Exército, Marinha e Força Aérea	
Estação 3 - Desmontar e montar a Esp Ass FN SCAR-L STD 5,56x45mm	A.1.1.3 Desmontar e montar a Esp Ass FN SCAR-L STD 5,56x45mm	
Estação 4 – Continência e apresentação a um superior	A.4.1.15 Fazer continência e apresentar-se sem arma a um superior	
Estação 5 - Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória	A.3.2.3 Reanimar uma vítima em paragem cardiorrespiratória	
Estação 6 - Desobstruir as vias respiratórias de uma vítima	A.3.2.5 Desobstruir as vias respiratórias de uma vítima	

**4. 2º CIRCUITO DE AVALIAÇÃO**

Designação das Estações	Objetivo(s) Específico(s) relacionado(s)	Objetivo crítico
Estação 1 - Alfabeto fonético OTAN	A.7.1.1 Pronunciar algarismos e letras utilizando o alfabeto fonético OTAN	
Estação 2 – Instalar e operar os equipamentos TSF	A.7.1.5 Explicar as características e instala os equipamentos TSF A.7.1.6 Operar os equipamentos TSF efetuando uma comunicação radiotelefônica	
Estação 3 - Designar um Objetivo	A.5.1.12 Designar um objetivo fazendo uso de técnicas de referênciação, de dia	
Estação 4 – Identificar pessoal e unidades com recurso a senha e contra-senha	A.5.1.5 Identificar pessoal e unidades, como sentinela, com o recurso à senha e contrassenha	XX

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	<b>Anexo D – Circuitos de Avaliação</b>	Página 2 de 3 páginas	

Estação 5 – Instalar e operar os equipamentos TPF	A.7.1.3 Descrever as características e instala os equipamentos TPF A.7.1.4 Operar os equipamentos TPF efetuando uma comunicação telefónica	
Estação 6 - Executar a imobilização por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro fraturado	A.3.2.6 Imobilizar por meio de uma tala ou objeto improvisado de um membro fraturado	

**5. 3ºCIRCUITO DE AVALIAÇÃO**

Designação das Estações	Objetivo Especifico relacionado	Objetivo critico
Estação 1 - Transportar um ferido	B.2.1.1 Transportar um ferido	
Estação 2 - Progredir no terreno de forma isolada (Rastejar)	B.2.1.5 Progredir no terreno de forma isolada, sem ser referenciado	
Estação 3 - Instalar sem preparação da posição	B.2.1.8 Instalar sem preparação da posição	XX
Estação 4 - Vestir o equipamento de proteção individual para agentes Biológico, Químico e Radiológico (BQR)	B.4.1.1 Colocar e ajustar a Máscara de Proteção de Agentes Biológicos e Químicos Radiológico (ARFA).	
Estação 5 - Determinar uma direção geral de orientação	B.3.1.5 Determinar o Azimute magnético de uma direção	
Estação 6 - Camuflar-se (Protege-se das vistas)	B.2.1.3 Executar corretamente a camuflagem diurna	

**6. 4ºCIRCUITO DE AVALIAÇÃO**

Designação das Estações	Objetivo Especifico relacionado	Objetivo critico
Estação 1 - Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta	B.3.1.11 Determinar o azimute cartográfico na carta entre dois pontos do terreno localizados na carta	
Estação 2 - Orientar uma carta topográfica com uma bússola	B.3.1.6 Orientar uma carta topográfica com auxílio de uma bússola	
Estação 3 - Determinar o azimute magnético de uma direção	B.3.1.5 Determinar o azimute magnético de uma direção	XX
Estação 4 - Progredir no terreno de forma isolada (contacto iminente e em contacto)	B.2.1.5 Progredir no terreno em contacto iminente e em contacto	
Estação 5 - Colocar, usar e guardar a máscara de proteção de agentes BQR	B.4.1.2 Usar de forma adequada a máscara de proteção de agentes BQR (Máscara da série ARFA)	XX
Estação 6 - Progredir em áreas edificadas	B.2.1.5 Progredir em áreas edificadas	

**7. 5ºCIRCUITO DE AVALIAÇÃO**

Designação das Estações	Objetivo Especifico relacionado	Objetivo critico
Estação 1 - Vestir o equipamento de proteção individual para agentes Biológico, Químico e Radiológico (BQR)	B.4.1.8 Equipar consoante o nível de PPOM.	
Estação 2 - Determinar as coordenadas militares de um ponto do terreno na carta	B.3.1.13 Determinar coordenadas UTM métricas de um ponto na carta militar	
Estação 3 - Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta	B.3.1.12 Determinar a distância entre dois pontos do terreno localizados na carta	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	<b>Anexo D – Circuitos de Avaliação</b>	Página 3 de 3 páginas	

Estação 4 - Determinar a cota de um ponto do terreno	B.3.1.14 Determinar a cota de um ponto do terreno	
Estação 5 - Executar nós e amarrações	B.2.1.13 Executar Nós	
Estação 6 - Utilizar sinais de combate	B.2.1.15 Reconhecer e utilizar sinais de combate	

**8. CLASSIFICAÇÃO**

- a. Os CAv são cotados para 20 valores;
- b. A classificação final de cada CAv corresponde à média aritmética das classificações que obteve na realização das 6 estações.

**9. FICHAS DE ESTAÇÃO**

- a. Fichas de Estação do 1ºCAv – Apêndice 1;
- b. Fichas de Estação do 2ºCAv – Apêndice 2;
- c. Fichas de Estação do 3ºCAv – Apêndice 3;
- d. Fichas de Estação do 4ºCAv – Apêndice 4;
- e. Fichas de Estação do 5ºCAv – Apêndice 5.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Fichas de Estação dos Circuitos de Avaliação		Página 1 de 1 páginas

**FICHAS DE ESTAÇÃO DOS CIRCUITOS DE AVALIAÇÃO OMITIDOS  
CONTATAR ESCOLA DAS ARMAS**

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Anexo E – Folha de Avaliação de Mérito Pessoal	Página 1 de 2 páginas	

**Folha de Avaliação de Mérito Pessoal**

Unidade..... Subunidade.....

Formando (Posto, NIM, Nome Completo) .....

GDH ..... Formador ..... Classificação ..... Valores

FATORES		NIVEIS				
		1	2	3	4	5
1	APRESENTAÇÃO E APRUMO					
2	SENTIDO DO DEVER E DA DISCIPLINA					
3	DEDICAÇÃO E EMPENHO					
4	RELAÇÕES HUMANA E COOPERAÇÃO					
5	ADAPTABILIDADE					
6	PERSERVERANÇA					
MÉDIA = ( $\Sigma$ NÍVEIS/6)						

Juízo Ampliativo:

O Comandante de Pelotão

O Comandante de Companhia

O Comandante de Batalhão

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Va</b>	Anexo E – Folha de Avaliação de Mérito Pessoal	Página 2 de 2 páginas	

**DEFINIÇÃO GENÉRICA DOS NÍVEIS DE CADA FACTOR**

Cada fator é caracterizado genericamente da forma abaixo descrita e graduado em cinco níveis. A cada nível corresponde uma frase (padrão descritivo) definidora do mesmo.

**NÍVEL 5 – MUITO BOM**

A classificação neste grau revela que, no conjunto dos atributos de cada qualidade em apreciação, o militar ultrapassa consistentemente o nível exigível e revela um comportamento manifestamente acima da média, de modo a permitir:

- Que seja apontado como exemplo;
- Ser reconhecido por todos, os superiores e camaradas.

**NÍVEL 4 – BOM**

Quando o avaliado revela um nível aceitável e satisfatório na maioria do conjunto dos atributos de cada qualidade em apreciação, o qual é considerado bastante e adequado ao regular desempenho das funções de serviço.

**NÍVEL 3 – SUFICIENTE**

Quando o avaliado atinge apenas o nível mínimo exigível, mas não o ultrapassa normalmente, ainda que, esporadicamente, possa revelar um nível aceitável e satisfatório em alguns dos atributos ou denote deficiências menores toleráveis e suscetíveis de poderem ser corrigidas.

**NÍVEL 2 – COM DEFICIÊNCIAS**

Quando no conjunto dos atributos de cada qualidade em apreciação o comportamento do avaliado possa ser considerado aceitável mas apenas com o nível mínimo, mas denota falta de experiência ou deficiências, que embora suscetíveis de poderem ser corrigidas condicionam de algum modo o desempenho das suas funções.

**NÍVEL 1 – INSUFICIENTE**

Revela em qualquer dos atributos, de cada qualidade em apreciação, um comportamento que não atinge minimamente o nível exigível para o seu posto e categoria, de forma persistente ou acidental com consequências gravosas, o que implicou o respetivo sancionamento disciplinar.

**1. APRESENTAÇÃO E APRUMO**

Considerar as exigências de atavio, higiene, compostura e correção em função do serviço e/ou cargo desempenhado. Apreciar o cuidado posto no vestuário, fardamento e equipamento e a forma como se apresenta, bem como a influência que tem no serviço.

**2. SENTIDO DO DEVER E DA DISCIPLINA**

Considerar a forma de vivência militar e as suas atitudes de procedimento à luz das normas regulamentares. Apreciar o tipo de relacionamento que o avaliado tem com os iguais e superiores e à forma como obedece e cumpre as ordens de superiores.

Considerar também a noção do cumprimento do dever e o sentido de missão postos na execução das suas tarefas. Grau de responsabilidade demonstrado.

**3. DEDICAÇÃO E EMPENHO**

Apreciar o ritmo e a vivacidade que imprime à execução das tarefas e o nível de rendimento obtido. Considerar o gosto por agir espontaneamente e atuar com eficácia em situações e imprevistas e o desejo de aprender.

**4. RELAÇÕES HUMANAS E COOPERAÇÃO**

Considerar a qualidade de relacionamento com os seus iguais e o seu reflexo na eficiência da atividade do grupo. Apreciar o espírito de cooperação e lealdade postos no relacionamento, tendo em vista o contributo para o espírito de corpo e harmonia do grupo.

**5. ADAPTABILIDADE**

Considerar a capacidade de adaptação nas mais variadas circunstâncias relacionando tal capacidade com o índice de produtividade

**6. PRESERVAÇÃO**

Considerar o querer na consecução dos objetivos, não esmorecendo perante as exigências de esforços físicos ou intelectuais por mais fortes que sejam.

Apreciar a aptidão física e a sua prontidão no serviço, bem como a capacidade de resistência à fadiga e o seu poder de recuperação.

Apreciar igualmente a presença de espírito e o domínio das emoções, particularmente em situações que saem da rotina e atuar com eficácia em situações novas e imprevistas.

**TABELA DE CONVERSÃO**

A conversão da escala de 1 a 5 para a escala de 0 a 20 faz-se multiplicando a média por 4

$$\text{MÉDIA} = (\sum \text{NÍVEIS}/6) \times 4$$

**IMPORTANTE**


Os 6 fatores de avaliação são de observação e escrituração obrigatória, pois o formando é sempre classificado em função da avaliação em todos os fatores sem exceção. A tabela de conversão é aplicada na nota final, para efeitos de avaliação final do formando e nas avaliações intermédias para efeitos de eliminação do curso.

A FAMP deverá ser aplicada nas 3ª, 5ª, 9ª e 12ª semanas. Sempre que se verifique uma classificação igual ou inferior a 10,00 valores o militar deverá ser analisado em conselho de curso tendo em vista a sua eliminação ou não do curso.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO EXÉRCITO	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPE
<b>DOC Va</b>	Anexo F – Ficha de Classificação Individual	Página 1 de 1 páginas	

 EXERCITO PORTUGUÊS COMANDO DE INSTRUÇÃO E DOCTRINA		<b>FICHA DE CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL</b>				
Curso		NIM		Especialidade		
Centro de Formação		NIM		Especialidade		
Nome						
<b>Instrução Básica (IB)</b>						
Mérito Escolar (ME)				Desembaraço Físico (DF)	Mérito Pessoal (MP)	Classificação da IB
1ºCAV	2ºCAv	1ºTeste	Class ME			
$ME = (1^\circ CAV + 2^\circ CAV + 1^\circ TE) / 3$ $DF = EFM = \text{Controlo 1}$ $IB = (3ME + DF + 2MP) / 6$						
<b>Instrução Complementar (IC1)</b>						
ME					MP	
3ºCAv	4ºCAv	5ºCAv	2ºTeste	Classificação ME		
DF						Classificação da IC1
Tiro (T)			EFM (Controlo 2)	Classificação DF		
Confirmação	Adaptação	Class Tiro				
$ME = (3^\circ CAV + 4^\circ CAV + 5^\circ CAV + 2^\circ TE) / 4$ $DF = (T + 2EFM) / 3$ $EFM = \text{Controlo 2}$ $IC1 = (3ME + 2MP + DF) / 6$						
<b>Classificação Final do CFGCPE</b>						
Classificação Centro de Formação			Classificação Final do CFGCPE			
Classificação do Centro de Formação = $(IB + 2IC1) / 3$ Classificação Final do CFGCPE = Class Centro de Formação + Fator de Harmonização do CID						
O Diretor de Formação / Chefe da Secção de Formação _____ _____						

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V**

**PERFIL DE AVALIAÇÃO**

**Vb – Avaliação Externa**

**FORMAÇÃO GERAL COMUM DE PRAÇAS DO  
EXÉRCITO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Formação Geral Comum de Praças do Exército	<b>CÓDIGO:</b>	CFGCPPE
<b>DOC Vb</b>	<b>AVALIAÇÃO EXTERNA</b>	Página 1 de 2 páginas	

**1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO EXTERNA**

A avaliação Externa mede a adequação dos objetivos de formação ao desempenho dos cargos e funções para os quais foram concebidos.

Esta avaliação é possível comparando as evidências dos desempenhos dos ex-formandos, com os resultados esperados pela organização no seu posto de trabalho.

Permite introduzir posteriormente as alterações necessárias, onde forem detectadas discrepâncias significativas.

Esta Avaliação incide sobre duas vertentes distintas:

- a. Avaliação de comportamentos (processo de transferência) ou seja será avaliado o processo de transferência de conhecimentos adquiridos em contexto de sala de aula para o contexto de trabalho.
- b. Avaliação dos resultados dos efeitos/impacto da formação, ao nível do trabalho ou seja avaliado em que medida os benefícios alcançados com a frequência do curso/ação formativa superaram e justificaram positivamente os custos despendidos, bem como mudanças no desempenho da organização.

**2. FONTES DE INFORMAÇÃO**

As fontes de informação para serem produzidos juízos de valor quanto adequação dos objectivos de formação ao desempenho dos cargos e funções para os quais foram concebidos, bem como o retorno do investimento na formação são os abaixo indicados:

- a. Ex-formandos.
- b. Chefes dos ex-formandos no local de trabalho.

**3. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO**

**a. Metodologia**

- (1) É efetuada 6 a 12 meses após a conclusão da formação pela entidade que ministra o curso.
- (2) Os instrumentos podem ser lançados por duas vias: Via carta e via eletrónica.

**b. Instrumentos**

Os instrumentos a usar são os questionários aos ex-Formando e os questionários ao Comandante/Diretor/Chefe direto do ex-Formando no posto de trabalho.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Formação Geral Comum de Praças do Exército	CÓDIGO:	CFGCPPE
DOC Vb	AVALIAÇÃO EXTERNA	Página 2 de 2 páginas	

**4. MODELO DOS INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO**

- a. Questionários aos ex-Formando - ModDocRC 19 do MD 240-03.
- b. Questionários ao Comandante/Diretor/Chefe direto do ex-Formando no posto de trabalho - ModDocRC 20 do MD 240-03.

**5. RELATÓRIO DE VALIDAÇÃO EXTERNA**

- a. Após a recolha sistemática de informação produzida pelos questionários, a entidade que ministra o curso produz um relatório onde faz a avaliação sobre o desempenho dos ex-formandos no local de trabalho, propondo, caso considere necessário, as alterações ao Referencial do Curso.
- b. Este relatório é enviado para o CID.

NÃO CLASSIFICADO

## **Anexo 11**

**Referencial de Curso – Exército – Primeiros Socorros**

**Psicológicos**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**REFERENCIAL DE CURSO**

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

**Janeiro de 2019**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

DOC I - CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO		CÓDIGO PSP	
CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		PÁG 1 DE 1 PÁGS	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO</b>			
Utilizador (OCAD;U/E/O): que propõe:	Unidade Formadora:	DF (ETR): Aprova / Não aprova a criação do curso.	
Envio de documento justificativo à Unidade Formadora (EPR).	Envio de documento justificativo à DF (ETR).	A _____ (EPR) para proceder à concessão do Curso. Devolver à _____ (EPR) com despacho de indeferimento.	
Data 24/10/2017 Assinatura [assinatura]	Data 14/11/2017 Assinatura [assinatura]	Data 26/12/2017 Assinatura [assinatura]	
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
Unidade Formadora:	DF (RTEQ/DF): Envia-se ao utilizador (OCAD;U/E/O):	Utilizador (OCAD;U/E/O):	DF (ETR): Aprova / Não aprova o Perfil do Cargo/Profissional.
Envio do Perfil do Cargo/Profissional à DF	apreciação para	Concordo com o Perfil do Cargo/Profissional.	A _____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Formação.
Data 26/FEV/18 Assinatura [assinatura]	Data 14/11/18 Assinatura [assinatura]	Data 1/1/18 Assinatura [assinatura]	Data 26/12/18 Assinatura [assinatura]
<b>PERFIL DE FORMAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	DF (RTEQ/DF): Concordo com o Perfil de Formação.	DF (ETR): Aprova / Não aprova o Perfil de Formação.	
Envio do Perfil de Formação à DF		A _____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação.	
Data 16/05/2018 Assinatura [assinatura]	Data 09/05/18 Assinatura [assinatura]	Data 28/05/18 Assinatura [assinatura]	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	A/RACIÃO: Concordo com o Perfil de Avaliação	DF (RTEQ/DF): Concordo com o Perfil de Avaliação	DF (ETR): Aprova / Não aprova o Perfil de Avaliação.
Envio do Perfil de Avaliação à DF			
Data 1/1/19 Assinatura [assinatura]	Data 30/01/2019 Assinatura [assinatura]	Data 30/01/19 Assinatura [assinatura]	Data 27/02/19 Assinatura [assinatura]
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
DF (ETR): Aprova o Referencial do Curso			
Data 21/Jan/2019			
Assinatura [assinatura]			

ModDocRC 01

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO II  
PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO**

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 1 de 5 páginas	

## 1. CONTEXTO

### a. Necessidades de formação

- (1) Os militares das Forças Armadas, em resultado da sua atividade profissional, poderão ser expostos a elevados níveis de stresse e a Incidentes Críticos (IC), isto é, acontecimentos ou circunstâncias singulares ocorridas em tempo de paz ou em conflito e que provocam aos militares, neles envolvidos, reações emocionais invulgarmente fortes. Os IC são, por norma, inesperados e ameaçam a noção de controlo do indivíduo, podendo interferir com a sua capacidade de resposta/adaptação;
- (2) Neste tipo de incidentes, o Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAE) recorre ao modelo proposto no *Critical Incident Stress Management (CISM)*<sup>1</sup>. Este modelo prevê a intervenção de equipas de "Pares" (militares das U/E/O com formação em primeiros socorros psicológicos), sem prejuízo de uma ação técnica especializada sempre que se justifique;
- (3) O CPAE é responsável pela formação destas equipas de "Pares", as quais desempenham as funções de: acompanhamento individualizado (não terapêutico) ao camarada, através da implementação no terreno de meios humanos que promovam a minimização do impacto do(s) evento no(s) elemento(s) diretamente envolvido(s); promoção da adaptabilidade do(s) mesmo(s) no regresso ao ritmo quotidiano; e, quando necessário, sinalização para os profissionais de saúde mental;
- (4) O curso de Primeiros Socorros Psicológicos, resulta da necessidade de disponibilizar equipas de "Pares" para as Forças Nacionais Destacadas e para as diversas U/E/O, compostas por militares com competências de prevenção e intervenção em IC;
- (5) Dado que, devido à sua necessidade, já está a ser ministrado o curso de Primeiros Socorros Psicológicos e possui Ficha de Apresentação do Curso (FAC) atribuída, surgiu a necessidade de elaborar o respetivo Referencial de Curso.

### b. Âmbito de aplicação do curso

Destina-se a habilitar os militares com os conhecimentos e instrumentos necessários para aplicar estratégias preventivas de redução do stresse dos militares e, perante um incidente crítico, desempenharem funções nas equipas de "Pares".

### c. Natureza do curso

O curso de Primeiros Socorros Psicológicos é um curso de especialização.

### d. Cursos relacionados

Curso de Gestão de Stresse.

<sup>1</sup> O CISM é um programa formal, estruturado e profissionalmente reconhecido, que pretende garantir a assistência e apoio psicológico a todos os envolvidos num Incidente Crítico. Este programa inclui um processo educativo, voluntário e confidencial, visando o acompanhamento perante situações de rutura do equilíbrio psicológico e a promoção da saúde mental.

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 2 de 5 páginas	

<p><b>e. Diplomas/Certificados</b> Certificado de Formação Profissional comprovativo das habilitações adquiridas no curso.</p> <p><b>f. Duração do curso</b> 28 Horas e 4 Dias Úteis de Formação.</p> <p><b>g. Número de cursos por ano</b> 4 Cursos por ano. O número de cursos depende das necessidades do Exército.</p> <p><b>h. Durabilidade da qualificação</b> 2 anos para militares que não tenham integrado uma equipa de intervenção na crise, após a formação.</p> <p><b>i. Unidade formadora</b> Escola dos Serviços.</p> <p><b>j. Pólo de formação</b> Centro de Psicologia Aplicada do Exército.</p> <p><b>k. Locais de formação</b> (1) Centro de Psicologia Aplicada do Exército; (2) U/E/O que solicite a formação.</p> <p><b>l. Classificação de Segurança</b> Não Classificado.</p> <p><b>2. FORMANDOS</b></p> <p><b>a. Natureza</b> O curso destina-se a Oficiais e Sargentos do QP; Oficiais, Sargentos e Praças em RV/RC.</p> <p><b>b. Pré-requisitos</b> (1) 9º ano de escolaridade; (2) Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador.</p> <p><b>c. Quantitativos</b> (1) Mínimo: 8 formandos; (2) Máximo: 20 formandos.</p> <p><b>d. Validade da qualificação</b> (1) O diploma do curso é válido por 2 anos para militares que não tenham integrado uma equipa de intervenção na crise durante esse período de tempo;</p>
--

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 3 de 5 páginas	

(2) Sem validade para militares que integrem equipas de intervenção na crise num período inferior a 2 anos.

**e. Nomeação**

A nomeação é da competência da Direção de Administração de Recursos Humanos (DARH) do Comando de Pessoal do Exército sob proposta.

**f. Não aproveitamento ou exclusão**

O não aproveitamento do curso por motivos técnicos, médicos ou outros implica a reprovação do mesmo e a impossibilidade do exercício da função de Par na área da Intervenção na Crise. O formando pode, no entanto, repetir a frequência do curso sob proposta da sua cadeia de comando.

**g. Período de carência**

Não aplicável

**3. FORMADORES**

**a. Requisitos académicos**

De acordo com o Despacho Normativo nº 12/2015, de 29 de junho os formadores devem satisfazer as seguintes condições:

- (1) Ser detentor de grau académico de âmbito superior;
- (2) Possuir, no mínimo, 10 anos de experiência profissional, com exercício efetivo durante, pelo menos, cinco anos nos últimos 10, no âmbito da área para a qual é requerida essa qualidade;
- (3) Possuir um currículo profissional de qualidade e relevância comprovada na área científica em causa.

**b. Requisitos técnico-científicos**

- (1) O curso deverá ser ministrado, preferencialmente, por formadores (Oficiais/Sargentos) que possuam experiência profissional no mínimo de três anos, nas áreas de formação para as quais forem responsáveis, de acordo com o definido na alínea c) do nº1 do Grupo I do Anexo II da Portaria nº 851/2010 de 6 de setembro;
- (2) O curso deverá ser ministrado, preferencialmente, por formadores que possuam um dos seguintes cursos: Individual Crisis Intervention and Peer Support; Curso Avançado de Psicologia de Emergência; Traumatic Incident Reduction.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 4 de 5 páginas	

**c. Requisitos pedagógicos**

Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF), preferencialmente com o Certificado de Competências Pedagógicas (CCP).

**d. Quantitativos**

2 Formadores

**e. Nomeação**

São nomeados em Ordem de Serviço pelo Diretor do Centro de Psicologia Aplicada do Exército.

**f. Outros requisitos**

Não aplicável.

**4. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

**g. Financeiros**

Custos imputáveis à U/E/O	<b>86,08 €</b>
Custos imputáveis à FN	<b>4.755,95 €</b>

Obs: Os custos foram elaborados de acordo com a FCCF de 2017 (Ano da FCCF-SCAFE), sendo variáveis e propensos a alterações de acordo com as rúbricas orçamentais e com a periodicidade anual.

**h. Materiais**

Descrição	Quantidade
Impressora	1
Tinteiro	2
Pen USB	1
Colunas de som	1
Marcadores acetato	3
Papel para fotocópia A4, resma	3
<b>Nota:</b> material para o pressuposto de um efetivo máximo do curso (20 formandos)	

NÃO CLASSIFICADO

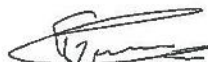
CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 5 de 6 páginas	

5. PARECER TÉCNICO DA UNIDADE FORMADORA (EPR)

A elaboração deste referencial reveste-se de grande importância: tendo em vista a persecução da certificação de formação. O documento encontra-se elaborado de acordo com o estabelecido no manual de formação MD 240-03- Modelo de Referencial de Curso.

À consideração Superior,

a cargo



6. PARECER DA REPARTIÇÃO DE TECNOLOGIAS EDUCATIVAS E QUALIFICAÇÃO (RTEQ)

A implementação do presente curso foi autorizada por ser ex. Gen. CEME em 02/03/15, visando a promoção do Stress Pós-Traumático (PTSD) e a promoção da resiliência, <sup>essencialmente</sup> destinados às forças especiais e aos grupos de polícia do exército.

Desde então foram ministrados alguns cursos em regime experimental, nomeadamente no ano de 2016 no âmbito dos NRE.

Foiz do exposto se deduz, que o curso já se encontra o suficientemente testado para ser referido no referencial de curso, mas se informa que o presente documento está elaborado de acordo com o constante no MD 240-03.

Propõe-se a aprovação do Doc II para a persecução dos trabalhos por parte do CPAE. A consideração Superior

(1) Inq. Voz CPAE Proc 00,02 26/04/15

é feita 25 de fevereiro de 2018  
Antônio Manoel Guedes de Rosa  
TCM Del.

7. DESPACHO EXMO. DIRETOR DA FORMAÇÃO

Autuado cf projeto.

26/02/18



NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO III

**PERFIL DO PROFISSIONAL**

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DO PROFISSIONAL</b>	<b>PÁGINA 1 DE 5 PÁGINAS</b>	

**1. DESIGNAÇÃO DO PROFISSIONAL**

**a. Código do Cargo/Profissional**

PSP.

**b. Nome do Cargo/Profissional**

Interveniente em Primeiros Socorros Psicológicos.

**2. CATEGORIA / POSTO / ARMA OU SERVIÇO**

Oficiais, Sargentos e Praças de Qualquer Arma ou Serviço ou Especialidade.

**3. CREDÊNCIAÇÃO**

**a. Nacional:** Não requer classificação de segurança;

**b. NATO:** Não requer classificação de segurança.

**4. ÁREAS FUNCIONAIS DE APLICAÇÃO**

Aplicação em todas as áreas funcionais (Operações, Logística, Instrução, Doutrina e Pessoal), onde exista necessidade de intervenção em resposta a incidentes críticos que envolvam militares, seja em território nacional ou Teatros de operações onde operem em Forças Nacionais Destacadas Portuguesas.

**5. REPORTA A:**

- Ao integrar as equipas de "pares", o militar reporta ao Centro de Psicologia Aplicada do Exército.

- Quando identificadas situações de risco para a vida da vítima ou outras pessoas, o militar reporta ao Cmdt/Dir/Chefe direto.

**6. QUALIFICAÇÕES**

**a. QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS**

(1) Experiência profissional

Nada a referir.

(2) Nível de habilitações escolares

9º ano de escolaridade.

(3) Formação Militar

(a) Mestrado Integrado ou Licenciatura em Ciências Militares pela AM;

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DO PROFISSIONAL</b>	<b>PÁGINA 2 DE 5 PÁGINAS</b>	

(b) Curso de Formação de Sargentos do Exército, QP ou RV/RC;

(c) Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército.

(4) Nível Linguístico (Listening, Speaking, Reading and Writing)

Nada a referir.

(5) Conhecimentos Informáticos e de Processamento de dados

Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador.

(6) Outras qualificações:

Nada a referir.

**b. QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS**

(1) Experiência profissional:

Experiência no âmbito do apoio social, socorrismo ou proteção civil.

(2) Nível de habilitações escolares:

12º ano de escolaridade.

(3) Formação Militar:

Nada a referir.

(4) Nível Linguístico:

2222

(5) Outras qualificações:

Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador.

**7. PRINCIPAIS RESPONSABILIDADES (POR PESSOAL E MATERIAL)**

a. Colaborar nas equipas de intervenção em crise com o CPAE.

b. Acompanhar as vítimas (pares) às quais presta primeiros socorros psicológicos;

c. Garantir a confidencialidade do contacto de emergência do CPAE e material de apoio à intervenção de pares;

**8. FUNÇÕES PRINCIPAIS**

Integrar as equipas de "Pares" de Intervenção na crise.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC III	PERFIL DO PROFISSIONAL	PÁGINA 3 DE 5 PÁGINAS	

9. **COMPETÊNCIAS TRANVERSAIS**

**1. Autocontrolo** - Capacidade para controlar as emoções em situações de stress.

**Indicadores comportamentais:**

- Mantém-se calmo perante situações adversas conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações ou minimizar os impactos negativos;
- Mantém-se calmo perante situações adversas, conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações complexas.
- Capaz de trabalhar sob pressão, condições climatéricas adversas ou logísticas e manter um elevado desempenho.

**2. Relações Interpessoais** Interação de forma adequada em diferentes contextos e com pessoas de diferentes culturas, tendo uma atitude facilitadora no relacionamento.

**Indicadores comportamentais:**

- Pauta o seu relacionamento através dos valores e virtudes militares;
- Insere-se com facilidade em diferentes grupos de trabalho;
- Adapta-se facilmente a diferentes grupos e camaradas;
- Promove uma boa relação no grupo de trabalho.

**3. Adaptabilidade** - Ajusta-se eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, adaptando o seu comportamento consoante as necessidades das situações sem que tal interfira com os índices de produtividade.

**Indicadores comportamentais:**

- Ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos (flexibilidade);
- Cooperar com as alterações ou prioridades superiormente definidas, a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;
- Reage de forma positiva a acontecimentos imprevistos mantendo um desempenho ajustado.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DO PROFISSIONAL</b>	<b>PÁGINA 4 DE 5 PÁGINAS</b>	

**10. COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS**

**Diagrama Escalar**

<b>CÓDIGO DO PROFISSIONAL:</b>		PSP	
<b>DESIGNAÇÃO DO PROFISSIONAL:</b>		Interveniente em Primeiros Socorros Psicológicos	
<b>ATIVIDADE</b>		<b>TAREFA</b>	
<b>A</b>	Realizar a intervenção "apoio de pares"	1	Distinguir situações de crise psicológica específicas no militar.
		2	Identificar incidentes críticos.
		3	Aplicar técnicas de comunicação na crise.
		4	Aplicar o modelo SAFER-R <sup>1</sup> na intervenção em crise.
<b>B</b>	Sinalizar situações para apoio especializado	1	Reconhecer situações que requerem apoio técnico especializado.
		2	Encaminhar caso(s) para os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica.
		3	Efetuar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.

**11. CONDIÇÕES DE EXERCÍCIO**

**a. Ambientais**

Os Incidentes Críticos podem ocorrer em situações diversas. A intervenção em crise pode ser solicitada em qualquer condição ambiental.

**b. Físicas**

O desempenho das funções de Interveniente em Primeiros Socorros Psicológicos decorre nos locais onde ocorrem Incidentes Críticos e sempre que o Escalão Superior assim o determine. Poderá atuar na sua U/E/O ou realizar deslocações Nacionais e Internacionais.

<sup>1</sup>SAFER- R refere-se ao modelo de intervenção baseado nas fases: Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping Recovery or referral.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DO PROFISSIONAL</b>	<b>PÁGINA 5 DE 5 PÁGINAS</b>	

**c. Sociais / Psicológicas**

Operar na intervenção a camaradas, estando exposto a elevados níveis de stresse.

Desempenhar funções em situações que requerem adaptabilidade, concentração e atuação em problemáticas potencialmente traumáticas.

**d. Dificuldades**

O desempenho do cargo poderá ser dificultado em situações com elevado número de vítimas.

**12. MATRIZ DE COMPETÊNCIAS**

(Anexo D – Matriz de Competências)

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III**

**PERFIL DO PROFISSIONAL**

**IIIa - Padrões de Desempenho Operacional (PDO)**

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	<b>PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS</b>	

<b>CÓDIGO DO PROFISSIONAL:</b>	<b>PSP</b>
<b>DESIGNAÇÃO DO PROFISSIONAL:</b>	<b>INTERVENIENTE EM PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>

<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL (PDO)</b>			
<b>CÓD. PDO</b>	<b>CÓD. TAREFA</b>	<b>TAREFAS</b>	<b>CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO</b>
<b>A</b>	<b>A1.</b>	Distinguir situações de crise psicológica específica no militar.	1. Na U/E/O onde opera; 2. No Teatro de Operações; 3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.
	<b>A2.</b>	Identificar incidentes críticos.	1. Na U/E/O onde opera; 2. No Teatro de Operações.

- | <b>NÍVEL / STANDARD</b>   |
|---|
| 1. Observa os sinais e sintomas psicológicos e/ou físicos do militar;   |
| 2. Identifica corretamente reações de ansiedade / pânico.   |
| 3. Identifica corretamente uma crise psicótica.   |
| 4. Identifica corretamente um quadro de violência/agressividade.  |
| 5. Identifica corretamente um processo de luto.   |
| 6. Reconhece um ato suicidário através do método utilizado e da recolha de dados sobre os pensamentos, sentimentos e fatores de risco no militar. |

Reconhece um Incidente Crítico em militares, de acordo com o modelo CISM.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	<b>PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS</b>	

	A3.	Aplicar técnicas de comunicação na crise.	<p>1. Na U/E/O onde opera;</p> <p>2. No Teatro de Operações;</p> <p>3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.</p>	<p>Utiliza as técnicas de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuta ativa;</li> <li>- Questionamento;</li> <li>- Meta-comunicação;</li> <li>- Diretivas de ação.</li> </ul> <p>Na intervenção, cumpre as fases do modelo SAFER-R (<i>Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping, Recovery or referral</i>).</p>
	A4.	Aplicar o modelo SAFER-R na intervenção em crise.	<p>1. Na U/E/O onde opera;</p> <p>2. Teatro de Operações;</p> <p>3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.</p>	<p>1. Realiza a triagem.</p> <p>2. Reconhece as limitações das funções do "Par";</p> <p>3. Identifica no militar, necessidades que requerem um apoio técnico especializado.</p>
B	B1.	Reconhecer situações que requerem apoio técnico especializado.	<p>1. Na U/E/O onde opera;</p> <p>2. No Teatro de operações;</p> <p>3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.</p>	<p>1. Contacta os técnicos do NAIP;</p> <p>2. Descreve a situação que necessita de apoio.</p>
	B2.	Encaminhar caso(s) para os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica.	<p>1. Na U/E/O onde opera;</p> <p>2. No Teatro de operações;</p> <p>3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.</p>	<p>1. Adota as estratégias sugeridas pelos técnicos do NAIP;</p> <p>2. Cria contacto entre os técnicos do NAIP e o militar;</p> <p>3. Apoiar no follow-up do militar.</p>
	B3.	Efetuar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.	<p>1. Na U/E/O onde opera;</p> <p>2. No Teatro de operações;</p> <p>3. Num Incidente Crítico para o qual foi nomeado.</p>	

<sup>1</sup> SAFER- R refere-se ao modelo de intervenção baseado nas fases: Stabilize, Acknowledge the crisis, Facilitate understanding, Encourage effective coping Recovery or referral.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III**

**PERFIL DO PROFISSIONAL**

**IIIb - Análise DIF P**

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IIIb</b>	<b>ANÁLISE DIF P</b>	<b>PÁGINA 1 DE 3 PÁGINAS</b>	

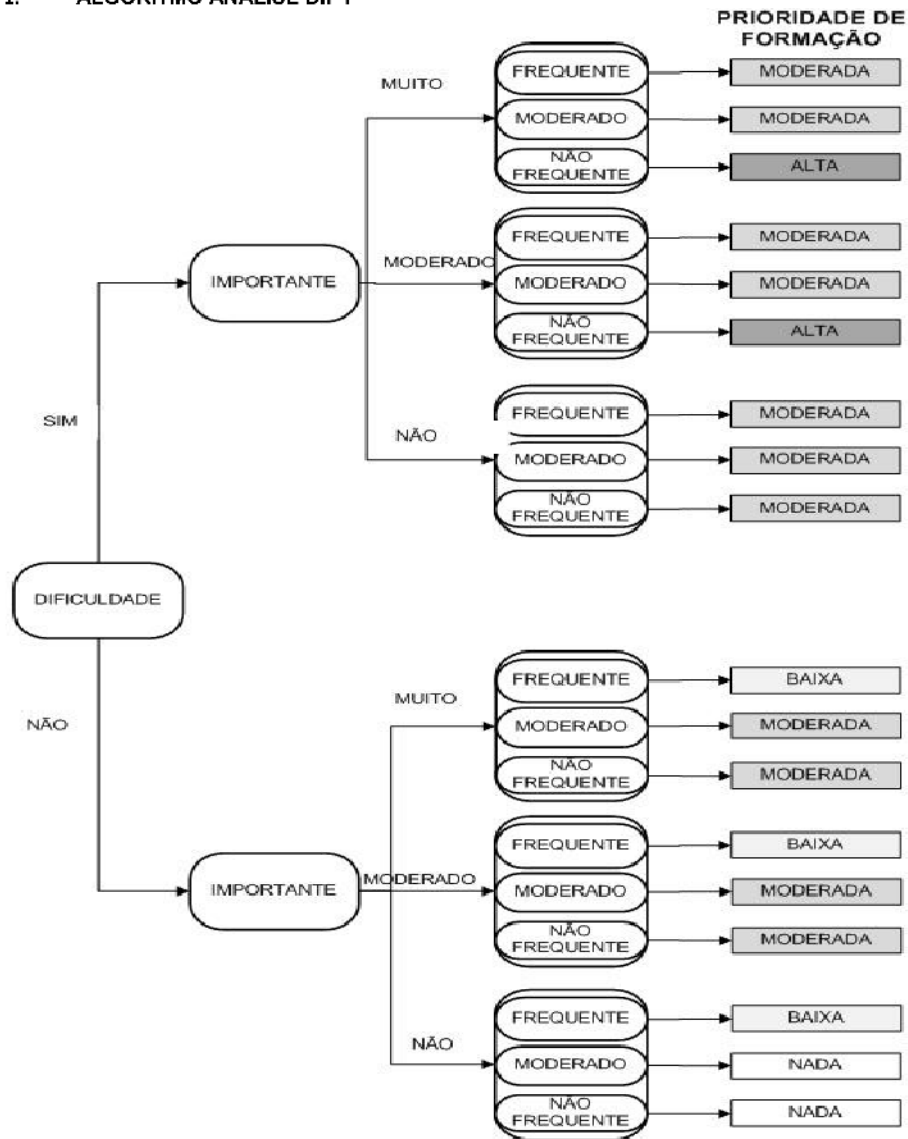
<b>CÓDIGO DO PROFISSIONAL:</b>	<b>PSP</b>
<b>DESIGNAÇÃO DO PROFISSIONAL:</b>	<b>INTERVENIENTE EM PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>

<b>CÓD. PDO</b>	<b>CÓD. TAREFA</b>	<b>TAREFAS</b>	<b>DIFICULDADE (D)   IMPORTÂNCIA (I) FREQUÊNCIA (F) → PRIORIDADE (P)</b>					<b>OBSERVAÇÕES</b>
			<b>D</b>	<b>I</b>	<b>F</b>	<b>P</b>		
<b>A</b>	A1.	Distinguir situações de crise psicológica específicas no militar.	S	2	1	A		
	A2.	Identificar incidentes críticos.	S	3	1	A		
	A3.	Aplicar técnicas de comunicação na crise.	S	2	2	M		
	A4.	Aplicar o modelo SAFER-R na intervenção em crise.	S	2	1	A		
<b>B</b>	B1.	Reconhecer situações que requerem apoio técnico especializado.	S	3	1	A		
	B2.	Encaminhar caso(s) para os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica (NAIP).	S	3	1	A		
	B3.	Efetuar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.	S	2	1	A		

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IIIb	ANÁLISE DIF P	PÁGINA 2 DE 3 PÁGINAS	

1. ALGORITMO ANÁLISE DIF P



**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IIIb	ANÁLISE DIF P	PÁGINA 3 DE 3 PÁGINAS	

## 2. DESCRIÇÃO DAS PRIORIDADES DE FORMAÇÃO DA ANÁLISE DIF P

PRIORIDADE DE FORMAÇÃO	DESCRIÇÃO
<b>Nível 1 1ª Prioridade (ALTA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar com êxito as competências no final do curso, em qualquer circunstância e sempre que necessário, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas críticas, nas quais uma falha ou omissão pode pôr em causa a segurança do pessoal e/ou material ou colocar em causa o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 2 2ª Prioridade (MODERADA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar satisfatoriamente as competências no final do curso, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas relevantes, em que um deficiente desempenho, embora não pondo em causa a segurança do pessoal ou material, pode comprometer de algum modo o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 3 3ª Prioridade (BAIXA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar razoavelmente as competências no final do curso, podendo, eventualmente, ser necessário desenvolver formação ou treino complementar de curta duração, em contexto escolar ou de trabalho.</u></p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas cujo deficiente desempenho, embora possa afetar, não compromete o normal desenvolvimento da missão.</p>
<b>Nível 5 4ª Prioridade (NENHUMA)</b>	<p>Formando com capacidade de <u>execução adquirida na totalidade por formação em contexto de trabalho ou estágio.</u></p> <p>Em regra direcionada para competências que não justificam qualquer formação em contexto escolar.</p>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III**

**PERFIL DO PROFISSIONAL**

Anexo D – Matriz de Competências

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
ANEXO D	MATRIZ DE COMPETÊNCIAS	PÁGINA 1 DE 1 PÁGINAS	

MATRIZ DE COMPETÊNCIAS				
Atividades	Tarefas	Competências Transversais		
		1. Autocontrole	2. Adaptabilidade	3. Relações Interpessoais
A. Realizar a intervenção "apoio de pares"	1. Distinguir situações de crise psicológica específicas no militar.		X	X
	2. Identificar incidentes críticos.		X	
	3. Aplicar técnicas de comunicação na crise.	X	X	X
	4. Aplicar o modelo SAFER-R na intervenção em crise.	X	X	
B. Sinalizar situações para apoio especializado	1. Reconhecer situações que requerem apoio técnico especializado.	X	X	
	2. Encaminhar caso(s) para os técnicos do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica.		X	X
	3. Efetuar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.		X	X

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

IVa – Plano de Estudos

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 1 DE 10 PÁGINAS	

**1. FINALIDADE**

A formação em primeiros socorros psicológicos destina-se a formar militares com competências de prevenção e intervenção em incidentes críticos. Estes militares podem integrar as equipas de “pares” nas diversas U/E/O, em teatro de operações ou outras situações para as quais tenham sido nomeados.

**2. ESTRUTURA MODULAR DO CURSO**

Áreas Curriculares de Formação	Módulo / UFCD		Tempos de Formação (H)					
	Código	Designação	Diurno		Noturno		NP	Total
			T	P	T	P		
A. Formação Tecnológica	A.1	Intervenção de “pares” na crise	21	5				26
B. Diversos	B.1	Cerimónias Militares		2				2
Total			21	7				28

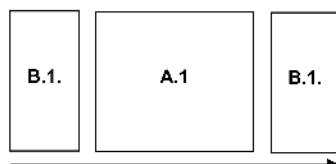
**3. OBJETIVOS GERAIS**

No final dos módulos os formandos deverão ser capazes de:

- a. Sinalizar situações para apoio especializado;
- b. Desempenhar o papel do “par” na intervenção na crise do Exército.

**4. ITINERÁRIO FORMATIVO**

**a. Precedência dos módulos**



**b. Cronograma**

		TEMPO			
MÓDULOS	Dias				
	1	2	3	4	
A.1.	6	7	7	6	
B.1.	1			1	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 2 DE 10 PÁGINAS	

### 5. CARATERIZAÇÃO DE PESSOAL

#### **a. Formandos:**

- (1) Categoria / Posto:  
O curso destina-se a Oficiais e Sargentos do QP; Oficiais, Sargentos e Praças em RV/RC.
- (2) Requisitos:
  - (a) Requisitos académicos:  
9º ano de escolaridade.
  - (b) Requisitos Profissionais:  
Nada a referir.
  - (c) Outros:  
Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador.
- (3) Quantitativos:
  - (a) N.º Mínimo de Formandos – 8;
  - (b) N.º Máximo de Formandos – 20.
- (4) Consequências de não aproveitamento:  
O não aproveitamento do curso por motivos técnicos, médicos ou outros implica a reprovação do mesmo e a impossibilidade do exercício da função de Par na área da Intervenção na Crise. O formando pode, no entanto, repetir a frequência do curso sob proposta da sua cadeia de comando.
- (5) Consequências do aproveitamento:  
Apto a desempenhar funções na equipa de "Pares" em incidentes críticos.

#### **b. Formadores:**

- (1) Requisitos académicos:  
Possuir habilitações académicas ao nível da licenciatura pré-Bolonha ou mestrado integrado em Psicologia.
- (2) Requisitos técnico-científicos:
  - (a) Possuir formação científica ou técnica e pedagógica adequadas para cada área de educação e formação para o qual solicite certificação, nos termos do definido na Portaria nº 851/2010 de 6 de setembro, com a atual redação da alínea c) do ponto 1 dos Requisitos de estrutura e organização internas do Anexo I da Portaria n.º 208/2013 de 26 de junho;
  - (b) O curso deverá ser ministrado, preferencialmente, por formadores que possuam um dos seguintes cursos: Individual Crisis Intervention and Peer Support; Curso Avançado de Psicologia de Emergência; Traumatic Incident Reduction.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 3 DE 10 PÁGINAS</b>	

(3) Requisitos pedagógicos:

Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores certificados com o respetivo Certificado de Competências Pedagógicas (CCP).

(4) Quantitativos:

2 Formadores.

(5) Nomeação:

São nomeados em Ordem de Serviço pelo Diretor do Centro de Psicologia Aplicada do Exército.

**6. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

**a. Financeiros**

Custos imputáveis à U/E/O	328,48 €
Custos imputáveis à FN	4.953,06 €

**Obs:** Os custos foram elaborados de acordo com a FCCF de 2018 (Ano da FCCF-SCAFE), são variáveis e propensos a alterações tendo em conta as atualizações económicas anuais.

**b. Materiais**

Descrição	Quantidade
Impressora	1
Tinteiro	2
Pen USB	1
Colunas de som	1
Marcadores acetato	3
Papel para fotocópia A4, resma	3

**Nota:** Material para o pressuposto de um efetivo máximo do curso (20 formandos)

**7. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM**

**a. Tipo**

(1) Avaliação Diagnóstica:

Realizada pelos formadores no início de cada módulo e/ou pelo Gabinete de Estudos e Formação, no início do Curso.

(2) Avaliação Formativa:

Realizada pelos formadores nos respetivos módulos, ao longo do curso.

(3) Avaliação Sumativa:

A avaliação sumativa do curso, é garantida pelos respetivos formadores.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 4 DE 10 PÁGINAS</b>	

**b. Instrumentos**

- (1) Avaliação Diagnóstica:  
Questionário de expectativas no início da formação;  
Questões orais de resposta aberta e fechada no início do módulo.
- (2) Avaliação Formativa:  
Trabalhos individuais, formulação de questões, feedback.
- (3) Avaliação Sumativa:  
Testes, provas orais e/ou provas práticas elaborados pelo formador no final de cada sessão.

**c. Processamento da Avaliação**

- (1) Escalas

<b>ESCALAS DE CLASSIFICAÇÃO</b>	
<b>QUANTITATIVA</b>	<b>QUALITATIVA</b>
10 a 20	APTO
0 a 9,99	INAPTO

- (2) Fórmula de classificação e aproveitamento  
A Classificação final (CF) obtém-se através da aplicação da seguinte fórmula:

$$CF = (FA*0,5) + (GO*0,5)$$

Em que:

**FA** é Ficha de Avaliação

**GO** é Grelha de Observação

- (3) Classificações:
  - (a) Sempre que um formando não obtenha Classificação Final igual ou superior a 10 valores em algum dos módulos referidos na alínea anterior, o mesmo será submetido a uma prova de avaliação de recurso para o respetivo módulo de acordo com os seguintes preceitos:
    1. A prova será realizada com a maior brevidade possível de modo a não causar quaisquer constrangimentos ao processamento da avaliação do curso;
    2. A prova englobará toda a matéria ministrada no módulo;
    3. O formando deverá obter uma classificação igual ou superior a 10 valores na prova para obter aproveitamento no módulo;
    4. Independentemente da classificação positiva obtida na prova, o formando terá a Classificação Final de 10 valores no módulo;

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 5 DE 10 PÁGINAS	

5. Desta prova não será realizado qualquer recurso.

- (b) Devem ser apresentadas arredondadas às centésimas, os seguintes valores:
    - Classificação dos testes e provas práticas;
    - Classificação dos módulos;
    - Classificação final.
  - (c) Para resultados com mais do que duas casas decimais é adotada a NP 37:2009 como método de arredondamento;
  - (d) Qualquer fraude ou tentativa de fraude implica a anulação do instrumento de avaliação em causa, tendo o formando a avaliação de zero valores nesse instrumento, sem prejuízo de eventual procedimento disciplinar.
- (4) Faltas a ações de avaliação:
- (a) O formando que, por motivo justificado, falte, ou não realize, a uma prova de avaliação será submetido a uma prova semelhante na primeira oportunidade;
  - (b) Se por motivos de força maior (não imputável ao próprio), o formando não for avaliado em algum dos parâmetros não eliminatórios que contam para a nota final do curso, terá nessa prova a classificação de 10 (dez) valores;
  - (c) Se a falta for injustificada, o formando terá nessa prova a classificação de zero, para além de eventuais consequências disciplinares.

#### **8. ORGANIZAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO**

##### **a. U/E/O responsável pelo curso**

A Escola dos Serviços é a Entidade Primariamente Responsável (EPR) pelo Curso de Primeiros Socorros Psicológicos. Compete à EPR:

- (1) Supervisionar o desenrolar da ação formativa do Curso;
- (2) Manter atualizado o Referencial de Curso com a colaboração do Pólo de Formação;
- (3) Apoiar o Pólo de Formação responsável por ministrar a formação.

##### **b. Conselho Escolar/Curso**

- (1) É presidido pelo Comandante/Diretor/Chefe onde decorre a ação de formação e tem a seguinte constituição:
  - (a) Diretor de Formação;
  - (b) Chefe do Gabinete de Estudos e Formação;
  - (c) Diretor de Curso;
  - (d) Equipa de formadores.
- (2) O Conselho Escolar/Curso reúne quando existirem formandos em situação de exclusão e sempre que o Comandante/Diretor/Chefe onde decorre a ação de

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 6 DE 10 PÁGINAS	

formação o entender. As reuniões do Conselho de Curso são registadas, pelo Diretor de Curso, em livro de atas.

**c. Gabinete de Estudos e Formação**

- (1) É responsável por:
- (a) Supervisão e classificação das provas de avaliação efetuadas aos formandos;
  - (b) Avaliação dos formandos do curso;
  - (c) Conferência e envio de toda a documentação do plano de validação do referencial do curso.
- (2) Ao Gabinete de Estudos e Formação do Pólo de Formação:
- (a) Antes da Ação de Formação:
- 1. Com mínimo de 03 meses de antecedência da data prevista de início da formação, formaliza pedido de abertura de concurso a nível Nacional à DARH/CmdPess com conhecimento à DF/CmdPess e ES;
  - 2. Realiza a reunião inicial da Ação de Formação com a Equipa de Formadores e outras entidades necessárias verificando se existem problemas ou sugestões de melhoramento para o planeamento;
  - 3. Faz os pedidos de apoio e encaminha-os para o escalão superior, nomeadamente os pedidos de pessoal e material de apoio para sessões de formação e avaliação;
  - 4. Propõe ao Comandante/Diretor/Chefe (da entidade responsável pela execução do Curso) a cerimónia de abertura do Curso.
- (b) Após o início da Ação de Formação:
- 1. Supervisionar o desenrolar da ação formativa através do Diretor do Curso;
  - 2. Supervisiona e classifica as provas de avaliação efetuadas aos formandos;
  - 3. Comunica os resultados finais do curso à DARH/CmdPess, com conhecimento à DF/CmdPess e ES.

**d. Diretor de formação/Gestor de formação**

- (1) Requisitos
- (a) Habilitação superior;
  - (b) Experiência profissional: 3 anos de funções técnicas em gestão e organização da formação ou formação profissional mínima de 150 horas na área da gestão e organização da formação e, eventualmente, na área pedagógica.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 7 DE 10 PÁGINAS</b>	

(2) Funções

- (a) Dirigir a ação de acordo com os regulamentos aplicáveis, os planos e os programas estabelecidos e as diretivas superiores;
- (b) Garantir o cumprimento dos requisitos de validação do referencial do curso;
- (c) Garantir a certificação de competências pedagógicas dos formadores designados para as ações de formação;
- (d) Garantir o processamento de toda a informação documental do curso.

**e. Diretor do Curso/Coordenador Pedagógico**

(1) O Diretor de Curso é nomeado pelo Diretor do Centro de Psicologia Aplicada do Exército, sob proposta do Diretor de Formação, e deverá ser um Oficial ou Sargento que cumpra os seguintes requisitos:

- (a) Habilitação superior;
- (b) Estar habilitado com o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF);
- (c) Experiência profissional: 3 anos de funções no desenvolvimento de atividades pedagógicas ou formação profissional mínima de 150 horas na área pedagógica ou profissionalização no ensino.

(2) Compete ao Diretor de Curso:

- (a) Dirigir a ação de acordo com os regulamentos aprovados, os planos, o programa estabelecido e as diretivas superiores;
- (b) Promover uma reunião com todos os formadores do curso, com 15 dias de antecedência em relação ao início do mesmo, para distribuição do programa de tarefas, carga horária, apresentação dos objetivos finais e de habilitação e definição de metodologia de avaliação a empregar;
- (c) Acompanhar as atividades escolares dos formandos;
- (d) Garantir o cumprimento dos requisitos de validação do referencial do curso;
- (e) Fiscalizar a existência do certificado de competências pedagógicas dos formadores designados para as ações de formação;
- (f) Garantir o processamento de toda a informação documental do curso;
- (g) Verificar o cumprimento dos pré-requisitos dos formandos;
- (h) Propor ao Diretor de Formação, o programa, o horário e o guião da cerimónia de abertura/encerramento do curso;

**f. Equipa de formadores**

(1) Antes da ação de formação, coordenar com o Gabinete de Estudos e Formação todos os pedidos de apoio (nomeadamente os pedidos de material de apoio para sessões de formação e avaliação);

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 8 DE 10 PÁGINAS	

(2) Durante a ação de formação:

- (a) Planear, organizar e ministrar a formação de acordo com os objetivos definidos no referencial do curso;
- (b) Disponibilizar todas as sessões de formação ao Gabinete de Estudos e Formação;
- (c) Cumprir os horários aprovados superiormente;
- (d) É responsável pela avaliação formativa e sumativa dos módulos que ministra.
- (e) Depois da ação de formação é responsável pelo preenchimento, por parte dos formandos, dos inquéritos de avaliação interna.

**g. Outros agentes**

Quando utilizados, devem possuir as necessárias qualificações técnicas, adequadas à modalidade de formação selecionada bem como às formas de organização e destinatários.

**h. Reclamações e recursos das classificações**

(1) O formando a quem se suscitam dúvidas sobre classificações de provas, trabalhos escritos ou informações de aproveitamento pode:

- (a) No prazo de 5 dias úteis contados a partir da data da respetiva publicação, requerer por escrito ao Diretor de Curso a sua revisão. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 5 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (b) No prazo de 5 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado o esclarecimento, caso não se conforme com o esclarecimento obtido, reclamar por escrito para o Diretor do Pólo de Formação, que decidirá, também por escrito, no prazo de 8 dias úteis contados a partir da data da entrega da reclamação.

(2) O formando a quem se suscitarem dúvidas sobre a classificação final do curso pode:

- (a) No prazo de 5 dias úteis contados a partir da data de publicação em OS, requerer por escrito ao Diretor do Pólo de Formação o esclarecimento da sua classificação. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 8 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (b) Caso o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar por escrito para o Exmo. MGen Diretor de Formação/CmdPess, que decidirá, também por escrito, no prazo de 15 dias úteis contados a partir da data da entrega da reclamação.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	PÁGINA 9 DE 10 PÁGINAS	

**i. Repetição do Curso**

- (1) Poderá repetir a frequência do curso, os militares que não o concluíam por motivos devidamente justificados, e sob proposta do Cmdt/Dir/Ch do Pólo de Formação e nomeação da DARH;
- (2) Não podem repetir o curso os formandos excluídos por motivos disciplinares.

**j. Regime de faltas**

São admitidas faltas justificadas até 10% da totalidade dos tempos escolares do curso. No caso de este limite ser excedido, o Diretor do Pólo de Formação, ouvido o Conselho Escolar/Curso, decide a continuação ou exclusão do formando da frequência do curso e neste ultimo caso propõe à Direção de Formação/Comando de Pessoal.

**k. Duração**

28 H, distribuídos por 04 Dias Úteis de Formação (DUF).

**l. Durabilidade**

O Referencial de Curso deverá ser revisto sempre que se considere necessário, nomeadamente decorrente de alterações legislativas, ajustando-se às necessidades e à qualidade da formação.

**m. Relação ensino-aprendizagem**

O Curso é presencial, ministrado no respetivo Pólo de Formação responsável por ministrar a formação.

**n. Critérios de reprovação e exclusão**

- (1) Reprovação:  
Classificação final inferior a 10 valores, no somatório de todos os módulos.
- (2) Exclusão:
  - (a) Classificação final inferior a 10 valores, no somatório de todos os módulos;
  - (b) Por motivos disciplinares;
  - (c) Por excesso de faltas.

**o. Validade da qualificação**

2 anos para militares que não tenham integrado uma equipa de intervenção na crise após a formação.

**p. Diplomas/Certificados**

Certificado de Formação Profissional comprovativo das habilitações adquiridas no curso.

**9. ESTÁGIOS**

Não aplicável.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>PÁGINA 10 DE 10 PÁGINAS</b>	

**10. ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR**

(Anexo A – Especificação da Estrutura Modular)

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

Anexo A - Especificação da Estrutura Modular

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR		PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	A. Formação Tecnológica	26H
-----------------	-------------------------	-----

MÓDULO/UFCD	A.1 Intervenção de "pares" na crise	26H
Objetivo(s) Gerais	A.1.1 Sinalizar situações para apoio especializado. A.1.2 Desempenhar o papel do "par" na intervenção na crise do Exército.	

Objetivos Específicos

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
A.1.1.1 Caracterizar o funcionamento do Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica (NAIP).	1					1
A.1.1.2 Realizar a ligação entre os militares e os técnicos do NAIP.	1					1
A.1.1.3 Reconhecer situações que requerem um apoio técnico especializado.	1					1
A.1.2.1 Reconhecer um incidente crítico.	2					2
A.1.2.2 Distinguir uma reação normal de uma crise psicológica no militar.	3					3
A.1.2.3 Identificar reações de stresse.	3					3
A.1.2.4 Conhecer os contextos de intervenção na crise.	2					2
A.1.2.5 Descrever os procedimentos básicos de intervenção de "pares" na crise.	2					2
A.1.2.6 Aplicar técnicas de comunicação em crise.		2				2
A.1.2.7 Conhecer as crises psicológicas específicas.	3					3
A.1.2.8 Caracterizar o modelo SAFER-R.	2					2
A.1.2.9 Planear uma intervenção na crise.		3				3
Avaliação	1					1
Total	21	5				26

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR		PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS	

ÁREA CURRICULAR	<b>B – Diversos</b>	Duração 2 Horas
-----------------	---------------------	--------------------

MÓDULO	<b>B.1. Cerimónias militares</b>	Duração 2 Horas
--------	----------------------------------	--------------------

Objetivo(s) Gerais	B.1.1. Participar em cerimónias militares.
--------------------	--

Objetivos Específicos

	Tempos de Formação (H)				NP	Total
	Diurno		Noturno			
	T	P	T	P		
B.1.1.1. Participar na cerimónia de abertura.		1				1
B.1.1.2. Participar na cerimónia de encerramento.		1				1
Total		2				2

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

IVb – Especificação da Formação

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>Código:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IV/b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	Página 1 de 6 Páginas	

		Duração (TF)
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	26 H
<b>A.1.</b>	<b>MÓDULO</b>	26 H
<b>A.1.1.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	
<b>A.1.2.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios		Avaliação		Domínio do Saber
				RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos	
<b>A.1.1.1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>O CPAE;</li> <li>O NAIP;</li> <li>Funcionamento do NAIP;</li> <li>Enquadramento das equipas de "pares";</li> <li>Sistema de resposta "par";</li> <li>O papel dos "pares";</li> </ul>	Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica	Método ativo (Dinâmicas de grupo) Método expositivo (exposição oral)	Powerpoint Vídeo Ficha de identificação	Projetor multimédia Computador Colunas Capas de curso Pen drive Folhas de presença Cartões do NAIP	Diagnóstica Formativa	Questionário de expectativas Questões orais de resposta aberta e fechada	Cognitivo Afetivo
<b>A.1.1.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contactos para encaminhamento</li> <li>Cuidados a ter no encaminhamento</li> </ul>		Método expositivo (exposição oral)	Powerpoint Folheto NAIP	Projetor multimédia Computador Colunas Pen drive Folhas de presença	Formativa	Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada	Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		Código:	PSP	
DOC IV b		Página 2 de 6 Páginas		
ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sinais e sintomas de necessidade de cuidados especializados ou continuados</li> <li>• Importância do acesso rápido à intervenção.</li> </ul> <p><b>A.1.1.3</b></p>	<p>Everly, G. S. (2006). <i>Assisting individuals in crisis</i>. International Critical Incident Stress Foundation.</p> <p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p>	Powerpoint	Formativa	Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de incidente crítico</li> <li>• Níveis de exposição ao incidente crítico</li> <li>• Tipos de vítimas</li> <li>• Exemplos de incidentes críticos</li> </ul> <p><b>A.1.2.1</b></p>	<p>CAPIC (2013). <i>Curso avançado de psicologia de emergência - intervenção psicossocial na crise/catástrofe</i>. Manual de apoio do INEM</p> <p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p>	Powerpoint Folheto de Incidentes Críticos	Formativa	Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de crise psicológica</li> <li>• Efeitos da reação ao acontecimento no indivíduo</li> <li>• Características das reações normais</li> <li>• Características das reações em crise psicológica</li> </ul> <p><b>A.1.2.2</b></p>	<p>Selye, H. (1974). <i>Stress without distress</i>. New York.</p> <p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p>	Powerpoint	Projetor multimídia Computador Colunas Pen drive Folhas de presença	Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada
<ul style="list-style-type: none"> <li>• O processo de stresse</li> <li>• Os tipos de stresse</li> <li>• Características das reações de stresse</li> </ul> <p><b>A.1.2.3</b></p>	<p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p>	Powerpoint Video	Formativa	Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada

NÃO CLASSIFICADO

CURSO PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		Código:	PSP			
DOC IV/b ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 3 de 6 Páginas				
<p>• O papel da intervenção em crise na prevenção da psicopatologia</p> <p>• A importância do acesso rápido à intervenção</p> <p>• Promoção de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atitude ativa</li> <li>- Resiliência</li> <li>- Redução de sintomas</li> <li>- Regresso ao funcionamento adaptativo</li> </ul> <p>• Apoio dos pares na intervenção em crise psicológica;</p> <p>• Outros contextos de intervenção no âmbito civil.</p> <p>• Como ajudar o militar</p> <p>• O que fazem os "pares"</p> <p>• Regras de confidencialidade;</p> <p>• Direitos e deveres;</p> <p>• Frases a evitar</p> <p>• Cuidados a ter</p> <p>• A técnica "Escuta ativa":</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Encorajamento</li> <li>- Clarificação</li> <li>- Paráfrase</li> <li>- Extrapolação</li> <li>- Reflexão de sentimentos</li> <li>- Resumo</li> </ul> <p>• Questionamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perguntas</li> </ul>	<p>CAPIC (2013). <i>Curso avançado de psicologia de emergência - intervenção psicossocial na crise/catástrofe</i>. Manual de apoio do INEM.</p> <p>Núcleo de Apoio e Intervenção Psicológica</p> <p>CAPIC (2013). <i>Curso avançado de psicologia de emergência - intervenção</i></p>	<p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p> <p>Método ativo (exercícios práticos)</p> <p>Método interrogativo</p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p> <p>Método expositivo (simulação)</p>	<p>Powerpoint</p> <p>Vídeo</p> <p>Powerpoint</p> <p>Vídeo</p> <p>Folheto "Pares"</p> <p>Powerpoint</p>	<p>Formativa</p> <p>Formativa</p> <p>Projetor multimídia</p> <p>Computador</p> <p>Colunas</p> <p>Pen drive</p> <p>Folhas de presença</p> <p>Formativa</p>	<p>Grelha de observação</p> <p>Questões orais de resposta aberta e fechada</p> <p>Grelha de observação</p> <p>Questões orais de resposta aberta e fechada</p> <p>Grelha de observação</p> <p>Questões orais de resposta aberta e fechada</p>	<p>Cognitivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Afetivo</p>
<p>A.1.2.4</p>	<p>A.1.2.5</p>	<p>A.1.2.6</p>				

NÃO CLASSIFICADO

CURSO PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		Código:	PSP	
DOC IV b ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 4 de 6 Páginas		
<p>- Tipo de perguntas verbal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicação não-verbal</li> <li>- Atitude do interventor</li> <li>- Emoções da vítima</li> <li>- Sinais observáveis na vítima</li> <li>• Pausas</li> <li>- Importância das pausas</li> <li>- Tipos de pausas</li> <li>• Tipos de silêncio</li> <li>• A técnica "Diretrizes de ação"</li> <li>• Cuidados a ter no protocolo de intervenção</li> <li>• Definição de ansiedade</li> <li>• Processo da ansiedade</li> <li>• Funcionamento da ansiedade</li> <li>• Definição de pânico</li> <li>• Funcionamento do pânico</li> <li>• Atuação na ansiedade</li> <li>• Características da crise psicótica</li> <li>• Atuação na crise psicótica</li> <li>• Características da agressividade</li> <li>• Desencadeadores</li> <li>• Atuação num quadro de agressividade</li> <li>• Definição de luto</li> </ul>	<p><i>psicossocia l na crise/catast rofe.</i></p> <p>Manual de apoio do INEM.</p>	<p>Powerpoint Folheto de ansiedade Folheto de técnicas de relaxamento Video</p>	<p>Projetor multimídia Computador Colunas Pen drive Folhas de presença</p> <p>Formativa</p>	<p>Grelha de observação Questões orais de resposta aberta e fechada</p> <p>Cognitivo Afetivo</p>
<b>NÃO CLASSIFICADO</b>				

CURSO		PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		Código:	PSP
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 5 de 6 Páginas	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Processo de luto</li> <li>• Como realizar a notificação de morte</li> <li>• Definição de suicídio</li> <li>• Sinais de alerta</li> <li>• Fatores, pensamentos e sentimentos associados</li> <li>• Atuação no suicídio</li> </ul>				
<b>A.1.2.8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O modelo de intervenção na crise individual SAFER-R</li> <li>• As fases do modelo SAFER-R</li> <li>• Indicadores da fase Stabilize</li> <li>• Técnicas na fase Stabilize</li> <li>• Técnicas na fase Acknowledge the crisis</li> <li>• Técnicas na fase Facilitate understanding.</li> <li>• Técnicas na fase Encourage effective coping.</li> <li>• Técnicas na fase Recovery or referral</li> <li>• O que dizer em caso de encaminhamento</li> <li>• Contactos para encaminhamento</li> <li>• Cuidados a ter</li> <li>• Exemplo de incidente crítico</li> <li>• Possibilidades de atuação</li> </ul>	<p>Everly, G. S. (2006). <i>Assisting individuals in crisis. International Critical Incident Stress Foundation.</i></p> <p>Método expositivo (exposição oral)</p> <p>Método ativo (simulação)</p>	<p>Formativa</p>	<p>Projetor multimídia Computador Colunas</p>	<p>Grelha de observação Questões orais</p>
<b>A.1.2.9</b>		<p>CAPIC (2013). <i>Curso avançado</i></p> <p>Método ativo (estudo de caso, simulação)</p> <p>Método</p>			<p>Cognitivo Afetivo</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS		Código:	PSP
DOC IV b ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 6 de 6 Páginas	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Supervisão de treino de simulação de incidente crítico</li> <li>• Supervisão de treino de simulação de intervenção de "pares".</li> </ul>	<p>de psicologia de emergência - intervenção psicossocial na crise/catástrofe. Manual de apoio do INEM.</p>	<p>Pen drive Folhas de presença Ficha de avaliação sumativa</p>	<p>de resposta aberta e fechada</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS



DOCUMENTO IV

## PERFIL DE FORMAÇÃO

IV - Matriz de Risco

## PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	<b>PÁGINA 1 DE 3 PÁGINAS</b>	

#### **1. FINALIDADE**

Conduzir o processo de avaliação e gestão do risco ao Curso de Primeiros Socorros Psicológicos, através da aplicação do respetivo procedimento, descrito na PDE 1-23-00 Manual do Sistema de Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho do Exército, por forma a contribuir para a prevenção de acidentes e/ou incidentes através da implementação de medidas de controlo que reduzam os níveis de risco para índices aceitáveis (nível III), salvaguardando as condições de segurança e saúde aos militares expostos assim como a natureza do curso.

#### **2. CONSIDERAÇÕES GERAIS SOBRE O PROCESSO DE GESTÃO DO RISCO**

- a. O processo de gestão do risco é um processo cíclico, devendo contar com 4 etapas chave: a identificação de perigos, a avaliação de riscos, a aplicação de medidas de controlo e a validação e revisão;
- b. O risco é um elemento que está sempre presente, no entanto, considera-se a sua gestão e mitigação através do cumprimento das práticas e medidas de controlo constantes no ponto 5 - Registo de identificação perigos, avaliação e controlo de riscos, que permitem a sua redução, baixando-o para índices aceitáveis e compatíveis com as características do curso em questão, salvaguardando a integridade dos formandos e formadores durante o curso;
- c. O incumprimento das práticas existentes e medidas de controlo identificadas, irá aumentar exponencialmente o grau de classificação do risco, podendo elevá-lo para níveis não aceitáveis.

#### **3. PRESSUPOSTOS**

- a. Do ponto de vista da avaliação médica, os militares devem estar aptos a desempenhar todas as tarefas a que vão estar sujeitos durante a frequência do curso;
- b. Do ponto de vista da avaliação física, os militares têm condições físicas para iniciar o Curso sem constrangimentos.

#### **4. CONSIDERAÇÕES E RECOMENDAÇÕES**

- a. O Curso de Primeiros Socorros Psicológicos, como qualquer atividade associada à profissão militar, apresenta riscos;
- b. O Curso de Primeiros Socorros Psicológicos, tem como finalidade preparar militares para o desempenho de funções de "par", através da aquisição de conhecimentos e competências para a execução de tarefas em condições de médio esforço psicológico e físico;

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	<b>PÁGINA 2 DE 3 PÁGINAS</b>	

- c. É um curso com um cariz teórico onde o módulo A.1 "Intervenção de pares na crise" é aquele que apresenta maior risco;
- d. De acordo com a PDE1-23-OO Manual do Sistema de Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho do Exército, não se pode quantificar o grau de risco do curso, mas sim referir que as práticas existentes e a implementação de medidas de controlo, aos riscos considerados não aceitáveis, baixem o nível de risco até que este seja considerado aceitável;
- e. A gestão do risco é um processo cíclico e evolutivo. Antes da execução de qualquer atividade formativa, o responsável pela mesma efetua a sua avaliação do risco e garante o cumprimento das práticas existentes, assim como da implementação das medidas corretivas, de acordo com as instruções recebidas;
- f. Sempre que o referido no ponto anterior não seja possível, ou sempre que a segurança da formação esteja colocada em causa, o responsável pela formação, tem o dever e obrigação de informar o seu escalão superior com a devida antecedência, para o conseqüente escalar do risco para parâmetros não aceitáveis;
- g. O escalão superior tem o dever de supervisionar e inspecionar, assim como de garantir a aplicação das práticas existentes e medidas de controlo;
- h. Recomenda-se a continuação do cumprimento das práticas existentes e a implementação (por prioridade) das medidas de controlo identificadas no Registo de identificação perigos, avaliação e controlo de riscos.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
DOC IV	MATRIZ DE RISCO	PÁGINA 3 DE 3 PÁGINAS	

## a. REGISTO DE IDENTIFICAÇÃO PERIGOS, AVALIAÇÃO E CONTROLO DE RISCOS

U/E/O: ES	FUNÇÃO: Primeiros Socorros Psicológicos	LISTA DE MILITARES EXPOSTOS: Militares em frequência do curso										MEDIDA DE CONTROLO							
		ATIVIDADE	PERIGO	FUNCIONAMENTO			RISCO	CONSEQUÊNCIA	PRÁTICA EXISTENTE	AVALIAÇÃO DA SIGNIFICÂNCIA					CLASSIFICAÇÃO				
				N	A	P				G	P		A/R	NS		RL	PI	A	NA
Frequerentar módulos Teóricos em sala de aula: A1	Posição de trabalho (assento)	X	X	X	Pressão sobre nervos e músculos,	Lesões neurológicas/esqueléticas/músculas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de intervalos periódicos;</li> <li>Correção de posturas corporais inadequadas;</li> <li>Disponibilizar assentos apropriados, em número suficiente, confortáveis, funcionais e anatomicamente adaptados aos requisitos do curso.</li> </ul>	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	III	Manter prática existente

Consultar a PDE 1-23-00 – Manual do Sistema de Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho do Exército (março 2012)

LEGENDA:

N – NORMAL  
A – ARRANQUE  
P – PARAGEMG – GRAVIDADE  
P – PROBABILIDADE  
A/R - ACUMULAÇÃO/REPETIÇÃORL – REQUISITOS LEGAIS  
PI – PARTES INTERESSADASA – ACEITÁVEL  
NA – NÃO ACEITÁVEL

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Va – Avaliação Interna

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS  
(PSP)**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	<b>PÁGINA 1 DE 4 PÁGINAS</b>	
<p><b>1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO</b></p> <p>Avaliar as expectativas, satisfação e o desempenho dos intervenientes diretos no processo formativo, tendo como finalidade a recolha e processamento de dados com vista à melhoria da formação.</p> <p><b>2. OBJETOS DA AVALIAÇÃO</b></p> <p><b>a. Programa de formação</b></p> <p>São objetos de avaliação os seguintes objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sinalizar situações para apoio especializado;</li><li>- Desempenhar o papel do "par" na intervenção na crise do Exército.</li></ul> <p><b>b. Métodos e técnicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Método expositivo;</li><li>- Método interrogativo (Perguntas abertas/fechadas);</li><li>- Método ativo (Dinâmicas de Grupo/Estudo de caso/Simulação);</li></ul> <p><b>c. Recursos técnico-pedagógicos</b></p> <p>São objeto de avaliação os seguintes recursos técnicos pedagógicos:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Diapositivos;</li><li>- Ficha de Identificação;</li><li>- Folhetos;</li><li>- Cartões do NAIP;</li><li>- Vídeos.</li></ul> <p><b>d. Formadores</b></p> <p>Todos os formadores do presente curso são objeto de avaliação.</p> <p><b>e. Formandos</b></p> <p>Todos os formandos do presente curso são objeto de avaliação.</p> <p><b>f. Resultados</b></p> <p>Os resultados são objeto de avaliação por comparação com os resultados esperados.</p> <p><b>3. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO</b></p> <p><b>a. Avaliação sumativa</b></p> <p>(1) Aproveitamento por módulo &gt; 75% dos formandos: Resultado normal.</p> <p>(2) Aproveitamento por módulo &gt; 50% e &lt; 75% dos formandos: O resultado deve ser alvo de análise por parte da entidade formadora.</p>			

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	<b>PÁGINA 2 DE 4 PÁGINAS</b>	

(3) Aproveitamento por módulo < 50% dos formandos: implica alterações na ação de formação.

**b. Avaliação de satisfação do formando**

Materializada segundo a escala:

<b>QUESTIONÁRIO</b> Expectativas/Módulo/Curso	
<b>Intervalo</b>	<b>Intervalo Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 2,3]	Rever Urgentemente
[2,4 – 2,6]	Rever e Melhorar
[2,7 – 3,0]	Bom
[3,1 – 3,4]	Qualidade
[3,5 – 4,0]	Excelência

**c. Avaliação da ação de formação pelos formadores e Diretor do Curso**

(1) Realizada através de questionários aos formadores e da elaboração de um relatório pelo diretor de curso.

(2) A escala dos questionários aos formadores é a indicada acima.

**d. Avaliação de desempenho dos formadores**

(1) Materializada segundo a escala:

<b>TABELA DE AVALIAÇÃO</b> Desempenho do formador	
<b>Intervalo</b>	<b>Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**4. FONTES DE INFORMAÇÃO**

Formandos;

Formadores;

Diretor de curso;

Secção de Avaliação e Qualidade/DF.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	<b>PÁGINA 3 DE 4 PÁGINAS</b>	
<p><b>5. <u>METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO</u></b></p> <p><b>a. Procedimento</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>(1) Avaliação diagnóstica, a fim de determinar o nível de conhecimentos dos formandos;</li><li>(2) Avaliação formativa, a fim de ajustar o desenvolvimento da formação às necessidades dos formandos;</li><li>(3) Avaliação sumativa, a fim de aferir o resultado final da formação.</li></ul> <p><b>b. Técnicas</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>(1) Avaliação escrita: testes escritos;</li><li>(2) Avaliação prática: grelha de observação.</li></ul> <p><b>c. Instrumentos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>(1) Questionário de expectativas – formando;</li><li>(2) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua;</li><li>(3) Questionário de fim de módulo – formando;</li><li>(4) Questionário de fim de módulo – formador;</li><li>(5) Questionário de fim de curso – formando;</li><li>(6) Questionário de fim de curso – direção/formador;</li><li>(7) Pautas de registo de classificações.</li></ul> <p><b>6. <u>MOMENTO DA AVALIAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><b>a.</b> Antes da formação – processo de seleção dos formandos e formadores com as competências adequadas às tarefas atribuídas;</li><li><b>b.</b> Início da formação – questionário de expectativas;</li><li><b>c.</b> Durante a formação – avaliação da aprendizagem, avaliação dos formadores, racionalização e rentabilização dos recursos materiais, humanos e financeiros e a adequação do ambiente envolvente da formação;</li><li><b>d.</b> Final da formação – avaliação formativa contínua e provas práticas; questionários de fim de módulo e fim de curso.</li></ul> <p><b>7. <u>INTERVENIENTES</u></b></p> <p><b>a. Formandos</b></p> <p>Na vertente da sua motivação e grau de satisfação, através dos seguintes questionários:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>(1) Questionário de expectativas – formando;</li><li>(2) Questionário de fim de módulo – formando;</li><li>(3) Questionário de fim de curso – formando.</li></ul>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	<b>PÁGINA 4 DE 4 PÁGINAS</b>	

**b. Formadores**

Na forma como aplicam os métodos e técnicas pedagógicas e os recursos técnico-pedagógicos, através dos seguintes questionários:

- (1) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua;
- (2) Questionário de fim de módulo – formador;
- (3) Questionário de fim de curso – direção/formador.

**c. Diretor de curso**

Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, através do questionário de fim de curso – direção/formador.

**d. Secção de Avaliação e Qualidade/DF**

Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, análise dos resultados, através do questionário de fim de curso – direção/formador.

**8. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO INTERNA**

Realizado no fim da ação de formação, abrangendo todas as vertentes de avaliação interna, realçando os principais aspetos transmitidos pelas diversas fontes de informação. Permite introduzir as alterações necessárias onde foram detetadas discrepâncias significativas.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Vb – Avaliação Externa

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS  
(PSP)**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>DOC Vb</b>	<b>AVALIAÇÃO EXTERNA</b>	<b>PÁGINA 1 DE 1 PÁGINAS</b>	
<p><b>1. <u>OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO EXTERNA</u></b></p> <p>a. Avaliar a adequabilidade dos objetivos de formação às necessidades reais do cargo;</p> <p>b. Avaliar impacto dos resultados da formação na organização.</p> <p><b>2. <u>FONTES DE INFORMAÇÃO</u></b></p> <p>a. Ex-formandos no desempenho de funções de Interviente em Primeiros Socorros Psicológicos nas U/E/O do Exército;</p> <p>b. Comandante/Chefe direto do ex-formando.</p> <p><b>3. <u>METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO</u></b></p> <p>a. Questionário ao ex-formando, no desempenho de funções do cargo de Interviente em Primeiros Socorros Psicológicos nas U/E/O, 6 a 12 meses após a frequência do curso;</p> <p>b. Questionário ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;</p> <p>c. Eventualmente:</p> <p>(1) Entrevistas/reuniões ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;</p> <p>(2) Relatório de avaliação realizado pelo Comandante/Chefe direto, sobre o Interviente em Primeiros Socorros Psicológicos nas U/E/O, no desempenho das suas tarefas, 6 a 12 meses após a frequência do curso.</p> <p><b>4. <u>MODELO DOS INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO</u></b></p> <p>a. Questionário ao ex-formando;</p> <p>b. Questionário ao Comandante/Chefe direto do ex-formando no cargo.</p>			

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Questionários

**PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS  
(PSP)**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP		
<b>QUESTIONÁRIO DE EXPETATIVAS – FORMANDOS</b>		<b>PÁGINA 1 DE 1 PÁGINA</b>			
<p>Os dados recolhidos a partir deste questionário têm um carácter confidencial e serão tratados de forma estatística, pelo que não carecem de identificação obrigatória.</p> <p>Caso se verifique, pontue, utilizando a escala gradativa, sendo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestamente positivo (excelência);</li> <li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido.</li> </ul>					
<b>OPINIÃO SOBRE</b>	<b>ESCALA</b>				
	1	2	3	4	5
1. O grau de <b>dificuldade</b> que considera que o curso terá					
2. O grau de <b>qualidade</b> que considera que o curso terá					
3. O tipo de <b>relacionamento</b> com os formadores					
4. O tipo de <b>relacionamento</b> com os camaradas de curso (outros alunos)					
5. O tipo de <b>condições de alojamento e alimentação</b>					
6. A <b>recepção</b> que teve na Unidade Formadora					
7. Os módulos que o curso possui, quais à partida lhe parecem mais atrativos <b>Utilize a escala de 1 a 5 para ordenar (classifique a <u>mais atrativa com 5</u> e as restantes por ordem decrescente de interesse, com os restantes níveis)</b>					
a. Intervenção de "pares" na crise					
b. Cerimónias militares					

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>
<b>FICHA DE AVALIAÇÃO DE FORMADORES DOS CURSOS DA FORMAÇÃO CONTINUA</b>		<b>PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS</b>	
<b>Avaliado (NIM, Posto, Nome):</b> _____		<b>GDH:</b> _____	
<b>Sessão:</b> _____		<b>Duração prevista:</b> _____	
<b>Duração:</b> _____		<b>Aferição Qualitativa:</b> _____	
<b>Avaliador (NIM, Posto, Nome):</b> _____		<b>Aferição Qualitativa:</b> _____	
<p><b>1. Estruturação da sessão</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não estrutura a sessão.</li><li>2. Sessão estruturada em introdução, desenvolvimento e conclusão.</li><li>3. Sessão estruturada em introdução, desenvolvimento, conclusão e mencionou alguns pontos importantes.</li><li>4. Idem 3, mas mais com os conteúdos estruturados e definidos.</li><li>5. Idem em 4, e tendo cumprido todas as atividades.</li></ol>			
<p><b>2. Gestão do tempo</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não revela preocupação com a gestão do tempo.</li><li>2. Revela preocupação com a gestão do tempo.</li><li>3. Ajusta o tempo, ao desenvolvimento equilibrado da sessão.</li><li>4. Gere adequadamente o tempo em função da estratégia pedagógica definida.</li><li>5. Controla de forma flexível e equilibrada o tempo, em função da estratégia traçada e dos ritmos do público-alvo.</li></ol>			
<p><b>3. Auto Confiança</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Muito inseguro, evidencia nervosismo e sinais de ansiedade.</li><li>2. Inseguro, evidencia algum nervosismo.</li><li>3. Seguro de si, evidencia estar calmo.</li><li>4. Seguro, domina as suas reações emocionais.</li><li>5. Muito seguro, domina claramente as suas emoções.</li></ol>			
<p><b>4. Criatividade pedagógica</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não demonstra criatividade.</li><li>2. Demonstra alguma criatividade nos instrumentos preparados.</li><li>3. Demonstra criatividade no planeamento da sessão e nos instrumentos preparados.</li><li>4. Demonstra criatividade no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e atividades desenvolvidas.</li><li>5. Demonstra criatividade e espírito empreendedor no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e atividades desenvolvidas</li></ol>			
<p><b>5. Domínio dos conteúdos</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não domina os conteúdos.</li><li>2. Domina de forma insuficiente/insatisfatória os conteúdos.</li><li>3. Domina razoavelmente os conteúdos.</li><li>4. Domina bem os conteúdos.</li><li>5. Domina muito bem os conteúdos.</li></ol>			
<p><b>6. Atividades desenvolvidas</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Nada adequadas, monótonas e pouco criativas, não favorecem a aquisição de competências.</li><li>2. Pouco adequadas, dificultam a aquisição de competências.</li><li>3. Parcialmente adequadas para a aquisição de competências.</li><li>4. Adequadas, facilitam a aquisição de competências.</li><li>5. Totalmente adequadas, diversificadas e criativas, promovem elevada eficácia na aquisição de competências.</li></ol>			
<p><b>7. Recursos didáticos</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não utilizou ou utilizou de forma incorreta e inadequada a ajuda de suportes didáticos.</li><li>2. Foram adequadamente selecionados ao tema e ao público-alvo, mas apenas como ilustração da sessão.</li><li>3. Foram utilizados de forma adequada e estruturada, realçando os pontos-chave da sessão.</li><li>4. Foram utilizados sistematicamente de forma adaptada a cada ponto-chave da sessão.</li><li>5. Idem 4, e evidenciou uma conceção criativa dos recursos didáticos, promovendo a diferenciação pedagógica</li></ol>			
<p><b>8. Adequação dos métodos e técnicas pedagógicas</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Inadequados face aos objetivos definidos e ao público-alvo.</li><li>2. Utilização adequada dos MTP aos objetivos definidos e ao público-alvo.</li><li>3. Utilização adequada dos MTP aos objetivos definidos, ao público-alvo e à situação de aprendizagem.</li><li>4. Utilização pertinente e flexível dos MTP aos objetivos definidos, ao público-alvo e à situação de aprendizagem.</li><li>5. Idem d, adaptando-as quer ao ritmo, quer ao estilo de aprendizagem, promovendo a diferenciação pedagógica.</li></ol>			
<p><b>9. Verificação dos resultados da aprendizagem</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não foram verificados.</li><li>2. Foram verificados no final da sessão.</li><li>3. Foram confirmados no final da sessão e por amostragem, perguntando se havia dúvidas sobre toda a sessão.</li><li>4. Foram confirmados no final da sessão por amostragem e corrigiu a confirmação feita, perguntando se havia dúvidas sobre toda a sessão.</li><li>5. Foi realizada em cada fase da sessão e confirmada individualmente.</li></ol>			
<p><b>10. Interação e motivação dos formandos</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não interagiu e não motivou.</li><li>2. Revelou alguma dificuldade de interação e de motivação.</li><li>3. Criou um clima agradável e conseguiu índices de motivação e atenção razoáveis.</li><li>4. Criou e evidenciou bom relacionamento e conseguiu bons índices de motivação e atenção.</li><li>5. Promoveu muito bom relacionamento e manteve índices de atenção e motivação relevantes.</li></ol>			
<p><b>11. Comportamento físico na interação com os formandos</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Voz baixa, gestos sem controlo e uso de gestos distrativos.</li><li>2. Comportamento físico dificulta a comunicação, com voz inteligível, mas sem gestos desordenados.</li><li>3. Preocupação na conduta e procedimentos com os formandos, mas apresenta maneirismos físicos ou de discurso.</li><li>4. Controlo constante do volume e clareza da voz, dos seus movimentos e das suas intervenções.</li><li>5. Relacionamento positivo com o grupo, nivelando e promovendo a comunicação, adotando um comportamento físico adequado e significativamente apropriado.</li></ol>			
<p><b>12. Comunicação</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Usa um discurso por vezes pouco coerente com fraca dicção e elementos gestuais pobres</li><li>2. Usa um discurso coerente, com uma boa dicção e boa linguagem gestual.</li><li>3. Além do 2, usa uma linguagem adequada ao público-alvo.</li><li>4. Além do 3, é expressivo, demonstra entusiasmo e dinamismo captando a atenção.</li><li>5. Idem 4, proporcionando e promovendo a troca de ideias, informações e experiências. Capta naturalmente a atenção dos formandos de forma oral, escrita, gestual ou outra.</li></ol>			
<p><b>13. Promoção e moderação da discussão</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Não promove a participação e interação dos formandos na sessão.</li><li>2. Suscita e encoraja a participação dos formandos na sessão.</li><li>3. Promove e modera discussões de grupo adequadas às temáticas/sessões.</li><li>4. Modera discussões de grupo, promovendo a interação pedagógica colocando questões que estimulem a discussão.</li><li>5. Idem 4, colocando questões que estimulem a discussão, intervenção e a criatividade dos formandos.</li></ol>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>FICHA DE AVALIAÇÃO DE FORMADORES DOS CURSOS DA FORMAÇÃO CONTINUA</b>		<b>PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS</b>	

Fatores a avaliar	Graus				
	1	2	3	4	5
1. Estruturação da sessão					
2. Gestão do tempo					
3. Autoconfiança					
4. Criatividade pedagógica					
5. Domínio dos conteúdos					
6. Atividades desenvolvidas					
7. Recursos didáticos					
8. Adequação dos métodos e técnicas pedagógicas					
9. Verificação dos resultados da aprendizagem					
10. Interação e motivação dos formandos					
11. Comportamento físico na interação com os formandos					
12. Comunicação					
13. Promoção e moderação da discussão					
<b>Subtotal</b>					
<b>Total</b>					

Tabela de avaliação	
Desempenho do Formador	
Intervalo	Aferição Qualitativa
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**Nota:** O total é dividido pelo número de fatores a avaliar (arredondado às décimas).

Juízo ampliativo:

O Avaliador  
\_\_\_\_\_

Conhecimento pelo avaliado da avaliação atribuída:

Data  
\_/\_/\_\_\_  
O Avaliado  
\_\_\_\_\_

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	<b>CÓDIGO:</b>	PSP			
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE MÓDULO - FORMANDO</b>		<b>PÁGINA 1 DE 1 PÁGINAS</b>				
<p>Módulo: _____</p> <p>Período do Módulo ministrado (datas): _____</p> <p>Data do questionário: _____</p> <p>Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala gradativa, sendo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li> <li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li> <li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço, «SUGESTÕES/CRÍTICAS/INFORMAÇÕES» se mostre insuficiente;</li> <li>• Assinatura facultativa.</li> </ul>						
<b>INDICADORES</b>		<b>ESCALA</b>				
		1	2	3	4	5
<b>1. Programa Curricular – Conteúdos</b>						
Utilidade dos conteúdos						
<b>2. Funcionamento do Módulo</b>						
a. Progressos experimentados na aprendizagem						
b. Motivação e participação						
c. Trabalhos/exercícios/atividades						
d. Relacionamento entre participantes						
e. Instalações						
f. Meios audiovisuais						
g. Documentação						
h. Utilização dos suportes						
i. Apoio técnico- administrativo						
<b>3. Intervenção dos Docentes</b>						
a. Apoio prestado pelo coordenador e atuação dos Formadores						
b. Domínio do assunto						
c. Métodos relativamente aos objetivos						
d. Linguagem utilizada						
e. Relacionamento com os participantes						
<b>4. Sugestões/Críticas/Informações</b>						
NOME (facultativo): _____						

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	<b>CÓDIGO:</b>	PSP			
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE MÓDULO - FORMADOR</b>		<b>PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS</b>				
<p>Módulo: _____</p> <p>Período do Módulo ministrado (data): _____</p> <p>Data do questionário: _____</p> <p>Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala gradativa, sendo que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li> <li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li> <li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço, «SUGESTÕES/CRÍTICAS/INFORMAÇÕES» se mostre insuficiente.</li> </ul>						
<b>INDICADORES</b>		<b>ESCALA</b>				
		1	2	3	4	5
<b>1. Adequabilidade dos meios de apoio à formação</b>						
a. Publicações						
b. Meios auxiliares						
c. Apoios á instrução						
d. Apoios prestados pela direção do curso						
<b>2. Adequabilidade dos objetivos, métodos, tempos e locais de formação</b>						
a. Objetivos específicos						
b. Métodos de ensino						
c. Tempos atribuídos						
d. Locais de formação						
<b>3. Validade dos procedimentos e instrumentos de avaliação</b>						
a. Momentos do lançamento da avaliação						
b. Tipo de avaliação						
c. Tempo atribuído						
d. A avaliação testa os objetivos de aprendizagem						
<b>4. Pontos fortes e fracos detetados no contacto com os formandos</b>						
a. Adequação do conteúdo dos objetivos específicos						
b. Interesse dos alunos pelo conteúdo						
c. Pré conhecimento do conteúdo dos alunos						

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE MÓDULO - FORMADOR</b>		<b>PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS</b>	
d. Necessidade de haver pré conhecimento do conteúdo pelos alunos			
e. Relação entre os participantes			
<b>5. Conclusões</b>			
<b>S N</b>			
a. São necessários pré-requisitos para frequentar este módulo		Se sim, referir em propostas quais	
b. São necessários alterar objetivos específicos		Se sim, referir em propostas quais (pontos chave do PGS)	
c. Objetivos específicos contribuem para atingir o objetivo geral		Se não, referir em propostas alterações a efetuar	
d. Objetivo geral contribui para atingir o objetivo final do curso		Se não, referir em propostas alterações a efetuar	
e. Objetivo final do módulo está adequado a finalidade do curso		Se não, referir em propostas alterações a efetuar	
f. A avaliação é adequada		Se não, referir em propostas alterações a efetuar	
g. O referencial de curso necessita de ser reestruturado		Se sim, referir em propostas o que deve ser alterado	
<b>6. Propostas</b>			
NOME: _____			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP			
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – AVALIAÇÃO DO GRAU DE SATISFAÇÃO DO FORMANDO</b>		<b>PÁGINA 1 DE 3 PÁGINAS</b>				
Data do questionário: _____						
Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala gradativa, sendo que:						
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li><li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li><li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço «SUGESTÕES/CRITICAS/INFORMAÇÕES» se mostre insuficiente;</li><li>• Assinatura facultativa.</li></ul>						
<b>INDICADORES</b>		<b>ESCALA</b>				
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1. Programa do curso</b>						
a. Objetivo do curso						
b. Conteúdo do curso						
c. Utilidade dos temas/assuntos						
<b>2. Funcionamento do curso</b>						
a. Motivação e participação						
b. Trabalhos/exercícios/ atividades						
c. Relacionamento entre participantes						
d. Instalações						
e. Meios audiovisuais						
f. Documentação						
g. Utilização dos suportes						
h. Apoio técnico- administrativo						
<b>3. Intervenção dos formadores</b>						
Apoio prestado pelo coordenador do curso						
<b>4. Atuação dos formadores</b>						

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – AVALIAÇÃO DO GRAU DE SATISFAÇÃO DO FORMANDO</b>		<b>PÁGINA 2 DE 3 PÁGINAS</b>	

NOMES	PARÂMETROS																													
	DOMÍNIO DO ASSUNTO					MÉTODOS RELATIVAMENTE AOS OBJETIVOS					LINGUAGEM UTILIZADA					EMPENHAMENTO					RELAÇÃO- MENTO COM OS PARTICIPANTES									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
a																														
b																														
c																														
d																														
e																														
f																														
g																														
h																														
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	NULO				PLENO					TOTALMENTE APROPRIADO					FRACAMENTE ACESSÍVEL					PLENO					MUITO ABERTO					
					NÃO PROFISSIONAIS					INACESSÍVEL					AUSENTE					NEGATIVO										

**5. Sugestões/Críticas**

a. Temas considerados mais importantes

b. Temas a desenvolver mais profundamente

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – AVALIAÇÃO DO GRAU DE SATISFAÇÃO DO FORMANDO		PÁGINA 3 DE 3 PÁGINAS	
c. Outros assuntos a incluir em ações deste tipo			
d. Aspectos mais positivos na Ação			
e. Aspectos a melhorar			
f. Sugestões			
NOME (facultativo): _____			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	PSP		
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – DIREÇÃO - FORMADORES</b>		<b>PÁGINA 1 DE 3 PÁGINAS</b>			
Período do curso/Formação: _____ Data do questionário: _____					
Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala gradativa, sendo que:					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li> <li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li> <li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço, «SUGESTÕES/CRÍTICAS/INFORMAÇÕES» se mostre insuficiente;</li> <li>• Assinatura facultativa.</li> </ul>					
<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA</b>				
	1	2	3	4	5
<b>1. Programa do curso</b>					
a. Objetivos propostos p/ curso					
b. Conteúdo definido p/ curso					
c. Estruturação do conteúdo					
d. Utilidade prática do conteúdo					
e. Carga horária					
<b>2. Acompanhamento técnico – administrativo</b>					
a. Instalações					
b. Meios audiovisuais					
c. Documentação ao dispor					
d. Apoio administrativo					
e. Apoio prestado pelo coordenador					
<b>3. Intervenção dos formandos</b>					
a. Motivação dos participantes					
b. Relacionamento entre participantes					
c. Pontualidade e assiduidade					
<b>4. Intervenção dos formadores</b>					
a. Conhecimento prévio das características do grupo					
b. Trabalho de equipa com outros formadores					
c. Relacionamento da linguagem					
d. Necessidade de adequação de métodos/técnicas de instrução					

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>PSP</b>																						
<b>QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – DIREÇÃO - FORMADORES</b>		<b>PÁGINA 2 DE 3 PÁGINAS</b>																							
e. Necessidade de adequação de material didático																									
f. Resultados alcançados																									
<b>5. Atuação dos formadores (este ponto é só aplicável ao nível da Direção)</b>																									
PARÂMETROS NOMES	DOMÍNIO DO ASSUNTO					MÉTODOS RELATIVAMENTE AOS OBJETIVOS					LINGUAGEM UTILIZADA					EMPENHAMENTO					RELACIONAMENTO COM OS PARTICIPANTES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
a																									
b																									
c																									
d																									
e																									
f																									
g																									
h																									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	PLENO					TOTALMENTE APROPRIADOS					FRANCAMENTE ACESSÍVEL					PLENO					MUITO ABERTO				
	NULO					NÃO APROPRIADOS					INACESSÍVEL					AUSENTE					NEGATIVO				
<b>6. Propostas</b>																									
a. Aspectos mais positivos																									

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO DE FIM DE CURSO – DIREÇÃO - FORMADORES		PÁGINA 3 DE 3 PÁGINAS	
b. Aspectos a melhorar			
c. Sugestões			
d. Observações			
e. Propostas			
NOME: _____			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO AOS EX-FORMANDOS		PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS	

CURSO DE PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

Por favor responda às questões deste questionário da forma mais completa possível. Pode usar o verso do questionário para continuar as suas respostas caso o espaço seja insuficiente. Recorde que as suas respostas serão da maior confidencialidade e apenas serão observadas pelo coordenador do curso.

Os dados biográficos são necessários para complementar a fase da análise da informação.

Posto: \_\_\_\_\_ NIM: \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_ Arma/Serviço: \_\_\_\_\_  
(preenchimento facultativo)

Idade \_\_\_\_\_ Função/Cargo \_\_\_\_\_ Unidade \_\_\_\_\_ Tel \_\_\_\_\_ Ext \_\_\_\_\_

Curso nº \_\_\_\_\_ Datas \_\_\_\_\_ até \_\_\_\_\_

Está atualmente colocado no cargo/função para o qual o curso o formou? Sim / Não  
(riscar o que não interessa)

---

1. Como considera que o curso o preparou?

*(Esta questão é necessária para obter uma opinião geral sobre a percepção do curso pelos formandos. É um ponto de partida e permite a análise entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes diretos.)*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Qual a sua opinião relativamente à duração do curso? (assinale com uma cruz)

Muito Longo        Adequado        Muito curto   

3. Foi-lhe transmitido algum conhecimento no curso que não tenha aplicado nas suas funções? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas).

*(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos, não aplicados no cargo. Faz-se a análise entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes imediatos)*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Existem atividades no seu cargo, para as quais considera que o curso o devia ter preparado, sem que tal se tenha verificado? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas).

*(Aqui, estamos a tentar identificar falhas na formação. Faz-se a triangulação entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes imediatos)*

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO AOS EX-FORMANDOS		PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS	

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Foram-lhe facultados apontamentos / publicações durante o curso?  
Resposta: Sim / Não (riscar o que não interessa). Se SIM, refira a sua utilidade após o curso  
*(Aqui, estamos a tentar verificar se o esforço, por vezes considerável, para elaborar e distribuir apontamentos abrangentes é válido.)*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Finalmente avalie a sua satisfação face à correspondência do conteúdo do curso com as necessidades no cargo. Assinale a sua resposta e, se desejar, faça um comentário no ponto seguinte.

Muito satisfeito  Satisfeito  Insatisfeito  Muito insatisfeito

7. Comentários finais ou outros aspetos não abordados:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dia \_\_\_\_\_ Mês \_\_\_\_\_ Ano \_\_\_\_\_

Quando tiver respondido a todas as questões, por favor introduza o questionário no envelope em anexo e entregue-o na Secretaria da Unidade a fim de ser remetido à Unidade Formadora.

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO AO COMANDANTE/CHEFE DIRETO DO EX-FORMANDO NO CARGO		PÁGINA 1 DE 2 PÁGINAS	

CURSO DE PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS

Por favor responda às questões deste questionário da forma mais completa possível. Pode usar o verso do questionário para continuar as suas respostas caso o espaço seja insuficiente. Recorde que as suas respostas serão da maior confidencialidade e apenas serão observadas pelos Coordenadores dos Cursos em referência.

Os dados biográficos são necessários para complementar a fase da análise da informação.

Posto: \_\_\_\_\_ NIM: \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_

Arma/Serviço: \_\_\_\_\_

(a preencher pela Unidade da Estrutura Formativa do SIE)

Idade \_\_\_\_\_ Função/Cargo \_\_\_\_\_ Unidade \_\_\_\_\_ Tel \_\_\_\_\_ Ext \_\_\_\_\_

Curso nº \_\_\_\_\_ Datas \_\_\_\_\_ até \_\_\_\_\_

1. Até que ponto considera que o curso é eficaz no que respeita à correta formação dos formandos?

*(Esta questão é necessária para obter uma opinião geral sobre a perceção do curso pelo Comandante ou Chefe direto. Efetua uma comparação entre a Questão 1 dos questionários dos formandos e formadores.)*

---

---

---

2. Que saber especializado tem sobre as matérias que foram ministradas no curso?

*(Esta questão permite explorar o saber do Comandante ou Chefe imediato. Os resultados terão o seu peso de acordo com a experiência.)*

---

---

---

3. Considera que a duração do curso é, globalmente, adequada aos objetivos que procura atingir?

*(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos, onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 3 dos questionários dos formandos e formadores.)*

---

---

---

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS	CÓDIGO:	PSP
QUESTIONÁRIO AO COMANDANTE/CHEFE DIRETO DO EX-FORMANDO NO CARGO		PÁGINA 2 DE 2 PÁGINAS	
<p>4. Existem unidades curriculares do curso para as quais considera que os formandos/formadores deveriam ter sido preparados e não o foram? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas.)</p> <p><i>(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 4 dos questionários dos formandos e formadores.)</i></p> <hr/> <hr/> <hr/>			
<p>5. Foi transmitido algum conhecimento no curso que considera errado? Ase sim, por favor explique</p> <p><i>(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 5 dos questionários dos formandos e formadores.)</i></p> <hr/> <hr/> <hr/>			
<p>6. Que benefícios OBJETIVOS verificou nos formandos que completaram o curso? Qual é o seu entendimento relativamente à utilidade do curso?</p> <p><i>(Esta questão destina-se a "avaliar" o curso na opinião do Comandante ou Chefe direto, tentando esboçar aos seus benefícios finais. Se não forem apontados quaisquer benefícios, é porque existe um problema.)</i></p> <hr/> <hr/> <hr/>			
<p>7. Comentários finais ou outros aspetos não abordados:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>			
<p>DIA _____ Mês _____ ANO _____</p>			
<p>Quando tiver respondido a todas as questões, por favor introduza o questionário no envelope em anexo e entregue-o na Secretaria da Unidade a fim de ser remetido à Unidade Formadora.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

## **Anexo 12**

### **Referencial de Curso – Força Aérea – Curso de Instrução Básica**

PDINST 144-9 (E)



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 144-9 (E)  
PROGRAMA DO CURSO DE INSTRUÇÃO BÁSICA  
NOVEMBRO 2020**

PDINST 144-9 (E)



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 144-9 (E)  
PROGRAMA DO CURSO DE INSTRUÇÃO BÁSICA  
NOVEMBRO 2020**

EP: DINST

EPR: DINST

DIST.: E

PALAVRAS-CHAVE: RC; Programas; Instrução básica; Estrutura curricular; Avaliação.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO

**CARTA DE PROMULGAÇÃO**

**NOVEMBRO 2020**

1. O PDINST 144-9 (E) PROGRAMA DO CURSO DE INSTRUÇÃO BÁSICA é uma publicação NÃO CLASSIFICADA, que substitui o PDINST 144-9 (D), cujos exemplares devem ser destruídos.
2. O PDINST 144-9 (E) entra em vigor ao ser recebido.
3. É autorizada a reprodução da presente publicação, sem autorização da entidade promulgadora.

O DIRETOR

*Assinado no original*

César Paulo da Silva Rodrigues  
BGEN/PHAV

III

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**REGISTO DE ALTERAÇÕES E ERRATAS**

Identificação da Alteração ou Errata (N.º; N.º de registo se tiver e data)	Data da alteração	Identificação (Nome/Posto/NIP)

V

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ÍNDICE**

Página de Título .....	I
Carta de Promulgação .....	III
Registo de Alterações e Erratas .....	V
Índice .....	VII

**CAPÍTULO 1 - INTRODUÇÃO**

101. Generalidades .....	1-1
102. Natureza dos Alunos .....	1-1
103. Objetivos da Instrução Básica .....	1-1
104. Finalidade .....	1-2
105. Âmbito .....	1-2
106. Duração .....	1-2
107. Número de Instruendos por Pelotão .....	1-2
108. Número de Instrutores por Pelotão .....	1-2
109. Perfil dos Instrutores .....	1-2
110. Alterações .....	1-2

**CAPÍTULO 2 - ESTRUTURA CURRICULAR**

201. Estrutura Curricular do Curso de Instrução Básica .....	2-1
--	-----

**CAPÍTULO 3 – INSTRUÇÃO BÁSICA**

301. Formação Militar .....	3-1
302. Treino Físico Militar .....	3-3
303. Ordem Unida .....	3-4
304. Orientação e Topografia .....	3-6
305. Armamento .....	3-7
306. Engenhos Explosivos .....	3-8
307. Instrução Individual do Combatente .....	3-9
308. Revistas .....	3-11
309. Tiro de Carreira .....	3-12
310. Palestras .....	3-12

PDINST 144-9 (E)

311. Exercício de Campo.....	3-13
312. Atividades Circum-escolares.....	3-14

#### **CAPÍTULO 4 – AVALIAÇÃO**

401. Caracterização da Avaliação .....	4-1
402. Fórmula de Cálculo .....	4-1
403. Fórmula de Cálculo da Média Final para os recrutas que realizaram a Instrução Básica noutro Ramo das Forças Armadas .....	4-2
404. Prémios.....	4-2
405. Registo .....	4-2
406. Provas de Avaliação .....	4-3

#### **ANEXOS**

ANEXO A – Provas de Orientação e Topografia .....	A-1
ANEXO B – Exercício de Campo .....	B-1
ANEXO C – Quadro de Avaliação do Mérito Militar .....	C-1
ANEXO D – Testes de Avaliação da Condição Física .....	D-1
ANEXO E – Quadro da Avaliação de Tiro.....	E-1
ANEXO F – Ficha Individual do Recruta .....	F-1
ANEXO G – Descrição do Cargo de Instrutor da Instrução Básica.....	G-1
LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR .....	LPV-1

ORIGINAL

VIII

## CAPÍTULO 1

### INTRODUÇÃO

101. **Generalidades.** A Instrução Básica (IB) ministrada a pessoal em regime de contrato (RC) destina-se a converter jovens civis em militares, através de um processo de aculturação baseado em estratégias de formação e integração, que visam inculcar os valores castrenses, o treino e assimilação de conhecimentos militares. A IB é um período de adaptação ao meio militar que contempla a instrução de matérias ligadas à formação militar básica que se inicia com a incorporação que, tal como estipulado pela Portaria n.º 362-A/92 de 24 de abril, tem como ponto alto o Juramento de Bandeira no final da 5ª semana de instrução.

102. **Natureza dos Alunos.** A IB destina-se a civis de ambos os sexos para ingresso na categoria de praças, sargentos e oficiais, em RC.

103. **Objetivos da Instrução Básica.** Este curso visa:

- a. Permitir um ajustamento mais fácil à cultura organizacional;
- a. Assimilar um conceito de disciplina militar assente no respeito pela autoridade, obediência consentida às ordens, autodisciplina, lealdade e zelo;
- b. Desenvolver e assimilar valores morais de nacionalidade e patriotismo e compreender as instituições estruturantes do país;
- c. Desenvolver o espírito de corpo assente no “espírito aeronáutico” que inspire entusiasmo, abnegação, dedicação, iniciativa, determinação e o desejo intrínseco de trabalhar em equipa, de forma coordenada e integrada, para se atingirem objetivos comuns;
- d. Compreender, assimilar e defender os valores constantes do Código de Honra das Forças Armadas;
- e. Envergar e manter de forma adequada e correcta o uniforme, praticar a higiene pessoal e demonstrar através do atavio, uma atitude militar, orgulhando-se de ser membro da Instituição Militar;
- f. No domínio do treino individual de combate demonstrar proficiência:
  - (1) Na execução de atos e técnicas elementares do combatente;
  - (2) No manuseamento de armas e na execução de tiro;
  - (3) Na capacidade de sobrevivência em combate.

PDINST 144-9 (E)

- g. Adquirir proficiência ao nível da participação, dignificação e simbolismo das cerimónias militares;
- h. Compreender a história e a organização da Força Aérea, bem como as Leis e Regulamentos Militares de base;
- i. Otimizar a resistência e a condição física, visando a interiorização de uma cultura de saúde e bem-estar físico com reflexos na carreira futura do militar.

104. **Finalidade.** Definir o Programa da IB ministrado no Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea (CFMTFA).

105. **Âmbito.** O PDINST 144-9 (E) aplica-se integralmente a todos os recrutas com destino aos cursos para militares RC que tenham início após a data de entrada em vigor.

106. **Duração.** A duração total da IB é de 05 (cinco) semanas. Estas culminam com o Juramento de Bandeira.

107. **Número de Instruendos por Pelotão.** Sem prejuízo do superiormente estipulado sobre esta matéria, a fixação do número máximo e mínimo de formandos a admitir, deverá ter em linha de conta a capacidade de formação das Unidades onde esta é ministrada, numa perspectiva de utilização racional dos meios humanos e técnicos disponíveis capazes de garantir a qualidade da formação. Assim, deverão ser constituídos **pelotões** com o número de elementos a seguir discriminados:

- a. Número máximo de instruendos: 21.

108. **Número de Instrutores por Pelotão.** Cada pelotão é comandado por um Oficial Subalterno e preferencialmente, deverá ter dois comandantes de secção da categoria de Sargentos.

109. **Perfil dos Instrutores.** Sem prejuízo do superiormente estipulado sobre esta matéria, os instrutores da IB deverão ter idealmente o perfil definido no Anexo G.

110. **Alterações.** Este Programa poderá ser alterado no todo ou em parte mediante decisão do Director de Instrução (dDINST) por proposta do CFMTFA, ou de qualquer Órgão Técnico.

ORIGINAL

1-2

**CAPÍTULO 2**  
**ESTRUTURA CURRICULAR**

## 201. Estrutura Curricular do Curso de Instrução Básica.

Curso: IB

Especialidade: TODAS

Cód.	Componente de formação/disciplinas	Coef.	Carga horária		
			Diurnas	Noturnas	Totais
<b>Componente de Formação Tecnológica</b>					
115	Formação Militar	1	26	--	26
138	Treino Físico Militar	1	30	0	30
141	Ordem Unida	1	42	--	42
132	Orientação e Topografia	1	16	3	19
134	Armamento	1	7	--	7
130	Engenhos Explosivos	1	4	--	4
118	Instrução Individual do Combatente	1	18	6	24
131	Revistas	a)	8	--	8
121	Tiro de Carreira	1	8	--	8
995	Palestras	a)	4	--	4
120	Exercício de Campo	1	b)	b)	66
<b>SUBTOTAL</b>		-	163+b)	9+b)	238
<b>Actividades Circum-Ecolares</b>					
993	ACCES	--	27	10	37
998	Provas de Avaliação	--	05	--	05
<b>SUBTOTAL</b>		-	32	10	42
<b>TOTAL Percorso Formativo</b>		-	195+b)	19+b)	280

a) Disciplinas com avaliação qualitativa, Apto ou Não Apto

b) Exercício de Campo com 66 horas consecutivas,

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

### CAPÍTULO 3

#### INSTRUÇÃO BÁSICA

#### 301. Formação Militar.

Código: 115

Carga horária: **26 Horas**

##### a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Reconhecer a importância da Constituição da República Portuguesa como base de todos os preceitos legais e identificar os conceitos do:
  - (a) Regulamento de Continências e Honras Militares (RCHM);
  - (b) Regulamento de Disciplina Militar (RDM);
  - (c) Código de Justiça Militar (CJM);
  - (d) Regulamento de Uniformes da Força Aérea (RUFA);
  - (e) Estatuto dos Militares das Forças Armadas (EMFAR);
  - (f) Regulamento do Aluno (RA);
  - (g) Regulamento Escolar (RE).
- (2) Explicar a importância dos regulamentos na execução das missões atribuídas aos militares;
- (3) Reconhecer a importância dos regulamentos e demais legislações militares no assumir de atitudes e comportamentos conducentes ao bom funcionamento da Instituição Militar.

##### b. **Conteúdos:**

- (1) **Constituição da República Portuguesa ..... 2 Horas**
  - (a) Identificar os preceitos básicos do constitucionalismo português.
- (2) **Regulamento de Continências e Honras Militares ..... 4 Horas**
  - (a) Identificar os postos e distintivos da Força Aérea Portuguesa (FAP);
  - (b) Identificar os Símbolos Nacionais: Bandeira Nacional e Hino Nacional;
  - (c) Identificar os postos da Armada e Exército;
  - (d) Executar a continência;
  - (e) Identificar as entidades e símbolos a que são devidas manifestações de respeito;
  - (f) Dirigir-se e apresentar-se a um superior hierárquico;

- (g) Executar os procedimentos a adotar quando um superior hierárquico entra num local ocupado por militares.
- (3) **Regulamento de Disciplina Militar ..... 6 Horas**
  - (a) Identificar o prescrito no RDM sobre a disciplina, e a quem cabe cumprir os deveres militares;
  - (b) Identificar as condições em que são concedidas recompensas, e quem as pode conceder;
  - (c) Enunciar as penas disciplinares;
  - (d) Identificar os deveres militares previstos no Capítulo II do Título I do RDM;
  - (e) Enunciar os efeitos das penas disciplinares (cessação compulsiva dos regimes de voluntariado ou de contrato) e da classificação de comportamento.
- (4) **Código de Justiça Militar ..... 2 Horas**
  - (a) Identificar:
    - 1 Crimes contra a independência e a integridade nacionais;
    - 2 Crimes contra os direitos das pessoas;
    - 3 Crimes em aboletamento;
    - 4 Crimes contra a missão das Forças Armadas;
    - 5 Crimes contra a segurança das Forças Armadas;
    - 6 Crimes contra a autoridade;
    - 7 Crimes contra o dever militar.
- (5) **Regulamento de Uniformes da Força Aérea ..... 2 Horas**
  - (a) Artigos de uniforme;
  - (b) Plano de Uniformes.
- (6) **Estatuto dos Militares das Forças Armadas ..... 2 Horas**
  - (a) Identificar as bases gerais do estatuto da condição militar;
  - (b) Distinguir formação, instrução e treino.
- (7) **Organização do CFMTFA ..... 2 Horas**
  - (a) Identificar:
    - 1 Missão do CFMTFA;
    - 2 Dependência Hierárquica e Funcional dos recrutas.

**(8) Regulamento do Aluno ..... 3 Horas****(a) Identificar os princípios gerais de conduta:**

- 1 Dentro e fora da Unidade;
- 2 Aquando da entrada de um superior na dependência em que permanecem;
- 3 Nos quartos (Revista);
- 4 Nos refeitórios;
- 5 Na calétaria;
- 6 Definir os procedimentos a tomar em caso de doença;
- 7 Identificar as normas de entrada e saída da Unidade.

**(9) Regulamento Escolar ..... 3 Horas****(a) Reconhecer os métodos de avaliação de conhecimentos, o processo de eliminação e o regime de disciplina escolar.****302. Treino Físico Militar.**

Código: 138

Carga horária: 30 Horas

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Proporcionar a condição física adequada a um melhor desenvolvimento das atividades curriculares e militares;
- (2) Garantir o rendimento desejado que permita suportar um posterior treino de especialização, bem como o cabal desempenho das atividades inerentes à condição militar;
- (3) Deter uma condição física adequada, face às exigências das tabelas dos testes de avaliação da condição física em vigor na Força Aérea.
- (4) Saber interagir em grupo de forma sagaz, disciplinada e coesa.

**b. Conteúdos:****(1) Teste de avaliação da condição física ..... 1 Hora****(a) Avaliação de diagnóstico da capacidade física dos alunos nas provas estabelecidas, pela ordem referida e classificadas de acordo com as tabelas de testes físicos em vigor:**

- 1 Prova 1: Extensão/flexão de braços;
- 2 Prova 2: abdominais;

3 Prova 3: Corrida de 2400m.

- (2) **Aquecimento** ..... **3 Horas**
  - (a) Introdução às técnicas utilizadas no aquecimento.
- (3) **Corrida simples**..... **18 Horas**
  - (a) Desenvolver a resistência aeróbia, através do aumento gradual do tempo de corrida.
- (4) **Destreza e combatividade** ..... **4 Horas**
  - (a) Obtenção de efeitos benéficos na flexibilidade, potência, resistência, espírito de combatividade e de grupo.
- (5) **Circuito de treino** ..... **2 Horas**
  - (a) Desenvolvimento da força e resistência muscular.
  - (b) Execução dos diversos exercícios (estações) do Circuito de Treino, de acordo com o volume (cargas), tempos de execução e de intervalo entre os exercícios preconizados.
- (6) **Técnicas de transposição de obstáculos** ..... **2 Horas**
  - (a) Desenvolvimento da força e da resistência anaeróbia, além da destreza e capacidade de decisão, na execução da pista de obstáculos e pista de cordas;
  - (b) Prática de ginástica de aplicação militar como meio de treino físico específico da especialidade, visando o cumprimento da missão.

303. **Ordem Unida.**

Código: 141

Carga horária: 42 Horas

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Aplicar e manter o espírito de disciplina, sentimento de coesão, criação de hábitos de ordem, pontualidade e uniformização na execução de movimentos;
- (2) Execução correcta e digna do cerimonial militar.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Ordem unida do militar desarmado** ..... **6 Horas**
  - (a) Movimentos a pé firme. Executar:
    - 1 O reunir em linha e em coluna;
    - 2 Firme;
    - 3 Sentido;

- 4 Descansar;
- 5 À vontade;
- 6 Executar os movimentos:
  - a Destroçar;
  - b Direita/esquerda volver;
  - c Meia volta;
  - d Passos em frente/à retaguarda;
  - e Passos laterais à direita/à esquerda.
- 7 Executar o Perfilar:
  - a Com intervalos normais/abertos;
  - b Pela esquerda/direita.
- 8 Executar:
  - a Marcar passo;
  - b Trocar passo;
  - c Alto.
- (b) Marchas. Executar:
  - 1 Marcha à vontade;
  - 2 Marcha ordinária;
  - 3 Alto;
  - 4 Marcar passo/Trocar passo/Alto;
  - 5 Destroçar;
  - 6 Meia volta;
  - 7 Olhar esquerda/direita/frente;
  - 8 Abrir e unir fileiras;
  - 9 Marcha em acelerado a 3 fileiras.
- (2) **Ordem unida do militar armado com espingarda..... 5 Horas**
  - (a) Executar na posição de arma à bandoleira e de arma em manejo, os movimentos de:
    - 1 Firme;
    - 2 Sentido;
    - 3 Descansar;
    - 4 À vontade.
    - 5 Destroçar;

- 6 Ombro arma;
  - 7 Descansar arma;
  - 8 Apresentar arma;
  - 9 Ombro esquerdo arma;
  - 10 Alto arma;
  - 11 Por terra lançar arma;
  - 12 De terra levantar arma;
  - 13 Funeral arma.
- (3) **Ordem Unida com requinta**..... **8 Horas**  
(a) Relacionar os vários toques de requinta, com os movimentos a efetuar.
- (4) **Treinos gerais**..... **9 Horas**  
(a) Treinos de ordem unida em escalão de esquadrilha.
- (5) **Juramento de bandeira**..... **14 Horas**  
(a) Treinos para a cerimónia;  
(b) Cerimónia.

304. **Orientação e Topografia.**

Código: **132**

Carga horária: **19 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar os vários processos de orientação;
- (2) Analisar cartas topográficas;
- (3) Aplicar no terreno os conhecimentos teóricos aprendidos.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Processos de orientação** ..... **1 Hora**  
(a) Enunciar os processos de orientação expeditos.
- (2) **Processos de orientação rigorosos** ..... **3 Horas**  
(a) Descrever os vários componentes constituintes da bússola, assim como os princípios de funcionamento da mesma;  
(b) Interpretar os dados fornecidos pela bússola e sua aplicação prática no cálculo de azimutes;  
(c) Reconhecer os vários tipos de cartas.

- (3) **Cartas ..... 3 Horas**
  - (a) Relacionar distâncias naturais com distâncias gráficas;
  - (b) Analisar e interpretar cartas topográficas;
  - (c) Utilizar as coordenadas *Universal Transverse Mercator* (UTM) na marcação de pontos;
  - (d) Utilizar o escalímetro de forma correta na marcação de coordenadas;
  - (e) Reconhecer as formas do terreno e saber interpretá-las na carta.
- (4) **Provas práticas ..... 12 Horas**
  - (a) Prova interna diurna;
  - (b) Prova interna noturna;
  - (c) Prova externa diurna.

305. **Armamento.**

Código: **134**

Carga horária: **07 Horas**

a. **Objetivos gerais:**

- (1) Reconhecer as características da espingarda automática G3 e da pistola semiautomática HK USP;
- (2) Saber tirar o máximo rendimento da arma;
- (3) Proceder de acordo com as normas e regras de segurança.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Espingarda automática G3..... 4 Horas**
  - (a) Enunciar as principais características da arma;
  - (b) Executar as operações de segurança em 1º escalão da espingarda automática G3;
  - (c) Identificar os componentes constituintes da espingarda automática G3;
  - (d) Enunciar os grupos principais que constituem a espingarda automática G3;
  - (e) Avaliar a destreza na montagem e desmontagem da espingarda automática G3;
  - (f) Identificar as principais causas de avarias na espingarda automática G3;
  - (g) Utilizar correctamente o equipamento distribuído para a limpeza de armamento.

- (2) **Pistola semiautomática HK USP ..... 3 Horas**
  - (a) Enunciar as principais características da arma;
  - (b) Executar as operações de segurança em 1º escalão da Pistola USP;
  - (c) Identificar os grupos principais da pistola USP.

**306. Engenhos Explosivos.**

Código: 130

Carga horária: 04 Horas

- a. **Objetivo Geral.** Dotar os recrutas de conhecimentos gerais sobre explosivos e munições e regras de segurança no seu manuseamento.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Conceitos básicos ..... 1 Hora**
  - (a) Reações explosivas;
  - (b) Explosão;
  - (c) Autodecomposição;
  - (d) Decomposição térmica;
  - (e) Combustão;
  - (f) Deflagração;
  - (g) Detonação;
  - (h) Efeitos explosivos:
    - (i) Onda explosiva;
    - (j) Onda de choque;
    - (k) Efeito de sucção;
    - (l) Efeito de fragmentação.
  - (m) Utilização de explosivos;
  - (n) Classificação dos explosivos;
  - (o) Condições exigidas aos explosivos militares;
  - (p) Segurança com explosivos:
    - (q) Armazenagem;
    - (r) Manuseamento;
    - (s) Distância de segurança;
    - (t) Tiros falhados;
    - (u) Rebentamentos de cargas;

- (v) Preparação de cargas.
- (2) **Apresentação de material em uso nas FAs ..... 1 Hora**
  - (a) Enunciar as características de alguns explosivos;
  - (b) TNT;
  - (c) Explosivos plásticos (PG2, C4);
  - (d) Cordão lento;
  - (e) Cordão detonante;
  - (f) Detonadores elétricos;
  - (g) Detonadores pirotécnicos.
  - (h) Identificar um escorvamento pirotécnico e escorvamento elétrico;
  - (i) Identificar os vários tipos de granadas de mão, o seu funcionamento e a sua utilização.
- (3) **Demonstração prática..... 2 Horas**
  - (a) Demonstração de escorvamentos elétricos;
  - (b) Demonstração de escorvamentos pirotécnicos;
  - (c) Lançamento de granadas.

307. **Instrução Individual do Combatente.**

Código: 118

Carga horária: **24 Horas**

- a. **Objetivo Geral.** Preparar os recrutas para a execução das funções atribuídas em situação de paz ou combate, desenvolvendo as atitudes necessárias para atuar individualmente de forma eficaz.
- b. **Conteúdos:**
  - (1) **Equipamento e armamento individual ..... 2 Horas**
    - (a) Identificar o equipamento de campanha usado em combate;
    - (b) Operar e ajustar o equipamento individual distribuído;
    - (c) Reconhecer o Armamento Individual do Combatente.
  - (2) **Regras de saúde a ter com o corpo no combate.....1 Hora**
    - (a) Explicar as principais causas de fadiga e cansaço no combate;
    - (b) Aplicar as regras de cuidados a ter com o corpo;
    - (c) Identificar as limitações existentes no consumo de água e de produtos alimentares quando em situação de combate.

- (3) **Nomenclatura do terreno .....1 Hora**
- (4) **Camuflagem do Combatente .....1 Hora**
  - (a) Definir o conceito de camuflagem;
  - (b) Enunciar a finalidade da camuflagem;
  - (c) Aplicar as técnicas de camuflagem.
- (5) **Instalação do combatente em terreno não preparado .....1 Hora**
  - (a) Identificar as características de uma boa instalação;
  - (b) Descrever os cuidados a ter na instalação;
  - (c) Analisar os acidentes do terreno que facilitam a instalação e oferecem proteção;
  - (d) Enunciar as espessuras mínimas do material que confere proteção.
- (6) **Progressão no terreno..... 2 Horas**
  - (a) Sintetizar as técnicas de preparação do lanço.
  - (b) Aplicar as técnicas de progressão:
    - 1 Em corrida;
    - 2 De gatas;
    - 3 A rastejar.
- (7) **Tática e técnica de combate ..... 4 Horas**
  - (a) Modos e elementos de ação;
  - (b) Escalões e composição da força;
  - (c) Progressões e reação ao fogo.
- (8) **Construção de abrigos .....1 Hora**
  - (a) Identificar as características tácticas de um abrigo preparado;
  - (b) Empregar as técnicas de preparação de abrigos na sua construção;
  - (c) Analisar a importância do apoio mútuo;
  - (d) Enunciar as dimensões para os vários tipos de abrigo.
- (9) **Postos de observação (PO)..... 2 Horas**
  - (a) Identificar:
  - (b) A finalidade do P.O.;
  - (c) Características de um P.O.;
  - (d) Guarnição de um P.O.;
  - (e) Utilizar as técnicas de observação;

- (f) Relatar o observado, utilizando as regras específicas para o relato da observação.
- (10) **Sentinelas** ..... **1 Hora**
  - (a) Enunciar os deveres da sentinela;
  - (b) Aplicar o sistema de senha e contrassenha.
- (11) **Combate noturno**..... **1 Hora**
  - (a) Identificar as vantagens e as desvantagens do combate noturno.
- (12) **Sinais de combate** ..... **1 Hora**
  - (a) Referir a importância dos sinais sonoros e dos sinais visuais no combate, assim como as limitações no seu uso;
  - (b) Aplicar os sinais gestuais em exercícios de combate.
- (13) **Prática de Comunicações**..... **1 Hora**
  - (a) Descrever o objetivo das comunicações;
  - (b) Enunciar os cuidados a ter nas transmissões;
  - (c) Utilizar o alfabeto fonético nas comunicações;
  - (d) Identificar as principais características do rádio portátil e do rádio veicular.
- (14) **Deslocamento noturno**..... **5 Horas**
  - (a) Aplicar na prática as técnicas utilizadas nos vários tipos de deslocamento.

308. **Revistas.**

Código: 131

Carga horária: **8 Horas**

- a. **Objetivo Geral.** Desenvolver os valores de empenho, aprumo, higiene, pontualidade, sentido de responsabilidade e camaradagem.
- b. **Conteúdos:**
  - (1) **Revista às camaratas** ..... **8 Horas**
    - (a) Avaliar o asscio das instalações e do material distribuído;
    - (b) Avaliar o aprumo dos recrutas.

309. **Tiro de Carreira.**

Código: 121

Carga horária: 8 Horas

- a. **Objetivo Geral.** Reconhecer os procedimentos de segurança no manejo de armas e na prática de tiro real.
- b. **Conteúdos:**
  - (1) **Introdução ao tiro e procedimentos de segurança das armas .....1 Hora**
  - (2) **Prática de tiro ..... 7 Horas**
    - (a) Efetuar tiro com Espingarda G3 com redutor para munição 22 e com munição 7,62mm.

310. **Palestras.**

Código: 995

Carga horária: 4 Horas

- a. **Objetivos Gerais:**
  - (1) Apresentar a Força Aérea aos recrutas e sensibilizá-los para aspetos básicos da vida militar;
  - (2) Dotar os instruídos com conhecimentos de Organização da Força Aérea Portuguesa, sua estrutura, composição, atribuições e competências;
  - (3) Alertar os recrutas para a problemática da droga e das consequências do consumo desta no seio da Instituição.
- b. **Conteúdos:**
  - (1) **Prevenção Primária das Toxicodependências .....1 Hora**
    - (a) Abordagem global das drogas, álcool e dos seus efeitos;
    - (b) Identificar os vários tipos de drogas existentes;
    - (c) Explicar as consequências psicológicas, sociais e orgânicas do consumo do Álcool;
    - (d) Identificar os factores de risco;
    - (e) Explicar as consequências do consumo de estupefacientes e Álcool.
  - (2) **Progressão na carreira .....1 Hora**
    - (a) Progressão cronológica dos militares na carreira militar;
    - (b) Distinção entre Período Experimental e Efetividade de Serviço;
    - (c) Condições de promoção;

- (d) Legislação aplicável na promoção a cada posto;
  - (e) Condições e possibilidades de ingresso no Quadro Permanente (Oficiais e Sargentos);
  - (f) Regime de incentivos e reinserção na vida civil;
  - (g) Esclarecimento de dúvidas.
- (3) **Percursos formativos ..... 1 Hora**
- (a) Identificar e caracterizar as diferentes fases dos Percursos Formativos:
    - 1 Instrução Básica;
    - 2 Formação Complementar;
    - 3 Formação em Contexto Real de Trabalho.
  - (b) Instrumentos de apoio à decisão na gestão pró-ativa dos Percursos Formativos;
  - (c) Certificação Profissional.
- (4) **Ética e deontologia..... 1 Hora**
- (a) Apresentação dos conceitos básicos:
  - (b) Ética;
  - (c) Moral;
  - (d) Lei;
  - (e) Deontologia;
  - (f) Deontologia Militar;
  - (g) O indivíduo como protagonista da sua formação.

311. **Exercício de Campo.**

Código: 120

Carga horária: 66 Horas

- a. **Objetivo Geral.** Montar um dispositivo tipo “Base Tática” colocando em prática os conhecimentos adquiridos nas disciplinas de Instrução Individual do Combatente IIC).
- b. **Conteúdos:**
  - (1) **Montar uma Base Tática ..... 66 Horas**
    - (a) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos nas aulas de IIC, referente a:
      - 1 Montagem de segurança e defesa próxima;
      - 2 Montagem de abrigos;

PDINST 144-9 (E)

- 3 Definir sectores de tiro;
- 4 Montagem de tendas;
- 5 Executar a camuflagem;
- 6 Abertura de trilhos;
- 7 Tática de combate;
- 8 Combate noturno.

**312. Atividades Circum-escolares.**

Código: 993

Carga horária: 37 Horas

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Preparar a integração dos jovens na Esquadilha de Instrução Básica;
- (2) Adaptar os manebos à vida militar.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Atividades de incorporação ..... 7 Horas**
  - (a) Receção dos manebos à Porta d'Armas;
  - (b) Preenchimento de documentos na Esquadra de Pessoal (EP);
  - (c) Corte de cabelo regulamentar na Barbearia;
  - (d) Distribuição individual de fardamento;
  - (e) Fotografia;
  - (f) Contacto com a Unidade;
  - (g) Distribuição de fardamento.
- (2) **Apresentação..... 1 Hora**
- (3) **Treino e reforço da aprendizagem ..... 29 Horas**
  - (a) Treino específico para reforço da instrução de:
    - 1 Instrução individual do combatente (TIC);
    - 2 Treino físico militar (TFM);
    - 3 Orientação e topografia (OTOP).

ORIGINAL

3-14

## CAPÍTULO 4

### AVALIAÇÃO

401. **Caracterização da Avaliação.** As avaliações a efetuar deverão refletir uma apreciação global do empenho e trabalho desenvolvido pelos recrutas e do seu aproveitamento ao longo da IB.

A avaliação deverá, pois, não só incidir nos resultados esperados (objetivos operatórios), como acima de tudo versar sobre os efeitos aguardados (objetivos globais), tendo em conta resultados inesperados, positivos ou negativos. Quando se tratem de testes escritos as questões mais adequadas serão as do tipo fechado (preferencialmente de resposta múltipla), deixando o mínimo de liberdade para a formulação das respostas, permitindo sobretudo apurar em que medida os objetivos operatórios foram atingidos. Quando se trate de questões do tipo aberto não se deverão esquecer os objetivos traçados, devendo ser estes os únicos a ser aferidos. Quando se tratem de avaliações práticas onde se pretende avaliar a proficiência na execução de tarefas, utilizar-se-á o modelo de um roteiro de tarefas *checklist* para avaliar as competências dos recrutas.

- a. **Provas de avaliação.** São consideradas provas de avaliação:
  - (1) Teste Teórico (TT);
  - (2) Testes de Avaliação da Condição Física (TACF);
  - (3) Prova Prática (PP).
- b. **Componentes de avaliação.** São consideradas componentes de avaliação das provas referidas no ponto anterior, as seguintes:
  - (1) A avaliação do Mérito Militar (MM), conforme descrita no Anexo C;
  - (2) O teste teórico, versa sobre a totalidade dos conteúdos lecionados durante o período da IB;
  - (3) As componentes dos TACF, estão descritas no Anexo D;
  - (4) As componentes da PP, são as abaixo indicadas:
    - (a) Teste prático (TP), conforme referido no § 406. Sessão 3;
    - (b) Tiro de carreira (TC), conforme Anexo E;
    - (c) Provas de orientação e topografia (OTOP), conforme Anexo A.

402. **Fórmula de Cálculo.** A média final (MF) é obtida através da seguinte fórmula:

$$MF = (MM + TT + TACF + PP) / 4.$$

PDINST 144-9 (E)

- a. Para apuramento da classificação final da PP aplica-se a fórmula seguinte:

$$PP = [TP+TC+OTOP] / 3.$$

- b. O recruta que obtenha classificação inferior a 10 valores no TACF, obterá aprovação na IB desde que a sua MF seja igual ou superior a 10 (dez) valores. O recruta que obtenha MF na IB inferior a 10 valores, e cujo motivo seja uma classificação final do TACF demasiado baixa, deve assinar uma Notificação onde constem: as classificações obtidas no TACF e a respetiva MF; a possibilidade de continuação da sua formação na Fase Comum da IC, ficando a sua aprovação final (IB + IC) condicionada à obtenção de classificação positiva na disciplina de TFM; e ainda a referência de que a MF obtida na IB entrará para o cálculo da Classificação Final do Curso.
- c. Os formandos abrangidos pelas condições da alínea anterior, iniciam um Plano de Preparação Específico (PPE), supervisionado pela Secção de Instrução e Condição Física e Desportos do CFMTFA, que decorrerá na Fase Comum da Instrução Complementar (IC), findo o qual são sujeitos à avaliação nos trâmites legais de acordo com o respetivo PDINST.

403. **Formula de Cálculo da MF para os Recrutas que realizaram a IB noutra Ramo das Forças Armadas.** Os militares que iniciam a Instrução Complementar, mas não realizaram a IB na Força Aérea, a nota final da IB (MF) será estabelecida pelo valor da média aritmética das notas finais (MF) correspondentes dos alunos da respetiva especialidade, a frequentar a Instrução Complementar.

404. **Prémios.** São atribuídos prémios ao recruta melhor classificado da IB e aos primeiros classificados nas vertentes de Mérito Militar, Teste Teórico, Testes Físicos e Prova Prática. A distribuição dos prémios faz-se na cerimónia de Juramento de Bandeira. O prémio para a melhor Patrulha, nas Provas de OTOP, será atribuído em cerimónia anterior.

405. **Registo.** As avaliações, o registo de ocorrências e as faltas do recruta serão registadas na Ficha Individual do Recruta, conforme anexo F.

ORIGINAL

4-2

406. **Provas de Avaliação.**

Código: 998

Carga horária: 5 Horas

a. **Objetivo Geral.** Analisar a capacidade dos recrutas para a vida militar, sujeitando-os à realização de provas de aptidão física e intelectual.

b. **Conteúdos:**

(1) **Teste teórico** ..... 1 Hora

(a) Avaliar os conhecimentos adquiridos durante a IB, referente às disciplinas de:

- 1 Ordem unida;
- 2 Formação militar;
- 3 Instrução individual do combatente;
- 4 Orientação e topografia;
- 5 Armamento.

(2) **Teste de avaliação da condição física** ..... 2 Horas

(a) Avaliar a condição física dos recrutas em:

- 1 Extensões de braços;
- 2 Abdominais;
- 3 Corrida de 2400 mts.

(3) **Prova Prática (Teste prático)** ..... 2 Horas

(a) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos nas disciplinas de Armamento; Formação Militar e Orientação e Topografia, referente às seguintes matérias:

- 1 Procedimentos de segurança da espingarda G3;
- 2 Montagem e desmontagem da espingarda G3;
- 3 Apresentação a um superior;
- 4 Identificação de postos;
- 5 Marcação de um azimute;
- 6 Marcação de uma coordenada;
- 7 Cálculo de distâncias.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ANEXOS**

**ANEXO A – PROVA PRÁTICA DE ORIENTAÇÃO E TOPOGRAFIA**

**ANEXO B – EXERCÍCIO DE CAMPO**

**ANEXO C – QUADRO DE AVALIAÇÃO DO MÉRITO MILITAR**

**ANEXO D – TESTES DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA**

**ANEXO E – QUADRO DA AVALIAÇÃO DE TIRO**

**ANEXO F – FICHA INDIVIDUAL DO RECRUTA**

**ANEXO G – DESCRIÇÃO DO CARGO DE INSTRUTOR DA INSTRUÇÃO  
BÁSICA**

SEPARADOR 1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ANEXO A**  
**PROVAS DE ORIENTAÇÃO E TOPOGRAFIA**

SEPARADOR A

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## PROVAS DE ORIENTAÇÃO E TOPOGRAFIA

1. **Objetivo das provas.**
  - a. Avaliar competências adquiridas na vertente teórica de OTOP;
  - b. Avaliar a resistência e capacidade física dos participantes;
  - c. Avaliar entre os elementos que constituem cada patrulha, a camaradagem, o espírito de corpo e entreajuda.
  
2. **Execução das Provas:**
  - a. Percorrer na forma de patrulha, com um efetivo de 06 (seis) a 12 recrutas, distâncias entre vários pontos;
  - b. Os recrutas executam as provas com o equipamento individual de combate que lhes foi distribuído, incluindo a espingarda automática G3.
  
3. **Duração.** As provas têm uma duração de 12 horas, das quais 09 (nove) são diurnas e 03 (três) são noturnas. Distribuem-se da seguinte forma:
  - a. Uma prova interna diurna, com a duração prevista de 03 (três) horas;
  - b. Uma prova interna noturna, com a duração prevista de 03 (três) horas;
  - c. Uma prova exterior diurna, com a duração prevista de 06 (seis) horas.
  
4. **Acompanhamento.**
  - a. Todos os pontos percorridos são controlados;
  - b. São distribuídos graduados da Esquadilha de Instrução Básica (eIB) pelos percursos;
  - c. 02 (duas) viaturas percorrem permanentemente todo o percurso da prova;
  - d. Mantém-se de prevenção o apoio sanitário.
  
5. **Avaliação.**
  - a. Nas provas de OTOP internas está estimado o tempo médio de 15 minutos por quilómetro e na prova exterior de 20 minutos por quilómetro, que multiplicados pela distância das respetivas provas resulta num tempo mínimo de prova (tm).
  - b. As patrulhas que atingirem tempo igual ou inferior, obtêm nota máxima de 20 valores. A distribuição das restantes classificações será feita aumentando quinze minutos ao tempo mínimo, com aproximação ao intervalo superior (exemplo tabela A-I).

PDINST 144-9 (E)  
ANEXO A

- c. A nota mínima a atribuir aos elementos que efetuarem a prova, será de 06 (seis) valores.
- d. **Tabela A-I**, exemplo da Correspondência Tempo vs Avaliação, para uma prova interior com 10 quilómetros de extensão com tm = 02H30:

Tempo de prova	Avaliação
02:30	20
02:45	19
03:00	18
03:15	17
03:30	16
03:45	15
04:00	14
04:15	13
04:30	12
04:45	11
05:00	10
05:15	09
05:30	08
05:45	07
06:00	06

Tabela A-I Correspondência Tempo vs Notas

6. **Penalizações.** As penalizações serão repartidas em dois tipos de fatores:
- a. **Materiais.** Por cada peça de equipamento que for fornecido à patrulha e não seja entregue no final da prova, a patrulha será penalizada de acordo com a descrição abaixo:
- (1) Carta ..... 60 min;
  - (2) Bússola ..... 30 min;
  - (3) Escalímetro..... 30 min;
  - (4) Lanterna ..... 30 min;
  - (5) Caneta/lápis ..... 15 min.
- b. **Elementos.** Por cada recruta que não termine a prova, será aplicada uma penalização de 10% do tempo de prova, efectuado pela patrulha.

**ANEXO B**  
**EXERCÍCIO DE CAMPO**

SEPARADOR B

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## EXERCICIO DE CAMPO

1. **Objetivo do Exercício.** Montar um dispositivo tipo “Base Tática”, onde são colocados em prática os conhecimentos adquiridos na disciplina de “Instrução Individual do Combatente”.
2. **Duração.** O exercício tem uma duração de 48 horas consecutivas, sendo recomendável começar na manhã do dia D, acabando pela mesma hora do dia D+2. Este exercício engloba 4 (quatro) horas de Engenheiros Explosivos (COD 130) no dia D+1.
3. **Tarefas a desempenhar.**
  - a. Montagem de segurança e defesa próxima;
  - b. Montagem de abrigos;
  - c. Definir sectores de tiro;
  - d. Montagem de tendas;
  - e. Executar a camuflagem;
  - f. Abertura de trilhos;
  - g. Tática de combate;
  - h. Combate noturno;
  - i. Sessão de explosivos.
4. **Desenrolar do exercício.**
  - a. Neste exercício é testado e aferido o sistema defensivo das várias posições através da intervenção de grupos IN, constituídos para o efeito;
  - b. São igualmente testadas e aferidas as técnicas de progressão no terreno e de combate noturno;
  - c. São disparados tiros de salva por todos os instruídos, sempre que são simulados ataques às suas posições;
  - d. Todas as ações são acompanhadas pelos respetivos graduados em permanente atitude de intervenção pedagógica e corrigindo as ações dos combatentes;
  - e. São utilizados *Very-Lights*, granadas de fumo e granadas de instrução, com a supervisão dos respetivos graduados;
  - f. É mantido um sistema de comunicações e apoio sanitário em alerta permanente.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ANEXO C**  
**QUADRO DE AVALIAÇÃO DO MÉRITO MILITAR**

SEPARADOR C

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

### QUADRO DE AVALIAÇÃO DO MÉRITO MILITAR

1. **Objetivo.** Avaliar a aptidão para a vida militar, através da avaliação contínua do comportamento do recruta ao longo da Instrução Básica.
2. **Execução.** A avaliação do Mérito Militar deverá ter como base orientadora o quadro E-1, que associa os possíveis comportamentos do instruendo a uma nota de avaliativa desse comportamento.
  - a. A avaliação do Mérito Militar será realizada diariamente a partir do **terceiro dia** de instrução básica. A última avaliação ocorrerá dois dias antes do Juramento de Bandeira;
  - b. O comandante de pelotão é o elemento responsável por avaliar todos os instruendos do pelotão, depois de ouvidos os comandantes de secção;
  - c. As avaliações negativas, isto é, inferiores a 10 valores, deverão ser justificadas com o registo na ficha individual do instruendo, do comportamento ou comportamentos que originaram essa avaliação;

FORMA COMO SE ENCONTRA INTEGRADO NO MEIO MILITAR E COMO ADERE AOS VALORES MILITARES	NOTA
Adere perfeitamente tanto ao espírito como à forma das regras militares, sabendo respeitá-las e fazendo-as aceitar. Tem o sentido da nobreza da sua missão e está sempre animado por um alto ideal moral, nunca se deixando influenciar pelo seu interesse pessoal.	<b>17 a 20</b>
Aceita bem as regras da vida militar, sabendo impô-las em todas as circunstâncias. Tem a consciência exata das suas obrigações e da sua missão e é capaz de se sacrificar por esta.	<b>14 a 16</b>
Aceita e compreende os regulamentos militares. Consciente dos seus deveres, dedicado, coloca as suas obrigações acima dos seus interesses pessoais.	<b>10 a 13</b>
Muito formalista, preocupando-se mais com a forma do que com o espírito dos regulamentos. Nem sempre compreende a importância das regras da vida militar. Ainda que consciente das suas obrigações, é pouco exigente consigo, mostrando tendência para antepor os seus interesses aos do serviço.	<b>6 a 9</b>
Incompreensão e crítica destrutiva dos regulamentos militares. É egoísta e nem sempre tem a consciência exata da importância da sua missão, pensando antes de tudo nos seus interesses e nunca os sacrificando.	<b>0 a 5</b>

**Quadro E-1** Comportamentos orientadores da avaliação do Mérito Militar.

3. **Avaliação do Mérito Militar.**

- a. A avaliação diária terá diferentes coeficientes no cálculo final do Mérito Militar, com o objetivo de valorizar os comportamentos no final da instrução, uma vez que quanto mais avançada estiver a instrução melhor deverá ser a conduta e a resposta do recruta;
- b. A ponderação diária ou coeficiente diário é representado na Tabela E-2 sendo D correspondente ao primeiro dia de Instrução e D+26 o dia da cerimónia do Juramento de Bandeira;
- c. A nota final do Mérito Militar é dada através da média dos valores ponderados da avaliação diária;
- d. Fórmula de cálculo da nota final do Mérito Militar:  
(1)  $MM=(0,02*(\sum(D+(3 \text{ a } 10)))+0,04*(\sum(D+(11 \text{ a } 18)))+0,1*(\sum(D+(22 \text{ a } 23))+0,14*(D+24).$

<b>Coeficiente</b>	<b>Dia da avaliação</b>
<b>Sem avaliação</b>	<i>D; D-1; D+2; D+25; D+26;</i>
<b>0,02</b>	<i>D+3; D+4; D+5; D+6; D+7; D+8; D+9; D+10;</i>
<b>0,04</b>	<i>D+11; D+12; D+13; D+14; D+15; D-16; D+17; D-18;</i>
<b>0,06</b>	<i>D+19; D+20; D+21;</i>
<b>0,10</b>	<i>D+22; D+23;</i>
<b>0,14</b>	<i>D+24;</i>

**Tabela E-2** Ponderação da avaliação continua ao longo da Instrução Básica

4. **Conhecimento da avaliação.** A avaliação do Mérito Militar é transmitida aos recrutas através dos instrutores, nas seguintes situações:
  - a. Quando o recruta for avaliado com a terceira avaliação negativa;
  - b. Ao décimo terceiro e ao vigésimo quinto dia de instrução (D+13 e D+25);
  - c. A comunicação da eliminação será efetuada pelo Comandante de Esquadilha, após parecer do Diretor da Direção de Instrução (dDINST).

**ANEXO D**  
**TESTES DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA**

SEPARADOR D

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

### TESTES DE AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA

1. **Avaliação.** A nota final da dos testes de avaliação da condição física (TACF) é calculada através da média aritmética das classificações obtidas.
2. **Protocolo de Execução.** A execução de cada uma das componentes é realizada conforme o disposto em Despacho do CHMFA para esta matéria.

#### MILITARES DO SEXO FEMININO

CLASSIF	TACF		
	EXTENSÕES	ABDOMINAIS	CORRIDA
20	40	60	9'30"
19	38	57	9'50"
18	36	54	10'10"
17	34	51	10'30"
16	32	48	11'00"
15	30	46	11'30"
14	27	44	12'00"
13	24	42	12'20"
12	21	40	12'40"
11	18	38	13'00"
10	15	36	13'30"
9	13	34	13'45"
8	12	32	14'00"
7	10	30	14'30"
6	8	28	15'00"
5	7	26	15'30"
4	6	24	16'00"
3	5	22	16'30"
2	3	20	17'00"
1	1	18	17'15"

D-1

ORIGINAL

PDINST 144-9 (E)  
ANEXO D

**MILITARES DO SEXO MASCULINO**

CLASSIF	TACF		
	EXTENSÕES	ABDOMINAIS	CORRIDA
20	64	65	8'10"
19	62	63	8'30"
18	59	61	8'50"
17	55	58	9'10"
16	51	55	9'30"
15	47	52	9'50"
14	43	50	10'10"
13	39	48	10'30"
12	35	45	10'50"
11	31	42	11'10"
10	27	39	11'30"
9	25	37	12'00"
8	23	35	12'30"
7	21	33	12'45"
6	19	31	13'00"
5	17	29	13'15"
4	15	27	13'30"
3	13	25	13'45"
2	11	23	14'00"
1	09	21	14'15"

ORIGINAL

D-2

**ANEXO E**  
**QUADRO DA AVALIAÇÃO DE TIRO**

SEPARADOR E

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## QUADRO DE AVALIAÇÃO DE TIRO

1. **Objetivo.** Executar prática de tiro real com a espingarda automática G3, utilizando munições de diferentes calibres.
2. **Execução.**
  - a. Efetuar tiro com a espingarda automática G3 com redutor (munição .22) tendo como finalidade a adaptação ao manejo da arma, na posição de “atirador deitado”;
  - b. Efetuar tiro com a espingarda automática G3 com munição 7,62 mm, na posição de “atirador deitado”.
3. **Duração.** A prática de tiro real tem a duração de 8 (oito) horas, distribuídas da seguinte forma:
  - a. *Briefing* geral de apresentação à carreira de tiro, ao armamento, procedimentos gerais de segurança, técnicas de tiro e posições de tiro, com a duração de 01 (uma) hora;
  - b. Prática de tiro real de espingarda automática G3 com redutor .22, com a duração de 03 (três) horas;
  - c. Prática de tiro real de espingarda automática G3 com munição 7,62 mm, com a duração de 04 (quatro) horas.
4. **Acompanhamento.**
  - a. O tiro é ministrado por um instrutor de tiro, conforme regulamentação própria do tiro na FA;
  - b. No início de cada sessão de tiro é dado um *briefing* sobre a Carreira de Tiro e procedimentos de segurança na mesma, apresentação da arma a utilizar, técnicas de tiro e demonstração de posições de tiro.
5. **Avaliação.**
  - a. A avaliação prática de tiro é composta por dois momentos:
    - (1) Tiro com munição .22;
    - (2) Tiro com munição de 7,62 mm.

PDINST 144-9 (E)  
ANEXO E

- b. A avaliação destinada ao tiro efetua-se da seguinte forma:
- (1) Nos dois momentos, os instruendos realizam 05 (cinco) disparos de ensaio e 15 para obtenção de nota;
- c. A nota dada a cada momento do tiro será calculada através da correspondência direta do somatório da pontuação, conforme Tabela E-1.
- d. A avaliação final do tiro prático determina-se pela média aritmética do tiro efetuado com munição .22 e 7.62 mm de acordo com a seguinte fórmula:
- (1) **Média final = (Nota .22 + Nota 7,62) / 2**

Pontuação total	Nota	Pontuação total	Nota
150	20	62 - 69	9
142 - 149	19	54 - 61	8
134 - 141	18	46 - 53	7
126 - 133	17	38 - 45	6
118 - 125	16	30 - 37	5
110 - 117	15	22 - 29	4
102 - 109	14	14 - 21	3
94 - 101	13	6 - 13	2
86 - 93	12	1 - 5	1
78 - 85	11	0	0
70 - 77	10		

Tabela E-1 Correspondência da pontuação versus nota.

ORIGINAL

E-2

**ANEXO F**  
**FICHA INDIVIDUAL DO RECRUTA**

SEPARADOR F

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

VISTO

PDINST 144-9 (E)  
ANEXO F

CMDF 150<sup>th</sup>

**FORÇA AÉREA PORTUGUESA**  
**CENTRO DE FORMAÇÃO MILITAR E TÉCNICA DA FORÇA AÉREA**

FICHA INDIVIDUAL DO RECRUTA																						
IB: /			CURSO:				PELOTÃO:		<b>FOTO</b>													
POSTO:			ESPECIALIDADE:				NIP: --															
Data de incorporação: (DDMM/AAAA)			Alojamento: / / (BEXILAR/OCU/MA)																			
NOME COMPLETO:																						
Naturalidade:			Concelho:			Localidade:			Freguesia:													
Data de Nascimento:			CC N.º:				Validade:															
Habilitações literárias:						Estado civil:																
RESIDÊNCIA		Rua/AV, (etc.)							N.º:													
C. POSTAL			TELEMÓVEL				EMAIL															
<b>EM CASO DE EMERGÊNCIA CONTATAR:</b>																						
NOME:						TELEMÓVEL:																
MORADA:						N.º:			C. POSTAL:													
PROVAS DE AVALIAÇÃO												Média Final:										
<b>1. MÉRITO MILITAR</b>												Nota:										
D.1	D.4	D.5	D.6	D.7	D.8	D.9	D.10	D.11	D.12	D.13	D.14	D.15	D.16	D.17	D.18	D.19	D.20	D.21	D.22	D.23	D.24	
<b>2. TESTE TEÓRICO</b>												Nota:										
<b>3. TESTES FÍSICOS</b>												Nota:										
Testes de aferição						Testes físicos																
Abdominais		Flexões		Corrida		Abdominais		Flexões		Corrida												
V.	N.	V.	N.	V.	N.	V.	N.	V.	N.	V.	N.											
<b>2. PROVA PRÁTICA</b>												Nota:										
<b>a. Teste Prático</b> Nota:				<b>b. Tiro de Carreira</b> Nota:				<b>c. Provas de OTOP</b> Nota:														
b. Componentes do tiro Nota 22						Nota 7.62																
Pontuação: 2 2 1 1 7 3 3 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2						Pontuação: 2 2 1 1 7 3 3 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2																
N.º de Impulsões						N.º de Impulsões																
e. Provas de Orientação e Topografia												N.º da Patrilha:										
1ª PROVA				2ª PROVA				3ª PROVA														
km.		km.		km.		km.		km.		km.												
Tempo:		Nota:		Tempo:		Nota:		Tempo:		Nota:												

F-1

ORIGINAL





<b>REGISTO DE OCORRÊNCIAS</b> (continuação)	
Data	Descrição sumária da ocorrência, ou justificação de avaliação de Mérito Militar negativa.

Os Instrutores do \_\_\_\_ Pelotão,  
CFMTFA, \_\_\_\_ de \_\_\_\_ de \_\_\_\_

O CMBT. PELOTÃO

O CMBT. DE SECCÃO

ORIGINAL

F-4

**ANEXO G**  
**DESCRIÇÃO DO CARGO DE INSTRUTOR DA INSTRUÇÃO BÁSICA**

SEPARADOR G

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

	<b>Subunidade: Corpo de Alunos</b>	
<b>Descrição de Cargo</b>	<b>Cargo: Instrutor da IB (Oficial)</b>	
	<b>Número / Código do Cargo</b>	SIGAP:
		Ordem de Batalha:
		Normal:
<b>Posto: TEN/ALF/ASPOF</b>	<b>Observações:</b>	
<b>Especialidade: QESP</b>		
<b><u>1ª PARTE - QUALIFICAÇÕES</u></b>		
<p><b>A. LINGUAS (SLP/PLS)</b></p> <p><b>B. QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS</b></p> <p>1. <b>Profissionais</b></p> <p style="padding-left: 20px;">a. Estágio de Instrutores da Instrução Básica.</p> <p style="padding-left: 20px;">2. <b>Habilitação de Segurança</b></p> <p style="padding-left: 40px;">a. Nacional: Não aplicável</p> <p><b>C. QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS</b></p> <p style="padding-left: 20px;">b. Inglês: 2222.</p> <p style="padding-left: 20px;">c. Curso de Formação Inicial de formadores;</p> <p style="padding-left: 20px;">d. Experiência em funções de enquadramento militar;</p> <p style="padding-left: 20px;">e. Curso de <i>Individual Common Core Skills</i>.</p>		
	<b>Subunidade: Corpo de Alunos</b>	
<b>Descrição de Cargo</b>	<b>Cargo: Instrutor da IB (Sargento)</b>	
	<b>Número / Código do Cargo</b>	SIGAP:
		Ordem de Batalha:
		Normal:

<b>Posto: 1SAR/2SAR/FUR/2FUR</b>	<b>Observações:</b>
<b>Especialidade: QESP</b>	
<b><u>1ª PARTE - QUALIFICAÇÕES</u></b>	
<b>A. LINGUAS (SLP/PLS)</b>	
<b>B. QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS</b>	
1. <b>Profissionais</b>	
b. Estágio de Instrutores da Instrução Básica.	
2. <b>Habilitação de Segurança</b>	
a. Nacional: Não aplicável.	
<b>C. QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS</b>	
a. Inglês: 2222.	
b. Curso de Formação Inicial de formadores;	
c. Experiência em funções de enquadramento militar;	
d. Curso de <i>Individual Common Core Skills</i> .	

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

SEPARADOR 2

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

<b>PÁGINAS</b>	<b>EM VIGOR</b>
I (Verso em branco)	ORIGINAL
III (Verso em branco)	ORIGINAL
V (Verso em branco)	ORIGINAL
VII e VIII	ORIGINAL
1-1 e 1-2	ORIGINAL
2-1 (Verso em branco)	ORIGINAL
3-1 a 3-14	ORIGINAL
4-1 a 4-2	ORIGINAL
4-3 (Verso em branco)	ORIGINAL
SEPARADOR 1 (Verso em branco)	ORIGINAL
SEPARADOR A (Verso em branco)	ORIGINAL
A-1 e A-2	ORIGINAL
SEPARADOR B (Verso em branco)	ORIGINAL
B-1 (Verso em branco)	ORIGINAL
SEPARADOR C (Verso em branco)	ORIGINAL
C-1 e C-2	ORIGINAL
SEPARADOR D (Verso em branco)	ORIGINAL
D-1 e D-2	ORIGINAL
SEPARADOR E (Verso em branco)	ORIGINAL
E-1 e E-2	ORIGINAL
SEPARADOR F (Verso em branco)	ORIGINAL
F-1 a F-4	ORIGINAL
SEPARADOR G (Verso em branco)	ORIGINAL
G-1 e G-2	ORIGINAL
SEPARADOR 2 (Verso em branco)	ORIGINAL
LPV-1 (Verso em branco)	ORIGINAL

LPV-1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## **Anexo 13**

### **Referencial de Curso – Força Aérea – Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato**

PDINST 141-10 (B)



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 141-10 (B)  
PROGRAMA DA FASE DE FORMAÇÃO COMUM DO CURSO DE  
FORMAÇÃO DE OFICIAIS DO REGIME DE CONTRATO  
JANEIRO 2022**





**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 141-10 (B)  
PROGRAMA DA FASE DE FORMAÇÃO COMUM DO CURSO DE  
FORMAÇÃO DE OFICIAIS DO REGIME DE CONTRATO  
JANEIRO 2022**

EP: DINST

EPR: DINST

DIST.: E

PALAVRAS-CHAVE: CFO; RC; Programas; Formação Comum; Estrutura curricular; Avaliação.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO

**CARTA DE PROMULGAÇÃO**

**JANEIRO 2022**

1. O PDINST 141-10 (B) PROGRAMA DA FASE DE FORMAÇÃO COMUM DO CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS DO REGIME DE CONTRATO, é uma publicação NÃO CLASSIFICADA, que substitui o PDINST 141-10 (A), cujos exemplares devem ser destruídos.
2. O PDINST 141-10 (B) entra em vigor ao ser recebido.
3. É autorizada a reprodução da presente publicação, sem autorização da entidade promulgadora.

O DIRETOR

*Assinado no original*

César Paulo da Silva Rodrigues  
BGEN/PILAV

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**REGISTO DE ALTERAÇÕES E ERRATAS**

Identificação da Alteração ou Errata (Nº; Nº de registo se tiver e data)	Data da alteração	Identificação (Nome/Posto/NIP)

V

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ÍNDICE**

Página de Título .....	I
Carta de Promulgação .....	III
Registo de Alterações e Erratas .....	V
Índice .....	VII

**CAPÍTULO 1 - INTRODUÇÃO**

101. Generalidades .....	1-1
102. Objetivos do Curso .....	1-1
103. Finalidade .....	1-1
104. Âmbito .....	1-1
105. Natureza dos Formandos .....	1-1
106. Número de Formandos por Curso .....	1-1
107. Alterações .....	1-1

**CAPÍTULO 2 - ESTRUTURA CURRICULAR**

201. Estrutura Curricular da Fase de Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato .....	2-1
--	-----

**CAPÍTULO 3 – COMPONENTE DE FORMAÇÃO GERAL**

301. Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos .....	3-1
302. Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos .....	3-3
303. Gestão de Recursos (Humanos, Materiais e Financeiros) .....	3-4
304. Segurança Militar – Palestra .....	3-8
305. Comportamentos Aditivos e Dependências – Palestra .....	3-8
306. Visão do CEMFA para o Espaço – Palestra .....	3-9
307. Igualdade de Género – Palestra .....	3-9
308. Sistemas de Informação e Segurança Informática .....	3-10
309. Inglês <i>E-learning</i> – Nível Elementar .....	3-13
310. Inglês <i>E-learning</i> – Nível Intermediário .....	3-14
311. Inglês <i>E-learning</i> – Nível Avançado .....	3-16

**CAPÍTULO 4 – COMPONENTE DE FORMAÇÃO MILITAR E  
AERONÁUTICA**

401. Ética e Deontologia Militar .....	4-1
402. História Militar .....	4-2
403. Direito Militar .....	4-4
404. Orgânica Militar – Componente Aérea I.....	4-5
405. Técnicas de Comunicação e de Estado-Maior .....	4-7
406. Comando e Liderança I.....	4-8
407. Instrução Militar I.....	4-9
408. Atividade Militar Conjunta I.....	4-11
409. Treino Físico Militar I.....	4-11

**CAPÍTULO 5 – AVALIAÇÃO**

501. Caracterização da Avaliação .....	5-1
502. Quadro de Avaliações .....	5-1

LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR.....	LPV-1
--------------------------------	-------

## **CAPÍTULO 1**

### **INTRODUÇÃO**

101. **Generalidades.** A Fase de Formação Comum (FFC) do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato (CFO/RC), é uma fase pautada pela objetividade relativamente à forma de abordagem dos conteúdos programáticos e às próprias exigências da Instituição Militar. É juntamente com a Fase de Formação Técnica, componente da Instrução Complementar.

102. **Objetivos do Curso.**

- a. Permitir um ajustamento mais fácil à cultura organizacional;
- b. Desenvolver competências de carácter ético-valorativo, complementando o processo iniciado na Instrução Básica;
- c. Proporcionar a preparação e os conhecimentos mínimos de natureza geral, militar e aeronáuticos, necessários à Instrução Complementar;
- d. Promover o desenvolvimento da identidade e coesão do pessoal da Força Aérea Portuguesa (FAP).

103. **Finalidade.** Definir o programa de FFC do CFO/RC ministrado no Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea (CFMTFA), sequente da Instrução Militar Básica.

104. **Âmbito.** Aplica-se integralmente a todos os CFO/RC que tenham início após a data de entrada em vigor deste Programa.

105. **Natureza dos Formandos.** O CFO/RC destina-se a militares de ambos os sexos, para ingresso na categoria de Oficiais, em Regime de Contrato.

106. **Número de Formandos por Curso.** Sem prejuízo do superiormente estipulado sobre esta matéria, a fixação do número máximo e mínimo de formandos a admitir deverá ter em linha de conta a capacidade de formação das Unidades onde esta é ministrada, numa perspectiva de utilização racional dos meios humanos e técnicos disponíveis capazes de garantir a qualidade da formação.

Assim, deverão ser constituídas turmas com o número de elementos a seguir discriminados:

- a. Número máximo de formandos: 25;
- b. Número mínimo de formandos: 15.

107. **Alterações.** Este programa poderá ser alterado, no todo ou em parte, mediante decisão da Direção de Instrução (DINST) por proposta do CFMTFA.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**CAPÍTULO 2**  
**ESTRUTURA CURRICULAR**

201. Estrutura Curricular da Fase de Formação Comum do Curso de Formação de Oficiais do Regime de Contrato.

Curso: CFO / RC

Especialidade: TODAS

Cód.	Componente de formação/disciplinas	Coef.	Carga horária		
			Totais	Aval.	Obs.
<b>Componente de Formação Geral</b>					
0349	Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos	3	25	2	-
C0048	Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos	1	10	1	-
C0049	Gestão de Recursos (Humanos, Materiais e Financeiros)	3	15	4	-
C0050	Segurança Militar – Palestra	-	3	a)	-
C0051	Comportamentos Aditivos e Dependências – Palestra	-	3	a)	-
C0052	Visão do CEMFA para o Espaço – Palestra	-	1	a)	-
C0053	Igualdade de Género – Palestra	-	3	a)	-
C0023	Sistemas de Informação e Segurança Informática	2	16	1	-
C0012	Inglês <i>E-Learning</i> – Nível Elementar	-	25	-	b)
C0013	Inglês <i>E-Learning</i> – Nível Intermediário	-	25	-	b)
C0014	Inglês <i>E-Learning</i> – Nível Avançado	-	25	-	b)
	<b>SUBTOTAL PRESENCIAL</b>	-	<b>76</b>	<b>8</b>	-
	<b>SUBTOTAL NÃO PRESENCIAL</b>	-	<b>25</b>	-	-
	<b>SUBTOTAL</b>	-	<b>101</b>	<b>8</b>	-

PDINST 141-10 (B)

<b>Componente de Formação Militar e Aeronáutica</b>					
C0009	Ética e Deontologia Militar	1	13	2	-
C0064	História Militar	2	10	2	-
C0008	Direito Militar	3	13	1	-
C0054	Orgânica Militar - Componente Aérea I	3	13	1	-
C0055	Técnicas de Comunicação e de Estado-Maior	2	10	1	-
C0056	Comando e Liderança I	3	15	1	-
C0015	Instrução Militar I	3	28	2	-
C0061	Atividade Militar Conjunta I	-	6	-	-
C0062	Treino Físico Militar I	4	12	4	-
<b><i>SUBTOTAL</i></b>		-	<b>120</b>	<b>13</b>	-
C0036	ACCESS	-	14	c)	-
<b><i>TOTAL Percurso Formativo presencial</i></b>		-	<b>210</b>	<b>21</b>	-
<b><i>TOTAL do Percurso Formativo incluindo o não presencial</i></b>		-	<b>235</b>	<b>21</b>	-

- a) Atividade formativa sem avaliação.
- b) Atividade formativa não presencial sem avaliação quantitativa (Apto ou Não Apto). Os alunos fazem apenas um nível de Inglês, sendo colocados no nível respetivo de acordo com os conhecimentos, aferidos através do *American Language Course Placement Test* (ALCPT) efetuado na fase de recrutamento.
- c) Atividades Circum-escolares. Os Formandos ficam à disposição do Diretor de Curso.

ORIGINAL

2-2

**CAPÍTULO 3**  
**COMPONENTE DE FORMAÇÃO GERAL**

301. **Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos.**

Código: **0349**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar os principais problemas ambientais;
- (2) Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente;
- (3) Explicar os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho;
- (4) Reconhecer a importância da segurança, higiene e saúde no trabalho;
- (5) Identificar as obrigações do empregador e do trabalhador de acordo com a legislação em vigor;
- (6) Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas;
- (7) Reconhecer a sinalização de segurança e saúde;
- (8) Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.

b. **Conteúdos:**

(1) **Ambiente..... 8 Horas**

(a) Principais problemas ambientais da atualidade:

- 1 Crescimento demográfico;
- 2 Aquecimento global;
- 3 Poluição:
  - a Ar;
  - b Solo;
  - c Água.
- 4 Destruição da biodiversidade;
- 5 Desflorestação.

(b) Gestão de resíduos:

- 1 Definições;
- 2 Produção de resíduos;
- 3 Fluxos específicos de resíduos;

- 4 Boas práticas para o meio ambiente.
- (c) Sistema de Proteção Ambiental da Força Aérea:
  - 1 Ambiente e Defesa Nacional;
  - 2 Política Ambiental da Força Aérea;
  - 3 Estratégias de atuação.
- (2) **Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho (SHST)..... 15 Horas**
  - (a) Conceitos básicos relacionados com a SHST: - Trabalho, saúde, segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção;
  - (b) Enquadramento legislativo nacional da SHST: - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador;
  - (c) Acidentes de trabalho:
    - 1 Conceito de acidente de trabalho;
    - 2 Causas dos acidentes de trabalho;
    - 3 Consequências dos acidentes de trabalho.
  - (d) Doenças profissionais:
    - 1 Conceito;
    - 2 Principais doenças profissionais.
  - (e) Principais riscos profissionais:
    - 1 Riscos biológicos (classificação dos agentes biológicos, vias de entrada no organismo e medidas de prevenção e proteção);
    - 2 Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção);
    - 3 Ambiente térmico;
    - 4 Iluminação;
    - 5 Radiações (ionizantes e não ionizantes);
    - 6 Ruído;
    - 7 Vibrações;
    - 8 Riscos químicos (conceito, classificação, vias de exposição, efeitos sobre a saúde e medidas de prevenção e proteção);
    - 9 Riscos de incêndio ou explosão:
      - a O fogo como reação química:

- Fenomenologia da combustão;
- Principais fontes de energia de ativação;
- Classes de Fogos;
- Métodos de extinção.
- b Meios de primeira intervenção – extintores:
  - Classificação dos extintores;
  - Escolha do agente extintor.
- 10 Riscos elétricos:
  - a Riscos de contacto com a corrente elétrica: contactos diretos e indiretos;
  - b Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano;
  - c Medidas de prevenção e proteção.
- 11 Riscos mecânicos:
  - a Trabalho com máquinas e equipamentos;
  - b Movimentação mecânica de cargas.
- 12 Riscos ergonómicos:
  - a Movimentação manual de cargas.
- 13 Riscos psicossociais.
- (f) Sinalização de segurança e saúde:
  - 1 Conceito;
  - 2 Tipos de sinalização.
- (g) Equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual - Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual.
- (3) **Avaliação..... 2 Horas**
  - (a) Teste de avaliação teórico.

302. **Psicologia na Aeronáutica Militar – Fatores Humanos.**

Código: **C0048**

Carga horária: **10 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Apresentar a Psicologia aplicada ao contexto aeronáutico militar;
- (2) Dar a conhecer a importância dos fatores humanos (FH) no contexto aeronáutico militar;

PDINST 141-10 (B)

- (3) Explicar as várias abordagens de análise dos FH e classificação do erro;
- (4) Abordar os fatores físicos e psicossociais que afetam o desempenho humano.

b. **Conteúdos:**

- (1) **A Psicologia aplicada ao contexto aeronáutico militar.....1 Hora**
  - (a) Áreas de intervenção da Psicologia na aeronáutica militar.
- (2) **Introdução aos FH no contexto aeronáutico militar e erro humano..... 3 Horas**
  - (a) Definição e objetivo dos FH;
  - (b) A multidisciplinaridade dos FH;
  - (c) Modelos explicativos de FH (SHELL e PEAR);
  - (d) Cultura de segurança;
  - (e) Lei de *Murphy*;
  - (f) Definição de erro humano;
  - (g) Modelo de *Reason*;
  - (h) Prevenção e gestão dos erros.
- (3) **Desempenho humano e limitações e sociopsicologia..... 5 Horas**
  - (a) Processamento de informação;
  - (b) *Stress*;
  - (c) Fadiga;
  - (d) Consumo abusivo de álcool, medicamentos e estupefacientes;
  - (e) Motivação;
  - (f) Processos de influência social;
  - (g) Trabalho em equipa;
  - (h) Comunicação.
- (4) **Avaliação.....1 Hora**
  - (a) Teste escrito de avaliação.

303. **Gestão de Recursos (Humanos, Materiais e Financeiros).**

Código: **C0049**

Carga horária: **15 Horas**

- a. **Objetivos Gerais:** No final da disciplina, os formandos deverão estar aptos, de acordo com as diretivas e práticas de gestão da FAP, a:
  - (1) Caracterizar modelos de gestão de recursos humanos;
  - (2) Identificar ferramentas genéricas da gestão de recursos humanos;

ORIGINAL

3-4

- (3) Reconhecer os instrumentos de gestão de recursos humanos;
- (4) Analisar a problemática dos recursos materiais na FAP, a fim de permitir aos formandos a execução de tarefas básicas relacionadas com a logística;
- (5) Dar a conhecer a importância dos fatores materiais (FM) no contexto aeronáutico militar;
- (6) Apresentar a gestão de recursos financeiros aplicados ao contexto aeronáutico militar;
- (7) Dotar os formandos dos conhecimentos necessários das funções administrativas relacionadas com a Esquadra de Administração de uma Unidade.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Fundamentos da Gestão de Recursos Humanos..... 2 Horas**
  - (a) Princípios da Organização Científica do Trabalho – *Frederick Taylor*;
  - (b) Princípios da Administração – *Henri Fayol*;
  - (c) Escola das Relações Humanas *Elton Mayo*;
  - (d) Gestão de Recursos Humanos na FAP (Órgãos intervenientes e responsabilidades, formação e gestão de carreiras).
- (2) **Integração de Recursos Humanos..... 1 Hora**
  - (a) Análise e descrição de funções e planeamento de recursos;
  - (b) Recrutamento, seleção e contratação.
- (3) **Avaliação de Desempenho ..... 1 Hora**
  - (a) Avaliação do Mérito dos Militares das Forças Armadas;
- (4) **Sistemas de Recompensas..... 1 Hora**
  - (a) Sistema de Incentivos;
  - (b) Louvores e Condecorações;
  - (c) Licenças de Mérito, dispensas e folgas de serviço.
- (5) **Princípios gerais da logística ..... 1 Hora**
  - (a) Definição e finalidade da logística;
  - (b) Ciência militar;
  - (c) O problema logístico;
  - (d) A logística e a cooperação civil e militar;
  - (e) Subordinação à manobra operacional;
  - (f) Unidade de Comando;
  - (g) Previsão, economia e flexibilidade;

- (h) Objetivo, Simplicidade e Segurança.
- (6) **Funções logísticas.....1 Hora**
  - (a) Abastecimento;
  - (b) Manutenção;
  - (c) Construção;
  - (d) Evacuação e Hospitalização;
  - (e) Transporte;
  - (f) Serviços Técnicos;
  - (g) Direção Logística.
- (7) **Abastecimento.....1 Hora**
  - (a) Definição;
  - (b) Ciclo do abastecimento (Determinação das necessidades, Obtenção, Distribuição);
  - (c) Categorias de material;
  - (d) Prazos de duração do material;
  - (e) Estados do material.
- (8) **Obtenção de material e Devolução de material .....1 Hora**
  - (a) Planeamento de material;
  - (b) Fontes, tipos e processos de obtenção;
  - (c) Requisição (Guia de fornecimento);
  - (d) Número nacional de abastecimento;
  - (e) Número de abastecimento provisório;
  - (f) Referência de fabricante;
  - (g) Número de série;
  - (h) Código de fabricante;
  - (i) Código de aplicação e gestor;
  - (j) Guia de devolução;
  - (k) Abate (regras e procedimentos).
- (9) **Introdução à atividade financeira do Estado.....1 Hora**
  - (a) Finanças públicas vs finanças privadas;
  - (b) Receitas públicas:
    - 1 Definição;
    - 2 Tipos de Receita.

- (c) Despesas públicas:
  - 1 Definição;
  - 2 Classificação orgânica, funcional e económica das despesas.
- (10) **O Orçamento do Estado ..... 1 Hora**
  - (a) Conceito do Orçamento do Estado (O.E.);
  - (b) Características gerais do O.E.:
    - 1 Elementos e funções do orçamento;
    - 2 Princípios e regras orçamentais.
  - (c) Enquadramento legal do O.E.
- (11) **Execução do Orçamento ..... 1 Hora**
  - (a) Execução orçamental da receita:
    - 1 Ciclo da receita;
    - 2 Gestão das receitas na FAP.
  - (b) Execução orçamental da despesa:
    - 1 Ciclo das despesas Públicas.
  - (c) Introdução ao SIG.
- (12) **O Plano de Atividades ..... 1 Hora**
  - (a) Conceito:
    - 1 Missão;
    - 2 Visão;
    - 3 Objetivos.
  - (b) Operacionalidade do Plano de Atividade e o Orçamento.
- (13) **Direção de Finanças da Força Aérea e Esquadras de Administração.... 1 Hora**
  - (a) DFFA:
    - 1 Organograma;
    - 2 Funções.
  - (b) EAI:
    - 1 Organograma;
    - 2 Funções.
- (14) **Avaliação.....1 Hora**
  - (a) Teste escrito de avaliação.

304. **Segurança Militar – Palestra.**

Código: **C0050**

Carga horária: **3 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecer a Organização da Segurança Militar numa Unidade;
- (2) Apresentar as responsabilidades individuais de cada militar e respetivos procedimentos de atuação no âmbito da Segurança Militar de uma Unidade;
- (3) Conhecer a definição e respetiva estrutura de um Plano de Segurança e dos Planos de Contingência de um Unidade.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Organização da Segurança Militar nas Unidades/Órgãos da FAP..... 2 Horas**
- (2) **Planos de Segurança e Planos de Contingência ..... 1 Hora**
- (3) **Avaliação ..... Sem avaliação**

305. **Comportamentos Aditivos e Dependências – Palestra.**

Código: **C0051**

Carga horária: **3 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Promover o conhecimento sobre comportamentos aditivos e dependências;
- (2) Apresentar as medidas de prevenção e combate aos comportamentos aditivos, aplicadas no contexto das Forças Armadas.

b. **Conteúdos:**

- (1) **O conceito de dependência e Substâncias psicoativas e outras dependências ..... 2 Horas**
  - (a) Fenómenos biológicos, psicológicos e sociais associados à dependência;
  - (b) Drogas;
  - (c) Álcool;
  - (d) Tabaco;
  - (e) Fármacos e substâncias ergogénicas (p. ex. esteroides anabolizantes);
  - (f) Adições sem substância (p. ex. o jogo *online*).
- (2) **Programa para a prevenção dos comportamentos aditivos e combate às dependências nas Forças Armadas (PPCACDFA) ..... 1 Hora**
  - (a) Objetivo e operacionalização do programa.

(3) **Avaliação.....Sem avaliação**

**306. Visão do CEMFA para o Espaço – Palestra.**

Código: **C0052**

Carga horária: **1 Hora**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Familiarizar os formandos com a problemática do domínio espacial;
- (2) O Espaço como novo domínio operacional;
- (3) Os objetivos de Portugal do domínio do Espaço e seu enquadramento com as políticas da NATO e da EU.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Visão do CEMFA para o espaço ..... 1 Hora**
- (2) **Avaliação.....Sem avaliação**

**307. Igualdade de Género – Palestra.**

Código: **C0053**

Carga horária: **3 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Sensibilizar para a problemática da Perspetiva de Género;
- (2) Dar a conhecer os principais conceitos relacionados com a Igualdade de Género;
- (3) Promover o conhecimento da integração das mulheres nas Forças Armadas e na Força Aérea.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Igualdade de Género..... 3 Horas**
  - (a) Enquadramento Geral;
  - (b) Igualdade na Lei;
  - (c) Do direito das mulheres à sua história nas Forças Armadas Portuguesas;
  - (d) Mulheres nas Forças Armadas Portuguesas: integração e alguns números;
  - (e) Perspetiva de Género:
    - 1 Conceitos-Chave;
    - 2 Documentação Estratégica;
    - 3 Questões de Género nas Operações;
    - 4 Grupo de Trabalho sobre Perspetiva de Género na Força Aérea.

PDINST 141-10 (B)

- (f) Introdução à Linguagem Inclusiva;
- (g) Algumas Conclusões.
- (2) **Avaliação**.....Sem avaliação

**308. Sistemas de Informação e Segurança Informática.**

Código: **C0023**

Carga horária: **16 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Apresentar os Sistemas de Informação da FAP;
- (2) Apresentar a infraestrutura tecnológica da FAP;
- (3) Conhecer a temática da segurança da informação, compreender a importância da segurança dos dados e sistemas, compreender vulnerabilidades e formas de ataque ou intrusão e conhecer as políticas de segurança em vigor na FAP.

**b. Conteúdos:**

- (1) **A Redes de comunicação FAP** ..... **2 Horas**
  - (a) RIGFA;
  - (b) RAFTA.
- (2) **Serviços da FAP** ..... **2 Horas**
  - (a) Correio eletrónico;
  - (b) Acesso a pastas;
  - (c) Serviço de impressão;
  - (d) Diretório.
- (3) **Sistemas de Informação da FAP** ..... **2 Horas**
  - (a) Gestão de recursos humanos;
  - (b) Gestão de recursos financeiros;
  - (c) Gestão de material;
  - (d) Gestão operacional;
  - (e) Manutenção de aeronaves;
  - (f) Sistemas de informação em ambiente *Web*.
- (4) **O Alvo e Informação Classificada e não Classificada** ..... **1 Hora**
  - (a) Conceito de dados privados e seu valor para os *hackers*;

ORIGINAL

3-10

- (b) Manutenção dos dados privados (confidencialidade), garantindo que não podem ser alterados (integridade), assegurando o seu acesso aos próprios dados (disponibilidade);
  - (c) Existência de riscos em casa e no local de trabalho. Gestão de recursos humanos;
  - (d) Identificação dos graus de classificação;
  - (e) Identificação dos cuidados a ter com a informação consoante o seu grau de classificação;
  - (f) Uso de postos de trabalho classificados.
- (5) **Engenharia Social e *Social Networking* ..... 1 Hora**
- (a) Conceito de Engenharia Social;
  - (b) Ataques baseados em ES: exploração de vulnerabilidades humanas e falta de conhecimento;
  - (c) *Pens* ou equipamentos desconhecidos;
  - (d) Roubo de identidade;
  - (e) Desenvolvimento de um ceticismo saudável em torno do ambiente computacional;
  - (f) Tipo de informação publicada, própria e referente a outros (privacidade própria e dos outros, publicação de informação referente ao local/natureza do trabalho);
  - (g) A informação publicada é permanente;
  - (h) Guia da presença online – regulamentação FAP.
- (6) ***E-mail e Instant Messaging* e Navegação segura ..... 1 Hora**
- (a) *Attachments*;
  - (b) *Links*;
  - (c) Regras de utilização de *e-mail* no local de trabalho – regulamentação FAP.
  - (d) Manutenção de *browsers* atualizados (bem como *plugins*, *java* e *flash*);
  - (e) Minimização de *add-ons*;
  - (f) Verificação de URLs;
  - (g) Soluções técnicas (*downloads* com *scan* antivírus, verificação de *links* seguros em resultados de pesquisas, *private browsing*).
- (7) **Ameaças e *Crimeware* ..... 1 Hora**
- (a) Conceito de *scams*, *emails falsos*, *spam*, *phishing*;

- (b) Conceito de *adware*.
- (c) Valor financeiro do cibercrime;
- (d) Indústria associada ao cibercrime:
  - 1 *Ransomware*;
  - 2 Dados;
  - 3 Exfiltração de dados.
- (8) **Métodos de autenticação e Encriptação.....1 Hora**
  - (a) Tipos de credenciais;
  - (b) Complexidade de *passwords*;
  - (c) Conceito de OTP e autenticação em dois passos ou três passos;
  - (d) Partilha de *passwords*;
  - (e) Duplo uso em diversas aplicações;
  - (f) Uso de computadores públicos;
  - (g) Antivírus vs *malware*.
  - (h) Conceito de encriptação e da sua aplicabilidade (PC, *pen* USB, comunicações, ...).
- (9) **Dispositivos Móveis e portáteis.....1 Hora**
  - (a) Utilização de dispositivos móveis no local de trabalho conceito de *Bring Your Own Device* (BYOD);
  - (b) Regras de utilização de dispositivos USB;
  - (c) Cuidados a ter com dispositivos móveis;
  - (d) Utilização de PINs e *passwords* robustos e encriptação de dados (facilidade de perda);
  - (e) Ecrãs reduzidos;
  - (f) Certificados dos sites;
  - (g) Concentração de informação sensível;
  - (h) Ligação a redes não seguras.
- (10) **Monitorização e Políticas Aceitáveis de Utilização.....1 Hora**
  - (a) Organização interna e regulamentação FA na área de Cibersegurança.
- (11) **Proteção de dados ..... 2 Horas**
  - (a) Proteção de dados pessoais e acesso a informação administrativa.
- (12) **Avaliação.....1 Hora**

309. Inglês *E-Learning* – Nível Elementar.

Código: C0012

Carga horária: 25 Horas

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Adquirir estruturas formais essenciais para o desenvolvimento da compreensão e produção orais e escritas;
- (2) Adquirir léxico geral de forma a desenvolver a capacidade de compreensão e interpretação de mensagens orais e escritas.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Present Time** ..... 5 Horas
  - (a) *To be (am / is / are)*;
  - (b) *To be (questions)*;
  - (c) *The Present Progressive*;
  - (d) *The Present Progressive (Questions)*;
  - (e) *The Simple Present (Negative and Questions)*.
- (2) **Past Time** ..... 5 Horas
  - (a) *Using be in the past time*;
  - (b) *The Simple Past Tense*;
  - (c) *The Simple Past (Negative and Questions)*;
  - (d) *Past Progressive*.
- (3) **Future Time** ..... 1 Hora
  - (a) *Using be, going to and will*.
- (4) **Modal Verbs** ..... 3 Horas
  - (a) *may / might*;
  - (b) *can / could*
  - (c) *must / have to*;
  - (d) *should / ought to*.
- (5) **Articles, Pronouns and Nouns** ..... 2 Horas
  - (a) *there - be*;
  - (b) **a and an**;
  - (c) *these / this / that / those*;
  - (d) *Subject and Object Pronouns*;
  - (e) *Possessive Adjectives and Pronouns*;

PDINST 141-10 (B)

- (f) *Singular and Plural;*
- (g) *Countable and Uncountable Nouns.*
- (6) **Question Words**..... 2 Horas
  - (a) *who / what;*
  - (b) *what / which / how;*
  - (c) *why / where / whose.*
- (7) **Adjectives and Adverbs** ..... 4 Horas
  - (a) *Adjectives and Adverbs;*
  - (b) *Making Comparisons.*
- (8) **Prepositions** ..... 3 Horas
  - (a) *Prepositions of Time: in / at / on;*
  - (b) *Prepositions of Place: in / at / on.*
- (9) **Avaliação**
  - (a) Realização dos exercícios relativos a cada tópico com um mínimo de 50% de aproveitamento;
  - (b) Não existe avaliação sumativa.

310. **Inglês E-Learning – Nível Intermédio.**

Código: C0013

Carga horária: 25 Horas

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Adquirir/consolidar estruturas formais essenciais para o desenvolvimento da compreensão e produção orais e escritas;
- (2) Adquirir/expandir léxico geral de forma a desenvolver a capacidade de compreensão e interpretação de mensagens orais e escritas.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Present Time** ..... 4 Horas
  - (a) *The Present Progressive;*
  - (b) *The Simple Present;*
  - (c) *The Simple Present vs The Present Progressive;*
  - (d) *Present Tenses with a future meaning;*
  - (e) *be going to.*

ORIGINAL

3-14

- (2) **Future Time**..... 4 Horas
  - (a) *will*;
  - (b) *will vs be going to*;
  - (c) *when and if sentences*;
  - (d) *will be doing and will have done*.
- (3) **Past Time – Part I**..... 3 Horas
  - (a) *Simple Past*;
  - (b) *Past Progressive*;
  - (c) *Present Perfect*;
  - (d) *Present Perfect Progressive*.
- (4) **Past Time – Part II** ..... 6 Horas
  - (a) *Present Perfect Progressive vs Present Perfect Simple*;
  - (b) *Present Perfect with how long, for and since*;
  - (c) *Present Perfect with how long*;
  - (d) *Simple Past with when since and for*;
  - (e) *Present Perfect vs Simple Past*;
  - (f) *Past Perfect*;
  - (g) *Past Perfect Progressive*.
- (5) **Modal verbs and expressions** ..... 1 Hora
  - (a) *can / could and be able to*;
  - (b) *can / could / may and would*;
  - (c) *should*.
- (6) **If sentences** ..... 2 Horas
- (7) **Passive voice** ..... 3 Horas
- (8) **Reported speech** ..... 1 Hora
- (9) **Questions** ..... 1 Hora
- (10) **Avaliação**
  - (a) Realização dos exercícios relativos a cada tópico com um mínimo de 50% de aproveitamento;
  - (b) Não existe avaliação sumativa.

311. *Inglês E-Learning* – Nível Avançado.

Código: C0014

Carga horária: 25 Horas

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Consolidar estruturas formais essenciais para o desenvolvimento da compreensão e produção orais e escritas;
- (2) Expandir léxico geral de forma a desenvolver a capacidade de compreensão e interpretação de mensagens orais e escritas.

b. **Conteúdos:**

- (1) ***Present and Past Simple and Progressive* ..... 4 Horas**
  - (a) *Simple Present and Present Progressive;*
  - (b) *Present Perfect and Simple Past;*
  - (c) *Past Progressive and Simple Past.*
- (2) ***Perfect and perfect Progressive Tenses* ..... 4 Horas**
  - (a) *Present Perfect Progressive;*
  - (b) *Present Perfect Progressive vs Present Perfect;*
  - (c) *Past Perfect vs Simple Past;*
  - (d) *Past Perfect Progressive vs Past Perfect.*
- (3) ***Future Time* ..... 4 Horas**
  - (a) *Future;*
  - (b) *The Future with Present Progressive;*
  - (c) *Simple Present for the Future;*
  - (d) *Future Progressive;*
  - (e) *Future perfect and future perfect progressive;*
  - (f) *The future seen from the past.*
- (4) ***Modals* ..... 2 Horas**
  - (a) *Advisability;*
  - (b) *Probability;*
  - (c) *Ability;*
  - (d) *Permission / Suggestion.*
- (5) ***Passive Voice* ..... 2 Horas**
- (6) ***Questions* ..... 2 Horas**
  - (a) *wh- questions;*

- (b) *yes / no questions*;
  - (c) *Using ever words*;
  - (d) *that – noun clauses*;
  - (e) *Reporting questions*.
- (7) *Gerunds and Infinitives* ..... **3 Horas**
  - (8) *Countable and Uncountable Nouns* ..... **1 Hora**
  - (9) *Relative clauses* ..... **1 Hora**
  - (10) *Adjectives and Adverbs* ..... **1 Hora**
  - (11) *Prepositions* ..... **1 Hora**
  - (12) **Avaliação**
    - (a) Realização dos exercícios relativos a cada tópico com um mínimo de 50% de aproveitamento;
    - (b) Não existe avaliação sumativa.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**CAPÍTULO 4**  
**COMPONENTE DE FORMAÇÃO MILITAR E AERONÁUTICA**

401. **Ética e Deontologia Militar.**

Código: **C0009**

Carga horária: **13 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Apresentar aos estudantes os conhecimentos básicos de Ética e Deontologia Militar como linguagem explicativa da disciplina. Pretende-se dotar os alunos de competências, ao nível da capacidade de reflexão e análise dos fundamentos da ética filosófica, dos valores, virtudes e deveres militares no cumprimento da missão militar;
- (2) Identificar os diplomas essenciais aplicáveis à Defesa Nacional, às Forças Armadas e ao Militar em vigor no ordenamento jurídico português e analisar as respetivas estruturas e conteúdos.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Noções Gerais de Ética ..... 2 Horas**
  - (a) Introdução à disciplina: do pensamento Mítico ao pensamento ético;
  - (b) Princípios fundamentais da ética;
  - (c) Conceitos:
    - 1 Ética;
    - 2 Moral;
    - 3 Consciência Moral.
- (2) **Conceitos de Deontologia e Deontologia Militar..... 2 Horas**
  - (a) Deontologia;
  - (b) Conduta Profissional;
  - (c) Dever;
  - (d) Deontologia Militar.
- (3) **Formação do Estado..... 1 Hora**
  - (a) Formação do Estado;
  - (b) Noção de Nação;
  - (c) Cidadania;
  - (d) Justiça.

PDINST 141-10 (B)

- (4) **Formação Militar**..... 2 Horas
  - (a) Ser Militar;
  - (b) Relação do Militar e a Pátria;
  - (c) Virtudes específicas na vida militar.
- (5) **O Serviço Militar** ..... 2 Horas
  - (a) A Guerra;
  - (b) Classificação das Guerras;
  - (c) Natureza Moral das Guerras;
  - (d) Guerra Justa.
- (6) **Militar e a arte de comandar**.....1 Hora
  - (a) Militar com chefe;
  - (b) Elementos da arte de comandar.
- (7) **Declaração Universal dos Direitos Humanos**.....1 Hora
- (8) **Avaliação**..... 2 Horas

402. **História Militar.**

Código: **C0064**

Carga horária: **10 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Proporcionar aos formandos os conhecimentos essenciais sobre a História Militar Nacional;
- (2) Conhecer a História da Força Aérea.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Introdução á História Militar**.....1 Hora
  - (a) Apresentação;
  - (b) A História Militar no contexto da História.
- (2) **História Militar** .....1 Hora
  - (a) Compreender sucintamente o processo de transformação nas forças militares desde a formação da nacionalidade até a atualidade;
  - (b) Objeto, método e objetivo da História Militar;
  - (c) Compreender a importância do estudo da História Militar.

ORIGINAL

4-2

- (3) **As origens da civilização ocidental.....1 Hora**
- (a) Compreender de uma maneira geral a importância das civilizações Pré-clássicas e Clássicas no desenvolvimento da civilização ocidental;
  - (b) As Invasões bárbaras e a expansão muçulmana.
- (4) **Da Formação da nacionalidade à derrota de Alcácer Quibir ..... 1 Hora**
- (a) Compreender o processo da formação, consolidação, expansão e perda da independência de Portugal em 1580;
  - (b) Entender a evolução do exército e marinha durante este período.
- (5) **Da Restauração à I GG..... 1 Hora**
- (a) Compreender a evolução da sociedade Portuguesa;
  - (b) Entender a evolução do exército e marinha durante este período.
- (6) **Da I GG ao 25 de Abril..... 1 Hora**
- (a) Compreender a evolução da sociedade Portuguesa;
  - (b) A Marinha;
  - (c) O Exército.
- (7) **As origens da Força Aérea ..... 1 Hora**
- (a) Conhecer as origens da Força Aérea;
  - (b) A aviação naval e a aeronáutica militar;
  - (c) A intervenção da aviação militar na I.G.G. Mundial;
  - (d) A Travessia do Atlântico Sul – Gago Coutinho e Sacadura Cabral;
  - (e) A II Grande Guerra Mundial e a mudança de paradigma.
- (8) **A Força Aérea como ramo independente ..... 1 Hora**
- (a) Explicar a constituição da Força Aérea como ramo independente;
  - (b) A atuação da Força Aérea no Ultramar;
  - (c) A reorganização da FAP depois do 25 de Abril.
- (9) **A Força Aérea na atualidade..... 1 Hora**
- (a) Conhecer a missão da Força Aérea na atualidade;
  - (b) Os meios e o dispositivo;
  - (c) Os órgãos culturais.
- (10) **Avaliação.....1 Hora**
- (a) Teste escrito.

403. **Direito Militar.**

Código: **C0008**

Carga horária: **13 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Proporcionar aos formandos as noções básicas de Direito indispensáveis à correta interpretação e aplicação das normas jurídicas;
- (2) Identificar os diplomas essenciais aplicáveis à Defesa Nacional, às Forças Armadas e ao Militar em vigor no ordenamento jurídico português e analisar as respetivas estruturas e conteúdos.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Noções Gerais de Direito .....1 Hora**
  - (a) Norma Jurídica;
  - (b) Fontes do Direito;
  - (c) Vigência das leis;
  - (d) Integração de Lacunas;
  - (e) Aplicação das Leis no Tempo;
  - (f) Hierarquia da Leis;
  - (g) Ramos de Direito.
- (2) **Lei da Defesa Nacional .....1 Hora**
  - (a) Princípios Gerais;
  - (b) Política de Defesa Nacional;
  - (c) Forças Armadas;
  - (d) Defesa da Pátria;
  - (e) Estado de Guerra.
- (3) **A Condição Militar .....1 Hora**
  - (a) Bases Gerais do Estatuto da Condição Militar.
- (4) **Estatuto dos Militares das Forças Armadas ..... 2 Horas**
  - (a) Parte Geral;
  - (b) Militares do Quadro Permanente;
  - (c) Militares em RC/RV.
- (5) **Serviço Militar .....1 Hora**
  - (a) A Lei do Serviço Militar;
  - (b) O Regulamento da Lei do Serviço Militar.

- (6) **Código de Justiça Militar ..... 1 Hora**
  - (a) Natureza dos Crimes;
  - (b) O Crime Estritamente Militar;
  - (c) Parte Geral;
  - (d) Parte Especial.
- (7) **Regulamento de Disciplina Militar ..... 2 Horas**
  - (a) Princípios Fundamentais;
  - (b) Os Deveres Militares;
  - (c) A Infração Disciplinar;
  - (d) Medidas Disciplinares;
  - (e) Competência Disciplinar;
  - (f) O Procedimento Disciplinar;
  - (g) Meios de Impugnação.
- (8) **Regulamento de Continências e Honras Militares ..... 2 Horas**
  - (a) Continência das forças militares;
  - (b) Continência ao Hino e Bandeira Nacional;
  - (c) Guardas de Honra;
  - (d) Honras a prestar às diferentes entidades;
  - (e) Honras Fúnebres;
  - (f) Disposições diversas.
- (9) **Regulamento de Uniformes da Força Aérea..... 1 Hora**
  - (a) Plano de uniformes;
  - (b) Despacho Nº 21/2009 do CEMFA (Apresentação/Atavio do Pessoal Militar).
- (10) **Avaliação..... 1 Hora**
  - (a) Teste escrito de avaliação.

404. **Orgânica Militar – Componente Aérea I.**

Código: **C0054**

Carga horária: **13 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Definir os principais tipos de estruturas organizativas, enunciando as respetivas vantagens e desvantagens;

- (2) Explicar o papel específico da Força Aérea no sistema de Defesa Nacional, os seus princípios organizacionais, estrutura, níveis de decisão e competências;
- (3) Definir a estrutura superior e dos comandos funcionais da Força Aérea, bem como as suas competências;
- (4) Definir a estrutura típica das Bases Aéreas, bem como as competências até ao nível de Esquadra.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Estudos das Organizações ..... 2 Horas**
  - (a) Administração;
  - (b) Função organização;
  - (c) Estruturas organizativas.
- (2) **Defesa Nacional e Forças Armadas ..... 3 Horas**
  - (a) Defesa Nacional;
  - (b) Estrutura Superior da Defesa Nacional;
  - (c) Forças Armadas;
  - (d) Estrutura Superior das Forças Armadas;
  - (e) Lei da Programação Militar;
  - (f) Lei do Serviço Militar.
- (3) **Estrutura Superior da Força Aérea ..... 2 Horas**
  - (a) Organização geral;
  - (b) CEMFA;
  - (c) FMFA;
  - (d) Órgãos dependentes do CEMFA;
- (4) **Comandos Funcionais da Força Aérea ..... 3 Horas**
  - (a) CA;
  - (b) CPESFA;
  - (c) CLAFA.
- (5) **Organização das Bases Aéreas ..... 2 Horas**
  - (a) Princípios gerais;
  - (b) Comando;
  - (c) Grupo Operacional;
  - (d) Grupo de Apoio.
- (6) **Avaliação ..... 1 Hora**

405. **Técnicas de Comunicação e de Estado-Maior.**

Código: **C0055**

Carga horária: **10 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar os tipos de documentos existentes na organização, quer internos, quer externos;
- (2) Reconhecer os diferentes tipos de documentos administrativos militares;
- (3) Descrever o circuito da correspondência militar.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Correspondência Militar ..... 4 Horas**
  - (a) Características da escrita militar;
  - (b) Correspondência militar: Notas; Ofícios; Mensagens; *Fixe* e NSL.
- (2) **Documentação Administrativa Militar ..... 3 Horas**
  - (a) Ordem de Serviço;
  - (b) Ordens à Força Aérea;
  - (c) Requerimentos;
  - (d) Despacho;
  - (e) Processos Individuais 1ª e 2ª Parte;
  - (f) Normas de Execução Permanente.
- (3) **Circuito da Correspondência ..... 2 Horas**
  - (a) Receção;
  - (b) Registo;
  - (c) Despacho;
  - (d) Distribuição;
  - (e) Expedição;
  - (f) Tratamento da correspondência a nível de Grupo.
- (4) **Avaliação ..... 1 Hora**
  - (a) Teste de avaliação.

406. **Comando e Liderança I.**

Código: **C0056**

Carga horária: **15 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Analisar as características do comportamento humano, relacionadas com as capacidades de comando e liderança;
- (2) Identificar o papel da ação de chefia e a natureza e estilos de liderança;
- (3) Reconhecer as especificidades e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa, no sentido de definir as condições que melhor satisfazem o cumprimento da missão.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Apresentação..... 1 Hora**
  - (a) Apresentação do programa e dos objetivos da disciplina;
  - (b) Dar a conhecer quais os critérios de avaliação;
  - (c) A importância da integração no grupo.
- (2) **Liderança ..... 3 Horas**
  - (a) Teorias e estilos de liderança;
  - (b) A arte de comandar;
  - (c) Qualidades do líder;
  - (d) Processos de aprendizagem, de motivação e de decisão.
- (3) **Grade da chefia militar e a liderança militar ..... 2 Horas**
  - (a) Hierarquia militar e níveis de decisão;
  - (b) O papel do líder nas Forças Armadas.
- (4) **Motivação..... 1 Hora**
  - (a) Caracterização das técnicas de motivação;
  - (b) O conflito e a sua gestão.
- (5) **Gestão de tempo..... 2 Horas**
  - (a) O problema do "tempo";
  - (b) Planeamento e organização dos meios;
  - (c) Consumidores de tempo;
  - (d) Vantagens de uma gestão de tempo eficaz para o sucesso da missão.
- (6) **Exercício prático ..... 5 Horas**
  - (a) Processo de desenvolvimento de grupos/equipas;

- (b) Delegação de tarefas;
- (c) Gestão do tempo para o cumprimento da missão.
- (7) **Avaliação**..... **1 Hora**
  - (a) Teste de avaliação.

407. **Instrução Militar I.**

Código: **C0015**

Carga horária: **28 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Preparar os militares para a execução do cerimonial militar e desenvolver o espírito de disciplina, sentido de coesão e os hábitos de ordem, pontualidade e uniformidade na execução de movimentos;
- (2) Executar perfeitamente todas as posições e movimentos de ordem unida inerentes ao seu posto;
- (3) Reconhecer e compreender o vocabulário específico;
- (4) Promover a interação com o grupo de forma disciplinada, uniforme e coesa;
- (5) Promover a capacidade de Comando de Pelotão;
- (6) Adquirir contacto na função de Comando de Esquadrilha;
- (7) Adquirir capacidades de executar movimentos com o Estandarte Nacional;
- (8) Identificar, caracterizar e aprender a manusear a Pistola USP.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Militar desarmado** ..... **3 Horas**
  - (a) Prática e aperfeiçoamento de movimentos a pé firme aprendidos na Instrução Básica;
  - (b) Movimentos a pé firme:
    - 1 Oitavo direita/esquerda volver;
    - 2 Perfilar com intervalos normais;
    - 3 Perfilar com intervalos abertos;
    - 4 Lateral direito/esquerdo;
    - 5 Passos laterais à direita/esquerda;
    - 6 Passos em frente/retaguarda;
    - 7 Abrir e fechar fileiras;
    - 8 Em terra lançar arma;

- 2 De terra levantar arma.
    - (c) Tipos de marchas;
    - (d) Olhar à direita/esquerda;
    - (e) Prática dos diversos movimentos, posições e tipos de marcha.
  - (2) **Militar com Estandarte Nacional ..... 3 Horas**
    - (a) Generalidades;
    - (b) Posições;
    - (c) Movimentos em marcha.
  - (3) **Militar armado com espingarda automática G3 ..... 8 Horas**
    - (a) Posições e movimentos:
      - 1 Firme, sentido, ombro arma;
      - 2 Apresentar arma, ombro arma, descansar arma;
      - 3 Descansar e à vontade;
      - 4 Funeral arma;
      - 5 Cruzar arma;
      - 6 Manejo para fogo de salva;
      - 7 Alto arma;
      - 8 Transporte em “mão direita arma”;
      - 9 Transporte em “mão esquerda arma”;
      - 10 Abrir e fechar fileiras;
      - 11 Em terra lançar arma;
      - 12 De terra levantar arma;
      - 13 Ombro esquerdo arma.
    - (b) Marchas:
      - 1 Ordinária;
      - 2 Acelerada;
      - 3 Lenta;
      - 4 Olhar direita/esquerda.
    - (c) Prática dos movimentos a pé firme aprendidos nos módulos anteriores.
  - (4) **Prática em Funções de Comando ..... 8 Horas**
    - (a) Comando de Pelotão:
      - 1 Alinhamentos;
      - 2 Revistas;

- 3 Prática de Comando de Forças constituídas por Pelotão.
- (b) Comando de Esquadrilha:
  - 1 Prática de Comando de Forças constituídas por Esquadrilha.
- (5) **Armamento** ..... **4 Horas**
  - (a) Apresentação da Pistola USP;
  - (b) Características principais;
  - (c) Divisão por grupos;
  - (d) Desmontagem e montagem da arma;
  - (e) Regras de segurança e funcionamento;
  - (f) Regras de segurança na recepção e na entrega.
- (6) **Avaliação**..... **2 Horas**
  - (a) Teste de avaliação teórico;
  - (b) Avaliação prática de Ordem Unida.

408. **Atividade Militar Conjunta I.**

Código: **C0061**

Carga horária: **6 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Promover e facilitar a plena integração dos formandos no cerimonial militar, mantendo o permanente aprontamento para a sua correta execução;
- (2) Desenvolver o espírito de disciplina, o sentimento de coesão e os hábitos de ordem, pontualidade e uniformidade na execução dos movimentos.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Formatura Geral – Revista** ..... **6 Horas**
  - (a) Desfile em continência.

409. **Treino Físico Militar I.**

Código: **C0062**

Carga horária: **12 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Elevar e manter a condição física necessária para o cumprimento das metas exigidas aos militares em formação;

- (2) Fomentar o gosto pela prática regular de atividade física desportiva, adquirindo bases sólidas indispensáveis para a sua autonomia;
- (3) Desenvolver a condição física para garantir a prontidão necessária para o exercício das funções militares e a promoção da saúde;
- (4) Interagir em grupo de forma sagaz, disciplinada e coesa, para promover a saudável camaradagem e o espírito competitivo;
- (5) Desenvolver a capacidade de planeamento e prescrição de um plano de treino básico adequado à melhoria da condição física geral;
- (6) Aplicar os conceitos práticos e reconhecer os rudimentos dos gestos técnicos dos desportos praticados no decorrer do curso.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Apresentação..... 2 Horas**
  - (a) Apresentação do instrutor, dos alunos e da disciplina;
  - (b) Objetivos gerais da disciplina;
  - (c) Método de avaliação;
  - (d) Regras de funcionamento e de segurança;
  - (e) Sessão de apresentação do ginásio.
- (2) **Treino das capacidades motoras: resistência, força, velocidade, agilidade e flexibilidade ..... 6 Horas**
  - (a) Treino de aptidão aeróbia;
  - (b) Treino todo-o-terreno;
  - (c) *Plateau*;
  - (d) Circuito de treino.
- (3) **Avaliação..... 4 Horas**
  - (a) Avaliação de diagnóstico (Extensões de Braços + Abdominais + Corrida 2400m);
  - (b) Avaliação sumativa: Avaliação Base + Avaliação Contínua.

## CAPÍTULO 5 AVALIAÇÃO

501. **Caracterização da Avaliação.** A avaliação de conhecimentos a introduzir na FFC do CFO/RC deverá ter em conta o nível educacional dos formandos a que se destina. Na prática, as avaliações realizadas deverão possuir um carácter sistemático e contínuo. No entanto, a avaliação poderá, nos casos justificados, incidir em aprendizagens ligadas a componentes específicas das áreas de formação definidas, através de provas escritas, provas práticas, provas teórico-práticas ou, em alternativa, na elaboração de trabalhos de grupo ou individuais sobre temáticas relacionadas com as matérias ministradas.

502. **Quadro de Avaliações.** As avaliações sumativas das disciplinas que integram a estrutura curricular do Curso efetuam-se de acordo com o Quadro abaixo apresentado.

DISCIPLINA	TIPO DE AVALIAÇÃO	N.º DE AVAL	OBS.
Ambiente, Segurança e Saúde no Trabalho – Conceitos Básicos	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% – AC 40%
Psicologia na Acronáutica Militar – Fatores Humanos	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% – AC 40%
Gestão de Recursos (Humanos, Materiais e Financeiros)	Teste Escrito	3	T. Teórico 60% (3x1/3) – AC 40%
Segurança Militar – Palestra	Sem Avaliação	-	-
Comportamento Aditivos e Dependências – Palestra	Sem Avaliação	-	-
Visão do CEMFA para o Espaço Palestra	Sem Avaliação	-	-
Igualdade de Género – Palestra	Sem Avaliação	-	-
Sistemas de Informação e Segurança Informática	Teste Escrito	1	Teste Teórico 100%
Inglês E-Learning – Nível Elementar/Intermédio/Avançado	Sem Avaliação	-	-

DISCIPLINA	TIPO DE AVALIAÇÃO	N.º DE AVAL	OBS.
Ética e Deontologia Militar	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
História Militar	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
Direito Militar	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
Orgânica Militar – Componente Aérea I	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
Técnicas de Comunicação e de Estado-Maior	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
Comando e Liderança I	Teste Escrito	1	T. Teórico 60% + AC 40%
Instrução Militar I	Teste Escrito Teste Prático	2	T. Teórico 50% T. Prático – AC 50%
Atividade Militar Conjunta I	Sem Avaliação	-	-
Treino Físico Militar I	Avaliação Base e Contínua a)	2	1 Formativa e 1 Sumativa

Legenda:

a) **Critérios de Classificação:**

- (a) A avaliação final é igual à avaliação de base (90%) + avaliação contínua (10%);
- (b) Uma avaliação base de diagnóstico (Extensões de Braços Abdominais + Corrida 2400m) a realizar no início da fase comum;
- (c) Uma avaliação base para avaliação, será a média aritmética simples das provas (Extensões de Braços (30%) + Abdominais (30%) + Corrida 2400m (30%)), que terá o peso de 90% da nota final;
- (d) Avaliação contínua com um peso de 10% (Atitude, Motivação, Interesse, Empenho, Evolução e Participação em Eventos Desportivos);
- (e) Critérios de aprovação:
  - 1 Classificação final – terá de ser igual ou superior a 10 (dez) valores, desde que nas avaliações base, a classificação de cada uma das componentes avaliadas seja igual ou superior a 8 (oito) valores;

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

SEPARADOR 1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

<b>PÁGINAS</b>	<b>EM VIGOR</b>
I (Verso em branco)	ORIGINAL
III (Verso em branco)	ORIGINAL
V (Verso em branco)	ORIGINAL
VII e VIII	ORIGINAL
1-1 (Verso em branco)	ORIGINAL
2-1 e 2-2	ORIGINAL
3-1 a 3-16	ORIGINAL
3-17 (Verso em branco)	ORIGINAL
4-1 a 4-12	ORIGINAL
5-1 e 5-2	ORIGINAL
SEPARADOR 1 (Verso em branco)	ORIGINAL
LPV-1 (Verso em branco)	ORIGINAL

LPV-1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## **Anexo 14**

### **Referencial de Curso – Força Aérea – Operador de Sistemas de Assistência e Socorros**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 144-65 (J)**  
**PROGRAMA DO CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS DO REGIME DE**  
**CONTRATO – OPERADOR DE SISTEMAS DE ASSISTÊNCIA E SOCORROS**  
**JANEIRO 2020**





**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**PDINST 144-65 (J)  
PROGRAMA DO CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS DO REGIME DE  
CONTRATO – OPERADOR DE SISTEMAS DE ASSISTÊNCIA E SOCORROS  
JANEIRO 2020**

EP: DINST

EPR: DINST

DIST.: E

PALAVRAS-CHAVE: CFP; RC; OPSAS; Formação; Estrutura curricular; Avaliação.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
FORÇA AÉREA  
DIREÇÃO DE INSTRUÇÃO**

**CARTA DE PROMULGAÇÃO**

**JANEIRO 2020**

1. O PDINST 144-65 (J) PROGRAMA DO CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS DO REGIME DE CONTRATO – OPERADOR DE SISTEMAS DE ASSISTÊNCIA E SOCORROS, é uma publicação NÃO CLASSIFICADA, que substitui o PDINST 144-65 (I), cujos exemplares devem ser destruídos.
2. O PDINST 144-65 (J) entra em vigor ao ser recebido.
3. É autorizada a reprodução da presente publicação, sem autorização da entidade promulgadora.

O DIRETOR

*Assinado no original*

César Paulo da Silva Rodrigues  
BGEN/PILAV

III

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**REGISTO DE ALTERAÇÕES E ERRATAS**

Identificação da Alteração ou Errata (Nº; Nº de registo se tiver e data)	Data da alteração	Identificação (Nome/Posto/NIP)

V

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**ÍNDICE**

Página de Título .....	I
Carta de Promulgação .....	III
Registo de Alterações e Erratas .....	V
Índice .....	VII

**CAPÍTULO 1 – INTRODUÇÃO**

101. Generalidades .....	1-1
102. Objetivos do Curso .....	1-1
103. Finalidade .....	1-1
104. Âmbito .....	1-1
105. Natureza dos Formandos .....	1-1
106. Número de Formandos por Curso .....	1-1
107. Alterações .....	1-2

**CAPÍTULO 2 – ESTRUTURA CURRICULAR**

201. Estrutura Curricular.....	2-1
--------------------------------	-----

**CAPÍTULO 3 – COMPONENTE DE FORMAÇÃO MILITAR**

301. Atividade Militar Conjunta II (Cabos).....	3-1
302. Atividade Militar Conjunta II (Soldados).....	3-1
303. Treino Físico Militar II (Cabos).....	3-1
304. Treino Físico Militar II (Soldados).....	3-3

**CAPÍTULO 4 – COMPONENTE DE FORMAÇÃO TÉCNICA**

401. Organização do Serviço de Bombeiros .....	4-1
402. Tecnologias de Base na Atividade do Bombeiro.....	4-2
403. Equipamentos, Manobras e Veículos.....	4-3
404. Tripulante de Transporte / Técnicas de Socorrismo.....	4-5
405. Salvamento Rodoviário - Iniciação.....	4-7
406. Extinção de Incêndios Urbanos - Iniciação .....	4-8
407. Extinção de Incêndios Rurais - Iniciação .....	4-9

PDINST 144-65 (J)

408. SSLCI/OPG Aeródromos .....	4-10
409. SSLCI/OPG Aeronaves .....	4-12
410. SSLCI/OPG Veículos e Equipamentos .....	4-13
411. SSLCI/OPG Segurança Operacional .....	4-14
412. SSLCI/OPG Combate a Incêndios em Aeronaves .....	4-15
413. SSLCI/OPG Desencarecimento Aeronáutico.....	4-16
414. SSLCI/OPG Exercícios Práticos .....	4-17
415. SSLCI/CE Aeródromos .....	4-18
416. SSLCI/CE Aeronaves .....	4-19
417. SSLCI/CE Veículos e Equipamentos (Cabos) .....	4-20
418. Liderança e Trabalho em Equipa (Cabos) .....	4-21

### **CAPÍTULO 5 – ESTÁGIO – *ON JOB TRAINING***

501. Caracterização .....	5-1
502. Avaliação .....	5-1
503. Planificação .....	5-1

### **CAPÍTULO 6 – AVALIAÇÃO**

601. Caracterização da Avaliação .....	6-1
602. Quadro de avaliação .....	6-1

LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR .....	LPV-1
---------------------------------	-------

ORIGINAL

VIII

## CAPÍTULO 1 INTRODUÇÃO

101. **Generalidades.** O Curso de Formação de Praças (CFP), em Regime de Contrato (RC), da especialidade de Operador de Sistemas de Assistência e Socorros (OPSAS), é um curso pautado pela objetividade relativamente à forma de abordagem dos conteúdos programáticos e às próprias exigências da Instituição Militar.

102. **Objetivos do curso.**

- a. Permitir um ajustamento mais fácil à cultura organizacional;
- b. Proporcionar a preparação e os conhecimentos de natureza militar e aeronáutica mínimos necessários ao desempenho das futuras funções;
- c. Promover o desenvolvimento da identidade e coesão do pessoal da Força Aérea Portuguesa (FAP);
- d. Proporcionar a preparação técnica necessária ao desempenho das tarefas inerentes à especialidade de OPSAS.

103. **Finalidade.** Definir o Programa do CFP/RC/OPSAS para militares destinados à carreira de Cabos ou à carreira de Soldados, ministrado no Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea (CFMTFA).

104. **Âmbito.** Aplica-se integralmente a todos os cursos de formação destinados a militares em RC na categoria de Praças para a carreira de Cabos ou de Soldados, que tenham início após a data de entrada em vigor deste Programa.

105. **Natureza dos Formandos.** O CFP/RC/OPSAS destina-se a militares em RC que possuem como habilitações mínimas o 9º ano de escolaridade completo para a carreira de Soldados e o 11º ano de escolaridade completo do agrupamento 1, para os militares destinados à carreira de Cabos, e que, em princípio, não têm quaisquer conhecimentos militares e aeronáuticos.

106. **Número de Formandos por Curso.** Sem prejuízo do superiormente estipulado sobre esta matéria, a fixação do número máximo e mínimo de formandos a admitir deverá ter em linha de conta a capacidade de formação das Unidades onde esta é ministrada, numa perspetiva de utilização

PDINST 144-65 (J)

racional dos meios humanos e técnicos disponíveis capazes de garantir a qualidade da formação. Assim, deverão ser constituídas turmas com o número de elementos a seguir discriminados:

- a. Número máximo de formandos: 20.

107. **Alterações.** Este programa poderá ser alterado, no todo ou em parte, mediante decisão da Direção de Instrução (DINST), por proposta do CFMTFA ou da Comissão Técnica Especializada (CTE).

ORIGINAL

1-2

**CAPÍTULO 2**  
**ESTRUTURA CURRICULAR**

## 201. Estrutura Curricular.

Curso: CFP / RC

Especialidade: OPSAS

Cód.	Componente de formação/disciplinas	Coef.	Carga horária		
			Totais	Aval.	Obs.
<b>Componente de Formação Militar</b>					
C0002	Atividade Militar Conjunta II (Cabos)	-	19	-	-
C0002	Atividade Militar Conjunta II (Soldados)	-	18	-	-
C0026	Treino Físico Militar II (Cabos)	4	38	6	-
C0026	Treino Físico Militar II (Soldados)	4	36	6	-
<b>SUBTOTAL CABOS</b>		-	<b>57</b>	<b>6</b>	-
<b>SUBTOTAL SOLDADOS</b>		-	<b>54</b>	<b>6</b>	-
<b>Componente de Formação Técnica</b>					
9876	Organização do Serviço de Bombeiros	3	25	1	-
9877	Tecnologias de Base na Atividade do Bombeiro	3	25	2	-
AOA0010	Equipamentos, Manobras e Veículos	3	25	1	-
AOA0054	Tripulante de Ambulância de Transporte / Técnicas de Socorrismo	4	50	2	a)
9889	Salvamento Rodoviário - Iniciação	4	25	5	-
9883	Extinção de Incêndios Urbanos - Iniciação	4	50	5	-
9887	Extinção de Incêndios Rurais- Iniciação	3	50	5	-
AOA0046	SSLCI/OPG Aeródromos	3	50	3	-
AOA0047	SSLCI/OPG Aeronaves	4	25	1	-
AOA0052	SSLCI/OPG Veículos e Equipamentos	4	50	3	-
AOA0051	SSLCI/OPG Segurança Operacional	2	25	3	-
AOA0048	SSLCI/OPG Combate a Incêndios em Aeronaves	5	50	3	-

<b>Componente de Formação Técnica</b>					
AOA0049	SSLCI/OPG Desencarceramento Aeronáutico	5	25	3	-
AOA0050	SSLCI/OPG Exercícios Práticos	5	25	3	-
AOA0036	SSLCI/CE Aeródromos	2	25	3	-
AOA0037	SSLCI/CE Aeronaves	3	25	1	-
AOA0041	SSLCI/CE Veículos e Equipamentos (Cabos)	4	25	3	-
4647	Liderança e Trabalho em Equipa (Cabos)	3	25	5	-
<b><i>SUBTOTAL CABOS</i></b>		-	<b><i>600</i></b>	<b><i>52</i></b>	-
<b><i>SUBTOTAL SOLDADOS</i></b>		-	<b><i>550</i></b>	<b><i>44</i></b>	-
<b>Estágio</b>					
AOA0058	SSLCI/OPG – <i>On Job Training</i> CFP	-	125	-	b)
<b><i>SUBTOTAL CABOS E SOLDADOS</i></b>		-	<b><i>125</i></b>	-	-
<b><i>TOTAL Percurso Formativo Cabos</i></b>		-	<b><i>782</i></b>	<b><i>58</i></b>	-
<b><i>TOTAL Percurso Formativo Soldados</i></b>		-	<b><i>729</i></b>	<b><i>50</i></b>	-

- a) Cada aluno frequentará apenas uma das duas unidades curriculares (Tripulante de Ambulância de Transporte ou Técnicas de Socorrismo) em função das suas habilitações académicas. Avaliação a efetuar por entidade certificada pelo INEM.
- b) Percurso formativo a desenvolver na Unidade de Estágio. Atividade formativa sem avaliação quantitativa (Apto ou Inapto).

**CAPÍTULO 3**  
**COMPONENTE DE FORMAÇÃO MILITAR**

**301. Atividade Militar Conjunta II. (Cabos)**

Código: **C0002**

Carga horária: **19 Horas**

**a. Objetivos gerais:**

- (1) Promover e facilitar a plena integração dos formandos no cerimonial militar, mantendo o permanente aprontamento para a sua correta execução;
- (2) Desenvolver o espírito de disciplina, o sentimento de coesão e os hábitos de ordem, pontualidade e uniformidade na execução dos movimentos.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Formatura Geral – Revista ..... 19 Horas**
  - (a) Desfile em continência.

**302. Atividade Militar Conjunta II. (Soldados)**

Código: **C0002**

Carga horária: **18 Horas**

**a. Objetivos gerais:**

- (1) Promover e facilitar a plena integração dos formandos no cerimonial militar, mantendo o permanente aprontamento para a sua correta execução;
- (2) Desenvolver o espírito de disciplina, o sentimento de coesão e os hábitos de ordem, pontualidade e uniformidade na execução dos movimentos.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Formatura Geral – Revista ..... 18 Horas**
  - (a) Desfile em continência.

**303. Treino Físico Militar II. (Cabos)**

Código: **C0026**

Carga horária: **38 Horas**

**a. Objetivos gerais:**

- (1) Elevar e manter a condição física necessária para o cumprimento das metas exigidas aos militares em formação;

- (2) Fomentar o gosto pela prática regular de atividade física desportiva, adquirindo bases sólidas indispensáveis para a sua autonomia;
- (3) Desenvolver a condição física para garantir a prontidão necessária para o exercício das funções militares e a promoção da saúde;
- (4) Interagir em grupo de forma sagaz, disciplinada e coesa, para promover a sã camaradagem e o espírito competitivo;
- (5) Desenvolver a capacidade de treino básico adequado à melhoria da condição física geral;
- (6) Aplicar os conceitos práticos e reconhecer os rudimentos dos gestos técnicos dos desportos praticados no decorrer do curso.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Apresentação ..... 2 Horas**
  - (a) Apresentação do instrutor, dos alunos e da disciplina;
  - (b) Objetivos gerais da disciplina;
  - (c) Método de avaliação;
  - (d) Regras de funcionamento e de segurança;
  - (e) Sessão de apresentação do ginásio.
- (2) **Treino das capacidades motoras: resistência, força, velocidade, agilidade e flexibilidade..... 12 Horas**
  - (a) Treino de aptidão aeróbia;
  - (b) Treino todo-o-terreno;
  - (c) *Plateau*;
  - (d) Circuito de treino;
  - (e) Musculação;
  - (f) Treino funcional;
  - (g) Educação física de base.
- (3) **Jogos desportivos coletivos ..... 8 Horas**
  - (a) Futebol;
  - (b) Basquetebol;
  - (c) Voleibol;
  - (d) Andebol.
- (4) **Dinâmicas de grupo ..... 2 Horas**
- (5) **Jogos pré-desportivos ..... 1 Hora**

- (6) **Estafetas** ..... **1 Hora**
- (7) **Princípios de prescrição de treino** ..... **2 Horas**
- (a) Anatomia geral;
- (b) Princípios de treino;
- (c) Treino de musculação.
- (8) **Técnicas de transposição de obstáculos**..... **4 Horas**
- (a) Pista de obstáculos;
- (b) Pista de cordas.
- (9) **Avaliação** ..... **6 Horas**
- (a) A avaliação final é igual a Avaliação de Base (90%) + Avaliação Contínua (10%);
- (b) Duas avaliações base para avaliação (Extensões de Braços 22.5% + Abdominais 22.5% + Corrida 2400m 45%), sendo a primeira realizada no início da Fase de Formação Técnica e a segunda no final desta;
- (c) Avaliação Contínua com um peso de 10% (Atitude, Motivação, Interesse, Empenho, Evolução 5% + Participação em Competições Desportivas 5%);
- (d) Critérios de Aprovação:
- 1 Classificação Final – igual ou superior a 10,00 valores;
- 2 Nas Avaliações Base, a classificação de cada uma das componentes avaliadas ser igual ou superior a 8,00 valores, sendo que a média das três componentes tem de ser superior a 10,00 valores.

304. **Treino Físico Militar II. (Soldados)**

Código: **C0026**

Carga horária: **36 Horas**

a. **Objetivos gerais:**

- (1) Elevar e manter a condição física necessária para o cumprimento das metas exigidas aos militares em formação;
- (2) Fomentar o gosto pela prática regular de atividade física desportiva, adquirindo bases sólidas indispensáveis para a sua autonomia;
- (3) Desenvolver a condição física para garantir a prontidão necessária para o exercício das funções militares e a promoção da saúde;

- (4) Interagir em grupo de forma sagaz, disciplinada e coesa, para promover a sã camaradagem e o espírito competitivo;
  - (5) Desenvolver a capacidade de treino básico adequado à melhoria da condição física geral;
  - (6) Aplicar os conceitos práticos e reconhecer os rudimentos dos gestos técnicos dos desportos praticados no decorrer do curso.
- b. **Conteúdos:**
- (1) **Apresentação ..... 2 Horas**
    - (a) Apresentação do instrutor, dos alunos e da disciplina;
    - (b) Objetivos gerais da disciplina;
    - (c) Método de avaliação;
    - (d) Regras de funcionamento e de segurança;
    - (e) Sessão de apresentação do ginásio.
  - (2) **Treino das capacidades motoras: resistência, força, velocidade, agilidade e flexibilidade..... 10 Horas**
    - (a) Treino de aptidão aeróbia;
    - (b) Treino todo-o-terreno;
    - (c) *Plateau*;
    - (d) Circuito de treino;
    - (e) Musculação;
    - (f) Treino funcional;
    - (g) Educação física de base.
  - (3) **Jogos desportivos coletivos ..... 8 Horas**
    - (a) Futebol;
    - (b) Basquetebol;
    - (c) Voleibol;
    - (d) Andebol.
  - (4) **Dinâmicas de grupo ..... 2 Horas**
  - (5) **Jogos pré-desportivos ..... 1 Hora**
  - (6) **Estafetas ..... 1 Hora**
  - (7) **Princípios de prescrição de treino ..... 2 Horas**
    - (a) Anatomia geral;
    - (b) Princípios de treino;

- (c) Treino de musculação.
- (8) **Técnicas de transposição de obstáculos..... 4 Horas**
  - (a) Pista de obstáculos;
  - (b) Pista de cordas.
- (9) **Avaliação..... 6 Horas**
  - (a) A avaliação final é igual a Avaliação de Base (90%) + Avaliação Contínua (10%);
  - (b) Duas avaliações base para avaliação (Extensões de Braços 22.5% + Abdominais 22.5% + Corrida 2400m 45%), sendo a primeira realizada no início da Fase de Formação Técnica e a segunda no final desta;
  - (c) Avaliação Contínua com um peso de 10% (Atitude, Motivação, Interesse, Empenho, Evolução 5% + Participação em Competições Desportivas 5%);
  - (d) Critérios de Aprovação:
    - 1 Classificação Final – igual ou superior a 10,00 valores;
    - 2 Nas Avaliações Base, a classificação de cada uma das componentes avaliadas ser igual ou superior a 8,00 valores, sendo que a média das três componentes tem de ser superior a 10,00 valores.

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**CAPÍTULO 4**  
**COMPONENTE DE FORMAÇÃO TÉCNICA**

**401. Organização do Serviço de Bombeiros.**

Código: **9876**

Carga horária: **25 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Reconhecer a estrutura das organizações nacionais de proteção e socorro;
- (2) Identificar a importância das relações interpessoais nos corpos de bombeiros;
- (3) Reconhecer a estrutura dos sistemas de gestão das operações de socorro;
- (4) Descrever genericamente as redes de comunicações ao serviço dos corpos de bombeiros;
- (5) Classificar, identificar e caracterizar os veículos e equipamentos operacionais de bombeiros.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Organização dos corpos de bombeiros..... 3 Horas**
  - (a) Missão e competências;
  - (b) Entidades detentoras dos corpos de bombeiros;
  - (c) Organização interna;
  - (d) Regime disciplinar;
  - (e) Deveres, direitos e regalias.
- (2) **Introdução às relações interpessoais ..... 3 Horas**
  - (a) Bases das relações interpessoais: autoconhecimento, empatia, assertividade, cordialidade, ética;
  - (b) Princípios gerais das relações interpessoais;
  - (c) Trabalho em equipa.
- (3) **Gestão de operações de socorro ..... 8 Horas**
  - (a) Sistema nacional de proteção civil;
  - (b) Sistema integrado de operações de proteção civil;
  - (c) Sistema de gestão de operações.
- (4) **Introdução às redes de comunicações ..... 4 Horas**
  - (a) Redes e modalidades de telecomunicações;
  - (b) Estrutura da mensagem rádio;

- (c) Rede livre e rede dirigida.
- (5) **Veículos e equipamentos..... 6 Horas**
  - (a) Características e classificações dos veículos dos corpos de bombeiros;
  - (b) Características e classificação dos equipamentos.
- (6) **Avaliação.....1 Hora**
  - (a) Avaliação teórica.

402. **Tecnologias de Base na Atividade de Bombeiro.**

Código: **9877**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar os mecanismos da combustão, os métodos de extinção e os agentes extintores;
- (2) Reconhecer os diferentes tipos de construção, materiais e elementos construtivos;
- (3) Identificar os conceitos associados à eletricidade e à energia elétrica;
- (4) Identificar os conceitos associados à hidráulica aplicada ao serviço de incêndio;
- (5) Classificar os riscos associados às matérias perigosas;
- (6) Executar nós elementares, de amarrar e de emendar.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Introdução à fenomenologia da combustão ..... 5 Horas**
  - (a) Triângulo e tetraedro do fogo;
  - (b) Temperaturas características dos combustíveis;
  - (c) Classes de fogos;
  - (d) Fases de desenvolvimento de um incêndio.
- (2) **Agentes extintores ..... 3 Horas**
  - (a) Métodos de extinção;
  - (b) Agentes extintores;
  - (c) Classificação dos extintores portáteis.
- (3) **Fundamentos de construção civil..... 3 Horas**
  - (a) Tipologia e organização dos edifícios;
  - (b) Materiais utilizados na construção;
  - (c) Tipos de construção.

- (4) **Fundamentos de eletricidade** ..... **3 Horas**
  - (a) Princípios de grandezas elétricas;
  - (b) Produção, transporte e distribuição de energia;
  - (c) Efeitos fisiológicos da corrente elétrica;
  - (d) Procedimentos de segurança.
- (5) **Fundamentos de hidráulica** ..... **3 Horas**
  - (a) Conceitos básicos de hidráulica;
  - (b) Sistemas de abastecimento de água.
- (6) **Fundamentos sobre matérias perigosas** ..... **3 Horas**
  - (a) Classificação;
  - (b) Métodos de identificação;
  - (c) Procedimentos específicos de segurança.
- (7) **Nós e aplicações** ..... **3 Horas**
- (8) **Avaliação** ..... **2 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

403. **Equipamentos, Manobras e Veículos.**

Código: **AOA0010**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Definir os conceitos básicos inerentes à hidráulica aplicada ao serviço de bombeiros;
- (2) Identificar e caracterizar os veículos e equipamentos do corpo de bombeiros;
- (3) Proceder à manutenção de veículos e equipamentos de acordo com as normas do fabricante;
- (4) Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Noções gerais de hidráulica** ..... **2 Horas**
  - (a) Propriedades da água;
  - (b) Pressão e caudal;
  - (c) Forças;

- (d) Problemas associados à utilização da água (infiltrações, estabilidade, espelhos líquidos, capilaridade, eletrocussão e corrosão).
- (2) **Bombas de água do serviço de incêndios ..... 2 Horas**
  - (a) Bombas centrífugas acopladas e não acopladas;
  - (b) Motobombas e eletrobombas;
  - (c) Bombas submersíveis e bombas flutuantes;
  - (d) Bombas hidráulicas e ejetores.
- (3) **Equipamentos do serviço de bombeiros..... 3 Horas**
  - (a) Extinção;
  - (b) Sapador;
  - (c) Salvamento;
  - (d) Desencarceramento;
  - (e) Ventilação;
  - (f) Sinalização;
  - (g) Detecção e medição;
  - (h) Controlo de derrames e descontaminação;
  - (i) Energia e iluminação;
  - (j) Comunicações;
  - (k) Escoramento e desobstrução;
  - (l) Socorro pré-hospitalar;
  - (m) Escadas manuais.
- (4) **Veículos do serviço de bombeiros ..... 4 Horas**
  - (a) Socorro e combate a incêndios;
  - (b) Apoio logístico;
  - (c) Com meios elevatórios;
  - (d) Técnicas de socorro e assistência;
  - (e) Proteção de bens e do ambiente;
  - (f) Comando operacional;
  - (g) Transporte de pessoal;
  - (h) Operações específicas;
  - (i) Socorro e assistência a doentes.
- (5) **Embarque, desembarque e formatura das equipas para trabalho .....1 Hora**
  - (a) Procedimentos práticos de operação com equipamentos e veículos.

- (6) **Inspeção e manutenção de equipamentos e veículos..... 2 Horas**
  - (a) Procedimentos práticos de inspeção e manutenção de equipamentos e veículos.
- (7) **Procedimentos de segurança ..... 3 Horas**
  - (a) Práticas de segurança face a atividades operacionais.
- (8) **Montagem de agulhetas e mangueiras ..... 4 Horas**
  - (a) No solo de um a cinco lances flexíveis;
  - (b) Para trabalho com disjuntores;
  - (c) Para trabalho com monitores portáteis;
  - (d) Para trabalho com doseadores-misturadores e agulhetas de espumas de baixa e média expansão;
  - (e) Para trabalho com geradores de espuma de alta expansão.
- (9) **Bombas de água rebocáveis e transportáveis ..... 3 Horas**
  - (a) Motobombas;
  - (b) Eletrobombas;
  - (c) Bombas submersíveis;
  - (d) Bombas flutuantes;
  - (e) Bombas hidráulicas.
- (10) **Avaliação .....1 Hora**
  - (a) Avaliação teórica;

404. **Tripulante de Ambulância de Transporte / Técnicas de Socorrismo.**

Código: **AOA0054**

Carga horária: **50 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Caracterizar o funcionamento do Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM);
- (2) Caracterizar os princípios básicos de anatomia e fisiologia do corpo humano;
- (3) Identificar e atuar em situações de Paragem-Cardiorrespiratória (PCR) e executar manobras de Suporte Básico de Vida (SBV);
- (4) Identificar situações de obstrução de via aérea e executar as manobras de desobstrução;
- (5) Utilizar o desfibrilhador automático externo (DAE);

- (6) Identificar as indicações e aplicar a técnica de colocação em Posição Lateral de Segurança (PLS);
  - (7) Executar os passos do exame da vítima;
  - (8) Identificar as indicações e administrar oxigénio;
  - (9) Administrar os cuidados adequados a cada situação do foro médico;
  - (10) Identificar os princípios, sinais e sintomas em situações de trauma;
  - (11) Administrar os cuidados adequados a cada situação de trauma;
  - (12) Executar as técnicas de trauma;
  - (13) Reconhecer normas de conduta.
- b. **Conteúdos:**
- (1) **Sistema Integrado de Emergência Médica ..... 3 Horas**
    - (a) Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM);
    - (b) Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM, I.P.);
    - (c) Centro de Orientação de Doentes Urgentes (CODU);
    - (d) Meios de emergência médica;
    - (e) Tipificação das ambulâncias;
    - (f) Sistema Integrado de Operações de Proteção e Socorro (SIOPS).
  - (2) **Anatomia e fisiologia do corpo humano..... 10 Horas**
    - (a) Sistema esquelético;
    - (b) Sistema Muscular;
    - (c) Sistema nervoso;
    - (d) Órgãos dos sentidos;
    - (e) Sistema endócrino;
    - (f) Pele;
    - (g) Aparelho circulatório;
    - (h) Aparelho respiratório;
    - (i) Aparelho digestivo;
    - (j) Aparelho urinário;
    - (k) Aparelho reprodutor;
    - (l) Anatomia e fisiologia da gravidez.
  - (3) **Abordagem à vítima..... 2 Horas**
    - (a) Avaliação da vítima;
    - (b) Adjuvantes da via aérea;

- (c) Oxigenoterapia.
- (4) **Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa ..... 10 Horas**
  - (a) Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBV-ADE);
  - (b) Suporte Básico de Vida Pediátrico (SBV Pediátrico).
- (5) **Emergências Médicas..... 8 Horas**
  - (a) Dor torácica;
  - (b) Dispneia;
  - (c) Acidente Vascular Cerebral (AVC);
  - (d) Convulsões;
  - (e) Diabetes *Mellitus*;
  - (f) Parto iminente.
- (6) **Emergência de Trauma ..... 10 Horas**
  - (a) Hemorragias;
  - (b) Trauma dos tecidos moles;
  - (c) Trauma das extremidades;
  - (d) Queimaduras;
  - (e) Técnicas de Trauma.
- (7) **Normas de conduta ..... 5 Horas**
  - (a) Questões éticas e legais;
  - (b) Transporte das vítimas;
  - (c) Higiene e segurança;
  - (d) Aspectos ergonômicos no pré-hospitalar.
- (8) **Avaliação..... 2 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

**Observação:** Formação ministrada por entidade externa certificada pelo INEM.

**405. Salvamento Rodoviário – Iniciação.**

Código: **9889**

Carga horária: **25 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Enumerar e descrever as diferentes fases do salvamento sistematizado em acidentes rodoviários;

- (2) Selecionar e operar, individualmente e em equipa, os diferentes equipamentos destinados à intervenção em acidentes rodoviários;
- (3) Aplicar as diferentes técnicas no âmbito do salvamento rodoviário.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Conceito, organização e equipamentos ..... 2 Horas**
  - (a) Acidente, salvamento e encarceramento;
  - (b) Organização das operações de socorro;
  - (c) Equipamentos de estabilização e desencarceramento.
- (2) **Salvamento sistematizado (método SAVER)..... 2 Horas**
  - (a) Fases de método SAVER.
- (3) **Estabilização de veículos ..... 2 Horas**
  - (a) Estrutura e componentes dos veículos;
  - (b) Sistemas de segurança ativos e passivos;
  - (c) Estabilização dos sistemas passivos de segurança;
  - (d) Princípios de estabilização de veículos nas diversas posições.
- (4) **Aplicação de técnicas normalizadas ..... 3 Horas**
- (5) **Extração de vítimas..... 2 Horas**
- (6) **Procedimentos de segurança ..... 1 Hora**
- (7) **Práticas de intervenção em acidentes rodoviários ..... 8 Horas**
- (8) **Avaliação ..... 5 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

406. **Extinção de Incêndios Urbanos – Iniciação.**

Código: **9883**

Carga horária: **50 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Descrever as diferentes técnicas e atividades operacionais a desenvolver na extinção de incêndios em edificado;
- (2) Selecionar e operar, individualmente e em equipa, os diferentes equipamentos destinados à extinção de incêndios em edifícios;

b. **Conteúdos:**

- (1) **Meios utilizados na extinção de incêndios urbanos..... 10 Horas**
  - (a) Equipamentos;
  - (b) Veículos.
- (2) **Linhas de mangueira para trabalho e reabastecimento ..... 2 Horas**
- (3) **Técnicas de aplicação das agulhetas ..... 2 Horas**
- (4) **Estratégias de combate ..... 5 Horas**
- (5) **Salvamento..... 5 Horas**
- (6) **Busca primária e busca secundária..... 5 Horas**
- (7) **Ventilação tática ..... 2 Horas**
- (8) **Montagem e abertura de acessos ..... 2 Horas**
- (9) **Proteção de exposições..... 2 Horas**
- (10) **Proteção de bens, rescaldamento e vigilância ..... 2 Horas**
- (11) **Preservação de vestígios .....1 Hora**
- (12) **Procedimentos de segurança ..... 2 Horas**
- (13) **Práticas de supressão de incêndios ..... 5 Horas**
  - (a) Com linhas de mangueira;
  - (b) Água;
  - (c) Espuma;
  - (d) Com extintores portáteis.
- (14) **Avaliação ..... 5 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

**407. Extinção de Incêndios Rurais - Iniciação**Código: **9887**Carga horária: **50 Horas**a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar os diferentes fatores e suas características que influenciam a ignição e desenvolvimento dos incêndios rurais;
- (2) Identificar regras e procedimentos de segurança e aplicar o protocolo de segurança;

- (3) Descrever os diferentes métodos e técnicas a desenvolver na extinção de incêndios rurais;
  - (4) Selecionar e operar, individualmente e em equipa, os diferentes equipamentos destinados à extinção de incêndios rurais.
- b. **Conteúdos:**
- (1) **Introdução ao comportamento do incêndio** ..... **5 Horas**
    - (a) Conceitos sobre fogo e incêndio;
    - (b) Fatores sobre fogo e incêndio;
    - (c) Propagação.
  - (2) **Meios de extinção** ..... **5 Horas**
    - (a) Meios terrestres;
    - (b) Meios aéreos;
    - (c) Equipamentos hidráulicos;
    - (d) Ferramentas manuais e mecânicas.
  - (3) **Manobras de extinção** ..... **8 Horas**
    - (a) Fases de combate;
    - (b) Principais técnicas de extinção;
    - (c) Proteção de pessoas de bens;
    - (d) Rescaldo de vigilância.
  - (4) **Preservação de vestígios** ..... **6 Horas**
  - (5) **Procedimentos de segurança** ..... **6 Horas**
  - (6) **Práticas de supressão de incêndios** ..... **15 Horas**
    - (a) Com ferramentas manuais;
    - (b) Com linhas de mangueira.
  - (7) **Avaliação** ..... **5 Horas**
    - (a) Avaliação teórica;
    - (b) Avaliação prática.

408. **SSLCI/OPG Aeródromos.**

Código: **AOA0046**

Carga horária: **50 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecimento da regulamentação aeroportuária;

- (2) Conhecimento dos planos de emergência;
- (3) Conhecimento das regras de aeródromo;
- (4) Conhecimento dos procedimentos de comunicação;
- (5) Conhecimento de terminologia a técnica de língua inglesa aplicável;
- (6) Conhecimentos dos riscos psicossociais do trabalho.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Regulamentação acroportuária ..... 10 Horas**
  - (a) Regulamentação internacional;
  - (b) Regulamentação nacional;
  - (c) Regulamentação militar;
  - (d) Regulamentação da área funcional.
- (2) **Familiarização com o aeroporto ..... 10 Horas**
  - (a) O “lado terra” do aeródromo;
  - (b) O “lado ar” do aeródromo;
  - (c) Sistemas de sinalética;
  - (d) Áreas sensíveis;
  - (e) Rotas preferenciais;
  - (f) Serviços de aeródromo.
- (3) **Familiarização com plano de emergência do aeródromo ..... 10 Horas**
  - (a) Plano de Emergência do Aeródromo;
  - (b) Plano de Emergência em Terra;
  - (c) Sistema de Gestão de Incidentes;
  - (d) Responsabilidades e procedimentos.
- (4) **Comunicações ..... 10 Horas**
  - (a) Sistemas de comunicações do Serviço de Salvamento e Luta Contra Incêndios (SSLCI);
  - (b) Sistema rádio SSLCI;
  - (c) Procedimentos rádio;
  - (d) Procedimentos rádio com torre de controle de tráfego aéreo (TWR);
  - (e) Sinais manuais.
- (5) **Psicossociologia do trabalho ..... 7 Horas**
  - (a) Metodologia e técnicas de avaliação dos fatores psicossociais;
  - (b) Intervenção psicossocial;

PDINST 144-65 (J)

(c) *Stress*;

(d) Erro humano.

(6) **Avaliação**..... **3 Horas**

(a) Avaliação prática;

(b) Avaliação teórica.

**409. SSLCI/OPG Aeronaves.**

Código: **AOA0047**

Carga horária: **25 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecimento dos sistemas das aeronaves;
- (2) Conhecimento de procedimentos de evacuação;
- (3) Conhecimento de características dos materiais compósitos;
- (4) Conhecimento de terminologia técnica de língua inglesa aplicável.

**b. Conteúdos:**

(1) **Familiarização com aeronaves**..... **12 Horas**

- (a) Categorização de aeronaves;
- (b) Estrutura da aeronave;
- (c) Motores;
- (d) Materiais utilizados;
- (e) Sistema hidráulico;
- (f) Sistema elétrico;
- (g) Sistema de combustível;
- (h) Sistema de extinção fixo;
- (i) Sistema de oxigénio;
- (j) Tipos e características de acesso;
- (k) Sistemas de evacuação;
- (l) Sistemas de ejeção;
- (m) Sistemas de armamento.

(2) **Evacuação de aeronaves**..... **6 Horas**

- (a) Responsabilidades durante a evacuação;
- (b) Mangas de evacuação;
- (c) Entradas forçadas;

ORIGINAL

4-12

- (d) Procedimentos pontos de evacuação.
- (3) **Materiais compósitos ..... 6 Horas**
  - (a) Tipos de materiais compósitos;
  - (b) Características dos materiais compósitos;
  - (c) Aplicações de materiais compósitos;
  - (d) Perigos para a saúde.
- (4) **Avaliação .....1 Hora**
  - (a) Avaliação teórica.

410. **SSLCI/OPG Veículos e Equipamentos.**

Código: **AOA0052**

Carga horária: **50 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Executar os procedimentos de operação e inspeção dos veículos do SSLCI;
- (2) Executar os procedimentos de operação, inspeção de equipamentos e ferramentas do SSLCI.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Veículos do SSLCI..... 20 Horas**
  - (a) Tipos de veículos;
  - (b) Especificações técnicas;
  - (c) Sistemas dos veículos;
  - (d) Inspeção dos veículos;
  - (e) Operação dos veículos.
- (2) **Equipamentos e ferramentas do SSLCI..... 27 Horas**
  - (a) Equipamentos de combate a incêndios;
  - (b) Equipamentos de acesso a estruturas;
  - (c) Ferramentas hidráulicas;
  - (d) Ferramentas de arrombamento;
  - (e) Ferramentas de corte.
- (3) **Avaliação ..... 3 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

411. **SSLCI/OPG Segurança Operacional.**

Código: **AOA0051**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecimento e aplicação de procedimentos de segurança operacional do SSLCI;
- (2) Utilização, inspeção e manutenção dos equipamentos de proteção individual e respiratório.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Segurança operacional do SSLCI..... 12 Horas**
  - (a) Riscos nas emergências;
  - (b) Riscos ambientais;
  - (c) Riscos ergonómicos;
  - (d) Prevenção e controlo de acidentes;
  - (e) Segurança no quartel;
  - (f) Segurança nos veículos;
  - (g) Segurança pessoal;
  - (h) Segurança na operação de ferramentas e equipamentos;
  - (i) Segurança no teatro de operações;
  - (j) Segurança nas ações de formação e treino;
  - (k) Sistemas de contagem e controlo de pessoal.
- (2) **Equipamentos de proteção individual e respiratório..... 10 Horas**
  - (a) Equipamento de proteção individual;
  - (b) Equipamento de proteção respiratória;
  - (c) Alarime pessoal de segurança;
  - (d) Outros equipamentos de proteção e segurança;
  - (e) Inspeção e manutenção de equipamentos de proteção individual e respiratória.
- (3) **Avaliação ..... 3 Horas**
  - (a) Avaliação teórica;
  - (b) Avaliação prática.

412. **SSLCI/OPG Combate a Incêndios em Aeronaves.**Código: **AOA0048**Carga horária: **50 Horas**a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecimento das fases operacionais de extinção de incêndios em aeronaves;
- (2) Conhecimento das diferentes técnicas de atuação perante um incêndio numa aeronave;
- (3) Conhecimento dos procedimentos de segurança em operações de extinção de incêndios em aeronaves;
- (4) Conhecimento das características das matérias perigosas;
- (5) Aplicação de conhecimentos em práticas simuladas.

a. **Conteúdos:**

- (1) **Agentes extintores e sua aplicação..... 10 Horas**
  - (a) Tipos de agentes extintores;
  - (b) Agentes extintores preferenciais;
  - (c) Abastecimento;
  - (d) Técnicas de aplicação.
- (2) **Matérias perigosas ..... 11 Horas**
  - (a) Regulamentação de transporte de matérias perigosas em aeronaves;
  - (b) Classificação das classes de matérias perigosas e simbologia;
  - (c) Utilização de fichas de dados de segurança;
  - (d) Cenários e atuação com matérias perigosas.
- (3) **Operações do SSLCI..... 11 Horas**
  - (a) Fases operacionais;
  - (b) Posicionamento de viaturas e equipamentos;
  - (c) Procedimentos táticos para controlo de emergência;
  - (d) Procedimentos para controlo e extinção;
  - (e) Procedimentos para controlo de derrames de combustível;
  - (f) Procedimentos para ventilação da aeronave;
  - (g) Procedimentos de combate a incêndios interiores;
  - (h) Procedimentos de evacuação e salvamento.
- (4) **Exercícios práticos em campos de treino específicos ..... 15 Horas**
  - (a) Treino de técnicas e extinção exterior e interior;

PDINST 144-65 (J)

- (b) Fogo generalizado;
- (c) Fogo no motor;
- (d) Fogo trem de aterragem;
- (e) Fogo em asa.
- (5) **Avaliação** ..... **3 Horas**
  - (a) Avaliação prática;
  - (b) Avaliação teórica.

**413. SSLCI/OPG Desencarceramento Aeronáutico.**

Código: **AOA0049**

Carga horária: **25 Horas**

**a. Objetivos Gerais:**

- (1) Conhecimento de materiais utilizados nas aeronaves;
- (2) Conhecimento dos equipamentos de desencarceramento;
- (3) Conhecimento de técnicas de desencarceramento;
- (4) Aplicação de conhecimentos em práticas simuladas.

**b. Conteúdos:**

- (1) **Generalidades** ..... **2 Horas**
  - (a) Análise estatística de acidentes aeronáuticos;
  - (b) Riscos presentes nos acidentes aeronáuticos.
- (2) **Aeronaves** ..... **4 Horas**
  - (a) Materiais – Resistências;
  - (b) Materiais Comportamento ao corte;
  - (c) Sistemas de aeronaves;
  - (d) Estruturas de aeronaves.
- (3) **Equipamentos utilizados em aeronáutica** ..... **4 Horas**
  - (a) Equipamentos de corte;
  - (b) Equipamentos de arrombamento;
  - (c) Equipamentos de estabilização de aeronaves;
  - (d) Equipamentos de resgate de vítimas.
- (4) **Técnicas** ..... **4 Horas**
  - (a) Técnicas de abertura de acessos;
  - (b) Técnicas de desencarceramento;

ORIGINAL

4-16

- (c) Técnicas de estabilização de aeronaves;
- (d) Técnicas de resgate de vítimas.
- (5) **Exercícios práticos ..... 8 Horas**
  - (a) Exercícios de abertura de acessos;
  - (b) Exercícios de desencarceramento;
  - (c) Exercícios de estabilização de aeronaves;
  - (d) Exercícios de resgate de vítimas.
- (6) **Avaliação ..... 3 Horas**
  - (a) Avaliação prática;
  - (b) Avaliação teórica.

414. **SSLCI/OPG Exercícios Práticos.**

Código: **AOA0050**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Realização de exercícios para aprofundamento das técnicas de combate a incêndios em aeronaves.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Exercícios práticos de desempenho funcional em campo de treino aeronáutico..... 22 Horas**
  - (a) Práticas de combate a incêndios de trem de aterragem;
  - (b) Práticas de combate a incêndios de motor;
  - (c) Práticas de combate a incêndios com derrame de combustível;
  - (d) Práticas de combate a incêndios na “área crítica”;
  - (e) Práticas de salvamento em aeronaves mono e bilugar;
  - (f) Práticas de salvamento em aeronaves de médio/grande porte.
- (2) **Avaliação ..... 3 Horas**
  - (a) Avaliação prática.

415. **SSLCI/CE Aeródromos.**

Código: **AOA0036**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Aplicar a regulamentação aeroportuária, em contexto de chefia de equipa (CE);
- (2) Aplicar planos de emergência, em contexto de CE;
- (3) Aplicar as regras de aeroporto, em contexto de CE;
- (4) Aplicar procedimentos de comunicação, em contexto de CE;
- (5) Executar a gestão de equipas.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Regulamentação aeroportuária ..... 5 Horas**
  - (a) Regulamentação internacional;
  - (b) Regulamentação nacional;
  - (c) Regulamentação militar;
  - (d) Regulamentação da área funcional.
- (2) **Familiarização com o aeroporto ..... 5 Horas**
  - (a) Deslocamento no “lado terra” do aeródromo;
  - (b) O “lado ar” do aeródromo;
  - (c) Sistemas de sinalética;
  - (d) Áreas sensíveis;
  - (e) Rotas preferenciais;
  - (f) Serviços de aeródromo.
- (3) **Familiarização com plano de emergência do aeródromo ..... 3 Horas**
  - (a) Plano de Emergência do Aeródromo;
  - (b) Plano de Emergência em Terra;
  - (c) Sistema de Gestão de Incidentes;
  - (d) Responsabilidades e procedimentos.
- (4) **Comunicações ..... 2 Horas**
  - (a) Sistemas de comunicações da SSLCI;
  - (b) Sistema rádio SSLCI;
  - (c) Procedimentos rádio;
  - (d) Procedimentos rádio com TWR;
  - (e) Sinais manuais.

- (5) **Gestão de equipas** ..... **7 Horas**
- (a) Elementos básicos de processo comunicacional;
  - (b) Determinantes da comunicação eficaz;
  - (c) Estilos comunicacionais;
  - (d) A comunicação como objeto de dinamização de uma equipa de trabalho.
- (6) **Avaliação** ..... **3 Horas**
- (a) Avaliação prática;
  - (b) Avaliação teórica.

416. **SSLCI/CE Aeronaves.**

Código: **AOA0037**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Aplicar conhecimentos dos sistemas das aeronaves, em contexto de CF;
- (2) Aplicar procedimentos de evacuação, em contexto de CE;
- (3) Aplicar conhecimentos de materiais compósitos, em contexto de CE.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Familiarização com aeronaves** ..... **12 Horas**
- (a) Categorização de aeronaves;
  - (b) Estrutura da aeronave;
  - (c) Motores;
  - (d) Materiais utilizados;
  - (e) Sistema hidráulico;
  - (f) Sistema elétrico;
  - (g) Sistema de combustível;
  - (h) Sistema de extinção fixo;
  - (i) Sistema de oxigénio;
  - (j) Tipos e características de acesso;
  - (k) Sistemas de evacuação;
  - (l) Sistemas de ejeção;
  - (m) Sistemas de armamento.
- (2) **Evacuação de aeronaves** ..... **6 Horas**
- (a) Responsabilidades durante a evacuação;

- (b) Mangas de evacuação;
- (c) Entradas forçadas;
- (d) Procedimentos pontos de evacuação.
- (3) **Materiais compósitos** ..... **6 Horas**
  - (a) Tipos de materiais compósitos;
  - (b) Características dos materiais compósitos;
  - (c) Aplicações de materiais compósitos;
  - (d) Perigos para a saúde.
- (4) **Avaliação**..... **1 Hora**
  - (a) Avaliação teórica.

417. **SSLCI/CE Veículos e Equipamentos. (Cabos)**

Código: **AOA0041**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Aplicar procedimentos de operação e de inspeção dos veículos do SSLCI em contexto de CE;
- (2) Aplicar procedimentos de operação, inspeção e de manutenção de equipamentos e ferramentas do SSLCI, em contexto de CE.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Veículos do SSLCI** ..... **10 Horas**
  - (a) Tipos de veículos;
  - (b) Especificações técnicas;
  - (c) Sistemas dos veículos;
  - (d) Inspeção dos veículos;
  - (e) Operação dos veículos.
- (2) **Equipamentos e ferramentas do SSLCI**..... **12 Horas**
  - (a) Equipamentos de combate a incêndios;
  - (b) Equipamentos de acesso a estruturas;
  - (c) Ferramentas hidráulicas;
  - (d) Ferramentas de arrombamento;
  - (e) Ferramentas de corte.

- (3) **Avaliação** ..... **3 Horas**  
 (a) Avaliação prática;  
 (b) Avaliação teórica.

**418. Liderança e Trabalho em Equipa. (Cabos)**

Código: **4647**

Carga horária: **25 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Identificar o sucesso do trabalho em equipa realçando vantagens e dinâmicas subjacentes;
- (2) Reconhecer as especificidades e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa;
- (3) Mobilizar ativamente o potencial único de cada profissional, de forma a contribuir para a excelência no trabalho em equipa.

b. **Conteúdos:**

- (1) **Liderança** ..... **12 Horas**
  - (a) Liderança de equipas: fenómenos e dinâmicas próprias, desafios e problemas específicos;
  - (b) Diferentes preferências pessoais e o seu impacto em funções de Liderança;
  - (c) Diferentes estilos de Liderança;
  - (d) Competências necessárias à coordenação de equipas;
  - (e) Estratégias de mobilização da sua equipa para um desempenho de excelência;
  - (f) Gestão de impasses de desenvolvimento ou problemas na equipa.
- (2) **Trabalho em equipa** ..... **8 Horas**
  - (a) Trabalho em equipa – implicações e especificidades;
  - (b) Excelência no trabalho em equipa;
  - (c) Diferenças interpessoais e o seu impacto no trabalho em equipa;
  - (d) Mobilização de recursos pessoais em função da equipa;
  - (e) Como ultrapassar impasses e obstáculos no trabalho em equipa.
- (3) **Avaliação** ..... **5 Horas**

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## CAPÍTULO 5

### ESTÁGIO - *ON JOB TRAINING*

501. **Caracterização.** Os formandos completam a sua formação SSLCI/OPG com a realização de uma Formação Prática, sob a forma de estágio (ETG), *On Job Training* (em contexto real de trabalho). Esse ETG será desenvolvido nas diversas Unidades da FAP onde se desenvolve a atividade para a qual os alunos foram preparados, permitindo aos formandos o contacto com a realidade da organização e do trabalho, diferentes sistemas de armas e com diversas tecnologias e equipamentos do SSLCI, possibilitando a aplicação dos conhecimentos adquiridos e a criação de hábitos de trabalho.

502. **Avaliação.** O ETG em SSLCI/OPG - *On Job Training*, previsto na estrutura curricular, deverá ser acompanhado permanentemente por um tutor, Sargento OPSAS, nomeado, pertencente à Unidade de ETG, podendo o formando acompanhar funções operacionais apenas quando se encontrarem cumpridas, cumulativamente, as seguintes condições:

- a. Encontrar-se integrado numa equipa com o mínimo de três elementos;
- b. Ser, preferencialmente, o único formando integrado na equipa; e
- c. O tutor deverá ser, preferencialmente, o Chefe de Socorro.

O tutor nomeado, da Unidade de ETG, faz a avaliação contínua do formando nesse período, reportando, sempre que necessário, ao CFMTFA, qualquer situação que comprometa os objetivos gerais do ETG. A avaliação terá por base a qualidade do trabalho desenvolvido e a adaptação do formando às tarefas que realizou. No final do ETG, o formando será chamado a apresentar um relatório que deverá ser elaborado durante este percurso formativo. O tutor apresentará, no final do ETG, um relatório sobre o desempenho global do formando e a avaliação final, de Apto ou Inapto, atribuída.

A atribuição de inapto é facto eliminatório no curso de CFP/RC/OPSAS Soldados ou CFP/RC/OPSAS Cabos.

503. **Planificação.**

Carga horária: **125 Horas**

a. **Objetivos Gerais:**

- (1) Desenvolver as tarefas de SSLCI/OPG - *On Job Training* na Unidade de ETG;
- (2) Consolidar e aprofundar conhecimentos científicos e técnicos adquiridos na formação escolar;

- (3) Adquirir formação específica e complementar prática em aeronaves, veículos e equipamentos, em contexto de trabalho, de acordo com o seu perfil profissional;
  - (4) Desenvolver o exercício supervisionado de funções, tarefas e actividades práticas de acordo com o seu perfil profissional.
- b. **Conteúdos:**
- (1) **Apresentação na Unidade de ETG, objetivos, parâmetros de avaliação e documentos formativos de registo .....1 Hora**
  - (2) **Conhecer as funções e níveis de responsabilidades na SAS .....1 Hora**
    - (a) Competências dos Graduados OPSAS;
    - (b) Competências das Praças OPSAS.
  - (3) **Identificação das Infraestruturas ..... 2 Horas**
    - (a) Conhecer a setorização da SAS e respetivas funcionalidades;
    - (b) Conhecer a garagem e o modo de estacionamento de VCI;
    - (c) Conhecer a localização e identificar os quantitativos de agentes extintores de reserva à atividade operacional.
  - (4) **Estrutura, normas e procedimentos em vigor na SAS..... 2 Horas**
    - (a) Organização funcional;
    - (b) Normas gerais e particulares de funcionamento;
    - (c) Procedimentos de funcionamento, gestão e operação;
    - (d) Registos de funcionamento, gestão e operação.
  - (5) **Operação da Central Telefónica ..... 2 Horas**
    - (a) Funções do centralista;
    - (b) Funções e finalidade de cada linha telefónica;
    - (c) Quadros de alarme.
  - (6) **Manuseamento e manutenção de equipamentos ..... 12 Horas**
    - (a) Protecção individual;
    - (b) Combate a incêndios;
    - (c) Salvamento;
    - (d) Bombagem e trasfega de fluidos;
    - (e) Estabilização, corte e desencarceramento;
    - (f) Produção energética/iluminação;
    - (g) Contenção e limpeza de derrames;
    - (h) Barreiras de retenção;

- (i) Outros equipamentos.
- (7) **Conhecimento da estrutura física da UEO ..... 7 Horas**
- (a) Área de aquartelamento – lado terra:
- 1 Geral;
  - 2 Vias de circulação e de acesso às infraestruturas;
  - 3 Rotas preferenciais de circulação e de reabastecimento;
  - 4 Redes de água, gás, energia elétrica e combustíveis;
  - 5 Georreferenciação, mapas e cartas de localização.
- (b) Área de aeródromo – lado ar:
- 1 Geral;
  - 2 Infraestruturas aeronáuticas;
  - 3 Vias de circulação internas e externas;
  - 4 Redes, rotas e pontos de abastecimento de combustíveis;
  - 5 Rotas preferenciais;
  - 6 Áreas de risco agravado;
  - 7 Georreferenciação, mapas e cartas de localização.
- (8) **Reconhecimento, interpretação e consulta dos Planos de Emergência Internos ..... 7 Horas**
- (a) Planos de Emergência Internos:
- 1 Planos Prévios de Emergência;
  - 2 Planos Prévios de Intervenção;
  - 3 Plano de Acidentes em Terra e Ambiente;
  - 4 Plano Prévio Para Emergências com Aeronaves.
- (9) **Salvamento e combate a incêndios em aeronaves ..... 67 Horas**
- (a) Desempenho, com supervisão, de ações técnicas inerentes à função:
- 1 Aplicação de estratégias de salvamento e de combate a incêndios em aeronaves:
    - (i) Envolvendo armamento;
    - (ii) Envolvendo matérias perigosas.
- (10) **Combate a incêndios urbanos e florestais ..... 18 Horas**
- (a) Desempenho, com supervisão, de ações técnicas inerentes à função:
- 1 Aplicação de estratégias de salvamento e de combate a incêndios em infraestruturas;

2 Aplicação de estratégias de proteção e de combate a incêndios florestais.

(11) **Avaliação**..... **6 Horas**

(a) Avaliação contínua prática.

OBS: A distribuição da carga horária pelos diferentes conteúdos constitui uma orientação podendo a mesma ser alterada de acordo com as necessidades da missão da Unidade de ETG, devendo, contudo, ser dada primazia ao desenvolvimento de tarefas inerentes ao SSLCI/OPG de acordo com o perfil profissional estabelecido para as Praças OPSAS, todas as alterações ao plano de ETG devem ser comunicadas ao Núcleo de Assistência e Socorro.

## CAPÍTULO 6

### AVALIAÇÃO

601. **Caracterização da Avaliação.** A metodologia da avaliação de conhecimentos a adotar no CFP/RC/OPSAS deverá ter em conta o nível educacional dos alunos a que se destina. Na prática, as avaliações realizadas deverão possuir um carácter sistemático e contínuo. No entanto, a avaliação poderá, nos casos justificados, incidir em aprendizagens ligadas a componentes específicas das áreas de formação definidas, através de provas escritas, práticas, teórico-práticas ou em alternativa na elaboração de trabalhos de grupo ou individuais sobre temáticas relacionadas com as matérias ministradas.

602. **Quadro de Avaliações.** As avaliações sumativas das disciplinas que integram a estrutura curricular do curso efetuam-se de acordo com o quadro abaixo apresentado.

DISCIPLINA	TIPO DE AVALIAÇÃO	N.º DE AVALIAÇÕES	OBS.
Atividade Militar Conjunta II	Sem Avaliação	-	-
Treino Físico Militar II	Avaliação Base e Contínua	3	6 Horas a)
Organização do Serviço de Bombeiros	Teste Escrito	1	1 Hora
Tecnologias de Base na Atividade do Bombeiro	Teste Escrito Teste Prático	1	2 Horas
Equipamentos, Manobras e Veículos	Teste Escrito	2	1 Hora
Tripulante de Ambulância de Transporte/Técnicas de Socorrismo	Teste Escrito Teste Prático	2	2 Horas b)
Salvamento Rodoviário - Iniciação	Teste Escrito Teste Prático	2	5 Horas
Extinção de Incêndios Urbanos - Iniciação	Teste Escrito Teste Prático	2	5 Horas
Extinção de Incêndios Rurais - Iniciação	Teste Escrito Teste Prático	2	5 Horas
SSLCI/OPG Aeródromos	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
SSLCI/OPG Aeronaves	Teste Escrito	1	1 Hora
SSLCI/OPG Veículos e Equipamentos	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas

DISCIPLINA	TIPO DE AVALIAÇÃO	N.º DE AVALIAÇÕES	OBS.
SSLCI/OPG Segurança Operacional	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
SSLCI/OPG Combate a Incêndios em Aeronaves	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
SSLCI/OPG Desencarceramento Aeronáutico	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
SSLCI/OPG Exercícios Práticos	Teste Prático	1	3 Horas
SSLCI/CE Aeródromos	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
SSLCI/CE Aeronaves	Teste Escrito	1	1 Hora
SSLCI/CE Veículos e Equipamentos (Cabos)	Teste Escrito Teste Prático	2	3 Horas
Liderança e Trabalho em Equipa (Cabos)	Teste Teórico e Teórico/Prático	2	5 Horas
Estágio SSLCI/OPG - <i>On Job training</i>	Avaliação Contínua Prática	Apto/Inapto	125 Horas

a. **Quadro Resumo das avaliações das disciplinas de Treino Físico Militar II:**

	AVALIAÇÃO	
	AVALIAÇÃO BASE (90%)	AVALIAÇÃO CONTINUA (10%)
<b>COMPONENTES/ PERCENTAGEM</b>	Extensões de Braços <b>22.5%</b> Abdominais <b>22.5%</b> Corrida 2400m <b>45%</b>	(Atitude, Motivação, Interesse, Empenho, Evolução) <b>5%</b> (Participação em Competições Desportivas) <b>5%</b>

**CrITÉrios de Aprovação:**

- Classificação Final – igual ou superior a 10,00 valores;
- Nas Avaliações Base, a classificação de cada uma das componentes avaliadas ser igual ou superior a 10,00 valores.
- Avaliação a efectuar por entidade certificada pelo INEM.

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

SEPARADOR 1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

**LISTA DE PÁGINAS EM VIGOR**

<b>PÁGINAS</b>	<b>EM VIGOR</b>
I (Verso em branco)	ORIGINAL
III (Verso em branco)	ORIGINAL
V (Verso em branco)	ORIGINAL
VII e VIII	ORIGINAL
1-1 e 1-2	ORIGINAL
2-1 e 2-2	ORIGINAL
3-1 a 3-4	ORIGINAL
3-5 (Verso em branco)	ORIGINAL
4-1 a 4-20	ORIGINAL
4-21 (Verso em branco)	ORIGINAL
5-1 a 5-4	ORIGINAL
6-1 e 6-2	ORIGINAL
SEPARADOR 1 (Verso em branco)	ORIGINAL
LPV-1 (Verso em branco)	ORIGINAL

LPV-1

ORIGINAL

PÁGINA INTENCIONALMENTE DEIXADA EM BRANCO

## **Anexo 15**

**Referencial de Curso – Marinha – Curso de Formação de Praças**

**Manobra**

<b>DOCUMENTO VIIIb: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS</b>	<b>FL 4 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>Função / Tarefas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Não aplicável.</li></ul>	
<b>OBSERVAÇÕES</b> (Justificar as razões do desempenho Não Satisfaz – 1 ou Satisfaz Pouco – 2):		

<sup>1</sup>Prioridade de Formação (do DOC IIIb)

A avaliação deverá ser realizada numa escala de 1 a 4, em que:

- 1 – Não Satisfaz
- 2 – Satisfaz Pouco
- 3 – Satisfaz
- 4 – Satisfaz Bem
- NA – Não Aplicável
- NO – Não Observado

<b>DOCUMENTO VIIIb: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS</b>	<b>FL 3 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>Funcionais/Ocupacionais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar ações relativas à segurança da navegação, utilizando adequadamente os respetivos equipamentos e sensores;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas de marinheiro do leme em navegação em águas restritas, costeira e oceânica, em todos os graus de profundidade para combate;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar as diversas fainas e operações necessárias à manobra do Navio, utilizando o aparelho, material e acessórios adequados;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conduzir embarcações em navegação à vista da costa, até uma distância máxima de 10 milhas de um porto de abrigo e de 5 milhas da costa, e conduzir Motos de Água e pranchas motorizadas (Jet Ski) independentemente da sua potência, de acordo com as normas de segurança da navegação, incluindo o "Regulamento Internacional para Evitar Abalroamentos no Mar" (RIEAM);</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assegurar a operacionalidade das embarcações e da respetiva palamenta;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas relacionadas com a conservação e manutenção da estrutura do Navio, preparando devidamente as superfícies e aplicando as tintas adequadas;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas de conservação do aparelho, material e acessórios do navio, utilizando lubrificantes adequados;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar trabalhos de arte de marinheiro;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar operações de lançamento e recolha de material utilizado na balizagem;</li> </ul>	<b>1ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar a arrumação e estiva de tintas em paiol e controlar as condições ambientais do mesmo;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar a arrumação e estiva do material em geral, de acordo com as normas de segurança e estabilidade do Navio;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar ações simples de conservação e reparação de mobiliário de madeira;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizar a língua inglesa de acordo com os requisitos linguísticos da NATO;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizar terminologia em língua inglesa relativa às comunicações e atividade marítima.</li> </ul>	<b>3ª</b>

<b>DOCUMENTO VIIIb: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS</b>	<b>FL 2 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>Navais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Integrar brigadas de destacamentos de Limitação de Avarias em todos os graus de prontidão para combate ou prontidão de Limitação de Avarias;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar as suas tarefas profissionais cumprindo com o normativo de Segurança e Saúde no Trabalho de modo a prevenir as doenças e os acidentes relacionados com o trabalho;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar as suas tarefas profissionais cumprindo com o normativo de Proteção Ambiental de modo a proteger o ambiente e a reduzir a pegada ecológica;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Colaborar no procedimento evasivo em ambiente NRBQ;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Demonstrar adequada capacidade psicomotora de adaptação ao meio aquático e de condição física geral, de acordo com as tabelas em vigor;</li> </ul>	<b>2ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconhecer a importância do treino ministrado pelo Centro Integrado de Treino e Avaliação Naval (CITAN) e o seu enquadramento nas suas funções a bordo, nas diversas condições aprovadas para as diferentes classes de navios;</li> </ul>	<b>5ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificar ameaças à Cibersegurança na operação dos sistemas de informação da Marinha bem como executar procedimentos de apoio à resposta a incidentes de segurança informática;</li> </ul>	<b>3ª</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconhecer as funcionalidades do Portal da Marinha na Intranet.</li> </ul>	<b>3ª</b>

<b>DOCUMENTO VIIIb: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS</b>	<b>FL 1 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

(Idêntico ao Doc. IIIb com um campo para a avaliação das chefias) Ocorre 3 a 6 meses do tempo decorrido entre o final do curso e início de funções	
<b>PADRÕES OPERACIONAIS (NAVAIS, FUNCIONAIS E OCUPACIONAIS), FUNÇÕES E TAREFAS</b>	Prioridade <sup>1</sup> Avaliação das chefias
<b>Navais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconhecer os órgãos militares de comando das Forças Armadas, no enquadramento dado pela Lei Orgânica de Bases da Organização das Forças Armadas; <span style="float: right;">2ª</span></li> <li>▪ Reconhecer a estrutura orgânica e as principais missões da Marinha, bem como a organização administrativa e para ação das unidades da Marinha; <span style="float: right;">2ª</span></li> <li>▪ Cumprir os deveres militares, reconhecendo o contexto normativo para as Infrações, Recompensas e Penas Disciplinares (RDM); <span style="float: right;">3ª</span></li> <li>▪ Demonstrar procedimentos de Cerimonial Marítimo no cumprimento entre militares, entre navios, entre navios e terra e na prestação de honras ao Hino Nacional, Bandeira Nacional e altas entidades; <span style="float: right;">2ª</span></li> <li>▪ Reconhecer os toques, apitos e vozes de comando mais usuais, bem como os uniformes e distintivos, dos postos e classes, dos militares da Marinha e seus equivalentes; <span style="float: right;">3ª</span></li> <li>▪ Utilizar corretamente armamento ligeiro, de acordo com os requisitos do seu posto, em ações de vigilância e polícia na segurança de instalações militares e em posições e movimentos de infantaria; <span style="float: right;">3ª</span></li> <li>▪ Executar os nós e voltas mais simples da Arte de Marinheiro e participar em fainas e manobras de navios e embarcações <span style="float: right;">3ª</span></li> <li>▪ Utilizar meios individuais e coletivos de salvamento no mar e reconhecer os aspetos relativos à segurança da navegação, designadamente os procedimentos de vigia à ponte e à amarra; <span style="float: right;">4ª</span></li> <li>▪ Executar tarefas básicas de conservação das estruturas e aparelho do Navio, nomeadamente na preparação e tratamento de superfícies; <span style="float: right;">4ª</span></li> </ul>

<b>DOCUMENTO VIIa: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - COMPETÊNCIAS</b>	<b>FL 2 DE 2 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>Técnicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Capacidade para a execução de tarefas inerentes ao governo e manobra do navio, em todos os graus de prontidão para combate;</li> <li>▪ Capacidade para efectuar a manobra e condução de embarcações em águas restritas e costeiras;</li> <li>▪ Capacidade para executar ações de conservação e manutenção das estruturas e aparelho do navio, embarcações, palamenta, meios de salvamento e mobiliário de madeira;</li> <li>▪ Capacidade para executar tarefas de armazenamento, arrumação e controlo de materiais em paióis, utilizados na manobra e conservação do navio;</li> <li>▪ Capacidade para aplicar os conhecimentos básicos das manobras de reabastecimento no mar (RAS), de embarcações miúdas, de reboque, de suspender, de amarrar à boia e de estiva.</li> <li>▪</li> </ul>
<p><b>OBSERVAÇÕES</b> (Justificar as razões do desempenho Não Satisfaz – 1 ou Satisfaz Pouco – 2):</p>	

A avaliação deverá ser realizada numa escala de 1 a 4, em que:

- 1 – Não Satisfaz
- 2 – Satisfaz Pouco
- 3 – Satisfaz
- 4 – Satisfaz Bem
- NA – Não Aplicável
- NO – Não Observado

<b>DOCUMENTO VIIa: AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - COMPETÊNCIAS</b>	<b>FL 1 DE 2 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

(Idêntico ao Doc. IIIa com um campo para a avaliação das chefias) Ocorre 3 a 6 meses do tempo decorrido entre o final do curso e início de funções		
	<b>COMPETÊNCIAS ESPERADAS</b>	<b>AVALIAÇÃO DAS CHEFIAS</b>
<b>Pessoais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Capacidade de integração na vida militar, no plano de uma atuação positiva para a unidade e a instituição que serve;</li> <li>▪ Capacidade de prontidão na execução das tarefas que lhe forem atribuídas, respeitando as regras de higiene e segurança no trabalho e de prevenção ambiental;</li> <li>▪ Capacidade de relacionamento interpessoal e disponibilidade para trabalhos em equipa;</li> <li>▪ Capacidade para assumir e manter uma atitude de respeito pelos deveres, direitos e normas de cidadania consagrados nas leis da República, no âmbito das suas responsabilidades inerentes à sua categoria e posto.</li> </ul>	
<b>Militares-navais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Capacidade para assumir e manter uma atitude de respeito pelos deveres, princípios e valores próprios da instituição militar, bem como da sua organização e funcionamento, no âmbito das suas responsabilidades inerentes à sua categoria e posto;</li> <li>▪ Capacidade para a execução de tarefas, inerentes ao serviço de escala em terra e a bordo dos navios, em todos os graus de prontidão, no âmbito da sua categoria e posto;</li> <li>▪ Capacidade para integrar eficazmente os destacamentos de Limitação de Avarias, no âmbito da sua categoria e posto, bem como de execução de outras tarefas relacionadas com a organização para a emergência a bordo e com a proteção individual no âmbito da Defesa Nuclear, Radiológica, Biológica e Química.</li> </ul>	

<b>DOC VI: AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

**7. INTERVENIENTES**• Diretor de Curso

- a) Acompanha a evolução e o nível de aproveitamento escolar dos formandos;
- b) Acompanha a programação anual das atividades curriculares, contribuindo para a identificação de eventuais dificuldades ou anomalias;
- c) Mantém o contacto necessário com os formandos, procurando identificar os aspetos que possam contribuir para um melhor rendimento e eficácia do ensino-aprendizagem;
- d) Mantém contacto frequente com os formadores e o grupo de formandos, por forma a colher os elementos necessários à análise da eficácia do ensino-aprendizagem, propondo superiormente e para o efeito as medidas tidas por adequadas;
- e) Aplica os questionários de reação;
- f) Realiza tratamento dos dados dos questionários de reação;
- g) Efetua a análise e interpretação dos dados;
- h) Elabora o "Relatório de Avaliação Interna".

• Formadores

- a) Efetua a avaliação da aprendizagem dos formandos e dão informação ao Diretor de Curso sobre como o curso decorreu;
- b) Respondem aos questionários de reação.

• Formandos

Preenchem os questionários de reação onde apresentam críticas e sugestões, e emitem a sua opinião sobre:

- a) O programa de formação;
- b) O funcionamento do curso;
- c) Os recursos utilizados (materiais e humanos).

• Chefe de Departamento

Emite despacho ao relatório elaborado pelo Diretor de Curso.

• Conselho Técnico-Pedagógico

Aprecia, no fim de cada curso ou quando necessário, os resultados das provas de avaliação dos formandos, e o grau de eficácia das ações de formação, em face dos objetivos estabelecidos.

<b>DOC VI: AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

- Resultados da aprendizagem:
  - Existe aproveitamento quando a taxa de aprovação é superior a 90%.

#### 4. FONTES DE INFORMAÇÃO

- Formadores;
- Formandos;
- Pautas de classificação final.

#### 5. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

##### 5.1. Procedimento metodológico:

- 5.1.1. A avaliação interna da formação é realizada pela entidade formadora através da aplicação de instrumentos de recolha de dados, previamente elaborados, com o fim de recolher a perspectiva dos inquiridos relativamente à qualidade dos diversos fatores implicados na formação;
- 5.1.2. No decurso da formação e no final desta, o Diretor de Curso procederá à aplicação dos instrumentos aos formadores e aos formandos;
- 5.1.3. Após a obtenção de toda a informação, nas diversas fontes, e do respetivo cruzamento e tratamento, o Diretor de Curso elabora o "Relatório de Avaliação Interna", onde apresentará conclusões e recomendações, nas quais ressaltará os aspetos que possam conduzir à necessidade de se fazer ajustamentos em ações de formação futuras;
- 5.1.4. O "Relatório de Avaliação Interna" será objeto de despacho, pelo Chefe de Departamento, e apreciação em sede do Conselho Técnico-Pedagógico.

##### 5.2. Técnicas e instrumentos de recolha e análise de dados:

Como técnicas de recolha de dados deverá privilegiar-se o inquérito por questionário e a análise de documentos, recorrendo aos questionários e as pautas de classificação final como instrumentos de recolha de dados. Como instrumentos de análise da informação recolhida poderá utilizar-se a análise estatística com o auxílio de um programa informático apropriado (SPSS, Excel).

#### 6. MOMENTO DE AVALIAÇÃO

Durante e imediatamente após o término da ação de formação.

<b>DOC VI: AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<p>A metodologia de avaliação permite verificar em que medida os objetivos são atingidos pelos formandos;</p> <p>— A carga horária não excede o limite de horas estabelecido para o SFPM;</p> <p>O horário estabelecido para o curso é cumprido;</p> <p>— O número de tempos atribuídos a cada módulo está adequado à importância e diversidade de conteúdos a trabalhar;</p> <p>A distribuição diária/semanal de tempos por módulo está adequada à capacidade de apreensão dos formandos.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Recursos materiais:<ul style="list-style-type: none"><li>— Infraestruturas:<ul style="list-style-type: none"><li>▪ As salas de aulas têm luz natural, climatização e respeitam as condições de higiene e segurança necessárias;</li><li>▪ As salas de estudo têm luz natural, climatização e condições de higiene e segurança necessárias;</li><li>▪ Os alojamentos têm climatização, água quente e respeitam as condições de higiene e segurança necessárias.</li></ul></li><li>— Materiais didáticos:<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Os materiais didáticos existentes são os necessários e apropriados para a formação ministrada e encontram-se em estado de conservação e atualização adequados;</li><li>▪ São em número suficiente;</li><li>▪ Os manuais fornecidos estão atualizados face aos objetivos de curso e encontram-se em bom estado de conservação;</li><li>▪ Os documentos de apoio fornecidos pelos formadores são pertinentes face aos objetivos e conteúdos de formação e estão atualizados.</li></ul></li></ul></li><li>• Formadores:<ul style="list-style-type: none"><li>Capacidade de expressão, exprimindo-se com clareza e objetividade;</li><li>— Dinamismo, mobilizando os formandos para a participação activa no processo de ensino--aprendizagem;</li><li>Domínio dos conteúdos;</li><li>— Empatia face aos formandos, estabelecendo uma boa relação com estes facilitando o questionamento e a exposição de dúvidas.</li></ul></li></ul>
--

<b>DOC VI: AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

**1. OBJETIVOS**

Aferir a consecução dos objetivos da formação por forma a delinear os ajustamentos considerados necessários em ações futuras.

**2. OBJETOS**

- Planeamento da formação;
- Programa de formação:
  - Objetivos de formação;
  - Conteúdos de formação;
  - Estratégias de ensino-aprendizagem;
  - Metodologia de avaliação.
- Horário:
  - Carga horária;
  - N.º de tempos atribuídos a cada módulo e sua distribuição no horário.
- Recursos;
- Infraestruturas:
  - Salas (aulas, estudo, apoio, etc.);
  - Alojamento.
- Materiais:
  - Materiais didáticos;
  - Manuais;
  - Documentos de apoio.
- Humanos:
  - Desempenho dos formadores.
- Aproveitamento escolar.

**3. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

- Programa de formação:
  - Os objetivos de formação estão adequados às funções inerentes ao cargo, posto e classe a que os formandos se destinam;
  - Os conteúdos de formação são coerentes e estão adequados aos objetivos definidos;
  - As estratégias de ensino-aprendizagem utilizadas estão adequadas aos objetivos definidos;

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 11 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>
		<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Combate e extinção de incêndios a bordo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipamentos de combate a incêndio e sua localização a bordo</li> <li>• Instrução sobre funcionamento e manuseamento de: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sistemas fixos de extinção;</li> <li>2. Equipamento de bombeiro;</li> <li>3. Equipamento individual;</li> <li>4. Meios e equipamento para combate a incêndios;</li> <li>5. Métodos de combate a incêndios;</li> <li>6. Agentes extintores;</li> <li>7. Procedimentos de combate a incêndios;</li> <li>8. Utilização de aparelhos respiratórios durante o combate a incêndios e operações de salvamento.</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo "prevenção e combate a incêndios em embarcações" (UFCD 3153) <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.16, 1.1.17; 1.1.18; 1.1.19; 1.1.20; 1.1.21, 1.1.22, 1.1.23, 1.1.24;</li> <li>▪ 1.1.21, 1.1.22;</li> <li>▪ 1.1.23;</li> <li>▪ 1.1.23; 1.1.24;</li> <li>▪ 1.1.16; 1.1.17; 1.1.18; 1.1.19; 1.1.20;</li> <li>▪ 1.1.34, 1.1.35; 1.1.37; 1.1.38;</li> <li>▪ 1.1.12;</li> <li>▪ 1.1.34, 1.1.35; 1.1.37; 1.1.38;</li> <li>▪ 1.1.34, 1.1.35; 1.1.36, 1.1.37; 1.1.38.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
--	---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

Competências	Conhecimentos, compreensão e aptidão	Módulo/Submódulo, Objetivo e Conteúdo
<p>Quadro A-VII/1-2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Minimização do risco de incêndio a bordo e manutenção de um estado de prontidão para resolver a situações de emergência que envolvam fogo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organização de combate a incêndios a bordo</li> <li>Localização dos meios de combate a incêndio e dos percursos de evacuação</li> <li>Elementos do fogo e explosão (triângulo do fogo)</li> <li>Tipos e fontes de ignição</li> <li>Materiais inflamáveis, riscos de incêndio e propagação das chamas</li> <li>Necessidade de uma vigilância constante</li> <li>Ações que devem ser executadas a bordo</li> <li>Deteção do fogo e do fumo e sistemas automáticos de alarme</li> <li>Classes de fogo e agentes extintores aplicáveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Submódulo "prevenção e combate a incêndios em embarcações" (UFCD 3153) <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1.1, 1.1.2;</li> <li>1.1.2, 1.1.4;</li> <li>1.1.6, 1.1.7;</li> <li>1.1.6, 1.1.7;</li> <li>1.1.10; 1.1.11; 1.1.26;</li> <li>1.1.1, 1.1.2; 1.1.3;</li> <li>1.1.1, 1.1.2; 1.1.4;</li> <li>1.1.31, 1.1.32; 1.1.33;</li> <li>1.1.9, 1.1.12.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 9 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

Competências	Conhecimentos, compreensão e aptidão	Módulo/Submódulo, Objetivo e Conteúdo
Quadro A-VI/1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sobrevivência no mar na sequência de abandono do navio               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de situações de emergência possíveis de ocorrer, tais como incêndio a bordo e afundamento.</li> <li>• Tipos de meios de salvação normalmente existentes a bordo dos navios.</li> <li>• Equipamento existente a bordo das baleeiras e jangadas salva-vidas.</li> <li>• Localização dos meios individuais de salvamento.</li> <li>• Princípios respeitantes à sobrevivência, incluindo:                   <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Importância do treino e dos exercícios;</li> <li>2. Vestuário e equipamento de proteção individual;</li> <li>3. Estado de prontidão em caso de emergência;</li> <li>4. Ações a executar em caso de chamada para estações de baleeiras e jangadas;</li> <li>5. Ações a executar, caso seja necessário abandonar o navio;</li> <li>6. Ações a executar na água;</li> <li>7. Ações a executar a bordo das embarcações;</li> <li>8. Principais perigos para os náufragos sobreviventes.</li> </ol> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo "Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência" (UFCD 6458)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.1                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.1;</li> <li>▪ 1.1.4;</li> <li>▪ 1.1.4, 1.1.6;</li> <li>▪ 1.1.4, 1.1.5;</li> <li>▪ 1.1.2;</li> <li>▪ 1.1.2;</li> <li>▪ 1.1.2, 1.1.3;</li> <li>▪ 1.1.2, 1.1.7;</li> <li>▪ 1.1.2, 1.1.7;</li> <li>▪ 1.1.5, 1.1.6, 1.1.9;</li> <li>▪ 1.1.8, 1.1.10;</li> <li>▪ 1.1.8, 1.1.9, 1.1.10.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 8 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>
		<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

Quadro A-V/1-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuição para um efetivo relacionamento humano a bordo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importância da manutenção das boas relações humanas e de trabalho a bordo.</li> <li>• Os princípios básicos e a prática do trabalho em equipa, incluindo a resolução de conflitos.</li> <li>• Responsabilidades sociais; condições de trabalho a bordo; direitos e obrigações individuais; perigos decorrentes do abuso do consumo de álcool e estupefacientes;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.3.1</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender e tomar as devidas ações para controlar a fadiga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importância em conseguir o descanso necessário;</li> <li>• Efeitos do sono, horários e do ritmo circadiano na fadiga;</li> <li>• Efeitos do desgaste físico nos marítimos;</li> <li>• Efeitos do stress ambiental dentro e fora do navio e o seu impacto nos marítimos;</li> <li>• Efeitos das mudanças de horários na fadiga dos marítimos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.3.3</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
Quadro A-VI/1-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observação das regras de segurança no trabalho.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importância do respeito pelas regras de segurança no trabalho em todas as circunstâncias; Operação das caldeiras em condições de segurança</li> <li>• Dispositivos de segurança e proteção existentes a bordo para proteção contra riscos potenciais.</li> <li>• Precauções a tomar antes da entrada em espaços fechados/confinados.</li> <li>• Familiarização com as medidas internacionais respeitantes à prevenção de acidentes e à segurança e higiene no trabalho.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.2 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.2.3</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Contribuir para a comunicações eficientes a bordo do navio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender os princípios e as barreiras para uma comunicação eficiente entre os indivíduos e as equipas a bordo do navio.</li> <li>• Capacidade para estabelecer e manter comunicações efetivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Submódulo/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) <ul style="list-style-type: none"> <li>1.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.3.1</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 6 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
Quadro A-VI/1-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atuação de acordo com procedimentos de emergência em vigor. (continuação)</li> <li>• Importância do treino e dos exercícios. Conhecimentos dos percursos de evacuação e dos sistemas de comunicações e de alarme de bordo;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo "prevenção e combate a incêndios em embarcações" (UFCD 3153) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.2;</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomada de precauções para evitar a poluição do meio ambiente marinho.</li> <li>• Conhecimento básico do impacto do transporte marítimo no meio ambiente marinho e os efeitos da poluição operacional ou accidental do meio ambiente marinho.</li> <li>• Procedimento básicos sobre proteção ambiental;</li> <li>• Conhecimento básico da complexidade e diversidade do meio ambiente marinho.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Submódulo/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.1. <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.2</li> <li>▪ 1.1.3</li> <li>▪ 1.1.4</li> <li>▪ 1.1.1</li> <li>▪ 1.1.5</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

Competências	Conhecimentos, compreensão e aptidão	Módulo/Submódulo, Objetivo e Conteúdo
<p>Quadro A-VII/1-4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atuação de acordo com procedimentos de emergência em vigor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de emergência possíveis de ocorrer, tais como o abalroamento, o incêndio a bordo e o afundamento;</li> <li>• Conhecimento dos planos de contingência para resposta a emergências a bordo;</li> <li>• Sinais de emergência e funções específicas atribuídas aos membros da tripulação na lista de chamada;</li> <li>• Estações de reunião; uso correto do equipamento individual de salvamento;</li> <li>• Medidas a tomar após a descoberta de uma potencial situação de emergência, incluindo o incêndio a bordo, o abalroamento, o afundamento e o alagamento do navio;</li> <li>• Ações a executar após a audição dos sinais de alarme;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Submódulo "Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência" (UFCD 6458) <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.1;</li> <li>▪ 1.1.3.</li> </ul> </li> <li>▪ 1.1.3;</li> <li>▪ 1.1.2;</li> <li>▪ 1.1.2;</li> <li>▪ 1.1.2;</li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
Quadro A-III/4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Operação do equipamento de emergência e execução dos procedimentos de emergência</li> <li>• Conhecimento das ações de emergência e sinais de alarme</li> <li>• Conhecimento dos dispositivos de sinalização de perigo pirotécnicos radiobalizas de localização de sinistros (por satélite) (EPIRB) e respondedores de radar para busca e salvamento (SART).</li> <li>• Meios para evitar a emissão de sinais de perigo falsos e ações a tomar em caso de ativação acidental dos dispositivos de sinalização.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Módulo/UFCD "Governo e manobra da embarcação – iniciação" <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1.4 e 1.5 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.4.1 e 1.5.1</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
Quadro A-III/4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuição para a monitorização e contro de quartos de navegação em condições de segurança</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fraseologia e terminologia utilizada a bordo.</li> <li>• Utilização adequada dos sistemas de comunicação e de alarmes internos.</li> <li>• Capacidade para compreender as ordens recebidas e para comunicar com o oficial chefe de quarto sobre os assuntos relevantes para o serviço de quarto.</li> <li>• Procedimentos para a rendição, manutenção e entrega do quarto.</li> <li>• Informação necessária para a manutenção do quarto em condições de segurança.</li> <li>• Procedimentos básicos para a manutenção do meio ambiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Módulos/UFCD "Formação Geral Naval", "Governo e Manobra da embarcação – iniciação", "Navegação – operações elementares" e "Navegação – iniciação à navegação costeira"</li> <li>• Módulo/UFCD "Conduta responsável a bordo" <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1, 1.2 e 1.3</li> <li>▪ 1.1.1 a 1.1.7, 1.2.1 a 1.2.3 e 1.3.1 a 1.3.3</li> </ul> </li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
Quadro A-II/4	<p>Execução de um serviço de vigia adequado através da visão e da audição</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Responsabilidades inerentes ao serviço de vigia, incluindo o anúncio do azimute aproximado de um sinal acústico, luminoso ou de qualquer outro objeto em graus ou quartas da agulha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Módulo "Formação Geral Naval" 1.11</li> </ul>	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**Grelha de competências STCW – Formação Geral Comum e Formação Complementar**

Competências	Conhecimentos, compreensão e aptidão	Módulo/Submódulo, Objetivo e Conteúdo
<p align="center">Quadro A-III/4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Governar o navio e cumprir as ordens para o leme, incluindo as ordens em língua inglesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização das agulhas magnéticas e girobússolas.</li>   <li>• Ordens para o leme.</li> <li>• Passagem do modo de piloto automática para governo manual e vice-versa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Módulo/UFCD "Navegação – operações elementares" <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.5 a 1.1.10</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Módulo/UFCD "Navegação – iniciação à navegação costeira" <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1.1 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.1 a 1.1.6</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>▪ Módulos/UFCD "Língua estrangeira – iniciação – inglês" (CLC_LEI_1), "Língua estrangeira – continuação – inglês" (CLC_LEC_1), "Língua inglesa – atividade marítima" (UFCD 6499) e "Língua inglesa – comunicações marítimas" (UFCD 6495).</li>   <li>▪ Módulo/UFCD "Governo e manobra da embarcação – iniciação" (UFCD 6481) <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1, 1.2 e 1.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1.1.1 a 1.1.4, 1.2.1 a 1.2.2 e 1.3.1 a 1.3.6</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>▪ Módulos/UFCD "Língua estrangeira – iniciação – inglês" (CLC_LEI_1), "Língua estrangeira – continuação – inglês" (CLC_LEC_1), "Língua inglesa – atividade marítima" (UFCD 6499) e "Língua inglesa – comunicações marítimas" (UFCD 6495).</li> </ul>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
	<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

<b>INICIATIVA</b>	
1	Não participa
2	Participa embora necessite de solicitação
3	Participa por iniciativa própria
4	Participa frequentemente e por iniciativa própria
<b>ESPIRITO DE GRUPO</b>	
1	Não coopera no trabalho colectivo nem facilita o atingir dos objetivos do grupo
2	Coopera no trabalho coletivo, mas nem sempre facilita o atingir dos objetivos do grupo
3	Coopera no trabalho coletivo e facilita a maioria das vezes o atingir dos objetivos do grupo
4	Coopera no trabalho coletivo facilitando sempre o atingir dos objetivos do grupo
<b>PERSISTÊNCIA</b>	
1	Não revela perseverança na realização das tarefas que lhe são atribuídas
2	Revela alguma perseverança na realização das tarefas que lhe são atribuídas
3	Revela perseverança na realização das tarefas que lhe são atribuídas, mesmo com dificuldades
4	Revela perseverança na realização das tarefas que lhe são atribuídas
<b>RELAÇÕES INTERPESSOAIS</b>	
1	Não interage com os outros elementos do grupo
2	Interage com os outros elementos do grupo e formadores, mas não mostra boa aceitação do "outro"
3	Interage com os outros elementos do grupo e formadores e mostra boa aceitação do "outro"
4	Interage com os outros elementos do grupo e formadores e contribui para a coesão do grupo

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
	<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

**REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO COMPORTAMENTAL**

<b>PONTUALIDADE</b>	
1	Não cumpre os horários definidos.
2	Cumpre os horários definidos, mas com uso sistemático de tolerância.
3	Cumpre os horários definidos, embora necessite algumas vezes de tolerância.
4	Cumpre os horários definidos, sem uso sistemático de tolerância.
<b>MOTIVAÇÃO</b>	
1	Não evidencia entusiasmo, curiosidade, interesse e empenho pela aprendizagem.
2	Evidencia pontualmente entusiasmo, curiosidade, interesse e empenho pela aprendizagem.
3	Evidencia frequentemente entusiasmo, curiosidade, interesse e empenho pela aprendizagem.
4	Evidencia sistematicamente entusiasmo, curiosidade, interesse e empenho pela aprendizagem.
<b>PARTICIPAÇÃO</b>	
1	Não mostra interesse em colaborar na realização das atividades propostas
2	Mostra interesse em colaborar na realização de algumas atividades propostas
3	Mostra interesse em colaborar na realização da maioria das atividades propostas
4	Mostra interesse em colaborar na realização de todas as atividades propostas
<b>COMUNICAÇÃO</b>	
1	Não emite, com êxito, as mensagens que pretende transmitir
2	Emite, com êxito, algumas mensagens que pretende transmitir
3	Emite, com êxito, a maioria das mensagens que pretende transmitir
4	Emite, com êxito, as mensagens que pretende transmitir

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO (S) GERAL (AIS): -</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## ANEXO A

## GRELHA DE AVALIAÇÃO COMPORTAMENTAL

FORMANDO: .....

NII.....P/CLAS:..... CURSO / EDIÇÃO.....

FORMADOR:.....DATA: ..... CLASSIFICAÇÃO.....

PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO	ESCALA			
	1	2	3	4
PONTUALIDADE				
MOTIVAÇÃO				
PARTICIPAÇÃO				
COMUNICAÇÃO				
INICIATIVA				
ESPÍRITO DE GRUPO				
PERSISTÊNCIA				
RELAÇÕES INTERPESSOAIS				
<b>SUBTOTAL</b>				
<b>TOTAL</b>				

Escala: 1 – Não Satisfaz 2 – Satisfaz 3 – Bom 4 – Muito Bom

Nota: A classificação da grelha é a razão entre o total dos pontos e o total dos itens avaliados, convertida posteriormente numa escala de 0 a 20 valores.

NÃO CLASSIFICADO

PEETNA 901 (A)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## GRELHA DE AVALIAÇÃO

OBSERVAÇÕES:

NÃO CLASSIFICADO

5-16-6

ORIGINAL  
(Verso em Branco)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**GRELHA DE AVALIAÇÃO**

**\*Escala:**

- O coordenador deverá selecionar (com X) o valor a atribuir a cada item.
- Escala de 1 a 5 de acordo com os seguintes critérios:
  - 1 – Tarefas não executadas ou com desempenho totalmente inaceitável;
  - 2 – Tarefas executadas, mas com desempenho insuficiente;
  - 3 – Tarefas executadas com desempenho regular;
  - 4 – Tarefas executadas com bom desempenho;
  - 5 – Tarefas executadas com desempenho excelente.

**Notas:**

- A classificação do Estágio obtém-se através da média aritmética simples, aproximada às décimas, da valorização atribuída a cada item observado e posteriormente convertida numa escala de 0 a 20 valores.
- Nos itens não observados, deve constar a notação "NO" (não observado), devendo o coordenador justificá-la na página das Observações.
- Nos itens assinalados com "S", é obrigatório atribuir uma classificação.
- Nos itens assinalados com "S,QA", é obrigatório atribuir uma classificação apenas quando, na Unidade em que se realiza o estágio, existam meios que permitam a avaliação.

NÃO CLASSIFICADO

PEETNA 901 (A)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

GRELHA DE AVALIAÇÃO						
ITENS A OBSERVAR	Observação obrigatória	ESCALA *				
		1	2	3	4	5
30. Colabora ativamente e em segurança nas operações de lançamento e recolha de material utilizado na balizagem.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Executa os procedimentos radiotelefónicos	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SUBTOTAL</b>						

NÃO CLASSIFICADO

5-16-4

ORIGINAL  
(Verso em Branco)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

GRELHA DE AVALIAÇÃO						
ITENS A OBSERVAR	Observação obrigatória	ESCALA *				
		1	2	3	4	5
<b>COMPETÊNCIAS TÉCNICAS</b>						
18. Reconhece e executa as ordens de governo para o leme.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Executa as funções de vigia, de acordo com as indicações do chefe de quarto.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Relata os avistamentos utilizando a terminologia adequada.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Executa a condução de embarcações, reconhecendo as normas de segurança, o RIEAM e a sinalização visual.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Executa as tarefas, utilizando o material adequado e em segurança, nas fainas de atracar/detracar, fundear/suspender, amarrar à boia, reboque e reabastecimento.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Prepara adequadamente a embarcação e a respetiva palamenta.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Colabora ativamente e em segurança nas manobras de içar e arriar das embarcações.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Utiliza os equipamentos e sensores postos à disposição do vigia	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Aplica as técnicas na preparação de superfícies, para posterior tratamento do material.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Executa a preparação das tintas em função da superfície a pintar.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Executa o manuseamento de tintas e outros materiais de acordo com as normas de segurança.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Executa trabalhos de Arte de Marinheiro simples (Nós, Emendas, Falças, Voltas, Mãozinhas, Estropos, Balsos, Botões e Cozeduras).	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

GRELHA DE AVALIAÇÃO						
ITENS A OBSERVAR	Observação obrigatória	ESCALA *				
		1	2	3	4	5
<b>COMPETÊNCIAS MILITARES-NAVAIS</b>						
10. Demonstra uma atitude positiva perante a disciplina militar.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Demonstra uma apresentação pessoal de acordo com os padrões militares.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Demonstra interesse em manter o padrão de condição física estabelecido.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Demonstra interesse por conhecer as determinações relativas ao serviço de escala.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Mantém, quando de plantão ou ronda, a vigilância no setor atribuído e demonstra uma postura adequada.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Demonstra correção e firmeza nas abordagens quando em tarefas de controlo de acessos.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Revela cuidados com o manuseamento e manutenção do equipamento individual atribuído	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Revela cuidados com o manuseamento e conservação do armamento utilizado	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SUBTOTAL</b>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

NÃO CLASSIFICADO

PEETNA 901 (A)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Estágio	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 120 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b> -
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

GRELHA DE AVALIAÇÃO						
ITENS A OBSERVAR	Observação obrigatória	ESCALA *				
		1	2	3	4	5
<b>COMPETÊNCIAS PESSOAIS</b>						
1. Revela interesse em compreender a missão da unidade.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Revela compreensão das tarefas associadas ao grau de prontidão para combate/estado de segurança da unidade onde está inserido.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Compreende as tarefas que lhe são destinadas em função da tarefa global do grupo em que se insere.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Demonstra voluntarismo, espírito de cooperação e iniciativa na execução das tarefas atribuídas.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Demonstra desembaraço face a novas situações.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Contribui com o seu desempenho para o bom resultado do trabalho de equipa.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Aplica os princípios de saúde, higiene e segurança nos graus de prontidão para combate.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Demonstra preocupações de preservação ambiental.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Demonstra uma atitude de preocupação com a segurança do pessoal e material.	S	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SUBTOTAL</b>						

NÃO CLASSIFICADO

5-16-1

ORIGINAL  
(Verso em Branco)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – atividade marítima (UFCD 6499)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1.1 (5 Val.), 1.1.2 (5 Val.), 1.1.3 (4 Val.) e 1.1.4 (6 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – atividade marítima (UFCD 6499)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.1.1 (5 Val.), 1.1.2 (5 Val.), 1.1.3 (4 Val.) e 1.1.4 (6 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V , Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – atividade marítima (UFCD 6499)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b></p> <p>1.1. Reconhecer os termos e expressões básicos em inglês, utilizados na atividade marítima.</p> <p>1.1.1. Terminologia inglesa referente às embarcações</p> <p>1.1.1.1. Tipos de embarcações ligadas à pesca, comércio e tráfego local</p> <p>1.1.1.2. Secções de uma embarcação</p> <p>1.1.1.3. Locais de uma embarcação</p> <p>1.1.2. Designação de cabos e nós</p> <p>1.1.2.1. Cabos, nós e voltas</p> <p>1.1.3. Mensagem de socorro</p> <p>1.1.3.1. Mensagens de alerta e socorro</p> <p>1.1.4. <i>Standard Marine Navigational Vocabulary</i> (Vocabulário Standard de Navegação Marítima)</p> <p>1.1.4.1. Informações gerais</p> <p>1.1.4.2. Vocabulário técnico de comunicações marítimas para terra e outras embarcações</p> <p>1.1.4.3. Vocabulário técnico para comunicação a bordo</p>	<p>24 T</p> <p>Expositivo Demonstrativo Computador Projetor Tela de projeção Colunas de som Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual <i>Webster's Dictionary</i></p>
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – comunicações marítimas (UFCD 6495)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1.1 (14 Val.) e 1.1.2 (6 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – comunicações marítimas (UFCD 6495)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.1.1 (14 Val.) e 1.1.2 (6 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V , Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa – Técnica</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua inglesa – comunicações marítimas (UFCD 6495)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b></p> <p>1.1. Utilizar e compreender a fraseologia padrão nas comunicações marítimas da IMO.</p> <p>1.1.1. Vocabulário utilizado em comunicações marítimas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação pessoal e dados pessoais</li> <li>• Compreensão dos vocábulos e expressões utilizados em comunicações marítimas</li> <li>• Vocabulário <i>SEASPEAK</i></li> <li>• <i>Standard Marine Navigational Vocabulary</i>  Informações gerais  – Vocabulário técnico de comunicações marítimas para terra e outras embarcações  Vocabulário técnico para comunicação a bordo</li> </ul> <p>1.1.2. Mensagens de alerta e socorro</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emissão de mensagens de alerta e socorro, segurança e urgência</li> <li>• Resposta a mensagens de socorro, segurança e urgência</li> </ul>	<p>24 T</p>	<p>Expositivo  Demonstrativo  Computador  Projektor  Tela de projeção  Colunas de som  Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual  <i>Webster's Dictionary</i></p>
---	-------------	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - continuação - inglês (CLC_LEC_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, escolha múltipla</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1.1 (8 Val.), 1.1.2 (8 Val.) e 1.2.2. (4 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - continuação - inglês (CLC_LEC_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, escolha múltipla</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.1.1 (8 Val.), 1.1.2 (8 Val.) e 1.2.2. (4 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V , Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - continuação - inglês (CLC_LEC_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.2.2. Escrever</p> <p>1.2.2.1. Elaboração de textos claros e variados, de modo estruturado, atendendo à sua função e destinatário, dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação</p> <p>1.2.2.2. Mobilização de recursos linguísticos de forma a relacionar informação proveniente de fontes e áreas diversificadas</p> <p>1.2.2.3. Resumo e síntese de informação de modo lógico e coerente</p> <p>1.2.2.4. Registo de notas como forma de regulação do quotidiano</p> <p>1.2.2.5. Produção de textos de carácter autobiográfico: cartas, memórias, diários</p> <p>1.2.2.6. Produção de textos de carácter transaccional</p> <p>1.2.2.7. Descrição de experiências, sentimentos e acontecimentos do contexto pessoal, profissional ou institucional</p> <p>1.2.2.8. Produção de textos de reflexão crítica e argumentativa sobre assuntos de carácter abstrato, relacionados com as suas vivências, o seu ideário e, sempre que possível, cruzados com as temáticas dos diversos módulos de formação</p>	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projector</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Laboratório</p> <p>áudio e</p> <p>multimédia</p> <p>Manual</p> <p>Webster's</p> <p>Dictionary</p> <p>Gramática</p>
--	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - continuação - inglês (CLC_LEC_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.2.5. Leitura e interpretação de textos longos de forma a reunir e cruzar informações de fontes diversas</p> <p>1.1.2.6. Leitura e interpretação de textos literários de autores de mérito e impacto reconhecidos</p> <p>1.1.2.7. Compreensão de instruções escritas complexas</p> <p>1.2. Competências de produção</p> <p>1.2.1. Falar</p> <p>1.2.1.1. Interação eficaz em língua estrangeira, participando ativamente em discussões dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, defendendo pontos de vista e opiniões, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outras situações de aprendizagem formal, informal e não formal</p> <p>1.2.1.2. Mobilização de recursos linguísticos de forma a relacionar informação proveniente de fontes e áreas diversificadas</p> <p>1.2.1.3. Resumo e síntese de informação de modo lógico e coerente</p> <p>1.2.1.4. Exposição oral de raciocínios, opiniões, ideias e ideais de forma estruturada e sustentada com argumentação adequada</p> <p>1.2.1.5. Construção de respostas estruturadas e coerentes recorrendo a mecanismos de encadeamento de conversação</p>	24 T	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projector</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual</p> <p><i>Webster's Dictionary</i></p> <p>Gramática</p>
--	------	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - continuação - inglês (CLC_LEC_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>		
<p>1.1. Competências de interpretação</p> <p>1.1.1. Ouvir/Ver</p> <p>1.1.1.1. Compreensão de discursos fluidos e capacidade de seguir linhas de argumentação dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação</p> <p>1.1.1.2. Compreensão de noticiários e programas de atualidade sobre assuntos correntes, em suportes variados</p> <p>1.1.1.3. Compreensão de informações sobre tópicos do quotidiano e relacionados com o trabalho</p> <p>1.1.1.4. Identificação de aspetos gerais e específicos de mensagens orais</p> <p>1.1.2. Ler</p> <p>1.1.2.1. Compreensão de diversos tipos de texto, dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, recorrendo, de forma adequada, à informação visual disponível, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação</p> <p>1.1.2.2. Compreensão de textos extensos, de carácter literário e não literário</p> <p>1.1.2.3. Compreensão de informações técnicas, como livros de instruções e folhetos informativos, entre outros, de equipamentos usados no dia-a-dia</p> <p>1.1.2.4. Leitura de textos de forma autónoma, apropriando-se do texto lido através da utilização de pausas, inflexões e velocidades diferentes, de forma a criar expressividade na leitura</p>	25 T	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projetor</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual</p> <p><i>Webster's Dictionary</i></p> <p>Gramática</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame final</p> <p>2.2.3.1. Teste escrito, escolha múltipla</p> <p>2.2.3.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1.1 (8 Val.), 1.1.2 (8 Val.) e 1.2.1 (4 Val.)</p> <p>2.2.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.2.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.2.3.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, escolha múltipla</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.1.1 (8 Val.), 1.1.2 (8 Val.) e 1.2.1 (4 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V , Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>recursos, incluindo competências ao nível da cultura, da língua e da comunicação</p> <p>1.2.1.9. Agir em contextos profissionais, com recurso aos saberes em cultura, língua e comunicação</p> <p>1.2.1.10. Formular opiniões críticas mobilizando saberes vários e competências culturais, linguísticas e comunicacionais</p> <p>1.2.1.11. Identificar os principais fatores que influenciam a mudança social, reconhecendo nessa mudança o papel da cultura, da língua e da comunicação</p>	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projektor</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual</p> <p>Webster's Dictionary</p> <p>Gramática</p>
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos</p> <p>1.1.2.6. Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos</p> <p>1.1.2.7. Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da actualidade.</p> <p>1.2. Competências de produção</p> <p>1.2.1. Falar/Escrever</p> <p>1.2.1.1. Uso de frases simples e curtas para falar da família, dos outros e do seu percurso pessoal, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos</p> <p>1.2.1.2. Produção, simples e breve mas articulada, de enunciados para narrar, descrever, expor informações e pontos de vista</p> <p>1.2.1.3. Comunicação em situações do quotidiano que exigem apenas troca de informação simples e direta sobre assunto e atividades correntes</p> <p>1.2.1.4. Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos</p> <p>1.2.1.5. Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da actualidade</p> <p>1.2.1.6. Escrita de textos curtos e simples relacionados com aspetos da vida quotidiana</p> <p>1.2.1.7. Escrita de textos simples e estruturados sobre assuntos conhecidos e do seu interesse</p> <p>1.2.1.8. Intervir tendo em conta que os percursos individuais são afetados pela posse de diversos</p>	<p>24 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador Projektor Tela de projeção Colunas de som Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual <i>Webster's Dictionary</i> Gramática</p>
---	-------------	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Língua Inglesa - Geral</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>		
<p>1.1. Competências de interpretação</p> <p>1.1.1. Ouvir/Ver</p> <p>1.1.1.1. Compreensão de textos simples, breves e claros relacionados com aspetos da vida quotidiana e/ou com as áreas de interesse dos adultos</p> <p>1.1.1.2. Compreensão das ideias gerais de um texto em língua corrente sobre aspetos relativos aos tempos livres, bem como a temas atuais e assuntos do interesse pessoal e/ou profissional dos adultos, quando o discurso é claro, pausado e adequado ao seu nível linguístico</p> <p>1.1.1.3. Compreensão do conteúdo informativo simples de material audiovisual (entrevista, conversa telefónica, conversa informal entre pares, outros)</p> <p>1.1.2. Ler</p> <p>1.1.2.1. Compreensão de textos curtos e simples sobre assuntos do quotidiano, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos</p> <p>1.1.2.2. Detecção de informação previsível concreta em textos simples de uso comum (conversa telefónica, entrevista, outros)</p> <p>1.1.2.3. Compreensão de textos simples em língua corrente sobre assuntos do quotidiano e relacionados com as áreas de formação e/ou atividade profissional dos adultos</p> <p>1.1.2.4. Percepção de acontecimentos relatados, assim como sentimentos e desejos expressos</p> <p>1.1.2.5. Comunicação em situações do quotidiano implicando troca de informação simples e direta sobre assuntos e atividades correntes, variando o</p>	25 T	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projeter</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Laboratório áudio e multimédia</p> <p>Manual</p> <p>Webster's Dictionary</p> <p>Gramática</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Noções de Matemática</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 36 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação 1.1 (4 Val.); 1.2 (6 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (6 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Noções de Matemática</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 36 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste nº 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.1 (8 Val.); 1.2 (12 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 1</p> <p>2.3.2. Teste nº 2</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.3 (8 Val.); 1.4 (12 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Noções de Matemática</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 36 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equações do 1º grau <ul style="list-style-type: none"> <li>- Princípios de equivalência de equações</li> <li>- Principais passos na resolução de uma equação</li> <li>Classificação de equações</li> <li>- Principais passos na resolução de um problema</li> </ul> </li> <li>• Equações literais</li> <li>• Sistema de duas equações <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equações do 1º grau com duas incógnitas</li> <li>- Passos para resolver um sistema pelo método de substituição</li> <li>- Classificação de sistemas</li> <li>- Resolução de problemas</li> </ul> </li> <li>• Equações do 2º grau <ul style="list-style-type: none"> <li>Equações do 2º grau incompletas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lei do anulamento do produto</li> </ul> </li> <li>- Número de soluções de uma equação do 2º grau</li> <li>Equações do 2º grau completas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fórmula resolvente</li> </ul> </li> <li>- Resolução de problemas</li> </ul> </li> </ul>		Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador Fichas formativas

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Noções de Matemática</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 36 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.3. Resolver problemas de geometria e medida.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas envolvendo perímetros, áreas e volumes <ul style="list-style-type: none"> <li>– Áreas e perímetros de figuras planas</li> <li>– Áreas e volumes de sólidos</li> </ul> </li> <li>• Teorema de Pitágoras <ul style="list-style-type: none"> <li>– Decomposição de um triângulo pela altura referente à hipotenusa</li> <li>– Teorema de Pitágoras</li> <li>– Recíproco do teorema de Pitágoras</li> <li>– Resolução de problemas</li> </ul> </li> <li>• Trigonometria <ul style="list-style-type: none"> <li>– Razões trigonométricas de ângulos agudos</li> <li>– Relações entre as razões trigonométricas</li> <li>– Valores exatos das razões trigonométricas dos ângulos de amplitude <math>30^\circ</math>, <math>45^\circ</math> e <math>60^\circ</math></li> <li>– Razões trigonométricas de ângulos complementares</li> <li>– Resolução de problemas</li> </ul> </li> </ul> <p>1.4. Resolver problemas de álgebra.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monómios e polinómios <ul style="list-style-type: none"> <li>– Monómios</li> <li>– Polinómios <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Forma reduzida de um polinómio</li> <li>▪ Soma algébrica de dois polinómios</li> <li>▪ Multiplicação algébrica de dois polinómios <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Casos notáveis da multiplicação</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p>6 T</p> <p>11 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador Fichas formativas</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Noções de Matemática</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 36 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1. Resolver problemas usando raciocínio proporcional.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionalidade direta <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regra três simples</li> <li>- Escalas</li> <li>Percentagens</li> </ul> </li> <li>• Proporcionalidade inversa <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regra três inversa</li> </ul> </li> <li>• Resolução de problemas</li> </ul>	6 T	Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador Fichas formativas
<p>1.2. Resolver operações com números reais e sexagesimais.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Números reais <ul style="list-style-type: none"> <li>Quadrado perfeito e raiz quadrada</li> <li>- Cubo perfeito e raiz cúbica</li> <li>- Operações com números reais <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adição, subtração, multiplicação e divisão</li> </ul> </li> <li>- Potências de expoente inteiro <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Regras das potências</li> </ul> </li> <li>Notação científica <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adição, subtração, multiplicação e divisão</li> </ul> </li> <li>- Frações e dízimas</li> <li>- Valores aproximados</li> </ul> </li> <li>• Resolução de expressões numéricas</li> <li>• Operações com números sexagesimais <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adição, subtração, multiplicação e divisão</li> </ul> </li> </ul>	11 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Resistência do Aparelho</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 90 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.5. Exame final</p> <p>2.2.5.1. Teste escrito, misto</p> <p>2.2.5.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1 (2,5 Val); 1.2 (2,5 Val); 1.3 (2,5 Val); 1.4 (2,5 Val);1.5 (3 Val);1.6 (3 Val);1.7 (1 Val);1.8 (1 Val);1.9 (1 Val) e 1.10 (1 Val).</p> <p>2.2.5.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.2.5.4. Escala: 0 a 20</p> <p>2.2.5.5. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Resistência do Aparelho</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 90 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.3. Teste n.º 3</p> <p>2.2.3.1. Teste escrito, misto</p> <p>2.2.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.5 (10 Val.) e 1.6 (10 Val.)</p> <p>2.2.3.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.2.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.2.3.5. Coeficiente 2</p> <p>2.2.4. Teste n.º 4</p> <p>2.2.4.1. Teste escrito, misto</p> <p>2.2.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.7 (5 Val.); 1.8 (5 Val.); 1.9 (5 Val.); 1.10 (5 Val.).</p> <p>2.2.4.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.2.4.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.2.4.5. Coeficiente 2</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Resistência do Aparelho</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 90 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.2.1. Teste n.º 1</p> <p>2.2.1.1. Teste escrito, misto</p> <p>2.2.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (10 Val) e 1.2 (10 Val).</p> <p>2.2.1.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.2.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.2.1.5. Coeficiente 1</p> <p>2.2.2. Teste n.º 2</p> <p>2.2.2.1. Teste escrito, misto</p> <p>2.2.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.3 (10 Val.) e 1.4 (10 Val.)</p> <p>2.2.2.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.2.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.2.2.5. Coeficiente 2</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Resistência do Aparelho</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 90 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.5 Descrever o sistema de poleame.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gatos</li> <li>• Carga de segurança dos gatos</li> <li>• Carga de segurança das manilhas</li> <li>• Carga de segurança dos arganéis</li> <li>• Dimensões dos olhais, sapatilhos e moitões</li> </ul>	10 T	Expositivo Computador Projetor PowerPoint PEETNA 4545
<p>1.6 Calcular resistências à flexão e à compressão.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resistência à flexão e à compressão das vergõteas de madeira</li> <li>• Resistência dos turcos</li> </ul>	8 T	
<p>1.7 Descrever os aparelhos de força.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparelhos de força</li> <li>• Cadernais fixos e móveis</li> <li>• Aparelhos de forças compostos</li> <li>• Princípios práticos</li> <li>• Carga de segurança do tirador e do aparelho</li> <li>• Resistência das alças</li> <li>• Carga de segurança das lingas</li> </ul>	11 T	
<p>1.8 Calcular o aparelho de lais.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparelho de lais</li> <li>• Esforços do aparelho de lais</li> <li>• Carga de segurança de um aparelho de lais</li> <li>• Determinação gráfica da carga de segurança</li> <li>• Determinação da bitola do amantilho</li> </ul>	6 T	
<p>1.9 Calcular esforços nos paus de carga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuição dos esforços</li> <li>• Cargas de segurança</li> <li>• Bitola do amantilho</li> </ul>	6 T	
<p>1.10 Calcular esforços num aparelho de força.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuição dos esforços</li> <li>• Cargas de segurança</li> <li>• Bitola do tirador</li> <li>• Carga de rotura.</li> </ul>	7 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Física Aplicada</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 126HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Resistência do Aparelho</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 90 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS / OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Reconhecer noções básicas de Física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fenómeno físico</li> <li>• Corpo <ul style="list-style-type: none"> <li>– Massa</li> <li>– Volume</li> <li>– Densidade</li> <li>– Dinamómetro</li> <li>– Diferença entre peso e massa</li> </ul> </li> <li>• Propriedades gerais da matéria</li> </ul>	8 T	Expositivo Computador Projeter PowerPoint PEETNA 4545
<p>1.2 Identificar os sistemas de forças.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Força <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vetores</li> <li>– Representação gráfica de forças</li> <li>– Componentes de uma força</li> <li>– Momento de uma força</li> <li>– Sistemas de forças</li> </ul> </li> <li>• Binário</li> <li>• Trabalho e potência</li> </ul>	9 T	
<p>1.3 Reconhecer o sistema de alavancas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Máquinas simples</li> <li>• Introdução às alavancas</li> <li>• Condições de equilíbrio</li> <li>• Efeito de uma força aplicada a um sistema móvel de rotação</li> </ul>	7 T	
<p>1.4 Descrever o sistema de massame.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Causas de deterioração dos cabos</li> <li>• Conservação dos cabos</li> <li>• Inspeção dos cabos</li> <li>• Resistência dos cabos</li> <li>• Cargas de rotura e de segurança</li> <li>• Problema da substituição dos cabos</li> <li>• Peso dos cabos.</li> </ul>	10 T	

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 8 DE 8 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO/UFCD: Carpintaria		CARGA HORÁRIA: 100HRS
SUBMÓDULO/UFCD: -		CARGA HORÁRIA: -
OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.		
UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO	MÉTODOS, MEIOS E REF.

SUBTOTAL	20 Val.	
TOTAL	20 Val.	
<p>* -O formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  **Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	FL 7 DE 8 FLS	
<b>CURSO:</b> Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12	
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Carpintaria	CARGA HORÁRIA: 100HRS	
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	CARGA HORÁRIA: -	
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE E DO EXAME FINAL</b>					
NII: ..... P/CLAS: ..... NOME: ..... EDIÇÃO: .....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO: ..... DATA: ..../..../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Traça e marca linhas em vários sentidos sobre várias madeiras, utilizando as ferramentas adequadas.	3,5 Val	3,5 Val	1,75 Val	0 Val	
2. Serra e corta, peças em madeira, em várias posições e sentidos em relação ao seu veio.	4 Val	4 Val	2 Val	0 Val	
3. Executa pregagens em peças de madeira, utilizando o prego adequado.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
4. Afia e assenta o fio das ferramentas de gume.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
5. Desempena, galga e desengrossa peças de madeira, face e canto para obtenção de superfícies e cantos retilíneos em esquadria.	3,5 Val	3,5 Val	1,75 Val	0 Val	
6. Cola peças em madeira, solidificando-as através de colas, ajustamento e aperto.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
7. Afaga peças em madeira, ligadas entre si, dando-lhes maior perfeição.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
8. Lixa superfícies de peças em madeira de forma a deixá-la em condições de acabamento final.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
9. Fura peças em madeira devidamente marcadas utilizando bedame, com auxílio do maço.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
10. Chanfra topeja peças em madeira, devidamente esquadriadas, criando nas arestas uma profundidade e inclinação pretendida.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>	
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.2. Exame final</p> <p>2.3.2.1. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-12-7 e 5-12-7)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (0,5 Val.); 1.2 (0,5 Val.); 1.3 (1 Val.); 1.4 (1 Val.); 1.5 (0,5 Val.); 1.6 (1,5 Val.); 1.7 (1,5 Val.); 1.8 (1Val); 1.9 (1 Val); 1.10 (1,5 Val); 1.11 (1 Val). 1.12 (1 Val); 1.13 (1 Val); 1.14 (1 Val); 1.15 (1 Val); 1.16 (1,5 Val); 1.17 (1 Val); 1.18 (1 Val); 1.19 (1 Val); 1.20 (0,5 Val).</p> <p>2.3.2.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>	
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-12-7 e 5-12-8)</p> <p>2.3.1.2. Objetivos /conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (0,5 Val.); 1.2 (0,5 Val.); 1.3 (1 Val.); 1.4 (1 Val.); 1.5 (0,5 Val.); 1.6 (1,5 Val.); 1.7 (1,5 Val.); 1.8 (1 Val.); 1.9 (1 Val.); 1.10 (1,5 Val.); 1.11 (1 Val.); 1.12 (1 Val.); 1.13 (1 Val.); 1.14 (1 Val.); 1.15 (1 Val.); 1.16 (1,5 Val.); 1.17 (1 Val.); 1.18 (1 Val.); 1.19 (1 Val.); 1.20 (0,5 Val.).</p> <p>2.3.1.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 8 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.17. Chanfrar topejar peças em madeira, devidamente esquadriadas, criando nas arestas uma profundidade e inclinações pretendidas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação do chanfro utilizando o graminho</li> <li>• Fixação da peça (grampo ou prensa)</li> </ul>	4 T	Demonstrativo Oficina de trabalho Ferramentas Textos de apoio
<p>1.18. Afiar ferramentas de gume</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificação da caldeira do rebolo</li> <li>• Ajuste a espera para o ângulo pretendido</li> <li>• Ajuste do ferro na espera</li> <li>• Movimentação do ferro</li> <li>• Afiar, esperando a pancada do rebolo</li> <li>• Verificação do afiamento</li> </ul>	3 T	
<p>1.19. Assentar o fio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocação da pedra e lubrificá-la</li> <li>• Assentamento correto do chanfro ou face do ferro e alternadamente percorrer toda a pedra</li> <li>• Verificação, depois de várias passagens a perfeição do corte</li> </ul>	3 T	
<p>1.20. Preparar peças em madeira aparelhada para montar por pregagens.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação dos painéis</li> <li>• Utilização de prego quadrado</li> </ul>	3 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 8 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.12. Lixar superfícies de peças em madeira de forma a deixá-la em condições de acabamento final.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prender a peça no banco</li> <li>• Escolher a lixa adequada</li> <li>• Lixar, pressionando no sentido das fibras</li> </ul>	4 T	Demonstrativo Oficina de trabalho Ferramentas Textos de apoio
<p>1.13. Desempenar peças de madeira, face e canto para obtenção de superfícies e cantos retilíneos em esquadria.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prender a peça</li> <li>• Localização do empeno</li> <li>• Desempeno da face e canto</li> </ul>	4 T	
<p>1.14. Furar peças em madeira devidamente marcadas, utilizando bedame, com auxílio do maço.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação com lápis e esquadro o comprimento do furo</li> <li>• Graminhar a espessura do furo</li> <li>• Fixação da peça</li> <li>• Execução de furos</li> </ul>	4 T	
<p>1.15. Ensamblar meio-madeira a partir de peças aparelhadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação com lápis e esquadro os componentes do engradado</li> <li>• Graminhar de face e cantos a dimensão pretendida</li> <li>• Execução de cortes ao través</li> <li>• Corte com formão</li> </ul>	4 T	
<p>1.16. Galgar e desengrossar peças aparelhadas, apenas de face e canto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcar com lápis e galgadeira ou graminho, as dimensões</li> <li>• Aperfeiçoamento com garlopa ou rebote</li> <li>• Desbaste</li> </ul>	4 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 8 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.7. Cortar com formão peças em madeira, em várias posições e sentidos em relação à sua fibra.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posição correta do formão</li> <li>• Corte de pequenas espessuras</li> <li>• Execução de chanfros</li> <li>• Execução de entalhes</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Oficina de trabalho Ferramentas Textos de apoio
<p>1.8. Aplainar peças em madeira de superfície rugosa, tornando-a lisa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocação da peça no banco</li> <li>• Desempenar a face retirando a serragem</li> <li>• Verificação planura e desempenho.</li> </ul>	6 T	
<p>1.9. Colar peças em madeira, solidificando-as através de colas, ajustamento e aperto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escolha dos utensílios adequados (grampos e calços)</li> <li>• Preparação das colas de acordo com o trabalho a executar</li> <li>• Formação das superfícies rugosas</li> <li>• Colagem, ajuste e aperto</li> </ul>	6 T	
<p>1.10. Executar pregagens em peças de madeira aparelhada utilizando pregos de arame.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escolha dos pregos adequados</li> <li>• Esmagar a cabeça dos pregos</li> <li>• Execução da pregagem</li> </ul>	6 T	
<p>1.11. Afagar peças em madeira, ligadas entre si, dando-lhes maior perfeição.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulação da capa do ferro</li> <li>• Montagem e afinação do ferro</li> <li>• Execução do afagamento</li> </ul>	5 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 8 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Carpintaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA:100HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b>		
1.1. Traçar linhas em vários sentidos sobre várias madeiras, utilizando a régua, o lápis e o riscador. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação de sinais convencionais</li> <li>• Aplicação da terminologia técnica</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Oficina de trabalho Ferramentas Textos de apoio
1.2. Marcar sobre várias peças as distâncias fornecidas, utilizando o metro, o lápis e o riscador. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação com metro</li> <li>• Marcação com fita métrica</li> </ul>	6 T	
1.3. Traçar com lápis, sobre os pontos referenciados, deslocando e colocando corretamente o esquadro. <ul style="list-style-type: none"> <li>• À direita, à esquerda, à frente e atrás</li> <li>• De face para canto ou para topo</li> <li>• De meia esquadria à direita e à esquerda</li> </ul>	6 T	
1.4. Marcar paralelas utilizando graminho e regulando-o para as dimensões pretendidas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação de face</li> <li>• Marcação de topo</li> </ul>	6 T	
1.5. Traçar linhas curvas regulares com compasso, ajustando-o para as dimensões pretendidas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcação de circunferências concordantes</li> <li>• Marcação de linhas concordantes</li> </ul>	6 T	
1.6. Serrar peças em madeira, utilizando um serrote em função das peças a serrar. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ao fio (madeira dura e branda)</li> <li>• Ao través (madeira dura e branda)</li> </ul>	6 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		FL 6 DE 6 FLS
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		CÓDIGO:CFP12
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		CARGA HORÁRIA:139HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>		CARGA HORÁRIA: 25 HRS
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº1 (PARTE PRÁTICA)</b>					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: .....CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ...../...../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA*			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>um</b> botão em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
2. Executa <b>um</b> botão em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Executa <b>um</b> botão em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
4. Executa <b>um</b> botão em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
5. Executa <b>uma</b> operação para forrar um cabo de massa.	<b>2 Val</b>	2 Val	1 Val	0 Val	
6. Executa <b>uma</b> alça em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
7. Executa <b>uma</b> costura em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
8. Executa <b>uma</b> pinha em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
9. Executa <b>uma</b> pinha em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
10. Executa <b>uma</b> pinha em cabo de massa.	<b>2 Val</b>	2 Val	1 Val	0 Val	
<b>TOTAL</b>	<b>12 Val</b>				

\* O formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  
**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*\*  
**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*\*  
**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável  
\*\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  
\*\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.

**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO:CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala de 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.3. Exame final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.11 (2 Val); 1.1.12 (2 Val); 1.1.13 (2 Val); 1.1.14 (2 Val).</p> <p>2.3.3.3. Duração: 40 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 8 valores.</p> <p>Parte prática</p> <p>2.3.3.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial pág. 5-11-2-7</p> <p>2.3.3.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (1 Val);1.1.2 (1 Val); 1.1.3 (1 Val); 1.1.4 (1 Val);1.1.5 (2 Val); 1.1.6 (1 Val) 1.1.7 (1 Val);1.1.8 (1 Val); 1.1.9 (1 Val);1.1.10 (2 Val)</p> <p>2.3.3.7. Duração: 60 minutos</p> <p>2.3.3.8. Escala: 0 a 12 valores.</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO:CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>    Parte teórica</p> <p>    2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>    2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>        1.1.11 (2 Val); 1.1.12 (2 Val); 1.1.13 (2 Val); 1.1.14 (2 Val).</p> <p>    2.3.1.3. Duração: 40 minutos</p> <p>    2.3.1.4. Escala: 0 a 8 valores.</p> <p>    Parte prática</p> <p>    2.3.1.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial pág. 5-11-2-7</p> <p>    2.3.1.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>        1.1.1 (1 Val);1.1.2 (1 Val); 1.1.3 (1 Val); 1.1.4 (1 Val);1.1.5 (2 Val); 1.1.6 (1 Val) 1.1.7 (1 Val);1.1.8 (1 Val); 1.1.9 (1 Val);1.1.10 (2 Val)</p> <p>    2.3.1.7. Duração: 60 minutos</p> <p>    2.3.1.8. Escala: 0 a 12 valores.</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO:CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.11. Costura de mão em cabo entrançado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falçar o cabo deixando os chicotes com o comprimento suficiente</li> <li>• Falçar os cordões do cabo</li> <li>• Dividir os cordões pelo cabo <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1.º ao centro, por cima</li> <li>– 1.º à esquerda</li> <li>– 1.º à direita</li> </ul> </li> <li>Último ao centro por baixo</li> <li>• Iniciar a costura</li> <li>• O 1.º cordão a entrar é o do centro para baixo, que enfia no meio do cabo</li> <li>• Cuidados a ter na utilização do queimador, da navalha e da espicha de meia cana</li> </ul>	2 T	
<p>1.1.12. Escada de portaló – marinha de comércio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocação de escada de portaló</li> <li>• Vigia do portaló e cabos de amarração enquanto o navio está atracado</li> </ul>	1 T	
<p>1.1.13. Escada de piloto – marinha de comércio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Especificidades da escada de piloto</li> </ul>	1 T	
<p>1.1.14. Construção de um mareato – marinha de comércio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Embandeiramento de uma embarcação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bandeiras e galhardetes do Código Internacional de Sinais</li> <li>– Içar as bandeiras e galhardetes da proa para a popa (as bandeiras e galhardetes devem cair a vante e a ré até à água, colocando-se um peso na ponta para as manter esticadas)</li> </ul> </li> </ul>	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO:CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.5. Forrar o cabo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução das 4 operações para forrar um cabo: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engaiar</li> <li>- Percintar</li> <li>- Trincafiar</li> <li>- Forrar</li> </ul> </li> </ul>	3 T	
<p>1.1.6. Alça no chicote em cabo misto ou cabo de aço</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução de: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uma costura de mão</li> <li>- Do botão de forma que fique a alça com o tamanho desejado</li> </ul> </li> <li>• Iniciação da costura</li> <li>• Bater a costura</li> </ul>	2 T	
<p>1.1.7. Costura redonda em cabo de aço</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução <ul style="list-style-type: none"> <li>- Da costura em cabo de aço</li> <li>- Do botão à portuguesa</li> </ul> </li> <li>• Utilizar mordentes, ter em atenção a colocação correta dos mesmos</li> <li>• Cortar os bocados dos ramos que sobejaram e bater a costura</li> </ul>	2 T	
<p>1.1.8. Pinha de boça</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução da pinha de boça</li> </ul>	1 T	
<p>1.1.9. Pinha de alcachofra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução da pinha de alcachofra</li> </ul>	1 T	
<p>1.1.10. Pinhas de anel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução de pinhas de anel</li> </ul>	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO:CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia – Desenvolvimento (UFCD 6483)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>UNIDADES DE FORMAÇÃO, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p><b>1.1 Executar tarefas de média complexidade de Marinharia.</b></p> <p>1.1.1. Botão redondo dobrado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução do botão redondo dobrado</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">Segunda camada leva sempre menos uma volta do que a 1.ª camada, o esgano é idêntico ao do botão anterior</p> <p>1.1.2. Botão de voltas falidas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução do botão de voltas falidas</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Semelhança com as voltas redondas, sendo feito apenas com voltas falidas, sendo o esgano igual</li> </ul> <p>1.1.3. Botão cruzado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução do botão cruzado</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Inicia-se com o seio do fio a enlaçar o cruzamento dos cabos</li> </ul> <p>1.1.4. Portuguesa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução da portuguesa</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">Inicia-se com o seio do fio, dando voltas falidas e redondas, alternadamente</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– O esgano é executado com os 2 chicotes de fio e o remate com o nó direito</li> </ul>	<p>2 T</p> <p>1 T</p> <p>1 T</p> <p>2 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador Projetor PowerPoint</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 16 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>17. Executa uma boca de lobo em cabo de massa.</b>	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val
<b>18. Executa um lançamento da retenida.</b>	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val
<b>SUBTOTAL</b>	<b>12,4 Val</b>			
<p>*-O formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.</p> <p>**Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>				

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 15 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>		<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL (parte prática)</b>					
<b>NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....</b>					
<b>FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ..... / ..... / .....</b>					
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS</b>	<b>ESCALA *</b>			<b>OBS</b>
		<b>Nível 2</b>	<b>Nível 1</b>	<b>Nível 0</b>	
1. Executa <b>um</b> nó em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
2. Executa <b>uma</b> emenda em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
3. Executa <b>uma</b> falçaça em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
4. Executa <b>uma</b> volta em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
5. Executa <b>uma</b> mãozinha em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
6. Executa <b>um</b> estropo em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
7. Executa <b>um</b> balso em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
8. Executa <b>uma</b> cozedura em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
9. Executa <b>uma</b> pinha em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
10. Executa <b>um</b> coxim em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
11. Executa <b>uma</b> gacheta em cabo de massa.	<b>1 Val</b>	1 Val	0,5 Val	0 Val	
12. Executa <b>um</b> embotijo em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
13. Executa <b>um</b> unhão em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
14. Executa <b>uma</b> rede em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
15. Executa <b>um</b> alinhavo em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	
16. Executa <b>um</b> ponto em cabo de massa.	<b>0,6 Val</b>	0,6 Val	0,3 Val	0 Val	

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 14 DE 16 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro		CARGA HORÁRIA:139HRS
SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas		CARGA HORÁRIA:114HRS
OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ	MÉTODOS, MEIOS E REF.

<u>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº4 (Parte Prática)</u>					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ..... / ..... / .....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>um</b> alinhavo em cabo de massa.	3 Val	3 Val	1,5 Val	0 Val	
2. Executa <b>um</b> ponto em cabo de massa.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
3. Executa <b>uma</b> boca de lobo em cabo de massa.	3 Val	1,5Val	0,75 Val	0 Val	
4. Executa o lançamento de retenida.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>12 Val</b>			
<p>* -O formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.</p> <p>**Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 13 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>		<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<u>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº3 (Parte Prática)</u>					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ...../...../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>dois</b> embotijos em cabos de massa.	4 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
		2 Val	1 Val	0 Val	
2. Executa <b>uma</b> unhão em cabos de massa.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
3. Executa <b>duas</b> redes em cabos de massa.	5 Val	2,5 Val	1,25 Val	0 Val	
		2,5 Val	1,25 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>	<b>12 Val</b>				
<p>* -O formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.</p> <p>**Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		FL 12 DE 16 FLS
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>		<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>		<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº2 (parte prática)</b>					
NII: ..... P/CLAS:.....NOME:..... EDIÇÃO:.....					
FORMADOR: .....CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ..... / ..... / .....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>duas</b> pinhas em cabo de massa.	<b>4 Val</b>	2 Val	1 Val	0 Val	
		2 Val	1 Val	0 Val	
2. Executa <b>dois</b> coxins em cabo de massa.	<b>4 Val</b>	2 Val	1 Val	0 Val	
		2 Val	1 Val	0 Val	
3. Executa <b>duas</b> gachetas em cabo de massa.	<b>4 Val</b>	2 Val	1 Val	0 Val	
		2 Val	1 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>12 Val</b>			
<p>* -O formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  **Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>					

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 11 DE 16 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro		CARGA HORÁRIA:139HRS
SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas		CARGA HORÁRIA:114HRS
OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ	MÉTODOS, MEIOS E REF.

GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº1 (parte prática)					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ...../...../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA*			OBS
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>dois</b> nós em cabos de massa.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
		1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
2. Executa <b>duas</b> emendas em cabos de massa.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
		1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
3. Executa <b>duas</b> falças em cabos de massa.	3 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
		1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
4. Executa <b>um</b> estropo em cabo de massa.	1,5 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
5. Executa <b>um</b> balso em cabo de massa.	1,5 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>12 Val</b>			
<p>* -O formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>* Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  **Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA:</b>  <b>A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.5. Exame final</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.2.5.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.2.5.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.1 (0,4 Val); 1.2 (0,4 Val); 1.3 (0,4 Val); 1.4 (0,4 Val);1.5 (0,4 Val);1.6 (0,4 Val);1.7 (0,4 Val);1.8 (0,4 Val);1.9 (0,4 Val);1.10 (0,4 Val); 1.11 (0,4 Val);1.12 (0,4 Val);1.13 (0,4 Val);1.14 (0,4 Val); 1.15 (0,4 Val);1.16 (0,4 Val);1.17 (0,4 Val);1.18 (0,4 Val); 1.19 (0,4 Val).</p> <p>2.2.5.3. Duração: 20 minutos</p> <p>2.2.5.4. Escala: 0 a 7,6 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.2.5.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. (5-11-1-17 e 5-11-1-18)</p> <p>2.2.5.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.3 (0,6 Val); 1.4 (0,6 Val); 1.5 (0,6 Val); 1.6 (0,6 Val); 1.7 (0,6 Val); 1.8 (0,6 Val); 1.9 (0,6 Val); 1.10 (0,6 Val); 1.11 (1 Val); 1.12 (1 Val); 1.13 (1 Val); 1.14 (0,6 Val); 1.15 (0,6 Val); 1.16 (0,6 Val); 1.17 (0,6 Val); 1.18 (0,6 Val);1.19 (0,6 Val); 1.20 (1 Val).</p> <p>2.2.5.7. Duração: 80 minutos</p> <p>2.2.5.8. Escala: 0 a 12,4 valores</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 9 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.4. Teste n.º 4</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.2.4.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.2.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p style="padding-left: 40px;">1.17 (3 Val); 1.18 (3 Val); 1.19 (2 Val).</p> <p>2.2.4.3. Duração: 20 minutos</p> <p>2.2.4.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.2.4.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-11-1-16)</p> <p>2.2.4.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p style="padding-left: 40px;">1.17 (3 Val); 1.18 (3 Val); 1.19 (3 Val); 1.20 (3 Val).</p> <p>2.2.4.7. Duração: 80 minutos</p> <p>2.2.4.8. Escala: 0 a 12 valores</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.3. Teste n.º 3</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.2.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.2.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p style="padding-left: 40px;">1.14 (3 Val); 1.15 (3 Val); 1.16 (2 Val).</p> <p>2.2.3.3. Duração: 20 minutos</p> <p>2.2.3.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.2.3.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação pág. 5-11-1-15)</p> <p>2.2.3.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p style="padding-left: 40px;">1.14 (4 Val); 1.15 (3 Val); 1.16 (5 Val).</p> <p>2.2.3.7. Duração: 80 minutos</p> <p>2.2.3.8. Escala: 0 a 12 valores</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.2.2. Teste n.º 2</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.2.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.2.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.11 (3 Val); 1.12 (3 Val); 1.13 (2 Val).</p> <p>2.2.2.3. Duração: 20 minutos</p> <p>2.2.2.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.2.2.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação pág. 5-11-1-13)</p> <p>2.2.2.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.11 (4 Val); 1.12 (4 Val); 1.13 (4 Val).</p> <p>2.2.2.7. Duração: 80 minutos</p> <p>2.2.2.8. Escala: 0 a 12 valores</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.2.1. Teste n.º 1</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.2.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.2.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.1 (2 Val); 1.2 (1 Val); 1.6 (2 Val); 1.7 (1 Val); 1.8 (1 Val); 1.10 (1 Val).</p> <p>2.2.1.3. Duração: 40 minutos</p> <p>2.2.1.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.2.1.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação pág. 5-11-1-12)</p> <p>2.2.1.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetiva cotação</p> <p>1.3 (3 Val); 1.4 (3 Val); 1.5 (3 Val); 1.8 (1.5 Val); 1.9 (1,5 Val).</p> <p>2.2.1.7. Duração: 60 minutos</p> <p>2.2.1.8. Escala: 0 a 12 valores</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.17 Executar alinhavos com fio de vela.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Em diagonal</li> <li>- Paralelo</li> <li>- Volta de fiel</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	3 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor PowerPoint Cabo de massa PEETNA 4546
<p>1.18 Executar pontos com fio de vela.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- De costura</li> <li>- Bigorriha</li> <li>- Espinha</li> <li>- Peneira</li> <li>- Cadeira</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	4 T	
<p>1.19 Executar bocas de lobo em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Singela</li> <li>- Dobrada</li> <li>- À americana</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	2 T	
<p>1.20 Executar o lançamento da retenida</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lançamento: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modo de pegar na retenida</li> <li>- Fixar o chicote</li> <li>- Efetuar o lançamento</li> </ul> </li> <li>• Recolha <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estender a retenida</li> <li>- Colher em pandeiro</li> <li>- Fixar na vinhateira</li> </ul> </li> </ul>	3 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.12 Executar coxins em cabos de massa e de arame.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Redondos</li> <li>- Encapeladura</li> <li>- Meias voltas</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	8 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor <i>PowerPoint</i> Cabo de massa PEETNA 4546
<p>1.13 Executar gachetas em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Simples</li> <li>- Nós direitos</li> <li>- Nós tortos</li> <li>- Cús de porco</li> <li>- Quadrada</li> <li>- Redonda</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	7 T	
<p>1.14 Executar embotijo em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agulha</li> <li>- Meias voltas</li> <li>- Cús de porco</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	7 T	
<p>1.15 Executar unhões em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Singelo ou à portuguesa</li> <li>- Dobrado ou à inglesa</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	4 T	
<p>1.16 Executar redes em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- De pesca ou de nós direitos</li> <li>- Malha direita</li> <li>- Nós de escota</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	4 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.7 Executar mãozinhas em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Meia volta e cote</li> <li>- Aspirante</li> <li>- Estai desfeita</li> <li>- Estai redonda</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	7 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor PowerPoint Cabo de massa PEETNA 4546
<p>1.8 Executar estropos em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pescador</li> <li>- Fio</li> <li>- Corrente</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	2 T	
<p>1.9 Executar balsos em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calafate</li> <li>- Carpinteiro, guindola ou balso de pau</li> <li>- Marinheiro</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	6 T	
<p>1.10 Executar cozeduras em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Voltas falidas</li> <li>- Balhardo</li> <li>- Amarrilho</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	3 T	
<p>1.11 Executar pinhas em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anel fixo</li> <li>- Ananás</li> <li>- Balde</li> <li>- Retenida</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	8 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correr ou laço vulgar</li> <li>- Malha de socar</li> <li>- Encapeladuras</li> <li>- Esquadria</li> <li>- Encapeladura</li> <li>- Nó direito</li> <li>- Nó de escota</li> <li>- Lais de guia</li> <li>- Nó de trempo ou de oito</li> <li>- Nó de pescador ou de burro</li> <li>• Execução</li> </ul> <p>1.4 Executar emendas em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cotovia</li> <li>- Cotes</li> <li>- Lais de guia</li> <li>- Oval de lais de guia</li> <li>- Meias voltas e cote</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul> <p>1.5 Executar falçaças em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Meias voltas folgadas</li> <li>- Meias voltas mordidas</li> <li>- Arame</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul> <p>1.6 Executar voltas em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Redondas</li> <li>- Tomadouro</li> <li>- Meias voltas mordidas</li> <li>- Tortor</li> <li>- Gato</li> <li>- Verga ou balhardo</li> </ul> </li> <li>• Execução</li> </ul>	<p>8 T</p> <p>8 T</p> <p>6 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador Projetor PowerPoint Cabo de massa PEETNA 4546</p>
--	----------------------------------	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Arte de Marinheiro</b>	<b>CARGA HORÁRIA:139HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nós e Voltas</b>	<b>CARGA HORÁRIA:114HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA DO OBJ</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Identificar as ferramentas a utilizar na Arte de Marinheiro.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espicha</li> <li>• Passador</li> <li>• Remanchador</li> <li>• Mesa</li> <li>• Agulha</li> <li>• Repucho</li> <li>• Vasador</li> <li>• Macete de forrar</li> <li>• Moço de botões</li> <li>• Escorpo</li> <li>• Navalha</li> <li>• Régua de bitolas</li> <li>• Maço</li> </ul>	3 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor <i>PowerPoint</i> Cabo de massa PEETNA 4546
<p>1.2 Realizar manobras de cabos em segurança.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manobra de colher cabos</li> <li>• Utilização de cabos</li> <li>• Segurança nos cabos em tensão</li> </ul>	3 T	
<p>1.3 Executar nós em cabos de massa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frade</li> <li>- Azelha</li> <li>- Torto</li> <li>- Ladrão</li> <li>- Pega</li> <li>- Bombeiro</li> <li>- Envergue</li> <li>- Barca</li> <li>- Aboço</li> <li>- Catau ou catau de espia</li> <li>- Cabula</li> <li>- Catau de bandeira</li> <li>- Botija ou espada</li> <li>- Brandais</li> <li>- Cadeira ou meada</li> </ul> </li> </ul>	10 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 11 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

5. Apaga GUARD ALARM.	1 Val	0 Val	
6. Ativa o OFF SET EBL.	0,5 Val	0 Val	
7. Ativa o OFF SET PPI.	0,5 Val	0 Val	
8. Inicializa contactos.	0,5 Val	0 Val	
9. Atualiza contactos.	0,5 Val	0 Val	
10. Calcula CPA e TCPA.	1 Val	0 Val	
11. Apaga contactos.	0,5 Val	0 Val	
<b>TOTAL</b>			

\*A cotação dos itens não admite valores intermédios.

O formador deverá assinalar (com X) a cotação a atribuir a cada item.

**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL (PARTE PRÁTICA)</b>			
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....			
FORMADOR: ..... DATA ..... / ..... / ..... CLASSIFICAÇÃO:.....			
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>		<b>OBS</b>
<b>A. ESTABELECE O RADAR</b>			
1. Passa para MUTE, após STAND BY OK.	0,25 Val	0 Val	
2. Passa para impulso curto.	0,25 Val	0 Val	
<b>B. REGULA OS BRILHOS</b>			
1. Regula o potenciômetro CRT.	0,25 Val	0 Val	
2. Regula o potenciômetro READOUT.	0,25 Val	0 Val	
3. Ativa o potenciômetro EBL/ VRM.	0,25 Val	0 Val	
4. Regula o potenciômetro E-PLOT.	0,25 Val	0 Val	
5. Regula o potenciômetro do Contraste.	0,25 Val	0 Val	
6. Regula o potenciômetro Áudio.	0,25 Val	0 Val	
<b>C. OPERA AS FUNÇÕES</b>			
1. Inibe TX.	0,75 Val	0 Val	
2. Determina distâncias e azimutes a alvos.	0,75 Val	0 Val	
3. Desenha setores.	1 Val	0 Val	
4. Desenha GUARD ALARM.	1 Val	0 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 9 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

5. Apaga GUARD ALARM.	2 Val	0 Val	
6. Ativa o OFF SET EBL.	1 Val	0 Val	
7. Ativa o OFF SET PPI.	1 Val	0 Val	
8. Inicializa contactos.	1 Val	0 Val	
9. Atualiza contactos.	1 Val	0 Val	
10. Calcula CPA e TCPA.	2 Val	0 Val	
11. Apaga contactos.	1 Val	0 Val	
<b>TOTAL</b>			

\*A cotação dos itens não admite valores intermédios.

O formador deverá assinalar (com X) a cotação a atribuir a cada item.

**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 8 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 3</b>			
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....			
FORMADOR: ..... DATA ..... CLASSIFICAÇÃO:.....			
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>		<b>OBS</b>
<b>A. ESTABELECE O RADAR</b>			
1. Passa para MUTE, após STAND BY OK.	0,5 Val	0 Val	
2. Passa para impulso curto.	0,5 Val	0 Val	
<b>B. REGULA OS BRILHOS</b>			
1. Regula o potenciômetro CRT.	0,5 Val	0 Val	
2. Regula o potenciômetro READOUT.	0,5 Val	0 Val	
3. Ativa o potenciômetro EBL/ VRM.	0,5 Val	0 Val	
4. Regula o potenciômetro E-PLOT.	0,5 Val	0 Val	
5. Regula o potenciômetro do Contraste.	0,5 Val	0 Val	
6. Regula o potenciômetro Áudio.	0,5 Val	0 Val	
<b>C. OPERA AS FUNÇÕES</b>			
1. Inibe TX.	1,5 Val	0 Val	
2. Determina distâncias e azimutes a alvos.	1,5 Val	0 Val	
3. Desenha setores.	2 Val	0 Val	
4. Desenha GUARD ALARM.	2 Val	0 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Teste n.º 3</p> <p>2.3.3.1. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação págs. 5-10-3-8 a 5-10-3-9)</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.15 (20 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente 2</p> <p>2.3.4. Exame Final</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.3.4.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (1 Val); 1.2 (1 Val); 1.3 (0,5 Val); 1.4 (1 Val); 1.5 (0,75 Val); 1.6 (1 Val); 1.7 (0,75 Val); 1.8 (0,75 Val); 1.9 (0,5 Val); 1.10 (0,5 Val); 1.11 (0,5 Val); 1.12 (0,75 Val); 1.13 (0,5 Val); 1.14 (0,5 Val).</p> <p>2.3.4.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>Parte prática</p> <p>2.3.4.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação, pág. 5-10-3-10 a 5-10-3-11)</p> <p>2.3.4.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.15 (20 Val.);</p> <p>2.3.4.7. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.4.8. Escala: 0 a 10 valores</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, descritivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1(4 Val); 1.2(4 Val); 1.16(2 Val); 1.17(4 Val); 1.18 (3 Val); 1.19 (3 Val)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, descritivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.3 (2 Val); 1.4 (1 Val); 1.5 (2 Val); 1.6 (2 Val); 1.7 (2 Val); 1.8 (1 Val); 1.9 (2 Val); 1.10 (2 Val); 1.11 (2 Val); 1.12 (1 Val); 1.13 (2 Val); 1.14 (1 Val);</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.16. Identificar equipamentos para medir distâncias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estadia <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características e funções.</li> </ul> </li> <li>• Telémetro <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características e funções.</li> </ul> </li> <li>• Sextante <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características e funções.</li> </ul> </li> <li>• Radar <ul style="list-style-type: none"> <li>- Constituição</li> <li>- Princípio de funcionamento</li> <li>- Características e funções</li> </ul> </li> <li>• Sonda <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características e funções</li> </ul> </li> </ul>	3 T	Expositivo Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projetor PEETNA 1402
<p>1.17. Caracterizar a atmosfera.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Divisões da atmosfera em função da distribuição vertical da temperatura</li> <li>• Regiões de transição</li> <li>• Percentagem dos gases</li> <li>• Função protetora e térmica</li> </ul>	3 T	
<p>1.18. Identificar estados da atmosfera e elementos meteorológicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferença entre tempo e clima</li> <li>• Temperatura</li> <li>• Pressão atmosférica</li> <li>• Vento</li> <li>• Humidade</li> <li>• Nebulosidade</li> <li>• Precipitação</li> <li>• Nevoeiro</li> <li>• Visibilidade</li> </ul>	4 T	
<p>1.19. Reconhecer o efeito do vento no mar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrente de superfície e agitação marítima</li> <li>• Vaga e ondulação</li> <li>• Características e classificação da ondulação</li> </ul>	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.11. Classificar as interferências radar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interferências propositadas</li> <li>• Interferências não propositadas</li> <li>• Contramedidas ao <i>Jamming</i></li> <li>• Regras para os operadores</li> </ul>	<p>1 T</p> <p>1 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projeter PEETNA 1402</p>
<p>1.12. Utilizar contramedidas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de contramedidas</li> <li>• Modo de utilização</li> </ul>	<p>1 T</p>	
<p>1.13. Descrever as unidades e segurança a manter durante a condução de radares.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas de segurança</li> <li>• Restrições nas transmissões</li> <li>• Primeiros socorros</li> </ul>	<p>5 T</p>	
<p>1.14. Operar o radar de navegação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características do radar</li> <li>• Comandos e suas funções</li> <li>• Procedimento para ligar</li> <li>• Operação</li> <li>• Procedimento para desligar</li> <li>• Utilização do <i>Plotter</i></li> </ul>	<p>8 T</p>	
<p>1.15. Praticar no simulador radar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comandos e suas funções</li> <li>• Procedimento para ligar</li> <li>• Operação</li> <li>• Procedimento para desligar</li> <li>• Utilização do <i>Plotter</i></li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.7. Descrever as antenas e os refletores radar e analisar o efeito da superfície refletora no diagrama de irradiação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de antena</li> <li>• Tipos de antenas mais comuns</li> <li>• Antena "ressonante" dipolo de <math>\lambda/2</math> onda</li> <li>• Diretividade</li> <li>• Largura de feixe</li> <li>• Ganho</li> <li>• Diagrama de irradiação</li> <li>• Diagrama de cobertura</li> <li>• Reflexão à superfície</li> <li>• Tipos de refletores</li> </ul>	1 T	Expositivo Demonstrativo PowerPoint Computador Projeter PEETNA 1402.
<p>1.8. Reconhecer os tipos de indicadores dos radares e as informações neles obtidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indicadores tipo "A", panorâmicos e tipo "R"</li> <li>• Base de tempo</li> <li>• Escalas</li> <li>• Marcas fixas</li> <li>• Persistência de imagens</li> <li>• Medição rigorosa das distâncias</li> <li>• Comandos de operação</li> </ul>	1 T	
<p>1.9. Analisar ecos radar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspeto do eco</li> <li>• Dimensões do eco</li> <li>• Flutuação da intensidade do eco</li> <li>• Movimento do eco</li> </ul>	1 T	
<p>1.10. Definir as possibilidades e limitações do radar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alcance máximo</li> <li>• Alcance mínimo</li> <li>• Discriminação em distância</li> <li>• Discriminação em azimute</li> </ul>	1 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.4. Analisar as unidades principais de um radar de impulsos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O radar na sua forma mais simples</li> <li>• Fonte de alimentação</li> <li>• Transmissor</li> <li>• Antena</li> <li>• Recetor</li> <li>• Indicador</li> <li>• Unidade sincronizadora</li> </ul>	1 T	Expositivo Demonstrativo PowerPoint Computador Projeter PEETNA 1402
<p>1.5. Identificar os parâmetros e requisitos de um radar de navegação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frequência de repetição</li> <li>• Impulso</li> <li>• Potência do impulso</li> <li>• Frequência de trabalho</li> <li>• Formato do feixe de irradiação</li> <li>• Rotação da antena</li> <li>• Relação sinal ruído</li> </ul>	1 T	
<p>1.6. Reconhecer a propagação das ondas eletromagnéticas e a influência dos efeitos externos sobre elas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Onda de superfície e mar</li> <li>• Refração atmosférica</li> <li>• Atmosfera standard</li> <li>• Atmosfera média sobre o mar</li> <li>• Atenuação</li> <li>• Absorção gasosa</li> <li>• Precipitação, nevoeiro e tempestade de areia</li> <li>• Horizonte radar</li> </ul>	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conceitos de Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 47 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> 1.1. Enunciar os instrumentos para medir direções. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparelho de marcar</li> <li>• Taxímetro</li> </ul> 1.2. Medir grandezas sobre o campo magnético terrestre. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Origem do campo magnético da terra</li> <li>• Agulha magnética <ul style="list-style-type: none"> <li>Constituição</li> <li>– Tipos (padrão, de escaler, de governo)</li> <li>– Características e funções.</li> </ul> </li> <li>• Girobússola <ul style="list-style-type: none"> <li>– Princípio de funcionamento</li> <li>– Repetidoras</li> <li>– Erro da giro</li> <li>– Características e funções</li> </ul> </li> <li>• Agulha magnética</li> <li>• Declinação magnética</li> <li>• Desvio da agulha</li> <li>• Variação</li> <li>• Determinar desvios <ul style="list-style-type: none"> <li>– Definição de: (azimute, enfiamento, marcação)</li> <li>– Tabelas de desvio</li> </ul> </li> </ul> 1.3. Descrever as características das ondas eletromagnéticas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• A energia eletromagnética</li> <li>• Frequência (F)</li> <li>• Comprimento de onda</li> <li>• Período (P)</li> <li>• Bandas de frequência</li> </ul>	2 T	Expositivo Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projeter PEETNA 1402.
	3 T	
	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO (continuação)**

- e) Efetua a carteação
4. Calcula corretamente e faz a marcação com rigor
  3. Calcula corretamente e faz a marcação com pouco rigor
  2. Calcula incorretamente e faz a marcação com rigor
  1. Calcula incorretamente e faz a marcação com pouco rigor
  0. Não efetua a carteação
- f) Efetua a estima
4. Calcula corretamente e faz a marcação com rigor
  3. Calcula corretamente e faz a marcação com pouco rigor
  2. Calcula incorretamente e faz a marcação com rigor
  1. Calcula incorretamente e faz a marcação com pouco rigor
  0. Não efetua a estima
- g) Utiliza a simbologia adequada
4. Utiliza toda a simbologia corretamente e com rigor
  3. Utiliza toda a simbologia corretamente, mas de forma pouco rigorosa
  2. Utiliza apenas parte da simbologia
  1. Utiliza toda a simbologia incorretamente
  0. Não utiliza a simbologia
- h) Calcula o abatimento
4. Calcula o abatimento corretamente e identifica a amplitude e o bordo
  3. Calcula o abatimento corretamente, mas não identifica a amplitude e o bordo
  2. Calcula o abatimento incorretamente, mas identifica corretamente a amplitude e o bordo
  1. Calcula o abatimento de forma incorreta
  0. Não calcula o abatimento
- i) Calcula a corrente
4. Calcula a corrente corretamente e identifica a direção e a intensidade
  3. Calcula a corrente corretamente, mas não identifica a direção e a intensidade
  2. Calcula a corrente incorretamente, mas identifica corretamente a direção e a intensidade
  1. Calcula a corrente de forma incorreta
  0. Não calcula a corrente
- j) Apresenta o trabalho na carta
4. Apresenta o trabalho na carta de forma muito limpa e cuidada
  3. Apresenta o trabalho na carta de forma limpa e cuidada
  2. Apresenta o trabalho na carta e demonstra algum cuidado
  1. Apresenta o trabalho na carta, mas de forma pouco cuidada
  0. Apresenta o trabalho na carta sem qualquer tipo de cuidado

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO**

**EXECUTAR NAVEGAÇÃO COSTEIRA NA CARTA**

- a) Marca os pontos através da latitude / longitude
4. Marca a longitude e a latitude corretamente
  3. Marca a latitude corretamente, mas não a longitude
  2. Marca a longitude corretamente, mas não a latitude
  1. Marca a longitude e a latitude incorretamente
  0. Não efetua a marcação
- b) Marca os pontos através de LDP
4. Marca a posição corretamente com 3 LDP e respetiva simbologia
  3. Marca 3 LDP corretamente
  2. Marca 2 LDP corretamente
  1. Marca 1 LDP corretamente
  0. Não marca qualquer LDP
- c) Calcula os rumos
4. Calcula todos os vetores de rumo corretamente
  3. Calcula um vetor de rumo corretamente
  2. Calcula incorretamente dois vetores de rumo
  1. Calcula incorretamente três vetores de rumo
  0. Calcula todos os vetores de rumo incorretamente
- d) Calcula as velocidades
4. Efetua o cálculo e a marcação dos vetores corretamente
  3. Efetua o cálculo corretamente, mas marca os vetores incorretamente
  2. Efetua o cálculo incorretamente, mas marca os vetores corretamente
  1. Efetua o cálculo e a marcação dos vetores incorretamente
  0. Não calcula nem marca os vetores de velocidade

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE PRÁTICO E DA PARTE PRÁTICA DO EXAME FINAL</b>		
<b>NOME:</b> .....		
<b>P/CLAS:</b> .....		
<b>FORMADOR:</b> .....		
<b>CLASSIFICAÇÃO:</b> .....		
<b>DATA:</b> ...../...../.....		
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>NÍVEL</b>	<b>OBS.</b>
<b>EXECUTAR NAVEGAÇÃO COSTEIRA NA CARTA</b>		
a. Marca os pontos através da latitude / longitude	4 3 2 1 0	
b. Marca os pontos através de LDP	4 3 2 1 0	
c. Calcula os rumos	4 3 2 1 0	
d. Calcula as velocidades	4 3 2 1 0	
e. Efetua a carteação	4 3 2 1 0	
f. Efetua a estima	4 3 2 1 0	
g. Utiliza a simbologias adequada	4 3 2 1 0	
h. Calcula o abatimento	4 3 2 1 0	
i. Calcula a corrente	4 3 2 1 0	
j. Apresenta o trabalho na carta	4 3 2 1 0	
<b>Nota:</b> A classificação do formando é a razão entre o somatório de pontos e o total de itens, convertida posteriormente numa escala de 0 a 20 valores (no caso do teste prático) e numa escala de 0 a 10 valores (no caso do exame final).		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. <i>Vide</i> DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.4. Exame final</p> <p>Parte teórica</p> <p>2.3.4.1. Teste escrito</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (2 Val); 1.1.2 (3 Val); 1.1.3 (1,5 Val); 1.1.4 (1,5 Val);</p> <p>1.1.6 (2 Val)</p> <p>2.3.4.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>2.3.4.5. Coeficiente 1</p> <p>Parte prática</p> <p>2.3.4.6. Teste prático (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-10-2-5 a 5-10-2-7)</p> <p>2.3.4.7. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.5 (10 Val.)</p> <p>2.3.4.8. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.4.9. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>2.3.4.10. Coeficiente 1</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## 2. AVALIAÇÃO

2.1. Tipo: Formativa e Sumativa

2.2. Natureza: Criterial

2.3. Instrumentos de avaliação

2.3.1. Teste n.º 1

2.3.1.1. Teste escrito, descritivo

2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações

1.1.1 (4 Val); 1.1.2 (6 Val); 1.1.3 (3 Val); 1.1.4 (3 Val); 1.1.6 (4 Val)

2.3.1.3. Duração: 50 minutos

2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores

2.3.1.5. Coeficiente: 1

2.3.2. Teste n.º 2

2.3.2.1. Teste prático objetivo (*Vide* grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-10-2-5 a 5-10-2-7)

2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações

1.1.5 (20 Val.)

2.3.2.3. Duração: 50 minutos

2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores

2.3.2.5. Coeficiente: 1

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.3. Marés / zero hidrográficos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição dos elementos hidrográficos</li> <li>• Tipos de marés</li> <li>• Plano zero e hidrográfico</li> <li>• Necessidade de previsão</li> <li>• Tabela de marés e cálculo de sonda à hora</li> <li>• Calado e calado aéreo</li> </ul>	3 T	Expositivo Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projetor PEETNA 1402
<p>1.1.4. Proas e azimutes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conversão de proas e azimutes</li> </ul>	3 T	
<p>1.1.5. Carteação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceito de abatimento.</li> <li>• Utilização correta do esquadro e do compasso de navegação</li> <li>• Aplicação na carteação das relações</li> <li>• Símbolos usados para as exposições e para a identificação das marcações na carta</li> <li>• Trabalho na carta</li> </ul>	9 T	
<p>1.1.6. Navegação costeira</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterização da navegação costeira</li> <li>• Conceito de linha de posição</li> <li>• Conceito de ponto ou posição do navio</li> <li>• Frequência na obtenção da posição</li> </ul>	2 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO / CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1. Executar as operações elementares de navegação que permitam efetuar navegação costeira e estimada</p> <p>1.1.1. Projeções da superfície terrestre</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representação da superfície terrestre <ul style="list-style-type: none"> <li>– Tipos de projeções usadas em função da sua aplicação</li> </ul> </li> <li>• Projeções mais usadas <ul style="list-style-type: none"> <li>– Projeção de Mercator</li> </ul> </li> <li>• Escalas e seu significado <ul style="list-style-type: none"> <li>Pequena escala <ul style="list-style-type: none"> <li>– Média escala</li> <li>– Grande escala</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.2. Distância, velocidade e tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distância e velocidade <ul style="list-style-type: none"> <li>– Conceito de distância</li> <li>Conceito de velocidade</li> <li>– Unidades usadas no mar – conceito de milha</li> <li>Fórmulas de relacionamento</li> <li>– Aplicação prática (resolução de exercícios)</li> </ul> </li> <li>• Instrumentos e processos <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilidade dos odómetros</li> <li>– Introdução ao GPS</li> </ul> </li> </ul>	<p>3 T</p> <p>3 T</p>	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>PowerPoint</p> <p>Computador</p> <p>Projeto</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Operações Elementares (UFCD 6497)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**2. AVALIAÇÃO**

2.1. Tipo: Formativa e sumativa

2.2. Natureza: Criterial

2.3. Instrumentos de Avaliação

2.3.1. Teste n.º 1

2.3.1.1. Teste escrito, objetivo

2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações

1.1.1 (1 Val.), 1.1.3 (1 Val), 1.1.4 (2 Val), 1.1.5 (2 Val), 1.1.6 (4 Val), 1.1.7 (2 Val), 1.1.8 (2 Val), 1.1.9 (3 Val), 1.1.11 (2 Val), 1.1.12 (1 Val)

2.3.1.3. Duração: 100 minutos

2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores

2.3.1.5. Coeficiente: 3

2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial

2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A

2.3.2.2. Escala: 1 a 4.

2.3.2.3. Coeficiente: 1

2.3.3. Exame final

2.3.2.1. Teste escrito, objetivo

Objetivos a avaliar e respetivas cotações

1.1.1 (1 Val.), 1.1.3 (1 Val), 1.1.4 (2 Val), 1.1.5 (2 Val), 1.1.6 (4 Val), 1.1.7 (2 Val), 1.1.8 (2 Val), 1.1.9 (3 Val), 1.1.11 (2 Val), 1.1.12 (1 Val)

2.3.2.2. Duração: 100 minutos

2.3.2.3. Escala: 0 a 20 valores

2.3.2.4. Coeficiente: 1

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Operações Elementares (UFCD 6497)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.11. Rumo e proa verdadeira</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceitos de rumo e proa verdadeira – distinção</li> </ul> <p>1.1.12. Faróis, farolins e marcas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características da luz, cor, alcance, altura, altitude, período dos faróis, farolins e boias - notação e abreviatura</li> </ul>		<p>Expositivo/ Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projeter Manual</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Operações Elementares (UFCD 6497)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Capitel</li> <li>▪ Suspensão cardan</li> <li>▪ Rosa-dos-ventos</li> <li>▪ Pião</li> <li>▪ Capacete</li> <li>▪ Linha de Fé</li> <li>▪ Barras magnéticas</li> <li>▪ Esferas compensadoras</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidados na utilização da agulha magnética <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com a aproximação de metais ferrosos</li> <li>- Com a aproximação de outros campos magnéticos</li> <li>- Observar a formação de eventuais bolhas de ar (adição de água destilada, se necessário)</li> </ul> </li> <li>• Aparelho de marcar <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicação e má utilização</li> </ul> </li> <li>• Agulhas giroscópicas <ul style="list-style-type: none"> <li>- Princípios de utilização e rigor do instrumento</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.9. Proas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceitos de <ul style="list-style-type: none"> <li>Proa verdadeira <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proa magnética</li> <li>- Proa da agulha</li> <li>- Proa da giro ou da girobússola</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.10. Marés</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análise do fenómeno</li> <li>• Relação entre astros (sol e lua) com a terra e as marés</li> <li>• Elementos de maré</li> <li>• Consulta direta da tabela de marés</li> </ul>		Expositivo/ Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projetor Manual

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Operações Elementares (UFCD 6497)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.5. Sistemas de coordenadas geográficas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceito de coordenadas geográficas <ul style="list-style-type: none"> <li>Latitude (0 – 90° N/S)</li> <li>– Longitude (0-180° E/W)</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.6. Variação Angular</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noção de circunferência e de ângulo <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sistema circular e seu sentido de leitura.</li> <li>Unidades angulares <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grau, minuto e segundo (sistema sexagesimal)</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Cálculos elementares com números complexos</li> </ul> <p>1.1.7. Conceitos de navegação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A orientação no mar</li> <li>• Conceitos de <ul style="list-style-type: none"> <li>Direção <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sentido</li> <li>– Proa</li> <li>– Rumo</li> <li>– Azimute</li> </ul> </li> <li>Marcação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Enfiamento</li> <li>– Alinhamento</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.8. Rosa-dos-ventos e aparelhos de direção</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rosa-dos-ventos e suas graduações</li> <li>• Agulhas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Agulhas magnéticas</li> <li>▪ Constituição de agulha magnética <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bitácula</li> <li>▪ Morteiro</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p>Expositivo/ Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projeter Manual</p>
---	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Navegação</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 97 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Navegação - Operações Elementares (UFCD 6497)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b></p> <p>1.1. Executar as operações elementares de navegação que permitam efetuar navegação em áreas restritas.</p> <p>1.1.1. Importância da navegação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdução à navegação</li> <li>• Tipos de navegação</li> </ul> <p>1.1.2. Conceito de navegação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilidade de navegação <ul style="list-style-type: none"> <li>Em termos económicos <ul style="list-style-type: none"> <li>- De rapidez</li> <li>- De segurança</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.3. Sistema de coordenadas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medir e comparar relativamente a um referencial convencionado</li> <li>• Existência de 2 linhas cruzadas cuja interceção define um ponto</li> </ul> <p>1.1.4. Forma e dimensões da terra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Linhas, pontos e planos na esfera terrestre <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfera terrestre</li> <li>- Eixo da terra <ul style="list-style-type: none"> <li>Pólos</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Círculos máximos <ul style="list-style-type: none"> <li>Equador e meridianos</li> </ul> </li> <li>• Círculos menores <ul style="list-style-type: none"> <li>- Paralelos</li> </ul> </li> </ul>	<p>23 T</p> <p>Expositivo/ Demonstrativo <i>PowerPoint</i> Computador Projetor Manual</p>
--	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento rápidas (UFCD 6488)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, OBJETIVO/ CONTEÚDO MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (10 Val.); 1.1.2 (10 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (20 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento rápidas (UFCD 6488)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.2 Condução do motor de uma embarcação de salvamento rápida</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Métodos para o arranque e condução do motor de uma embarcação de salvamento rápida e seus acessórios</li> </ul>	<p>12 T</p> <p>Expositivo Demonstrativo Computador Projektor Tela de projeção Colunas de som</p>
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento rápidas (UFCD 6488)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>		
<p>1.1. Efetuar as operações de lançamento, arranque e condução de uma embarcação de salvamento rápida.</p> <p>1.1.1 Controlo de uma embarcação de salvamento rápida durante e após o seu lançamento à água</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apetrechamento de embarcações de salvamento rápida e sua palamenta</li> <li>• Características especiais e instalações de embarcações rápidas de salvamento</li> <li>• Precauções de segurança durante as operações de lançamento à água e recolha de embarcações rápidas de salvamento</li> <li>• Procedimentos para endireitar uma embarcação de salvamento rápida virada de quilha</li> <li>• Manobra de uma embarcação de salvamento rápida em condições de mau tempo</li> <li>• Equipamentos de navegação e de segurança disponíveis numa embarcação de salvamento rápida</li> <li>• Planos de busca e fatores ambientais que afetam a sua execução</li> <li>• Avaliação da prontidão das embarcações rápidas de salvamento e do equipamento a elas associado</li> <li>• Manutenção, reparações de emergência, enchimento e esvaziamento dos compartimentos de embarcações pneumáticas de salvamento</li> </ul>	12 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor Tela de projeção Colunas de som

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento (UFCD 6487)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Desenvolver conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (7 Val.); 1.2 (7 Val.); 1.3 (6 Val.); Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.3. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.4. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (7 Val.); 1.2 (7 Val.); 1.3 (6 Val.);</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento (UFCD 6487)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Desenvolver conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>
	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.2.1 Equipamentos auxiliares de localização</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Equipamentos de rádio-comunicações de emergência transportados nas embarcações salva-vidas: VHF, EPIRBs SARTs</li> <li>Sinais de socorro, equipamento de sinalização e pirotécnicos</li> </ul> <p>1.2.2 Assistência por helicóptero</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicação com o helicóptero</li> <li>Evacuação a partir de uma embarcação salva-vidas</li> <li>Recolha de náufragos por helicóptero</li> </ul> <p>1.3.1 Assistência aos sobreviventes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilização do estojo de primeiros socorros e de técnicas de reanimação</li> <li>Tratamento de pessoas feridas, incluindo hipotermia, controlo de hemorragias e estados de choque</li> </ul>	<p>Expositivo Computador Projektor Tela de projeção Colunas de som</p>
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 4 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA:250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento (UFCD 6487)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Desenvolver conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.3 Condução de motores de embarcações de salvamento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrição geral das embarcações salva-vidas</li> <li>• Descrição dos diversos dispositivos de suporte e transporte e de lançamento à água</li> <li>• Métodos de lançamento à água e cuidados a observar durante o lançamento, o embarque de pessoas, a recolha de náufragos na água e o afastamento do navio</li> <li>• Métodos de recolha de embarcações salva-vidas e botes de socorro e cuidados a observar em situações de mau tempo</li> </ul> <p>1.1.4 Governo da embarcação salva-vidas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Governo da embarcação salva-vidas em condições de mar adversas</li> <li>• Governo de embarcações pela agulha magnética</li> <li>• Abicar uma embarcação à praia</li> <li>• Lançamento e embarque na jangada</li> <li>• Utilização de boça, âncora flutuante e do restante equipamento</li> <li>• Racionamento de mantimentos e água a bordo da embarcação</li> <li>• Acções a tomar para maximizar a possibilidade de deteção e localização da embarcação</li> <li>• Utilização de embarcações de salvamento e embarcações salva-vidas a motor para dirigir balsa salva-vidas e para o salvamento de sobreviventes e pessoas no mar</li> </ul>	<p>Expositivo Computador Projetor Tela de projeção Colunas de som</p>
---	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 4 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Condução de embarcações de salvamento (UFCD 6487)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Desenvolver conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1. Efetuar as operações de lançamento e condução de uma embarcação de salvamento.</p> <p>1.2. Utilizar os equipamentos auxiliares de localização.</p> <p>1.3. Prestar assistência a sobreviventes.</p> <p>1.1.1 Situações de emergência</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação de situações de emergência</li> <li>• Procedimentos em caso de chamada a postos de abandono</li> <li>• Procedimentos a adotar em caso de abandono e após o abandono</li> </ul> <p>1.1.2 Controlo de uma embarcação salva-vidas ou embarcação de salvamento durante e após o seu lançamento à água</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apetrechamento de embarcações salva-vidas e embarcações de salvamento e palamenta</li> <li>• Características especiais e instalações de embarcações salva-vidas e embarcações de salvamento</li> <li>• Diversos tipos de dispositivos usados para o lançamento à água de embarcações salva-vidas e embarcações de salvamento</li> <li>• Métodos de lançamento à água de embarcações salva-vidas em condições de mar adversas</li> <li>• Métodos de recolha de embarcações salva-vidas</li> <li>• Medidas a tomar depois do abandono do navio</li> <li>• Métodos de arrear à água e receber embarcações de salvamento em condições de mar adversas</li> </ul>	<p>5 T</p> <p>15 T</p> <p>4 T</p>	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projeter</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (5 Val.); 1.2 (5 Val.); 1.3 (5 Val.); 1.4 (5 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (4 Val.); 1.2 (4 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (4 Val.); 1.5 (2 Val.); 1.6 (2 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA:250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.6.1 Sistema IALA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Campo de aplicação</li> <li>• Tipos de Marcas</li> <li>• Identificação das marcas cardeais</li> <li>• Identificação das marcas laterais</li> <li>• Identificação das marcas de perigo isolado</li> <li>• Identificação das marcas de águas limpas</li> <li>• Identificação das marcas especiais</li> <li>• Características das marcas cardeais <ul style="list-style-type: none"> <li>Alvo</li> <li>– Cor</li> <li>– Forma</li> <li>– Luz</li> </ul> </li> </ul>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.4.1 Terminologia associada ao reboque</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de rebocar</li> <li>• Terminologia <ul style="list-style-type: none"> <li>– Rebocar</li> <li>– Rebocado</li> <li>Rebocador</li> <li>– Cabo de reboque</li> <li>– Reboque</li> <li>– Reboque à popa</li> <li>Reboque a par ou de braço dado</li> </ul> </li> </ul> <p>1.4.2 Cabos de reboque e métodos de estabelecer o cabo de reboque</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manobra de aproximação</li> <li>• Amarrar o cabo de reboque ao navio rebocado</li> <li>• Iniciar o reboque</li> <li>• Espertar o cabo</li> <li>• Comprimento do cabo</li> <li>• Velocidade</li> <li>• Reboque com mau tempo</li> <li>• Reboque a par ou de braço dado</li> <li>• Cuidados a ter durante o reboque</li> </ul> <p>1.5.1 RIEAM</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RIEAM (Regulamento Internacional para Evitar Abalroamentos no Mar)</li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.2.6 Comprimento da amarra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cálculo do comprimento da amarra em função da profundidade e das condições do tempo</li> </ul> <p>1.3.1 Manobra de suspender</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminologia usada <ul style="list-style-type: none"> <li>– Pronto a virar</li> <li>– Dizer da amarra</li> <li>Virar</li> <li>– Número de manilhas entradas</li> <li>– A pique</li> <li>– Arrancou</li> <li>A olho</li> <li>– Pelos cabelos</li> <li>– Em cima</li> <li>– Picar a amarra</li> </ul> </li> <li>• Esforços resultantes da não utilização da máquina do navio</li> </ul> <p>1.3.2 Aguentar mau tempo fundeado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Precauções a tomarem quando se espera mau tempo <ul style="list-style-type: none"> <li>– Uso do freio do guincho/molinete como medida cautelar</li> <li>– Utilização da máquina</li> <li>– Largar 2.º ferro</li> </ul> </li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.2.3 Espias de amarração</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeiras (<i>springs</i>)</li> <li>• Traveses</li> <li>• Lançantes</li> </ul> <p>1.2.4 Comportamento da embarcação sob o efeito das espias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efeitos das espias ao atracar e ao desatracar</li> </ul> <p>1.2.5 Manobras de fundear</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcha a vante</li> <li>• Marcha a ré</li> <li>• Terminologia</li> <li>• Definição de navio fundeado</li> <li>• Forças a que está sujeito o navio fundeado <ul style="list-style-type: none"> <li>– Tração horizontal</li> <li>– Peso da amarra</li> <li>– Reação da âncora</li> </ul> </li> <li>• Terminologia <ul style="list-style-type: none"> <li>– Molinete/guincho</li> <li>– Boça</li> <li>Gateira</li> <li>Escovém</li> <li>– Mordentes</li> <li>– Pronto a largar</li> <li>Larga</li> <li>Quartelada</li> <li>– Manilha</li> <li>– Aguenta</li> <li>Unha</li> <li>– Garrar</li> </ul> </li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.3 Comportamento da embarcação sob a ação conjunta do hélice e leme</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Navio de um hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>– Navio e hélice a vante</li> <li>– Navio e hélice a ré</li> <li>– Navio a vante e hélice a ré</li> <li>– Navio a ré e hélice avante</li> </ul> </li> <li>• Navio com mais de um hélice</li> <li>• Navios com outros tipos de governo</li> </ul> <p>1.2.1 Atracar e desatracar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de atracar e desatracar</li> <li>• Manobras de atracação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sem vento</li> <li>– Com vento</li> <li>– Com corrente</li> <li>– Influência da corrente</li> </ul> </li> <li>• Manobras de desatracação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sem vento</li> <li>– Com vento</li> <li>– Com corrente</li> </ul> </li> </ul> <p>1.2.2 Navegação com mau tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características das ondas</li> <li>• Efeito das ondas</li> <li>• Balanço e arfagem</li> <li>• Pôr de capa</li> <li>• Correr com o tempo</li> <li>• Utilização do óleo</li> <li>• Âncora flutuante</li> </ul>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações I</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação – Desenvolvimento (UFCD 6506)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>		
1.1 Identificar os fatores intervenientes no governo e manobra de um navio.	2 T	Expositivo Demonstrativo Computador
1.2 Executar as manobras de atracação e desatracação.	11 T	
1.3 Executar as manobras de fundear e suspender.	7 T	
1.4 Identificar a terminologia usada no reboque e efetuar o reboque.	2 T	
1.5 Identificar as regras e os procedimentos a que os navios devem obedecer no âmbito do RIEAM.	1 T	
1.6 Caracterizar o sistema IALA.	1 T	
1.1.1 Fatores intervenientes no governo e manobra de embarcação <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efeito do leme</li> <li>• Correntes provocadas pelo hélice</li> <li>• Pressão lateral do hélice</li> <li>• Corrente de esteira</li> <li>• Mar e vento</li> <li>• Caimento</li> <li>• Carregamento</li> <li>• Profundidade da água</li> </ul>		
1.1.2 Passo do hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de passo do hélice</li> <li>• Passo do hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>– Hélice de passo direito</li> <li>– Hélice de passo esquerdo</li> <li>– Hélice de passo variável</li> </ul> </li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA:250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1 Tipo: Sumativa</p> <p>2.2 Natureza: Criterial</p> <p>2.3 Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (8 Val.); 1.2 (4 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (2 Val.); 1.5 (2 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (8 Val.); 1.2 (4 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (2 Val.); 1.5 (2 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.3.2 Condução de embarcação a motor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidados a ter <ul style="list-style-type: none"> <li>- Antes da largada</li> <li>- Máquina pp. em funcionamento em ponto morto durante 10 minutos</li> <li>- Condução durante a faina <ul style="list-style-type: none"> <li>Não executar manobras bruscas (velocidade, rotações da máquina)</li> </ul> </li> <li>- Manobras de atracar e desatracar</li> <li>- Não executar manobras bruscas (velocidade, rotações da máquina)</li> <li>Inversão de marcha</li> </ul> </li> </ul> <p>1.4.1 RIEAM</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RIEAM (Regulamento Internacional para Evitar Abalroamentos no Mar)</li> </ul> <p>1.5.1 Sistema IALA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Campo de aplicação</li> <li>• Tipos de Marcas</li> <li>• Identificação das marcas cardeais</li> <li>• Identificação das marcas laterais</li> <li>• Identificação das marcas de perigo isolado</li> <li>• Identificação das marcas de águas limpas</li> <li>• Identificação das marcas especiais</li> <li>• Características das marcas cardeais <ul style="list-style-type: none"> <li>Alvo <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cor</li> <li>- Forma</li> <li>- Luz</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
	<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

<p>1.1.8 Definição de desatracar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de desatracar</li> <li>• Efeito das espias ao desatracar</li> </ul> <p>1.1.9 Telégrafo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização do telégrafo</li> </ul> <p>1.2.1 Execução de manobras de atracação e desatracação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aproximação ao navio ou ao cais</li> <li>• Passagem de cabos <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colocação das defensas no bordo que vai encostar</li> <li>- Encostar</li> <li>Rondar cabos</li> <li>Fim da manobra</li> <li>- Desatracar</li> </ul> </li> </ul> <p>1.3.1 Manobras e governo de uma embarcação a motor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ângulos de leme e seus efeitos no governo</li> <li>• Marcha a vante e marcha a ré</li> <li>• Governo com a embarcação atravessada à corrente</li> <li>• Governo com o mar pela popa</li> </ul>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.4 Comportamento sob ação de leme e do hélice</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Navio de um hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>- A vante</li> <li>- A ré</li> <li style="padding-left: 20px;">A vante e hélice a ré</li> <li>- A ré e hélice a vante</li> </ul> </li> <li>• Identificação do comportamento do navio sob a ação conjunta do leme e do hélice</li> </ul> <p>1.1.5 Atracar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de atracar</li> <li>• Espias de atracação</li> </ul> <p>1.1.6 Navio sob o efeito das espias de atracação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação do comportamento do navio pelo efeito das espias ao atracar</li> <li>• Efeito de velocidade do navio na manobra de atracação</li> </ul> <p>1.1.7 Manobra de atracação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação das manobras de atracação <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elemento dominante</li> <li style="padding-left: 20px;">Sem vento</li> <li>- Com vento</li> <li>- Com corrente</li> </ul> </li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>		
1.1 Identificar os fatores intervenientes no governo e manobra de um navio.	4 T	Expositivo/ Demonstrativo Computador
1.2. Executar as manobras de atracação e desatracação.	11 T	
1.3. Executar manobras e governo de uma embarcação a motor.	6 T	
1.4. Identificar as regras e os procedimentos a que os navios devem obedecer no âmbito do RIEAM.	2 T	
1.5. Caracterizar o sistema IALA.	1 T	
1.1.1 Leme <ul style="list-style-type: none"> <li>• Constituição do leme</li> <li>• Cachola</li> <li>• Madre</li> <li>• Porta</li> </ul>		
1.1.2 Hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação das partes do hélice</li> <li>• Definição do passo do hélice</li> </ul>		
1.1.3 Fatores Intervenientes no governo e manobra de um navio <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efeito do leme</li> <li>• Correntes produzidas pelo hélice</li> <li>• Pressão lateral do hélice</li> <li>• Corrente de esteira</li> <li>• Mar e vento</li> <li>• Corrente</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA:250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operações com gruas flutuantes (UFCD 6513)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1.1 (5 Val.); 1.1.2 (10 Val); 1.1.3 (5 Val)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1.1(5 Val); 1.1.2 (10 Val); 1.1.3 (5 Val)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operações com gruas flutuantes (UFCD 6513)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.3 Aparelhos de força</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de aplicar e gornir <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teque</li> <li>- Talha singela</li> <li>- Talha dobrada</li> <li>- Estralheira singela</li> <li>- Estralheira dobrada</li> </ul> </li> <li>• Cálculo das forças e desmultiplicação</li> </ul>	6 T
--	-----

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operações com gruas flutuantes (UFCD 6513)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
	<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

<b>1 OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
1.1. Manobrar e conduzir aparelhos elevatórios e seus componentes, para elevar, transportar e depositar quaisquer cargas.	3 T	Expositivo Computador Texto de apoio
1.1.1 O Portaló <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funções do portaló</li> <li>• Linguagem gestual do portaló</li> </ul>	15 T	
1.1.2 Operação de gruas flutuantes <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação das gruas flutuantes e respetiva palamenta</li> <li>• Condições de operacionalidade de gruas flutuantes</li> <li>• Tipos de manobras a efetuar com gruas flutuantes</li> <li>• Movimentação de cargas</li> <li>• Manobra de recurso para minimizar situações de emergência</li> <li>• Identificação dos equipamentos para elevação de cargas</li> <li>• Cabos e aprestos adequados aos volumes ou cargas a movimentar</li> <li>• Conservação e manutenção e pequenas reparações dos equipamentos e componentes do aparelho elevatório</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 18 DE 18 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<b>10.</b>	Respeita o sinal das bandeiras e reconhece o seu significado.	Respeita o sinal das bandeiras mas hesita na sua execução.	Não respeita ou reconhece o significado das bandeiras.
<b>11.</b>	Larga cabos na sequência correta.	Larga cabos corretamente mas hesita na sua execução.	Não larga cabos corretamente.
<b>12.</b>	Faz a aproximação ao naufrago por barlavento à 1ª tentativa.	Faz a aproximação ao naufrago por barlavento à 2ª tentativa.	Não faz a aproximação ao naufrago/faz a aproximação por sotavento.
<b>13.</b>	Coloca o naufrago na embarcação na posição correta.	Coloca o naufrago na embarcação na posição correta mas com pouca comodidade.	Não coloca o naufrago na embarcação na posição correta.
<b>14.</b>	Relata o estado do naufrago através das bandeiras e posteriormente via VHF.	Relata o estado do naufrago só através das bandeiras ou vice-versa.	Não relata o estado do naufrago.
<b>NAVEGAR COM A LANCHAS</b>			
<b>15.</b>	Verifica a operacionalidade de todos os equipamentos.	Verifica a operacionalidade de todos os equipamentos com algumas incorreções.	Não verifica a operacionalidade de todos os equipamentos.
<b>16.</b>	Verifica corretamente o EPI de todo o pessoal.	Verifica o EPI de todo o pessoal com algumas incorreções.	Não verifica o EPI do pessoal.
<b>17.</b>	Executa a manobra de fundear corretamente.	Executa a manobra de fundear com algumas incorreções.	Não executa a manobra de fundear.
<b>18.</b>	Executa a atracação corretamente à 1ª tentativa	Executa a atracação após algumas tentativas.	Não executa a atracação ou sente muitas dificuldades.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 17 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL</b>			
<b>ITEM Nº</b>	<b>NÍVEIS</b>		
	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>MONTAR O BOTE E NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO A REMOS</b>			
<b>1.</b>	Verifica corretamente a pressão dos flutuadores (visualmente e tátil).	Verifica a pressão dos flutuadores só através de um sentido (visualmente ou tátil).	Não verifica a pressão dos flutuadores.
<b>2.</b>	Confirma corretamente a funcionalidade das válvulas de enchimento.	Confirma corretamente a funcionalidade só de algumas válvulas de enchimento.	Não confirma a funcionalidade das válvulas de enchimento.
<b>3.</b>	Mantém a cadência da remada corretamente.	Mantém a cadência da remada com algumas incorreções.	Não mantém a cadência da remada.
<b>4.</b>	Motiva toda a guarnição, enquanto exerce as funções de "Voga".	Motiva a guarnição com algumas incorreções.	Não motiva a guarnição.
<b>NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO À VELA</b>			
<b>5.</b>	Efetua a montagem da mastreação e do velame corretamente.	Efetua a montagem da mastreação e do velame com algumas incorreções.	Efetua a montagem do velame e mastreação incorretamente.
<b>6.</b>	Executa uma boa desatracação.	Executa a desatracação com algumas incorreções.	Não executa uma boa desatracação.
<b>7.</b>	Coloca o patilhão na embarcação de forma correta.	Coloca o patilhão na embarcação com algumas incorreções.	Não coloca o patilhão na embarcação.
<b>8.</b>	Navega e coloca o leme de acordo com a mareação.	Navega e coloca o leme de acordo com a mareação com algumas incorreções.	Navega e não coloca o leme de acordo com a mareação.
<b>NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO DE MOTOR FORA DE BORDA/ SEMIRRÍGIDA</b>			
<b>9.</b>	Verifica a refrigeração do motor corretamente (visualmente).	Verifica a refrigeração do motor passado alguns minutos do motor estar em funcionamento.	Não verifica a refrigeração do motor.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 16 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

\* O formador deverá selecionar (com X) a cotação a atribuir a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:

**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*\*

**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*

**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável

\*\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.

\*\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.

**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 15 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL (Parte prática)</b>					
<b>NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....</b>					
<b>FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ..... / ..... / .....</b>					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
<b>MONTAR O BOTE E NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO A REMOS</b>					
1. Verifica a pressão dos flutuadores.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
2. Verifica o funcionamento das válvulas de	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Respeita a cadência da remada.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
4. Incentiva guarnição enquanto funções de "Voga".	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
<b>NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO À VELA</b>					
5. Efetua montagem da mastreação e do velame.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
6. Desatraca.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
7. Coloca o patilhão.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
8. Faz leme consoante a navegação.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
<b>NAVEGAR COM EMBARCAÇÃO DE MOTOR FORA DE BORDA/ SEMIRÍGIDA</b>					
9. Verifica a refrigeração.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
10. Respeita o sinal das bandeiras.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
11. Larga cabos e desatraca.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
12. Faz a aproximação ao naufrago.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
13. Acomoda o Naufrago na embarcação.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
14. Relata o estado do naufrago.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
<b>NAVEGAR COM A LANCHIA</b>					
15. Verifica a operacionalidade dos equipamentos.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
16. Verifica EPI do pessoal.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
17. Fundeia.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
18. Atraca.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	<b>20 Val</b>				

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 14 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º5</b>			
<b>ITEM N.º</b>	<b>NÍVEIS</b>		
	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>1.</b>	Verifica a operacionalidade de todos os equipamentos.	Verifica a operacionalidade de todos os equipamentos com algumas incorreções.	Não verifica a operacionalidade de todos os equipamentos.
<b>2.</b>	Efetua corretamente experiência de comunicações.	Efetua experiência de comunicações com alguma dificuldade.	Não efetua experiência de comunicações.
<b>3.</b>	Verifica corretamente o EPI de todo o pessoal.	Verifica o EPI de todo o pessoal com algumas incorreções.	Não verifica o EPI do pessoal.
<b>4.</b>	Executa a desatracação corretamente.	Executa a desatracação com alguma dificuldade.	Não executa a desatracação.
<b>5.</b>	Relata todos os contactos visuais enquanto "vigia".	Relata alguns dos contactos visuais enquanto "vigia".	Não relata os contactos visuais enquanto "vigia".
<b>6.</b>	Mantém uma postura adequada.	Mantém uma postura adequada com algumas incorreções.	Não mantém uma postura adequada.
<b>7.</b>	Executa as ordens que lhe são dadas para o leme.	Executa as ordens que lhe são dadas para o leme com algumas incorreções.	Não executa as ordens que lhe são dadas para o leme.
<b>8.</b>	Executa a aproximação à boia corretamente tendo em atenção a direção do vento, corrente e ondulação	Executa a aproximação à boia corretamente tendo em atenção a direção do vento, corrente e ondulação após algumas tentativas.	Não executa a aproximação à boia.
<b>9.</b>	Executa a amarração à boia na sequência correta.	Executa a amarração à boia com algumas incorreções.	Não executa a amarração à boia.
<b>10.</b>	Executa a manobra de fundear e corretamente.	Executa a manobra de fundear e com algumas incorreções.	Não executa a manobra de fundear.
<b>11.</b>	Executa a manobra de suspender corretamente.	Executa a manobra de suspender e com algumas incorreções.	Não executa a manobra de suspender.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 13 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 5**

NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....

FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ..... / ..... / .....

ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Verifica a operacionalidade de todos os equipamentos.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
2. Efetua experiência de comunicações.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Verifica o EPI de todo o pessoal.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
4. Executa a desatracação	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
5. Relata todos os contactos enquanto "Vigia".	3 Val	3 Val	1,5 Val	0 Val	
6. Mantém uma postura adequada.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
7. Executa as ordens que lhe são dadas para o leme.	3 Val	3 Val	1,5 Val	0 Val	
8. Executa a aproximação à boia.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
9. Efetua a manobra de Amarrar à boia.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
10. Efetua a manobra de fundear	1,5 Val	1,5 Val	0,75	0 Val	
11. Efetua a manobra de Suspender.	1,5 Val	1,5 Val	0,75	0 Val	
<b>TOTAL</b>	<b>20 Val</b>				

\* O formador deverá seleccionar (com X a cotação a atribuir) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  
**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*\*  
**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*\*  
**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável  
\*\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  
\*\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.

**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 12 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº4</b>			
<b>ITEM Nº</b>	<b>NÍVEIS</b>		
	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
1.	Enverga o EPI corretamente e verifica a restante guarnição.	Enverga o EPI corretamente mas não confirma a restante guarnição ou vice-versa.	Não enverga o EPI nem confirma a restante guarnição.
2.	Confirma corretamente toda a palamenta.	Confirma a palamenta com algumas incorreções.	Não confirma a palamenta.
3.	Verifica a refrigeração do motor corretamente (visualmente).	Verifica a refrigeração do motor passado alguns minutos do motor estar em funcionamento.	Não verifica a refrigeração do motor.
4.	Efetua corretamente experiência de comunicações.	Efetua experiência de comunicações com alguma dificuldade.	Não efetua experiência de comunicações.
5.	Respeita o sinal das bandeiras e reconhece o seu significado.	Respeita o sinal das bandeiras mas hesita na sua execução.	Não respeita ou reconhece o significado das bandeiras.
6.	Faz uma boa desatracção.	Desatraca após algumas tentativas/desatraca com algumas incorreções.	Não desatraca ou faz os procedimentos incorretamente.
7.	Faz a aproximação ao naufrago por barlavento à 1ª tentativa.	Faz a aproximação ao naufrago por barlavento à 2ª tentativa.	Não faz a aproximação ao naufrago/faz a aproximação por sotavento.
8.	Desengrena o motor corretamente assim que chega junto do naufrago.	Desengrena o motor alguns segundos depois de estar junto do naufrago.	Não desengrena o motor assim que chega junto do naufrago.
9.	Recolhe o naufrago por barlavento à 1ª tentativa.	Recolhe o naufrago mas não à 1ª tentativa.	Não consegue recolher o naufrago.
10.	Comunica o estado do naufrago através de sinal de bandeiras e posteriormente via VHF.	Comunica o estado do naufrago com algumas incorreções.	Não comunica o estado do naufrago.
11.	Acomoda o naufrago na embarcação pelo bordo que vai atracar ao navio/cais e com a cabeça para ré e pés para vante.	Acomoda o naufrago na embarcação com algumas incorreções.	Não acomoda o naufrago na embarcação.
12.	Executa a atracção e manda passar os cabos corretamente.	Executa a atracção depois de algumas tentativas.	Não executa a atracção.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 11 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 4</b>					
<b>NII:</b> ..... <b>P/CLAS:</b> ..... <b>NOME:</b> ..... <b>EDIÇÃO:</b> .....					
<b>FORMADOR:</b> ..... <b>CLASSIFICAÇÃO:</b> ..... <b>DATA</b> .... / .... /.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Enverga o EPI e verifica a restante guarnição.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
2. Verifica a palamenta	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
3. Verifica a refrigeração do motor.	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
4. Efetua experiência de comunicações.	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
5. Respeita o sinal das bandeiras.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
6. Executa a desatracação.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
7. Faz a aproximação ao náufrago.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
8. Desengrena o motor.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
9. Recolhe o náufrago.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
10. Comunica o estado do náufrago.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
11. Acomoda o náufrago na embarcação.	3 Val	3 Val	1,5 Val	0 Val	
12. Executa a atracação.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
<b>TOTAL</b>		<b>20 Val</b>			
<p>* O formador deverá selecionar (com X) a cotação a atribuir a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> – Tarefa executada com bom desempenho*  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular **  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>** Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  ***Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.</b></p>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 10 DE 18 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<b>8.</b>	Efetua corretamente e sem dificuldade experiência de comunicação.	Efetua experiência de comunicação com alguma dificuldade e algumas incorreções.	Não efetua experiência de comunicações.
<b>9.</b>	Pede corretamente autorização para largar.	Pede autorização para largar com algumas incorreções.	Não pede autorização para largar.
<b>10.</b>	Dá vozes para a guarnição corretamente (marcando a cadência)	Dá as vozes para a guarnição, mas com algumas incorreções.	Não dá vozes para a guarnição.
<b>11.</b>	Motiva toda a guarnição à medida que vai alterando a "Voga".	Motiva toda a guarnição à medida que vai alterando a "Voga", com algumas incorreções.	Não consegue motivar a guarnição.
<b>12.</b>	Executa a abicagem à praia de forma correta e sem dificuldade	Executa a abicagem à praia com algumas dificuldades e com incorreções.	Não executa abicagem à praia.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 9 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 3</b>			
<b>ITEM Nº</b>	<b>NÍVEIS</b>		
	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>1.</b>	Verifica corretamente o estado de conservação e limpeza.	Verifica o estado de conservação e limpeza com algumas falhas.	Não verifica o estado de conservação e limpeza.
<b>2.</b>	Confirma corretamente a funcionalidade das válvulas de enchimento.	Confirma corretamente a funcionalidade só de algumas válvulas de enchimento.	Não confirma a funcionalidade das válvulas de enchimento.
<b>3.</b>	Efetua sem dificuldade a montagem dos paneiros.	Efetua a montagem dos paneiros com alguma dificuldade e algumas incorreções.	Não efetua a montagem dos paneiros.
<b>4.</b>	Verifica corretamente a pressão dos flutuadores através dos dois sentidos (visão e tato).	Verifica a pressão dos flutuadores através de um dos sentidos (visão ou tato).	Não verifica a pressão dos flutuadores.
<b>5.</b>	Verifica corretamente a pressão da quilha através dos dois sentidos (visão e tato).	Verifica a pressão da quilha através de um dos sentidos (visão ou tato).	Não verifica a pressão da quilha.
<b>6.</b>	Confirma corretamente toda a palamenta.	Confirma só parte da palamenta.	Não confirma palamenta.
<b>7.</b>	Enverga o colete corretamente e verifica o da restante guarnição.	Enverga o colete corretamente mas não confirma o da restante guarnição e vice-versa.	Não enverga o colete nem confirma o da restante guarnição.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 8 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 3</b>					
NII: ..... P/CLAS:.....NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: .....CLASSIFICAÇÃO:..... DATA .... / .... /.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Verifica o estado de conservação e limpeza.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
2. Verifica o funcionamento das válvulas de enchimento	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Efetua a montagem dos painéis.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
4. Executa e verifica a pressão dos flutuadores/ quilha.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
5. Verifica a palamenta.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
6. Enverga o colete e verifica a restante guarnição.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
7. Efetua experiência de comunicações.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
8. Pede autorização para largar.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
9. Executa corretamente a cadência das remadas.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
10. Motiva toda a guarnição alterando a voga.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
11. Executa a abicagem à praia de forma correta.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
12. Coloca o patilhão.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
13. Efetua a mareação.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
14. Vira por da vante; Vira em roda.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
15. Navega em "bolina cerrada".	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
16. Navega em "largo aberto".	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
17. Faz leme e respeita a navegação.	2 Val	2 Val	1 Val	0 Val	
<b>TOTAL</b>	<b>20 Val</b>				
<p>* O formador deverá selecionar (com X) a cotação a atribuir a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  <b>Nível 2</b> - Tarefa executada com bom desempenho**  <b>Nível 1</b> - Tarefa executada com desempenho regular ***  <b>Nível 0</b> - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável</p> <p>** Por <b>bom desempenho</b>, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  ***Por <b>desempenho regular</b> entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.</p> <p><b>NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos Itens avaliados.</b></p>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>Parte prática:</p> <p>2.3.6.5. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-9-1-15 a 5-9-1-17)</p> <p>2.3.6.6. Objetivos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (3 Val.); 1.2 (3 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (4 Val.); 1.5 (3 Val.); 1.6 (3 Val.).</p> <p>2.3.6.7. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.6.8. Escala: 0 a 20 valores</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 6 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.5. Teste n.º 5</p> <p>2.3.5.1. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-9-1-13 a 5-9-1-14)</p> <p>2.3.5.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.6 (20 Val.).</p> <p>2.3.5.3. Duração: 12 minutos por formando</p> <p>2.3.5.4. Escala: de 0 a 20 valores</p> <p>2.3.5.5. Coeficiente: 2</p> <p>2.3.6. Exame final</p> <p>Parte teórica:</p> <p>2.3.6.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.6.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.7 (2 Val.); 1.8 (2 Val.); 1.9 (2 Val.); 1.10 (2 Val.); 1.11 (3 Val.); 1.12 (3 Val.); 1.13 (2 Val.); 1.14 (2 Val.); 1.15 (2 Val)</p> <p>2.3.6.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.6.4. Escala: 0 a 20 valores</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 5 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Teste n.º 3</p> <p>2.3.3.1. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-9-1-8 a 5-9-1-10)</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (6 Val.); 1.2 (7 Val.); 1.3 (7 Val.).</p> <p>2.3.3.3. Duração: 12 minutos por formando</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 2</p> <p>2.3.4. Teste n.º 4</p> <p>2.3.4.1. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial, págs. 5-9-1-11 e 5-9-1-12)</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.4 (10 Val.); 1.5 (10 Val.).</p> <p>2.3.4.3. Duração: 12 minutos por formando</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.4.5. Coeficiente: 2</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.7 (5 Val.); 1.8 (4 Val.); 1.9 (4 Val.); 1.10 (2 Val.); 1.11 (2 Val.); 1.12 (3 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.13 (6 Val.); 1.14 (8 Val.); 1.15 (6 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

1.11 Reconhecer os locais de estiva das embarcações miúdas. • Doca • Poço	5 T	
1.12 Reconhecer as manobras de uma embarcação a motor. • Arranque • Variação de velocidade • Trânsito • Marcha a ré • Paragem • Abordagem • Abicagem	6 T	Demonstrativo Semirrígida Texto de apoio
1.13 Reconhecer a manobra de recolha de objetos no mar. • Métodos de recolha • Preparativos • Recolha	6 T	Demonstrativo Lancha "Condor" Texto de apoio
1.14 Reconhecer situações de emergência. • Avaria no sistema de propulsão • Avaria no sistema de governo • Rotura dos flutuadores • Incêndio • Guinada descontrolada • Homem ao mar	6 T	Demonstrativo Bote "Zebro III" Embarcação a remos Motor fora de borda Embarcação à vela
1.15 Reconhecer as funções do patrão. • Preparar a embarcação para navegar • Obter informação necessária • Garantir segurança • Manter a compostura do pessoal • Cumprir regras de navegação • Zelar pela embarcação.	6 T	Semirrígida Lancha "Condor" Texto de apoio

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Funções do patrão</li> <li>• Funções do proeiro</li> <li>• Funções do sola-patrão</li> <li>• Amarrar à boia</li> </ul>		
<p>1.6 Navegar com a lancha.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atracar e Desatracar</li> <li>• Leme</li> <li>• Vigia</li> <li>• Manobras e evoluções</li> <li>• Amarrar à boia</li> <li>• Fundear e suspender</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Lancha "Condor" Texto de apoio
<p>1.7 Classificar embarcações miúdas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Forma do casco</li> <li>• Material de construção do casco</li> <li>• Painel de popa</li> <li>• Convés</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Bote "Zebro III" Embarcação a remos
<p>1.8 Reconhecer tipos de embarcações.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baleeira</li> <li>• Escaler</li> <li>• Salva-vidas</li> <li>• Mota de água</li> <li>• Bote pneumático</li> <li>• Semirrígida.</li> </ul>	6 T	
<p>1.9 Identificar o material das embarcações miúdas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Palamenta</li> <li>• Pequeno equipamento</li> <li>• Material diverso</li> </ul>	6 T	
<p>1.10 Identificar guarnição e lotação das embarcações miúdas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Patrão</li> <li>• Proeiro</li> </ul>	6 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 250HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Descrição de Embarcações</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 105HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>		
1.1 Efetuar a montagem do bote. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conservação/Limpeza</li> <li>• Funcionamento de válvulas</li> <li>• Montagem de Paneiros</li> <li>• Pressão dos flutuadores e da Quilha</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Bote "Zebro III" Texto de apoio
1.2 Navegar com embarcação a remos. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização do remo como meio de propulsão da embarcação</li> <li>• Técnica de ceiar</li> <li>• Cadência das remadas</li> <li>• Atracar e Desatracar</li> <li>• Técnica de abicar</li> <li>• Técnica de gingar</li> </ul>	5 T	
1.3 Navegar com embarcação à vela. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atracar e Desatracar</li> <li>• Montagem da mastreação e respetivo velame</li> <li>• Técnica de virar de bordo</li> <li>• Técnica de Mareação</li> <li>• Virar por da vante</li> <li>• Técnica de Bordejar</li> <li>• Virada em Roda</li> <li>• Orçar e arribar</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Embarcação à vela Texto de apoio
1.4 Navegar com embarcação de motor fora de borda <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atracar e Desatracar</li> <li>• Funções do patrão</li> <li>• Manobras e evoluções</li> <li>• Aproximação ao naufrago</li> <li>• Recolha do naufrago</li> <li>• Transporte/acomodação do naufrago</li> <li>• Comunicações visuais</li> </ul>	6 T	Demonstrativo Bote "Zebro III" Motor fora de borda Texto de apoio
1.5 Navegar com semirrígida <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atracar e Desatracar</li> <li>• Manobras e evoluções</li> </ul>	6 T	

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO	FL 5 DE 5 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12
MÓDULO/UFCD: Marinharia	CARGA HORÁRIA: 255HRS
SUBMÓDULO/UFCD: Apitos	CARGA HORÁRIA: 20 HRS
OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO MÉTODOS, MEIOS E REF.

GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE E EXAME FINAL					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA .... / .... /.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa <b>quatro</b> toques de sinais de apitos.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
2. Executa <b>dois</b> toques de chamada pessoal.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Executa <b>cinco</b> toques do Cerimonial Marítimo.	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1,5 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
	1,5 Val	1,5 Val	0,75 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>	<b>12 Val</b>				

\* -O formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:

**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*  
**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*  
**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável

\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  
\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.

**NOTA:**  
**A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Apitos</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 20 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.2. Exame Final</p> <p>Parte teórica:</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1 (2 Val); 1.2 (2 Val); 1.4 (2 Val); 1.6 (2 Val).</p> <p>2.3.2.3. Duração: 40 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte Prática:</p> <p>2.3.2.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-8-5-5)</p> <p>2.3.2.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.3 (4 Val); 1.5 (2 Val.); 1.7 (6 Val).</p> <p>2.3.2.7. Duração: 60 minutos</p> <p>2.3.2.8. Escala: 0 a 12 valores</p> <p>2.3.2.9. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Apitos</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 20 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>Parte teórica:</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (2 Val); 1.2 (2 Val); 1.4 (2 Val); 1.6 (2 Val).</p> <p>2.3.1.3. Duração: 40 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte Prática:</p> <p>2.3.1.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-8-5-5)</p> <p>2.3.1.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.3 (4 Val); 1.5 (2Val); 1.7 (6 Val).</p> <p>2.3.1.7. Duração: 60 minutos</p> <p>2.3.1.8. Escala: 0 a 12 valores</p> <p>2.3.1.9. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Apitos</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 20 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.5 Executar os toques de chamada pessoal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oficial de Marinheiros ou Cabo de Quarto</li> <li>• Marinheiros</li> <li>• Grumetes</li> <li>• Moço de cabos</li> <li>• Ronda</li> </ul> <p>1.6 Reconhecer toques do cerimonial marítimo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bandeira nacional</li> <li>• Oficiais superiores e comandantes de navio</li> <li>• Oficial ao portaló</li> <li>• Alvorada</li> <li>• Formatura para serviços</li> <li>• Parada da guarda</li> <li>• Faina geral</li> </ul> <p>1.7 Executar toques do cerimonial marítimo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bandeira nacional</li> <li>• Oficiais superiores e comandantes de navio</li> <li>• Oficial subalterno</li> <li>• Alvorada</li> <li>• Formatura para serviços</li> <li>• Parada da guarda</li> <li>• Faina geral.</li> </ul>	<p>3 T</p> <p>4 T</p> <p>4 T</p>	<p>Demonstrativo Um apito por aluno PEETNA 45611</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Apitos</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 20 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Utilizar um apito.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regras a observar</li> <li>• Funções dos toques de apito</li> <li>• Forma correta de segurar o apito.</li> </ul>	1 T	Demonstrativo Um apito por aluno PEETNA 4561
<p>1.2 Reconhecer a notação e os sinais de apito.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de notas (agudas e graves)</li> <li>• Nota curta</li> <li>• Nota extensa</li> <li>• Nota extensa rufada</li> <li>• Notas picadas</li> <li>• Notas curtas ligadas</li> <li>• Notas graves e agudas ligadas.</li> </ul>	2 T	
<p>1.3 Executar notação e sinais de apito.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de notas (agudas e graves)</li> <li>• Nota curta</li> <li>• Nota extensa</li> <li>• Nota extensa rufada</li> <li>• Notas picadas</li> <li>• Notas curtas ligadas</li> <li>• Notas graves e agudas ligadas</li> </ul>	2 T	
<p>1.4 Reconhecer os toques de chamada pessoal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oficial de Marinheiros ou Cabo de Quarto</li> <li>• Marinheiros</li> <li>• Grumetes</li> <li>• Moço de cabos</li> <li>• Ronda</li> </ul>	2 T	

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 6 DE 6 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO: Marinharia		CARGA HORÁRIA: 255 HRS
SUBMÓDULO: Conservação do Material		CARGA HORÁRIA: 60 HRS
OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO	MÉTODOS, MEIOS E REF.

<u>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL</u>					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ...../...../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa um procedimento de desengorduramento de superfícies	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
2. Executar três procedimentos de decapagem de superfícies	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
3. Executar um procedimento de despoeiramento de superfícies	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
4. Executar quatro procedimentos na aplicação de primário	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
5. Executar quatro procedimentos na aplicação de tinta de acabamento	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>	<b>10 Val</b>				

\* O formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  
**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*\*  
**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*\*  
**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável  
\*\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  
\*\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.  
**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 5 DE 6 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO: Marinharia		CARGA HORÁRIA: 255HRS
SUBMÓDULO: Conservação do Material		CARGA HORÁRIA: 60 HRS
OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO	MÉTODOS, MEIOS E REF.

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE Nº 2</b>					
NII: ..... P/CLAS:..... NOME:..... EDIÇÃO.....					
FORMADOR: ..... CLASSIFICAÇÃO:..... DATA ...../...../.....					
ITENS A AVALIAR	COTAÇÃO TOTAL DOS ITENS	ESCALA *			OBS.
		Nível 2	Nível 1	Nível 0	
1. Executa um procedimento de desengorduramento de superfícies	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
2. Executar três procedimentos de decapagem de superfícies	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
3. Executar um procedimento de despoeiramento de superfícies	0,5 Val	0,5 Val	0,25 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
4. Executar quatro procedimentos na aplicação de primário	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
5. Executar quatro procedimentos na aplicação de tinta de acabamento	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
	1 Val	1 Val	0,5 Val	0 Val	
<b>SUBTOTAL</b>	<b>12 Val</b>				

\* O formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada tarefa de acordo com o seguinte critério:  
**Nível 2** – Tarefa executada com bom desempenho\*\*  
**Nível 1** - Tarefa executada com desempenho regular \*\*\*  
**Nível 0** - Tarefa não executada ou desempenho totalmente inaceitável  
\*\* Por **bom desempenho**, entende-se o desempenho correto de toda a tarefa, à 1ª tentativa, com apresentação perceptível.  
\*\*\*Por **desempenho regular** entende-se a execução correta de apenas parte da tarefa e/ ou a execução correta da tarefa só após várias tentativas/ a execução correta da tarefa mas com apresentação imperceptível ou deformada.  
**NOTA: A classificação da grelha é a soma das classificações obtidas nos itens avaliados.**

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conservação do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 60 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Exame final</p> <p>Parte teórica:</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1 (4 Val.); 1.2 (4 Val.); 1.3 (1,5 Val.); 1.4 (1,5 Val.); 1.5 (4 Val.); 1.6 (5 Val)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>Parte Prática:</p> <p>2.3.3.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-8-4-6)</p> <p>2.3.3.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.7 (10 Val)</p> <p>2.3.3.7. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.8. Escala: 0 a 10 valores</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Conservação do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 60 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (6 Val); 1.2 (6 Val); 1.3 (4 Val) e 1.4 (4 Val)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>Parte Teórica:</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.5 (4 Val); 1.6 (4 Val)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 8 valores</p> <p>Parte Prática:</p> <p>2.3.2.5. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação pág. 5-8-4-5)</p> <p>2.3.2.6. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.7 (12 Val)</p> <p>2.3.2.7. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.2.8. Escala: 0 a 12 valores</p> <p>2.3.2.9. Coeficiente 2</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conservação do Material</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 60 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.6 Identificar tipos de conservação de estruturas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Operações prévias</li> <li>• Métodos de preparação de superfícies <ul style="list-style-type: none"> <li>– Métodos mecânicos</li> <li>– Métodos não mecânicos</li> </ul> </li> <li>• Características das superfícies <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aço</li> <li>– Outras</li> </ul> </li> <li>• Tintas e vernizes</li> <li>• Métodos de aplicação</li> <li>• Técnicas de prevenção da osmose.</li> </ul> <p>1.7 Executar o tratamento de superfícies metálicas e de madeira.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pintura</li> <li>• Manutenção.</li> </ul>	<p>7 T</p> <p>32 T</p>	<p>Expositivo Videoprojetor Computador Manual</p> <p>Demonstrativo Ferramentas Tintas e vernizes.</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 6 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Conservação do Material</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 60 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia,</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>		
1.1 Reconhecer noções gerais de Física e Química. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Constituição da matéria</li> <li>• Eletrólitos</li> <li>• Série eletroquímica dos metais.</li> </ul>	4 T	Expositivo Videoprojetor Computador PEETNA 4549I
1.2 Reconhecer o conceito de conservação do navio. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deterioração e degradação</li> <li>• Processos de corrosão</li> <li>• Fronteira entre conservação e manutenção.</li> </ul>	3 T	
1.3 Identificar processos de degradação. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosão</li> <li>• Elementos e agentes de corrosão</li> <li>• Tipos de pilhas.</li> </ul>	4 T	
1.4 Identificar formas de corrosão. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosão uniforme</li> <li>• Corrosão localizada.</li> </ul>	2 T	
1.5 Identificar degradação nos diferentes tipos de estruturas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estruturas metálicas</li> <li>• Estruturas de materiais compósitos</li> <li>• Estruturas de madeira</li> <li>• Degradação e desgaste em sistemas e equipamentos.</li> </ul>	4 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.5. Teste n.º 5</p> <p>2.3.5.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.5.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.13 (10 Val), 1.14 (5 Val) e 1.15 (5 Val);</p> <p>2.3.5.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.5.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.5.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.6. Exame final</p> <p>2.3.6.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.6.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (1 Val); 1.2 (1 Val); 1.3 (1 Val); 1.4 (1 Val); 1.5 (1 Val); 1.6 (1 Val); 1.7 (1 Val); 1.8 (1 Val); 1.9 (1 Val); 1.10 (1 Val); 1.11 (2 Val); 1.12 (3 Val); 1.13 (2 Val); 1.14 (2 Val); 1.15 (1 Val);</p> <p>2.3.6.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.6.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.6.5. Coeficiente: 1</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Teste n.º 3</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.8 (8 Val), 1.9 (8 Val) e 1.10 (4 Val)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 2</p> <p>2.3.4. Teste n.º 4</p> <p>2.3.4.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.11 (10 Val) e 1.12 (10 Val);</p> <p>2.3.4.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.4.5. Coeficiente: 2</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (3 Val.), 1.2 (4 Val.), 1.3 (6 Val.) e 1.4 (7 Val.);</p> <p>2.3.1.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.5 (6 Val), 1.6 (6 Val) e 1.7 (8 Val);</p> <p>2.3.2.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 7 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.13 Caracterizar navios à vela.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mastreação</li> <li>• Aparelho</li> <li>• Velame</li> <li>• Regras de segurança, para o pessoal que trabalha nos mastros</li> </ul> <p>1.14 Reconhecer os meios de salvamento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meios de salvamento individual</li> <li>• Meios de salvamento coletivos</li> <li>• Localização dos meios de salvamento a bordo</li> </ul> <p>1.15 Identificar as manobras de salvamento marítimo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Homem ao mar</li> <li>• Manobra do navio</li> <li>• Recolha de náufragos</li> <li>• Helicóptero caído ao mar</li> <li>• Material para salvamento</li> </ul>	<p>10 T</p> <p>6 T</p> <p>5 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo (Visita a UN – NRP “Sagres”) Computador Projeter PEETNA 4548</p> <p>Expositivo Demonstrativo Computador Projeter PEETNA 4548</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suspender</li> <li>• Fundear a grandes profundidades</li> <li>• Material para fundear e suspender</li> </ul> <p>1.10 Identificar a manobra de amarrar à bóia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar para amarrar à bóia</li> <li>• Amarrar à bóia</li> <li>• Amarrar a duas bóias</li> <li>• Largar da bóia</li> </ul> <p>1.11 Identificar a faina de reboque.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regras gerais</li> <li>• Descrição do aparelho de reboque</li> <li>• Passagem do aparelho de reboque</li> <li>• Reboque de auxílio de navio de superfície</li> <li>• Comunicações e sinalização de reboque</li> <li>• Reboque de embarcações</li> <li>• Reboque de alvos</li> <li>• Material para reboque</li> </ul> <p>1.12 Identificar a manobra de reabastecimento no mar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definições básicas relativas ao aparelho</li> <li>• Regras gerais</li> <li>• Preparativos gerais</li> <li>• Comunicações e sinalização</li> <li>• Manobras dos navios</li> <li>• Estabelecer contato em RAS pelo través</li> <li>• RAS líquidos</li> <li>• Pela popa</li> <li>• RAS sólidos</li> <li>• Largada de emergência</li> <li>• Vertrep</li> <li>• Segurança</li> <li>• Material para RAS</li> </ul>	<p>3 T</p> <p>13 T</p> <p>19 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador Projektor PEETNA 4548</p> <p>Expositivo Demonstrativo (Visita a UN – Fragata ou Corveta) Computador Projektor PEETNA 4548</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escada de quebra-costas</li> </ul> <p>1.5 Identificar as dimensões do navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arqueação</li> <li>• Boca</li> <li>• Calado</li> <li>• Bordo livre</li> <li>• Caimento</li> <li>• Deslocamento</li> <li>• Guinda</li> </ul> <p>1.6 Identificar os sistemas do navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistemas de propulsão</li> <li>• Sistemas híbridos</li> <li>• Sistemas de governo</li> </ul> <p>1.7 Reconhecer a estabilidade do navio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definições</li> <li>• Estabilidade inicial</li> <li>• Influência das formas e do peso sobre a estabilidade</li> <li>• Efeito dos pesos sobre as estruturas</li> <li>• Estabilidade e caimento</li> </ul> <p>1.8 Identificar a manobra de atracar e desatracar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definições</li> <li>• Preparar a atracação</li> <li>• Fases de atracação lateral</li> <li>• Desatracação</li> <li>• Material para atracar e desatracar</li> </ul> <p>1.9 Identificar a manobra de fundear e suspender.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definições</li> <li>• Preparar para fundear</li> <li>• Fases da manobra de fundear</li> <li>• Quantidade de amarra a largar</li> <li>• Largar dois ferros</li> </ul>	<p>3 T</p> <p>2 T</p> <p>6 T</p> <p>6 T</p> <p>6 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador Projektor PEETNA 4548</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 7 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Nomenclatura e Descrição do Material</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 100HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Definir navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualidades de um navio</li> <li>• Unidades Navais</li> </ul>	1 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projeter PEETNA 4548
<p>1.2 Distinguir qualidades de um navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualidades náuticas</li> <li>• Qualidades operacionais</li> <li>• Qualidades do navio de guerra</li> </ul>	1 T	
<p>1.3 Identificar as principais zonas do Navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proa, popa, bordos</li> <li>• Meia-nau, meio navio</li> <li>• Amuras, alhetas e través</li> <li>• Obras mortas, obras vivas e linha de água</li> </ul>	4 T	
<p>1.4 Identificar os componentes estruturais e de aprestamento de um navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nomenclatura do navio</li> <li>• Mastros, mastreação</li> <li>• Massame</li> <li>• Velame</li> <li>• Pau de bandeira</li> <li>• Pau de jaque</li> <li>• Pau de surriola</li> <li>• Aprestos para a manobra de embarcações</li> <li>• Ferro de fundear</li> <li>• Amarra</li> <li>• Aprestos para a manobra de ferros e amarras</li> <li>• Guinchos e cabrestantes</li> <li>• Defesa</li> <li>• Verdugo</li> <li>• Amarração</li> <li>• Aprestos para amarração</li> <li>• Prancha</li> <li>• Rede de abordagem</li> </ul>	5 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operação de Carga e Descargas em Navios (UFCD 6482)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (4 Val.); 1.1.2 (4 Val.); 1.1.3 (3 Val.); 1.1.4 (3 Val.); 1.1.5 (3 Val.); 1.1.6 (3 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (4 Val.); 1.1.2 (4 Val.); 1.1.3 (3 Val.); 1.1.4 (3 Val.); 1.1.5 (3 Val.); 1.1.6 (3 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operação de Carga e Descargas em Navios (UFCD 6482)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.5 Operações de convés em navios graneleiros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação dos porões cobertos e convés</li> <li>• Operações de lastragem/delastragem</li> <li>• Tipos de carga sólida a granel e seu manuseamento</li> <li>• Abertura e fecho das escotilhas dos porões</li> <li>• Comportamento e deterioração (avaria) da carga, em função da variação das temperaturas</li> <li>• Necessidade da ventilação da carga</li> <li>• Vigilância na carga transportada</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança em operações de convés em navios graneleiros</li> </ul> <p>1.1.6 Operações de convés em navios <i>ro-ro</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação dos porões cobertos e convés</li> <li>• Carga e peamento tendo em conta todos os tipos de veículos e/ou vagões ferroviários</li> <li>• Abertura e fecho de portas e rampas</li> <li>• Áreas perigosas de carga</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança em operações de convés em navios <i>ro-ro</i></li> </ul>	<p>4 T</p> <p>4 T</p>
--	-----------------------

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 4 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operação de Carga e Descargas em Navios (UFCD 6482)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.3 Operações de convés em navios porta-contentores</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação dos porões cobertos e convés</li> <li>• Conceito de carga contentorizada</li> <li>• Tipos de contentores e sua utilização</li> <li>• Breves noções de movimento e manuseamento de contentores</li> <li>• Sobreposição de contentores</li> <li>• Orientação de contentores: respetiva comunicação gestual entre operadores de grua e marinheiros</li> <li>• Necessidade de travamento da carga contentorizada sobreposta</li> <li>• Fechos e tipos de blocos de encaixe</li> <li>• Necessidade de peamento de carga contentorizada sobreposta</li> <li>• Tipos de peias</li> <li>• Monitorização da condição da carga contentorizada</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança em operações de convés em navios porta-contentores</li> </ul> <p>1.1.4 Operações de convés em navios petroleiros/químicos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de combustível líquido</li> <li>• Fluxos de carga e descarga de combustível e formas de os verificar</li> <li>• Medição da quantidade de combustível trasfegado</li> <li>• Inspecções de segurança na casa das bombas</li> <li>• Processos de limpeza e esgotamento dos tanques</li> <li>• Cargas líquidas perigosas</li> <li>• Fugas ou derrames de combustível</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança em operações de convés em navios petroleiros/químicos</li> </ul>	<p>4 T</p> <p>4 T</p>	
---	-----------------------	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 4 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Operação de Carga e Descargas em Navios (UFCD 6482)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>	
<p>1.1 Realizar operações de carga e descarga em navios</p> <p>1.1.1 Operações gerais de carga e descarga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimentação de cargas e utilização de estropos na sua movimentação</li> <li>• Manobras com catrinas, patescas e moitões</li> <li>• Manobras com guinchos de carga</li> <li>• Assistência às operações de carga e descarga do convés, utilizando o equipamento necessário</li> <li>• Vigia das operações de estiva – rondas de segurança</li> <li>• Carga e descarga de produtos perigosos</li> <li>• Tipos de conexões (mangueiras de carga, bancas, água e granéis)</li> <li>• Operações de <i>bunkering</i> e de carga e descarga de produtos perigosos</li> <li>• Execução de sondagens de fita a tanques de carga/lastro</li> <li>• Peamento e despeamento da carga do convés ou dos materiais nos paióis</li> <li>• Limpeza e lavagem do convés e casario</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança nas operações de carga e descarga</li> </ul> <p>1.1.2 Operações de convés em navios de carga geral</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação dos porões cobertos e convés</li> <li>• Estiva e peamento da carga estivada desde o período de embarque até ao período de desembarque</li> <li>• Regras de estiva</li> <li>• Avarias na carga geral</li> <li>• Ventilação</li> <li>• Cargas perigosas</li> <li>• Cuidados de higiene e segurança em operações de convés em navios de carga geral</li> </ul>	<p>4 T</p> <p>Expositivo Demonstrativo Computador Projeto PEETNA 4548</p> <p>4 T</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 8 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (12 Val.); 1.2 (6 Val.); 1.3 (2 Val.).</p> <p>2.3.1.3. Duração:100 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide DOC.V Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (12 Val.); 1.2 (6 Val.); 1.3 (2 Val.).</p> <p>2.3.3.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Operações de manutenção de cabos</li> <li>• Operações de manutenção de guinchos, roletes e cabeços</li> </ul> <p>1.3.1 RIEAM e Balizagem</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdução ao RIEAM (Regulamento Internacional para Evitar Abalroamentos no Mar)</li> <li>• Introdução ao sistema de balizagem marítima</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 6 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oxidação</li> <li>- Exposição solar</li> <li>- Humidade</li> <li>- Temperatura</li> </ul> <p>1.2.2 Preservação/ conservação das estruturas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de preservação dos materiais da ação de agentes exteriores: <ul style="list-style-type: none"> <li>Limpeza</li> <li>- Beneficiação</li> <li>- Pintura</li> </ul> </li> <li>• Utensílios de limpeza, beneficiação e pintura</li> <li>• Preparação das superfícies para pintura: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Picagem</li> <li>Raspagem</li> <li>Pintura</li> </ul> </li> <li>• Escolha de tintas adequadas ao material e aos agentes de deterioração</li> <li>• Tipos de tintas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Primário</li> <li>- Acabamento</li> <li>- Epoxi</li> <li>Lisa</li> <li>Rugosa</li> <li>- Cuidados na manipulação de tintas, vernizes e diluentes</li> </ul> </li> <li>• Meios de conservação da estrutura e acessórios da embarcação <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zincagem</li> <li>- Pintura</li> <li>- Cimentação</li> <li>Lubrificação</li> <li>Alcatroamento</li> </ul> </li> <li>• Operações de manutenção e beneficiação: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Casa da máquina</li> <li>- Convés</li> <li>- Porão</li> <li>- Equipamentos</li> </ul> </li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 5 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verga de sinais</li> <li>• Tipos de mastros</li> </ul> <p>1.1.15 Âncoras/ferros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de âncora</li> <li>• Utilidade das âncoras ou ferros</li> <li>• Tipos de ferros <ul style="list-style-type: none"> <li>– Com cepo, tipo almirantado</li> <li>– Sem cepo (de engolir)</li> </ul> </li> <li>• Gatas</li> <li>• Busca vidas e fateixas</li> <li>• Utilidade de busca vidas</li> <li>• Significado dos termos talingar e destalingar</li> <li>• Nomenclatura do ferro de engolir</li> <li>• Vantagens e desvantagens de: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ferro de engolir - cuidados a ter com os ferros de engolir</li> <li>– Ferro com cepo</li> </ul> </li> <li>• Beneficiação e pintura</li> </ul> <p>1.1.16 Amarra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de amarra</li> <li>• Finalidade da amarra</li> <li>• Tipos de manilhas <ul style="list-style-type: none"> <li>– De quartelada</li> <li>– De talingadura</li> <li>– Da paixão</li> </ul> </li> <li>• Marcação de amarra</li> <li>• Elos de ligação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Com estai</li> <li>– Sem estai</li> </ul> </li> </ul> <p>1.2.1 Agentes de deterioração</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efeito da água salgada nos diferentes materiais: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ferro ou aço</li> <li>– Madeira</li> <li>– Bronze</li> </ul> </li> <li>• Formas de deterioração dos materiais: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Água salgada</li> </ul> </li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.10 Botão redondo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução do botão redondo</li> <li>• Execução das voltas de esgano</li> </ul> <p>1.1.11 Emenda de dois cabos pelos chicotes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Costura de laborar <ul style="list-style-type: none"> <li>– Descochar os chicotes dos dois cabos até à distância conveniente</li> <li>– Encaixar os cordões de um chicote nos do outro</li> <li>– Em fases sucessivas ir descochando um cordão de um cabo e ocupar esse espaço pelo cordão do outro cabo</li> <li>– Repetição da operação alternadamente ora para um lado, ora para o outro</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.12 Nomenclatura de peça de poleame</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peça de poleame <ul style="list-style-type: none"> <li>– Caixa, face, cabeça, gorne, perno, roldana</li> <li>– Moitão, cadernais, patesca, catrina</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.13 Nomenclatura de pau de carga e sua utilização</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pau de carga <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aparelho de pau de carga <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilização <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Deslocação de pesos a bordo, de bordo para terra e vice-versa</li> <li>▪ Trabalho com o amante e com guardins/gaios</li> <li>▪ Trabalhos que obrigam à movimentação simultânea do amante e dos guardins</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Gruas de braço articulado e ou telescópico como alternativa aos paus de carga</li> </ul> <p>1.1.14 Mastreação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nomes das partes da mastreação (galope, corpo, pé)</li> <li>• Altura (guinda)</li> <li>• Grossura (palha)</li> <li>• Função dos brandais, estais e contra – estais</li> <li>• Macacos/esticadores</li> <li>• Carangueijas (boca de lobo e lais)</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Execução da volta de anete, sendo uma das formas de talingar o ferro</li> <li>• Aplicação da volta de arrinque na cruz do ancorote</li> <li>• Aplicação de voltas de tomadouro e mostrar a sua utilidade</li> </ul> <p>1.1.6 Execução de falçaças</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No chicote de um cabo da falçaça de chicote mordido</li> <li>• Falçaça inglesa</li> <li>• Falçaça de agulha e verificar que é de todas a que oferece mais garantia</li> </ul> <p>1.1.7 Costura de mão</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fazer uma falçaça a +/- 20 cm do chicote</li> <li>• Descochar um cabo e falcassar cada dos cordões</li> <li>• Cortar o resto dos cordões depois de terem sido enfiados cinco vezes</li> </ul> <p>1.1.8 Costura redonda</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emendar dois cabos pelos chicotes, por meio de uma costura redonda <ul style="list-style-type: none"> <li>Descochar os chicotes dos dois cabos até à distância conveniente</li> <li>Falçaçar os chicotes dos cordões <ul style="list-style-type: none"> <li>– Entrelaçar os cordões corretamente, fazendo uma passagem para um e outro lado</li> <li>– Continuar a tarefa da passagem dos cordões até perfazer cinco passagens</li> <li>– Cortar o que resta dos cordões</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.9 Pinha de retenida</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Executar a pinha de retenida</li> <li>• Urdir a pinha</li> <li>• Ir socando as voltas, tantas vezes quantas as necessárias</li> <li>• Execução da costura no chicote que resta da pinha</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 8 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.3 Materiais na construção dos cabos, linhas e fios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes materiais (naturais e sintéticas) utilizados peças de cabo, meadas de linhas e bobines de fio construídos</li> </ul> <p>1.1.4 Nós</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noção de chicote e de seio de um cabo</li> <li>• Execução da laçada e nó de frade Utilidade de um e de outro, após ter passado o chicote pelo gorne de um moitão</li> <li>• Execução do nó de oito ou nó de trempe <ul style="list-style-type: none"> <li>– Utilidade, substituindo com vantagem o nó de frade</li> </ul> </li> <li>• Emendar dois cabos, com a mesma bitola, usando o nó direito</li> <li>• Execução do nó de pescador ou nó de aparelho em vez do nó direito</li> <li>• Execução do nó de escota singelo reconhecendo ser o nó indicado para emendar dois cabos com bitolas diferentes</li> <li>• Nó de escota dobrado como sendo o nó mais seguro que o singelo</li> <li>• Execução do lais de guia singelo e dobrado como maneira prática de criar uma alça no chicote de um cabo</li> <li>• Execução do lais de guia pelo seio e forma correta de o executar</li> </ul> <p>1.1.5 Voltas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais voltas - execução de voltas de cunho e mostrar como se mordem</li> <li>• Aplicação de voltas falidas num cabeço duplo e morder</li> <li>• Execução de volta de ribeira e demonstrar como é fácil e útil para içar um saco</li> <li>• Utilização de um barrote fazer a volta da ribeira e meia volta</li> <li>• Aplicação da volta de fiel para encapelar num cabeço singelo</li> <li>• Execução da volta de fiel numa argola</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 8 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Marinharia</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 255HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Marinharia - Iniciação (UFCD 6481)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 50 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS/OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>		
1.1. Executar tarefas básicas de marinharia.	30 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor PEETNA 4530
1.2. Identificar agentes de deterioração e efetuar as operações de limpeza, conservação e beneficiação das estruturas e materiais a bordo.	15 T	
1.3. Identificar o campo de aplicação, responsabilidade, definições e regras gerais mais importantes do rieam e balizagem.	3 T	
1.1.1 Nomenclatura e dimensões da embarcação <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição de navio / embarcação</li> <li>• Noções sobre proa, popa, vante, ré, bombordo, estibordo, meia-nau, meio navio e castelo</li> <li>• Definição e constituição do casco</li> <li>• Noções de linha de água, obras vivas, obras mortas, borda falsa, costado, fundo, amuras, alhetas, través e calado</li> <li>• Identificação dos tipos de pavimentos - convés, coberta e tombadilho</li> <li>• Identificação das principais partes da estrutura da embarcação</li> <li>• Identificação das principais aberturas no casco - escovém, portas de mar, embornais, vigias, buzinas e escotilhas</li> <li>• Identificação dos compartimentos da embarcação, tipos de anteparas, pique tanques, paióis e alojamentos</li> <li>• Dimensões da embarcação c.f.f., c.p.p., boca, pontal, tonelagem e deslocamento</li> </ul> 1.1.2 Passo do hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificação do passo do hélice <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hélice de passo direito</li> <li>- Hélice de passo esquerdo</li> <li>- Hélice de passo variável</li> </ul> </li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 18 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO OBJETIVO 1.4 DO EXAME FINAL (CONTINUAÇÃO)</b>	
<b>1.4 Executar as técnicas ventrais de natação com controlo respiratório e sem paragens</b>	<b>12. Técnica</b>
	<b>12.a. Técnica Bruços</b>
	0 Não realiza nenhuma técnica referida nos itens abaixo
	0,4 Membros superiores simultâneos e simétricos
	0,4 Membros superiores não estão muito afastados
	0,4 Membros superiores não estão muito juntos
	0,4 Membros superiores não ultrapassam a linha dos ombros
	0,4 Membros superiores não param junto ao tronco
	0,4 Palmas da mão viradas para baixo
	0,4 Membros inferiores simultâneos e simétricos
	0,4 Membros inferiores não estão muito afastados
	0,4 Membros inferiores não estão muito juntos
	0,4 Pés afastados para fora
	<b>12.b. Técnica <i>Crawl</i></b>
	0 Não realiza nenhuma técnica referida nos itens abaixo
	0,4 Membros superiores terminam movimento na coxa
	0,4 Trajetória dos membros superiores mantém-se no eixo de deslocação
	0,4 Mãos entram bem à frente
	0,4 "Puxar" a mão não se afasta da linha dos ombros
	0,4 Cotovelo eleva-se
	0,4 Movimento dos membros inferiores inicia-se na bacia
	0,4 Pernas não se "afundam"
	0,4 Não realiza movimentos de "pedalar"
	0,4 Cabeça mantém-se numa atitude "elevada"
	0,4 Faz inspiração bilateral

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 17 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO OBJETIVO 1.3 E 1.4 DO EXAME FINAL</b>		
<b>Parâmetros a avaliar</b>	<b>Valores</b>	<b>Itens a avaliar</b>
<b>1.3</b> Aplicar técnicas de sobrevivência no meio aquático		8. Flutuação
	0	Não flutua ou flutua num tempo inferior a 15"
	1	Flutua 15" ou mais
		9. Resgate da manilha (Máx. 3 tentativas)
	0	Não apanha a manilha
	1	Apanha a manilha entre a 2ª e a 3ª tentativa
	2	Apanha a manilha à 1ª tentativa
<b>1.4</b> Executar as técnicas ventrais de natação com controlo respiratório e sem paragens		10. Controlo Respiratório
	0	Não realiza o controlo respiratório
	1	Realiza o controlo respiratório
		11. Distância
	0	Não nada 25 metros seguidos
	0,5	Nada 25 a 50 metros num dos estilos: Bruços/ <i>Crawl</i>
	1	Nada 50 a 75 metros num dos estilos: Bruços/ <i>Crawl</i>
2	Nada 100 metros num dos estilos: Bruços/ <i>Crawl</i>	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 16 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO OBJETIVO 1.2 DO EXAME FINAL</b>		
<b>Parâmetros a avaliar</b>	<b>Valores</b>	<b>Ítems a avaliar</b>
1.2 Aplicar as regras referentes a atividades coletivas e individuais no âmbito das atividades náuticas		<b>5. Identifica as componentes do bote (flutuadores, quilha, linha de vida, bossa, boeira, paneiros, longarinas, válvulas, painel de popa, mamas)</b>
	0	Identifica até 2
	0,5	Identifica 3 ou 4
	1	Identifica 5, 6 ou 7
	1,5	Identifica 8 ou 9
	2	Identifica os 10
		<b>6. Coloca os paneiros e as longarinas na posição correta.</b>
		Não coloca nenhum paneiro nem nenhuma longarina na posição correta.
	0	Coloca os 3 paneiros na posição correta, mas não coloca nenhuma longarina.
		Coloca os 3 paneiros na posição correta e coloca mal as 2 longarinas
	0,5	Coloca os 3 paneiros e só 1 longarina na posição correta.
	1	Coloca os 3 paneiros e as 2 longarinas na posição correta.
		<b>7. Identifica a palamenta do bote (Pagaias, coletes, fole de enchimento)</b>
	0	Não identifica nenhum elemento da palamenta
	0,5	Identifica 1 elemento da palamenta
	1	Identifica 2 elementos da palamenta
	2	Identifica todos os elementos da palamenta

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 15 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO OBJETIVO 1.1 DO EXAME FINAL</b>									
<b>Militares Femininos*</b>					<b>Militares Masculinos*</b>				
Valores	Até aos 30 anos				Valores	Até aos 30 anos			
	EL	EX	ABD	2400 (min)		EL	EX	ABD	2400 (min)
6	≥ 18	≥ 23	≥ 51	≤ 08:00	6	≥ 20	n/a	≥ 56	≤ 07:00
5,5	17	n/a	49 – 50	08:01 – 08:30	5,5	19	n/a	54 – 55	07:01 – 07:30
	16	21 – 22	48	08:31 – 09:00		17 – 18	n/a	53	07:31 – 08:00
5	14 – 15	19 – 20	46 – 47	09:01 – 09:30	5	15 – 16	n/a	51 – 52	08:01 – 08:30
	11 – 13	17 – 18	43 – 45	09:31 – 10:00		12 – 14	n/a	47 – 50	08:31 – 09:00
4,5	10	16	39 – 42	10:01 – 10:30	4,5	12	n/a	46 – 48	09:01 – 09:30
	9	15	37 – 38	10:31 – 11:00		11	n/a	44 – 45	09:31 – 10:00
4	8	14	35 – 36	11:01 – 11:30	4	10	n/a	42 – 43	10:01 – 10:30
	7	13	33 – 34	11:31 – 12:00		9	n/a	40 – 41	10:31 – 11:00
3,5	6	12	31 – 32	12:01 – 13:00	3,5	8	n/a	38 – 39	11:01 – 12:00
	5	10 – 11	28 – 30	13:01 – 13:59		6 – 7	n/a	35 – 37	12:01 – 12:30
3	4	8 – 9	25 – 27	14:00 – 14:30	3	4 – 5	n/a	32 – 34	12:31 – 13:00
2,5	3	7	22 – 24	14:31 – 15:00	2,5	n/a	n/a	30 – 31	13:01 – 13:30
	2	5 – 6	19 – 21	15:01 – 15:30		3	n/a	28 – 29	13:31 – 14:00
2	n/a	4	17 – 18	15:31 – 16:00	2	n/a	n/a	26 – 27	14:01 – 14:30
	1	3	15 – 16	16:01 – 16:30		2	n/a	24 – 25	14:31 – 15:00
1,5	n/a	n/a	12 – 14	16:31 – 17:00	1,5	n/a	n/a	20 – 23	15:01 – 15:30
	n/a	2	9 – 11	17:01 – 17:30		1	n/a	16 – 19	15:31 – 16:00
1	n/a	n/a	n/a	17:31 – 18:00	1	n/a	n/a	n/a	16:01 – 16:30
	n/a	n/a	8	18:01 – 18:30		n/a	n/a	15	16:31 – 17:00
0	n/a	1	≤ 7	18:31 – 19:00	0	n/a	n/a	≤ 14	17:01 – 17:30
	n/a	n/a	n/a	>19:00		0	n/a	n/a	>17:30

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 14 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>
		<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>TABELA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL</b>																	
<b>NII</b>	<b>NOME</b>	<b>Objetivo 1.1 (6 Val.)</b>				<b>Objetivo 1.2 (4 Val.)</b>				<b>Objetivo 1.3 (3 Val.)</b>		<b>Objetivo 1.4 (7 Val.)</b>			<b>Class.</b>		
		1. Elevações	2. Flexões	3. Abdominais	4. 2400m	Classificação	5. Identifica os componentes do bote	6. Coloca os paneiros e as largarinas na posição correta.	7. Identifica a paragem do bote	Classificação	8. Flutuação	9. Resgate da manilha	Classificação	10. Controlo Respiratório		11. Distância	12. Técnica

**NOTA:**  
O formando é avaliado apenas numa das técnicas ventrais, braços ou *crawl*.  
A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 13 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 3 (continuação)</b>	
1.4 Executar as técnicas ventrais de natação com controlo respiratório e sem paragens	Técnica
	5.a.Técnica Bruços
	0 Não realiza nenhuma técnica referida nos itens abaixo
	1 Membros superiores simultâneos e simétricos
	1 Membros superiores não estão muito afastados
	1 Membros superiores não estão muito juntos
	1 Membros superiores não ultrapassam a linha dos ombros
	1 Membros superiores não param junto ao tronco
	1 Palmas da mão viradas para baixo
	1 Membros inferiores simultâneos e simétricos
	1 Membros inferiores não estão muito afastados
	1 Membros inferiores não estão muito juntos
	1 Pés afastados para fora
	5.b.Técnica <i>Crawl</i>
	0 Não realiza nenhuma técnica referida nos itens abaixo
	1 Membros superiores terminam movimento na coxa
	1 Trajetória dos membros superiores mantém-se no eixo de deslocação
	1 Mãos entram bem à frente
	1 "Puxar" a mão não se afasta da linha dos ombros
	1 Cotovelo eleva-se
	1 Movimento dos membros inferiores inicia-se na bacia
	1 Pernas não se "afundam"
	1 Não realiza movimentos de "pedalar"
1 Cabeça mantém-se numa atitude "elevada"	
1 Faz inspiração bilateral	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 12 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 3</b>		
<b>Parâmetros a avaliar</b>	<b>Valores</b>	<b>Itens a avaliar</b>
<b>1.3</b> Aplicar técnicas de sobrevivência no meio aquático		<b>1. Flutuação</b>
	0	Não flutua ou flutua num tempo inferior a 15"
	1	Flutua 15" ou mais
		<b>2. Resgate da manilha (Máx. 3 tentativas)</b>
	0	Não apanha a manilha
	1	Apanha a manilha entre a 2ª e a 3ª tentativas
<b>1.4</b> Executar as técnicas ventrais de natação com controlo respiratório e sem paragens		<b>3. Controlo Respiratório</b>
	0	Não realiza o controlo respiratório
	1	Realiza o controlo respiratório
		<b>4. Distância</b>
	0	Não nada 25 metros seguidos
	2	Nada 25 a 50 metros num dos estilos: <i>Bruços/ Crawl</i>
4	Realiza 50 a 75 metros num dos estilos: <i>Bruços/ Crawl</i>	
6	Realiza 100 metros num dos estilos: <i>Bruços/ Crawl</i>	



<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 10 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2 (continuação)</b>	
<b>1.2 Aplicar as regras referentes a atividades coletivas e individuais no âmbito das atividades náuticas</b>	<b>5. Sobe para o bote</b>
	0 Não sobe
	0,5 Sobe à 4ª tentativa
	1 Sobe à 3ª tentativa
	1,5 Sobe à 2ª tentativa
	2 Sobe à 1ª tentativa
	<b>6. Rema</b>
	0 Não executa nenhum dos critérios definidos para os 2 valores.
	0,5 A pá da pagaia só entra parcialmente na água. Faz movimentos de remada curtos com a pagaia.
	1 Arrasta a pagaia. A pá da pagaia só entra parcialmente na água.
	1,5 Coloca a pá da pagaia totalmente na água. Entra com a pagaia na água o mais à frente possível. Não arrasta a pagaia na água. Mantém a cabeça baixa.
	2 Coloca a pá da pagaia totalmente na água. Entra com a pagaia na água o mais à frente possível. Não arrasta a pagaia na água. Mantém a cabeça levantada.
	<b>7. Nada um percurso de 100m em águas abertas com colete de salvação.</b>
	0 Não nada, apenas flutua.
	1 Nada um percurso 25m
	2 Nada um percurso 50m
	3 Nada um percurso de 75m
4 Nada um percurso de 100m ou mais.	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 9 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2</b>		
<b>Parâmetros a avaliar</b>	<b>Valores</b>	<b>Itens a avaliar</b>
<b>1.2 Aplicar as regras referentes a atividades coletivas e individuais no âmbito das atividades náuticas</b>		<b>1. Identifica os componentes do bote (flutuadores, quilha, linha de vida, bossa, boeira, paneiros, longarinas, válvulas, painel de popa, mamas)</b>
	0	Identifica até 2
	0,5	Identifica até 4
	1	Identifica até 6
	1,5	Identifica 7
	2	Identifica 8
	2,5	Identifica 9
	3	Identifica 10
		<b>2. Coloca os paneiros e as longarinas na posição correta.</b>
	0	Não coloca nenhum paneiro nem nenhuma longarina na posição correta.
	1	Coloca os 3 paneiros na posição correta, mas não coloca nenhuma longarina.
	2	Coloca os 3 paneiros na posição correta e coloca mal as 2 longarinas
	2,5	Coloca os 3 paneiros e só 1 longarina na posição correta.
	3	Coloca os 3 paneiros e as 2 longarinas na posição correta.
		<b>3. Identifica a palamenta do bote (Pagaia, coletes, fole de enchimento)</b>
	0	Não identifica nenhum elemento da palamenta
	1	Identifica 1 elemento da palamenta
	1,5	Identifica 2 elementos da palamenta
	2	Identifica todos elementos da palamenta
		<b>4. Vira o bote (só 4 tentativas)</b>
0	Não vira o bote	
1	Vira o bote à 4ª tentativa	
2	Vira o bote à 3ª tentativa	
3	Vira o bote à 2ª tentativa	
4	Vira o bote à 1ª tentativa	

DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO		FL 8 DE 18 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra		CÓDIGO: CFP12
MÓDULO/UFCD: Educação Física	CARGA HORÁRIA: 66 HRS	
SUBMÓDULO/UFCD: -	CARGA HORÁRIA:	
OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO	DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO	MÉTODOS, MEIOS E REF.

GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2																																									
CURSO		1					2					3		4				5			6			7				Clas. S.													
		Identifica os componentes do bote					Coloca os painéis e as longarinas na posição correta.					Identifica a palamenta do bote		Vira o bote				Sobe para o bote			Rema			Nada um percurso de 100m em águas abertas com colete de salvação																	
NII	NOME	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	0	1	2	3	4	0	0,5	1	1,5	2	0	0,5		1	1,5	2	0	1	2	3	4					

\* O Formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.

**NOTA:** A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens avaliados.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 1**

<b>Militares Femininos*</b>					<b>Militares Masculinos*</b>				
Valores	Até aos 30 anos				Valores	Até aos 30 anos			
	EL	EX	ABD	2400 (min)		EL	EX	ABD	2400 (min)
20	≥ 18	≥ 23	≥ 51	≤ 08:00	20	≥ 20	n/a	≥ 56	≤ 07:00
19	17	n/a	49 – 50	08:01 – 08:30	19	19	n/a	54 – 55	07:01 – 07:30
18	16	21 – 22	48	08:31 – 09:00	18	17 – 18	n/a	53	07:31 – 08:00
17	13 – 15	19 – 20	45 – 47	09:01 – 09:30	17	15 – 16	n/a	51 – 52	08:01 – 08:30
16	10 – 12	16 – 18	39 – 44	09:31 – 10:00	16	12 – 14	n/a	47 – 50	08:31 – 09:00
15	9	15	37 – 38	10:01 – 10:30	15	11	n/a	44 – 46	09:01 – 09:30
14	8	14	35 – 36	10:31 – 11:00	14	10	n/a	42 – 43	09:31 – 10:00
13	7	13	33 – 34	11:01 – 12:00	13	9	n/a	40 – 41	10:01 – 10:30
12	6	12	31 – 32	12:01 – 13:00	12	8	n/a	38 – 39	10:31 – 11:30
11	5	10 – 11	28 – 30	13:01 – 14:00	11	6 – 7	n/a	35 – 37	11:31 – 12:30
10	4	8 – 9	25 – 27	14:01 – 14:30	10	4 – 5	n/a	32 – 34	12:31 – 13:00
9	3	7	22 – 24	14:31 – 15:00	9	n/a	n/a	30 – 31	13:01 – 13:30
8	2	5 – 6	19 – 21	15:01 – 15:30	8	3	n/a	28 – 29	13:31 – 14:00
7	n/a	4	17 – 18	15:31 – 16:00	7	n/a	n/a	26 – 27	14:01 – 14:30
6	1	3	15 – 16	16:01 – 16:30	6	3	n/a	24 – 25	14:31 – 15:00
5	n/a	n/a	12 – 14	16:31 – 17:00	5	n/a	n/a	22 – 23	15:01 – 15:30
4	n/a	2	9 – 11	17:01 – 17:30	4	2	n/a	20 – 21	15:31 – 16:00
3	n/a	n/a	n/a	17:31 – 18:00	3	n/a	n/a	18 – 19	16:01 – 16:30
2	n/a	n/a	8	18:01 – 18:30	2	1	n/a	16 – 17	16:31 – 17:00
1	n/a	1	n/a	18:31 – 19:00	1	n/a	n/a	15	17:01 – 17:30
0	n/a	n/a	≤ 7	>19:00	0	n/a	n/a	≤ 14	>17:30

**Legenda:** EL (Elevações); EX (Extensões); ABD (Abdominais); 2400 (Corrida de 2400 metros); min (Minutos) e n/a (Não aplicável)

\*A exceção das classes de Fuzileiros e Mergulhadores

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 6 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 1 E DO EXAME FINAL *</b>		
* De acordo com despacho ALM CEMA n.º 02/02, de 17 janeiro		
<b>Capacidade Física</b>	<b>Exercício</b>	<b>CrITÉrios</b>
<b>Força Superior (6,67 valores – 33,33%)</b>	<b>Elevações na barra (EL)</b>	- Elevar e baixar o corpo o maior número de vezes possível. - Na Posição Inicial (PI), as mãos apoiam-se com os dedos para a frente e os pés devem ficar, no mínimo, a 30 cm do solo. Na execução, só contam as elevações efetuadas a partir da extensão completa de braços e em que o queixo ultrapasse completamente a barra. Durante a elevação, o tronco e as pernas devem ser mantidas em extensão, não sendo permitidos balanços ou movimentos das pernas. - A prova deve ser feita sem interrupções. - Contagem: Sempre que o corpo voltar à PI é contada uma elevação.
	<b>Extensões no solo (EX)</b>	- Baixar e elevar o corpo o maior número de vezes; - Na PI, as mãos devem ser colocadas no solo, à largura dos ombros, com os dedos virados para a frente e os membros inferiores no prolongamento do corpo. Na execução, só são válidas as repetições que partam da extensão completa dos braços e em que o peito toque no solo sem se apoiar neste no fim da flexão. A elevação do tronco e das pernas deve ser simultânea. - A prova deve ser feita sem interrupções; - Contagem: Sempre que depois da flexão volte à PI é contada uma extensão.
<b>Força média (6,67 valores – 33,33%)</b>	<b>Abdominais (ABD)</b>	- Elevar e baixar o tronco, o maior número de vezes durante um minuto, tocando com os cotovelos nos joelhos; - Na PI, as pernas ficam fletidas a cerca de 90° e ligeiramente afastadas. As mãos devem estar sempre em contacto com a cabeça durante o exercício. A prova inicia-se com a elevação do tronco tocando com os cotovelos nos joelhos, voltando de seguida à PI (é aconselhável não fazer o exercício diretamente sobre uma superfície dura); - Contagem: Sempre que o corpo voltar à PI é contado um abdominal.
<b>Resistência Aeróbia (6,67 valores – 33,33%)</b>	<b>Corrida</b>	Correr, ou correr e andar, 2400 metros em terreno sensivelmente plano, no menor tempo possível.

NÃO CLASSIFICADO

PEETNA 901 (A)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO:</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12
<b>MÓDULO/UFCD:</b> Educação Física	<b>CARGA HORÁRIA:</b> 66 HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD:</b> -	<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL:</b> Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>
	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 1 (CONDIÇÃO FÍSICA GERAL)</b>													
NII	APELIDO	Posto	Classe	Idade	Peso	Sexo	RESULTADOS					Classificação	Observações
							N.º de EL braços	N.º de EX braços	N.º de ABD	2400 m			
										Min	Seg		

NÃO CLASSIFICADO

5-7-5

ALTERAÇÃO N.º 1

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Teste n.º 3</p> <p>2.3.3.1. Teste prático, procedimento (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-7-11 a 5-7-13)</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.3 (3 Val.); 1.4 (17 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente 2</p> <p>2.3.4. Exame final</p> <p>2.3.4.1. Teste prático (<i>vide</i> grelhas de avaliação e respetivo referencial págs. 5-7-6; 5-7-14 a 5-7-18).</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (6 Val.); 1.2 (4 Val.); 1.3 (3 Val.); 1.4 (7 Val.)</p> <p>2.3.4.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 20 valores</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste prático (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-7-5 a 5-7-7)</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.1 (20 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 2</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste prático (<i>vide</i> grelha de avaliação pág. 5-7-8 a 5-7-10)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações:</p> <p>1.2 (20 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 150 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 1</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.3 Aplicar técnicas de sobrevivência no meio aquático</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mergulho e abertura dos olhos <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imersões voluntárias</li> <li>- Expirações completas</li> <li>- Ritmo respiratório</li> <li>- Alternância de respirações controladas pela boca e pelo nariz</li> <li>- Mergulhos em apneia à profundidade</li> <li>- Saltos para a água</li> </ul> </li> <li>• Flutuação</li> <li>• Resgate da manilha a uma profundidade mínima de 2,4 metros</li> <li>• Percurso mínimo de 25 metros sem paragens</li> </ul> <p>1.4 Executar as técnicas ventrais de natação com controlo respiratório e sem paragens</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica Bruços: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Posição do corpo</li> <li>- Controlo Respiratório</li> <li>- Ação dos membros superiores</li> <li>- Ação dos membros inferiores</li> <li>- Sincronização entre os membros superiores, membros inferiores e ciclo respiratório</li> </ul> </li> <li>• Técnica <i>Crawl</i>: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Posição do corpo</li> <li>- Controlo Respiratório</li> <li>- Ação dos membros superiores</li> <li>- Ação dos membros inferiores</li> <li>- Sincronização entre os membros superiores, membros inferiores e ciclo respiratório</li> </ul> </li> </ul>	<p>6 T</p> <p>22 T</p>	<p>Demonstrativo Piscina <i>Pull-buoy</i> Prancha Manilha</p> <p>Demonstrativo Piscina <i>Pull-buoy</i> Prancha</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 18 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Educação Física</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 66 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA:</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Executar exercícios das principais capacidades físicas e motoras</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Força (inferior, média e superior)</li> <li>• Capacidade cardiorrespiratória</li> <li>• Flexibilidade</li> <li>• Destreza</li> </ul>	12 T	<p>Demonstrativo Pavilhão Circuito de manutenção Pista de atletismo Ginásio de musculação Elásticos Pesos Barras</p>
<p>1.2 Aplicar as regras referentes a atividades coletivas e individuais no âmbito das atividades náuticas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bote pneumático <ul style="list-style-type: none"> <li>- Montagem/desmontagem</li> <li>- Viragem</li> </ul> </li> <li>• Natação em águas abertas com colete de salvação</li> <li>• Remo</li> <li>• Canoagem</li> <li>• Vela</li> <li>• <i>Stand Up Paddle</i></li> <li>• <i>Windsurf</i></li> </ul>	21 T	<p>Demonstrativo Hangar DFG Botes Canoas Caiques Embarcações K19 <i>Paddles</i> Pranchas/Vela Botes Coletes</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 13 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>3</b>	Define a constituição, a missão e a colocação das honras fúnebres, reconhecendo os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado, mas não por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.
<b>4</b>	Define a constituição, a missão e a colocação das honras fúnebres, reconhecendo os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado e por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 12 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

2	Identifica os objetivos das missões do serviço de ronda, mas não a sua constituição e armamento.
3	Identifica os objetivos das missões do serviço de ronda, respetiva constituição e armamento, mas não o uniforme e equipamento.
4	Identifica os objetivos das missões do serviço de ronda, respetiva constituição e armamento, bem como o uniforme e equipamento.
<b>1.10 Executar honras fúnebres</b>	
<b>a. Executa as honras fúnebres, identifica o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria e o local onde se devem postar.</b>	
1	Não executa as honras fúnebres, não identifica o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria nem o local onde se devem postar.
2	Executa as honras fúnebres, mas não identifica o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria nem o local onde se devem postar.
3	Executa as honras fúnebres identificando o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria, mas não identifica o local onde se devem postar.
4	Executa as honras fúnebres identificando o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria, bem como o local onde se devem postar.
<b>b. Executa honras fúnebres em câmara ardente e no exterior do cemitério.</b>	
1	Não executa a guarda de honra em câmara ardente nem no exterior do cemitério.
2	Executa a guarda de honra em câmara ardente, mas não no exterior do cemitério.
3	Executa a guarda de honra em câmara ardente e no exterior do cemitério, mas não reconhece o tempo máximo para rendição dos militares.
4	Executa a guarda de honra em câmara ardente e no exterior do cemitério reconhecendo o tempo máximo para rendição dos militares.
<b>c. Executa honras fúnebres, define a constituição, missão, colocação das honras, reconhece os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado e por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.</b>	
1	Não define a constituição, a missão e a colocação das honras fúnebres nem reconhece os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado e por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.
2	Define a constituição, a missão e a colocação das honras fúnebres, mas não reconhece os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado e por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 11 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
	<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

<b>4</b>	Identifica as honras a prestar a uma dada entidade previamente anunciada, a honra a prestar à passagem do Estandarte Nacional, do Presidente da República e das entidades de categoria superior àquelas a quem as mesmas guardas de honra são destinadas, bem como a posição a tomar à passagem de forças militares, funerais, cortejos religiosos e de a oficiais de patente superior à do seu comandante.
<b>c. Identifica a formação da guarda de honra e respetiva localização</b>	
<b>1</b>	Não identifica a formação da guarda de honra nem o local onde se deve postar para prestar as honras.
<b>2</b>	Identifica a formação da guarda de honra, mas não o local onde se deve postar para prestar as honras.
<b>3</b>	Identifica a formação da guarda de honra e o local onde se deve postar para prestar as honras
<b>4</b>	Identifica a formação da guarda de honra e o local onde se deve postar para prestar as honras, bem como o lado a dar à entrada das entidades.
<b>1.9 Caracterizar serviço da guarda</b>	
<b>a. Identifica o serviço da guarda</b>	
<b>1</b>	Não identifica o principal destino do serviço da guarda nem define a sua constituição nem faz a passagem de serviço.
<b>2</b>	Identifica apenas o principal destino do serviço da guarda, mas não define a sua constituição nem faz a passagem de serviço.
<b>3</b>	Identifica o principal destino do serviço da guarda, define a sua constituição, mas não faz a passagem de serviço.
<b>4</b>	Identifica o principal destino do serviço da guarda, define a sua constituição e faz a passagem de serviço.
<b>b. Executa a parada da guarda</b>	
<b>1</b>	Não executa a formação da parada da guarda, não identifica quem assume o comando da formatura nem define a rendição de sentinelas nem o distrito da guarda.
<b>2</b>	Executa a formação da parada da guarda, mas não identifica quem assume o comando da formatura e não define a rendição de sentinelas nem o distrito da guarda.
<b>3</b>	Executa a formação da parada da guarda, identifica quem assume o comando da formatura define a rendição de sentinelas, mas não define o distrito da guarda.
<b>4</b>	Executa a formação da parada da guarda, identifica quem assume o comando da formatura definindo a rendição de sentinelas e o distrito da guarda.
<b>c. Executa o serviço de ronda</b>	
<b>1</b>	Não identifica os objetivos das missões do serviço de ronda nem respetiva constituição, armamento, uniforme e equipamento.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>3</b>	Executa todas as posições e movimentos a pé firme expressos em 1.
<b>4</b>	Executa todas as posições expressos em 1, com balimentos precisos e enérgicos.
<b>c. Executa as posições e movimentos em marcha do militar armado com espingarda Automática G-3</b>	
<b>1</b>	Não executa as posições e movimentos em marcha: ombro-arma, ombro esquerdo-arma, arma suspensa (da posição de «ombro armas»), transporte em mão direita/esquerda arma
<b>2</b>	Executa as posições e movimentos em marcha de ombro-arma, ombro esquerdo-arma, arma suspensa (da posição de «ombro armas»), mas não executa transporte em mão direita arma ou transporte em mão esquerda arma.
<b>3</b>	Executa todas as posições e movimentos em marcha enunciados em 1.
<b>4</b>	Executa todas as posições e movimentos em marcha enunciados em 1, de forma enérgica, sincronizada e cadenciada.
<b>1.8 Executar escoltas de honra e guarda de honra</b>	
<b>a. Executa escolta de honra</b>	
<b>1</b>	Não identifica os destinatários da escolta de honra: acompanhar estandartes nacionais; acompanhar altas entidades e acompanhar féretros sem honras fúnebres, nem os respetivos meios de transporte a acompanhar altas entidades: a cavalo ou motorizada.
<b>2</b>	Identifica alguns destinatários da escolta de honra e alguns meios de transporte.
<b>3</b>	Identifica todos os destinatários da escolta de honra e os respetivos meios de transporte
<b>4</b>	Identifica todos os destinatários da escolta de honra e respetivos meios de transporte, bem como os efetivos para escoltar estandartes nacionais, altas entidades ou féretros.
<b>b. Executa guarda de honra</b>	
<b>1</b>	Não identifica as honras a prestar a uma dada entidade previamente anunciada nem à passagem do Estandarte Nacional, do Presidente da República e das entidades de categoria superior àquelas a quem as mesmas guardas de honra são destinadas.
<b>2</b>	Identifica as honras a prestar a uma dada entidade previamente anunciada, mas não identifica a honra a prestar à passagem do Estandarte Nacional, do Presidente da República e das entidades de categoria superior àquelas a quem as mesmas guardas de honra são destinadas.
<b>3</b>	Identifica as honras a prestar a uma dada entidade previamente anunciada, a honra a prestar à passagem do Estandarte Nacional, do Presidente da República e das entidades de categoria superior àquelas a quem as mesmas guardas de honra são destinadas.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 9 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

4	Executa todas as posições e movimentos do militar desarmado a pé firme, enunciadas em 1, de forma precisa e enérgica nos seus movimentos.
<b>b. Executa movimentos em marcha</b>	
1	Não executa os movimentos em marcha: alto estando a marcar passo ou em marcha, em frente estando a marcar passo, trocar o passo, destroçar, direita/esquerda volver, meia volta volver, à direita/esquerda rodar, continência à direita/esquerda.
2	Executa apenas metade dos movimentos em marcha enunciados em 1.
3	Executa todos os movimentos em marcha enunciados em 1.
4	Executa todos os movimentos em marcha enunciadas em 1, de forma precisa e enérgica na execução dos movimentos.
<b>c. Forma por alturas</b>	
1	Não identifica a sua posição ordenada em relação aos outros elementos a formar por alturas, nem a formação e a posição da força quando o movimento é iniciado.
2	Identifica apenas a sua posição ordenada em relação aos outros elementos a formar por alturas, mas não identifica a formação e a posição da força quando o movimento é iniciado
3	Identifica a sua posição ordenada em relação aos outros elementos a formar por alturas e identifica a formação e a posição da força quando o movimento é iniciado.
4	Identifica a sua posição ordenada em relação aos outros elementos a formar por alturas, identifica a formação e a posição da força quando o movimento é iniciado e movimenta-se para ocupar a posição que lhe compete.
<b>1.7 Executar as posições e movimentos a pé firme e em marcha do militar armado de Espingarda Automática G-3</b>	
<b>a. Executa posições e movimentos a pé firme do militar armado com espingarda automática G-3</b>	
1	Não executa as posições e movimentos a pé firme: à vontade, firme, sentido, ombro-arma, ombro esquerdo-arma.
2	Executa algumas posições e movimentos a pé firme expressos em 1.
3	Executa todas as posições e movimentos de um militar armado de espingarda automática G-3, a pé firme expressos em 1.
4	Executa todas as posições do militar armado de espingarda automática G-3, a pé firme, de forma precisa e enérgica nos movimentos.
<b>b. Executa posições e movimentos a pé firme do militar armado com espingarda Automática G-3.</b>	
1	Não executa as posições e movimentos a pé firme: apresentar- arma, funeral-arma, cruzar arma, fogo de salva, arma em terra, tiracolo/tiradorso arma, alto-arma, arma suspensa.
2	Executa apenas metade das posições e movimentos a pé firme expressos em 1.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 13 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1.2 Executar os alinhamentos em formatura</b>	
<b>a. Identifica a fração situada à frente e à direita/elemento guia</b>	
1	Não identifica a posição de guia numa formação em linha e em coluna.
2	Identifica a posição de guia apenas numa formação em linha.
3	Identifica a posição de guia numa formação em linha e em coluna.
4	Identifica a posição de guia numa formação em linha e em coluna regulando ainda a marcha e o alinhamento.
<b>b. Executa alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo quando ordenado alto, ou ao completar o movimento de abrir fileiras</b>	
1	Não executa alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo quando ordenado alto ou ao completar o movimento de abrir fileiras.
2	Executa alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo apenas quando ordenado alto.
3	Executa alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo quando ordenado alto ou ao completar o movimento de abrir fileiras.
4	Executa o alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo, quando ordenado alto ou ao completar o movimento de abrir fileiras, identificando o alinhamento dos diferentes escalões.
<b>1.6 Executar as posições e os movimentos a pé firme e em marcha do militar desarmado</b>	
<b>a. Executa posições e movimentos a pé firme</b>	
1	Não executa as posições e movimentos a pé firme: à vontade, firme, sentido, nem os movimentos a pé firme: firme, sentido, direita esquerda volver, oitavo direito/esquerdo volver, meia volta volver, perfilar com intervalos normais/abertos, olhar frente, passos em frente/à retaguarda, passos laterais à direita/esquerda, abrir/unir fileiras, destroçar, continência.
2	Executa apenas metade das posições e movimentos do militar desarmado a pé firme enunciadas em 1.
3	Executa todas as posições e movimentos do militar desarmado a pé firme enunciadas em 1.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>Referencial da Grelha de Avaliação do Teste Prático e do Exame Final</b>	
<b>1.1 Interpretar ordens de comando e meios de comando em ordem unida</b>	
<b>a. Interpreta no exercício de comando as ordens dadas</b>	
1	Não interpreta as ordens dadas através de: vozes de comando, toques de corneta, de clarim e toques de apito.
2	Interpreta apenas as ordens dadas através de vozes de comando, mas não os toques de corneta, de clarim e toques de apito.
3	Interpreta as ordens enunciadas em 1.
4	Interpreta as ordens enunciadas em 1, definindo quando em marcha, a voz ou toque de execução que deve coincidir com o assentar do pé esquerdo no solo.
<b>b. Interpreta componentes de uma voz de comando</b>	
1	Não interpreta as componentes das vozes de comando: voz de advertência, voz preparatória, voz de execução.
2	Interpreta apenas a componente de voz de advertência.
3	Interpreta todas as componentes das vozes de comando enunciadas em 1.
4	Interpreta todas as componentes das vozes de comando enunciadas em 1, definindo que de acordo ao efetivo da força ao espaço ocupado e ao ruído, estas devem ser dadas em tom animado e decidido.
<b>c. Anula uma voz de comando identificando a voz de anulação</b>	
1	Não identifica a voz de anulação de uma voz de comando, nem o quanto esse procedimento deve ser evitado.
2	Identifica a voz de anulação de uma voz de comando, mas não associa que esse procedimento deve ser evitado.
3	Identifica a voz de anulação de uma voz de comando e o quanto esse procedimento deve ser evitado.
4	Identifica a voz de anulação de uma voz de comando e o quanto esse procedimento deve ser evitado, bem como a sequência das vozes dos comandantes.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 13 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE E DO EXAME FINAL						
PARÂMETROS A AVALIAR	CONTEÚDOS	COTAÇÃO DOS ITENS			OBS.	
1.1 Interpretar ordens de comando e meios de comando em ordem unida	1. Interpreta no exercício de comando as indêns dadas	1	2	3	4	
	2. Interpreta componentes de uma voz de comando	1	2	3	4	
	3. Anula uma voz de comando, identificando a voz de anulação	1	2	3	4	
1.2 Executar os alinhamentos em formatura	1. Identifica a fração situada à frente e à direita/elemento guia	1	2	3	4	
	2. Executa alinhamento sem necessidade de ordem em marcha ou a marcar passo, quando ordenado isto ou ao completar o movimento de abrir fileiras	1	2	3	4	
1.6 Executar as posições e os movimentos a pé firme e em marcha de um militar desarmado	1. Executa posições e movimentos a pé firme	1	2	3	4	
	2. Executa movimentos em marcha	1	2	3	4	
	3. Forma por alturas	1	2	3	4	
1.7 Executar as posições e os movimentos a pé firme e em marcha de um militar armado de Espingarda Automática G-3	1. Executa posições e movimentos a pé firme do militar armado com espingarda automática G-3	1	2	3	4	
	2. Executa posições e movimentos a pé firme do militar armado com espingarda automática G-3	1	2	3	4	
	3. Executa posições e movimentos em marcha do militar armado com espingarda Automática G-3	1	2	3	4	
1.8 Executar escoltas de honra e guarda de honra	1. Executa escolta de honra	1	2	3	4	
	2. Executa guarda de honra	1	2	3	4	
	3. Identifica a formação da guarda de honra e respetiva funcionalização	1	2	3	4	
1.9 Caracterizar serviço da guarda	1. Identifica o serviço da guarda	1	2	3	4	
	2. Executa a parada da guarda	1	2	3	4	
	3. Executa o serviço de ronda	1	2	3	4	
1.10 Executar honras fúnebres	1. Executa as honras fúnebres, identifica o número de efetivos a prestar honras de acordo com a respetiva categoria e o local onde se devem prestar	1	2	3	4	
	2. Executa honras fúnebres em câmara ardente e no exterior do cemitério.	1	2	3	4	
	3. Executa honras fúnebres, define a constituição, missão, elaboração das honras, reconhece os casos em que existe dispensa das honras por disposição escrita do finado e por disposição atendida ou não pela entidade militar competente.	1	2	3	4	
<b>SUBTOTAL</b>						
<b>TOTAL</b>						

\* O Formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.

**NOTA:**  
A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens, posteriormente convertida numa escala de 0 a 20 valores.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste prático, procedimento (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-6-5 a 5-6-13)</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (3 Val.); 1.2 (2 Val.); 1.6 (3 Val.); 1.7 (3 Val.); 1.8 (3 Val.); 1.9 (3 Val.); 1.10 (3 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 15 minutos por formando</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 Valores</p> <p>2.3.2. Exame final</p> <p>2.3.2.1. Teste prático, procedimento (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-6-5 a 5-6-13)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (3 Val.); 1.2 (2 Val.); 1.6 (3 Val.); 1.7 (3 Val.); 1.8 (3 Val.); 1.9 (3 Val.); 1.10 (3 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 15 minutos por formando</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 Valores</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.12 Preparar a pistola <i>Walther</i> P38 9 mm e a espingarda automática G3 7,62 mm para tiro</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regras de segurança</li> <li>• Preparação geral das armas</li> <li>• Municiar os carregadores</li> <li>• Proteção individual</li> <li>• Carregar e descarregar as armas</li> <li>• Falhas de fogo</li> </ul> <p>1.13 Executar fogo em carreira de tiro com a pistola <i>Walther</i> P38 9 mm e a espingarda automática G3 7,62 mm.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regras de segurança</li> <li>• Posições de tiro</li> </ul>	<p>2 T</p> <p>3 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Manual Arma</p> <p>Demonstrativo Pistola <i>Walther</i> P38 Espingarda automática G3 Carregadores Munições de combate Carreira de Tiro Alvos Protetores auriculares e visuais</p>
---	-----------------------	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.7 Executar as posições e os movimentos a pé firme e em marcha do militar armado de Espingarda Automática G-3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regras de segurança</li> <li>• Interpretar as ordens de comando e os toques de clarim</li> <li>• A pé firme: à vontade, firme, sentido, ombro arma, ombro esquerdo arma, apresentar arma, funeral arma, cruzar arma, fogo de salva, arma em terra, transporte em mão direita/esquerda, tiracolo arma, tiradorso arma, bandoleira arma, alto arma, arma suspensa</li> <li>• Em marcha: sentido (passa a «arma suspensa» no momento de execução), ombro-arma, ombro esquerdo arma, transporte em mão direita/esquerda arma, continência à direita/esquerda, olhar frente, trocar passo, marcar passo, alto, direita/esquerda volver, direita/esquerda rodar</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Parada Espingarda G-3 Clarim
<p>1.8 Executar escoltas de honra e guarda de honra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escolta de honra: definição, constituição, honras que presta a pé firme e em marcha</li> <li>• Guarda de honra: definição, constituição, colocação, honras que presta a pé firme e em marcha (desfile), revista</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Parada Esp. Aut. G-3
<p>1.9 Executar o serviço da guarda</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Serviço de guarda: definição, constituição e serviço</li> <li>• Parada da guarda: formatura, rendição, Sargento de dia e Oficial de dia à Unidade</li> <li>• Serviço de ronda: missão, autoridade, constituição e armamento</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Manual Parada Esp. Aut. G-3
<p>1.10 Executar as honras fúnebres</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Honras fúnebres: guarda de honra, escolta de honra, constituição, missão e colocação</li> <li>• Categorias de Oficiais, Sargentos e Praças</li> </ul>	2 T	Demonstrativo RCHM Parada Esp. Aut. G-3
<p>1.11 Caracterizar as rondas exteriores</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rondas exteriores: missão, constituição, uniforme equipamento e armamento</li> <li>• Autoridade da ronda, conflitos com civis, uso das armas, relatórios e participações</li> </ul>	2 T	Expositivo Manual

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.5 Distinguir ordens e medalhas militares Portuguesas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordens Honoríficas: Torre e Espada, Avis, Cristo, S. Tiago</li> <li>• Medalhas militares: Valor militar, Cruz de guerra, Serviços distintos, Mérito militar, Privativas do Ministério da Defesa Nacional, do Estado-Maior-General e dos ramos das Forças Armadas, Comportamento Exemplar,</li> <li>• Medalhas comemorativas: Medalha dos promovidos por feitos distintos em campanha, Medalha dos feridos em campanha, Medalha de reconhecimento, Medalha comemorativa das campanhas, Medalha comemorativa de comissões de serviço especiais, Ordem de Procedência</li> </ul> <p>1.6 Executar as posições e os movimentos a pé firme e em marcha do militar desarmado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posições: à vontade, firme e sentido</li> <li>• A pé firme: firme, sentido, direita/esquerda volver, oitavo direito/esquerdo volver, meia volta volver, perfilar com intervalos normais/abertos, olhar frente, numerar, reunir, passos em frente/à retaguarda, passos laterais à direita/esquerda, abrir/unir fileiras, destroçar, continência, formar por alturas</li> <li>• Em marcha: alto estando a marcar passo/em marcha, em frente estando a marcar passo, trocar o passo, destroçar, direita/esquerda volver, meia volta volver, à direita esquerda rodar, continência à direita/esquerda</li> <li>• Identificar os Postos</li> <li>• Interpretar as ordens de comando e os toques de clarim</li> <li>• Alinhamentos</li> </ul>	<p>2 T      Expositivo Sala de aulas RCHM</p> <p>2 T      Demonstrativo Parada Clarim</p>
---	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 13 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Infantaria</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 33 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Marinha, nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1 Identificar ordens de comando e meios de comando em ordem unida</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Em ordem unida o exercício de comando: vozes de comando, toques de corneta, toques de clarim, toques de apito</li> <li>• Componentes de uma voz de comando: voz de advertência, voz preparatória e voz de execução</li> <li>• Tornar sem efeito uma voz</li> </ul>	2 T	Expositivo Demonstrativo Sala de aula Manual Clarim Parada
<p>1.2 Executar os alinhamentos em formatura</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alinhamentos: 1º homem da frente e da direita, designado por guia, fracção situada à frente e à direita.</li> <li>• Vozes para ordenar o alinhamento, tipos de alinhamento, alinhamento sem necessidade de ordem pela esquerda ou pelo centro, mas só quando ordenado pelo comandante</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Parada
<p>1.3 Distinguir o armamento e o equipamento usado em desfile e honras militares</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Honras militares ou desfiles: Oficiais, SMOR/ SCH/ SAJ, 1SAR/ 2SAR, Praças</li> <li>• Clarim de ordens, Ordenanças</li> <li>• Equipamentos referentes ao tipo de armamento</li> </ul>	2 T	Expositivo Sala de aula Manual Clarim
<p>1.4 Identificar continências e deferências dos militares isolados e das forças militares</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Militar desarmado</li> <li>• Força</li> <li>• Pelotão</li> <li>• Companhia</li> <li>• Parada/desfiles</li> <li>• Continências à Bandeira, o Estandarte e o Hino Nacional e ao Presidente da República</li> <li>• Içar/Arriar da Bandeira Nacional</li> </ul>	2 T	Expositivo Demonstrativo Sala de aula Manual Parada

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Conceitos Gerais de Cibersegurança</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 14 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo.</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (1,0 Val.); 1.2 (4,0 Val.); 1.3 (7,0 Val.); 1.4 (6,0 Val.); 1.5 (2,0 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2. Exame Final</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (1,0 Val.); 1.2 (4,0 Val.); 1.3 (7,0 Val.); 1.4 (6,0 Val.); 1.5 (2,0 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Conceitos Gerais de Cibersegurança</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 14 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.6 Executar procedimentos de segurança relacionados com a operação de Sistemas de Informação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Testar procedimentos;</li> <li>• Interação com o Núcleo CIRC.</li> </ul>	2 T	Expositivo Demonstrativo Computador <i>PowerPoint</i> Quadro <i>Didax</i> Textos de apoio
<p>1.7 Reconhecer o Núcleo CIRC da Marinha.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipa de Resposta a Incidentes de Segurança da Informação da Marinha;</li> <li>• Organização do CIRC.</li> </ul>	1 T	Demonstrativo (Visita ao Núcleo CIRC)

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Conceitos Gerais de Cibersegurança</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 14 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>Matriz de risco (probabilidade x impacto);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciclo de gestão do risco.</li> <li>• Prevenção: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Processos;</li> <li>Tecnologia;</li> <li>- Pessoas.</li> </ul> </li> </ul> <p>1.5 Identificar a organização para a Ciberdefesa / Cibersegurança.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marinha: <ul style="list-style-type: none"> <li>Capacidade de Resposta a Incidentes Segurança da Informação (CRISI);</li> <li>- Coordenação;</li> <li>Núcleo de Resposta a Incidentes de Segurança da Informação (CIRC);</li> <li>- Segurança Local.</li> </ul> </li> <li>• Forças Armadas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Centro de Ciberdefesa;</li> <li>- NATO.</li> </ul> </li> <li>• Portugal: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Centro de Cibersegurança;</li> <li>- Rede Nacional das Equipas de Resposta a Incidentes de Segurança da Informação (CSIRT).</li> </ul> </li> </ul>	<p>1 T</p>	<p>Expositivo  Demonstrativo  Computador  PowerPoint  Quadro Didax  Textos de apoio</p>
---	------------	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Conceitos Gerais de Cibersegurança</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 14 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atores (<i>estados, script kids, hackers criminosos, hacktivistas</i>);</li> <li>- <i>Malware (vírus, trojans, worms)</i>;</li> <li>- <i>Zero-day attacks</i>;</li> <li>- Engenharia social;</li> <li>- Email SCAM (<i>phishing, fraude, email spoofing</i>);</li> <li>- <i>X-site scripting, Drive-by</i>;</li> <li>Estenografia;</li> <li>- <i>Skimming</i>;</li> <li>- DDOS;</li> <li>- <i>SQL Injection</i>;</li> <li>- <i>Botnets</i>.</li> </ul> <p>1.4 Descrever os processos de ataque, análise de risco e prevenção;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cadeia de ataque: <ul style="list-style-type: none"> <li>Fase de exploração;</li> <li>- Fase do "Engodo";</li> <li>- Fase do redireccionamento;</li> <li>- Fase da infeção;</li> <li>- Fase da comunicação;</li> <li>- Fase da ação maliciosa.</li> </ul> </li> <li>• Risco: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição e objetivos;</li> <li>- Grau de risco (identificar as vulnerabilidades, as ameaças e o impacto);</li> </ul> </li> </ul>	<p>2 T</p>	<p>Expositivo  Demonstrativo  Computador  <i>PowerPoint</i>  Quadro <i>Didax</i>  Textos de apoio</p> <p>Expositivo  Computador  <i>PowerPoint</i>  Quadro <i>Didax</i>  Textos de apoio</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Conceitos Gerais de Cibersegurança</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 14 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <p>1.1 Identificar as etapas principais da evolução da rede de <i>internet</i> relacionando-as com a evolução das ameaças cibernéticas .</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARPANET;</li> <li>• <i>Internet</i>;</li> <li>• <i>Internet</i> 2.0.</li> </ul> <p>1.2 Reconhecer conceitos de Cibersegurança.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicação, conceitos gerais: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Segurança da informação (Confidencialidade, Integridade, Disponibilidade);</li> <li>– Ciberespaço (camadas);</li> <li>– Infosec, Compusec, Cibersegurança e Ciberdefesa.</li> </ul> </li> <li>• Comunicação, conceitos técnicos: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Modelo de Comunicação em rede na Internet;</li> <li>– Servidores de DNS e AD (conceitos).</li> </ul> </li> </ul> <p>1.3 Caracterizar a superfície de ataque e os vetores de ataque de um sistema de informação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Superfície de ataque: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Externa;</li> <li>– Interna;</li> <li>– Mobilidade (<i>BYOD</i>).</li> </ul> </li> <li>• Vetores de ataques:</li> </ul>	<p>1 T</p> <p>2 T</p> <p>4 T</p>	<p>Expositivo Demonstrativo Computador <i>PowerPoint</i> <i>Quadro Didax</i> Textos de apoio</p>
--	----------------------------------	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Portal da Marinha na <i>Intranet</i> (PMARINTRA) – Serviços e funcionalidades</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 5 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos sobre os serviços e funcionalidades do Portal da Marinha na <i>Intranet</i>.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa.</p> <p>2.2. Natureza avaliação: Não aplicável.</p> <p>2.3. Objetivos a avaliar e respetiva cotação: Não aplicável.</p> <p>2.4. Instrumentos: Não aplicável.</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 3 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Portal da Marinha na <i>Intranet</i> (PMARINTRA) – Serviços e funcionalidades</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 5 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos sobre os serviços e funcionalidades do Portal da Marinha na <i>Intranet</i>.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.4. Reconhecer as configurações e funcionalidades do Utilizador.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Localizações</li> <li>• Favoritos</li> <li>• Contactos Favoritos</li> <li>• Adicionar <i>Widget</i></li> <li>• Eliminar <i>Widget</i></li> <li>• <i>Reset</i> às Configurações</li> <li>• Classificados</li> <li>• Boleias</li> </ul>	1 T	<p>Expositivo          Demonstrativo          Videoprojector          Computador          Texto de apoio</p>
---	-----	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Portal da Marinha na <i>Intranet</i> (PMARINTRA) – Serviços e funcionalidades</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 5 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos sobre os serviços e funcionalidades do Portal da Marinha na <i>Intranet</i>.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	
<p>1.1. Reconhecer o contexto do Portal da Marinha na <i>Intranet</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enquadramento</li> <li>• Propósito</li> <li>• <i>Login</i> e <i>Logout</i></li> </ul>	<p>1 T</p> <p>Expositivo Demonstrativo Videoprojector Computador</p>
<p>1.2. Reconhecer as funcionalidades da Página Inicial</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Logotipo Marinha <i>Intranet</i></li> <li>• Missão e Visão</li> <li>• Menu</li> <li>• Pesquisar</li> <li>• Emergências</li> <li>• Calendário</li> <li>• Meteorologia</li> <li>• Notificações</li> </ul>	<p>2 T</p> <p>Texto de apoio</p>
<p>1.3. Reconhecer os diversos <i>Widgets</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Notícias</li> <li>• Serviços</li> <li>• Calendário</li> <li>• Destaques</li> <li>• Ordens</li> <li>• Contactos Favoritos</li> <li>• Mares</li> <li>• Legislação</li> <li>• Favoritos</li> <li>• <i>Meteo</i></li> <li>• Social</li> </ul>	<p>1 T</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 11 DE 11 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1.3 Efetuar a prevenção, a reparação ou a limitação de danos e avarias estruturais nos navios.</b>	6. Identifica / usa corretamente as ferramentas	
	a) Não identifica e não usa as ferramentas	
	b) Identifica ou usa corretamente as ferramentas	
	c) Identifica e usa corretamente as ferramentas	
	7. Identifica / usa os meios de esgoto	
	a) Não identifica e não usa os meios de esgoto	
	b) Identifica ou usa os meios de esgoto	
	c) Identifica e usa os meios de esgoto	
	8. Tira, transporta e transfere as medidas corretamente	
	a) Não executa nenhum dos procedimentos	
	b) Executa 2 dos procedimentos	
	c) Executa todos os procedimentos	
	9. Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira	
a) Não usa as técnicas de marcação nem de corte na madeira		
b) Usa as técnicas de marcação ou de corte na madeira		
c) Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira corretamente		
10. Identifica as partes constituintes de um escoramento definitivo		
a) Não identifica nenhuma parte.		
b) Identifica algumas partes		
c) Identifica todas as partes		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL

PARÂMETROS A AVALIAR	ITENS A AVALIAR
1.2 Efetuar ações de proteção individual NBQ.	1. Identifica os papéis detetores, reconhecendo o agente ou tipo de agente
	a) Não identifica os papéis detetores (1 cor ou 3 cores)
	b) Identifica o papel detetor (1 cor ou 3 cores), não reconhecendo o agente ou tipo de agente
	c) Identifica o papel detetor (1 cor ou 3 cores), reconhecendo o agente ou tipo de agente
	2. Menciona sintomas de agentes químicos (min. 3)
	a) Não menciona nenhum
	b) Menciona 1 ou 2
	c) Menciona 3 ou mais
	3. Enverga máscara em ambiente limpo, dentro do tempo previsto (9 seg.)
	a) Não consegue envergar a máscara
	b) Enverga a máscara para além do tempo previsto
	c) Enverga a máscara no tempo previsto
	4. Efetua a troca de filtro em ambiente limpo com os procedimentos corretos
	a) Não efetua a troca de filtro
	b) Efetua a troca de filtro sem os procedimentos corretos
c) Efetua a troca de filtro com os procedimentos corretos	
5. Efetua a troca de filtro em ambiente contaminado	
a) Não efetua a troca de filtro	
b) Efetua a troca de filtro sem os procedimentos corretos	
c) Efetua a troca de filtro com os procedimentos corretos	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	FL 9 DE 11 FLS	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	CÓDIGO: CFP12	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	CARGA HORÁRIA:121HRS	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	CARGA HORÁRIA: 21 HRS	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL

PARÁMETROS A AVALIAR	ITENS A AVALIAR	ESCALA*			OBS.
		2 Val.	1 Val.	0 Val.	
1.2 Efetuar ações de proteção individual NBQ.	1. Identifica corretamente os papéis detetores, as cores e os agentes	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	2. Menciona sintomas de agentes químicos (mínimo 3)	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	3. Enverga corretamente a máscara, em ambiente limpo, em 9 segundos.	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	4. Efetua a troca de filtro em ambiente limpo	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	5. Efetua a troca de filtro em ambiente contaminado	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
1.3 Efetuar a prevenção, a reparação ou a limitação de danos e avarias estruturais nos navios	6. Identifica / usa corretamente as ferramentas	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	7. Identifica / usa os meios de esgoto	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	8. Tira, transporta e transfere as medidas corretamente	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	9. Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
	10. Identifica as partes constituintes de um escoramento definitivo	2 Val.	1 Val.	0 Val.	
<b>SUBTOTAL</b>					
<b>TOTAL</b>					

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 3**

<b>PARÂMETROS A AVALIAR</b>	<b>ITENS A AVALIAR</b>
<b>1.3 Efetuar a prevenção, a reparação ou a limitação de danos e avarias estruturais nos navios.</b>	<b>1. Identifica / usa corretamente as ferramentas</b>
	a) Não identifica e não usa as ferramentas
	b) Identifica ou usa corretamente as ferramentas
	c) Identifica e usa corretamente as ferramentas
	<b>2. Identifica / usa os meios de esgoto</b>
	a) Não identifica e não usa os meios de esgoto
	b) Identifica ou usa os meios de esgoto
	c) Identifica e usa os meios de esgoto
	<b>3. Tira, transporta e transfere as medidas corretamente</b>
	a) Não executa nenhum dos procedimentos
	b) Executa 2 dos procedimentos
	c) Executa todos os procedimentos
	<b>4. Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira</b>
	a) Não usa as técnicas de marcação nem de corte na madeira
	b) Usa as técnicas de marcação ou de corte na madeira
	c) Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira corretamente
	<b>5. Identifica as partes constituintes de um escoramento definitivo</b>
a) Não identifica nenhuma parte.	
b) Identifica algumas partes	
c) Identifica todas as partes	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		FL 7 DE 11 FLS
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

## GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 3

PARÂMETROS A AVALIAR	ITENS A AVALIAR	ESCALA*			OBS.
		4 Val.	2 Val.	0 Val.	
1.3 Efetuar a prevenção, a reparação ou a limitação de danos e avarias estruturais nos navios	1. Identifica / usa corretamente as ferramentas	4 Val.	2 Val.	0 Val.	
	2. Identifica / usa os meios de esgoto	4 Val.	2 Val.	0 Val.	
	3. Tira, transporta e transfere as medidas corretamente	4 Val.	2 Val.	0 Val.	
	4. Usa as técnicas de marcação e de corte na madeira	4 Val.	2 Val.	0 Val.	
	5. Identifica as partes constituintes de um escoramento definitivo	4 Val.	2 Val.	0 Val.	
<b>SUBTOTAL</b>					
<b>TOTAL</b>					

\* O Formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.

**NOTA:** A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens, numa escala de 0 a 20 valores.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 121 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**REFERENCIAL DA GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2**

<b>PARÂMETROS A AVALIAR</b>	<b>ITENS A AVALIAR</b>
<b>1.2 Efetuar ações de proteção individual NBQ.</b>	1. Identifica corretamente os papéis detetores, as cores e os agentes
	a) Não identifica os papéis detetores (1 cor ou 3 cores)
	b) Identifica o papel detetor (1 cor ou 3 cores), não reconhecendo o agente ou tipo de agente
	c) Identifica o papel detetor (1 cor ou 3 cores), reconhecendo o agente ou tipo de agente
	2. Menciona sintomas de agentes químicos (mínimo 3)
	a) Não menciona nenhum
	b) Menciona 1 ou 2
	c) Menciona 3 ou mais
	3. Enverga a máscara em ambiente limpo, dentro do tempo previsto (9 seg.)
	a) Não consegue envergar a máscara
	b) Enverga a máscara para além do tempo previsto
	c) Enverga a máscara no tempo previsto
	4. Efetua a troca de filtro em ambiente limpo
	a) Não efetua a troca de filtro
	b) Efetua a troca de filtro sem os procedimentos corretos
c) Efetua a troca de filtro com os procedimentos corretos	
5. Efetua a troca de filtro em ambiente contaminado	
a) Não efetua a troca de filtro	
b) Efetua a troca de filtro sem os procedimentos corretos	
c) Efetua a troca de filtro com os procedimentos corretos	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

**GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2**

<b>PARÂMETROS A AVALIAR</b>	<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>ESCALA*</b>	<b>OBS.</b>
<b>1.2 Efetuar ações de proteção individual NBQ.</b>	1. Identifica corretamente os papéis detetores, as cores e os agentes	<b>4 2 0</b> Val. Val. Val.	
	2. Menciona sintomas de agentes químicos (mínimo 3)	<b>4 2 0</b> Val. Val. Val.	
	3. Enverga a máscara em ambiente limpo, dentro do tempo previsto (9 seg.)	<b>4 2 0</b> Val. Val. Val.	
	4. Efetua a troca de filtro em ambiente limpo	<b>4 2 0</b> Val. Val. Val.	
	5. Efetua a troca de filtro em ambiente contaminado	<b>4 2 0</b> Val. Val. Val.	
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>TOTAL</b>			

\* O Formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.

**NOTA:** A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens, numa escala de 0 a 20 valores.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>2.3.3. Teste n.º 3</p> <p>2.3.3.1. Teste prático (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs.5-3-5-7 a 5-3-5-8)</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.3 (20 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente 1</p> <p>2.3.4. Exame Final</p> <p>2.3.4.1. Teste prático (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-3-5-9 a 5-3-5-11)</p> <p>2.3.4.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.2 (10 Val.); 1.3 (10 Val.)</p> <p>2.3.4.3. Duração: 100 minutos</p> <p>2.3.4.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.4.5. Coeficiente 1</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (5 Val.); 1.2 (5 Val.); 1.3 (10 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste prático (<i>Vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-3-5-5 a 5-3-5-6)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/ conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.2 (20 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.3. Efetuar a prevenção, a preparação ou a limitação de danos e avarias estruturais nos navios.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Princípios elementares da impulsão e da estabilidade dos navios</li> <li>• Prevenção, reparação e limitação de danos e avarias estruturais nos navios</li> <li>• Ações a desenvolver para o aprontamento do navio</li> <li>• Possíveis danos e avarias provocados pelos diversos tipos de armas</li> <li>• Manutenção da integridade da estanqueidade com a extensão das zonas de avaria</li> <li>• Tipos de reparações possíveis de execução pelo pessoal dos destacamentos de Limitação de Avarias</li> <li>• Meios e os materiais de combate/ controlo de alagamentos e de execução de escoramentos</li> <li>• Combate a alagamentos e a execução de escoramentos</li> </ul>	9 T	<p>Expositivo          Demonstrativo          Computador          Projetor          Tela de projeção          Colunas de som          EPI          Material de escoramentos          Simulador (Nereu)</p>
--	-----	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 11 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO: Limitação de Avarias</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 21 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS A AVALIAR, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>		
<p>1.1. Reconhecer os princípios da Defesa Nuclear, Radiológica Biológica e Química (NRBQ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de reagentes nucleares</li> <li>• Efeitos de reagentes aéreos, de superfície e subaquáticos</li> <li>• Tipos de agentes utilizados na guerra química, segundo os seus efeitos fisiológicos</li> <li>• Sintomas de contaminação pelos agentes químicos e os meios de tratamento e descontaminação</li> <li>• Agentes químicos quanto à sua persistência e forma de contaminação</li> <li>• Tipos de agentes utilizados na guerra biológica</li> <li>• Medidas de proteção coletivas e individuais, contra os agentes químicos, biológicos e radiações nucleares</li> <li>• Meios de deteção de agentes químicos e biológicos e de radiações nucleares.</li> </ul>	3 T	Expositivo Demonstrativo Computador Projetor Tela de projeção Colunas de som EPI Equipamentos NRBQ Simulador (câmara de gás)
<p>1.2. Usar Equipamentos de Proteção Individual (EPI) da NRBQ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipamento de Proteção Individual (EPI)</li> <li>• Equipamentos de deteção e de proteção individual NRBQ e de agentes químicos e biológicos e de radiações nucleares</li> </ul>	6 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 12 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

\* O Formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.

A cotação dos itens não admite valores intermédios.

**NOTA:**

A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		FL 11 DE 12 FLS
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		CÓDIGO: CFP12
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		CARGA HORÁRIA:121HRS
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>		CARGA HORÁRIA: 25 HRS
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2</b>			
FORMANDO: .....			
NII.....P/CLAS:..... CURSO / EDIÇÃO.....			
FORMADOR:.....DATA: ...../...../..... CLASSIFICAÇÃO.....			
<b>PARÂMETROS A AVALIAR</b>	<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>	<b>OBS.</b>
Objetivo 1.1.5 - Utilização dos meios individuais de salvação	1. Enverga corretamente o colete de salvação.	0 Val 3 Val	
	2. Efetua o salto para a água a partir da prancha da piscina, de forma correta, e com o colete envergado .	0 Val 4 Val	
	3. Insufla o colete de forma adequada após o salto para a água com recurso ao bocal de enchimento.	0 Val 3 Val	
Objetivo 1.1.6 - Utilização dos meios coletivos de salvação e segurança	1. Nada de costas de forma segura para a jangada.	0 Val 2 Val	
	2. Entra de forma correta para o interior da jangada salva-vidas, com o colete de salvação envergado.	0 Val 3 Val	
	3. Mantém um comportamento adequado no interior da jangada salva-vidas.	0 Val 3 Val	
	4. Mantém um comportamento adequado durante a viragem da jangada salva-vidas.	0 Val 2 Val	
<b>TOTAL</b>			

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 10 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>2.2.4. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.4.1. Vide Doc. V, Anexo A</p> <p>2.3.4.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.4.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (0.5 Val.); 1.1.2 (2 Val.); 1.1.3 (1 Val.); 1.1.4 (6.5 Val.); 1.1.6 (1 Val.); 1.1.7 (4 Val.); 1.1.8 (1.5 Val.); 1.1.9 (0.5 Val.); 1.2 (3 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 1</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 9 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (0.5 Val.); 1.1.2 (2 Val.); 1.1.3 (1 Val.); 1.1.4 (6.5 Val.); 1.1.6 (1 Val.); 1.1.7 (4 Val.); 1.1.8 (1.5 Val.); 1.1.9 (0.5 Val.); 1.2 (3 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente 2</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação págs. 5-3-4-11 a 5-3-4-12)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.5 (10 Val.); 1.1.6 (10 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente 2</p>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.10. Comunicação e evacuação de náufragos com helicóptero</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de comunicações <ul style="list-style-type: none"> <li>– Gestual</li> <li>Equipamentos</li> </ul> </li> <li>• Métodos de evacuação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Mar</li> <li>Navio (bordo)</li> <li>– Baleeiras</li> <li>– Jangadas</li> </ul> </li> <li>• Fases de evacuação <ul style="list-style-type: none"> <li>Aproximação</li> <li>– Evacuação</li> <li>– Salvamento</li> </ul> </li> <li>• Processos de evacuação <ul style="list-style-type: none"> <li>Alça</li> <li>– Cesto</li> <li>– Rede</li> <li>– Maca</li> <li>Cadeira</li> </ul> </li> </ul> <p>1.2.1. Prevenção e combate a incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais fontes de incêndio</li> <li>• Teoria do fogo e triângulo do fogo</li> <li>• Meios de combate a incêndios</li> <li>• Agentes extintores</li> <li>• Procedimentos em caso de incêndio/métodos de combate</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1.8. Procedimentos de sobrevivência no mar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Protecção contra o mau tempo</li> <li>• Protecção contra o frio <ul style="list-style-type: none"> <li>Hipotermia</li> </ul> </li> <li>• Protecção contra o calor <ul style="list-style-type: none"> <li>– Medidas a tomar</li> <li>– Hipertermia</li> <li>Insolação</li> <li>– Golpe de calor</li> </ul> </li> <li>• Enjoos, desidratação e ingestão de água salgada</li> <li>• Organização a bordo da jangada</li> <li>• Racionamento de água e provisões</li> <li>• Desejo de sobreviver – moral, auto-domínio, treino</li> <li>• Tubarões – medidas a tomar</li> <li>• Óleo e/ou fogo à superfície da água (mar em chamas)</li> <li>• Localização e resgate</li> </ul> <p>1.1.9. Técnicas de sobrevivência dentro de água</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flutuar com e sem colete</li> <li>• Nadar com colete e fato isotérmico</li> <li>• Uso do vestuário como flutuador</li> <li>• Sobrevivência sem colete de salvação</li> <li>• Técnicas de reboque de um naufrago</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dispositivos hidrostáticos <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Funcionamento dos dispositivos hidrostáticos</li> </ul> </li> <li>- Bóia calção <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com equipamento</li> </ul> </li> <li>- Bombas de esgoto <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sua utilização em caso de alagamento</li> </ul> </li> <li>- Drogue ou âncora flutuante <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sua utilização para aproar ou apoiar a embarcação à ondulação e ao vento</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.7. Procedimentos de abandono</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Como agir numa situação de abandono</li> <li>• Accionar o sinal de abandono</li> <li>• Reunião no local de embarque</li> <li>• Procedimentos e precauções a tomar pela tripulação no abandono do navio em relação a <ul style="list-style-type: none"> <li>- Baleeiras</li> <li>- Jangadas <ul style="list-style-type: none"> <li>Passageiros</li> </ul> </li> <li>- Rampas de lançamento</li> <li>- Cegonhas</li> <li>- Turcos</li> <li>- Acto de arriar e içar</li> <li>- Acesso aos postos de embarque</li> <li>- Material a levar para bordo das baleeiras e jangadas</li> <li>- Ordem de abandono <ul style="list-style-type: none"> <li>Saltar para a água</li> </ul> </li> <li>- Medidas a tomar contra os tubarões</li> <li>- Óleo e/ou o fogo à superfície da água</li> <li>- Utilização da palamenta, das jangadas e das baleeiras</li> </ul> </li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mensagem de socorro</li> <li>▪ Manutenção</li> <li>– Rádiorobalizes <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com o equipamento</li> <li>▪ Manutenção</li> </ul> </li> <li>– Responder de radar <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com o equipamento – aramar/desamar</li> <li>▪ Manutenção</li> </ul> </li> <li>– Espelho <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sua utilização para pedir socorro</li> </ul> </li> <li>Apito e buzina <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sua utilização para pedir socorro</li> </ul> </li> <li>– Bandeiras <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Içar as Bandeiras N e C (Código Internacional de sinais)</li> <li>▪ Utilização de um pano quadrado de cor escura com uma bola por baixo ou por cima, caso não tenha bandeiras</li> </ul> </li> <li>• Outros equipamentos de segurança <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sinais pirotécnicos <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilização do facho de mão e cuidados a observar</li> <li>▪ Utilização do foguetão para-quedas e cuidados a observar no disparo</li> <li>▪ Utilização dos sinais fumígenos e cuidados a observar</li> </ul> </li> <li>Aparelho lança cabos <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com equipamento</li> </ul> </li> <li>– Aparelho vai-vem <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com equipamento</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apito</li> <li>▪ Coletes de insuflação automática</li> <li>– Bóias de salvação <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Características</li> <li>▪ Utilização com e sem MOB</li> </ul> </li> <li>– Fatos isotérmicos em exercícios em embarcações salva-vidas e jangadas pneumáticas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ajudas térmicas - como envergar</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.6. Utilização dos meios coletivos de salvação e segurança</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baleeiras e Jangadas <ul style="list-style-type: none"> <li>Abertura da jangada pneumática, com ou sem dispositivo hidrostático</li> <li>– Procedimentos no caso da jangada abrir com a cobertura para baixo</li> <li>– Embarcar numa embarcação jangada/ salva-vidas a partir do navio ou da água, com o colete de salvação vestido</li> <li>– Utilizar a palamenta de uma embarcação salva-vidas, com vista a aumentar as probabilidades de sobrevivência</li> </ul> </li> <li>• Equipamentos de comunicação <ul style="list-style-type: none"> <li>VHF, com DSC <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com equipamento</li> <li>▪ Canal de socorro</li> <li>▪ Transmissão da mensagem de socorro</li> <li>▪ Recepção</li> <li>▪ Manutenção</li> </ul> </li> <li>– MF/HF <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Operação com o equipamento</li> <li>▪ Frequência de socorro</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Palamenta das embarcações salva-vidas /jangadas pneumáticas</li> <li>• Meios de combate a incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>Extintores</li> <li>– Caixas de incêndio com o respetivo equipamento e material</li> </ul> </li> <li>• Equipamentos de comunicação <ul style="list-style-type: none"> <li>– VHF, com ou sem DSC</li> <li>– MF/HF</li> <li>– Rádioralizas</li> <li>– Responder de radar</li> <li>– Espelhos</li> <li>– Apito e buzina</li> <li>– Bandeiras</li> </ul> </li> <li>• Outros equipamentos de segurança <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sinais pirotécnicos</li> <li>Aparelho lança-cabos</li> <li>– Aparelho vai-vem</li> <li>– Dispositivos hidrostáticos</li> <li>– Bóia calção</li> <li>Bombas de esgoto</li> <li>– Farmácia de bordo</li> <li>– Drogue ou âncora flutuante</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.5. Utilização dos meios individuais de salvação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meios individuais de salvação e segurança <ul style="list-style-type: none"> <li>– Coletes salva-vidas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Envergar</li> <li>▪ Saltar para a água com colete</li> <li>▪ Nadar com colete/natação de segurança</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Funções individuais e ações que devem ser executadas em caso de: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ocupação dos postos de abandono</li> <li>Abandono do navio</li> <li>– Se encontrarem a bordo de uma embarcação salva-vidas</li> </ul> </li> <li>• Diferentes riscos numa situação de emergência</li> </ul> <p>1.1.3. Rol de chamada e sinais de emergência</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rol de chamada e sinais de emergência <ul style="list-style-type: none"> <li>– Planos de Segurança</li> <li>Rol de chamada</li> <li>Quadro de segurança</li> <li>– Sinais de emergência</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.4. Identificação dos meios de salvação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meios de salvação individuais <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bóias com e sem MOB</li> <li>– Fatos isotérmicos</li> <li>Ajudas térmicas</li> <li>Coletes de salvação rígidos e insufláveis</li> </ul> </li> <li>• Meios coletivos de salvação <ul style="list-style-type: none"> <li>– Botes de socorro</li> <li>Balsas/Jangadas rígidas e insufláveis</li> <li>Baleeiras <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Anti-fogo</li> <li>▪ Boca-aberta</li> <li>▪ Parcialmente fechadas</li> <li>▪ Queda livre</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Segurança Marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1. Reconhecer e executar as técnicas para evitar riscos em situações de sobrevivência no mar;</p> <p>1.2. Reconhecer os procedimentos básicos na prevenção e combate a incêndios.</p> <p>1.1.1. Situações de Emergência</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de emergência, causas e procedimentos <ul style="list-style-type: none"> <li>– Emergência em navios em porto</li> <li>– Abalroamento</li> <li>– Naufrágio</li> <li>– Escorregamento da carga</li> <li>– Explosão e incêndio</li> <li>– Água aberta</li> <li>– Encalhe</li> <li>– Navegação com mau tempo</li> <li>– Salvamento de pessoas em perigo, embarcadas</li> <li>– Homem ao mar</li> <li>– Avaria no leme</li> <li>– Reboque</li> <li>– Impossibilidade de arriar baleeiras e jangadas ao mar</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.2. Princípios gerais de segurança e sobrevivência no mar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercícios e treinos regulares</li> <li>• Preparação prévia para uma possível situação de emergência</li> </ul>	<p>21 T</p> <p>2 T</p>	<p>Expositivo</p> <p>Demonstrativo</p> <p>Computador</p> <p>Projektor</p> <p>Tela de projeção</p> <p>Colunas de som</p> <p>Simulador (Navio, piscina, jangada, coletes)</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 16 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

Objetivo 1.1.37. - Exercício contra incêndios	1. Utiliza de forma correta as mangueiras e agulhetas utilizadas no combate a incêndios	0 Val	5 Val
Objetivo 1.1.38. - Combate a incêndios com hidrocarbonetos	1. Utiliza as técnicas e procedimentos de entrada em compartimentos de forma correta em função do acesso ao compartimento e da classe de incêndio	0 Val	5 Val
<b>TOTAL</b>			
<p>* O Formador deverá seleccionar a cotação a atribuir (com X) a cada item. A cotação dos itens não admite valores intermédios.</p> <p><b>NOTA:</b> A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens.</p>			

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 15 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2</b>				
FORMANDO: .....				
NII.....P/CLAS:..... CURSO / EDIÇÃO.....				
FORMADOR:.....DATA: ...../...../..... CLASSIFICAÇÃO.....				
<b>Parâmetros a avaliar</b>	<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>		<b>OBS.</b>
Objetivo 1.1.35. - Exercícios de treino periódicos a bordo	1. Utiliza de forma correta o extintor em função da classe de incêndio.	0 Val	1 Val.	
	2. Utiliza de forma correta a manta antifogo na extinção de incêndios numa fritadeira.	0 Val	1 Val	
	3. Proceder de forma correta à entrada num compartimento incendiado.	0 Val	1 Val	
	4. Efetua os procedimentos de busca e salvamento adequados para a retirada de um tripulante inconsciente em zona de fumos	0 Val	2 Val	
Objetivo 1.1.36. - Exercício em espaços com fumo	1. Enverga de forma correta o aparelho de respiração autónoma.	0 Val	2 Val	
	2. Efetua de forma correta a extinção do incêndio num compartimento fechado e cheio de fumo, fazendo uso de um aparelho de respiração autónoma.	0 Val	3 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 14 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.3. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial 2.3.4.1. <i>Vide</i> Doc. V, Anexo A</p> <p>2.3.4.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.4.3. Coeficiente 1</p> <p>2.3.4. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (0.5 Val.); 1.1.2 (1 Val.); 1.1.3 (1 Val.); 1.1.4 (0.5 Val.); 1.1.5 (1 Val.); 1.1.6 (0.5 Val.); 1.1.7 (0.5 Val.); 1.1.8 (0.5 Val.); 1.1.9 (0.5 Val.); 1.1.10 (0.5 Val.); 1.1.11 (0.5 Val.); 1.1.12 (1 Val.); 1.1.13 (0.5 Val.); 1.1.14 (0.5 Val.); 1.1.15 (1 Val.); 1.1.17 (1 Val.); 1.1.18 (1 Val.); 1.1.19 (1 Val.); 1.1.21(1 Val.); 1.1.22 (0.5 Val.); 1.1.23 (0.5 Val.); 1.1.24 (1 Val.); 1.1.25 (0.5 Val.); 1.1.27 (0.5 Val.); 1.1.29 (0.5 Val.); 1.1.30 (1 Val.); 1.1.31 (0.5 Val.); 1.1.32 (0.5 Val.); 1.1.33 (0.5 Val.).</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 13 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1.1 (0.5 Val.); 1.1.2 (1 Val.); 1.1.3 (1 Val.); 1.1.4 (0.5 Val.); 1.1.5 (1 Val.); 1.1.6 (0.5 Val.); 1.1.7 (0.5 Val.); 1.1.8 (0.5 Val.); 1.1.9 (0.5 Val.); 1.1.10 (0.5 Val.); 1.1.11 (0.5 Val.); 1.1.12 (1 Val.); 1.1.13 (0.5 Val.); 1.1.14 (0.5 Val.); 1.1.15 (1 Val.); 1.1.17 (1 Val.); 1.1.18 (1 Val.); 1.1.19 (1 Val.); 1.1.21 (1 Val.); 1.1.22 (0.5 Val.); 1.1.23 (0.5 Val.); 1.1.24 (1 Val.); 1.1.25 (0.5 Val.); 1.1.27 (0.5 Val.); 1.1.29 (0.5 Val.); 1.1.30 (1 Val.); 1.1.31 (0.5 Val.); 1.1.32 (0.5 Val.); 1.1.33 (0.5 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 2</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste prático, procedimento (vide grelha de avaliação págs. 5-3-3-15 a 5-3-3-16)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1.35 (5 Val.); 1.1.36 (5 Val.); 1.1.37 (5 Val.); 1.1.38 (5 Val.)</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 2</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 12 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>compartimento cheio de fumo</p> <p>1.1.36. Exercícios em espaços com fumo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificação do bom funcionamento e utilização dos seguintes aparelhos respiratórios <ul style="list-style-type: none"> <li>- Máscaras anti-fumo com bomba de ar e fumo</li> <li>- Aparelho respiratório acionado por ar comprimido</li> </ul> </li> <li>• Comunicação entre os vários elementos do grupo, usando um aparelho respiratório, num espaço cheio de fumo</li> <li>• Utilização de vários tipos de extintores portáteis sobre fogos localizados num espaço cheio de fumo, usando um aparelho respiratório</li> </ul> <p>1.1.37. Exercícios contra incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização correta dos vários extintores para cada alarme de incêndios <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstração da utilização de mangueiras e agulhetas para combate a incêndios</li> <li>- Demonstração da utilização da espuma no combate a incêndios</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.38. Combate a incêndios com hidrocarbonetos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Água (jato e chuveiro)</li> <li>• Espuma</li> <li>• Pó químico</li> <li>• CO2</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 11 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.33. Alarme geral de emergência</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrição deste sinal (sete ou mais apitos curtos seguidos de um apito longo) com o apito do navio, sino, buzina ou sons equivalentes emitidos em qualquer parte do navio</li> <li>• Descrição do alarme especial, acionado na ponte, para chamada aos postos de incêndio</li> <li>• Outros sinais de alarme de incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>- CO2</li> <li>  Casa de Bombas</li> <li>- Manual</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.34. Procedimentos em caso de incêndio/métodos de combate</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medidas a tomar em caso de incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar o alarme</li> <li>- Se possível, eliminar a causa do fogo</li> <li>- Se possível, restringir ou eliminar a ventilação</li> </ul> </li> <li>• Factores a considerar <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acessibilidade ao lugar do fogo</li> <li>- Equipamento e agente extintor adequado ao tipo de incêndio</li> </ul> <p>Necessidade de manter uma vigia, para prevenir o reacendimento do incêndio</p> </li> </ul> <p>1.1.35. Exercícios de treino periódicos a bordo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apagar um fogo</li> <li>• Extinção de um fogo numa fritadeira</li> <li>• Entrada num recinto fechado a arder</li> <li>• Extinção dum incêndio no convés</li> <li>• Retirar um tripulante inconsciente de um</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 10 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.30. Prevenção de incêndios na estrutura, compartimentos e tanques</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Procedimentos de prevenção de incêndios, referentes à estrutura, compartimentos e tanques de um navio</li> <li>• Protecção das saídas de emergência</li> <li>• Anteparas principais e secundárias</li> <li>• Desgasificação de tanques</li> <li>• Ventilação dos espaços de carga e outros</li> <li>• Dispositivos de prevenção</li> </ul> <p>1.1.31. Detecção de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistemas de detecção de fumos e incêndios <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistemas automáticos</li> <li>- Principais tipos</li> <li>- Características principais</li> <li>Alarmes</li> <li>- Vantagens</li> <li>- Locais de instalação (espaços de carga, casa das máquinas, alojamentos, ponte e outros)</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.32. Sistema automático de alarme</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funcionamento de um sistema automático de alarme contra incêndios <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modo de funcionamento</li> <li>- Divisão em zonas</li> <li>- Vantagens dessa divisão em zonas</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 9 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter isolamentos e revestimentos em boas condições</li> <li>▪ Eliminar fugas de combustíveis e óleos</li> <li>▪ Tomar precaução durante trabalhos de corte ou soldadura</li> <li>▪ Verificar o fecho dos tubos de sonda dos tanques</li> <li>▪ Manter a casa da máquina limpa</li> </ul> <p>Cozinha</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manter as chaminés limpas</li> <li>▪ Evitar derrame de óleo sobre o fogão e excesso de aquecimento nas fritadeiras</li> <li>▪ Manter as instalações elétricas em bom estado</li> </ul> <p>Alojamentos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Não fumar no beliche</li> <li>▪ Não usar aparelhos elétricos não autorizados a bordo</li> <li>▪ Não despejar os cinzeiros nos cestos de papéis</li> </ul> <p>– Espaços de carga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conservar as escotilhas bem limpas</li> <li>▪ Assegurar uma boa estiva e ventilação da carga</li> <li>▪ Não fumar nos locais de carga e descarga</li> </ul> <p>1.1.29. Prevenção e extinção de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Procedimentos de prevenção e extinção de incêndios</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.25. Equipamento de reanimação de vítimas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização de equipamento para reanimar uma vítima asfixiada por fumo</li> <li>• Redução do tempo de permanência em espaço cheio de fumo, ao portador do aparelho respiratório equipado com este equipamento</li> <li>• Outros métodos de respiração artificial</li> </ul> <p>1.1.26. Riscos de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Casa das máquinas</li> <li>• Cozinha</li> <li>• Cargas</li> </ul> <p>1.1.27. Principais fontes de incêndio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Causas de incêndio</li> <li>• Riscos com             <ul style="list-style-type: none"> <li>A tripulação                 <ul style="list-style-type: none"> <li>- O navio</li> <li>- O ambiente</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.28. Procedimentos de segurança</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de Procedimentos de segurança             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerais                 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Não fumar em zonas de risco</li> <li>▪ Dar o alarme rapidamente</li> <li>▪ Utilizar corretamente extintores portáteis e outros meios</li> <li>▪ Conhecer os riscos de incêndios e tomar medidas de prevenção</li> </ul> </li> <li>- Casa das máquinas</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 7 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.22. Sistemas fixos de combate a incêndios da casa de máquinas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dióxido de carbono</li> <li>• Água vaporizada</li> </ul> <p>1.1.23. Equipamento de bombeiro</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipamento individual</li> <li>• Aparelho respiratório</li> <li>• Cabo salva-vidas (linha de segurança anti-fogo com mosquetão e arnês)</li> <li>• Tipos de aparelhos respiratórios utilizados</li> <li>• Vantagens e inconvenientes de cada um deles</li> <li>• Requisitos legais para o cabo salva-vidas</li> <li>• Número mínimo de equipamento de bombeiro a bordo</li> </ul> <p>1.1.24. Equipamento de respiração autónomo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrição do equipamento <ul style="list-style-type: none"> <li>- Montagem/desmontagem</li> <li>Utilização</li> <li>- Colocação correta da máscara</li> <li>- Testes antes e depois de ser colocado</li> </ul> </li> <li>• Utilização para reanimação de vítimas asfixiadas</li> <li>• EEBD – <i>Emergency Escape Breathing Device</i> (Aparelho Respiratório de Salvamento de Emergência)</li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.19. Extintores portáteis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Água, espuma, pó, dióxido de carbono, halon <ul style="list-style-type: none"> <li>- Princípios de funcionamento de cada um deles</li> <li>Adequação de cada um às classes de incêndio</li> <li>- Capacidade normal de cada um</li> <li>- Carregamento dos extintores vazios</li> <li>- Funcionamento de um distribuidor de espuma e ligação ao encanamento de incêndios</li> <li>- Capacidade normal do distribuidor de espuma</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.20. Mantas anti-fogo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrição</li> <li>• Modo de usar</li> <li>• Locais de arrumação</li> </ul> <p>1.1.21. Principais sistemas fixos e sua utilização</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dióxido de carbono</li> <li>• Água vaporizada</li> <li>• Espuma (baixa expansão)</li> <li>• Espuma (alta expansão)</li> <li>• Colectores e bocas-de-incêndio</li> <li>• União Internacional a Terra</li> <li>• Geradores de emergência, bombas de incêndios e de esgotos</li> <li>• Vapor de água</li> <li>• Pó químico</li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• União internacional a terra <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descrição e finalidade</li> <li>- Modo de ligação</li> </ul> <p>Número mínimo de uniões a ter a bordo</p> </li> <li>1.1.16. Bomba de emergência e equipamento para pó químico <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bomba de emergência <ul style="list-style-type: none"> <li>Débito exigido</li> <li>- Localização</li> <li>- Circunstâncias em que se utiliza</li> </ul> </li> <li>• Equipamento para pó químico <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descrição do equipamento</li> <li>- Modo de utilização</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>1.1.17. Equipamento portátil de extinção de incêndios <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mangueiras e agulhetas <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regulamento em vigor</li> <li>- Ligação de mangueiras entre si e às bocas de incêndio</li> </ul> <p>Ajustamento da agulheta para jato ou nevoeiro</p> </li> <li>- Manutenção e acondicionamento</li> </ul> </li> <li>1.1.18. Equipamentos móveis <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garrafas de CO2</li> <li>• Recipientes de produtos em pó com gás propulsor</li> <li>• Equipamento produtor de espuma (espumífero)</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Precauções a tomar</li> </ul> <p>1.1.13. Agentes inibidores de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pó químico <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de fogos em que se utiliza o pó</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.14. Sistemas de abafamentos de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dióxido de carbono (CO2) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Abafamento pelo CO2</li> <li>- Perigos do CO2</li> <li>- Procedimentos em caso de alarme CO2</li> <li>  Espaços onde se utiliza o CO2</li> <li>- Procedimentos antes de utilizar o CO2</li> </ul> </li> <li>• Espuma <ul style="list-style-type: none"> <li>  Acção da espuma sobre o fogo</li> <li>  Procedimentos antes da utilização da espuma</li> </ul> </li> <li>- Diferentes tipos de espuma</li> </ul> <p>1.1.15. Sistema de arrefecimento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Água em chuveiro <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modo de funcionamento</li> <li>- Espaços onde se utiliza</li> </ul> </li> <li>• Água em pressão <ul style="list-style-type: none"> <li>- Espaços onde se utiliza</li> </ul> </li> <li>• Bocas-de-incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>- Número e distribuição</li> <li>  Instalação de uma válvula de fecho em cada mangueira</li> <li>- Instalação de válvulas de passagem no encanamento</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.9. Classes de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Segundo a norma portuguesa e a norma internacional 3941 da ISO <ul style="list-style-type: none"> <li>- Classe A</li> <li>Classe B</li> <li>- Classe C</li> <li>- Classe D</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.10. Propagação do fogo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Métodos de propagação do fogo <ul style="list-style-type: none"> <li>- Condução</li> <li>Radiação</li> <li>Fluxo térmico</li> <li>- Correntes de convecção</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.11. Prevenção de propagação de incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Procedimentos de prevenção da propagação de incêndios</li> <li>• Reduzir ou suprimir a condução, radiação, fluxo térmico e as correntes de convecção</li> </ul> <p>1.1.12. Agentes extintores</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Água</li> <li>• Espuma</li> <li>• Pó químico e pó químico especial</li> <li>• Neve carbónica (CO2), tetracloreto</li> <li>• Quadro referente à aplicação dos agentes extintores em função das classes de incêndios</li> <li>• Incêndios em equipamentos elétricos</li> </ul> <p style="text-align: center;">Meios de combate</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 16 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>		<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.5. Métodos de comunicação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Em caso de incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mensageiro</li> <li>    Telefone</li> <li>- <i>Walkie – Talkie</i></li> <li>- Fonia</li> <li>- Megafone</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.6. Teoria do fogo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condições necessárias para início de incêndio <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presença de material combustível</li> <li>    Fonte de ignição (química, biológica e física)</li> <li>- Presença de oxigénio</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.7. Triângulo e tetraedro do fogo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Triângulo do fogo e o tetraedro do fogo <ul style="list-style-type: none"> <li>- Combustível</li> <li>- Temperatura de ignição</li> <li>- Oxigénio</li> <li>    Reacção em cadeia</li> </ul> </li> </ul> <p>1.1.8. Propriedades dos combustíveis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inflamabilidade - limites</li> <li>• Temperatura de ignição</li> <li>• Temperatura de combustão</li> <li>• Velocidade de combustão</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 16 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Prevenção e combate a incêndios em embarcações (UFCD 3153)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.1. Reconhecer e atuar em situações de emergência que envolvam o risco de incêndio a bordo.</p> <p>1.1.1. Planos de combate a incêndios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planos para combater incêndios e sua localização</li> </ul> <p>1.1.2. Medidas de segurança para a tripulação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Composição de uma equipa de CI</li> <li>• Designação do responsável</li> <li>• Aguardar ordem do responsável para entrar na zona de fogo</li> <li>• Conhecimento da zona do fogo e das saídas de emergência</li> <li>• Equipamento necessário para entrar em zonas de fumo sem luz</li> <li>• Equipamento de bombeiro</li> </ul> <p>1.1.3. Sistema de vigia a bordo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funções do vigia</li> <li>• Serviço de vigias</li> </ul> <p>1.1.4. Procedimentos de sobrevivência em caso de incêndio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treinos regulares</li> <li>• Medidas a tomar quando se é chamado ao posto de combate a incêndios</li> <li>• Conhecimento das saídas de emergência</li> <li>• Perigo dos fumos e vapores tóxicos</li> </ul>	23 T	<p>Expositivo            Demonstrativo            Computador            Projetor            Tela de projeção            Colunas de som            Simulador            (Laboratório do fogo, ARA, Motor elétrico / fogão / frigideira / Vulcano)</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 6 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (4 Val.) 1.2 (8 Val.) 1.3 (8 Val.)</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.2.1. Vide Doc.V, Anexo A</p> <p>2.3.2.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.2.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações 1.1 (4 Val.) 1.2 (8 Val.) 1.3 (8 Val.)</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desatracação</li> <li>• Casa da máquina</li> <li>• Convés</li> <li>• Navegação</li> <li>• Segurança</li> <li>• Código internacional de Sinais</li> </ul> <p>1.3.3 Relações humanas a bordo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condições que conduzem a um bom relacionamento humano e de trabalho <ul style="list-style-type: none"> <li>– Condições de emprego</li> <li>– Direitos e obrigações individuais</li> <li>– Perigos decorrentes do abuso do consumo de álcool e estupefacientes</li> <li>– Gestão de conflitos</li> <li>– Períodos mínimos de descanso de acordo com a convenção STCW</li> <li>– Diretivas internacionais e legislação nacional</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>– Matrícula <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Definição</li> <li>▪ Sujeitos do contrato</li> <li>▪ Condições Contratuais</li> <li>▪ Direitos e deveres</li> </ul> </li> <li>• Convenções coletivas de trabalho <ul style="list-style-type: none"> <li>– Definição Sujeitos do contrato</li> </ul> </li> <li>• Seguros</li> <li>• Regime dos contratos regulados pelo OIT/ITF</li>   <li>1.2.3 Segurança no trabalho <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais regras de segurança no trabalho</li> <li>• Dispositivos de segurança e proteção existentes a bordo</li> <li>• Precauções a tomar antes da entrada em espaços confinados</li> <li>• Familiarização com as medidas nacionais e internacionais relativos à segurança e higiene no trabalho</li> </ul> </li>   <li>1.3.1 Métodos de comunicação a bordo <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestual</li> <li>• Oral</li> <li>• Escrita</li> <li>• Acústica</li> <li>• Luminosa</li> <li>• Sinalética</li> </ul> </li>   <li>1.3.2 Ordens recebidas a bordo <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leme</li> <li>• Atracação</li> </ul> </li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais competências</li> <li>• Capitánias e delegações marítimas</li> <li>• Instituto Portuário e dos Transportes marítimos</li> <li>• Outras instituições do setor marítimo nacional e internacional</li> <li>• Legislação aplicável ao setor marítimo</li> <li>• Código Internacional para a Proteção dos Navios e das Instalações Portuárias – ISPS Code</li> <li>• Código Internacional de Gestão da Segurança dos Navios – ISM Code</li> </ul> <p>1.2.1 Regulamento de Inscrição marítima</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulamento de Inscrição marítima - Decreto-Lei nº 280/2001 de 23 de Outubro</li> <li>• Inscrição marítima e cédula de inscrição marítima <ul style="list-style-type: none"> <li>– Definição</li> <li>Condições de acesso</li> <li>– Processo de inscrição</li> <li>– Suspensão e caducidade da inscrição</li> <li>– Casos de renovação</li> </ul> </li> <li>• Escalões e categorias dos profissionais marítimos <ul style="list-style-type: none"> <li>– Funções a bordo</li> <li>– Responsabilidades do "comandante"</li> <li>– Tempos de embarque</li> </ul> </li> <li>• Certificações marítimas nacionais e internacionais</li> <li>• Direitos e deveres gerais dos tripulantes</li> </ul> <p>1.2.2 Regime Jurídico do Contrato de Trabalho</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contrato individual de trabalho a bordo</li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.1.4. Poluição</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de poluição e suas causas</li> <li>• Alterações no ar, água e paisagem</li> <li>• Convenção MARPOL (Convenção Internacional para a Prevenção da Poluição por Navios)</li> <li>• Plano "Mar Limpo"</li> <li>• Energias clássicas/energias alternativas ou renováveis</li> <li>• Gestão de resíduos</li> <li>• Reciclagem de materiais</li> <li>• Escolher energias renováveis e não poluentes</li> </ul> <p>1.1.5. Recursos naturais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipologia de Recursos <ul style="list-style-type: none"> <li>– Renováveis e não renováveis</li> </ul> </li> <li>• Tipo <ul style="list-style-type: none"> <li>Água <ul style="list-style-type: none"> <li>– Marinhos</li> <li>– Minerais</li> <li>– Bióticos, animais e vegetais</li> </ul> </li> <li>Energéticos</li> </ul> </li> <li>• Capacidade de renovação e regeneração do meio ambiente</li> </ul> <p>1.1.6. Exploração racional dos recursos naturais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilização e exploração racional dos recursos naturais</li> <li>• Influências e interdependências entre tipos de recursos</li> </ul> <p>1.1.7. Autoridades marítimas nacionais e internacionais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Área de actuação</li> </ul>		
---	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 6 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Conduta responsável a bordo (UFCD 6460)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS/ CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
1.1. Reconhecer a importância da educação ambiental na proteção e gestão dos recursos marinhos;	9 T	Expositivo Computador
1.2. Interpretar a legislação aplicável ao acesso e suspensão da inscrição marítima e identificar escalões e categorias dos profissionais marítimos bem como o regime jurídico do contrato de trabalho;	10 T	Projetor Tela de projeção
1.3. Reconhecer as responsabilidades sociais inerentes à atividade a bordo.	5 T	Colunas de som
1.1.1. Ecologia <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecologia e os conceitos associado               <ul style="list-style-type: none"> <li>– Equilíbrio Ecológico</li> <li>Habitat</li> <li>– Cadeias tróficas</li> <li>– Ciclos biológicos e biofísicos</li> </ul> </li> </ul>		
1.1.2. Interações do homem com o ambiente <ul style="list-style-type: none"> <li>• O homem como parte do ambiente</li> <li>• Interações do homem com o meio, com o consumo e o desperdício na sociedade actual</li> <li>• Conceitos de qualidade de vida e qualidade do ambiente</li> </ul>		
1.1.3. Preservação do ambiente <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preservação do ambiente e qualidade de vida como um desafio a toda a humanidade</li> <li>• Métodos de proteção ambiental</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 5 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos (UFCD 0349)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Formativa e Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (1 Val.); 1.2 (1 Val.); 1.3 (2 Val.); 1.4 (2 Val.); 1.5 (2 Val.); 1.6 (8 Val.); 1.7 (2 Val.); 1.8 (2 Val.).</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 3</p> <p>2.3.2. Grelha de Avaliação Comportamental e respetivo referencial</p> <p>2.3.3.1. Vide Doc. V, Anexo A</p> <p>2.3.3.2. Escala: 1 a 4</p> <p>2.3.3.3. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.3. Exame Final</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações</p> <p>1.1 (1 Val.); 1.2 (1 Val.); 1.3 (2 Val.); 1.4 (2 Val.); 1.5 (2 Val.); 1.6 (8 Val.); 1.7 (2 Val.); 1.8 (2 Val.).</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 1</p>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos (UFCD 0349)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>Movimentação mecânica de cargas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riscos ergonómicos <ul style="list-style-type: none"> <li>– Movimentação manual de cargas</li> </ul> </li> <li>• Riscos psicossociais</li> </ul> <p>1.7.1 Sinalização de Segurança e Saúde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceito</li> <li>• Tipos de sinalização</li> </ul> <p>1.8.1 Equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual</li> </ul>		
--	--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 3 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos (UFCD 0349)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Radiações (ionizantes e não ionizantes)</li> <li>• Ruído</li> <li>• Vibrações</li> <li>• Riscos químicos <ul style="list-style-type: none"> <li>- Produtos químicos perigosos</li> <li>- Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma</li> <li>- Vias de exposição</li> <li>Efeitos na saúde</li> <li>- Classificação, rotulagem e armazenagem</li> <li>- Medidas de prevenção e proteção</li> </ul> </li> <li>• Riscos de incêndio ou explosão <ul style="list-style-type: none"> <li>- O fogo como reação química <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fenomenologia da combustão</li> <li>▪ Principais fontes de energia de ativação</li> <li>▪ Classes de fogos</li> <li>▪ Métodos de extinção</li> </ul> </li> <li>- Meios de primeira intervenção – extintores <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Classificação dos Extintores</li> <li>▪ Escolha do agente extintor</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Riscos elétricos <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riscos de contacto com a corrente elétrica: contactos diretos e indiretos</li> <li>Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano</li> <li>- Medidas de prevenção e proteção</li> </ul> </li> <li>• Riscos mecânicos <ul style="list-style-type: none"> <li>Trabalho com máquinas e equipamentos</li> </ul> </li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 5 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos (UFCD 0349)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b> <b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.3.1. Conceitos relacionados com a SHST</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabalho, saúde, segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção</li> </ul> <p>1.4.1 Acidentes de Trabalho</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceito de acidente de trabalho</li> <li>• Causas dos acidentes de trabalho</li> <li>• Consequências dos acidentes de trabalho</li> <li>• Custos diretos e indiretos dos acidentes de trabalho</li> </ul> <p>1.4.2 Doenças Profissionais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceito</li> <li>• Principais doenças profissionais</li> </ul> <p>1.5.1 Enquadramento legislativo nacional da SHST</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obrigações gerais do empregador e do trabalhador</li> </ul> <p>1.6.1 Principais Riscos Profissionais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riscos biológicos</li> <li>• Agentes biológicos</li> <li>• Vias de entrada no organismo</li> <li>• Medidas de prevenção e proteção</li> <li>• Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção)</li> <li>• Ambiente térmico</li> <li>• Iluminação</li> </ul>	
--	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 1 DE 5 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Segurança e Ambiente</b>	<b>CARGA HORÁRIA:121HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos (UFCD 0349)</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 25 HRS</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>1. OBJETIVOS / CONTEÚDOS</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
1.1. Identificar os principais problemas ambientais.	1 T	Expositivo
1.2. Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente.	2 T	Computador Projetor
1.3. Explicar os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho.	1 T	Tela de projeção
1.4. Reconhecer a importância da segurança, higiene e saúde no trabalho.	2 T	Colunas de som
1.5. Identificar as obrigações do empregador e do trabalhador de acordo com a legislação em vigor.	1 T	
1.6. Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas.	15 T	
1.7. Reconhecer a sinalização de segurança e saúde	1 T	
1.8. Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual	1 T	
1.1.1 Principais problemas ambientais da atualidade		
1.1.2 Resíduos <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definição</li> <li>• Produção de resíduos</li> </ul>		
1.2.1 Gestão de resíduos <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos</li> <li>• Estratégias de atuação</li> <li>• Boas práticas para o meio ambiente</li> </ul>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 12 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>			
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>		<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
		<b>OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	

7. Executa manejo de rondar o brando a um cabo	0 Val	0,5 Val	
8. Executa manejo de encapelar uma mãozinha	0 Val	0,25 Val	
9. Executa manejo de lançar e colher a retenida, segundo as normas de segurança	0 Val	0,25 Val	
<b>TOTAL</b>			

\* O Formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.  
A cotação dos itens não admite valores intermédios.

**NOTA:**

A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 11 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b><u>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO EXAME FINAL</u></b>			
NII:.....P/ CLAS:.....NOME:.....EDIÇÃO:.....			
FORMADOR:.....DATA:...../...../..... CLASSIFICAÇÃO:.....			
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>		<b>OBS.</b>
<b>A. EXECUTAR NÓS EM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa nós e voltas de Arte de Marinheiro	0 Val	0,75 Val	
2. Executa laçada em cabo de massa	0 Val	0,75 Val	
3. Executa nó direito em cabo de massa	0 Val	0,5 Val	
4. Executa nó lais de guia em cabo de massa	0 Val	0,5 Val	
5. Executa nó de escota em cabo de massa	0 Val	0,5 Val	
<b>B. EXECUTAR VOLTAS EM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa voltas redondas em cabos de massa	0 Val	0,5 Val	
2. Executa meia volta e cote em cabos de massa	0 Val	1 Val	
3. Executa voltas falidas em cabos de massa	0 Val	1 Val	
4. Executa voltas de fiel em cabos de massa	0 Val	0,5 Val	
<b>C. EXECUTAR MANEJOS COM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa manejo de desbolinar e colher um cabo	0 Val	0,5 Val	
2. Executa manejo de alar e largar um cabo por mão	0 Val	0,5 Val	
3. Executa manejo de folgar um cabo sobre volta e a pedido	0 Val	0,5 Val	
4. Executa manejo de dar volta a um cabo	0 Val	0,5 Val	
5. Executa manejo de pôr a singelo, dobrar e pemear um cabo	0 Val	0,5 Val	
6. Executa manejo de morder um cabo	0 Val	0,5 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 10 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

7. Executa manejo de rondar o brando a um cabo	0 Val	1 Val	
8. Executa manejo de encapelar uma mãozinha	0 Val	0,5 Val	
9. Executa manejo de lançar e colher a retenida, segundo as normas de segurança	0 Val	0,5 Val	
<b>TOTAL</b>			

\* O Formador deverá selecionar a cotação a atribuir (com X) a cada item.  
A cotação dos itens não admite valores intermédios.

**NOTA:**

A classificação da grelha é o somatório das classificações obtidas nos itens.

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 9 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<b>GRELHA DE AVALIAÇÃO DO TESTE N.º 2</b>			
<b>NII:.....P/CLAS:.....NOME:.....EDIÇÃO.....</b>			
<b>FORMADOR:.....DATA:...../...../..... CLASSIFICAÇÃO:.....</b>			
<b>ITENS A AVALIAR</b>	<b>COTAÇÃO DOS ITENS*</b>		<b>OBS.</b>
<b>A. EXECUTAR NÓS EM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa nós e voltas de Arte de Marinheiro	0 Val	1,5 Val	
2. Executa laçada em cabo de massa	0 Val	1,5 Val	
3. Executa nó direito em cabo de massa	0 Val	1 Val	
4. Executa nó lais de guia em cabo de massa	0 Val	1 Val	
5. Executa nó de escota em cabo de massa	0 Val	1 Val	
<b>B. EXECUTAR VOLTAS EM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa voltas redondas em cabos de massa	0 Val	1 Val	
2. Executa meia volta e cote em cabos de massa	0 Val	2 Val	
3. Executa voltas falidas em cabos de massa	0 Val	2 Val	
4. Executa voltas de fiel em cabos de massa	0 Val	1 Val	
<b>C. EXECUTAR MANEJOS COM CABOS DE MASSA</b>			
1. Executa manejo de desbolinar e colher um cabo	0 Val	1 Val	
2. Executa manejo de alar e largar um cabo por mão	0 Val	1 Val	
3. Executa manejo de folgar um cabo sobre volta e a pedido	0 Val	1 Val	
4. Executa manejo de dar volta a um cabo	0 Val	1 Val	
5. Executa manejo de pôr a singelo, dobrar e permear um cabo	0 Val	1 Val	
6. Executa manejo de morder um cabo	0 Val	1 Val	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 8 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2.5. Coeficiente: 2</p> <p>2.3.3. Exame final</p> <p>Parte teórica:</p> <p>2.3.3.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.3.2. Objetivos a avaliar e respetivas cotações: 1.4 (1 Val.); 1.5 (0.5 Val.); 1.6 (1 Val.); 1.7 (0.5 Val.); 1.8 (1 Val.); 1.9 (1 Val.); 1.10 (0.5 Val.); 1.11 (1 Val.); 1.12 (0.5 Val.); 1.13 (0.5 Val.); 1.14 (0.5 Val.); 1.18 (0.5 Val.); 1.19 (0.5 Val.); 1.20 (0.5 Val.); 1.21 (0.5 Val.).</p> <p>2.3.3.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.4. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>2.3.3.5. Coeficiente: 1</p> <p>Parte prática:</p> <p>2.3.3.6. Teste prático / produto (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-2-11 e 5-2-12)</p> <p>2.3.3.7. Objetivos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (3 Val.); 1.2 (3 Val.); 1.3 (4 Val.).</p> <p>2.3.3.8. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.3.9. Escala: 0 a 10 valores</p> <p>2.3.3.10. Coeficiente: 2</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 7 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de Avaliação</p> <p>2.3.1. Teste n.º 1</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas colações: 1.4 (2 Val.); 1.5 (1 Val.); 1.6 (2 Val.); 1.7 (1 Val.); 1.8 (2 Val.); 1.9 (2 Val.); 1.10 (1 Val.); 1.11 (2 Val.); 1.12 (1 Val.); 1.13 (1 Val.); 1.14 (1 Val.); 1.18 (1 Val.); 1.19 (1 Val.); 1.20 (1 Val.); 1.21 (1 Val.).</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.1.5. Coeficiente: 1</p> <p>2.3.2. Teste n.º 2</p> <p>2.3.2.1. Teste prático / produto (<i>vide</i> grelha de avaliação e respetivo referencial págs. 5-2-9 e 5-2-10)</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas colações: 1.1 (6 Val.); 1.2 (6 Val.); 1.3 (8 Val.).</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p>	
---	--

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 6 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.21 Enunciar as normas de segurança no manuseamento de tintas e preparação de superfícies.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipamentos de proteção individual</li> <li>• Armazenamento de tintas</li> </ul>	1 T	Expositivo Videoprojetor Computador

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 5 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.16 Identificar os componentes dos ferros e das amarras.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Âncora com cepo (tipo almirantado)</li> <li>• Âncora sem cepo</li> <li>• Amarras</li> </ul>	1 T	Expositivo Videoprojetor Computador
<p>1.17 Enunciar as responsabilidades do vigia à amarra.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deveres do vigia</li> <li>• Atenção à vibração da amarra</li> <li>• Como proceder no caso de dúvida</li> <li>• Situação do navio à garra</li> </ul>	1 T	
<p>1.18 Descrever formas de deterioração dos materiais metálicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrutura</li> <li>• Condições ambientais</li> <li>• Corrosão (causas, prevenção)</li> </ul>	1 T	
<p>1.19 Enunciar ações fundamentais para preparação de superfícies metálicas para pintura.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desengorduramento</li> <li>• Decapagem</li> <li>• Despoeiramento</li> </ul>	1 T	
<p>1.20 Descrever os métodos de aplicação das tintas e tipos de tintas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espalhamento manual</li> <li>• Projeção</li> <li>• Mergulho</li> <li>• Tintas anticorrosivas</li> <li>• Tintas de acabamento</li> <li>• Cuidados a ter com as tintas antes da sua aplicação</li> <li>• Secagem</li> <li>• Limpeza e conservação do material</li> </ul>	1 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 4 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.12 Identificar as principais regiões do navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Casco</li> <li>• Superfícies do casco</li> <li>• Termos aplicados ao casco</li> <li>• Pavimentos</li> <li>• Termos definidos para a posição e direção a bordo <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bombordo</li> <li>- Estibordo</li> </ul> </li> </ul> <p>1.13 Reconhecer postos de faina.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organização para ação</li> <li>• Faina Geral</li> <li>• Distinção entre: atracação, largada, fundear e suspender</li> </ul> <p>1.14 Identificar material do convés associado à faina.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cabeços</li> <li>• Castanhas</li> <li>• Buzinas</li> <li>• Sarrilhos</li> <li>• Guincho</li> <li>• Cabrestante</li> </ul> <p>1.15 Identificar os principais cabos de amarração de um navio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espia de proa</li> <li>• Espia de popa</li> <li>• Regeira de proa</li> <li>• Regeira de popa</li> <li>• Contra-regeira de proa</li> <li>• Contra-regeira de popa</li> <li>• Través de proa</li> <li>• Través de popa</li> </ul>	<p>1 T</p> <p>1 T</p> <p>1 T</p> <p>1 T</p>	<p>Expositivo Videoprojetor Computador</p> <p></p> <p>Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador UAM Condor</p> <p>Expositivo Videoprojetor Computador</p>
---	---	---

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.9 Reconhecer as vozes para o leme.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leme a meio</li> <li>• Mais leme</li> <li>• Bombordo ou Estibordo leme</li> <li>• Todo o leme a Bombordo ou a Estibordo</li> <li>• Graus de leme a Bombordo ou a Estibordo</li> <li>• Aliviando</li> <li>• Como está o leme?</li> <li>• Aguenta a guinada</li> <li>• Nada a Bombordo ou nada a Estibordo</li> <li>• Assim</li> <li>• Vai para o caminho</li> <li>• Fora</li> <li>• Governa a X (000 a 359)</li> </ul>	2 T	Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador Embarcação miúda
<p>1.10 Aplicar as regras a observar no embarque e desembarque de pessoal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordem de entrada nos navios e em embarcações, na situação de navio fundeado ou atracado</li> <li>• Ordem de saída nos navios e em embarcações, na situação de navio fundeado ou atracado</li> </ul>	1 T	Expositivo Demonstrativo Videoprojetor Computador UAM Condor
<p>1.11 Relatar avistamentos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Serviço de vigia</li> <li>• Marcação</li> <li>• Distância</li> <li>• Ângulo de sítio</li> <li>• Linguagem do vigia</li> <li>• Deveres do vigia</li> <li>• Utilização da vista</li> </ul>	1 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>	<b>FL 2 DE 12 FLS</b>	
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>	
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>	<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>	
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>	<b>CARGA HORÁRIA: -</b>	
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p>1.5 Identificar os principais meios de propulsão.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vela</li> <li>• Remos</li> <li>• Propulsão mecânica</li> <li>• Mista</li> </ul>	1 T	Expositivo Videoprojetor Computador
<p>1.6 Identificar os elementos básicos da palamenta de uma embarcação.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remos</li> <li>• Forquetas</li> <li>• Bartedouro</li> <li>• Croques</li> <li>• Leme</li> <li>• Ancorote</li> </ul>	1 T	
<p>1.7 Enunciar os deveres e as responsabilidades dos patrões das embarcações.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumprimento e execução das ordens recebidas</li> <li>• Dirigir todas as manobras da sua embarcação</li> <li>• Permissão, só em caso de ordem superior, que a lotação seja excedida</li> </ul>	1 T	
<p>1.8 Enunciar as funções de proeiro e sota-proeiro.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posição de proeiro</li> <li>• Posição de sota-proeiro</li> <li>• Atenção em relação à navegação</li> <li>• Utilização dos croques</li> <li>• Prática em embarcações e bote pneumático</li> </ul>	1 T	

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 12 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/UFCD: Formação Geral Naval</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 30 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>		
<p>1.1 Executar nós em cabos de massa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nós e voltas de Arte de Marinheiro</li> <li>• Laçada em cabo de massa</li> <li>• Nó direito em cabo de massa</li> <li>• Nó lais de guia em cabo de massa</li> <li>• Nó de escota em cabo de massa</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Videoprojetor Computador Cabo de massa
<p>1.2 Executar voltas em cabos de massa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voltas redondas em cabos de massa</li> <li>• Meia volta e cote em cabos de massa</li> <li>• Voltas falidas em cabos de massa</li> <li>• Voltas de fiel em cabos de massa</li> </ul>	2 T	Demonstrativo Cabo de massa
<p>1.3 Executar manejos com cabos de massa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo de desbolinar e colher um cabo</li> <li>• Manejo de alar e largar um cabo por mão</li> <li>• Manejo de folgar um cabo sobre volta e a pedido</li> <li>• Manejo de dar volta a um cabo</li> <li>• Manejo de pôr a singelo, dobrar e permear um cabo</li> <li>• Manejo de morder um cabo</li> <li>• Manejo de rondar o brando a um cabo</li> <li>• Manejo de encapelar uma mãozinha</li> <li>• Manejo de lançar e colher a retenida, segundo as normas de segurança</li> </ul>	5 T	Demonstrativo Cabo de massa
<p>1.4 Identificar os principais tipos de embarcações miúdas utilizadas na Marinharia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baleeira</li> <li>• Escaler</li> <li>• Bote pneumático</li> <li>• Semirrígida</li> </ul>	1 T	Expositivo Videoprojetor Computador

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 4 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/ UFCD: Cultura e Organização Militar Naval I</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 16 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/ UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos à Cultura e Organização Militar Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p><b>2. AVALIAÇÃO</b></p> <p>2.1. Tipo: Sumativa</p> <p>2.2. Natureza: Criterial</p> <p>2.3. Instrumentos de avaliação</p> <p>2.3.1. Teste</p> <p>2.3.1.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.1.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (4 Val.); 1.2 (5 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (4 Val.); 1.5 (3 Val).</p> <p>2.3.1.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.1.4. Escala: 0 a 20 valores</p> <p>2.3.2. Exame Final</p> <p>2.3.2.1. Teste escrito, objetivo</p> <p>2.3.2.2. Objetivos/conteúdos a avaliar e respetivas cotações: 1.1 (4 Val.); 1.2 (5 Val.); 1.3 (4 Val.); 1.4 (4 Val.); 1.5 (3 Val).</p> <p>2.3.2.3. Duração: 50 minutos</p> <p>2.3.2.4. Escala: 0 a 20 valores</p>		

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 3 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/ UFCD: Cultura e Organização Militar Naval I</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 16 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/ UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos à Cultura e Organização Militar Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.5 Identificar os deveres militares</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deveres gerais;</li> <li>• Deveres especiais: <ul style="list-style-type: none"> <li>Dever de obediência;</li> <li>Dever de autoridade;</li> <li>– Dever de disponibilidade;</li> <li>– Dever de tutela;</li> <li>– Dever de lealdade;</li> <li>– Dever de zelo;</li> <li>– Dever de camaradagem;</li> <li>Dever de responsabilidade;</li> <li>Dever de isenção política;</li> <li>– Dever de sigilo;</li> <li>– Dever de honestidade;</li> <li>– Dever de correção;</li> <li>– Dever de aprumo.</li> </ul> </li> </ul> <p>1.6 Reconhecer órgãos de Marinha de natureza cultural</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aquário Vasco da Gama</li> <li>• Planetário Calouste Gulbenkian</li> <li>• Museu de Marinha</li> </ul>	<p>2 T</p> <p>6 T</p>	<p>Expositivo Computador Projeter Tela de projeção <i>PowerPoint</i> EMFAR</p> <p>Demonstrativo (Visita)</p>

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 2 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/ UFCD: Cultura e Organização Militar Naval I</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 16 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/ UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos à Cultura e Organização Militar Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>
<p>1.3 Descrever a organização geral das unidades da Armada</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comando, unidade e serviço;</li> <li>• Organização geral de unidades em terra;</li> <li>• Organização administrativa para ação de unidades navais;</li> <li>• Estados de Segurança;</li> <li>• Cartão de detalhe;</li> <li>• Serviços gerais.</li> </ul>	2 T	Expositivo Computador Projektor Tela de projeção <i>PowerPoint</i> Regulamento Geral do Serviço Naval em Terra (RGSNT) Regulamento Interno das Forças e Unidades Navais (RIFUN)
<p>1.4 Reconhecer situações que originem cerimoniais marítimos, costumes e cortêsias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Honras a prestar a Altas Entidades Nacionais e Estrangeiras</li> <li>• Embandeiramento em arco;</li> <li>• Procedimentos para cumprimento entre navios de guerra e entre estes e navios mercantes;</li> </ul>	2 T	Expositivo Computador Projektor Tela de projeção <i>PowerPoint</i> Ordenança do Serviço Naval-Cerimonial Marítimo

<b>DOCUMENTO V: PLANO DE FORMAÇÃO</b>		<b>FL 1 DE 4 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>		<b>CÓDIGO: CFP12</b>
<b>MÓDULO/ UFCD: Cultura e Organização Militar Naval I</b>		<b>CARGA HORÁRIA: 16 HRS</b>
<b>SUBMÓDULO/ UFCD: -</b>		<b>CARGA HORÁRIA: -</b>
<b>OBJETIVO GERAL: Demonstrar conhecimentos relativos à Cultura e Organização Militar Naval.</b>		
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS E AVALIAÇÃO</b>	<b>DURAÇÃO ESTIMADA OBJETIVO/ CONTEÚDO</b>	<b>MÉTODOS, MEIOS E REF.</b>

<p><b>1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <p>1.1 Reconhecer a organização geral das Forças Armadas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Órgãos de estado responsáveis pelas Forças Armadas;</li> <li>• Missões das Forças Armadas.</li> </ul> <p>1.2 Reconhecer a estrutura orgânica da Marinha</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Missão;</li> <li>• Chefe do Estado-Maior da Armada;</li> <li>• Estado-Maior da Armada;</li> <li>• Órgãos Centrais de Administração e Direção;</li> <li>• Comando de Componente Naval;</li> <li>• Órgãos de Conselho;</li> <li>• Órgão de Inspeção;</li> <li>• Órgãos de Base;</li> <li>• Elementos da Componente Operacional do Sistema de Forças;</li> <li>• Órgãos e serviços regulados por legislação própria.</li> </ul>	<p>1 T</p> <p>2 T</p>	<p>Expositivo Computador Projector Tela de projeção <i>PowerPoint</i> Lei Orgânica de Bases das Forças Armadas (LOBOFA)</p> <p>Expositivo Computador Projector Tela de projeção <i>PowerPoint</i> Lei Orgânica da Marinha (LOMAR)</p>
--	-----------------------	---

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 10 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<ul style="list-style-type: none"><li>• Fainas e operações necessárias à manobra do navio e utilização do aparelho, material e acessórios adequados;</li><li>• Condução de embarcações;</li><li>• Operacionalidade das embarcações e da respetiva palamenta;</li><li>• Conservação e manutenção da estrutura do navio;</li><li>• Conservação do aparelho, material e acessórios do navio;</li><li>• Trabalhos de arte de marinheiro;</li><li>• Operações de lançamento e recolha de material utilizado na balizagem;</li><li>• Arrumação e estiva de tintas em paiol e controlo das condições ambientais;</li><li>• Arrumação e estiva do material em geral;</li><li>• Conservação e reparação de mobiliário de madeira.</li></ul> <p>6.5. Avaliação da Aprendizagem</p> <p>Através da observação direta com recurso a grelhas de avaliação (vide Doc V);</p> <p>Escala de 0 a 20 valores de acordo com os seguintes critérios:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>0 – 4: Tarefas não executadas ou desempenho totalmente inaceitável;</li><li>5 – 9: Tarefas executadas, mas com desempenho insuficiente;</li><li>10 – 13: Tarefas executadas com desempenho regular;</li><li>14 – 17: Tarefas executadas com bom desempenho;</li><li>18 – 20: Tarefas executadas com desempenho excelente.</li></ul> <p>6.6. Coordenador</p> <p>Oficial a designar pelo comandante da unidade naval onde decorre o estágio.</p> <p>6.7. Duração do Estágio</p> <p>15 dias / 120 horas.</p>
---

NKE

03 JUN. 2019

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 9 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

reserva, desistirem da frequência do curso, ou por outros motivos devidamente fundamentados”.

#### 5.6. Certificação

- A Entidade Formadora emitirá o certificado das UFCD/Módulos, com aproveitamento, via Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO);
- A conclusão do CFP, com aproveitamento permite solicitar à Direção Geral de Recursos Naturais, Segurança e Serviços Marítimos (DGRM), a atribuição da Carta de Navegador de Recreio – Patrão Local, por equiparação da formação ministrada, nos termos da Portaria n.º 288/00 – Relativo aos conteúdos programáticos dos cursos de navegação de recreio.

### 6. ESTÁGIO

#### 6.1. Finalidade

Proporcionar aos formandos, em contexto de trabalho, a prática assistida dos conhecimentos e competências adquiridas durante o curso.

#### 6.2. Objetivo Geral

Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra.

#### 6.3. Local

Unidades Navais.

#### 6.4. Programa

O programa deve incidir, em especial, sobre os seguintes, tópicos:

- Integração e compreensão da missão da unidade;
- Prontidão para a execução das tarefas atribuídas;
- Disponibilidade para o trabalho em equipa;
- Princípios e valores da instituição militar;
- Execução das tarefas inerentes ao serviço de escala;
- Segurança da navegação e utilização dos respetivos equipamentos e sensores;
- Execução de leme em navegação em águas restritas, costeira e oceânica, em todos os graus de prontidão para combate;

NKF

03 JUN. 2019

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 8 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<p>5.3. Metodologia de Ensino-aprendizagem</p> <p>Presencial.</p> <p>5.4. Língua</p> <p>Português / Inglês.</p> <p>5.5. Critérios de Reprovação e Exclusão</p> <p>5.5.1. Reprovação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De acordo com o anexo ao Despacho do Vice-almirante Superintendente do Pessoal, n.º 25/2019, de 1 de abril, ponto 5, alíneas a. e b., os formandos serão considerados reprovados quando: <ul style="list-style-type: none"> <li>- "Não atingirem os objetivos definidos num módulo, num submódulo ou numa unidade de formação considerados críticos";</li> <li>- "Não atingirem os objetivos definidos em dois ou mais módulos, submódulos ou unidade de formação não críticos";</li> </ul> </li> <li>• Os formandos são considerados reprovados nas UFCD sempre que obtenham uma classificação final inferior a 10,000 valores ou revelem uma taxa de assiduidade inferior a 90% da carga horária total da UFCD.</li> </ul> <p>5.5.2. Exclusão</p> <p>De acordo com o anexo ao Despacho do Vice-almirante Superintendente do Pessoal, n.º 25/2019, de 1 de abril, ponto 16, alíneas a., b. e c., os formandos serão considerados excluídos quando;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "Revelarem falta de qualidades militares do ponto de vista disciplinar compatíveis com a sua permanência no curso. A exclusão dos formandos é da competência do Vice-almirante SP, sob proposta do comandante ou diretor da ECF";</li> <li>• "Totalizarem em faltas um número igual ou superior a 15% dos tempos previstos no plano de curso para qualquer módulo ou submódulo, exceto na formação certificada, em que se aplicam integralmente as normas fixadas pela entidade competente, e quando se trate de formandos com boas qualidades militares, em que o comandante ou diretor da ECF, pode, ouvido o conselho Técnico-Pedagógico, ampliar até 20% (inclusive) o número de faltas escolares";</li> <li>• "Cessarem a prestação de serviço em regime de contrato, passarem à</li> </ul>
--

WKF

03 JUN. 2019

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 7 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

Cc – Classificação final do curso  
 CFGC – Classificação da Fase "Formação Geral Comum"  
 CFT – Classificação da Fase "Formação Técnica"  
 CFC - Classificação da Fase "Formação Complementar"

Notas:

- O requerimento para a melhoria de nota deve ser dirigido ao Comandante da Escola, no prazo de dez dias úteis a contar da data de divulgação da classificação obtida no módulo, no submódulos ou na unidade de formação;
- A classificação do Estágio não se reflete na classificação final do curso, mas tem aplicação nos critérios de reprovação.

4.5.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

4.6. Normas de Aproveitamento

- Os formandos são considerados aprovados em cada um dos módulos e/ou submódulos quando obtiverem uma classificação igual ou superior a 10,000 valores;
- Os formandos são considerados aprovados no estágio quando obtiverem uma classificação igual ou superior a 10,000 valores;
- Os formandos serão considerados aprovados no final do curso quando a classificação final for igual ou superior a 10,00 valores;
- Os formandos são considerados aprovados nas UFCD sempre que cumulativamente obtenham uma classificação final igual ou superior a 10,000 valores e revelem uma taxa de assiduidade igual ou superior a 90% da carga horária total da UFCD.

## 5. ORGANIZAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO

5.1. Entidade Formadora

Escola de Tecnologias Navais.

5.2. Duração do Curso

5.2.1. Para a formação presencial

191 dias úteis / 1337 horas.

5.2.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

NE

03 JUN. 2019

DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS	FL 6 DE 10 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

aproximada às milésimas; nos casos em que esta for inferior a 10,000 valores os formandos serão submetidos a exame final (*vide* 4.5.1.8).

- 4.5.1.6. A classificação final dos módulos estruturados em submódulos/UFCD é a média aritmética simples ou ponderada, aproximada às milésimas, das classificações dos submódulos/UFCD, de acordo com os coeficientes atribuídos (*vide* ponto 3.).
- 4.5.1.7. As classificações de frequência e final dos módulos/UFCD não estruturados em submódulos/UFCD (*vide* ponto 3.) são as previstas nos pontos 4.5.1.3, 4.5.1.4 e 4.5.1.5, exceto no módulo "Portal da Marinha na *Intranet* (PMARINTRA) – serviços e funcionalidades", cuja avaliação é formativa, aplicando-se apenas nos critérios de exclusão.
- 4.5.1.8. Nos casos em que os formandos forem submetidos a exame final (*vide* 4.5.1.5), a classificação final dos módulos/submódulos/UFCD é a do exame, não podendo ser superior a 10,000 valores, independentemente da classificação obtida (cf. despacho VALM SP 25/2019, de 1 de abril).
- 4.5.1.9. Os formandos são dispensados do exame final nos módulos/submódulos/UFCD em que obtiverem uma classificação de frequência igual ou superior a 10,000 valores. Nesta circunstância, a classificação final dos módulos/submódulos/UFCD é a classificação de frequência. Podem, contudo, requerer melhoria de nota, por uma só vez, através da realização do exame final. A classificação do exame final só prevalece se for superior à classificação de frequência. A classificação final dos módulos/submódulos/UFCD é a média aritmética ponderada, aproximada às milésimas, da classificação de frequência e da classificação do exame final, atribuindo-se-lhes os coeficientes 2 e 1 respetivamente (cf. despacho VALM SP 25/2019, de 1 de abril).
- 4.5.1.10. As classificações da Fase "Formação Geral Comum", da Fase "Formação Técnica" e da Fase "Formação Complementar" são a média aritmética ponderada, aproximada às milésimas, das classificações finais dos respetivos módulos/UFCD, aplicando-se os coeficientes previstos no ponto 3.
- 4.5.1.11. A classificação do Estágio está expressa no ponto 6.6.
- 4.5.1.12. A classificação final do curso é média aritmética ponderada, aproximada às centésimas, das classificações de cada fase, de acordo com a seguinte fórmula:

$$C_c = \frac{2CFGC + 3CFT + 1CFC}{6}$$

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 5 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<p><sup>3</sup> Criticidade  <sup>4</sup> Teóricos  <sup>5</sup> Práticos</p> <p>3.2. Para a formação a distância  Não aplicável.</p> <p><b>4. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM</b></p> <p>4.1. Razões</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar se os conhecimentos e as competências necessários para o desempenho das funções atribuídas às praças da classe Manobra foram adquiridos;</li> <li>• Ordenar os formandos;</li> <li>• Informar os formandos e formadores sobre o progresso e evolução da aprendizagem.</li> </ul> <p>4.2. Tipo  Formativa e Sumativa.</p> <p>4.3. Natureza  Normativa e Criterial.</p> <p>4.4. Forma de Avaliação  Quantitativa / Qualitativa.</p> <p>4.5. Classificação</p> <p>4.5.1. Para a formação presencial</p> <p>4.5.1.1. Escala de 0 a 20 valores.</p> <p>4.5.1.2. A classificação dos instrumentos de avaliação é arredondada às centésimas.</p> <p>4.5.1.3. A classificação de frequência dos submódulos é a média aritmética simples ou ponderada, aproximada às milésimas, das classificações dos testes, de acordo com os coeficientes atribuídos (<i>vide</i> Doc. V), excetuando aqueles que têm apenas um teste, cuja classificação de frequência é a classificação do teste (<i>vide</i> Doc. V).</p> <p>4.5.1.4. A classificação de frequência dos submódulos que correspondem a UFCD é a média aritmética ponderada, aproximada às milésimas, das classificações do(s) teste(s) e da Grelha de Avaliação Comportamental, atribuindo-se-lhes os coeficientes 3 e 1 respetivamente (<i>vide</i> Doc. V).</p> <p>4.5.1.5. A classificação final dos submódulos/UFCD é a classificação de frequência,</p>
---

<b>DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>FL 4 DE 10 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

			2. Marinharia - desenvolvimento (UFCD 6483) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	23	2	25		
		12. Carpintaria	-	-	N	0	100	100		
		13. Física Aplicada	1. Resistência do Aparelho	3	S	66	24	90		
			2. Noções de matemática	2	S	12	24	36		
<b>Subtotal</b>							<b>472</b>	<b>475</b>	<b>947</b>	
Formação Complementar	1	14. Língua Inglesa - Geral	1. Língua estrangeira - iniciação – inglês (CLC_LEI_1) (de acordo com as Tabelas A-IV/2 da Convenção STCW e Emendas e A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a) c)	1	S	20	30	50		
			2. Língua estrangeira - continuação – inglês (CLC_LEC_1) (de acordo com as Tabelas A-IV/2 da Convenção STCW e Emendas e A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a) c)	1	S	20	30	50		
		15. Língua Inglesa - Técnica	1. Língua inglesa – comunicações marítimas (UFCD 6495) (de acordo com as Tabelas A-IV/2 da Convenção STCW e Emendas e A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	S	15	10	25		
			2. Língua inglesa – atividade marítima (UFCD 6499) (de acordo com as Tabelas A-IV/2 da Convenção STCW e Emendas e A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	S	15	10	25		
		<b>Subtotal</b>						<b>50</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
		<b>TOTAIS</b>						<b>660</b>	<b>677</b>	<b>1337</b>
Estágio		16. Estágio	-	-	S	-	-	120		
<p>a) Os formandos já habilitados com a UFCD ficam dispensados da avaliação da mesma. Para tal, devem apresentar, junto da entidade formadora, o respetivo comprovativo relativo à conclusão com aproveitamento. Caso os formandos pretendam ser sujeitos a nova avaliação, podem requerê-la. A classificação final do submódulo/módulo/UFCD é calculada de acordo com o mencionado em 4.5.1.5 e 4.5.1.6.</p> <p>b) Tempos destinados a palestras</p> <p>c) Módulo alternativo de acordo com o nível de aferição</p> <p><sup>1</sup> Código/Designação da UFCD do CNQ.  <sup>2</sup> Coeficiente</p>										

NA

03 JUN. 2019

DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS	FL 3 DE 10 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

			3. Nomenclatura e Descrição do Material	3	S	58	42	100
			4. Conservação do material	2	S	26	34	60
			5. Apitos	1	N	6	14	20
		9. Embarcações	1. Descrição de Embarcações (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas)	2	S	42	63	105
			2. Operações com gruas flutuantes (UFCD 6513) a)	1	S	24	1	25
			3. Governo e manobra da embarcação-iniciação (UFCD 6484) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	10	15	25
			4. Governo e manobra da embarcação-desenvolvimento (UFCD 6506) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	5	20	25
			5. Condução de embarcação de salvamento (UFCD 6487) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	2	23	25
			6. Condução de embarcação de salvamento rápidas (UFCD 6488) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	2	23	25
		10. Navegação	1. Navegação – Operações Elementares (UFCD 6497) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	S	23	2	25
			2. Navegação – Iniciação à Navegação Costeira (UFCD 6498) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	18	7	25
			3. Conceitos de Navegação	2	S	43	4	47
		11. Arte de Marinheiro	3. 1. Nós e Voltas	3	S	40	74	114

NEF

03 JUN. 2019

DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS	FL 2 DE 10 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

## 2.4. Estágio

- Exercer, sob supervisão, as funções inerentes a uma Praça da classe Manobra.

## 3. ESTRUTURA CURRICULAR

## 3.1. Para a formação presencial

Fase Curricular	CO <sup>2</sup>	Módulo/UFCD <sup>1</sup>	CO <sup>2</sup>	Submódulo/UFCD	CO <sup>2</sup>	CT <sup>3</sup>	Tempos			
							T <sup>4</sup>	P <sup>5</sup>	Total	
Formação Geral Comum	2	1. Cultura e Organização Militar Naval I	1	-	-	S	9	7	16	
		2. Formação Geral Naval (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas)	2	-	-	S	14	16	30	
		3. Segurança e Ambiente	2	1. Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - conceitos básicos (UFCD 0349) a)	1	1	S	24	1	25
				2. Conduta responsável a bordo (UFCD 6460) (de acordo com as Tabelas A-VI/1-4 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	1	S	24	1	25
				3. Prevenção e combate a incêndios a embarcações (UFCD 3153) (de acordo com as Tabelas A-VI/1-2 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	1	S	12	13	25
				4. Segurança marítima – técnicas pessoais de sobrevivência (UFCD 6458) (de acordo com as Tabelas A-VI/1-1 da Convenção STCW e Emendas) a)	1	1	S	17	8	25
				5. Limitação de Avarias	1	1	S	7	14	21
		4. Portal da Marinha na Intranet (PMARINTRA) - Serviços e funcionalidades	-	-	-	-	-	5	0	5
		5. Conceitos Gerais de Cibersegurança	1	-	-	N	12	2	14	
		6. Infantaria	1	-	-	N	9	24	33	
7. Educação Física	1	-	-	N	0	66	66			
b)	-	-	-	-	-	5	0	5		
<b>Subtotal</b>							<b>138</b>	<b>152</b>	<b>290</b>	
Formação Técnica	3	8. Marinharia	3	1. Marinharia – iniciação (UFCD 6481) (de acordo com as Tabelas A-II/4 da Convenção STCW e Emendas) a)	2	S	48	2	50	
				2. Operação de cargas e descargas em navios (UFCD 6482) a)	2	S	24	1	25	

NAF

03 JUN. 2019

DOCUMENTO IV: PLANO DE ESTUDOS	FL 1 DE 10 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

**1. FINALIDADE**

Habilitar os formandos com conhecimentos e competências requeridos no ingresso na categoria de praça de Manobra em Regime de Contrato.

**2. OBJETIVOS GERAIS**

**2.1. Formação Geral Comum**

- Demonstrar conhecimentos relativos à Cultura e Organização Militar Naval;
- Demonstrar conhecimentos e competências de Formação Geral Naval;
- Demonstrar conhecimentos e competências em Segurança e Ambiente;
- Demonstrar conhecimentos sobre os serviços e funcionalidades do Portal da Marinha na *Intranet*;
- Demonstrar conhecimentos e competências gerais de Cibersegurança;
- Demonstrar conhecimentos e competências das atividades do militar da Armada nos domínios da Infantaria e do Armamento Portátil;
- Demonstrar competências no âmbito da adaptação ao meio aquático, condição física geral e atividades náuticas.

**2.2. Formação Técnica**

- Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Marinharia;
- Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito do Governo e Manobra das Embarcações;
- Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Navegação;
- Demonstrar conhecimentos e competências nos trabalhos de Arte de Marinheiro;
- Demonstrar competências na conservação e reparação de mobiliário de madeira;
- Demonstrar conhecimentos e competências no âmbito da Física Aplicada à Marinharia.

**2.3. Formação Complementar**

- Demonstrar conhecimentos relativos ao funcionamento da língua inglesa e competências de compreensão e produção oral e escrita
- Demonstrar conhecimentos e competências relativos ao uso de inglês técnico em contexto marítimo.

NÃO CLASSIFICADO

No exercício das funções de Superintendente do Pessoal, em suplência, ao abrigo do estabelecido no artigo 42.º CPA.

ALTERAÇÃO N.º 1



Nuno Chaves Ferreira  
COM

03 JUN. 2019

07 JUN 19

<b>DOCUMENTO IIIb: PERFS TÉCNICO MILITARES NAVAIS ESPECÍFICOS</b>	<b>FL 3 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

Funcionais/Ocupacionais	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar ações relativas à segurança da navegação, utilizando adequadamente os respetivos equipamentos e sensores;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas de marinheiro do leme em navegação em águas restritas, costeira e oceânica, em todos os graus de prontidão para combate;</li> </ul>	2	3	3	3ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar as diversas fainas e operações necessárias à manobra do Navio, utilizando o aparelho, material e acessórios adequados;</li> </ul>	3	3	3	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conduzir embarcações em navegação à vista da costa, até uma distância máxima de 10 milhas de um porto de abrigo e de 5 milhas da costa, e conduzir Motos de Água e pranchas motorizadas (Jet Ski) independentemente da sua potência, de acordo com as normas de segurança da navegação, incluindo o "Regulamento Internacional para Evitar Abalroamentos no Mar" (RIEAM);</li> </ul>	3	3	3	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assegurar a operacionalidade das embarcações e da respetiva palamenta;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas relacionadas com a conservação e manutenção da estrutura do Navio, preparando devidamente as superfícies e aplicando as tintas adequadas;</li> </ul>	2	3	2	3ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar tarefas de conservação do aparelho, material e acessórios do navio, utilizando lubrificantes adequados;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar trabalhos de arte de marinheiro;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar operações de lançamento e recolha de material utilizado na balizagem;</li> </ul>	3	3	3	1ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar a arrumação e estiva de tintas em paiol e controlar as condições ambientais do mesmo;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Efetuar a arrumação e estiva do material em geral, de acordo com as normas de segurança e estabilidade do Navio;</li> </ul>	2	3	2	2ª
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar ações simples de conservação e reparação de mobiliário de madeira;</li> </ul>	3	2	1	2ª
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizar a língua inglesa de acordo com os requisitos linguísticos da NATO;</li> </ul>	2	3	3
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizar terminologia em língua inglesa relativa às comunicações e atividade marítimas.</li> </ul>		2	3	3	3ª
Funções / Tarefas	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Não aplicável.</li> </ul>				

<b>DOCUMENTO IIIb: PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS ESPECÍFICOS</b>	<b>FL 2 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>Navais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Executar as suas tarefas profissionais cumprindo com o normativo de Proteção Ambiental de modo a proteger o ambiente e a reduzir a pegada ecológica;</li> </ul>	2	3	3	3 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Colaborar no procedimento evasivo em ambiente NRBQ;</li> </ul>	2	3	3	3 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Demonstrar adequada capacidade psicomotora de adaptação ao meio aquático e de condição física geral, de acordo com as tabelas em vigor;</li> </ul>	2	3	2	2 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconhecer a importância do treino ministrado pelo Centro Integrado de Treino e Avaliação Naval (CITAN) e o seu enquadramento nas suas funções a bordo, nas diversas condições aprovadas para as diferentes classes de navios;</li> </ul>	1	1	2	5 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificar ameaças à Cibersegurança na operação dos sistemas de informação da Marinha bem como executar procedimentos de apoio à resposta a incidentes de segurança informática;</li> </ul>	2	3	3	3 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Demonstrar conhecimentos no âmbito da Segurança Básica, de acordo com a convença <i>Standards of Training, Certification and Watchkeeping for Seafares</i> (STCW)</li> </ul>	2	3	3	3 <sup>a</sup>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconhecer as funcionalidades do Portal da Marinha na Intranet.</li> </ul>	2	3	3	3 <sup>a</sup>

<b>DOCUMENTO IIIb: PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS ESPECÍFICOS</b>	<b>FL 1 DE 3 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

<b>PADRÕES OPERACIONAIS (NAVAIS, FUNCIONAIS E OCUPACIONAIS), FUNÇÕES E TAREFAS</b> (preencher no aplicável)		<b>ANÁLISE DIF</b>			
		<b>D</b>	<b>I</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Navais</b>	▪ Reconhecer os órgãos militares de comando das Forças Armadas, no enquadramento dado pela Lei Orgânica de Bases da Organização das Forças Armadas;	2	2	1	2ª
	▪ Reconhecer a estrutura orgânica e as principais missões da Marinha, bem como a organização administrativa e para ação das unidades da Marinha;	2	2	1	2ª
	▪ Cumprir os deveres militares, reconhecendo o contexto normativo para as Infrações, Recompensas e Penas Disciplinares (RDM);	2	3	3	3ª
	▪ Demonstrar procedimentos de Cerimonial Marítimo no cumprimento entre militares, entre navios, entre navios e terra e na prestação de honras ao Hino Nacional, Bandeira Nacional e altas entidades;	2	3	2	2ª
	▪ Reconhecer os toques, apitos e vozes de comando mais usuais, bem como os uniformes e distintivos, dos postos e classes, dos militares da Marinha e seus equivalentes;	2	2	3	3ª
	▪ Utilizar corretamente armamento ligeiro, de acordo com os requisitos do seu posto, em ações de vigilância e policia na segurança de instalações militares e em posições e movimentos de infantaria;	2	3	3	3ª
	▪ Executar os nós e voltas mais simples da Arte de Marinheiro e participar em fainas e manobras de navios e embarcações;	2	2	2	3ª
	▪ Utilizar meios individuais e coletivos de salvamento no mar e reconhecer os aspetos relativos à segurança da navegação, designadamente os procedimentos de vigia à ponte e à amarra;	1	3	3	4ª
	▪ Executar tarefas básicas de conservação das estruturas e aparelho do Navio, nomeadamente na preparação e tratamento de superfícies;	1	2	3	4ª
	▪ Integrar brigadas de destacamentos de Limitação de Avarias em todos os graus de prontidão para combate ou prontidão de Limitação de Avarias;	2	3	3	3ª
Executar as suas tarefas profissionais cumprindo com o normativo de Higiene, Segurança e Saúde no Trabalho de modo a prevenir as doenças e os acidentes relacionados com o trabalho;	2	3	3	3ª	

<b>DOCUMENTO IIIa: PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS GLOBAIS</b>	<b>FL 2 DE 2 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

**4.2. Militares-navais**

- Capacidade para assumir e manter uma atitude de respeito pelos deveres, princípios e valores próprios da instituição militar, bem como da sua organização e funcionamento, no âmbito das suas responsabilidades inerentes à sua categoria e posto;
- Capacidade para a execução de tarefas, inerentes ao serviço de escala em terra e a bordo dos navios, em todos os graus de prontidão, no âmbito da sua categoria e posto;
- Capacidade para integrar eficazmente os destacamentos de Limitação de Avarias, no âmbito da sua categoria e posto, bem como de execução de outras tarefas relacionadas com a organização para a emergência a bordo e com a proteção individual no âmbito da Defesa Nuclear, Radiológica, Biológica e Química.

**4.3. Técnicas**

- Capacidade para a execução de tarefas inerentes ao governo e manobra do navio, em todos os graus de prontidão para combate;
- Capacidade para efectuar a manobra e condução de embarcações em águas restritas e costeiras;
- Capacidade para executar ações de conservação e manutenção das estruturas e aparelho do navio, embarcações, palamenta, meios de salvamento e mobiliário de madeira;
- Capacidade para executar tarefas de armazenamento, arrumação e controlo de materiais em paíóis, utilizados na manobra e conservação do navio;
- Capacidade para aplicar os conhecimentos básicos das manobras de reabastecimento no mar (RAS), de embarcações miúdas, de reboque, de suspender, de amarrar à boia e de estiva.

<b>DOCUMENTO IIIa: PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS GLOBAIS</b>	<b>FL 1 DE 2 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

- 1. CATEGORIA, POSTO E CLASSE:**  
Praça / 2º Grumete graduado em 1º Grumete / Manobra (M).
- 2. CARACTERIZAÇÃO FUNCIONAL DA CLASSE:**  
Exercer funções no âmbito da execução e direção das operações de, conservação e manutenção de aparelho do navio, embarcações, meios de salvamento no mar e respetivas palamentas, material de escoramento e material destinado a operações de reabastecimento no mar; condução e manutenção do equipamento destinado à manobra de cabos, ferros e reboques; utilização de equipamentos e sensores que se destinam à condução da navegação e governo do navio; exercer funções compatíveis com a sua formação específica, no âmbito da execução e direção, designadamente em relação à manufatura, conservação e reparação de mobiliário, peças e estruturas em madeira.
- 3. CARGOS TIPO DESIGNADOS:**
- Encarregado e Patrão de Embarcação
  - Encarregado de Paiol do Material de Reabastecimento e Reboque
  - Encarregado de Paiol das Tintas;
  - Encarregado de Paiol do Mestre;  
Contramestre;
  - Serviço de escala: divisões / quartos / bordadas.
- 4. COMPETÊNCIAS ESPERADAS:**
- 4.1. Pessoais**
- Capacidade de integração na vida militar, no plano de uma atuação positiva para a unidade e a instituição que serve;
  - Capacidade de prontidão na execução das tarefas que lhe forem atribuídas, respeitando as regras de higiene e segurança no trabalho e de prevenção ambiental;
  - Capacidade de relacionamento interpessoal e disponibilidade para trabalhos em equipa;
  - Capacidade para assumir e manter uma atitude de respeito pelos deveres, direitos e normas de cidadania consagrados nas leis da República, no âmbito das suas responsabilidades inerentes à sua categoria e posto.

DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 9 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

**5. PARECER DO CONSELHO TÉCNICO-PEDAGÓGICO:**

Ouvido o Conselho Técnico-Pedagógico na reunião realizada em 17 de maio de 2017, este proferiu parecer favorável relativamente à validação do presente documento de curso, pelo que o mesmo vai ser submetido à consideração da Direção de Formação para eventual aprovação. Este parecer consta na Ata do Conselho Técnico-Pedagógico n.º 15/2017, com o texto que se transcreve:

*O Conselho Técnico-Pedagógico apreciou e emitiu parecer favorável ao Documento II do Curso de Formação de Praças Manobra. Este documento vai ser submetido à aprovação da Direção de Formação.*

**6. DESPACHO DO DIRETOR DE FORMAÇÃO:**

*Concedido com o conteúdo do P.C. II.*

O DIRETOR  
  
Aníbal Soares Ribeiro  
Comodoro

31 " " 2017

DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 8 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

3.2. Requisitos Técnico-Pedagógicos

3.2.1. Para a formação presencial

- Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (AET05) ministrado na Escola de Tecnologias Navais, ou outro equivalente, desde que devidamente certificado;
- Certificado de Competências Pedagógicas (CCP).

3.2.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

3.3. Requisitos Profissionais

3.3.1. Para a formação presencial

Sargentos:

*Basic American Language Instructor Course (BALIC)*, ministrado pelo *Defense Language Institute – English Language Center, Texas, EUA*.

3.3.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

3.4. Situação dos formadores

Internos permanentes e eventuais.

4. OUTROS RECURSOS HUMANOS

4.1. Áreas/Âmbitos de intervenção para cada elemento não formador que colabora na formação.

Palestrantes:

- Palestra de "Acesso às categorias e classes de Sargentos e Praças";
- Palestra de "Gestão de Recursos Humanos na Marinha";
- Palestra "Ética e valores militares".

<b>DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	<b>FL 7 DE 9 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

**2.3. Nomeação**

Direção de Pessoal (DP).

**2.4. Número de Formandos por curso/turma****2.4.1. Para a formação presencial**

- Número mínimo: 10 (dez);
- Número máximo: 20 (vinte).

**2.4.2. Para a formação a distância**

Não aplicável.

**2.5. Consequências pelo não aproveitamento no curso**

A definir pela Direção de Pessoal.

**3. FORMADORES****3.1. Requisitos Académicos**

- **Oficiais:**

Licenciatura ou Mestrado em "Ciências Militares Navais" - ramo de Marinha (este último de acordo com o Processo de Bolonha);

Licenciatura ou Mestrado em "Ciências Militares Navais" - ramo Engenharia Mecânica (este último de acordo com o Processo de Bolonha).

- **Oficiais de Língua Inglesa:**

Licenciatura ou Mestrado em "Línguas e Literaturas Modernas" variante Inglês, ou outro equivalente (este último de acordo com o Processo de Bolonha).

- **Sargentos:**

De acordo com as habilitações aquando do ingresso na categoria.



<b>DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	<b>FL 6 DE 9 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

nos termos da Portaria n.º 288/00 – Relativo aos conteúdos programáticos dos cursos de navegação de recreio.

1.7. Durabilidade do Curso

- Necessidade - Enquanto se mantiver o atual modelo de formação de Praças;
- Reapreciação - 6 anos após aprovação do plano de curso.

1.8. Duração do Curso

1.8.1. Para a formação presencial

191 dias úteis / 1337 horas.

1.8.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

1.9. Validade da Qualificação

Não aplicável.

1.10. Área de Formação

840 – Serviços de Transporte;

862 – Segurança e Higiene no Trabalho.

**2. FORMANDOS**

2.1. Natureza

2º Grumete graduado em 1º Grumete.

2.2. Requisitos de frequência do curso

2.2.1. Para a formação presencial

"Curso de Formação Básica de Praças" (CFB01)

2.2.2. Para a formação a distância

Não aplicável.



DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 5 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Detergente de uso geral;</li> <li>• Picas e raspas.</li> </ul> <p>1.4.2.2. Para a formação a distância</p> <p>Não aplicável.</p> <p>1.4.3. Recursos Financeiros</p> <p>1.4.3.1. Para a formação presencial</p> <p>Os custos do curso encontram-se calculados no Sistema Integrado de Informação de Pessoal (SIIP) – Formação, sendo objeto de atualização anual e correspondem a 67.448,76 € (Sessenta e sete mil, quatrocentos e quarenta e oito euros e setenta e seis cêntimos).</p> <p>1.4.3.2. Para a formação a distância</p> <p>Não aplicável.</p> <p>1.4.4. Constrangimentos</p> <p>1.4.4.1. Para a formação presencial</p> <p>Desde que sejam assegurados os recursos enunciados, não são previsíveis constrangimentos ao desenvolvimento do curso.</p> <p>1.4.4.2. Para a formação a distância</p> <p>Não aplicável.</p> <p>1.5. Cursos Correlacionados</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "Curso de Formação Básica de Praças" (CFB01);</li> <li>• "Curso de Promoção a Marinheiro" (CPM01).</li> </ul> <p>1.6. Certificação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A Entidade Formadora emitirá o certificado das UFCD/Módulos, com aproveitamento, via Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO);</li> <li>• A conclusão do CFP, com aproveitamento, permite solicitar à Direção Geral de Recursos Naturais, Segurança e Serviços Marítimos (DGRM), a atribuição da Carta de Navegador de Recreio – Patrão Local, por equiparação da formação ministrada,</li> </ul>
--



DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 4 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

## 1.4.1.2. Para a formação a distância

Não aplicável.

## 1.4.2. Recursos Materiais

## 1.4.2.1. Para a formação presencial

- Uma sala de formação equipada com um computador, um videoprojector, uma tela de projetar, um vídeo, uma televisão, um quadro, uma secretária para o formador e secretárias e cadeiras em número suficiente para os formandos;

- Recursos materiais/equipamento desportivo:

Prancha de natação, pullbuoy, esparguete, manilha; Colchão, barra, espaldar, step, bola medicinal, barra com disco (set), pinos, banco sueco, corda de saltar, saco de pesos, TRX, Bosu, Fitball, halteres, bola de Futsal, Bola de Basquetebol, Bola de Andebol, Bola de Voleibol, Coletes, baliza, Piscina, pavilhão desportivo, pista de atletismo, ginásio de musculação.

- UAM Condor, semi rígida, bote, motor fora de bordo, canoa, caiaque, parque RAS, apitos de marinheiro em número suficiente para os formandos, filações em número suficiente para os formandos, Uma sala equipada com laboratório do fogo;

- Parque de incêndios com respectivos simuladores, equipamento de proteção individual para todos os formandos nas aulas práticas, Uma sala equipada com laboratório do fogo e unidade Nereu.

## De consumo:

- Textos de apoio;
- Folhas A4;
- Canetas Didax;
- Canetas e lápis;
- Borrachas;
- Papel vegetal;
- Manuais e ajudas didáticas (para os 4 submódulos);
- Manuais escolares em número suficiente para os formandos;
- Folhetos de formação e fichas de trabalho;
- Dicionários unilingues – Webster's Dictionary;
- Trinchas;
- Pinceis;
- Rolos de pintura;
- Tintas e vernizes;
- Diluente;
- Combustível;
- Madeira;
- Lixa;



DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 3 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

## 1.4. Recursos e Constrangimentos

## 1.4.1. Recursos Humanos

## 1.4.1.1. Para a formação presencial

- 35 Formadores:
  - 8 Oficiais (um acumula com as funções de diretor de curso):
    - 1 Oficial da classe de Marinha;
    - 3 Oficiais da classe de Engenheiro Mecânico (EN-MEC);
    - 4 Oficiais Técnico Superior Naval (TSN-LING), Serviço Técnico (ST) ou Técnico Naval (TN) ou 4 Sargentos Qualquer Classe (QQ).
  - 27 Sargentos:
    - 8 Manobra / Manobra e Serviços (M/MS) - um acumula com as funções de Encarregado de Turma;
    - 2 Qualquer Classe (QQ);
    - 1 Enfermeiro (HE);
    - 6 Condutor de Máquinas (CM);
    - 3 Maquinistas Navais (MQ)
    - 2 Radarista; (R)
    - 1 Comunicações; (C)
    - 1 Eletrotécnico; (ETI)
    - 2 Fuzileiro (FZ);
    - 1 Eletricista (E).
  - Cívís:
    - 1 Carpinteiro.
- 5 Auxiliares de Formação:
  - 1 Praças Qualquer Classe (QQ);
  - 3 Praça Manobra (M);
  - 1 Praças Condutores de Máquinas (CM).



DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	FL 2 DE 9 FLS
CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra	CÓDIGO: CFP12

## 1.3.3. Reconhecimento no âmbito externo

Habilita os formandos com as seguintes Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD) do Catálogo Nacional de Qualificações:

UFCD 0349 – "Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – conceitos básicos" (2,25 pontos de crédito);

UFCD 6458 – "Segurança marítima - técnicas pessoais de sobrevivência" (2,25 pontos de crédito);

UFCD 6460 – "Conduta responsável a bordo" (2,25 pontos de crédito);

UFCD 3153 - "Prevenção e combate a incêndios em embarcações", (2,25 pontos de crédito);

UFCD 6481 – "Marinharia - iniciação"; (4,50 pontos de crédito)

UFCD 6482 – "Operação de cargas e descargas em navios"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6513 – "Operações com gruas flutuantes"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6484 – "Governo e manobra da embarcação - iniciação"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6506 – "Governo e manobra da embarcação - desenvolvimento"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6487 – "Condução de embarcação de salvamento"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6488 – "Condução de embarcação de salvamento rápidas"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6497 – "Navegação – Operações Elementares"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6498 – "Navegação – iniciação à navegação costeira"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6483 – "Marinharia – desenvolvimento"; (2,25 pontos de crédito)

CLC\_LEI\_1 - "Língua estrangeira – iniciação – inglês"; (4,50 pontos de crédito)

CLC\_LEC\_1 - "Língua estrangeira – continuação – inglês"; (4,50 pontos de crédito)

UFCD 6499 – "Língua Inglesa – atividade marítima"; (2,25 pontos de crédito)

UFCD 6495 – "Comunicações Marítimas"; (2,25 pontos de crédito)

<b>DOCUMENTO II: PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	<b>FL 1 DE 9 FLS</b>
<b>CURSO: Curso de Formação de Praças Manobra</b>	<b>CÓDIGO: CFP12</b>

## 1. CONTEXTO

### 1.1. Necessidades de Formação

Habilitação profissional e aprendizagem de conhecimentos para o ingresso na categoria de praça em regime de contrato (RC), conforme o Art.º 259º do EMFAR e para o exercício de funções próprias da classe de Manobra, estipuladas no Art.º 248º do EMFAR.

### 1.2. Âmbito de Aplicação

- Comandos, forças, unidades, serviços e demais organismos da Marinha;
- Quartéis-generais ou estados-maiores de comandos de forças conjuntas ou combinadas e outros departamentos do Estado (cargos atribuídos à Marinha).

### 1.3. Valia Militar, Científica e Técnica

#### 1.3.1. Valia militar, científica e técnica própria do curso

- Confere as competências adequadas ao exercício de funções no âmbito da execução e direção das operações de utilização, conservação e manutenção de aparelho do navio, embarcações, meios de salvamento no mar e respetivas palamentas, material de escoramento e material destinado a operações de reabastecimento no mar; condução e manutenção do equipamento destinado à manobra de cabos, ferros e reboques; utilização de equipamentos e sensores que se destinam à condução da navegação e governo do navio; exercer funções compatíveis com a sua formação específica, no âmbito da execução e direção, designadamente em relação à manufatura, conservação e reparação de mobiliário, peças e estruturas em madeira.
- Este curso é condição para o ingresso na categoria de praça.


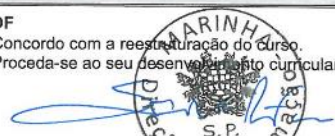


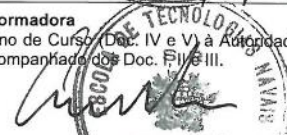




#### 1.3.2. Reconhecimento no âmbito interno

Habilita os formandos com o curso:

"Curso de Aperfeiçoamento em Patrão de Semirrígida" (ANM05).



<b>DOCUMENTO I: CERTIFICADO E CONTROLO DO CURSO</b>	<b>FL 1 DE 1 FLS</b>
<b>CURSO:</b> Curso de Formação de Praças Manobra	<b>CÓDIGO:</b> CFP12

PROPOSTA DE REESTRUTURAÇÃO DO CURSO	
<p><b>Entidade Formadora</b> Envia à DF a Proposta e Fundamentação do Curso (Doc. II).</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 24/5/2017</p>	<p><b>DF</b> Concordo com a reestruturação do curso. Proceda-se ao seu desenvolvimento curricular.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 31 JUL 2017</p>
PERFIS PROFISSIONAIS, PERFIL DE FORMAÇÃO E PAV	
<p><b>Entidade Formadora</b> Envia os Perfis Profissionais (Doc. IIIa e IIIb) e PAV (Doc. VIIa e VIIb) ao Utilizador, acompanhado dos Doc. I, II.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 31/07/2017</p>	<p><b>Utilizador</b> Concordo com os Perfis Profissionais e PAV</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 31/07.17</p>
<p><b>Entidade Formadora</b> Envia o Plano de Curso (Doc. IV e V) à Autoridade Técnica, acompanhado dos Doc. I, II e III.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 31/07/2017</p>	<p><b>Autoridade Técnica</b> Reconheço a validade científica e técnica do curso.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 31/07.17</p>
APROVAÇÃO DO CURSO	
<p><b>Entidade Formadora</b> Envia à DF a Documentação do Curso completa.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 19/08/2017</p>	<p><b>SP</b> Aprovo o Plano Curricular (Doc. IV) e o Plano de Formação (Doc. V) e aprovo a documentação do Curso.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> - 1 ABR 2017</p> <p>JORGE NOVO PALMA VALM</p>
<p><b>DF</b> Registe-se a Documentação de Curso.</p> <p><b>Assinatura</b>  <b>Data</b> 02/08/17</p>	

**ÍNDICE DOS ASSUNTOS****ASSUNTOS**

<b>ASSUNTO</b>	<b>PÁGINA</b>
ROSTO	I
CARTA DE PROMULGAÇÃO	II
REGISTO DE ALTERAÇÕES	III
ÍNDICE	IV
DOC. I - CERTIFICADO DE CONTROLO DO CURSO	1-1
DOC. II – PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	2-1 a 2-9
DOC. IIIa – PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS GLOBAIS	3-1 a 3-2
DOC. IIIb – PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS ESPECÍFICOS	3-3 a 3-5
DOC. IV – PLANO DE ESTUDOS	4-1 a 4-10
DOC. V – PLANO DE FORMAÇÃO	5-1-1 a 5-B-11
DOC. VI – AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO	6-1 a 6-4
DOC. VIIa – AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - COMPETÊNCIAS	7-1 a 7-2
DOC. VIIb – AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS	7-3 a 7-6
LISTA DAS PÁGINAS EM VIGOR	LPV-1

**REGISTO DE ALTERAÇÕES**

Identificação da alteração ou correção e número de registo (se houver)	Data em que foi efetuada	Quem efetuou (assinatura, posto e unidade)
ALTERAÇÃO N.º 9	03 JUN 79	NEVES-SCH A-ETNA

ESCOLA DE TECNOLOGIAS NAVAIS

Afeite, 01 de agosto de 2017

CARTA DE PROMULGAÇÃO

1. PEETNA 901 (A), DOSSIER DE CURSO DO CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS MANOBRA, é uma publicação "Não Classificado". Trata-se no entanto de um documento que se refere a assuntos de carácter militar, pelo que só deve ser usado para fins oficiais.
2. Esta publicação contém o Dossier de Curso do Curso de Formação de Praças Manobra, a qual, tendo já sido superiormente aprovada nos termos do preceituado na publicação PESUP1 (B), entra em vigor logo que recebida.
3. É permitido fazer extratos desta publicação sem autorização da entidade promulgadora.
4. Esta documentação foi aprovada por despacho do Superintendente do Pessoal em 01 de agosto de 2017.

O Comandante  
  
Nuno Maria D. R. Cornélio da Silva  
Capitão-de-mar-e-guerra

NÃO CLASSIFICADO

PEETNA 901 (A)

EXEMPLAR Nº

***ESCOLA DE TECNOLOGIAS NAVAIS***



**DOSSIER DE CURSO**

**CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS MANOBRA**

**CFP12**

NÃO CLASSIFICADO

I

ORIGINAL  
(Verso em Branco)

NÃO CLASSIFICADO



**MARINHA**

ESCOLA DE TECNOLOGIAS NAVAIS

**DOSSIER DE CURSO**

**CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS MANOBRA**

**CFP12**

PEETNA 901 (A)

Departamento de Formação Geral



NÃO CLASSIFICADO

**LISTA DAS PÁGINAS EM VIGOR**

ASSUNTO	NÚMERO DE PÁGINAS	PÁGINAS EM VIGOR
ROSTO	I	ORIGINAL (Verso em Branco)
CARTA DE PROMULGAÇÃO	II	ORIGINAL (Verso em Branco)
REGISTO DE ALTERAÇÕES	III	ORIGINAL (Verso em Branco)
ÍNDICE	IV	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO I - CERTIFICADO DE CONTROLO DO CURSO	1-1	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO II – PROPOSTA DE FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	2-1 a 2-9	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO IIIa – PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS GLOBAIS	3-1 a 3-2	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO IIIb – PERFIS TÉCNICO MILITARES NAVAIS ESPECÍFICOS	3-3 a 3-5	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO IV – PLANO DE ESTUDOS	4-1 a 4-10	ALTERAÇÃO N.º 1
DOCUMENTO V – PLANO DE FORMAÇÃO	5-1-1 a 5-1-4 5-2-1 a 5-3-4-12 5-3-5-1 a 5-3-5-11 5-4-1 a 5-6-13 5-7-1 a 5-7-18 5-8-1-1 a 5-10-1-5 5-10-2-1 a 5-10-2-7 5-10-3-1 a 5-B-11	ALTERAÇÃO N.º 1 ORIGINAL ALTERAÇÃO N.º 1 ORIGINAL ALTERAÇÃO N.º 1 ORIGINAL ALTERAÇÃO N.º 1 ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO VI – AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO	6-1 a 6-4	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO VIIa – AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - COMPETÊNCIAS	7-1 a 7-2	ORIGINAL (Verso em Branco)
DOCUMENTO VIIb AVALIAÇÃO EXTERNA DA FORMAÇÃO - DESEMPENHOS	7-3 a 7-6	ORIGINAL (Verso em Branco)
LISTA DAS PÁGINAS EM VIGOR	LPV-1	ALTERAÇÃO N.º 1 (Verso em Branco)

## **Anexo 16**

### **Referencial de Curso – Forças Armadas – Socorrismo**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**REFERENCIAL DE CURSO  
SOCORRISMO**

fevereiro de 2015

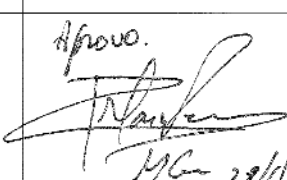
NÃO CLASSIFICADO

DOC I – CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO		CÓDIGO: SOC15	
CURSO: SOCORRISMO		PAG 1 DE 1 PAG	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO</b>			
Utilizador/Polo de Formação que propõe	Unidade Formadora:	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo a criação do curso.	
Envio de documento justificativo à Unidade Formadora (EPR):	Envio de documento justificativo à DF (ETR):	A _____ (EPR) para proceder à conceção do Curso	
		Devolver à _____ (EPR) com despacho de indeferimento.	
Data _____	Data 11/02/2015	Data _____	
Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____	
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
Unidade Formadora:	OF (RTEQ/EM):	Utilizador (OCAD;U/E/O):	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil do
Envio do Perfil do Cargo/Profissional à DF	Envie-se ao utilizador (OCAD;U/E/O) para aprovação	Concordo com o Perfil do Cargo/Profissional	Cargo/Profissional. A _____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Formação
Data _____	Data 09/02/15	Data 11/02/15	Data 11/02/15
Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____
<b>PERFIL DE FORMAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	DF (RTEQ/EM):	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Formação	
Envio do Perfil de Formação à DF	Concordo com o Perfil de Formação.	A _____ (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação.	
Data 3/11/2015	Data _____	Data _____	
Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
Unidade Formadora:	A RACC/EM/CID:	DF (RTEQ/EM):	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Avaliação.
Envio do Perfil de Avaliação à DF	Concordo com o Perfil de Avaliação.	Concordo com o Perfil de Avaliação	
Data 3/11/2015	Data _____	Data _____	Data _____
Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____	Assinatura _____
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
DF (ETR): Aprovo o Referencial de Curso			
Data _____			
Assinatura _____			

DOC I – CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO		CÓDIGO: SOC15	
CURSO: SOCORRISMO		PAG 1 DE 1 PAG	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO</b>			
<b>Utilizador/Polo de Formação que propõe</b> Envio de documento justificativo à Unidade Formadora (EPR). Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>Unidade Formadora:</b> Envio de documento justificativo à DF (ETR). Data 11/02/2015 Assinatura _____	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo a criação do curso.</b> Aprovo (EPR) para proceder à conceção do Curso. Devolver à _____ (EPR) com despacho de indeferimento. Data 23/2/15 Assinatura _____	
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
<b>Unidade Formadora:</b> Envio do Perfil do Cargo/Profissional à DF Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Envie-se ao utilizador (OCAD;U/E/O): _____ para aprovação. Data 23/2/15 Assinatura _____	<b>Utilizador (OCAD;U/E/O):</b> Concordo com o Perfil do Cargo/Profissional. Data 23/2/15 Assinatura _____	<b>DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil do Cargo/Profissional.</b> Aprovo (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Formação. Data 23/2/15 Assinatura _____
<b>PERFIL DE FORMAÇÃO</b>			
<b>Unidade Formadora:</b> Envio do Perfil de Formação à DF Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Concordo com o Perfil de Formação. Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>DF (ETR):</b> Aprovo / Não aprovo o Perfil de Formação. Aprovo (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação. Data ____/____/____ Assinatura _____	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
<b>Unidade Formadora:</b> Envio do Perfil de Avaliação à DF Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>A: RACC/EM/CID:</b> Concordo com o Perfil de Avaliação. Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>DF (RTEQ/EM):</b> Concordo com o Perfil de Avaliação Data ____/____/____ Assinatura _____	<b>DF (ETR):</b> Aprovo / Não aprovo o Perfil de Avaliação. Data ____/____/____ Assinatura _____
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
<b>DF (ETR):</b> Aprovo o Referencial de Curso _____ Data ____/____/____ Assinatura _____			

NÃO CLASSIFICADO

REGISTO DE ALTERAÇÕES

IDENTIFICAÇÃO DA ALTERAÇÃO (N.º E DATA)	DATA DA PROPOSTA DE ALTERAÇÃO	ENTRADA EM VIGOR (DATA)	DESPACHO / DATA DO EXMO DIRETOR DE FORMAÇÃO
N.º 1/22 – DOC IVa – Plano de Estudos (Pág 3, Ponto 5. a. (2) (c))	Proposta verbal do Subdiretor DF 21JUN22	21JUN22	<i>Aprova.</i>  <i>MG 23/6/22</i>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO II  
PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 1 de 6 páginas	

### 1. CONTEXTO

#### a. **Necessidades de formação**

O Curso de Socorrismo resulta da necessidade de preparar militares para o desempenho do cargo de socorrista das Ramos das Forças Armadas e Forças de Segurança em situação de paz ou de campanha.

#### b. **Âmbito de aplicação do curso**

O curso socorrismo destina-se a habilitar militares da especialidade 19 - Saúde, para o desempenho dos cargos previstos nos QOP das U/E/O.

#### c. **Natureza do curso**

O Curso de Socorrismo é um curso de formação específica inicial (FEI)/curso de qualificação.

#### d. **Cursos relacionados**

Nada a referir.

#### e. **Certificados**

Certificado no Módulo de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa

Certificado no Módulo de Tripulante de Ambulância de Socorro.

Certificado comprovativo das habilitações adquiridas no curso.

#### f. **Duração do curso**

630 TE (dos quais 27 TE são noturnos), divididos por 86 DUF.

#### g. **Número de cursos por ano**

4 Cursos por ano.

#### h. **Validade da qualificação**

O módulo Tripulante de Ambulância de Socorro (TAS) perde a qualificação ao fim de 3 anos.

A restante formação mantém-se válida desde que no exercício da função.

#### i. **Unidade formadora**

A definir <sup>1</sup>.

#### j. **Local de formação**

A definir. <sup>2</sup>

#### k. **Classificação de Segurança**

Não classificado.

<sup>1</sup> Aguarda-se definição da estrutura superior de saúde militar.

<sup>2</sup> Aguarda-se definição da estrutura superior de saúde militar.

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 2 de 6 páginas	
<p><b>2. FORMANDOS</b></p> <p><b>a. Natureza</b> O curso destina-se a praças das Forças Armadas e das Forças de Segurança.</p> <p><b>b. Pré-requisitos</b> 12º Ano de escolaridade.</p> <p><b>c. Quantitativos</b> (1) Mínimo: 6 formandos; (2) Máximo: 18 formandos.</p> <p><b>d. Validade da qualificação</b> Necessidade de requalificação do módulo TAS ao fim de 3 anos.</p> <p><b>e. Nomeação</b> A nomeação é da competência da Direção de Administração de Recursos Humanos (DARH) do Comando de Pessoal das Forças Armadas e da GNR.</p> <p><b>f. Não aproveitamento ou exclusão</b> (1) Reprovação: Classificação final inferior a 10 valores. (2) Exclusão: (a) Por motivos disciplinares; (b) Por excesso de faltas; (c) Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.</p> <p><b>g. Período de carência</b> Nada a referir.</p> <p><b>3. FORMADORES</b></p> <p><b>a. Requisitos académicos</b> Possuir no mínimo licenciatura.</p> <p><b>b. Requisitos técnico-científicos</b> (1) Os formadores devem ser licenciados nos cursos de medicina ou enfermagem. (2) Aos formadores é exigida a qualificação técnica profissional nas áreas de formação pelas quais são responsáveis.</p> <p><b>c. Requisitos pedagógicos</b> Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores certificados com o respetivo Certificado de Competências Pedagógicas (CCP) ou o Certificado de Aptidão Profissional (CAP).</p> <p><b>d. Quantitativos</b></p>			

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 3 de 6 páginas	

(1) 1 Formador para os 18 formandos nas aulas teóricas.

(2) 3 Formadores para os formandos nas aulas práticas.

**e. Nomeação**

A nomeação dos formadores é feita pela Unidade a quem for atribuída a formação<sup>3</sup>.

**f. Outros requisitos**

Nada a referir.

**4. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

**a. Financeiros**

Custos imputáveis à U/E/O	<b>33.779,54€</b>
Custos imputáveis à FN	<b>101.979,16€</b>

**b. Materiais**

Descrição	Quantidade
Projeter multimédia	1 Un
Computador	1 Un
Mesa para projetor	1 Un
Mesa para computador	1 Un
Tela para projeção	1 Un
Quadro didatx	3 Un
Cadeiras	19 Un
Mesas secretárias	19 Un
Armário arquivador	1 Un
Saboneteira	2 Un
Porta-rolos	2 Un
Contentor de cortantes	3 Un
Arquivador A4	2 Un
Borracha	2 Un
Caixa de cliques N.º 4	1 Un
Conjunto de separadores	2 Un
Corretor	2 Un

<sup>3</sup> Aguarda-se definição da estrutura superior de saúde militar.

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	SOC15
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 4 de 6 páginas	
	Marcador fluorescente	3 Un	
	Toner para impressora laser	1 Un	
	Tubo de cola Stick 8g	1 Un	
	Lápis	2 Un	
	Afiador Lápis	1 Un	
	Marcadores para quadro Didax	6 Un	
	Esferográfica	4 Un	
	Agrafador	2 Un	
	Desagrafador	1 Un	
	Caixa de agrafos	1 Un	
	Bolsa catálogo A4	20 Un	
	Furador	2 Un	
	Marcador acetato	2 Un	
	Pilha 1,5v	12 Un	
	Caixa de pioneses	1 Un	
	Conjunto post-it	2 Un	
	Tesoura	2 Un	
	X-ato	2 Un	
	Resmas papel fotocópia A4	10 Un	
	Apagador quadro branco c/ recargas	1 Un	
	Caixa Luvas de latex	18 Un	
	Lixívia	10 Lt	
	Panos amarelos absorventes	14 Un	
	Esfregões verdes	5 Un	
	Esfregões	5 Un	
	Frasco de álcool 70°	3 Un	
	Sacos de lixo 30 Lt (30 sacos)	5 Rolos	
	Detergente Lavagem do chão	5 Lt	
	Vassoura industrial	2 Un	
	Pá do lixo	2 Un	
	Balde 15 Lt com espremedor	2 Un	
	Esfregona com cabo	2Un	
	Bolsa de socorrista	19Un	
	Manequim de Suporte Básico de Vida Adulto	3Un	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	SOC15
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 5 de 6 páginas	
	Manequim de Suporte Básico de Vida Pediátrico	3Un	
	Cabeça de intubação	1Un	
	Desfibrilhador Automático Externo (DAE)	3Un	
	Eletrodos para DAE (Pare)	3Un	
	Plano duro	3Un	
	Colete de extração	3Un	
	Colar cervical	12Un	
	Cinto Aranha	3Un	
	Maca de vácuo	2Un	
	Maca Pluma	3Un	
	Ambú (insuflador manual)	3Un	
	Compressas 10*10 não estéreis	1000Un	
	Compressas 5*5 não estéreis	1000Un	
	Pensos campanha	18Un	
	Ligaduras 5cm	50Un	
	Ligaduras 10cm	50Un	
	Talas vários tamanhos	30Un	
	Tesoura	10Un	
	Betadine 500cc	10Un	
	Soro Fisiológico 500ml	20Un	
	Manta térmica	18Un	
	Aspirador de secreções	1Un	
	Sonda de aspiração	18Un	
	Garrafa de Oxigênio 2litros	3Un	
	Lenço Triangular	18Un	
	Garrote	18Un	

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	SOC15
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 6 de 6 páginas	

**5. PARECER TÉCNICO DA UNIDADE FORMADORA (EPR)**

7

**6. PARECER DA REPARTIÇÃO DE TECNOLOGIAS EDUCATIVAS E QUALIDADE (RTEQ)**

O documento encontra-se elaborado de acordo com o conteúdo do no RD 240-03.

Rebra-se que a Unidade Formadora não a ESSM, se a VERSSM. Vira a ser operacionalizada no HVARR ou na actual ESSM.

Proporho que seja aprovado nos actuais prerrequisitos, salvaguardado a hipótese de alteração de Unidade Formadora e local de formação, se os prerrequisitos se alterarem.

Fina 18 de Fevereiro de 2015



**7. DESPACHO EXMO. DIRETOR DA FORMAÇÃO**

Apresento com as seguintes alterações:

- 1 - Em 1.1 e 1.2: índices "adefnno", com um nota de rodapé de "quando se definiu a estrutura superior da saúde militar"
- 2 - Em 3.2. "A responsabilidade dos formadores é feita pela unidade a quem for atribuída esta responsabilidade". Colocar a mesma nota de rodapé do item 1 em termos.

23-2-15



NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III  
PEFIL DO CARGO/PROFISSIONAL**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 1 de 5 páginas	
<p>1. <b><u>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL</u></b></p> <p>a. <b>Código do Cargo/Profissional:</b> SOC15</p> <p>b. <b>Nome do Cargo/Profissional:</b> Socorrista.</p> <p>2. <b><u>CATEGORIA / POSTO / ARMA OU SERVIÇO</u></b></p> <p>Categoria de praças.</p> <p>3. <b><u>CREDÊNCIAÇÃO</u></b></p> <p>a. <b>Nacional:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p>b. <b>NATO:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p>4. <b><u>ÁREAS FUNCIONAIS DE APLICAÇÃO</u></b></p> <p>Logística.</p> <p>5. <b><u>REPORTA AO:</u></b></p> <p>Chefe de Secção Sanitária.</p> <p>6. <b><u>QUALIFICAÇÕES</u></b></p> <p>a. <b>QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional</p> <p>Nada a referir.</p> <p>(2) Nível de habilitações escolares</p> <p>Mínimo 12º ano de escolaridade.</p> <p>(3) Formação Militar</p> <p>Curso de Formação Geral Comum de Praças das Forças Armadas/Forças de Segurança;</p> <p>Curso de Condutor de Categoria B</p> <p>(4) Nível linguístico (<i>Listening, Speaking, Reading and Writing</i>)</p> <p>Nada a referir.</p> <p>(5) Conhecimentos Informáticos e de Processamento de dados</p> <p>Ótica do utilizador.</p> <p>(6) Outras Qualificações</p> <p>Nada a referir.</p> <p>b. <b>QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional</p> <p>Nada a referir.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 2 de 5 páginas	
<p>(2) Nível de habilitações escolares Desejável o 12º ano.</p> <p>(3) Formação Militar Nada a referir</p> <p>(4) Nível linguístico (<i>Listening, Speaking, Reading and Writing</i>) Nada a referir.</p> <p>(5) Conhecimentos Informáticos e de Processamento de dados Nada a referir.</p> <p>(6) Outras Qualificações Nada a referir.</p> <p><b>7. PRINCIPAIS RESPONSABILIDADES (POR PESSOAL E MATERIAL)</b> O socorrista tem responsabilidades pelos equipamentos que lhe são distribuídos para o exercício da função.</p> <p><b>8. FUNÇÕES PRINCIPAIS</b></p> <p>a. Prestar os primeiros socorros a uma vítima;</p> <p>b. Colaborar com os profissionais de saúde na prestação de cuidados;</p> <p>c. Assegurar as normas de segurança e higiene no trabalho.</p> <p><b>9. COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS</b></p> <p><b>1. Sentido Responsabilidade</b> - Capacidade para exercer as suas funções de forma diligente e responsável, respeitando o cumprimento de ordens e regulamentos e zelando pelos equipamentos sob a sua responsabilidade.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Cumpre as regras e regulamentos relativos ao funcionamento do serviço de saúde;</li><li>- Respeita as exigências de atavio, higiene, compostura e correção;</li><li>- Zela pelo bom estado e bom funcionamento de todo o equipamento à sua responsabilidade.</li></ul> <p><b>2. Flexibilidade</b> – Capacidade para se adaptar eficazmente a contextos em permanente mudança e a novos desafios, ajustando o seu comportamento com eficácia, consoante as necessidades das situações.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstra flexibilidade, ajustando o seu comportamento a novas realidades, normas e procedimentos;</li></ul>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 3 de 5 páginas	
<p>- Adapta os seus conhecimentos técnicos de forma eficiente a diferentes tipos de terreno, clima, situação tática e condições de visibilidade;</p> <p>- Adapta-se com facilidade a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho.</p> <hr/> <p><b>3. Trabalho em equipa</b> – Capacidade para agir como elemento da Secção Sanitária, cooperando e colaborando com a equipa de trabalho.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Partilha informações e conhecimentos com os restantes elementos da secção;</li><li>- Mantém permanente disponibilidade para apoiar;</li><li>- Tem um papel ativo e cooperante com os elementos da secção podendo ser, por vezes, o seu dinamizador.</li></ul> <hr/> <p><b>4. Conhecimentos técnicos</b> - Capacidade para aplicar, de forma adequada, os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Domina os conhecimentos técnicos inerentes à sua função, adequando-os corretamente às solicitações requeridas;</li><li>- Aplica adequadamente conhecimentos práticos necessários às exigências da função;</li><li>- Utiliza os materiais, equipamentos e utensílios de forma apropriada e responsável.</li></ul> <hr/> <p><b>5. Comunicação</b> - Expressa-se verbalmente, por escrito e através de sinais de combate com clareza e precisão.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Adequa a linguagem ao contexto, utilizando aos procedimentos das comunicações militares e civis.</li><li>- Compreende e cumpre ordens recebidas superiormente;</li><li>- Transmite a mensagem de forma eficaz e eficiente.</li></ul>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 4 de 5 páginas	
<b>10. <u>COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS</u></b>			
<b>Diagrama Escalar</b>			
<b>CÓDIGO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>		SOC15	
<b>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>		Socorrista	
<b>ATIVIDADE</b>		<b>TAREFA</b>	
<b>A</b>	Tripular a Ambulância de Emergência	1	Proceder à avaliação de segurança do local
		2	Participar na extração de vítimas
		3	Efetuar o acompanhamento das vítimas
<b>B</b>	Efetuar o Exame da Vítima	1	Efetuar à triagem das vítimas
		2	Executar a avaliação da vítima de doença súbita
		3	Proceder à avaliação da vítima de trauma
		4	Avaliar o estado de consciência da vítima
		5	Identificar sinais de risco para a vida da vítima
		6	Executar a recolha de informação
<b>C</b>	Operar o Desfibrilhador Automático Externo	1	Efetuar manobras de reanimação cardiorrespiratória
		2	Realizar ventilação assistida
		3	Administrar oxigénio
<b>D</b>	Executar Técnicas de Socorro	1	Estabelecer prioridade de atuação
		2	Controlar hemorragias numa vítima
		3	Proceder à realização de pensos em feridas
		4	Realizar a imobilização de fraturas
		5	Proceder a imobilização de vítimas de trauma
<b>E</b>	Apoiar o socorro em ambiente tático	1	Avaliar um ferido em ambiente tático
		2	Proceder assistência a um ferido sob fogo
		3	Proceder assistência a um ferido em ambiente tático
		4	Proceder assistência a um ferido em evacuação tática
		5	Improvisar equipamentos de primeiros socorros
		6	Efetuar triagem de vítimas em combate
		7	Transportar um ferido
		8	Proceder ao pedido de apoio diferenciado

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 5 de 5 páginas	
		9	Prevenir a hipotermia a uma vítima
		10	Apoiar o profissional de saúde em combate
		11	Utilizar a bolsa de 1.º socorros
		12	Colaborar em ações de prevenção.
		13	Aplicar as normas de higiene e segurança específicas
<b>F</b>	Apoiar os profissionais de saúde na prestação de cuidados de saúde	1	Ajudar o utente nas necessidades de eliminação
		2	Apoiar o utente nos cuidados de higiene e conforto
		3	Auxiliar nos cuidados de alimentação
		4	Auxiliar na transferência de utentes entre cama/cadeiras de rodas (vice-versa)
		5	Efetuar o posicionamento de utentes na cama
		6	Apoiar o transporte de utentes a outros serviços hospitalares
		7	Colaborar na recolha de amostras biológicas
		8	Efetuar a higienização da unidade
		9	Executar a higienização de materiais
		10	Cumprir as normas do serviço
<p><b>11. CONDIÇÕES DE EXERCÍCIO DO CARGO</b></p> <p><b>a. Ambientais</b> Em qualquer condição ambiental.</p> <p><b>b. Físicas</b> (1) Utilizando instalações fixas Hospital, Centro de Saúde, ou numa unidade militar territorial. (2) Utilizando equipamentos de campanha ao ar livre.</p> <p><b>c. Sociais / Psicológicas</b> O militar poderá ser deslocado a qualquer momento, para qualquer região do país ou estrangeiro, por períodos indeterminados de tempo, em detrimento do contacto com a sua família.</p> <p><b>d. Dificuldades</b> O militar, no desempenho das suas funções, pode experimentar várias dificuldades de cariz físico e psicológico.</p>			

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IIIa  
PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL  
(PDO)**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	SOCORRISMO	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC IIIa</b>	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		
	Página 1 de 37 páginas		

<b>CARGO/PROFISSIONAL:</b>	SOC15
<b>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>	Socorrista

PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL (PDO)			
CÓD. PDO	TAREFAS	CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO	NÍVEL / STANDARD
1	A1 Proceder à avaliação de segurança do local	<ol style="list-style-type: none"> <li>Vítima de trauma</li> <li>Viatura</li> <li>Material de sinalização</li> <li>Fios elétricos</li> <li>Muro com risco de queda</li> <li>Equipamento de proteção individual (Luvas, máscara)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Identificando riscos (incêndio, explosão, acidentes elétricos, desmoronamentos);</li> <li>Prevenindo colisões (sinalizando a zona), contacto com fios elétricos, e garantindo distância de segurança do muro);</li> <li>Accionando os meios de socorro.</li> </ol>
2	A2 Participar na extração de vítimas	<ol style="list-style-type: none"> <li>Vítima politraumatizada consciente</li> <li>Vítima politraumatizada inconsciente</li> <li>Dado               <ul style="list-style-type: none"> <li>-plano duro</li> <li>-colete de extração</li> <li>-maca de vácuo</li> <li>-Maca scoop</li> <li>-Collar cervical</li> <li>-cinto aranha</li> </ul> </li> <li>-estabilizadores de cabeça</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Garantindo as condições de segurança no local;</li> <li>Reconhecendo o método adequado para extração da vítima perante a situação (segurança, peso da vítima, tipo de lesões, meios disponíveis);</li> <li>Adequando o meio de extração ao tipo de situação da vítima (segurança, peso da vítima, tipo de lesões, meios disponíveis)</li> </ol>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 2 de 37 páginas	

3	A3	Efetuar o acompanhamento das vítimas	<p>4. Extrair uma vítima com fratura/suspeita de fratura de bacia em maca de vácuo;</p> <p>5. Extrair uma vítima de uma viatura com colete de extração;</p> <p>6. Extrair uma vítima com condições de segurança mínimas pela técnica chave rauteck</p> <p>7. Extrair uma vítima de espaço confinado através de maca scoop</p> <p>1. Certificando-se da operacionalidade dos equipamentos;</p> <p>2. Mantendo a avaliação da vítima de acordo com o algoritmo do exame da vítima (ABCDE e Exame secundário)</p> <p>3. Mantendo os cuidados à vítima de acordo com a avaliação realizada</p> <p>4. Comunicando com a vítima</p> <p>5. Prevenindo acidentes (queda da vítima da maca, queda de objetos, etc)</p>
4	B1	Efetuar a triagem das vítimas	<p>1. Transporte de vítima em ambulância</p> <p>2. Ambulância</p> <p>3. Vítima</p> <p>4. Bolsa de primeiros socorros</p> <p>5. Célula sanitária adequada ao transporte de vítima de emergente/urgente.</p> <p>1. Vítimas conscientes</p> <p>2. Vítimas inconscientes</p> <p>3. Vítimas com amputação de membros</p> <p>4. Vítimas com trauma torácico</p> <p>5. Vítimas com objeto empalado</p> <p>6. Vítima por arma de fogo</p> <p>1. Priorizando a assistência às vítimas segundo um código de cores (Vermelho – Vítimas Emergentes, Amarelo-Vítimas Urgentes, Verde – vítimas necessitam de cuidados não urgentes, Preto – Vítimas que não se deve investir;</p> <p>2. Triando cada vítima num</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 3 de 37 páginas

5	B2	<p>Executar a avaliação da vítima de doença súbita</p>	<p>7. Cartões de triagem (vermelho, amarelo, verde e preto)</p> <p>8. Bolsa de socorrista</p>	<p>tempo limite de 60 a 90 segundos;</p> <p>3. Efetuando a triagem segundo o algoritmo START (Simple Triage And Rapid Treatment):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Avaliando se anda ou não</li><li>- Avaliando a função respiratória</li><li>- Avaliando o pulso radial</li><li>- Avaliando o preenchimento capilar</li><li>- Avaliando o estado de consciência;</li></ul> <p>4. Transmitindo dados da triagem à equipe de evacuação.</p>
				<p>1. Garantindo as condições de segurança;</p> <p>2. Executando o exame primário da vítima:</p> <p>a) Avaliando as condições de segurança antes de abordar a vítima (não se expõem a si nem a terceiros a riscos de explosões, incêndios, derrrocadas, colisões, etc.);</p> <p>b) Avaliando o estado de consciência da vítima numa primeira abordagem (avaliando resposta da vítima a estimulação verbal e ao toque);</p> <p>c) Cumprindo a sequência do exame (A. Permeabilidade da Via Aérea; B. Função Ventilatória; C. Função Cárdio-</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 4 de 37 páginas

			<p>Circulatória; D. Estado de Consciência; E. Exposição com prevenção da hipotermia)</p> <p>d) Avaliando a permeabilidade da via aérea (mantendo a permeabilidade da via aérea)</p> <p>e) Avaliando a Função Ventilatória (verificando o VOS, Frequência, Amplitude, o Ritmo, existência de cianose labial, desvio da traqueia etc.);</p> <p>f) Avaliando a função cardiocirculatória (verificando a Frequência, Amplitude, Ritmo, parâmetros normais e sinais de choque);</p> <p>g) Avaliando o estado de consciência (usando o acrônimo AVDS: A- Alerta, V- Responde a ordens verbais; D-Responde a estímulos dolorosos; S- Sem Resposta);</p> <p>h) Avaliação da função neurológica (resposta pupilar e motora);</p> <p>i) Expondo a vítima prevenindo perdas de calor (expondo apenas locais necessários);</p> <p>3. Identificando as situações de risco imediato;</p> <p>4. Pedindo ajuda diferenciado no caso de vítima em risco de vida imediato;</p> <p>5. Executando o Exame secundário da vítima</p>
--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 5 de 37 páginas	

6	B3	<p>Proceder à avaliação da vítima de trauma</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima consciente</li> <li>2. Vítima inconsciente</li> <li>3. Colar cervical</li> <li>4. Aspirador de secreções</li> <li>5. Sondas de aspiração</li> <li>6. Equipamento de oxigenoterapia</li> <li>7. Bolsa de socorrista com:             <ul style="list-style-type: none"> <li>-Equipamento para avaliação glicémia capilar</li> <li>-Estetoscópio</li> <li>-Esfigmomanômetro</li> <li>-Luvas</li> <li>-Termômetro</li> <li>-Manta térmica</li> <li>-Garrote</li> <li>-Lanterna</li> <li>-Máscara facial</li> <li>-Óculos naisais</li> <li>-Tubo orofaríngeo</li> <li>-Tubo nasofaríngeo</li> </ul> </li> </ol>	<p>(CHAMU, avaliação de sinais vitais).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Garantindo as condições de segurança;</li> <li>2. Executando o exame primário da vítima:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a)Avaliando as condições de segurança antes de abordar a vítima (não se expondo a si nem a terceiros a riscos de explosões, incêndios, derrocadas, colisões, etc);</li> <li>b) Avaliando o estado de consciência da vítima numa primeira abordagem (avaliando resposta da vítima a estimulação verbal e ao toque);</li> <li>c)Cumprindo a sequência do exame (A. Permeabilidade da Via Aérea; B. Função Ventilatória; C. Função Cárdio-Circulatória; D. Estado de Consciência; E. Exposição com prevenção da hipotermia)</li> <li>d)Avaliando a permeabilidade da via aérea (mantendo a permeabilidade da via aérea)</li> <li>e)Avaliando a Função Ventilatória (verificando o VOS, a Frequência, Amplitude, o Ritmo, existência de cianose labial, desvio da traqueia etc.);</li> <li>f)Avaliando a função cardio-</li> </ol> </li> </ol>
---	----	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 6 de 37 páginas

			<p>circulatória (verificando a Frequência, Amplitude, Ritmo, parâmetros normais e sinais de choque);</p> <p>g)Avaliando o estado de consciência (usando o acrônimo AVDS: A- Alerta, V- Responde a ordens verbais; D-Responde a estímulos dolorosos; S- Sem Resposta);</p> <p>h)Avaliação da função neurológica (resposta pupilar e motora);</p> <p>h)Expondo a vítima prevenindo perdas de calor (expondo apenas locais necessários);</p> <p>3. Identificando as situações de risco imediato;</p> <p>4. Pedindo ajuda diferenciado no caso de vítima em risco de vida imediato;</p> <p>5. Executando o Exame secundário da vítima (CHAMU, avaliação de sinais vitais).</p>
7	B4	<p>Avaliar o estado de consciência da vítima</p>	<p>1. Vítima consciente</p> <p>. Vítima inconsciente</p> <p>Escala de Glasgow</p> <p>Escala de Avaliação da dor numérica</p>
			<p>1. Avaliando o estado de consciência com recurso a escala de Glasgow:</p> <p>a) Reconhecendo a pontuação a atribuir segundo os parâmetros a avaliar ( a abertura dos olhos, resposta verbal e</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 7 de 37 páginas

			resposta motora) b) Avaliando a forma como a vítima abre os olhos: Espontânea: 4 Ao comando verbal : 3 A dor : 2 Ausente:1 c) Avaliando a resposta motora: Obedece a comandos: 6 Localiza a dor: 5 Flexão inespecífica: 4 Flexão hipertônica: 3 Extensão hipertônica:2 Sem resposta:1 d) Avaliando a resposta verbal: Orientado e conversando: 5 Desorientado e conversando: 4 Sons incomprensíveis: 2 Sem resposta:1 e) Reconhecendo que o resultado da avaliação corresponde à soma dos 3 parâmetros f) Reconhecendo
--	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 8 de 37 páginas

			<p>traumas leves se o resultado calculado for de 13 a 15.</p> <p>g) Reconhecendo traumas moderados se o resultado calculado for de 9 a 12</p> <p>h) Reconhecendo traumas graves se o resultado calculado for de 3 a 8</p> <p>2. Avaliando a dor com recurso a escala numérica;</p> <p>a) Reconhecendo que a escala numérica consiste numa régua dividida em onze partes iguais, numerada sucessivamente de 0 a 10</p> <p>b) Explicando à vítima que sem dor corresponde ao valor zero e que a dor máxima corresponde ao valor 10 na escala numérica;</p> <p>c) Colocando uma cruz na escala numérica segundo o valor indicado pela vítima.</p>
--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 9 de 37 páginas

8	B5	Identificar sinais de risco para a vida da vítima	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Identificando os sinais de compromisso respiratório (Frequência respiratória &gt; 30 ou &lt; 10 ciclo/min; sinais de cianose labial, tiragem intercostal, adejo nasal, desvio da traqueia, assimetria torácica, ferida perforante do tórax);</li><li>2. Identificando os sinais de compromisso circulatório (ausência de pulso radial, preenchimento capilar &gt;2 segundos, palidez, suores, hemorragias ocultas);</li><li>3. Identificando os sinais de risco neurológico (não responde a ordens simples, resposta pupilar e motora);</li><li>4. Solicitando o pedido de ajuda diferenciada perante vítima em risco imediato de vida;</li><li>5. Procedendo à execução de manobras de Suporte Básico de Vida em situações de paragem respiratória:<ol style="list-style-type: none"><li>a) Garantindo as condições de segurança do local</li><li>b) Abanando os ombros da vítima, perguntar "sente-se bem"?</li><li>c) Permeabilizando a Via Aérea através da extensão</li></ol></li></ol>
---	----	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**



NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 11 de 37 páginas

			<p>cm; removendo excesso de pelos)</p> <p>j) Colocando os eletrodos de acordo com as indicações do fabricante</p> <p>k) Mandando afastar para analisar ritmo não tocando na vítima</p> <p>Se DAE indicar Choque <u>não recomendado</u></p> <p>l) Iniciar de imediato 30 compressões seguidas de 2 insuflações até a vítima recuperar, chegar ajuda diferenciada ou exaustão do reanimador)</p> <p>Se DAE indicar Choque</p> <p>m) Afastando fontes de oxigênio no mínimo 1 metro, manda afastar toda agente não tocando na vítima e de seguida aplica o choque</p>
9	B6	Executar a recolha de informação	<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Pessoas que assistiram ao incidente</p> <p>4. Bolsa de socorrista</p> <p>5. Caneta ou lápis</p> <p>6. Verbebe de recolha de dados</p> <p>Recolhendo a informação de acordo com a nomenclatura CHAMU (C – Circunstâncias da ocorrência, H- Historial clínico da vítima, A- Alergias conhecidas, M- Medicação habitual, U- Última refeição).</p>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 12 de 37 páginas	

10	C1	<p>Efetuar manobras de reanimação cardiorespiratória</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima em paragem- cardiorespiratória</li><li>2. Sob qualquer condição meteorológica</li><li>3. Pocket mask</li><li>4. Ressuscitador manual</li><li>5. Equipamento de oxigenoterapia</li><li>6. Bolsas de socorrista</li></ol> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Desfibrilhador Automático Externo</li><li>2. Kit (compressas, gillette)</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Avellando as condições de segurança do local;</li><li>2. Pedindo ajuda não diferenciada;</li><li>3. Pedindo ajuda diferenciada perante vítima em paragem respiratória;</li><li>4. Cumprindo o algoritmo de Suporte Básico de Vida, atualizado, emanado pelo Conselho Português de Ressuscitação;</li><li>5. Utilizando o Desfibrilhador conforme indicações do fabricante;</li><li>6. Garantindo as condições de segurança do tórax para colocar os eletrodos (Retirar pelos em excesso, secar o tórax, retirar pensos transdérmicos, verificar existência de pacemaker ou CDI e afastar os eletrodos cerca de 2 cm);</li><li>7. Seguir as indicações do aparelho;</li><li>8. Garantindo as condições de segurança para desfibrilhar (Não tocar na vítima e afastar fontes de oxigénio no mínimo cerca de 1 metro);</li><li>9. Mantendo o desfibrilhador em condições de utilização (bateria ou pilhas carregadas)</li></ol>
----	----	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 13 de 37 páginas	

11	C2	Realizar ventilação assistida	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima inconsciente</li><li>2. Garrafa de oxigênio</li><li>3. Conjunto administração oxigênio (tubo conector e máscara)</li><li>4. Insuflador manual com máscara</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Fixando a máscara da forma corretamente na face da vítima para que não existam fugas durante a insuflação;</li><li>2. Utilizando o equipamento de oxigenoterapia de forma eficaz (conectando corretamente o equipamento, garantindo condições de segurança);</li><li>3. Avaliando alterações do estado da vítima.</li></ol>
12	C3	Administrar oxigênio	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima consciente</li><li>2. Garrafa de oxigênio</li><li>3. Máscara simples</li><li>4. Sonda nasal</li><li>5. Óculos nasais</li><li>6. Componentes de administração oxigênio (reductor, debitômetro, tubo conector)</li><li>7. Oxímetro</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Identificando o equipamento e material para administração de oxigênio;</li><li>2. Utilizando o equipamento de oxigenoterapia de forma eficaz (conectando corretamente o equipamento, garantindo condições de segurança);</li><li>3. Adequando o equipamento à situação da vítima (conforme protocolo universalmente);</li><li>4. Reconhecendo o oxigênio a administrar a cada vítima/doente de acordo com a situação que apresenta;</li><li>5. Calculando a quantidade de oxigênio disponível na garrafa.</li></ol>
13	D1	Estabelecer prioridade de atuação	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima com lesão dos tecidos moles</li><li>2. Vítima com lesão crânio-encefálica</li><li>3. Vítima com traumatismo vertebro-medulares</li><li>4. Vítima com traumatismo torácico</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Priorizando os cuidados entre as vítimas mediante a gravidade da lesão (compromisso respiratório; compromisso circulatório; compromisso neurológico; ou outro);</li><li>2. Priorizando os cuidados entre</li></ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 14 de 37 páginas	

14	D2	Controlar hemorragias numa vítima	<p>5. Vítima com traumatismo abdominal</p> <p>6. Vítima com traumatismo das extremidades</p> <p>7. Bolsa de primeiros socorros</p> <p>1. Vítima com ferida superficial</p> <p>2. Vítima com amputação</p> <p>3. Vítima de trauma</p> <p>4. Bolsa de socorrista: -Garrote -Torniquete -Penso individual -Compressas e ligaduras -Luvas não esterilizadas</p>	<p>as vítimas mediante o estado de consciência da vítima (consciente ou inconsciente).</p> <p>1. Reconhecendo os diversos tipos de hemorragia quanto à proveniência;</p> <p>2. Identificando os métodos de controlo de hemorragias (Compressão direta, compressão indireta, elevação do membro, aplicação de garrote, aplicação de gelo);</p> <p>3. Identificando o local correto para a aplicação do garrote;</p> <p>4. Identificando os riscos da colocação do garrote;</p> <p>5. Identificando a partir dos sinais e sintomas uma provável situação de hemorragia interna;</p> <p>6. Solicitando ajuda diferenciada perante sinais e sintomas de vítima em choque.</p>
15	D3	Proceder à realização de pensos em feridas	<p>1. Vítima com uma ferida</p> <p>2. Bolsa de Socorrista: -Compressas -Soro fisiológico -Luvas esterilizadas -Luvas não esterilizadas -Pinças descartáveis -Saco de plástico</p>	<p>1. Limpando a ferida existente de acordo com a técnica asséptica (1. Lavando as mãos; 2.Colocando as luvas; 3.Lavando ferida com soro fisiológico)</p> <p>2. Aplicando o penso segundo as regras gerais (1. Mantendo os dedos afastados da área do penso que estará em contacto com a ferida, 2.Colocando o</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 15 de 37 páginas	

			penso diretamente sobre a ferida sem o deslizar; 3. Fixando o penso com uma ligadura ou adesivo) 3. Solicitando a observação da ferida pelo enfermeiro ou médico (U/E/O)
16	D4	Realizar a imobilização de fraturas	1. Cumprindo os princípios da imobilização de fraturas (tração-alinhamento- imobilização); 2. Imobilizando a articulação antes e após o ponto de fratura.
17	D5	Proceder a imobilização de vítimas de trauma	1. Garantindo as condições de segurança no local; 2. Reconhecendo o tipo de imobilização adequando a cada tipo de lesão; 3. Transportando o material de imobilização para o local; 4. Adequando o meio de imobilização ao tipo de lesões da vítima (1- Plano duro para situações de trauma cranioencefálico, coluna e membros; 2- Maca de vácuo para lesões da bacia e politraumatizados; 3- Maca scoop - para extração de vítimas de locais confinados); 5. Aplicando o colar cervical, cinto aranha e colete de extração seguindo as guidelines internacionais)

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 16 de 37 páginas	

18	E1	Avaliar um ferido em ambiente tático	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ferido de combate</li><li>2. Sob pressão</li><li>3. Bolsa de primeiros socorros</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Posicionando a vítima para avaliação rápida;</li><li>2. Garantido condições de segurança para avaliação (ex.: desarmar a vítima);</li><li>3. Identificando existência de lesões críticas provocadas pelas armas de fogo e explosões (obstrução via aérea, ferida perfurante do tórax, amputações, lesões oculares, etc);</li><li>4. Evacuando a vítima para local seguro;</li><li>5. Solicitando ajuda diferenciada no caso de vítima em risco imediato de vida.</li></ol>
19	E2	Proceder assistência a um ferido sob fogo	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ferido por arma de fogo</li><li>2. Ferido por explosão</li><li>3. Sob fogo</li><li>4. Sob pressão</li><li>5. Bolsa primeiros socorros</li><li>6. Garrote tático</li><li>7. Material improvisação garrote:<ul style="list-style-type: none"><li>-Lenço triangular</li><li>-Compressas</li><li>-Objeto para torção lenço triangular</li></ul></li><li>8. Granada de fumos</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Respondendo ao fogo IN</li><li>2. Garantindo as condições de segurança (utilizando silhueta reduzida na abordagem à vítima, utilizando cortina de fumo, muros, vegetação ou elevações no terreno, etc)</li><li>3. Indicando ao ferido que se ponha a coberto do IN e aplique autocuidados</li><li>4. Transportando a vítima para local seguro quando a situação tática o permitir</li><li>5. Controlando as hemorragias através de garrotes quando a situação tática o permitir</li></ol>
20	E3	Proceder assistência a um ferido em ambiente tático	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ferido por arma de fogo</li><li>2. Ferido por explosão</li><li>3. Sob proteção de fogo</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Garantindo as condições de segurança;</li><li>2. Avaliando a vítima segundo o</li></ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 17 de 37 páginas

	<p>4. Bolsa primeiros socorros</p> <p>5. Garrote tático</p> <p>6. Material improvisação garrote:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Lenço triangular</li><li>-Compressas</li><li>-Objeto para torção lenço triangular</li></ul> <p>7. Conjunto de talas</p> <p>8. Colar cervical</p> <p>9. Plano duro</p> <p>10. Cinto aranha</p> <p>11. Maca de vácuo</p> <p>12. Soro fisiológico</p> <p>13. Betadine dérmico</p>	<p>algoritmo ABCD:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Posicionando a vítima</li><li>-Avaliando se existe obstrução da via aérea</li><li>-Avaliando sinais de dificuldade respiratória (adejo nasal, tiragem intercostal, cianose labial)</li><li>-Avaliando se existe lesões respiratórias e pulmonares (Pneumotórax hipertensivo)</li><li>-Identificando hemorragias</li><li>-Identificando sinais de compromisso circulatório (existência de pulso radial, preenchimento capilar superior a 2 segundos)</li><li>-Identificando vítima em choque</li><li>-Identificando existência de fraturas</li><li>-Estimando a superfície corporal queimada através da regra dos 9</li></ul> <p>3. Prestando os cuidados necessários conforme avaliação da vítima:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Permeabilizando a via aérea (Elevando o queixo da vítima ou manobra de elevação da mandíbula, Aspirando a via aérea, Colocando tubo orotraqueal, Colocando tubo nasofaringeo)</li><li>-Colocando a vítima</li></ul>
--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 18 de 37 páginas

			<p>inconsciente, que respire, em posição lateral de segurança (exeto se vítima de trauma)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Administando oxigênio</li><li>-Colocando penso de válvula unidirecional em ferida perfurante no tórax</li><li>-Descomprimindo pneumotórax hipertensivo em situação exceção</li><li>(agravamento do estado respiratório da vítima, inexistência no local de apoio de profissional de saúde)</li><li>-Colocando ou reajustando gairrote em amputações</li><li>-Controlando hemorragias conforme material disponível (pensos compressivos, fármacos, etc.)</li><li>-Cobrindo evisceração com penso humedecido</li><li>-Cobrindo as queimaduras com compressas estéreis</li><li>-Executando o algoritmo de Suporte Básico de Vida nos casos de hipotermia, afogamento ou electrocução</li><li>-Desarmando a vítima com distúrbios mentais</li><li>-Imobilizando fraturas dos membros</li><li>-Imobilizando vítimas politraumatizadas em maca de vácuo</li><li>-Imobilizando vítimas com</li></ul>
--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 19 de 37 páginas

			<p>trauma ou suspeita de trauma de coluna em plano duro</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Aplicando penso ocular não compressivo no caso de visão afetada</li><li>-Inspeccionando e cobrindo feridas visíveis</li></ul> <p>4. Posicionando a vítima em posição de recuperação conforme lesões apresentadas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vítima em choque: decúbito dorsal com elevação dos membros</li><li>-Vítimas inconscientes (sem trauma) – em posição lateral de segurança</li><li>-Lesão abdominal com vísceras visíveis – decúbito dorsal com membros fletidos</li></ul> <p>5. Comunicando com a vítima</p> <p>6. Verificando capacidade de resposta (material e equipamento de socorro existente, nº e competências dos profissionais de saúde no local, meios de evacuação)</p> <p>7. Colaborando com o profissional de saúde na administração de medicamentos para o controle da dor</p> <p>8. Colaborando com o profissional de saúde na técnica de cricotiroidotomia: dando o material necessário</p>
--	--	--	---

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 20 de 37 páginas

			<p>9. Colaborando com o profissional de saúde no acesso intraósseo ou IV (endovenoso): preparando o material necessário</p> <p>10. Colaborando com o profissional de saúde na prevenção de infecções (dando o material estéril sem o infetar)</p> <p>11. Registrando os cuidados prestados em documento utilizado pela U/E/O para o efeito;</p> <p>12. Prevenindo a hipotermia</p> <p>13. Preparando a vítima para evacuação: -Imobilizando a vítima em plano duro - Imobilizando a vítima em maca de vácuo</p> <p>14. Transportando a vítima para o local onde a evacuação irá ocorrer;</p>
21	E4	Proceder assistência a um ferido em evacuação tática	<p>1. Transporte de vítima em ambulância tática</p> <p>2. Transporte da vítima em aeronave</p> <p>3. Dispositivos eletrônicos de monitorização de sinais vitais: (oxímetro, aparelho TA)</p> <p>4. Oxigênio</p> <p>1. Garantir as condições de segurança na abordagem ao meio de socorro (aeronave, viatura tática);</p> <p>2. Mantendo as condições de segurança durante a evacuação: -Imobilizando bem a vítima -Certificando que os equipamentos na célula sanitária estão bem seguros -Cumprindo as regras de segurança básicas (não</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 21 de 37 páginas

22	E5	Improvisar equipamentos de primeiros socorros	1. Vítima politraumatizada 2. Bolsa de primeiros socorros 3. Material: -Lenço triangular -Ligaduras -Compressas -Porta de madeira -Lençóis -Sacos de areia -Revista -Paus vários tamanhos	fumando, mantendo o armamento em segurança) 3. Reavaliando a vítima através do algoritmo ABCDE (utilizando dispositivos eletrônicos de monitorização disponíveis: oxímetro de pulso, avaliação frequência cardíaca e Pressão arterial) Prestando a assistência necessária à vítima: -Colaborando no controlo da dor -Colaborando na manutenção dos fluidos em curso Vigiando as hemorragias e controlá-las se necessário -Administrando oxigénio -Comunicando com a vítima -Prevenindo a hipotermia 5. Mantendo a informação do estado da vítima ao escalão superior 6. Continuando o registo da assistência prestada 1. Improvisando um garrote com lenço triangular e um objeto para torção; 2. Improvisando um colar cervical com um lenço triangular com uma revista ou cartão; 3. Improvisando um plano duro com uma tábu de madeira; 4. Improvisando estabilizadores laterais de cabeça com sacos de areia;
----	----	---	---	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 22 de 37 páginas	

		-Cobertores	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Improvisando cabrestos com ligaduras;</li> <li>6. Improvisando cinto aranha com cinturação militar e ligaduras;</li> <li>7. Improvisando talas com tábuas, paus, armamento, etc</li> <li>8. Improvisando macas de transporte de feridos com 2 paus e 2 dólmen ou cobertor.</li> </ol>
23	E6	<p>Efetuar triagem de vítimas em combate</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Várias vítimas</li> <li>2. Cartões de triagem</li> <li>3. Bolsa de primeiros socorros</li> <li>4. Sob pressão</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Triando as vítimas segundo os algoritmos comuns usados em situações de combate (Triagem de combate, SEAVE)</li> <li>2. Garantindo as condições de segurança na triagem</li> <li>3. Mantendo a reavaliação das vítimas</li> </ol>
24	E7	<p>Transportar um ferido</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima consciente</li> <li>2. Vítima inconsciente</li> <li>3. Sob pressão</li> <li>4. Bolsa de primeiros socorros</li> <li>5. Maca de lona</li> <li>6. Cinturões</li> <li>7. Cobertor</li> <li>8. Varas de madeira</li> <li>9. Maca de vácuo</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Transportando a vítima por um só homem: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Vítima inconsciente: Transporte a atirador</li> <li>-Vítima consciente: Transporte às cavaleiras, Transporte pendurado pelo peito, pendurado pelas costas, Transporte por suspensão, Transporte rastejante (arrastamento por cintos e arrastamento pelo pescoco)</li> </ul> </li> <li>2. Transportando a vítima por 2 homens: <ul style="list-style-type: none"> <li>Vítima Consciente: Transporte em Cadeira e recostado</li> <li>Vítima Inconsciente:</li> </ul> </li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 23 de 37 páginas

25	E8	Proceder ao pedido de apoio diferenciado			<p>Transporte em "braços"?</p> <p>3. Transportando a vítima em maca de vácuo</p> <p>4. Transporte de vítima em maca de lona</p> <p>5. Transporte de vítima em maca improvisada: com uma manta e duas varas</p> <p>6. Transporte de vítima em maca improvisada com 2 varas e 2 camisas ou blusões</p> <p>1. Pedindo MEDEVAC via rádio seguindo o formato Nato " Nine Line Request":</p> <p>a) Localização do local de recolha: coordenadas</p> <p>b) Frequência de rádio e sinal</p> <p>c) Nº de vítimas e prioridade:</p> <p>A – Urgente (&lt; 2h)</p> <p>B – Prioritário (&lt; 4h)</p> <p>C – Rotina (&lt; 24h)</p> <p>d) Necessidade de material especial:</p> <p>A – Nenhum</p> <p>B – Maca</p> <p>C – Eq. extracção</p> <p>D – Ventilador</p> <p>e) Nº de vítimas por tipo de vítima:</p> <p>f) <i>Lifter</i> (transporte em maca)</p> <p>g) <i>Ambulatory</i> (transporte sentados)</p> <p>h) Segurança do local de recolha:</p> <p>A – Sem IN</p> <p>B – Possível haver IN</p>
			1. Rádio		
			2. Formulário formato NATO " Nine Line Request"		
			3. Sob pressão		

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 24 de 37 páginas

			<p>C – Tem IN, aproximação com cautela D – Tem IN, aproximação com escolta i) Método de marcação do local de recolha: A – Painéis B – Sinal pirotécnico C – Sinal de fumo D – Nenhum E – Outro j) Nacionalidade e estado da vítima: A – Militares da coligação B – Cíveis da coligação C – Forças de segurança extra coligação D – Cíveis extra coligação E – Forças opositoras/PG k) Contaminação nuclear, biológica e química: A – Nuclear B – Biológico C – Químico Não transmitir se não houver ameaça 2. Cumprindo as regras de segurança das transmissões</p>
			<p>1. Minimizando o tempo de exposição da vítima 2. Substituindo as roupas molhadas por secas 3. Colocando a vítima em local seco 4. Cobrindo a vítima com manta térmica (cobertores, ponches,</p>
			<p>1. Vítima de trauma 2. Cobertor 3. Ponches 4. Saco de cama 5. Bolsa de primeiros socorros - Tesoura - Compressas - Termómetro</p>
26	E9	Prevenir a hipotermia a uma vítima	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 25 de 37 páginas	

27	E10	<p>Apoiar o profissional de saúde em combate</p>	<p>-Manta térmica</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bolsa de primeiros socorros</li> <li>2. Soros</li> <li>3. Abocath para acesso venoso</li> <li>4. Sistema de soros</li> <li>5. Torneira 3 vias</li> <li>6. Kit intraóssea</li> <li>7. Abocath para descompressão pneumotórax</li> </ol>	<p>sacos de cama, etc)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Avaliando a temperatura da vítima</li> <li>6. Aplicando medidas adicionais para aquecer a vítima perante disponibilidade/ indisponibilidade de materiais</li> <li>1. Apoiando o profissional de saúde no acesso intraósseo e IV (endovenoso): preparando e disponibilizando o material ao profissional</li> <li>2. Apoiando o profissional de saúde na administração de soros: preparando e disponibilizando o material ao profissional</li> <li>3. Apoiando o profissional de saúde na manutenção de soros: verificando se o mesmo se encontra permeável</li> <li>4. Apoiando o profissional de saúde na descompressão pneumotórax hipertensivo: preparando e disponibilizando o material ao profissional</li> </ol>
28	E11	<p>Utilizar a bolsa de 1.º socorros</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dados os elementos constituintes da bolsa de 1.º socorros;</li> <li>2. Termômetro</li> <li>3. Estetoscópio</li> <li>4. Esfigmomanômetro</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utilizando os constituintes da bolsa de primeiros socorros conforme indicação do fabricante</li> <li>2. Substituindo o material fora de prazo</li> <li>3. Repondo o material utilizado com indicação de uso único</li> <li>4. Limpando o material utilizado (termômetro, estetoscópio,</li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 26 de 37 páginas	

		5. Garrote 6. Sob qualquer condição meteorológica; 7. Sob qualquer situação iática.	estigmomanômetro, garrote)
29	E12 Colaborar em ações de prevenção.		<ol style="list-style-type: none"><li>1. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pelo calor: incentivando a hidratação, a rotação dos períodos de trabalho alternados com descanso)</li><li>2. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pelo frio: incentivando a hidratação, períodos de trabalho alternados com descanso, uso de agasalhos, bebidas quentes, limitar o uso de bebidas alcoólicas e tabaco etc.</li><li>3. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pela altitude: incentivando a preparação prévia, a subida ou descida lenta, a identificação de sinais de lesões provocadas pela altitude)</li><li>4. Colaborando na prevenção de doenças provocadas por picadas e mordeduras</li><li>5. Colaborando na prevenção de doenças provocadas pela alimentação</li><li>6. Colaborando na prevenção de</li></ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 27 de 37 páginas	

30	E13	<p>Aplicar as normas de higiene e segurança específicas</p>	<p>1. Sob qualquer situação tática</p> <p>2. Contendor para cortantes</p> <p>3. Saco de plástico para material infetado</p>	<p>doenças sexualmente transmissíveis</p> <p>1. Acondicionando material resultante de limpeza de feridas dentro de saco próprio;</p> <p>2. Acondicionando material cortante dentro de contendor para cortantes .</p> <p>1. Estabelecendo comunicação com o utente</p> <p>2. Explicando ao utente o procedimento e solicitar a sua colaboração</p> <p>3. Garantindo a privacidade (correndo cortinas, biombo, fechando janelas e portas)</p> <p>4. Colaborando na prestação de cuidados relacionados com a eliminação de acordo com o grau de dependência:</p> <p>a) Utente totalmente dependente:</p> <p><u>Utiliza o sanitário</u></p> <p>-Transportar o utente em cadeira de rodas para a casa de banho.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup> no instalar do doente no sanitário</p> <p>-Permanecer junto do doente.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup> Na prestação dos cuidados de higiene necessários ao doente.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup>. No</p>
31	F1	<p>Ajudar o utente nas necessidades de eliminação</p>	<p>1. Utente dependente</p> <p>2. Utente semi-dependente</p> <p>3. Utente independente</p> <p>4. Utente algaliado</p> <p>5. Fraldas</p> <p>6. Resguardos</p> <p>7. Arrastadeiras</p> <p>8. Urinóis</p> <p>9. Material de higiene pessoal (gel banho, manápuas, bacias de banho, toalhas, etc)</p>	<p>doenças sexualmente transmissíveis</p> <p>1. Estabelecendo comunicação com o utente</p> <p>2. Explicando ao utente o procedimento e solicitar a sua colaboração</p> <p>3. Garantindo a privacidade (correndo cortinas, biombo, fechando janelas e portas)</p> <p>4. Colaborando na prestação de cuidados relacionados com a eliminação de acordo com o grau de dependência:</p> <p>a) Utente totalmente dependente:</p> <p><u>Utiliza o sanitário</u></p> <p>-Transportar o utente em cadeira de rodas para a casa de banho.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup> no instalar do doente no sanitário</p> <p>-Permanecer junto do doente.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup> Na prestação dos cuidados de higiene necessários ao doente.</p> <p>-Colaborar com o enfi<sup>o</sup>. No</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 28 de 37 páginas

			<p>vestir do doente.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Colaborar com o enfº. No reinstalar do doente.</li><li>-Lavar as mãos</li><li>-Utiliza a arrastadeira/urinol</li><li>-transportar a arrastadeira/urinol</li><li>-Colaborar com o enfermeiro no instalar do doente</li><li>-Colaborar com o enfº. No colocar do urinol/arrastadeira</li><li>-Permanecer junto do doente.</li><li>-Retirar a arrastadeira/urinol e colocar em local próprio (de acordo com as normas do serviço)</li><li>-Colaborar com o enfº. Na avaliação da medição da urina para diurese</li><li>-Substituir o urinol após cada utilização</li><li>-Colaborar na prestação de cuidados de higiene</li><li>-Colaborar com o enfº. No vestir do doente</li><li>-Colaborar com o enfº. No reinstalar o doente</li><li>-Recolher o material de higiene utilizado</li><li>-Lavar as mãos</li><li>b) Utente semi-dependente</li><li>Utiliza o sanitário</li><li>-Transportar o doente em cadeira de rodas ou acompanhá-lo a pé à casa de banho.</li></ul>
--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 29 de 37 páginas

			<ul style="list-style-type: none"><li>-Ajudar o doente a instalar-se no sanitário.</li><li>-Supervisionar ou ajudar o doente nos cuidados de higiene se necessário.</li><li>-Ajudar o doente a vestir-se se necessário.</li><li>-Transportar o doente em cadeiras de rodas ou acompanhá-lo a pé à enfermaria.</li><li>-Lavar as mãos.</li><li>-Utiliza a <u>arrastadeira/urinol</u></li><li>-Transportar a arrastadeira/urinol para junto do doente.</li><li>-Colocar a arrastadeira/urinol.</li><li>-Retirar a arrastadeira/urinol e colocar em local adequado (cumprindo as normas do serviço)</li><li>-Colaborar com o en<sup>h</sup>. Na avaliação da medição da urina para diurese</li><li>-Substituir o urinol após a utilização, colocando-o no cesto de suporte</li><li>-Supervisionar ou ajudar o doente nos cuidados de higiene, se necessário.</li><li>-Ajudar o doente a vestir-se, se necessário.</li><li>-Ajudar o doente a reinstalar-se.</li><li>-Recoher o material de higiene utilizado.</li></ul>
--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 30 de 37 páginas	

			<p>-Lavar as mãos.</p> <p>c) Utente independente</p> <p>-Assegura-se da funcionalidade dos sanitários.</p> <p>d) Doente algaliado</p> <p>-Lavar as mãos</p> <p>-Substituir o saco coletor de urina sempre que necessário (e de acordo com horário definido pelo serviço)</p> <p>-Colaborar com o enj<sup>o</sup>. Na avaliação da medição da urina para diurese</p> <p>-Verificar se a algália tem sempre conectado um saco coletor e que o mesmo está colocado no respetivo suporte.</p> <p>5. Proporcionando conforto durante a eliminação</p> <p>6. Favorecendo a independência do utente</p>
		<p>1. Utente dependente</p> <p>2. Utente semi-dependente</p> <p>3. Utente independente</p> <p>4. Fraldas</p> <p>5. Material de higiene pessoal (gel banho, manápuías, bacias de banho, toalhas, etc)</p>	<p>1. Estabelecendo comunicação com o utente</p> <p>2. Explicando ao utente o procedimento e solicitar a sua colaboração</p> <p>3. Colaborando, na prestação de cuidados de higiene e conforto de acordo com o seu grau de dependência:</p> <p>a) Utente totalmente dependente</p> <p>-Preparar o material necessário e transportá-lo para junto do doente</p>
32	F2	Apoiar o utente nos cuidados de higiene e conforto.	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>		Página 31 de 37 páginas

			<ul style="list-style-type: none"><li>-Lavar as mãos.</li><li>-Preparar a água para o banho.</li><li>-Preparar o doente e instalá-lo.</li><li>-Colaborar com o eniº. Na prestação de cuidados de higiene corporal</li><li>-Colaborar com o eniº. Na mobilização do doente durante os cuidados.</li><li>-Colaborar com o eniº. No vestir do doente.</li><li>-Colaborar com o eniº. No fazer da cama.</li><li>-Colaborar com o eniº. No posicionar do doente.</li><li>-Recolher o material utilizado.</li><li>b) Utente semi-dependente<ul style="list-style-type: none"><li>-Preparar o material necessário e transportá-lo para junto do doente ou para a casa de banho</li><li>-Lavar as mãos</li><li>-Preparar a água do banho.</li><li>-Colaborar com o eniº. A preparar o doente e instalá-lo ou transportar o doente em cadeira de banho ou acompanhá-lo a pé para a casa de banho, e ajudá-lo a instalar-se no chuveiro.</li><li>-Dar a ajuda necessária ao doente durante o banho e na higiene oral.</li><li>-Ajudar o doente a vestir-se.</li></ul></li></ul>
--	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 32 de 37 páginas	

33	F3	Auxiliar nos cuidados de alimentação.	<p>-Ajudar o doente a reinstalar-se ou ajudar o doente a sair do chuveiro e acompanhá-lo a pé ou transportá-lo em cadeira de rodas à enfermaria. Fazer a cama. Recolher o material utilizado na casa de banho. c)Doente independente -Fornecer o material necessário. -Preparar a casa de banho -Fazer a cama. 1. Proporcionando conforto e bem estar do doente 2. Mantendo a integridade cutânea 3. Favorecendo a independência do doente</p>
		<p>1. Utente dependente 2. Utente semi-dependente 3. Utente independente</p>	<p>1. Colaborando nas atividades de alimentação dos doentes segundo o grau de dependência: a) Utente totalmente dependente -Lavar as mãos -verificar a dieta fornecida às refeições -Colaborar com o enfº. No acomodar do doente na posição mais correta/confortável para se alimentar. -Dar os alimentos e os líquidos durante a refeição -Colaborar no reinstalar do</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL		Página 33 de 37 páginas

			<p>doente</p> <p>b) Utente semi-dependente</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Lavar as mãos.</li><li>-Verificar a dieta fornecida às refeições.</li><li>-Auxiliar o doente a lavar as mãos</li><li>-Colaborar com o enf. A ajudar o doente a instalar-se na cama ou transportá-lo em cadeira de rodas ou acompanhá-lo a pé até à mesa de refeições/refeitório.</li><li>-Cortar/descascar os alimentos se necessário</li><li>-Estimular o doente a alimentar-se por si próprio e/ou dar os alimentos à boca (se necessário).</li><li>-Auxiliar o doente na sua higiene oral.</li><li>-Auxiliar o doente a reinstalar-se na cama ou transportá-lo em cadeira de rodas ou acompanhá-lo a pé à enfermaria.</li></ul> <p>c) Utente independente</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Verificar se a dieta fornecida às refeições corresponde a dieta definida para o utente</li><li>-Identificando dificuldades existentes por parte do utente no decorrer da alimentação</li></ul>
--	--	--	--

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 34 de 37 páginas	

34	F4	Auxiliar na transferência de utentes entre cama/cadeiras de rodas (vice-versa)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Uteinte totalmente dependente</li><li>2. Uteinte semi-dependente</li><li>3. Cadeira de rodas</li><li>4. Cama</li><li>5. Luvas</li><li>6. Máscara</li><li>7. Avental</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavando as mãos antes e após abordagem do utente</li><li>2. Informando o utente sobre a ação a executar</li><li>3. Solicitando a colaboração do utente</li><li>4. Garantindo as condições de segurança par o utente (travando a cadeira de rodas/cama)</li><li>5. Garantindo as condições de segurança para o socorrista (adotando uma postura correta e utilizando o equipamento de proteção individual)</li></ol>
35	F5	Efetuar o posicionamento de utentes na cama	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Uteinte totalmente dependente</li><li>2. Uteinte semi-dependente</li><li>3. Cadeira de rodas</li><li>4. Cama</li><li>5. Luvas</li><li>6. Máscara</li><li>7. Avental</li><li>8. Almotofadas</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavando as mãos antes e após abordagem do utente</li><li>2. Informando o utente sobre a ação a executar</li><li>3. Solicitando a colaboração do utente</li><li>4. Retirando a roupa e materiais de apoio à estabilização do utente (almofadas, e ou outros meios)</li><li>5. Verificando a integridade da pele</li><li>6. Reportando as alterações identificadas ao enq.</li><li>7. Mobilizando o utente de forma correta (evitando a fricção,</li></ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 35 de 37 páginas

36	F6	Apoiar o transporte de utentes a outros serviços hospitalares	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Utente semi-dependente</li><li>2. Cadeira de rodas</li><li>3. Luvas</li><li>4. Máscara</li><li>5. Avental</li><li>6. Bolsa de socorrista</li><li>7. Ambulância</li><li>8. Maca</li></ol>	<p>arrastamento ou mobilizações violentas)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>8. Reposicionando o utente corretamente (decúbito diferente do anterior)</li><li>9. Recolocando as almofadas de estabilização</li><li>10. Cobrindo o doente</li><li>11. Deixando a campainha ao seu alcance (se existir)</li></ol>
37	F7	Colaborar na recolha de amostras biológicas	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Utente algalhado</li><li>2. Utente com fraida</li><li>3. Urinol</li><li>4. Arrastadeira</li><li>5. Luvas</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavando as mãos antes e após abordagem do utente</li><li>2. Informando o utente sobre a ação a executar</li><li>3. Solicitando a colaboração do utente</li><li>4. Verificando o bom funcionamento do equipamento da célula sanitária</li><li>5. Informando-se do estado de saúde do utente</li><li>6. Transportando o utente de forma segura<ol style="list-style-type: none"><li>a) Na ambulância;</li><li>b) Em maca ou sentado</li><li>c) Cadeira de rodas</li><li>d) Maca/cama</li></ol></li><li>7. Avaliando/registando sinais vitais e alterações do estado geral do utente</li><li>1. Lavando as mãos antes e após abordagem do utente</li><li>2. Informando o utente sobre a ação a executar</li><li>3. Solicitando a colaboração do</li></ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 36 de 37 páginas

38	F8	Efetuar a higienização da unidade	6. Máscara 7. Avental	utente 4. Utilizando o equipamento de proteção individual (luvas, máscara, avental) 5. Recolhendo a amostra de acordo com o solicitado pelo enfermeiro ou protocolado
39	F9	Executar a higienização de materiais	1. Luvas 2. Máscara 3. Avental 4. Detergentes 5. Desinfetantes	1. Utilizando o equipamento de proteção individual (luvas, máscara, avental) 2. Efetuando a lavagem de: -Superfícies -Cama -Mesa de cabeceira -Mesa de apoio à alimentação -Cadeiras -Roupeiro 3. Executando a desinfecção de: -Superfícies -Cama (no caso de alta do utente) -Mesa de alimentação 4. Recolhendo o material de uso individual utilizado (copos, urinóis, outro) 5. Arrumando o material de higienização em local próprio para o efeito (de acordo com normas do serviço) 1. Utilizando o equipamento de proteção individual (luvas, máscara, avental) 2. Identificando os produtos de higienização protocolados no serviço 3. Executando a limpeza e

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 37 de 37 páginas	

		8. Bacias 9. Equipamentos clínicos (termómetro, Dinamap, rampas de oxigénio, ventiladores, outro existente)	desinfeção de acordo com as instruções do fabricante 4. Arrumando o material no local conforme protocolo do serviço.
40 F10	Cumprir as normas do serviço	Normas do serviço	1. Cumprindo as normas do serviço superiormente aprovadas 2. Registrando as atividades executadas 3. Justificando as atividades não executadas segundo normas do serviço.

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IIIb  
ANÁLISE DIF P  
(DIF P)**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC IIIb</b>	<b>ANÁLISE DIF P</b>	Página 1 de 6 Páginas	

CÓD. PDO	CÓD. TAREFA	DIFICULDADE (D)   IMPORTÂNCIA (I) FREQUÊNCIA (F) → PRIORIDADE (P)						
		TAREFAS	D	I	F	P	OBSERVAÇÕES	
1	A1	Proceder à avaliação de segurança do local	N	3	2	M		
2	A2	Participar na extração de vítimas	S	3	1	A		
3	A3	Efetuar o acompanhamento das vítimas	N	2	2	M		
4	B1	Efetuar a triagem das vítimas	S	3	1	A		
5	B2	Executar a avaliação da vítima de doença súbita	S	3	2	M		
6	B3	Proceder à avaliação da vítima de trauma	S	3	2	M		
7	B4	Avaliar o estado de consciência da vítima	S	3	1	A		
8	B5	Identificar sinais de risco para a vida da vítima	S	3	2	M		
9	B6	Executar a recolha de informação	S	3	3	M		
10	C-1	Efetuar manobras de reanimação cardiorespiratória	S	3	1	A		

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:		SOCORRISMO		CÓDIGO:		SOC15	
DOC IIIb		ANÁLISE DIF P		Página 2 de 6 Páginas			
11	C2	Realizar ventilação assistida	S	3	2	M	
12	C3	Administrar oxigênio	N	3	2	M	
13	D1	Estabelecer prioridade de atuação	S	3	2	M	
14	D2	Controlar hemorragias numa vítima	S	3	2	M	
15	D3	Proceder à realização de pensos em feridas	S	3	2	M	
16	D4	Realizar a imobilização de fraturas	S	3	1	A	
17	D5	Proceder a imobilização de vítimas de trauma	S	3	1	A	
18	E1	Avaliar um ferido em ambiente tático	S	3	1	A	
19	E2	Proceder assistência a um ferido sob fogo	S	3	1	A	
20	E3	Proceder assistência a um ferido em ambiente tático	S	3	1	A	
21	E4	Proceder assistência a um ferido em evacuação fática	S	3	1	A	
22	E5	Improvisar equipamentos de primeiros socorros	S	3	1	A	
23	E6	Efetuar triagem de vítimas em combate	S	3	1	A	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:		SOCORRISMO		CÓDIGO:		SOC15	
DOC IIIb		ANÁLISE DIF P		Página 3 de 6 Páginas			
24	E7	Transportar um ferido	S	3	1	A	
25	E8	Proceder ao pedido de apoio diferenciado	S	3	1	A	
26	E9	Prevenir a hipotermia a uma vítima	S	3	1	A	
27	E10	Apoiar o profissional de saúde em combate	S	3	1	A	
28	E11	Utilizar a bolsa de 1.º socorros	N	3	2	M	
29	E12	Colaborar em ações de prevenção.	N	3	2	M	
30	E13	Aplicar as normas de higiene e segurança específicas	N	3	2	M	
31	F1	Ajudar o utente nas necessidades de eliminação	S	3	2	M	
32	F2	Apoiar o utente nos cuidados de higiene e conforto	S	3	2	M	
33	F3	Auxiliar nos cuidados de alimentação	S	3	2	M	
34	F4	Auxiliar na transferência de utentes entre cama/cadeiras de rodas (vice-versa)	S	3	2	M	
35	F5	Efetuar o posicionamento de utentes na cama	S	3	2	M	
36	F6	Apoiar o transporte de utentes a outros serviços	S	3	2	M	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

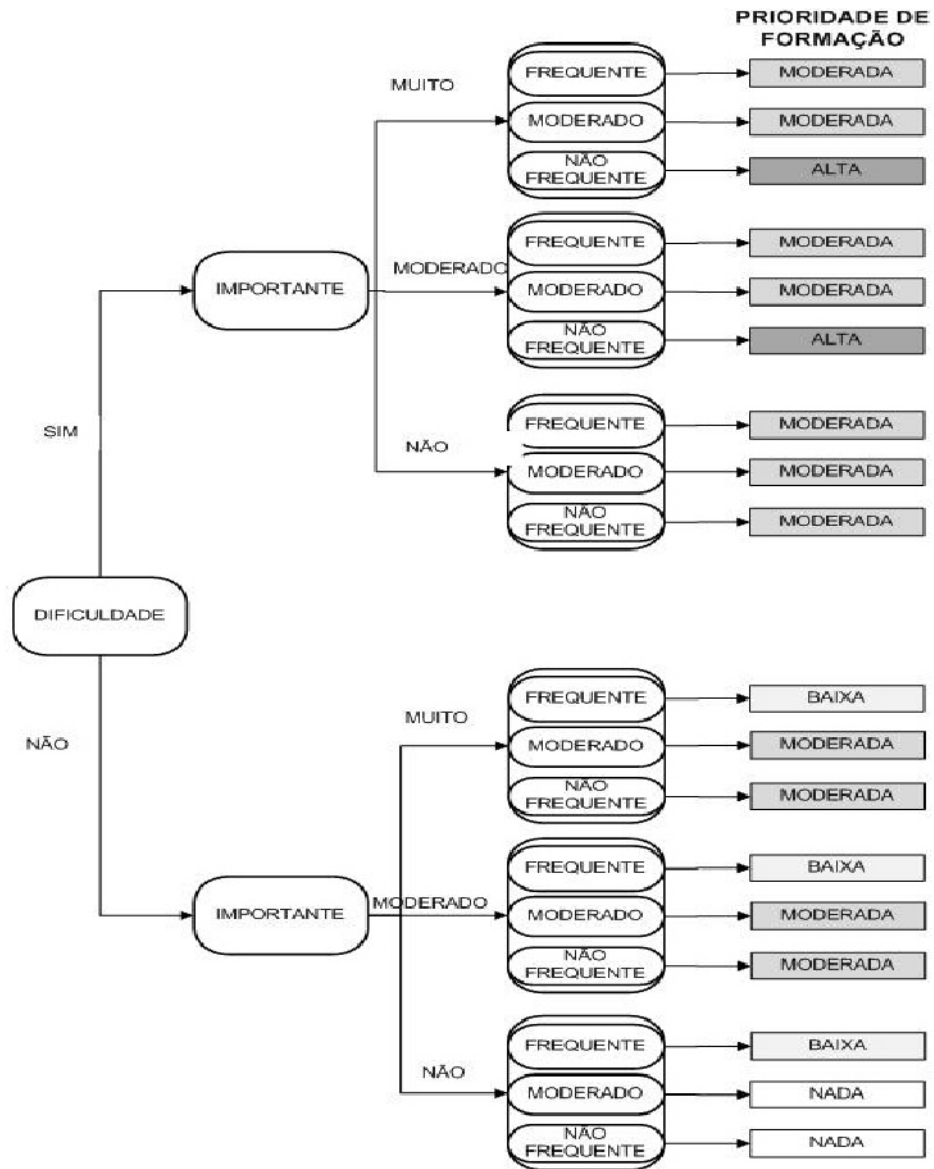
<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC IIIb</b>	<b>ANÁLISE DIF P</b>	Página 4 de 6 Páginas	

37	F7	hospitalares	S	3	2	M
38	F8	Colaborar na recolha de amostras biológicas	S	3	2	M
39	F9	Efetuar a higienização da unidade	S	3	2	M
40	F10	Executar a higienização de materiais	S	3	2	M
		Cumprir as normas do serviço	S	3	2	M

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

1. ALGORITMO ANÁLISE DIF P



NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

2. DESCRIÇÃO DAS PRIORIDADES DE FORMAÇÃO DA ANÁLISE DIF P

PRIORIDADE DE FORMAÇÃO	DESCRIÇÃO
<b>Nível 1</b> <b>1ª Prioridade</b> (ALTA)	<p>Formando com capacidade para <u>executar com êxito as competências no final do curso, em qualquer circunstância e sempre que necessário</u>, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas críticas, nas quais uma falha ou omissão pode pôr em causa a segurança do pessoal e/ou material ou colocar em causa o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 2</b> <b>2ª Prioridade</b> (MODERADA)	<p>Formando com capacidade para <u>executar satisfatoriamente as competências no final do curso</u>, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas relevantes, em que um deficiente desempenho, embora não ponha em causa a segurança do pessoal ou material, pode comprometer de algum modo o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 3</b> <b>3ª Prioridade</b> (BAIXA)	<p>Formando com capacidade para <u>executar razoavelmente as competências no final do curso</u>, podendo, eventualmente, ser necessário desenvolver formação ou treino complementar de curta duração, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas cujo deficiente desempenho, embora possa afetar, não compromete o normal desenvolvimento da missão.</p>
<b>Nível 5</b> <b>4ª Prioridade</b> (NENHUMA)	<p>Formando com capacidade de <u>execução adquirida na totalidade por formação em contexto de trabalho ou estágio</u>.</p> <p>Em regra direcionada para competências que não justificam qualquer formação em contexto escolar.</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO III

**PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL  
Anexo D – Matriz de Competências**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>MATRIZ DE COMPETÊNCIAS</b>		Página 1 de 4 páginas	

Competências Específicas		Competências Transversais				
Atividades	Tarefas	Sentido Responsabilidade	Flexibilidade	Trabalho em equipa	Conhecimentos técnicos	Comunicação
A Tripular a Ambulância de Emergência	1. Proceder à avaliação de segurança do local	x		x	x	x
	2. Participar na extração de vítimas	x	x	x	x	x
	3. Efetuar o acompanhamento das vítimas	x	x	x	x	x
B Efetuar o Exame da Vítima	1. Efetuar a triagem das vítimas	x	x	x	x	x
	1. Executar a avaliação da vítima de doença súbita	x	x	x	x	x
	2. Proceder à avaliação da vítima de trauma	x	x	x	x	x
	3. Avaliar o estado de consciência da vítima	x	x	x	x	x
	4. Identificar sinais de risco para a vida da vítima	x	x	x	x	x

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>MATRIZ DE COMPETÊNCIAS</b>		Página 2 de 4 páginas	

	5. Executar a recolha de informação	x	x	x	x	x
C Operar o Desfibrilhador Automático Externo	1. Efetuar manobras de reanimação cardiorrespiratória	x	x	x	x	x
	2. Realizar ventilação assistida	x	x	x	x	x
	3. Administrar oxigénio	x	x	x	x	x
D Executar Técnicas de Socorro	1. Estabelecer prioridade de atuação	x	x	x	x	x
	2. Controlar hemorragias numa vítima	x	x	x	x	x
	3. Proceder à realização de pensos em feridas	x	x	x	x	x
	4. Realizar a imobilização de fraturas	x	x	x	x	x
	5. Proceder a imobilização de vítimas de trauma	x	x	x	x	x
E Apoiar o socorro em ambiente tático	1. Avaliar um ferido em ambiente tático	x	x	x	x	x
	2. Proceder à assistência a um ferido de sob fogo	x	x	x	x	x
	3. Proceder assistência a um ferido em ambiente tático	x	x	x	x	x
	4. Proceder assistência a um ferido em evacuação tática	x	x	x	x	x

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>MATRIZ DE COMPETÊNCIAS</b>		Página 3 de 4 páginas	

	5. Improvisar equipamentos de primeiros socorros	x	x	x	x	x
	6. Efetuar triagem de vítimas em combate	x	x	x	x	x
	7. Transportar um ferido	x	x	x	x	x
	8. Proceder ao pedido de apoio diferenciado	x	x	x	x	x
	9. Prevenir a hipotermia a uma vítima	x	x	x	x	x
	10. Apoiar o profissional de saúde em combate	x	x	x	x	x
	11. Utilizar a bolsa de 1.º socorros	x	x	x	x	x
	12. Colaborar em ações de prevenção.	x	x	x	x	x
	13. Aplicar as normas de higiene e segurança específicas	x	x	x	x	x
F Apoiar os profissionais de saúde na prestação de cuidados de	1. Ajudar o utente nas necessidades de eliminação	x	x	x	x	x
	2. Apoiar o utente nos cuidados de higiene e conforto	x	x	x	x	x
	3. Auxiliar nos cuidados de alimentação	x	x	x	x	x
	4. Auxiliar na transferência de utentes entre cama/cadeiras de rodas (vice-versa)	x	x	x	x	x

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	SOC15
MATRIZ DE COMPETÊNCIAS	Página 4 de 4 páginas		

saúde	5. Efetuar o posicionamento de utentes na cama	x	x	x	x	x	
	6. Apoiar o transporte de utentes a outros serviços hospitalares	x	x	x	x	x	
	7. Colaborar na recolha de amostras biológicas	x	x	x	x	x	
	8. Efetuar a higienização da unidade	x	x	x	x	x	
	9. Executar a higienização de materiais	x	x	x	x	x	
	10. Cumprir as normas do serviço	x	x	x	x	x	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

**IVa – Plano de Estudos**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b> Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b> SOC15
<b>DOC IVa</b> PLANO DE ESTUDOS	<b>Página 1 de 12 Páginas</b>

**1.FINALIDADE**

Habilitar os militares a executar as tarefas do socorrista relacionadas com a avaliação, prestação de assistência e transporte, de vítimas ou doentes, em tempo de paz ou em situação de campanha.

**2.ESTRUTURA MODULAR DO CURSO**

Áreas Curriculares de Formação	Módulo / UFCD		Tempos de Formação (H)					
	Código	Designação	Diurno		Noturno		NP	Total
			T	P	T	P		
A. Formação Tecnológica	8530 CNQ	A.1. Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação <sup>1</sup>	11	14				25
	8531 CNQ	A.2. Abordagem Pré-hospitalar Básica às Emergências Médicas e de Trauma <sup>2</sup>	7	18				25
		A.3. Transporte Sanitário por Meio Terrestre	9	16				25
		A.4. Assistência de saúde, na vertente operacional, em Ambiente Militar	11	14				25
	6574 CNQ	A.5. Cuidados na higiene, conforto e eliminação	7	33		10		50
		A.6. Cuidados na alimentação e hidratação – Conceitos Básicos	5	20				25
	6571 CNQ	A.7. Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte	6	33		11		50
	6584 CNQ	A.8. Manutenção preventiva de equipamentos e reposição de materiais comuns às diferentes unidades e serviços da Rede Nacional de Cuidados de Saúde.	6	19				25
B. Diversos		B.1. Cerimónias Militares		2				2
		B.2. Educação Física		14				14
<b>TOTAL</b>			64	181		21		266

<sup>1</sup> Homologado pelo INEM

<sup>2</sup> Homologado pelo INEM

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b> Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b> SOC15
<b>DOC IVa</b> PLANO DE ESTUDOS	Página 2 de 12 Páginas

### 3.OBJETIVOS GERAIS

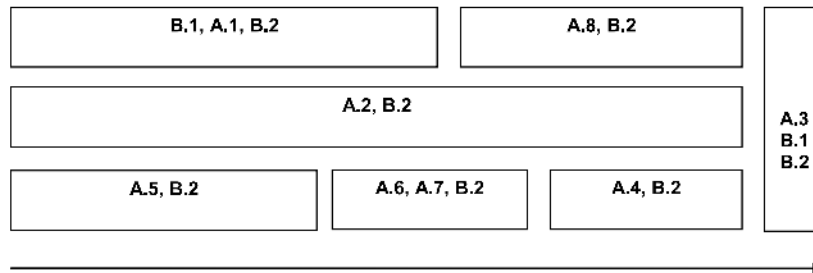
No final dos módulos os formandos deverão ser capazes de:

- ✓ Executar a reanimação de uma vítima.
- ✓ Prestar os Primeiros Socorros a uma vítima;
- ✓ Conduzir uma ambulância de emergência;
- ✓ Apoiar o socorro em ambiente militar;
- ✓ Colaborar na prestação de cuidados na higiene e conforto do utente;
- ✓ Apoiar na prestação de cuidados na alimentação e hidratação do utente;
- ✓ Apoiar no posicionamento, mobilização, transferência e transporte dos utentes;
- ✓ Apoiar na manutenção dos equipamentos e materiais de saúde.

### 4.ITINERÁRIO FORMATIVO

#### a. Precedência dos módulos

Através do exemplo abaixo, ilustra-se as precedências dos vários módulos que compõem o itinerário formativo, no sentido de precedência (esquerda para a direita)  
Os módulos A,C,D,F,G e J têm precedência sobre os módulos B,H,I e E.  
Os módulos A,C,D,F,G e J podem iniciar-se ao mesmo tempo e no início do curso. Por sua vez, todos os módulos de formação têm precedência sobre o módulo E.



NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 3 de 12 Páginas</b>	

**b. Cronograma**

MÓDULOS	TEMPO Semana						
	1	2	3	4	5	6	7
A.1	25						
A.2	9	16					
A.3							25
A.4						18	7
A.5		10	5	15	12	8	
A.6		4	2	11	9		
A.7		5	10	11	15	9	
A.8			18	3	4		
B.1	1						1
B.2	2	2	2	2	2	2	2

**5. CARACTERIZAÇÃO DE PESSOAL**

**a. Formandos:**

(1) Categoria / Posto

Praças do Exército, podendo ser frequentado por praças de outros ramos das Forças Armadas ou das Forças de Segurança.

(2) Requisitos:

(a) Requisitos académicos

12º Ano de Escolaridade.

(b) Requisitos profissionais

CFGCPE

(c) Outros

Estar habilitado com o certificado de condução de categoria B (civil ou militar).

(3) Quantitativos:

(a) N.º Mínimo de Formandos – 06;

(b) N.º Máximo de Formandos – 18.

(4) Consequências de não aproveitamento

(a) Reprovação:

Classificação final inferior a 10 valores.

(b) Exclusão:

1 Por motivos disciplinares;

2 Por excesso de faltas;

3 Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 4 de 12 Páginas</b>	

- (5) Consequências do aproveitamento  
Nada a referir.

**b. Formadores:**

- (1) Requisitos académicos  
Possuir no mínimo licenciatura.
- (2) Requisitos técnico-científicos  
- Os formadores devem ser licenciados nos cursos de medicina ou enfermagem.  
- Aos formadores é exigida a qualificação técnica profissional nas áreas de formação pelas quais são responsáveis.
- (3) Requisitos pedagógicos  
- Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores com o respetivo Certificado de Competências Pedagógicas (CCP) ou o Certificado de Aptidão Profissional (CAP).  
- Possuir preferencialmente experiência profissional no mínimo de três anos nas áreas de formação para as quais forem responsáveis, nos termos do definido na alínea c) do nº1 do Grupo I do Anexo II da Portaria nº 851/2010 de 6 de setembro.
- (4) Quantitativos  
- 1 Formador para 18 formandos nas aulas teóricas.  
- 1 Formando para 6 formandos nas aulas práticas.  
- 1 Auxiliar habilitado com o curso de socorrista para 18 formandos nas aulas teóricas e práticas.
- (5) Nomeação  
A nomeação dos formadores é feita pela Unidade de Formação a definir.

**6. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

**a. Financeiros**

Custos imputáveis à U/E/O	<b>27.663,91€</b>
Custos imputáveis à FN	<b>60.163,62€</b>

**b. Materiais**

<b>Descrição</b>	<b>Quantidade</b>
Projektor multimédia	1 Un
Computador	1 Un
Mesa para projetor	1 Un
Mesa para computador	1 Un

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Socorrismo	CÓDIGO:	SOC15
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	Página 5 de 12 Páginas	
	Tela para projeção		1 Un
	Quadro didatx		3 Un
	Cadeiras		19 Un
	Mesas secretárias		19 Un
	Armário arquivador		1 Un
	Saboneteira		2 Un
	Porta-rolos		2 Un
	Contentor de cortantes		3 Un
	Arquivador A4		2 Un
	Borracha		2 Un
	Caixa de cliques N.º 4		1 Un
	Conjunto de separadores		2 Un
	Corretor		2 Un
	Marcador fluorescente		3 Un
	Toner para impressora laser		1 Un
	Tubo de cola Stick 8g		1 Un
	Lápis		2 Un
	Afiador Lápis		1 Un
	Marcadores para quadro Didax		6 Un
	Esferográfica		4 Un
	Agrafador		2 Un
	Desagrafador		1 Un
	Caixa de agrafos		1 Un
	Bolsa catálogo A4		20 Un
	Furador		2 Un
	Marcador acetato		2 Un
	Pilha 1,5v		12 Un
	Caixa de pioneses		1 Un
	Conjunto post-it		2 Un
	Tesoura		2 Un
	X-ato		2 Un
	Resmas papel fotocópia A4		10 Un
	Apagador quadro branco c/ recargas		1 Un
	Caixa Luvas de latex		18 Un
	Lixívia		10 Lt
	Panos amarelos absorventes		14 Un
	Esfregões verdes		5 Un
	Esfregões		5 Un
	Frasco de álcool 70º		3 Un

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 6 de 12 Páginas</b>	

Sacos de lixo 30 Lt (30 sacos)	5 Rolos
Detergente Lavagem do chão	5 Lt
Vassoura industrial	2 Un
Pá do lixo	2 Un
Balde 15 Lt com espremedor	2 Un
Esfregona com cabo	2Un
Bolsa de socorrista	19Un
Manequim de Suporte Básico de Vida Adulto	3Un
Manequim de Suporte Básico de Vida Pediátrico	3Un
Cabeça de intubação	1Un
Desfibrilhador Automático Externo (DAE)	3Un
Eletrodos para DAE (Pare)	3Un
Plano duro	3Un
Colete de extração	3Un
Colar cervical	12Un
Cinto Aranha	3Un
Maca de vácuo	2Un
Maca Pluma	3Un
Ambú (insuflador manual)	3Un
Compressas 10*10 não estéreis	1000Un
Compressas 5*5 não estéreis	1000Un
Pensos campanha	18Un
Ligaduras 5cm	50Un
Ligaduras 10cm	50Un
Talas vários tamanhos	30Un
Tesoura	10Un
Betadine 500cc	10Un
Soro Fisiológico 500ml	20Un
Manta térmica	18Un
Aspirador de secreções	1Un
Sonda de aspiração	18Un
Garrafa de Oxigênio 2litros	3Un
Lenço Triangular	18Un
Garrote	18Un
Lençol para queimados	3Un
Obs.: material para o número máximo de formandos (18 formandos)	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 7 de 12 Páginas</b>	

**7. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM**

a. Tipo:

- (1) Avaliação Diagnóstica  
Garantida pela Direção de formação no início do curso.
- (2) Avaliação Formativa  
Garantida pelos formadores nos respetivos módulos ao longo do curso.
- (3) Avaliação Sumativa  
Avaliação sumativa dos módulos é garantida pelos respetivos formadores.  
Avaliação sumativa do curso é garantida pela direção de formação.

b. Instrumentos:

- (1) Avaliação Diagnóstica  
Teste diagnóstico.
- (2) Avaliação Formativa  
Testes escritos, questionários, grelhas de observação, testes práticos ou outro tipo de trabalhos.
- (3) Avaliação Sumativa  
Testes escritos e práticos.

c. Processamento da Avaliação:

- (1) Escalas

<b>ESCALAS DE CLASSIFICAÇÃO</b>	
<b>QUANTITATIVA</b>	<b>QUALITATIVA</b>
10 a 20	APTO
0 a 9,99	INAPTO

(2) Fórmula de classificação e aproveitamento

- 1 A.1, A.2, A.3, A.4, A.5, A.6, A.7 e A.8 através de teste(s) escrito(s) e prova(s) prática(s).
  - 2 A.1 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 3 A.2 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 4 A.3 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 5 A.4 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 6 A.5 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 7 A.6 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 8 A.7 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
  - 9 A.8 através da seguinte fórmula: Teste teórico+ Avaliação Prática/2
- $$CF = (A.1+A.2)+A.3+A.4+(A.5+A.6+A.7+A.8)$$

4

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 8 de 12 Páginas</b>	

- (3) Classificações:  
Devem ser apresentadas arredondadas às centésimas, os seguintes valores:
- (a) Classificação dos testes;
  - (b) Classificação dos módulos e parâmetros de avaliação de comportamento;
  - (c) Classificação final.
- (4) Faltas a ações de avaliação.  
O formando que, por motivo justificado, falte a uma prova de avaliação será submetido a uma prova com o mesmo grau de dificuldade na primeira oportunidade;  
Se a falta for injustificada, o formando terá nessa prova a classificação de zero valores, para além das eventuais consequências disciplinares.  
Nos Módulos certificados pelo INEM são aplicados os critérios definidos por estes.

**8. ORGANIZAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO**

**a. U/E/O responsável pelo curso**

A unidade formadora certificada a definir.

**b. Conselho Escolar/Curso**

- (1) É presidido pelo Comandante da Unidade Formadora a definir e terá a seguinte constituição:
- (a) Diretor de Formação;
  - (b) Diretor de Curso;
  - (c) Equipa de Formadores;
  - (d) Outros elementos considerados convenientes, para os assuntos a tratar.
- (2) Reúne quando existirem formandos em situação de exclusão e sempre que o Presidente do Conselho o entender.
- (3) As reuniões são registadas, pelo Diretor de Curso, em livro de ata.

**c. Direção/Secção de Formação**

Assegura a formação, execução, acompanhamento, controlo e avaliação do plano formativo e a gestão dos recursos afetos à atividade formativa, sendo responsável por:

- (1) Controlar a bolsa de formadores e outros agentes envolvidos;
- (2) Assegurar a operacionalidade das instalações e equipamentos afetos à formação;
- (3) Supervisão e classificação das provas de avaliação efetuadas aos formandos;
- (4) Assegurar a avaliação dos formandos, supervisando a classificação das provas efetuadas;
- (5) Conferência e envio da documentação que valide ou promova alterações no referencial do curso;
- (6) Garantir a existência atualizada do dossier técnico pedagógico da ação de formação;

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 9 de 12 Páginas</b>	

- (7) Antes da ação de formação:
  - (a) Com sete semanas de antecedência elaborar os horários, a fim de serem verificadas incompatibilidades;
  - (b) Com cinco semanas de antecedência introduzir no calendário colaborativo da avaliação a calendarização das avaliações em coordenação com a subseção de avaliação;
  - (c) Propor e disponibilizar os inquéritos de expectativas;
- (8) Com duas semanas de antecedência:
  - (a) Realizar a reunião inicial da ação de formação com a equipa de formadores e outras entidades necessárias com vista a verificar a existência de problemas ou sugestões de melhoramento no planeamento/programação;
  - (b) Fazer os pedidos de apoio e encaminha-os para o adjunto para a programação da unidade formadora (nomeadamente os pedidos de material de apoio para sessões de formação e avaliação), em coordenação com as equipas de formadores;
  - (c) Propor ao comandante da Unidade Formadora a definir o programa da cerimónia de abertura do curso, bem como o seu horário.
- (9) Elaborar o mapa de controlo final de formação e enviar para a Direção de Formação/CID para aprovação.

**d. Diretor de formação / Gestor de formação**

- (1) Requisitos
  - (a) Habilitação superior;
  - (b) Experiência profissional: 3 anos de funções técnicas em gestão e organização da formação ou formação profissional mínima de 150 horas na área da gestão e organização da formação e, eventualmente, na área pedagógica.
- (2) Funções
  - (a) Responsável pelo planeamento, execução, acompanhamento, controlo e avaliação da formação e pela gestão dos recursos afetos à atividade formativa.
  - (b) É o interlocutor privilegiado com o sistema de certificação, garantindo que as práticas formativas implementadas na Unidade Formadora a definir estão em harmonia com os requisitos de certificação.

**e. Diretor de curso / Coordenador pedagógico**

- (1) O Diretor de Curso é nomeado pelo Comandante da Unidade de Formação a definir, sob proposta do Diretor de Formação e deve ser Oficial desde que cumpra os seguintes requisitos:
  - (a) Habilitação superior;
  - (b) Estar habilitado com o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF);

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 10 de 12 Páginas</b>	

- (c) Experiência profissional: 3 anos de funções no desenvolvimento de atividades pedagógicas ou formação profissional mínima de 150 horas na área pedagógica ou profissionalização no ensino;
- (2) Tem as seguintes funções:
  - (a) Dirigir a ação de acordo com os regulamentos aprovados, os planos e os programas estabelecidos e as diretivas superiores;
  - (b) Garantir o cumprimento dos requisitos de validação do referencial do curso;
  - (c) Fiscalizar existência do certificado de competências pedagógicas dos formadores designados para as ações de formação;
  - (d) Garantir o processamento de toda a informação documental do curso;
- (3) Gerir os recursos afetos à atividade formativa, quando não for garantida pelo diretor de formação.

**f. Equipa de formadores**

No âmbito do sistema de formação a atividade de formador deve ser exercida por oficiais e sargentos, valorizando a experiência profissional adquirida fruto das funções desempenhadas. É desejável que reúnam o conjunto de requisitos/condições que a seguir se indicam:

(1) **Habilitação académica**

O formador deve possuir a habilitação académica adequada e possuir qualificação técnica igual ou superior ao nível a atribuir aos formandos à saída do curso.

(2) **Competência técnica/científica**

O formador deve dominar o conhecimento e os saberes específicos da área de formação a certificar, tendo por base a respetiva formação científica ou técnica e tecnológica.

(3) **Competência pedagógica**

A competência pedagógica constitui um fator decisivo na qualidade da formação, pelo que o formador deve:

- (a) Dominar conhecimentos, técnicas e atitudes facilitadores da aquisição e consolidação de saberes gerais e específicos, de âmbito prático e teórico, bem como de comportamentos específicos da atividade profissional;
- (b) Ter competências ao nível do planeamento, organização e controlo, coordenação e motivação do grupo, bem como de avaliação das aprendizagens desenvolvidas pelos formandos;
- (c) Preferencialmente ter experiência de 3 anos de funções nas áreas de formação desenvolvidas;
- (d) Possuir o curso de formação pedagógica inicial de formadores com o respetivo certificado de competências pedagógicas ou o certificado de aptidão pedagógica.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 11 de 12 Páginas</b>	

- (4) Os formadores devem possuir competências no domínio das tecnologias de informação e comunicação materializados, no mínimo, em conhecimentos informáticos, na ótica do utilizador.

**g. Outros agentes**

Quando utilizados, devem possuir as necessárias qualificações técnicas, adequadas à modalidade de formação selecionada bem como às formas de organização e destinatários.

**h. Reclamações e recursos das classificações**

- (1) O formando a quem se suscite dúvidas sobre classificações de provas ou trabalhos escritos ou informações de aproveitamento, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data da respetiva publicação, requerer ao Diretor de Formação da Unidade Formadora a definir a sua revisão. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 5 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (2) Quando em qualquer dos casos a que se refere o número anterior o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Comandante da Unidade Formadora a definir, que decidirá no prazo de 8 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação;
- (3) O formando a quem se suscitem dúvidas sobre a classificação final do curso, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data de publicação em OS, requerer ao Comandante da Unidade Formadora a definir o esclarecimento da sua classificação. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 8 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;
- (4) Caso o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 05 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Exmo. MGen Diretor de Formação/CID, que decidirá no prazo de 15 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação.

**i. Repetição do Curso**

Nada a referir.

**j. Regime de faltas**

São admitidas faltas justificadas até 10% dos Tempos Escolares programados. No caso de este limite ser excedido, o Comandante da Unidade Formadora a definir, ouvido o conselho de curso, decide a continuação ou exclusão do formando da frequência do curso.

**k. Duração**

266 TF (dos quais 21 TF são noturnos), divididos por 35 DUF.

**l. Durabilidade**

Nada a referir.

**m. Relação ensino-aprendizagem**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	<b>Página 12 de 12 Páginas</b>	

Presencial, sendo obrigatória a presença dos formandos em todas as atividades de respetivo horário e demais atividades fixadas pela direção do curso.

**n. Critérios de reprovação e exclusão**

(1) Reprovação:

Classificação final inferior a 10 valores.

(2) Exclusão:

(a) Por motivos disciplinares;

(b) Por excesso de faltas;

(c) Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.

**o. Validade da qualificação**

(1) O curso de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT) perde a qualificação ao fim de 3 anos.

(2) Os módulos A.1 – “Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vitima e Reanimação.” e A.2 – “Abordagem Pré-hospitalar Básica às Emergências Médicas e de Trauma” tem uma durabilidade de 3 anos. A restante formação mantém-se válida desde que no exercício da função.

**p. Diplomas/Certificados**

(1) O aproveitamento do curso é comprovado através do certificado de qualificações e do certificado de formação profissional, respetivamente, para a formação modular (UFCD) com similitude no catálogo nacional de qualificações e para a outra formação profissional.

(2) Cartão individual de identificação, certificativo em como o portador se encontra habilitado com o curso de Tripulante de Ambulância de Transporte, mencionando o número atribuído e a validade da formação.

**9. ESTÁGIOS**

Não aplicável.

**10. ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR**

(Anexo A – Especificação da Estrutura Modular)

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

**Anexo A – Especificação da Estrutura  
Modular**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 1 de 10 Páginas	

<b>ÁREA CURRICULAR</b>	<b>A – Formação Tecnológica</b>	Duração 250 Horas
------------------------	---------------------------------	----------------------

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.1/8530 CNQ - Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vítima e Reanimação</b>	Duração 25 Horas
--------------------	---	---------------------

<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.1.1.Executar a reanimação de uma vítima.
---------------------------	--

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.1.1.1 Conhecer o Sistema de Emergência Médica.	1h					
A.1.1.2 Demonstrar conhecimentos de anatomia e fisiologia do corpo humano.	6h					
A.1.1.3 Executar o exame da vítima	0h,30	1h30'				
A.1.1.4 Administrar oxigénio a uma vítima	0h,30'	1h30'				
A.1.1.5 Executar o Suporte Básico de Vida Adulto com Desfibrilhação Automática Externa	1h	5h				
A.1.1.6 Executar o Suporte Básico de Vida Pediátrico	1h	3h				
A.1.1.7 Praticar o Suporte Básico de Vida		3h				
Avaliação	1h					
<b>Total</b>	<b>11h</b>	<b>14h</b>				<b>25h</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 2 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.2/8531 CNQ - Abordagem Pré-hospitalar Básica às Emergências Médicas e de Trauma</b>	Duração 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.2.1. Prestar os Primeiros Socorros a uma vítima.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
A.2.1.1 Identificar os sinais e sintomas das emergências médicas mais comuns numa vítima.	2h					
A.2.1.2 Identificar os cuidados a ter no apoio ao parto iminente.	1h					
A.2.1.3 Prestar a assistência a uma vítima nas emergências médicas mais comuns		3h				
A.2.1.4 Apoiar o parto iminente.		1h				
A.2.1.5 Identificar os sinais e sintomas das emergências de trauma.	3h					
A.2.1.6 Praticar imobilização de membros		2h				
A.2.1.7 Efetuar o controlo de hemorragias		1h				
A.2.1.8 Aplicar pensos numa ferida		1h				
A.2.1.9 Demonstrar técnicas de trauma		4h				
A.2.1.10 Executar técnicas de trauma		4h				
Avaliação	1h	2h				
<b>Total</b>	<b>7h</b>	<b>18h</b>				<b>25h</b>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 3 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.3 Transporte Sanitário por Meio Terrestre</b>	<b>Duração</b> 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.3.1. Conduzir uma ambulância de emergência.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
A.3.1.1 Identificar a regulamentação aplicável à marcha de emergência.	1h					
A.3.1.2 Reconhecer os diferentes modelos de veículos de emergência médica.	1h					
A.3.1.3 Conhecer a fisiopatologia do transporte sanitário.	1h					
A.3.1.4 Participar na manutenção e reposição do material da ambulância.	1h	1h				
A.3.1.5. Reconhecer os cuidados a ter no transporte de doentes em situações especiais	1h					
A.3.1.6 Reconhecer a necessidade de manter preventivamente o veículo sanitário	1h					
A.3.1.7 Efetuar técnicas de condução defensiva.	1h	4h				
A.3.1.8 Reconhecer o comportamento dinâmico de viaturas	1h					
A.3.1.9 Efetuar técnicas de condução em qualquer piso		10h				
Avaliação	1h	1h				
<b>Total</b>	<b>9h</b>	<b>16h</b>				<b>25h</b>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Socorrismo	CÓDIGO:	SOC15
Especificação da Estrutura Modular		Página 4 de 10 Páginas	

MÓDULO/UFCD	<b>A.4. Assistência de saúde, na vertente operacional, em Ambiente Militar</b>				Duração 25 Horas	
Objetivo(s) Gerais	A.4.1. Apoiar o socorro em ambiente militar.					
Objetivos Específicos						
	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.4.1.1. Reconhecer as diferentes fases assistenciais no tratamento inicial do ferido em combate.	30'					
A.4.1.2. Utilizar o material da bolsa de primeiros socorros	30'	30'				
A.4.1.3. Executar a avaliação inicial do ferido	30'		2h			
A.4.1.4. Aplicar cuidados nas lesões comuns em combate	30'		1,30h			
A.4.1.5. Efetuar o controlo de hemorragias	30'	30'				
A.4.1.6. Prestar assistência a um queimado	30'					
A.4.1.7. Assistir uma vítima politraumatizada	30'		3h			
A.4.1.8. Efetuar triagem multivítimas	30'	30'				
A.4.1.9. Aplicar as técnicas de transporte de feridos			1h			
A.4.1.10. Apoiar a equipa de Suporte Avançado de Vida	30'		3h			
A.4.1.11. Reconhecer as medidas de segurança na assistência de vítimas em ambiente NBQ	1h					
A.4.1.12. Assistir uma vítima de trauma ambiental (calor/frio)	1h					
A.4.1.13. Assistir uma vítima por mordeduras e picadas	1h					
A.4.1.14. Assistir uma vítima por stress de combate	1h					
A.4.1.15. Assistir um militar nas patologias comuns em campanha	1h					
A.4.1.16. Reconhecer a Doutrina Sanitária Militar	30'					
	Avaliação	1h	2h			
	Total	11h	14h			25h

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Socorrismo	CÓDIGO:	SOC15
Especificação da Estrutura Modular		Página 5 de 10 Páginas	

MÓDULO/UFCD	A.5./ 6574 CNQ - Cuidados na higiene, conforto e eliminação	Duração 50 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.5.1. Colaborar na prestação de cuidados na higiene e conforto do utente.	

Objetivos  
Específicos

	Tempos de Formação (H)					NP	Total
	Diurno		Noturno				
	T	P	T	P			
A.5.1.1 Identificar as funções do socorrista.	30'						
A.5.1.2 Reconhecer a importância da comunicação na prestação de cuidados de saúde.	1h						
A.5.1.3 Reconhecer as necessidades humanas básicas.	1h						
A.5.1.4 Reconhecer os cuidados de higiene a prestar a um utente.	1h						
A.5.1.5 Reconhecer os cuidados de apoio na eliminação vesical e intestinal.	1h						
A.5.1.6 Simular técnicas de higiene a um utente.		3h					
A.5.1.7 Executar técnicas de higiene com supervisão.		15h		5h			
A.5.1.8 Simular técnicas de apoio à eliminação.		2h					
A.5.1.9 Executar técnicas de apoio na eliminação vesical e intestinal com supervisão.		6h		5h			
A.5.1.10 Reconhecer os produtos de eliminação vesical e intestinal.	1h						
A.5.1.11 Simular técnicas de substituição de roupa da cama.		2h					
A.5.1.12 Aplicar técnicas de substituição de roupa de cama com supervisão.		3h					
A.5.1.13 Reconhecer os cuidados a ter com os resíduos.	30'						
Avaliação	1h	2h					
<b>Total</b>	<b>7h</b>	<b>33h</b>		<b>10h</b>		<b>50h</b>	

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 6 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.6. Cuidados na alimentação e hidratação – Conceitos Básicos</b>	Duração 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.6.1. Apoiar na prestação de cuidados na alimentação e hidratação do utente.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.6.1.1 Reconhecer as noções básicas da alimentação.	1h					
A.6.1.2 Reconhecer os principais riscos associados à alimentação.	1h					
A.6.1.3 Identificar as tarefas que têm de ser executadas sob supervisão do profissional de saúde.	1h					
A.6.1.4 Reconhecer as dietas terapêuticas.	1h					
A.6.1.5 Preparar um tabuleiro de alimentação.			3h			
A.6.1.6 Apoiar nas técnicas de alimentação.			14h			
A.6.1.7 Aplicar medidas de prevenção das intoxicações alimentares.			3h			
Avaliação	1h					
<b>Total</b>	<b>5h</b>	<b>20h</b>				<b>25h</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 7 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.7./6571CNQ - Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte</b>	Duração 50 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.7.1. Apoiar no posicionamento, mobilização, transferência e transporte dos utentes.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.7.1.1 Reconhecer as consequências da imobilidade nos sistemas orgânicos.	1h					
A.7.1.2 Reconhecer os princípios a aplicar nos posicionamentos.	1h					
A.7.1.3 Simular técnicas de posicionamentos dos utentes.		2h				
A.7.1.4 Apoiar nas técnicas de posicionamentos dos utentes		4h		8h		
A.7.1.5 Reconhecer os princípios a aplicar nas transferências dos utentes.	1h					
A.7.1.6 Simular técnicas de transferências dos utentes.		2h				
A.7.1.7 Apoiar nas técnicas de transferências dos utentes.		12h		1h		
A.7.1.8 Reconhecer os princípios a aplicar no transporte de utentes.	1h					
A.7.1.9 Apoiar no transporte dos utentes.		11h		2h		
A.7.1.10 Reconhecer o risco ocupacional na manipulação de cargas.	1h					
Avaliação	1h	2h				
<b>Total</b>	<b>6h</b>	<b>33h</b>		<b>11h</b>		<b>50h</b>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>Socorrismo</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>SOC15</b>
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 8 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>A.8./6584CNQ - Manutenção preventiva de equipamentos e reposição de materiais comuns às diferentes unidades e serviços da Rede Nacional de Cuidados de Saúde.</b>	Duração 25 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	A.8.1. Apoiar na manutenção dos equipamentos e materiais de saúde.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.8.1.1 Reconhecer os cuidados a que devem ser submetidos os equipamentos de uso comum.	1h					
A.8.1.2 Apoiar na manutenção do equipamento		4h				
A.8.1.3 Reconhecer os cuidados a que devem ser submetidos os materiais de uso comum	1h					
A.8.1.4 Reconhecer o processo de esterilização do material sanitário.	1h					
A.8.1.5 Apoiar na preparação de material para esterilização.		4h				
A.8.1.6 Reconhecer os princípios da reposição dos materiais.	1h					
A.8.1.7 Apoiar na reposição de materiais de saúde		11h				
A.8.1.8 Reconhecer os riscos com o manuseamento do material e equipamento	1h					
Avaliação	1h					
<b>Total</b>	<b>6h</b>	<b>19h</b>				<b>25h</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 9 de 10 Páginas	

<b>ÁREA CURRICULAR</b>	<b>B – Diversos</b>	Duração 16 Horas
------------------------	---------------------	---------------------

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>B.1 Cerimónias Militares</b>	Duração 02 Horas
--------------------	---------------------------------	---------------------

<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.1.1 Efetuar as cerimónias militares
---------------------------	---------------------------------------

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
B.1.1.1 Efetuar a cerimónia de apresentação do curso		1h				1h
B.1.1.2 Efetuar a cerimónia de encerramento do curso		1h				1h
<b>Total</b>		2h				2h

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Socorrismo	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>Especificação da Estrutura Modular</b>		Página 10 de 10 Páginas	

<b>MÓDULO/UFCD</b>	<b>B.2 - Educação Física Militar</b>	Duração 14 Horas
<b>Objetivo(s) Gerais</b>	B.2.1 Manter a condição física.	

**Objetivos Específicos**

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
B.2.1.1. Manter a condição física de base no âmbito das funções cardiorrespiratórias.		4h				4h
B.2.1.2. Desenvolver o espírito de equipa.		3h				3h
B.2.1.3. Aperfeiçoar as técnicas da prática da Educação Física		3h				3h
B.2.1.4. Manter a condição física de base no âmbito do sistema musculoesquelético.		4h				4h
<b>Total</b>		14h				14h

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

**IVb – Especificação da Formação**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICAD

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>SOCORRISMO</b>		<b>Código:</b>	<b>SOC15</b>									
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>Página 1 de 45 Páginas</b>										
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%; text-align: center;"><b>A</b></td> <td style="width: 20%; text-align: center;"><b>ÁREA CURRICULAR</b></td> <td style="width: 70%;">Formação Tecnológica</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>A.1.</b></td> <td style="text-align: center;"><b>MÓDULO</b></td> <td>Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vitima e Reanimação</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"><b>A.1.1</b></td> <td style="text-align: center;"><b>OBJETIVO GERAL</b></td> <td>Executar a reanimação de uma vítima</td> </tr> </table>					<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica	<b>A.1.</b>	<b>MÓDULO</b>	Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vitima e Reanimação	<b>A.1.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar a reanimação de uma vítima
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica											
<b>A.1.</b>	<b>MÓDULO</b>	Sistema Integrado de Emergência Médica, Abordagem à Vitima e Reanimação											
<b>A.1.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Executar a reanimação de uma vítima											
			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;"><b>Duração (TF)</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>250 H</td> <td></td> </tr> <tr> <td>25 H</td> <td></td> </tr> </table>		<b>Duração (TF)</b>		250 H		25 H				
<b>Duração (TF)</b>													
250 H													
25 H													
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.<sup>a</sup></b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios</b>	<b>Avaliação</b>	<b>Domínio do Saber</b>							
<b>A.1.1.1.</b>	Fases do Sistema Integrado da Emergência Médica e seus Intervententes.	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral)	RTP	Equip.	Fichas individuais							
	Meios não INEM e meios INEM. Subsistemas do INEM.		Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)				Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa	Cognitivo			
<b>A.1.1.2.</b>	Planos Anatômicos	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Fichas individuais							
	Posições Corporais Regiões do Corpo Sistema Esquelético Sistema Muscular Sistema Nervoso Sistema Endócrino Sentidos (visão, tato, audição, olfato e gosto) Pele						Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Sumativa	Cognitivo				

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 2 de 45		Páginas		
		Aparelho Circulatório Aparelho Respiratório Aparelho Digestivo Aparelho Urinário Aparelho Reprodutor Anatomia e Fisiologia da Gravidez						
A.1.1.3.	Abordagem à Vítima Avaliação Primária Definição de Vítima Crítica Avaliação Secundária Oxigenioterapia	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos mochila do socorrista	Projetor multimídia, tela, computador, mochila do socorrista	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
			Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Ativo (simulações práticas)			Sumativa	Teste escrito	
A.1.1.4.	Princípios da Oxigenioterapia Adjuvantes da Via Aérea	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos Equipamento de oxigenioterapia, Cabeça para entubação, Aspirador de secreções	Projetor multimídia, tela, computador. Equipamento de oxigenioterapia, Cabeça para entubação, Aspirador de secreções.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
			Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Ativo (simulações práticas)			Sumativa	Teste escrito	
A.1.1.5.	Cadeia de Sobrevivência	Manual INEM –	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos manequim de	Projetor multimídia, tela,	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 3 de 45		Páginas		
	Riscos para o Reanimador Algoritmo do Suporte Básico de Vida Algoritmo do Suporte Básico de Vida com DAE Posição Lateral de Segurança Algoritmo de Desobstrução da Via Aérea	TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)  Ativo (simulações práticas)	SBV, DAE, poket mask	computador, manequim de SBV, DAE, poket mask.	Sumativa	Teste escrito	Psicomotor
A.1.1.6.	Especificidades da Cadeia de Sobrevivência em Suporte Básico de Vida Pediátrico Relação compressões/ventilações em pediatria Manobras de desobstrução da Via Aérea em Vítilma Pediátrica.	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)  Ativo (simulações práticas)	Dispositivos manequim de SBV pediátrico, poket mask	Projektor multimídia, tela, computador, manequim de SBV pediátrico, poket mask.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
			Sumativa			Teste escrito		
A.1.1.7.	Algoritmo de Suporte Básico de Vida	Manual INEM – TAS/TAT	Ativo (simulações práticas) Interrogativo (perguntas abertas)	Manequim de SBV Adulto e Pediátrico, poket mask	Manequim de SBV Adulto e Pediátrico, poket mask	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
			Sumativa			Teste escrito		

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>		<b>SOCORRISMO</b>		<b>SOC15</b>				
<b>DOC IV b</b>		<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>Código:</b> <b>Página 4 de 45 Páginas</b>				
<b>A</b>		<b>ÁREA CURRICULAR</b>		<b>Duração (TF)</b>				
<b>A.2.</b>		Formação Tecnológica		250H				
<b>A.2.1.</b>		Abordagem Pré-Hospitalar Básica às Emergências Médicas e de Trauma		25 H				
<b>OBJETIVO GERAL</b>		Prestar os Primeiros Socorros a uma Vítima						
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.<sup>a</sup></b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios RTP</b>	<b>Equip.</b>	<b>Avaliação Tipo</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Domínio do Saber</b>
<b>A.2.1.1.</b>	Emergências médicas frequentes: Sinais e Sintomas de dor torácica de origem cardíaca e não cardíaca) Sinais e Sintomas de Dispneia (Asma, DPOC, EAP) e causas mais comuns Sinais, Sintomas e causas de AVC (hemorrágico e isquêmico) Sinais, Sintomas e causas das crises Convulsivas. Sinais e Sintomas da alteração da glicemia. (hipo/hiperglicemia) Avaliação de vítima de Intoxicação.	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
						Sumativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Código:	SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 5 de 45 Páginas		
A.2.1.2.	Questões importantes quando se assiste uma grávida. Abordagem ao parto iminente cefálico.	Manual INEM – TAS/TAT	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos Kit partos, Manequim de Partos	Projetor multimídia, tela, computador, Kit partos, Manequim de Partos	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
						Sumativa	Teste escrito	
A.2.1.3.	Abordagem a vítima de: Dor torácica de origem cardíaca e não cardíaca. -Dispneia (Asma, DPOC, EAP). AVC (hemorrágico e isquêmico). Crises Convulsivas Hipo/hiperglicemia. Intoxicação (incluindo por monóxido carbono)	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas ) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Manequins de treino, mochila do socorrista, Garrafa de oxigênio com sistema para administração de O2.	Manequins de treino, mochila do socorrista, Garrafa de oxigênio com sistema para administração de O2.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
						Sumativa	Teste escrito	
A.2.1.4.	Posicionamento da Grávida e material necessário. Expulsão do Bebê. Cuidados com o recém-nascido e expulsão da placenta. Transporte da mãe e RN.	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas ) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Manequim parto, Kit e mochila do socorrista	Manequim parto, Kit e mochila do socorrista	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
						Sumativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 6 de 45		Páginas		
A.2.1.5.	Principais tipos de traumatismos: Sinais e sintomas associados a hemorragias graves, e feridas. Sinais e sintomas a trauma de membros por fraturas, amputação e objetos empalados. Queimadura ( causas, profundidade e extensão)	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
						Sumativa	Teste escrito	
						A.2.1.6.	Atuação geral em vítima de fraturas (Tração, Alimento e Imobilização)	Manual INEM – TAS/TAT
Sumativa	Teste escrito							
A.2.1.7.	Métodos disponíveis para controlo da hemorragia. (pressão direta, garrote, elevação do membro, compressão indireta.)	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas ) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações praticas)	Manequins de treino, mochila do socorrista, garrotes	Manequins de treino, mochila do socorrista, garrotes.			
						Sumativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 7 de 45 Páginas				
A.2.1.8.	Aplicação de pensos em feridas abertas. Limpeza e desinfecção das feridas. Material para execução de penso. Lavagem das mãos.	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas ) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Manequins de treino, mochila do socorrista	Manequins de treino, mochila do socorrista,	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
	Demonstrar as Técnicas de trauma: Estabilização da cervical com a colocação do colar cervical. Remoção do capacete. Rolamento e levantamento da vítima e sua imobilização em plano duro. Extração de vítimas com recurso a colete de extração, maca scoop e maca coquille. Extração rápida da vítima com recurso a Chave de Rauteq.	Manual INEM – TAS/TAT	Interrogativo (perguntas abertas ) Demonstrativo (demonstração)	Manequins de treino, mochila do socorrista. Maca scoop, maca coquille, Plano duro, colete de extração, colar cervical, cinto aranha, maca scoop.	Manequins de treino, mochila do socorrista, Maca scoop, maca coquille, Plano duro, colete de extração, colar cervical, cinto aranha, maca scoop.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
A.2.1.9.						Formativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15			
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO						
Página 8 de 45 Páginas							
<p><b>A.2.1.10.</b></p>	<p>Executar as técnicas de trauma:            Estabilização da cervical com a colocação do colar cervical.            Remoção do capacete.            Rolamento e levantamento da vítima e sua imobilização em plano duro.            Extração de vítimas com recurso a colete de extração, maca scoop e maca coquille.            Extração rápida da vítima com recurso a Chave de Rautek</p>	<p>Manual INEM – TAS/TAT</p>	<p>Interrogativo (perguntas abertas)             Ativo (simulações práticas)</p>	<p>Manequins, mochila do socorrista, Maca scoop, maca coquille, Plano duro, colete de extração, colar cervical, maca scoop</p>	<p>Manequins, mochila do socorrista, Maca scoop, maca coquille, Plano duro, colete de extração, colar cervical, maca scoop.</p>	<p>Fichas individuais</p> <p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p>	<p>Afetivo            Cognitivo            Psicomotor</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>SOCORRISMO</b>		<b>Código:</b>	<b>SOC15</b>		
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>Página 9 de 45 Páginas</b>			
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica	<b>Duração (TF)</b>			
<b>A.3.</b>	<b>MÓDULO</b>	Técnicas de condução de emergência	250 H			
<b>A.3.1.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Conduzir uma ambulância de emergência	25 H			
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.ª</b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios</b>	<b>Avaliação</b>	<b>Domínio do Saber</b>
<b>A.3.1.1.</b>	Introdução à segurança rodoviária: Indicadores de sinistralidade Evolução da sinistralidade rodoviária Legislação sobre a marcha de emergência Sinalização e progressão em marcha de emergência Regulamento de transporte de doentes em ambiente civil e militar Funções do condutor de transporte sanitário Conceitos	Regulamentos de transporte de doentes	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	RTP Equip. Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Cognitivo
					Fichas individuais	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15			
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO						Página 10 de 45 Páginas	
		urgência/emergência médica/Catástrofe							
		Veículos de transporte sanitário nas FFAA							
<b>A.3.1.2.</b>		Classificação de veículos de transporte sanitário							
		Requisitos técnico-sanitários das ambulâncias							
		Pessoal de transporte sanitário							
		Veículos táticos adaptados como veículos de transporte sanitário							
			Manual a definir	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Fichas individuais		
				Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)			Sumativa	Teste escrito	Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 11 de 45 Páginas			
A.3.1.3.	Fisiopatologia do transporte sanitário; Variações de velocidade; aceleração/ desaceleração; Vibrações Temperatura; Altitude. Limitações do transporte sanitário Documentação do transporte sanitário	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projeter multimídia, tela, computador	Formativa Fichas individuais	Cognitivo
						Sumativa Teste escrito	
A.3.1.4.	Equipamentos e materiais sanitários; Equipamento cardiovascular Equipamento oxigenioterapia -Equipamento de traumatologia		Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos Ambulância equipada	Projeter multimídia, tela, computador, Ambulância equipada	Sumativa Teste escrito Prova Prática	Cognitivo Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO



NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 13 de 45 Páginas			
	Sinais prioritários do veículo Sistema elétrico Elementos de segurança (pneus, travões) Nível de combustível	Manual a definir	Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	computador	Formativa Fichas individuais Registos de Observação		Cognitivo
A.3.1.7.	Efetuar técnicas de condução defensiva; Procedimentos relativos ao condutor;	Manual a definir	Expositivo (exposição oral/trabalhos práticos)	Ambulância categoria "B"	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor
	Procedimentos relativos à viatura; Procedimentos relativos à via de circulação;		Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)		Sumativa	Prova prática	
A.3.1.8.	Técnicas de condução de ambulância de emergência	Manual a definir	Demonstrativo (demonstração)	Diapositivos	Formativa	Fichas individuais	Cognitivo
	Comportamento dinâmico de viaturas; Fatores que influenciam o comportamento dinâmico de uma viatura		Ativo (exercícios de condução)		Sumativa	Prova prática	
			Expositivo (exposição oral/trabalhos práticos)	Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Cognitivo
			Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)		Sumativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 14 de 45 Páginas	
		fechadas)	
	O Comportamento dinâmico de uma viatura		
	Exercícios práticos de condução: Condução avançada em estrada com viatura categoria "B" Condução avançada fora de estrada, com viatura categoria "B"	Demonstrativo (demonstração) Ativo (exercícios de condução)	Ambulância tipo "B" Ambulância tipo "B"
<b>A.3.1.9.</b>	Manual a definir		
		Formativa	Fichas individuais
		Sumativa	Teste escrito
			Cognitivo Psicomotor Afetivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:	SOC15						
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 15 de 45 Páginas							
A		ÁREA CURRICULAR	Formação Tecnológica	<table border="1"> <tr> <th colspan="2">Duração (TF)</th> </tr> <tr> <td>250 H</td> <td></td> </tr> <tr> <td>25 H</td> <td></td> </tr> </table>		Duração (TF)		250 H		25 H	
Duração (TF)											
250 H											
25 H											
A.4.		MÓDULO	Assistência de saúde, na vertente operacional, em Ambiente Militar								
A.4.1		OBJETIVO GERAL	Apoiar o socorro em ambiente militar								
Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios RTP	Equip.	Avaliação Tipo	Instrumentos	Domínio do Saber			
A.4.1.1.	Socorro em ambiente militar: Em Campanha: Em tempo de Paz Em situação de guerra (Sob fogo inimigo; sob proteção de fogo; Evacuação)	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimédia, tela, computador	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo			
						Formativa	Registos de Observação				
A.4.1.2.	Bolsa de socorro: Tipos de Bolsas de socorro Bolsa do socorrista Material existente Outro material Reposição de material Documentação de registo de vítimas	Manual a definir Fichas de conteúdos bolsa de socorro	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (jogos)	Diapositivos Bolsa de socorrista completa	Projetor multimédia, tela, computador Bolsa de socorrista completa Folha de registo de vítimas (a criar)	Sumativa	Teste teórico escrito	Cognitivo			
						Formativa	Fichas individuais Registos de Observação	Psicomotor			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 16 de 45		Páginas	
A.4.1.3.	<p>Avaliação fentdo: Condições de segurança, Exame da vítima Lesões críticas por armas de fogo e exposões Pedido de evacuação (CASEVAC, MEDEVAC)</p> <p>-Como solicitar ajuda diferenciada (Formato Nato "9line Request", outros modelos)</p>	Manual a definir STANAG 2087	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração)</p> <p>Ativo (Simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos</p> <p>Bolsa de socorrista</p> <p>Folha de registo de vítimas (a criar)</p> <p>Folha tipo 9 line</p> <p>Rádio 425 ou outro</p>	<p>Projetor multimédia, tela, computador</p> <p>Bolsa de socorrista</p> <p>Folha de registo de vítimas (a criar)</p> <p>Folha tipo 9 line</p> <p>Rádio 425 ou outro</p>	<p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p> <p>Prova prática</p>	<p>Cognitivo</p> <p>Psicomotor</p> <p>Afetivo</p>
	A.4.1.4.	<p>Primeiros socorros lesões em combate: Tipos de lesões comuns em combate Trauma abdominal Trauma torácico Lesões extremidades Trauma crânio-encefálico Feridas por projéteis Bancas Práticas (1. Trauma torácico, 2. Trauma abdominal, 3. Trauma extremidades)</p>	Manual a definir	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração)</p> <p>Ativo (Simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos</p> <p>Bolsa de socorrista</p> <p>Folha de registo de vítimas (a criar)</p> <p>Material descompressão pneumotórax</p> <p>Conjunto talas</p> <p>Colar cervical</p>	<p>Projetor multimédia, tela, computador</p> <p>Bolsa de socorrista</p> <p>Folha de registo de vítimas (a criar)</p> <p>Material descompressão pneumotórax</p> <p>Conjunto talas</p> <p>Colar cervical</p>	<p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p> <p>Prova prática</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15	
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 17 de 45 Páginas		
A.4.1.5.	<p>Controlo de Hemorragias: Conceitos/sintomas/ Classificação Controlo de hemorragia em campanha Uso do garrote (critérios de aplicação/ complicações/ diferentes modelos/ improvisação) Agentes hemostáticos (tipos/modo de aplicação) Primeiros socorros nas hemorragias simples/e em combate Bancas práticas</p>	<p>Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (Simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos Equipamento Bolsa de socorrista Garrotes Material improvisação de garrote Agentes Hemostáticos</p>	<p>Projetor multimédia, tela, computador Bolsa de socorrista Garrotes Material improvisação de garrote Agentes Hemostáticos</p>	<p>Sumativa Teste escrito Prova prática</p> <p>Formativa Fichas Individuais</p> <p>Cognitivo Psicomotor Afetivo</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO						Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO						Página 18 de 45 Páginas	
A.4.1.6.	<p>(1. Improvisação garrote 2. Aplicação garrote de campanha/improvisada do ou não, 3. Controlo hemorragia por outros métodos)</p> <p>Queimaduras: (Etiologia/ Classificação) Determinação superfície corporal queimada Fisiopatologia Gravidade das queimaduras Fatores que agravam o prognóstico Lesões associadas Primeiros socorros Erros comuns no tratamento dos queimados Monitorização da vítima queimada Cuidados no transporte do doente queimado</p>	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos Lenço para queimados	Projetor multimédia, tela, computador Lenço para queimados	Sumativa	<p>Teste teórico escrito</p> <p>Registos de Observação</p>	Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 19 de 45 Páginas				
A.4.1.7.	<p>Poli-traumatizado:                      Conceito                      Mortalidade                      Rabdomiólise                      Síndrome                      Compartimental                      Tratamento inicial                      Controle da dor                      Profilaxia tétano                      Bancas Práticas                      (1.Ferido por                      explosão, 2.Ferido                      por arma de                      fogo, 3.Ferido em                      choque)</p>	Manual a definir	<p>Expositivo                      (exposição oral)                      Interrogativo                      (perguntas abertas / fechadas)                      Demonstrativo                      (demonstração)                      Ativo                      (Simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos                      Bolsa de socorrista                      Manta térmica</p>	<p>Projetor multimídia, tela, computador                      Bolsa de socorrista                      Manta térmica</p>	<p>Sumativa</p>	<p>Teste escrito                      Prova Prática</p>	Cognitivo Psicomotor
	<p>Fichas individuais                      Registos de Observação</p>	<p>Formativa</p>	<p>Formativa</p>	<p>Formativa</p>	<p>Formativa</p>			
A.4.1.8.	<p>Triagem:                      Conceito, princípios,                      Caracterização de                      Modelos de Triagem                      (Triagem de guerra,                      SIEVE, START e em                      ambiente NBQ)                      Etiquetas de triagem                      (modelos)</p>	Manual a definir	<p>Expositivo                      (exposição oral)                      Interrogativo                      (perguntas abertas / fechadas)                      Demonstrativo                      (demonstração)                      Ativo                      (Simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos                      Bolsa de socorrista                      Etiquetas/                      Cartões de triagem</p>	<p>Projetor multimídia, tela, computador                      Bolsa de socorrista                      Etiquetas/                      Cartões de triagem</p>	<p>Sumativa</p>	<p>Teste escrito                      Prova Prática</p>	Cognitivo Psicomotor Afetivo
	<p>Registos de Observação                      Fichas individuais</p>	<p>Formativa</p>	<p>Formativa</p>	<p>Formativa</p>				

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Código:	SOC15
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 20 de 45 Páginas	
A.4.1.9.	Transporte de Feridos: Conceitos e princípios no transporte de feridos; Materiais de transporte de feridos; Técnicas de transporte de vítimas com um socorrista; Técnicas de transporte de vítimas com dois ou mais socorristas; Improvisação de macas.	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (Simulações práticas)	Bolsa de socorrista Material improvisação macas (paus, cobertores) Vítimas simuladas conscientes e inconscientes	Bolsa de socorrista Material improvisação macas (paus, cobertores) Vítimas simuladas conscientes e inconscientes	Sumativa Teste teórico escrito Prova prática	Cognitivo Psicomotor
	SAV conceito Apoio do socorrista A.Via aérea: 1. Extração corpos estranhos (pinça Magill) 2. Aspiração de secreções (material/técnica/ papel socorrista/ manutenção) 3. Tubo guedel (técnica) 4. Intubação orotraqueal B. Ventilação: 1. Ventiladores mecânicos/	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (Simulações práticas)	Diapositivos Bolsa de socorrista Pinça Magill Aspirador de secreções Sondas de aspiração Tubos de Guedel Material descompressão pneumotórax Kit intraóssea Conjunto material para aplicação	Projetor multimídia, tela, computador Bolsa de socorrista Pinça Magill Aspirador de secreções Sondas de aspiração Tubos de Guedel Material descompressão	Sumativa Teste escrito Prova prática	Cognitivo Psicomotor Afetivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 21 de 45 Páginas	
	<p>Material necessário/ papel do socorrista 2.Descompressão pneumotórax (Sinais e sintomas/material necessário/papel do socorrista/transporte/ vigilância) <b>C. Administração fármacos e fluidos:</b> 1.Canalização veias (material necessário/ técnica/papel do socorrista) 2.Acesso intraósseo (material necessário/ técnica/papel do socorrista) 3.<b>Administração fármacos</b> (conceitos/ Parâmetros a ter em conta/papel do socorrista) <b>D. Diagnóstico:</b> Sinais vitais (TA, avaliação glicémia) <b>E. Bancas práticas:</b> a- Preparação soros b- Preparação intraóssea c. Avaliação glicémia</p>	<p>o pneumotórax Kit intraóssea Conjunto material para aplicação Soros Material avaliação glicémia</p>	<p>Registos de Observação Fichas individuais</p> <p>Formativa</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 22 de 45 Páginas				
<b>A.4.1.11</b>	Ambiente NBQR: FFAA (Capacidades/Estrutura) Delimitações e zonas de segurança Proteção individual Triagem Descontaminação Assistência Sanitária	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador;	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo
						Formativa	Registos de Observação	
<b>A.4.1.12</b>	Vítimas com lesões provocadas pelo ambiente: Lesões pelo calor (sinais e sintomas/ Assistência/ Prevenção) Lesões pelo frio (sinais e sintomas/ Assistência/ Prevenção)	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo
						Formativa	Fichas individuais	
<b>A.4.1.13</b>	Mordeduras e picadas: Lesões provocadas por animais (prevenção/fendas/transmissão doenças) Mordeduras por serpentes/cobras (sinais e sintomas/cuidados iniciais/proteção) Picadas por arthropodes (sinais e sintomas/cuidados	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador;	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo
						Formativa	Observação	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				Página 23 de 45 Páginas			
A.4.1.14	Iniciais) Prevenção de doenças provocadas por vectores  Stress: -Conceito -Causas -Sinais de alarme -Sinais e sintomas de stress -Formas de combater o stress -Abordagem indivíduos violentos/deprimidos Princípios gerais de atuação	Manual a definir	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador,	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo	
						Formativa	Observação		
						Sumativa	Teste teórico escrito		
A.4.1.15	Patologias comuns: -Infecção -Febre -Sincope -Corpos estranhos -Lesões oculares -Bolhas pés -Pé de atleta -DST	Manual a definir	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador,	Sumativa	Teste teórico escrito	Cognitivo	
						Formativa	Observação		
						Sumativa	Teste teórico escrito		
A.4.1.16	Doutrina Sanitária -Conceito -FFAA -Nato	Manual a definir	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela,	Sumativa	Teste teórico escrito	Cognitivo	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 24 de 45 Páginas	
		Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	
		computador	Formativa Observação

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>SOCORRISMO</b>		<b>Código:</b>	<b>SOC15</b>				
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>Página 25 de 45 Páginas</b>					
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica						
<b>A.5.</b>	<b>MÓDULO</b>	Cuidados na higiene, conforto e eliminação						
<b>A.5.1.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Colaborar na prestação de cuidados de higiene e conforto do utente.						
			<b>Duração (TF)</b>					
			250H					
			50H					
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.ª</b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios RTP</b>	<b>Equip.</b>	<b>Avaliação Tipo</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Domínio do Saber</b>
<b>A.5.1.1.</b>	Perfil profissional do socorrista.							
	Direitos e deveres do socorrista perante o utente que recorre aos serviços de saúde.							
	Papel do Socorrista na equipa de saúde. Conceitos de moral e ética.	Manual do Socorrista a definir	Demonstrativo (demonstração) Expositivo (exposição oral)	Diapostivos	Projetor multimédia, tela, computador.	Formativa	Fichas individuais	Cognitivo Afetivo
Tarefas que o socorrista tem de executar sob orientação direta de um enfermeiro.								
Tarefas que o socorrista executa de forma autónoma.						Sumativa	Teste escrito	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			
Página 26 de 45 Páginas				
<p><b>A.5.1.2.</b></p>	<p>O processo da comunicação (conceito, tipos, barreiras, regras...) Técnicas de comunicação perante os diferentes tipos de comportamentos A comunicação no atendimento telefónico e presencial em serviços de saúde. A comunicação e o género em saúde. O contributo do socorrista na equipa multidisciplinar nomeadamente na comunicação</p>	<p>Manual do Socorrista definir</p>	<p>Expositivo (exposição oral/trabalhos práticos) Demonstrativo (demonstração)</p>	<p>Formativa</p> <hr/> <p>Fichas individuais</p> <hr/> <p>Projetor multimédia, tela, computador</p> <hr/> <p>Sumativa      Teste escrito</p> <hr/> <p>Afetivo Cognitivo</p>
<p><b>A.5.1.3.</b></p>	<p>Noções gerais sobre as necessidades humanas básicas. O contributo do socorrista na equipa de saúde, para a satisfação das necessidades humanas básicas do utente (higiene e conforto, alimentação)</p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p>	<p>Formativa</p> <hr/> <p>Fichas individuais</p> <hr/> <p>Projetor multimédia, tela, computador.</p> <hr/> <p>Sumativa      Teste escrito</p> <hr/> <p>Afetivo Cognitivo</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 27 de 45 Páginas	
	<p>hidratação, eliminação)</p> <p>Cuidados de higiene e conforto a utentes que necessitam de ajuda total ou parcial.</p> <p>A importância da higiene e conforto para a saúde do utente.</p> <p>Questões relativas à privacidade, intimidade e sexualidade do utente.</p> <p>Principais fatores que proporcionam desconforto/conforto para o utente.</p> <p>Técnica do banho.</p> <p>Técnica de substituição de roupa de cama e maca ocupadas.</p> <p>Técnica de vestir e despir o utente.</p> <p>Materials e equipamentos de higiene e conforto.</p> <p>Produtos de higiene e conforto.</p>	<p>Formativa</p> <hr/> <p>Fichas individuais</p>	
<b>A.5.1.4.</b>		<p>Manual do Socorrista a definir</p> <p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Diapositivos</p> <p>Projetor multimédia, tela, computador.</p> <p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p>	<p>Atetivo</p> <p>Cognitivo</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:	SOC15
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 28 de 45 Páginas	
	Outros cuidados de higiene (cabelo, unhas, barba, boca)				
<b>A.5.1.5.</b>	Cuidados a ter no antes e após a eliminação.			Formativa	Fichas individuais
	<p>Material e técnicas de apoio a eliminação (colocação e remoção do urinol, arrastadeiras, substituição de fraldas, transferências e posicionamento na cadeira sanitária, esvaziamento de sacos coletores de urina, outros dispositivos)</p> <p>Produtos de eliminação vesical e intestinal.</p> <p>Tarefas na eliminação que o socorrista executa com e sem supervisão.</p>	<p>Diapositivos</p> <p>Arrastadeiras, urinóis, sondas vesicais, sacos coletores de urina.</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p>	<p>Projetor multimídia, tela, computador.</p> <p>Arrastadeiras, urinóis, sondas vesicais, sacos coletores de urina.</p> <p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p>	<p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p>
<b>A.5.1.6.</b>	Técnica do banho a utente acamado, dependente e semi-dependente.			Camal/maca, produtos de higiene pessoal, manequim para	Camal/maca, produtos de higiene pessoal, manequim para
				Ativo	Ativo
				Formativa	Fichas individuais
				Sumativa	Teste teórico
					Cognitivo
					Afetivo
					Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 29 de 45 Páginas	
	<p>Técnica de substituição de roupa de cama e maca ocupadas.</p> <p>Técnica de vestir e despir o utente dependente e semi-dependente.</p> <p>Materials e equipamentos de higiene e conforto.</p> <p>Produtos de higiene e conforto.</p> <p>Outros cuidados de higiene (cabelo, unhas, barba, boca)</p>	<p>(Prática das técnicas em sala de aula)</p>	<p>escrito</p>
	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>simulação, lençóis e cobertores, toalhas...</p>	<p>manequim para simulação, lençóis e cobertores, toalhas.</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15	
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 30 de 45 Páginas		
A.5.1.7.	<p>Técnica do banho a utente acamado, dependente e semi-dependente em.</p> <p>Técnica de substituição de roupa de cama e maca ocupadas.</p> <p>Técnica de vestir e despir o utente dependente e semi-dependente.</p> <p>Materiais e equipamentos de higiene e conforto.</p> <p>Produtos de higiene e conforto.</p> <p>Outros cuidados de higiene (cabelo, unhas, barba, boca)</p>	<p>Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar)</p> <p>Ativo (Prática das técnicas em ambiente hospitalar)</p>	<p>Camal/maca, produtos de higiene pessoal, manequim para simulação, lençóis e cobertores, toalhas.</p> <p>Camal/maca, produtos de higiene pessoal, manequim para simulação, lençóis e cobertores, toalhas.</p> <p>Formativa</p> <p>Fichas individuais</p>	<p>Cognitivo</p> <p>Afetivo</p> <p>Psicomotor</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15	
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			Página 31 de 45 Páginas	
<b>A.5.1.8.</b>	<p>Cuidados a ter no antes e após a eliminação.</p> <p>Materiais e técnicas de apoio a eliminação.</p> <p>Produtos de eliminação vesical e intestinal.</p> <p>Tarefas na eliminação que o socorrista executa com e sem supervisão.</p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Demonstrativo (demonstração em sala de aula)</p>	<p>Arrastadeiras, urinóis, sondas vesicais, sacos coletores de urina.</p> <p>Arrastadeiras, urinóis, sondas vesicais, sacos coletores de urina.</p>	<p>Formativa</p> <p>Fichas individuais</p> <p>Cognitivo</p> <p>Afetivo</p> <p>Psicomotor</p>
<b>A.5.1.9.</b>	<p>Cuidados a ter no antes e após a eliminação.</p> <p>Materiais e técnicas de apoio a eliminação.</p> <p>Produtos de eliminação vesical e intestinal.</p> <p>Tarefas na eliminação que o socorrista executa com e sem supervisão.</p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar)</p> <p>Ativo (Prática das técnicas dos em ambiente hospitalar)</p>	<p>Arrastadeiras, urinóis, sondas vesicais, sacos coletores de urina.</p>	<p>Formativa</p> <p>Fichas individuais</p> <p>Cognitivo</p> <p>Afetivo</p> <p>Psicomotor</p>
<b>A.5.1.10.</b>	<p>Produtos de eliminação vesical e intestinal.</p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p>	<p>Projetor multimídia, tela,</p>	<p>Sumativa</p> <p>Teste escrito</p> <p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 32 de 45 Páginas			
	Características, alterações e sinais de alerta dos produtos eliminação vesical e intestinal.				computador		
<b>A.5.1.11.</b>	Técnica de substituição de roupa de cama e maca ocupadas. Manual do Socorrista a definir	Demonstrativo (demonstração em sala de aula) Ativo (Prática das técnicas em sala de aula)	Camal/maca, lençóis e cobertores, almofadas, manequim de treino.	Formativa	Fichas individuais	Cognitivo Afetivo Psicomotor	
<b>A.5.1.12.</b>	Técnica de substituição de roupa de cama e maca ocupadas. Manual do Socorrista a definir	Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (Prática das técnicas em ambiente hospitalar)	Camal/maca, lençóis e cobertores, almofadas.	Formativa	Fichas individuais	Cognitivo Afetivo Psicomotor	
<b>A.5.1.13.</b>	Cuidados a ter com resíduos hospitalares. Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Formativa	Fichas individuais Sumativa Teste escrito	Cognitivo Afetivo	
			Projetor multimídia, tela, computador				

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>SOCORRISMO</b>		<b>Código:</b>	<b>SOC15</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>		<b>Página 33 de 45 Páginas</b>	
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica		
<b>A.6</b>	<b>MÓDULO</b>	Cuidados na alimentação e hidratação – Conceitos Básicos		
<b>A.6.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Apoiar na prestação de cuidados na alimentação e hidratação do utente.		
			<b>Duração (TF)</b>	
			250 H	
			25 H	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Métodos e técnicas pedagógicas		Meios		Avaliação		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos			
<b>A.6.1.1</b>	Conceitos de alimentação, nutrição e dietética e hidratação. Classificação dos alimentos. Necessidades Nutricionais nas diferentes fases da vida. A. desnutrição. Prestação de cuidados na alimentação e hidratação oral ao utente. Conceito de outras vias de alimentação (entérica e parentérica.)	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projektor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo	
						Sumativa	Teste escrito		
<b>A.6.1.2</b>	Principais riscos associados à alimentação (engasgamento, dieta inadequada ao utente...) Medidas de prevenção das intoxicações alimentares.	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projektor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo	
						Sumativa	Teste teórico escrito		

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 34 de 45		Páginas	
<b>A.6.1.3</b>	Tarefas que o socorrista pode executar sob orientação e supervisão de um enfermeiro. Tarefas que pode executar sozinho mas sob orientação de um enfermeiro.	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projeto multimídia, tela, computador	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste escrito Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>A.6.1.4</b>	Diets terapêuticas (Diabética, Hipo proteica, hipocalórica, hipossalina, líquida, dieta zero, dieta progressiva, dieta mole...)	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projeto multimídia, tela, computador	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste teórico escrito Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>A.6.1.5</b>	Preparação de um tabuleiro de alimentação (preparação dos alimentos no tabuleiro) Manipulação de alimentos.	Manual do Socorrista a definir	Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Tabuleiro	Tabuleiro	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste teórico escrito Afetivo Cognitivo Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO			Código:			SOC15		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO							Página 35 de 45 Páginas	
A.6.1.6	Técnicas de alimentação. Posicionamentos do utente no leito, no cadeirão e à mesa.	Manual do Socorrista a definir	Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Tabuleiro, cadeirão, cama	Tabuleiro, cadeirão, cama	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor		
	A.6.1.7	Medidas de prevenção das intoxicações alimentares.	Manual do Socorrista a definir	Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Tabuleiro, cadeirão, cama	Tabuleiro, cadeirão, cama	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>SOCORRISMO</b>		<b>Código:</b>	<b>SOC15</b>				
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>							
				<b>Página 36 de 45 Páginas</b>				
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica						
<b>A.7.</b>	<b>MÓDULO</b>	Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte dos utentes						
<b>A.7.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Apoiar no posicionamento, mobilização, transferência e transporte dos utentes.						
				<b>Duração (TF)</b>				
				250 H				
				50 H				
<b>Código Obj. Esp</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Ref.<sup>a</sup></b>	<b>Métodos e técnicas pedagógicas</b>	<b>Meios</b>				
				<b>RTP</b>				
				<b>Equip.</b>				
				<b>Tipo</b>				
				<b>Instrumentos</b>				
				<b>Domínio do Saber</b>				
<b>A.7.1.1.</b>	Consequências da imobilidade nos sistemas orgânicos.  Princípios a aplicar nos posicionamentos. Técnicas de mobilização. As ajudas técnicas. Tipos de posicionamentos (Decúbito dorsal, ventral, lateral direito, lateral esquerdo, semi-ventral direito e esquerdo e semi-dorsal direito e esquerdo) Ergonomia e os posicionamentos. Tarefas que o socorrista pode	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
<b>A.7.1.2.</b>		Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas)	Diapositivos	Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
						Sumativa	Teste escrito Provas práticas	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 37 de 45 Páginas	
A.7.1.3.	executar sob orientação e supervisão de um enfermeiro. Tarefas que pode executar sozinho mas sob orientação de um enfermeiro.				
	Técnicas de posicionamentos dos utentes. Decúbito dorsal. Decúbito ventral Decúbito lateral direito Decúbito lateral esquerdo. Decúbito semi-ventral direito e esquerdo. Decúbito semi-dorsal direito e esquerdo.	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em sala de aula) Ativo (aplicação da técnica em sala de aula)	Cama, almofadas e outros dispositivos para posicionamentos. Cama, almofadas e outros dispositivos para posicionamentos.	Formativa Sumativa Fichas individuais Teste escrito Afetivo Cognitivo Psicomotor
A.7.1.4.	Técnica de posicionamentos dos utentes. Decúbito dorsal. Decúbito ventral Decúbito lateral direito Decúbito lateral esquerdo. Decúbito semi-ventral	Manual do Socorrista a definir	Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Cama, almofadas e outros dispositivos para posicionamentos.	Formativa Fichas individuais Afetivo Cognitivo Psicomotor

NÃO CLASSIFICADO



NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15	
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				
Página 39 de 45 Páginas					
<p><b>A.7.1.6.</b></p> <p>Técnicas de transferência. Princípios a aplicar nas transferências dos utentes. Tipos de transferências (cama-cadeira, cama-maca) Transferências de utentes com sistemas de soros, drenagens, e outros dispositivos. Transferência de utentes com alterações comportamentais (agitados ou imobilizados)</p> <p>Técnicas de transferência. Princípios a aplicar nas transferências dos utentes. Tipos de transferências (cama-cadeira, cama-maca) Transferências de utentes com sistemas de soros, drenagens, e outros dispositivos. Transferência de utentes com alterações comportamentais (agitados ou imobilizados)</p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Demonstrativo (demonstração em sala de aula)</p> <p>Ativo (aplicação da técnica em sala de aula)</p>	<p>Cama, maca, cadeira manequins de para treino da técnica</p> <p>Cama, maca, cadeira manequins de para treino da técnica</p>	<p>Formativa</p>	<p>Fichas individuais</p> <p>Afetivo Cognitivo Psicomotor</p>
<p><b>A.7.1.7.</b></p>	<p>Manual do Socorrista a definir</p>	<p>Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar)</p> <p>Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)</p>	<p>Cama, maca, cadeira</p> <p>Cama, maca, cadeira</p>	<p>Formativa</p>	<p>Fichas individuais</p> <p>Afetivo Cognitivo Psicomotor</p>

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO			
Página 40 de 45 Páginas				
<b>A.7.1.8.</b>	Princípios a aplicar no transporte de utentes em cama, maca e cadeira de rodas. Ajudas técnicas no apoio à mobilização do utente (andairlho, cadeira de rodas, canadianas, outros)	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em sala de aula) Ativo (aplicação da técnica em sala de aula)	Cama, maca, cadeira, ambulância
<b>A.7.1.9.</b>	Transporte de utentes Princípios a aplicar no transporte de utentes em cama, maca e cadeira de rodas. Ajudas técnicas no apoio à mobilização do utente (andairlho, cadeira de rodas, canadianas, outros)	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Cama, maca, cadeira, ambulância
<b>A.7.1.10.</b>	Riscos para o profissional de saúde na manipulação de cargas Princípios ergonómicos a respeitar pelo socorrista como medidas preventivas de lesão	Manual do Socorrista a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas) Demonstrativo (demonstração em sala de aula)	Diversos tipos de volumes

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:	SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 41 de 45 Páginas		
				<b>Duração (TF)</b>		
				250 H		
				25 H		
<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica				
<b>A.8.</b>	<b>MÓDULO</b>	Manutenção preventiva de equipamentos e reposição de materiais comuns às diferentes unidades e serviços da Rede Nacional de Cuidados de Saúde.				
<b>A.8.1.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Apoiar na manutenção dos equipamentos e materiais de saúde.				
Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref. <sup>a</sup>	Meios		Domínio do Saber	
			Métodos e técnicas pedagógicas	RTP		Equip.
<b>A.8.1.1.</b>	Equipamentos de saúde (Urgência/ Medicina/Enfermaria) Tipologia A manutenção preventiva O manual do fabricante O manuseamento correto nas atividades de manutenção preventiva O registo e controlo de avanços e de atividades de manutenção Os riscos e procedimentos de segurança associados Procedimentos de emergência e protocolos	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos	Projetor multimédia, tela, computador	Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 42 de 45 Páginas			
		associados Tarefas no âmbito de intervenção do socorrista: sob orientação de um profissional de saúde com e sem supervisão					
<b>A.8.1.2.</b>	Em ambiente Hospitalar: Identifica os equipamentos; Aplica a manutenção preventiva conforme manual do fabricante ou normas do serviço Efetua os registros protocolados	Manual a definir	Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo (aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Equipamentos existentes nos serviços.	Fichas individuais Sumativa Teste escrito Prova prática	Cognitivo Psicomotor Afetivo	
<b>A.8.1.3.</b>	Materials de saúde: Materiais comuns utilizados (urgência/ medicina/enfermaria/ etc); Tipologia (uso único/reutilizáveis) Função Manuseamento Armazenagem e	Manual a definir	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Equipamentos existentes nos serviços	Projetor multimídia, tela, computador	Cognitivo	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO		Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 43 de 45 Páginas	
	conservação Registo e controlo de gastos Formas de tratamento, eliminação e acondicionamento dos materiais utilizados		Sumativa	Teste teórico escrito
	Esterilização material: Esterilização (conceitos) Processo de esterilização do material Preparação do material para esterilização	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas) Manual a definir	Sumativa	Teste escrito
<b>A.8.1.4.</b>		Diapositivos Projetor multimédia, tela, computador,	Formativa	Registo de Observação
	Em ambiente hospitalar: Prepara material para esterilização sob supervisão	Demonstrativo (demonstração em ambiente hospitalar) Ativo Manual a definir Protocolos do serviço	Sumativa	Teste escrito
<b>A.8.1.5.</b>		Equipamentos existentes nos serviços. Equipamentos existentes nos serviços		Cognitivo Psicomotor Afetivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		SOCORRISMO		Código:		SOC15	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 44 de 45 Páginas			
						Formativa	Observação
<b>A.8.1.6.</b>	Reposição de material: Materiais consumíveis Materiais reutilizáveis Registo e controlo de gastos	Manual a definir	(aplicação da técnica em ambiente hospitalar)	Expositivo (exposição oral/trabalhos práticos) Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)	Diapositivos Projetor multimédia, tela, computador	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste teórico Cognitivo
<b>A.8.1.7.</b>	Apoiar na reposição de material. Sob supervisão Cumprindo protocolos Registando as tarefas Controlando os gastos	Manual a definir Protocolos do serviço	Ativo (reposição de material em ambiente hospitalar)	Material existente nos serviços	Material existente nos serviços	Formativa Sumativa	Fichas individuais Prova prática Teste teórico Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>A.8.1.8.</b>	Riscos manuseamento: Prever e antecipar	Manual a definir Protocolos	Expositivo (exposição oral/trabalhos práticos)	Diapositivos	Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	SOCORRISMO	Código:	SOC15
DOC IV b	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 45 de 45 Páginas	
	riscos Medidas de proteção individual Medidas de proteção coletiva Procedimentos de emergência	do serviço	Interrogativo (perguntas abertas / fechadas)
			Sumativa Prova prática Teste teórico

NÃO CLASSIFICADO

## GESTÃO DO RISCO

### FOLHA DE TRABALHO DE GESTÃO DO RISCO

<b>A. Missão/Tarefa:</b> Curso de Socorrismo	<b>B. Grupo Data/Hora</b> GDH Início: GDH Fim:	<b>C. Data da Preparação:</b>				
<b>D. Preparado por:</b>						
<b>E. Perigos</b>	<b>F. Nível de risco inicial</b>	<b>G. Controlos</b>	<b>H. Nível de risco residual</b>	<b>K. Implementar controlos</b>	<b>L. Supervisionar</b>	<b>M. Avaliar (S/N)</b>
<b>Dificuldades de Aprendizagem</b>	<b>M</b>	-Aumentar transmissão cuidados na termos técnicos.	<b>L</b>	Formação teórica.	Formador	
<b>Acidentes na execução das técnicas de transporte de feridos</b>		-Alertar sobre perigos do incumprimento das normas e regras de segurança;				
-Incumprimento das normas/regras de segurança;	<b>H</b>	-Incrementar a supervisão da execução da técnica;	<b>M</b>	-Formação teórica;	Formador	
-Execução incorreta da técnica;		-Supervisionar periodicamente as infraestruturas e os materiais disponíveis para a realização das aulas práticas.		-Inspeção das infraestruturas e materiais.	Secção de Apoio às aulas	
-Estado de conservação e de higienização das infraestruturas inadequado (Pavilhão)						

<p><b>Acidentes na execução das técnicas de trauma.</b></p> <p>-Inexperiência dos formandos, adotando posturas incorretas na execução de levantamentos de vítimas.</p>	<p><b>H</b></p> <p>-Supervisionar a execução das atividades práticas.</p> <p>-Demonstrar a execução das técnicas adotando as posturas corretas.</p>	<p><b>M</b></p>	<p>-Formação teórica; -Formação prática.</p>	<p><b>Formador</b></p>
<p><b>Acidentes na execução das técnicas de transferência de utentes (cama, cadeira de rodas e vi-versa)</b></p> <p>Inexperiência dos formandos, adotando posturas incorretas na execução das transferências de utentes.</p>	<p><b>H</b></p> <p>-Demonstrar a execução das técnicas adotando as posturas corretas.</p> <p>-Supervisionar a execução das atividades práticas.</p>	<p><b>M</b></p>	<p>-Formação teórica; -Formação prática.</p>	<p><b>Formador</b> Orientador no estágio hospitalar.</p>
<p><b>Acidentes na execução de técnicas com recurso a cortantes (BMT'S; Intra Óssea)</b></p> <p>Inexperiência dos formandos, no manuseamento dos cortantes, possivelmente contaminados.</p>	<p><b>H</b></p> <p>-Alertar sobre potenciais perigos do manuseamento de cortantes possivelmente contaminados;</p> <p>-Supervisionar a execução das atividades práticas.</p>	<p><b>M</b></p>	<p>-Formação teórica; -Formação prática.</p>	<p><b>Formador</b> Orientador no estágio hospitalar.</p>
<p><b>Risco de contágio por produtos de eliminação possivelmente contaminados.</b></p> <p>Inexperiência dos formandos, no uso do equipamento proteção individual.</p>	<p><b>H</b></p> <p>-Alertar sobre potenciais perigos do manuseamento de produtos contaminados</p> <p>-Supervisionar a execução das atividades práticas. Utilização de luvas, Máscara e bata</p>	<p><b>M</b></p>	<p>-Formação teórica; -Formação prática.</p>	<p><b>Formador</b> Orientador no estágio hospitalar.</p>

<p><b>Insuficiência de equipamentos para apoio da formação</b></p> <p>-Equipamentos avariados. -Equipamentos empenhados noutras atividades.</p>	<p><b>M</b></p> <p>-Requisitar oportunamente os equipamentos para a formação.</p>	<p><b>L</b></p>	<p>-Programação de cursos.</p>	<p>Secção apoio às aulas</p>
<p><b>Insuficiência de formadores habilitados para ministrar formação</b></p> <p>-Empenhamento dos formadores habilitados, noutras atividades</p>	<p><b>M</b></p> <p>-Nomear os formadores com antecedência, informando os respetivos chefes.</p>	<p><b>L</b></p>	<p>-Programação de cursos.</p>	<p>Dir. Cursos de Saúde Militar</p>
<p><b>Excesso de faltas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultas médicas;</li> <li>- Outras situações de licença;</li> <li>- Ferimentos</li> </ul>	<p><b>H</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alertar alunos para limites de faltas.</li> </ul>	<p><b>M</b></p>	<p>- Apresentação do curso.</p>	<p>Diretor de curso</p>
<p>I. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)</p>				
<p>J. Entidade Responsável: _____</p>				
<p><b>BAIXO (L)</b></p>	<p><b>MODERADO (M)</b></p>	<p><b>ALTO (H)</b></p>	<p><b>ELEVADO (E)</b></p>	

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO  
DOC Va – Avaliação Interna**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b> SOCORRISMO	<b>CÓDIGO:</b> SOC15
<b>DOC Va</b> AVALIAÇÃO INTERNA	Página 1 de 5 páginas

**1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO**

Avaliar as expectativas, satisfação e o desempenho dos intervenientes diretos no processo formativo, tendo como finalidade a recolha e processamento de dados com vista à melhoria da formação.

**2. OBJETOS DA AVALIAÇÃO**

a. Programa de formação

São objeto de avaliação os seguintes objetivos:

- (1) Executar a reanimação de uma vítima;
- (2) Prestar os Primeiros Socorros a uma vítima;
- (3) Conduzir uma ambulância de emergência;
- (4) Apoiar o socorro em ambiente militar;
- (5) Colaborar na prestação de cuidados na higiene e conforto do utente;
- (6) Apoiar na prestação de cuidados na alimentação e hidratação do utente;
- (7) Apoiar no posicionamento, mobilização, transferência e transporte dos utentes;
- (8) Apoiar na manutenção dos equipamentos e materiais de saúde.

b. Métodos e técnicas

São objeto de avaliação os seguintes métodos e técnicas:

- (1) Método expositivo (exposição oral);
- (2) Método interrogativo (perguntas abertas/fechadas);
- (3) Método ativo (simulações práticas, jogos pedagógicos e práticas da técnicas em ambiente hospital);
- (4) Método demonstrativo (demonstração).

c. Recursos técnico-pedagógicos;

São objeto de avaliação os seguintes recursos técnico-pedagógicos:

Bolsa de socorrista	19Un
Manequim de Suporte Básico de Vida Adulto	3Un
Manequim de Suporte Básico de Vida Pediátrico	3Un
Manequim de partos	1Un
Cabeça de intubação	1Un
Desfibrilhador Automático Externo (DAE)	3Un

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 2 de 5 páginas	

Eléttodos para DAE (Pare)	3Un
Plano duro	3Un
Colete de extração	3Un
Colar cervical	12Un
Cinto Aranha	3Un
Maca de vácuo	2Un
Maca Pluma	3Un
Ambú (insuflador manual)	3Un
Compressas 10*10 não estéreis	1000Un
Compressas 5*5 não estéreis	1000Un
Pensos campanha	18Un
Ligaduras 5cm	50Un
Ligaduras 10cm	50Un
Talas vários tamanhos	30Un
Tesoura	10Un
Betadine 500cc	10Un
Soro Fisiológico 500ml	20Un
Manta térmica	18Un
Aspirador de secreções	1Un
Sonda de aspiração	18Un
Garrafa de Oxigénio 2litros	3Un
Lenço Triangular	18Un
Garrote	18Un

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC Va</b>	<b>AValiação INTERNA</b>	Página 3 de 5 páginas	

Lençol para queimados	3Un
Kit de Partos	3Un
Ambulância tipo B	1Un

d. Formadores

Todos os formadores do presente curso são objeto de avaliação.

e. Formandos

Todos os formandos do presente curso são objeto de avaliação.

f. Resultados

Os resultados são objeto de avaliação por comparação com os resultados esperados.

**3. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

a. Avaliação sumativa

(1) Aproveitamento por módulo > 75% dos formandos: Resultado normal.

(2) Aproveitamento por módulo > 50% e < 75% dos formandos: O resultado deve ser alvo de análise por parte da entidade formadora.

(3) Aproveitamento por módulo < 50% dos formandos: Implica alterações na ação de formação.

b. Avaliação de satisfação do formando

Materializada segundo a escala indicada, na sequência dos questionários do perfil de avaliação:

<b>QUESTIONÁRIO</b>	
<b>Expectativas/Módulo/Curso</b>	
<b>Intervalo</b>	<b>Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 2,3]	Rever Urgentemente
[2,4 – 2,6]	Rever e Melhorar
[2,7 – 3,0]	Bom
[3,1 – 3,4]	Qualidade
[3,5 – 4,0]	Excelência

c. Avaliação da ação de formação pelos formadores e Diretor do Curso

(1) Realizada através de inquéritos aos formadores e elaboração de um relatório pelo diretor de curso.

(2) A escala dos inquéritos aos formadores é a indicada acima.

d. Avaliação de desempenho dos formadores

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 4 de 5 páginas	

Materializada segundo a escala:

<b>TABELA DE AVALIAÇÃO</b>	
<b>Desempenho do formador</b>	
<b>Intervalo</b>	<b>Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**4. FONTES DE INFORMAÇÃO**

- a. Formandos;
- b. Formadores;
- c. Diretor de Curso;
- d. Secção de Avaliação e Qualidade/DF.

**5. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO**

- a. Procedimento
  - (1) Avaliação diagnóstica, a fim de determinar a expectativa dos formandos;
  - (2) Avaliação formativa, a fim de ajustar o desenvolvimento da formação às necessidades dos formandos;
  - (3) Avaliação sumativa, a fim de aferir o resultado final da formação.
- b. Técnicas
  - (1) Observação
  - (2) Avaliação oral
  - (3) Avaliação escrita
  - (4) Avaliação prática
- c. Instrumentos
  - (1) Questionário de expectativas – formando (ModDocRC 12);
  - (2) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua (ModDocRC 13);
  - (3) Questionário de fim de módulo – formando (ModDocRC 14);
  - (4) Questionário de fim de módulo – formador (ModDocRC 15);
  - (5) Questionário de fim de curso – formando (ModDocRC 16);
  - (6) Questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17);
  - (7) Pautas de registo de classificações.

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>SOCORRISMO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	SOC15
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 5 de 5 páginas	

**6. MOMENTO DA AVALIAÇÃO**

- a. Antes da formação – processo de seleção dos formandos e formadores com as competências adequadas às tarefas atribuídas;
- b. Início da formação – questionário de expectativas;
- c. Durante a formação – avaliação da aprendizagem, avaliação dos formadores, racionalização e rentabilização dos recursos materiais, humanos e financeiros e a adequação do ambiente envolvente da formação;
- d. Final da formação – avaliação formativa contínua e provas práticas; questionários de fim de módulo e fim de curso.

**7. INTERVENIENTES**

## a. Formandos

Na vertente da sua motivação e grau de satisfação, através dos seguintes questionários:

- (1) Questionário de expectativas – formando (ModDocRC 12);
- (2) Questionário de fim de módulo – formando (ModDocRC 14);
- (3) Questionário de fim de curso – formando (ModDocRC 16).

## b. Formadores

Na forma como aplicam os métodos e técnicas pedagógicas e os recursos técnico-pedagógicos, através dos seguintes questionários.

- (1) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua (ModDocRC 13);
- (2) Questionário de fim de módulo – formador (ModDocRC 15);
- (3) Questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17).

## c. Diretor de Curso

Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, através do questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17).

## d. Secção Avaliação e Qualidade/DF.

Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, através do questionário de fim de curso – direção/formador. (ModDocRC 17).

**8. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO INTERNA**

Realizado no final da ação de formação, abrangendo todas as vertentes de avaliação interna, realçando os principais aspetos transmitidos pelas diversas fontes de informação.

Vai permitir introduzir as alterações necessárias onde forem detetadas discrepâncias significativas.

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO  
DOC Vb – Avaliação Externa**

**SOCORRISMO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	SOCORRISMO	CÓDIGO:	SOC15
DOC Vb	AValiação EXTERNA	Página 1 de 1 páginas	

**1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO EXTERNA**

- a. Avaliar a adequabilidade dos objetivos de formação às necessidades reais do cargo;
- b. Avaliar impacto dos resultados da formação na organização.

**2. FONTES DE INFORMAÇÃO**

- a. Ex-formandos no desempenho do cargo de operador de panificação;
- b. Comandantes/Chefes diretos dos ex-formandos no posto de trabalho.

**3. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO**

- a. Questionário ao ex-formando, no desempenho do cargo (SOCORRISTA), 6 a 12 meses após a frequência do curso;
- b. Questionário ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;
- c. Eventualmente:
  - (1) Entrevistas/reuniões ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;
  - (2) Relatório de avaliação realizado pelo Comandante/Chefe direto, sobre o operador de panificação, no desempenho das suas tarefas, 6 a 12 meses após a frequência do curso.

**4. MODELO DOS INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO**

- a. Questionário ao ex-formando (ModDocRC 19);
- b. Questionário ao Comandante/Chefe direto do ex-formando no cargo (ModDocRC 20).

NÃO CLASSIFICADO

## **Anexo 17**

### **Referencial de Curso – Forças Armadas – Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**REFERENCIAL DE CURSO**

**PRIMEIROS SOCORROS**  
**PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO**

**Novembro de 2016**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

DOC I - CERTIFICADO DE CONTROLO DE CURSO		CÓDIGO: CPSPAR16	
CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSOES DE ALTO RISCO		PAG 1 DE 1 PAG	
<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DE CURSO</b>			
Utilizador/Plano de Formação que propõe	Unidade Formadora: ESSM	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo a criação do curso	
Envio de documento justificativo à Unidade Formadora (EPR)	Envio de documento justificativo à DF (ETR)	A <u>ESSM</u> (EPR) para proceder à conceção do Curso	
		Devolver a <u>ESSM</u> (EPR) com despacho de indeliberamento	
Data <u>1/1/16</u>	Data <u>23/12/2016</u>	Data <u>15/4/2016</u>	
Assinatura	Assinatura	Assinatura	
<b>PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL</b>			
Unidade Formadora: ESSM	DF (RTEQ/EM): Envie-se ao utilizador (CCAD, U/E/O) para aprovação	Utilizador (OCAD, U/E/O): Concordo com o Perfil do Cargo/Profissional	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil do Cargo/Profissional
Envio do Perfil do Cargo/Profissional a UF			A <u>ESSM</u> (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Formação
Data: <u>15/05/2016</u>	Data: <u>15/06/16</u>	Data: <u>15/06/16</u>	Data: <u>15/06/16</u>
Assinatura	Assinatura	Assinatura	Assinatura
Unidade Formadora: <u>ESSM</u>	DF (RTEQ/EM): Concordo com o Perfil de Formação		DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Formação
Envio do Perfil de Formação a DF			A <u>ESSM</u> (EPR) para proceder ao desenvolvimento do Perfil de Avaliação
Data: <u>4/10/16</u>	Data: <u>26/10/16</u>	Data: <u>26/10/16</u>	
Assinatura	Assinatura	Assinatura	
<b>PERFIL DE AVALIAÇÃO</b>			
Unidade Formadora: <u>ESSM</u>	A RACC/EMICID: Concordo com o Perfil de Avaliação	DF (RTEQ/EM): Concordo com o Perfil de Avaliação	DF (ETR): Aprovo / Não aprovo o Perfil de Avaliação
Envio do Perfil de Avaliação a DF			
Data: <u>7/11/16</u>	Data: <u>14/11/16</u>	Data: <u>10/11/16</u>	Data: <u>15/11/16</u>
Assinatura	Assinatura	Assinatura	Assinatura
<b>REFERENCIAL DE CURSO</b>			
DF (ETR): Aprovo o Referencial de Curso <u>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</u>			
Data: <u>15/11/2016</u>			
Assinatura			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO II

**PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO**

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 1 de 7 páginas	

## **1. CONTEXTO**

### **a. Necessidades de formação**

Tendo em consideração a missão das Forças Armadas e a atual conjuntura estratégica internacional, é essencial dotar as Forças Armadas de capacidade de intervenção em todo o espectro de conflitos.

A crescente evolução tecnológica, acarreta a necessidade de melhorar e aprofundar a formação dos militares para poderem exercer a sua ação com eficiência. A formação a ministrar na área dos primeiros socorros e cuidados de emergência em situações de combate e higiene básica para todos os militares deve ter em conta os Stanag`s aprovados pela Nato na qual Portugal está integrado.

A designação de Curso de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco (CPSPAR) substitui a do Curso Técnicas de Emergência Médica para Profissões de Alto Risco (TEMPAR) que já existia e foi criada pelo Instituto Nacional de Emergência Médica e adotada pela Escola do Serviço de Saúde Militar.

O curso foi reformulado a fim de atribuir aos formandos as competências indicadas no STANAG 2122.

### **b. Âmbito de aplicação do curso**

O presente curso destina-se a habilitar os militares em primeiros socorros e assistência em missões de risco elevado.

### **c. Natureza do curso**

O Curso de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco é um curso de qualificação.

### **d. Cursos relacionados**

Nada a referir.

### **e. Diplomas/Certificados**

Certificado do Curso de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa.

Certificado de formação profissional.

### **f. Duração do curso**

50 TF, divididos por 7 DUF.

### **g. Número de cursos por ano**

6 edições por ano.

### **h. Durabilidade da qualificação**

Três anos.

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 2 de 7 páginas	

**i. Unidade formadora**

Escola do Serviço de Saúde Militar, entidade certificada pelo INEM.

**j. Polo de Formação**

Nada a referir

**k. Locais de formação**

Escola do Serviço de Saúde Militar.

Outra Unidade a designar para a validação das competências em ambiente tático.

**l. Classificação de Segurança**

Não classificado.

**2. FORMANDOS**

**a. Natureza**

O curso destina-se a militares das Forças Armadas, Forças de Segurança e outras Entidades diretamente relacionadas com a proteção de pessoal (CVP, AMN, ISN, etc.).

**b. Pré-requisitos**

Nada a referir.

**c. Quantitativos**

- (1) Mínimo: 6 formandos;
- (2) Máximo: 18 formandos.

**d. Validade da qualificação**

O curso tem uma validade de 5 anos.

**e. Nomeação**

A nomeação é da competência da Direção de Administração de Recursos Humanos (DARH) do Comando de Pessoal das Forças Armadas, da GNR e das diversas Entidades externas.

**f. Não aproveitamento ou exclusão**

- (1) Reprovação:
  - Classificação final inferior a 10 valores.
- (2) Exclusão:
  - (a) Por motivos disciplinares;
  - (b) Por excesso de faltas;
  - (c) Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.

**g. Período de carência**

Nada a referir.

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC II</b>	<b>PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO</b>	Página 3 de 7 páginas	

### 3. FORMADORES

#### a. Requisitos académicos

Possuir no mínimo licenciatura em medicina ou enfermagem.

#### b. Requisitos técnico-científicos

- (1) Aos formadores é exigida a qualificação técnica profissional nas áreas de formação pelas quais são responsáveis.
- (2) Estar habilitado com o Curso Técnicas de Emergência Médica para Profissões de Alto Risco (TEMPAR) ou com o Curso de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco
- (3) Laboratório de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa.

#### c. Requisitos pedagógicos

Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF) e preferencialmente com o Certificado de Competências Pedagógicas (CCP).

#### d. Quantitativos

- (1) 1 Formador para os 18 formandos nas aulas teóricas.
- (2) 3 Formadores para os 18 formandos nas aulas práticas.

#### e. Nomeação

A nomeação dos formadores é feita pela Escola de Serviço Saúde Militar.

#### f. Outros requisitos

Nada a referir.

### 4. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS

#### a. Financeiros

Custos imputáveis à U/E/O	13 558,40€
Custos imputáveis à FN	27 738,36€

#### b. Materiais

Descrição	Quantidade
Agrafes 24/6 (cx)	01 Un
Arquivador A4	02 Un
Armários	01 Un
Armário Metálico Individual	20 Un
Balde 15 Lt com espremedor	1 Un
Bolsa catálogo A4	20 Un
Borrachas	02 Un

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 4 de 7 páginas	
	Cadeiras	19 Un	
	Agrafes 24/6cx	01 Un	
	Clips N.º 4 (cx c/100)	01Un	
	Canetas dermatográficas (conjunto de 4)	04Un	
	Cesto de papéis	03Un	
	Colunas de som	02Un	
	Computador	1 Un	
	Corretor liquido frasco	01 Un	
	Detergente Lavagem do chão	2 Lt	
	Diploma	40Un	
	Esferográfica	2 Un	
	Esfregona com cabo	01Un	
	Folhas A4 (resmas de 500)	01Un	
	Fotocópias A4	1000Un	
	Furador	01 Un	
	Impressora	01Un	
	Lápis	01 Un	
	Liquido lava mãos	01Un	
	Lixívia	05 Lt	
	Maquina fotografica digital	01Un	
	Marcador fluorescente	3 Un	
	Marcadores para quadro Didax	2 Un	
	Mesa para computador	1 Un	
	Mesas secretárias	19 Un	
	Papel higiénico	42Un	
	Penso torácico impermeável	18Un	
	Pano limpar pó	01 Un	
	Panos amarelos absorventes	02Un	
	Pilha 1,5Volt AAA	06 Un	
	Pilha 1,5Volt AA R6 (cx2)	03 Un	
	Pionés (cx)	1 Un	
	Projeter video Sony	1 Un	
	Quadro didax	01 Un	
	Quadro Flip-chart móvel	01 Un	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 5 de 7 páginas	
Saca agrafos	01Un		
Sacos de lixo 20*30 Lt	01 Rolos		
Separador (conj.10)	02Un		
Tesoura	01 Un		
Toner para impressora laser HP 6P	01 Un		
Cola Stick UHU 8g	1 Un		
Vassoura industrial	1 Un		
X-ato	01 Un		
Água Oxigenada 250cc	02Un		
Álcool 500cc	01Un		
Algodão hidrófilo	03Un		
Aranha, cinto velcro para fixação ao plano duro	03Un		
Aspirador de secreções com bateria	1Un		
Bolsa individual de primeiros socorros	18 Un		
Bolsa de socorrista	06 Un		
Bomba para maca de vácuo	02Un		
Maca de Lona	05Un		
Maca de Vácuo	02Un		
Manequim SBV Torso-Adulto, treino de ressuscitação	03Un		
Manequim, treino de entubação endotraqueal	01Un		
Cateter para descompressão nº 14, CX 50 Un	01 Un		
Colar cervical	06Un		
Colete desencarceramento verde (colete de extração)	03Un		
Contentor cortantes 0,4L	01Un		
Compressas não esterilizadas 10cm*10cm, cx 50Un	04Un		
Desfibrilhador de Treino (DAE)	03 Un		
Eléetrodo, treino, desfibrilhador adulto	03Un		
Esfigmomanómetro	02Un		
Estetoscópio c/membrana de 40M	02Un		
Insuflador Manual adulto, Ambu Mark IV	03 Un		
Imobilizador, cabeça	03 Un		
Iodopovidona solução dérmica 500ml	01Un		
Fita Adesiva	1Un		
Garrote não pneumático, uso regular clássico	18Un		

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 6 de 7 páginas	
	Kit para simulação de trauma/feridas	01 Un	
	Kit SBV/DAE Preparação/segurança Tórax	03 Un	
	Kit Oxigenioterapia	01 Un	
	Kit para feridas e queimaduras	06Un	
	Kit de 6 talas de madeira, almofadadas e plastificadas	06Un	
	Lanterna de diagnóstico de reflexos	03 Un	
	Lenço Triangular, 96*96*135 cm	18Un	
	Lençol para queimados	3Un	
	Ligaduras elásticas, 5cm*8cm, Cx. c/10Un	05Un	
	Ligaduras 10cm	50Un	
	Ligaduras de controlo hemorrágico, cx 25un	01Un	
	Lubrificante cirúrgico, cx. c/10Un	02Un	
	Luvas de látex descartáveis (cx)	03Un	
	Maca ortopédica tipo Scoop	03Un	
	Manta de sobrevivência (térmica)	18Un	
	Mascaras de reanimação (Pocket Masck)	20 Un	
	Máscaras para administração de O2	01 Un	
	Medidor de Glicémia Capilar	06 Un	
	Oxímetro	01 Un	
	Penso oftálmico, cx 25un	01Un	
	Plano duro p/adulto	03Un	
	Sondas de aspiração nº16 com controlo de vácuo	18Un	
	Soro Fisiológico 500ml	10Un	
	Talas de imobilização (vários tamanhos)	03Un	
	Talas de madeira almofadadas	18 Un	
	Termómetro	18 Un	
	Tesoura, ligadura	20Un	
	Torniquete de combate (Garrote de combate)	18Un	
	Tubo nasofaríngeo	03Un	
	Tubo orofaríngeo (guedel)	03Un	
	Nota: material para 18 formandos		

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC II	PROPOSTA E FUNDAMENTAÇÃO DO CURSO	Página 7 de 7 páginas	

5. PARECER TÉCNICO DA UNIDADE FORMADORA (EPR)6. PARECER DA REPARTIÇÃO DE TECNOLOGIAS EDUCATIVAS E QUALIFICAÇÃO (RTEQ)

O presente documento está elaborado de acordo com o constante no M.D 240-03 Modelo de Referencial de curso.

Propõe-se a aprovação do Doc II para prossecução dos trabalhos.

Évora 14 de abril de 2016

*Bes*  
TEOR TRI

7. DESPACHO EXMO. DIRETOR DA FORMAÇÃO

Aprovo o referencial de cursos de Primeiros Socorros para profissões de alto risco

11-4-16

*[Assinatura]*

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III  
PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL**

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 1 de 6 páginas	
<p>1. <b><u>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL</u></b></p> <p>a. <b>Código do Cargo/Profissional:</b> CPSPAR16</p> <p>b. <b>Nome do Cargo/Profissional:</b> Socorrista de primeira intervenção</p> <p>2. <b><u>CATEGORIA / POSTO / ARMA OU SERVIÇO</u></b></p> <p>Militares das Forças Armadas/Forças de Segurança.</p> <p>3. <b><u>CREDENCIAÇÃO</u></b></p> <p>a. <b>Nacional:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p>b. <b>NATO:</b> Não requer classificação de segurança.</p> <p>4. <b><u>ÁREAS FUNCIONAIS DE APLICAÇÃO</u></b></p> <p>Operações.</p> <p>5. <b><u>REPORTA A:</u></b></p> <p>Chefe Direto.</p> <p>6. <b><u>QUALIFICAÇÕES</u></b></p> <p>a. <b>QUALIFICAÇÕES ESSENCIAIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional</p> <p>Nada a referir.</p> <p>(2) Nível de habilitações escolares</p> <p>Mínimo 9º ano de escolaridade.</p> <p>(3) Formação Militar</p> <p>Curso de Formação Geral Comum de Praças das Forças Armadas/Forças de Segurança.</p> <p>(4) Nível linguístico (<i>Listening, Speaking, Reading and Writing</i>)</p> <p>Nada a referir.</p> <p>(5) Conhecimentos Informáticos e de Processamento de dados</p> <p>Ótica do utilizador.</p> <p>(6) Outras Qualificações</p> <p>Nada a referir.</p> <p>b. <b>QUALIFICAÇÕES DESEJÁVEIS</b></p> <p>(1) Experiência profissional</p> <p>Nada a referir.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 2 de 6 páginas	
<p>(2) Nível de habilitações escolares Desejável o 12º ano.</p> <p>(3) Formação Militar Nada a referir.</p> <p>(4) Nível linguístico (<i>Listening, Speaking, Reading and Writing</i>) Nada a referir.</p> <p>(5) Conhecimentos Informáticos e de Processamento de dados Nada a referir.</p> <p>(6) Outras Qualificações Nada a referir.</p> <p><b>7. PRINCIPAIS RESPONSABILIDADES (POR PESSOAL E MATERIAL)</b> O socorrista de primeira intervenção tem responsabilidades pelos equipamentos que lhe são distribuídos para o exercício da função.</p> <p><b>8. FUNÇÕES PRINCIPAIS</b></p> <p>a. Prestar os primeiros socorros a uma vítima em missões de risco elevado.</p> <p>b. Assegurar as normas de segurança e higiene no exercício da função.</p> <p><b>9. COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS</b></p> <p>1. <b>Sentido Responsabilidade</b> - Capacidade para exercer as suas funções de forma diligente e responsável, respeitando o cumprimento de ordens e regulamentos e zelando pelos equipamentos sob a sua responsabilidade.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Cumpre as regras e regulamentos relativos ao funcionamento do serviço de saúde;</li><li>- Respeita as exigências de atavio, higiene, compostura e correção;</li><li>- Zela pelo bom estado e bom funcionamento de todo o equipamento à sua responsabilidade.</li></ul> <p>2. <b>Flexibilidade</b> – Capacidade para se adaptar eficazmente a contextos em permanente mudança e a novos desafios, ajustando o seu comportamento com eficácia, consoante as necessidades das situações.</p> <p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Demonstra flexibilidade, ajustando o seu comportamento a novas realidades, normas e procedimentos;</li><li>- Adapta-se com facilidade a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;</li></ul>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 3 de 6 páginas	
<p>- Adapta os seus conhecimentos técnicos de forma eficiente a diferentes tipos de terreno, clima, situação tática e condições de visibilidade.</p>			
<p><b>3. Trabalho em equipa –</b> Colabora com a equipa de trabalho tendo um papel ativo e cooperativo na coordenação das tarefas com os restantes elementos do grupo.</p>			
<p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p>			
<p>- Partilha informações e conhecimentos com os restantes elementos da equipa de intervenção;</p>			
<p>- Tem um papel ativo e cooperante com os elementos da seção podendo ser, por vezes, o seu dinamizador;</p>			
<p>- Trabalha de forma proactiva para cumprir a missão atribuída.</p>			
<p><b>4. Conhecimentos técnicos -</b> Capacidade para aplicar, de forma adequada, os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função.</p>			
<p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p>			
<p>- Domina os conhecimentos técnicos inerentes à sua função, adequando-os corretamente às solicitações requeridas;</p>			
<p>- Aplica adequadamente conhecimentos práticos necessários às exigências da função;</p>			
<p>- Utiliza os materiais, equipamentos e utensílios de forma apropriada e responsável.</p>			
<p><b>5. Comunicação -</b> Expressa-se verbalmente, por escrito e através de sinais de combate com clareza e precisão.</p>			
<p><b>Indicadores Comportamentais:</b></p>			
<p>- Adequa a linguagem ao contexto, utilizando aos procedimentos das comunicações militares e civis.</p>			
<p>- Compreende e cumpre ordens recebidas superiormente;</p>			
<p>- Transmite a mensagem através de sinais visuais de forma eficaz e eficiente.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 4 de 6 páginas	
<b>10. <u>COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS</u></b>			
<b>Diagrama Escalar</b>			
<b>CÓDIGO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>		CPSPAR16	
<b>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>		Socorrista de primeira intervenção	
<b>ATIVIDADE</b>		<b>TAREFA</b>	
<b>A</b>	<b>Avaliar o local do incidente</b>	1	Avaliar a segurança da área
		2	Efetuar a triagem às vítimas
		3	Transportar um ferido sem auxílio
		4	Transportar um ferido com auxílio
		5	Solicitar apoio diferenciado
<b>B</b>	<b>Prestar cuidados no Exame Primário</b>	1	Executar o algoritmo do Exame Primário
		2	Controlar grandes hemorragias visíveis
		3	Permeabilizar a via aérea
		4	Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais
		5	Atuar perante uma vítima em choque
		6	Cuidar de uma vítima com hipotermia
		7	Posicionar uma vítima inconsciente (PLS)
<b>C</b>	<b>Efetuar manobras de reanimação cardiorrespiratória</b>	1	Executar o algoritmo do Suporte Básico de vida
		2	Proceder ao algoritmo da desobstrução da via aérea
		3	Operar o Desfibrilhador Automático Externo
		4	Administrar Oxigénio à vítima
<b>D</b>	<b>Prestar cuidados no Exame Secundário</b>	1	Executar o algoritmo do Exame Secundário
		2	Avaliar os sinais vitais
		3	Abordar a vítima de trauma
		4	Prestar cuidados perante entorses
		5	Prestar cuidados perante lesões musculares
		6	Cuidar duma vítima com queimaduras
		7	Realizar cuidados a uma vítima com lesões oculares
		8	Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada
		9	Aplicar os cuidados a uma vítima com intoxicação por monóxido de carbono
		10	Executar os cuidados a uma vítima com alterações

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC III	PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL	Página 5 de 6 páginas	
			psicológicas
E	Executar técnicas de imobilização e mobilização	1	Aplicar um colar cervical
		2	Imobilizar o membro superior
		3	Imobilizar o membro inferior
		4	Remover a vítima com maca scoop (pluma)
		5	Imobilizar a vítima com trauma pélvico
		6	Efetuar o rolamento de vítima em decúbito dorsal
		7	Executar o rolamento de vítima em decúbito ventral
		8	Aplicar a técnica de levantar a vítima
		9	Imobilizar a vítima de pé em plano duro
		10	Imobilizar a vítima deitada em plano duro
		11	Imobilizar a vítima com colete de extração
		12	Imobilizar a vítima em maca de vácuo
		13	Efetuar técnica de extração rápida da vítima
F	Atuar nas afeções comuns em campanha	1	Agir perante lesões provocadas pelo calor
		2	Intervir perante lesões provocadas pelo frio
		3	Atuar perante lesões provocadas pela altitude
		4	Aplicar cuidados à vítima desidratada
		5	Intervir perante vítima de mordeduras
		6	Intervir perante vítima de picadas
		7	Agir perante lesões dos pés
		8	Aplicar os cuidados a uma vítima com diarreia
G	Prestar cuidados sob fogo inimigo	1	Preparar o material de primeiros socorros
		2	Abordar o ferido sob fogo
		3	Estancar uma hemorragia externa com risco de vida
		4	Transportar o ferido sob fogo inimigo sem ajuda
		5	Transportar o ferido sob fogo inimigo com ajuda
H	Prestar cuidados em ambiente tático	1	Atuar perante vítima com estado mental alterado
		2	Realizar triagem multivítimas
		3	Permeabilizar a via aérea
		4	Atuar nas hemorragias visíveis
		5	Prevenir a hipotermia a uma vítima
		6	Prevenir a hipertermia a uma vítima
		7	Registrar os cuidados prestados

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC III</b>	<b>PERFIL DE CARGO/PROFISSIONAL</b>	Página 6 de 6 páginas	

		8	Proceder à evacuação Medevac
		9	Efetuar a evacuação Casevac
<b>I</b>	<b>Aplicar Medidas Básicas de Higiene</b>	1	Identificar as medidas básicas de higiene pessoal
		2	Prevenir doenças sexualmente transmissíveis
		3	Proteger a saúde de uma Força Militar em missão
		4	Prevenir doenças provocadas pela eliminação de resíduos
		5	Prevenir doenças provocadas pelo saneamento
		6	Garantir as medidas de higiene e segurança alimentar

**11. CONDIÇÕES DE EXERCÍCIO DA FUNÇÃO**

**a. Ambientais**

Em qualquer condição ambiental.

**b. Físicas**

Utilizando equipamentos de campanha ao ar livre.

**c. Sociais / Psicológicas**

O militar poderá ser deslocado a qualquer momento, para qualquer região do país ou estrangeiro, por períodos indeterminados de tempo, em detrimento do contacto com a sua família.

**d. Dificuldades**

O militar, no desempenho das suas funções, pode experimentar várias dificuldades de cariz físico e psicológico.

**12. MATRIZ DE COMPETÊNCIAS**

Anexo D – Matriz de Competências

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO III

**PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL**

IIIa - Padrões de Desempenho Operacional (PDO)

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>CÓDIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 1 de 78 páginas	

<b>CÓDIGO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>	CPSPAR16
<b>DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL:</b>	Socorrista de primeira intervenção

CÓD. PDO	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL (PDO)			NÍVEL / STANDARD
	TAREFAS	CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO		
1	A1 Avaliar a segurança da área	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima de trauma</li><li>2. Viatura</li><li>3. Material de sinalização</li><li>4. Fios elétricos</li><li>5. Equipamento de proteção individual (Luvas, máscara)</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Procedendo a avaliação da segurança do local:<ol style="list-style-type: none"><li>a) Identificando riscos de segurança potenciais para a vítima, terceiros ou para a equipa de socorro (Incêndio, explosão, acidentes elétricos, desmoronamentos);</li><li>b) Prevenindo colisões (sinalizando a zona), contacto com fios elétricos, e garantindo distância de segurança do muro).</li></ol></li><li>2. Determinando o número de vítimas.</li><li>3. Determinando a sua localização.</li><li>4. Acionando meios de socorro necessários.</li><li>5. Determinando zonas seguras</li></ol>	

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 2 de 78 páginas	

2	A2	<p>Efetuar a triagem às vítimas</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítimas conscientes</li> <li>2. Vítimas inconscientes</li> <li>3. Vítimas com amputação de membros</li> <li>4. Vítimas com trauma torácico</li> <li>5. Vítimas com objeto empalado</li> <li>6. Vítima por arma de fogo</li> <li>7. Cartões de triagem (vermelho, amarelo, verde e preto)</li> <li>8. Bolsa de individual de primeiros socorros:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Tesoura</li> <li>- Adesivo</li> <li>- Boletim de registo</li> <li>- Aspirador Individual de secreções</li> </ul> </li> </ol>	<p>de abordagem da vítima.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Priorizando a assistência às vítimas segundo um código de cores:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Vermelho – Vítimas de prioridade 1;</li> <li>b) Amarelo - Vítimas de prioridade 2;</li> <li>c) Verde – vítimas de prioridade 3 (necessitam de cuidados não urgentes);</li> <li>d) Preto – Vítimas de prioridade 4 (só se investe após cuidar das restantes vítimas).</li> </ol> </li> <li>2. Triando cada vítima num tempo limite de 60 a 90 segundos;</li> <li>3. Efetuando a triagem segundo o algoritmo <b>START (Simple Triage And Rapid Treatment)</b>:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Avaliando se anda (Prioridade 3) ou não (Avaliação Respiratória)</li> <li>b) Avaliando a função respiratória – após abertura via aérea se respira (Prioridade 1) não respira (Prioridade 4); Respiração &gt; 30 ou &lt;10 ciclos/min (Prioridade 1); Respiração &gt; 10 e &lt;30 ciclos minuto (avaliar o</li> </ol> </li> </ol>
---	----	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 3 de 78 páginas	

			<p>pulso e perfusão)</p> <p>c) Avaliando o pulso radial e perfusão – pulso radial ausente (Prioridade 1); Preenchimento capilar &gt;2s (Prioridade 1); Pulso radial presente ou preenchimento capilar &lt;2 segundo (avaliar estado de consciência);</p> <p>d) Avaliando o estado de consciência – responde a ordens simples (Prioridade 2); não responde a ordens simples (Prioridade 1);</p> <p>4. Transmitindo dados da triagem à equipa de evacuação.</p>
		<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Sob pressão</p> <p>4. Cinturões</p> <p>5. Bolsa de individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> </ul>	<p>1. Transportando a vítima por um só homem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vítima inconsciente:</li> <li>Transporte a atrador/bombeiro; por arraste.</li> <li>- Vítima consciente:</li> <li>Transporte às cavaleiras.</li> <li>Transporte pendurado pelo peito, pendurado pelas costas, Transporte por suspensão, Transporte rastejante (arrastamento por cintos e arrastamento pelo pescoço).</li> </ul>
3	A3	Transportar um ferido sem auxílio	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 4 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manta térmica</li> <li>- Tesoura</li> <li>- Adesivo</li> <li>- Boletim de registro</li> <li>- Aspirador Individual de secreções</li> </ul>	
4	A4  Transportar um ferido com auxílio	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima consciente</li> <li>2. Vítima inconsciente</li> <li>3. Sob pressão</li> <li>4. Maca de lona</li> <li>5. Cinturões</li> <li>6. Cobertor</li> <li>7. Varas de madeira</li> <li>8. Maca de vácuo</li> <li>9. Bolsa de individual de primeiros socorros:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Gaiote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Adesivo</li> <li>- Boletim de registro</li> <li>- Aspirador Individual de secreções</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Transportando a vítima por 2 homens: Vítima Consciente: Transporte em Cadeira e recostado Vítima Inconsciente: Transporte em "braços"?</li> <li>2. Transportando a vítima em maca de vácuo.</li> <li>3. Transporte de vítima em maca de lona.</li> <li>4. Transporte de vítima em maca improvisada: com uma manta e duas varas.</li> <li>5. Transporte de vítima em maca improvisada com 2 varas e 2 camisas ou blusões.</li> </ul>
5	Solicitar apoio diferenciado	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Rádio</li> <li>2. Formulário formato NATO "Nine Line Request"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Colhendo dados da sua localização (pontos de referência, coordenadas, etc.).</li> </ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 5 de 78 páginas	

A5	3. Sob pressão	<p>2. Identificando os recursos existentes para transmissão de dados.</p> <p>3. Utilizando os meios de transmissão adequados para a transmissão de dados (rádio);</p> <p>4. Identificando a frequência rádio autorizada;</p> <p>5. Operando os meios rádios ou outros.</p> <p>6. Pedindo ajuda diferenciada pelos canais autorizados previamente;</p> <p>a) seguindo o formato Nato "Nine Line Request" ou outro.</p> <p>7. Cumprindo as regras de segurança das transmissões.</p>
6	<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Colar cervical</p> <p>4. Aspirador de secreções</p> <p>5. Sondas de aspiração</p> <p>6. Equipamento de oxigenoterapia</p> <p>7. Bolsa de individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida</li> </ul> <p>Executar o algoritmo do Exame Primário</p>	<p>1. Avaliando a Permeabilização da Via aérea:</p> <p>a) Posicionando a cabeça (extensão e elevação da cabeça, ou subluxação da mandíbula em vítimas de trauma);</p> <p>b) Pesquisando Obstrução Via Aérea;</p> <p>c) Mantendo a cervical da vítima em posição neutra;</p> <p>d) Removendo corpos estranhos;</p> <p>e) Verificando existência</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 6 de 78 páginas	

B1	aberta tórax - Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica	de desvio da traqueia, jugulares ingurgitadas, tumefações ou feridas na região do pescoço f) Solicitando ajuda diferenciada se vítima crítica – Existência de obstrução da via aérea. 2. Avaliando a ventilação e oxigenação: a) Avaliando a existência de pontos de impacto na região torácica, deformações ou dor; b) Avaliando a frequência, amplitude e ritmo da respiração; c) Avaliando a simetria torácica; d) Pesquisando sinais de dificuldade respiratória (cianose, respiração abdominal, uso de músculos acessórios, ruídos respiratórios); e) Solicitando ajuda diferenciada se vítima crítica – cianose labial, dificuldade de ventilar, etc. 3. Avaliando a circulação: a) Pesquisando e controlando hemorragias; b) Avaliando a cor da
----	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**





**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 9 de 78 páginas	

7	B2	<p>Controlar grandes hemorragias visíveis</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima com grande hemorragia</li> <li>2. Vítima com fratura exposta e hemorragia associada</li> <li>3. Vítima com amputação</li> <li>4. Bolsa de individual de primeiros socorros:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéréis oclusivos</li> </ul> </li> </ol> <p>p/ controlo de hemorragias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Tesoura</li> <li>- Adesivo</li> <li>- Boletim de registo</li> <li>- Aspirador Individual de secreções</li> </ul>	<p>diferenciado se vítima em hipotermia grave.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecendo os diversos tipos de hemorragia quanto à proveniência.</li> <li>2. Identificando os métodos de controlo de hemorragias - Compressão direta, compressão indireta, elevação do membro, aplicação de garrote, aplicação de gelo.</li> <li>3. Controlando as hemorragias tendo em consideração o tipo de hemorragia e os recursos para controlo de hemorragias existentes.</li> <li>4. Aplicando um garrote em amputações ou grandes hemorragias dos membros de difícil controlo.</li> <li>5. Aplicando compressão manual direta</li> <li>6. Imobilizando fraturas da bacia, fémur ou úmero.</li> <li>7. Identificando hemorragias internas:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Hematomas dos membros;</li> <li>b) Hematomas da região abdominal associada a dor a palpação.</li> </ol> </li> <li>8. Solicitando ajuda diferenciada perante vítima crítica - sinais de vítima em choque (vítima com cianose labial, suada, fria e pálida) ou hemorragias internas</li> </ol>
---	----	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 10 de 78 páginas	

			abdominais.
8	B3	<p>Permeabilizar a via aérea</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima inconsciente</li> <li>2. Bolsa de individual de primeiros socorros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> </ul> </li> <li>3. Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ol>	<p>1. Posicionando a cabeça (extensão e elevação da cabeça, ou subluxação da mandíbula em vítimas de trauma);</p> <p>2. Pesquisando Obstrução Via Aérea;</p> <p>3. Aplicando o algoritmo de desobstrução da via aérea.</p> <p>4. Imobilizando a cervical da vítima.</p> <p>5. Inserindo tubo guedelii;</p> <p>6. Inserindo tubo nasofaríngeo;</p> <p>7. Aspirando a vítima;</p> <p>8. Removendo corpos estranhos da cavidade oral.</p> <p>9. Solicitando ajuda diferenciada se vítima crítica – incapacidade para assegurar permeabilização da via aérea.</p>
9	B4	<p>Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima consciente</li> <li>2. Bolsa de individual de primeiros socorros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> </ul> </li> <li>3. Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> </ol>	<p>1. Inspeccionando a região torácica – verificando existência de assimetria torácica, feridas aspirativas, pontos de impacto, dor à palpação, hiper-ressonância à precursão.</p> <p>2. Cobrindo uma ferida torácica com penso impermeável no momento da expiração.</p> <p>3. Removendo penso impermeável do tórax e voltar a colocar a cada 15 minutos.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 11 de 78 páginas	

		<p>- Penso Asherman</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>4. Aplicando um penso Asherman (se disponível) nas feridas por armas de fogo, armas brancas outros traumatismos penetrantes.</p> <p>5. Posicionando corretamente a vítima:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Se consciente na posição que melhor se sentir;</li> <li>b) Inconsciente virada para o lado que apresenta a lesão.</li> </ol> <p>6. Imobilizando a vítima com trauma torácico e outros traumas associados (ex: trauma craneoencefálico, vertebromedular, bacia, etc.)</p> <p>7. Pedindo apoio diferenciado se a vítima apresentar assimetria torácica, desvio da traqueia, ingurgitação jugular, cianose labial.</p>
10	B5	<p>Atuar perante uma vítima em choque</p>	<p>1. Reconhecendo o significado de vítima em choque hipovolêmico.</p> <p>2. Identificando os sinais de vítima em choque hipovolêmico - vítima com cianose labial, suada, fria e pálida, ausência de pulso radial, etc.</p> <p>3. Avaliando a oximetria se disponível.</p> <p>4. Posicionando uma vítima em choque (posição dorsal com pernas elevadas,</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 12 de 78 páginas	

11	B6	Cuidar de uma vítima com hipotermia	<p>- Compressas esterilizadas</p> <p>- Ligaduras compressivas</p> <p>- Lenços triangulares</p> <p>- Manta térmica</p> <p>- Tesoura</p> <p>1. Vítima em hipotermia</p> <p>2. Cobertor</p> <p>3. Ponches</p> <p>4. Saco de cama</p> <p>5. Bolsa de individual de primeiros socorros:</p> <p>- Luvas</p> <p>- Máscara para insuflação</p> <p>- Garrote/Torniquete</p> <p>- Tubos orofaríngeos</p> <p>- Tubos nasofaríngeos</p> <p>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</p> <p>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</p> <p>- Penso Asherman</p> <p>- Compressas esterilizadas</p> <p>- Ligaduras compressivas</p> <p>- Lenços triangulares</p> <p>- Manta térmica</p> <p>- Tesoura</p>	<p>Trendelenburg, etc).</p> <p>5. Administrando oxigénio se disponível.</p> <p>6. Solicitando ajuda diferenciada perante sinais de vítima em choque.</p> <p>1. Avaliando a temperatura da vítima.</p> <p>2. Reconhecendo os riscos de vítima em hipotermia (Paragem Cardiorrespiratória).</p> <p>3. Minimizando o tempo de exposição da vítima.</p> <p>4. Substituindo as roupas molhadas por secas.</p> <p>5. Colocando a vítima em local seco.</p> <p>6. Cobrindo a vítima com manta térmica (cobertores, ponches, sacos de cama, etc.).</p> <p>7. Aplicando medidas adicionais para aquecer a vítima perante disponibilidade/ indisponibilidade de materiais.</p> <p>8. Pedindo apoio diferenciado se necessário – hipotermia grave.</p>
12	B7	Posicionar uma vítima inconsciente (PLS)	<p>1. Vítima inconsciente a respirar.</p> <p>1. Identificando a necessidade de colocar uma vítima inconsciente em PLS.</p> <p>2. Confirmando que a técnica pode ser aplicada (vítimas inconscientes a respirar; exceto vítimas de trauma).</p> <p>3. Posicionando a vítima em PLS conforme técnica.</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 13 de 78 páginas	

			<p>a) Retirando relógio, óculos e objetos dos bolsos da vítima;</p> <p>b) Colocando-se de joelhos junto à vítima que deve estar de costas e com as pernas esticadas;</p> <p>c) Colocando o braço da vítima mais próximo de si, para cima, ao lado da cabeça, com a palma da mão voltada para cima;</p> <p>d) Segurando na mão contrária leve-a até à face da vítima, do seu lado, com a palma da mão virada para fora;</p> <p>e) Com a mão mais próxima segure a perna mais afastada da vítima, mantendo-a fletida;</p> <p>f) Virando a vítima para si.</p> <p>g) Mantendo a mão da vítima debaixo da face e a cabeça em extensão;</p> <p>h) A perna de cima deve ficar fletida de forma a formar um ângulo de 90°;</p> <p>i) Identificando a necessidade de mudar de posição de 30 em 30 minutos.</p>
13	C1	Executar o algoritmo do Suporte Básico de Vida	<p>1. Vítima em parada cardiorrespiratória</p> <p>2. Sob qualquer condição</p> <p>1. Garantindo as condições de segurança do local.</p> <p>2. Avaliando o estado de paragem- condição</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 14 de 78 páginas	

14	C2	<p>Proceder ao algoritmo da desobstrução da via aérea</p>	<p>meteorológica</p> <p>3. Pocket mask</p>	<p>consciência da vítima.</p> <p>3. Permeabilizando a via aérea.</p> <p>4. Avaliando a ventilação da vítima.</p> <p>5. Pedindo ajuda diferenciada perante vítima em paragem respiratória.</p> <p>6. Iniciando compressões torácicas.</p> <p>7. Efetuando insuflações (cada insuflação 1 segundo).</p> <p>8. Cumprindo o algoritmo de Suporte Básico de Vida, atualizado, emanado pelo Conselho Português de Ressuscitação.</p>
		<p>1. Vítima com obstrução parcial da via aérea;</p> <p>2. Vítima com obstrução total da via aérea;</p> <p>3. Bolsa de individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>1. Garantindo as condições de segurança.</p> <p>2. Avaliando a gravidade da obstrução da via aérea (obstrução parcial ou total).</p> <p>3. Incentivando a tosse se obstrução parcial.</p> <p>4. Aplicando 5 pancadas inter-escapulares.</p> <p>5. Aplicando 5 compressões abdominais (alternando com as pancadas nas costas).</p> <p>6. Solicitando ajuda diferenciada se vítima ficar inconsciente.</p> <p>7. Iniciando ciclos de compressões torácicas – pesquisa corpos estranhos – insuflações até recuperação da vítima, exaustão do socorrista, chegada de ajuda</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 15 de 78 páginas	

15	C3	Operar o Desfibrilhador Automático Externo	<p>- Tesoura</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima em paragem cardiopulmonar</li> <li>2. Sob qualquer condição meteorológica</li> <li>3. Equipamento de oxigenoterapia</li> <li>4. Bolsa de individual de primeiros socorros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos</li> </ul> </li> <li>p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Desfibrilhador Automático Externo</li> <li>6. Kit (compressas, gilette)</li> </ol>	diferenciada ou alteração das condições de segurança.
16	C4	Administrar oxigénio à vítima	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Avaliando as condições de segurança do local.</li> <li>2. Ligando o Desfibrilhador conforme indicações do fabricante.</li> <li>3. Garantindo as condições de segurança do tórax para colocar os eletrodos (Retirar pelos em excesso, secar o tórax, retirar pensos transdérmicos, verificar existência de pacemaker ou CDI e afastar os eletrodos cerca de 2 cm).</li> <li>4. Colocando os eletrodos de acordo com as indicações do fabricante.</li> <li>5. Garantindo as condições de segurança para analisar ritmo (ninguém toca na vítima).</li> <li>6. Garantindo as condições de segurança para desfibrilhar (Não tocar na vítima e afastar fontes de oxigénio no mínimo cerca de 1 metro);</li> <li>7. Seguindo as indicações do aparelho.</li> <li>8. Mantendo o desfibrilhador em condições de utilização (bateria ou pilhas carregadas).</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando o equipamento e material para administração de oxigénio.</li> <li>2. Utilizando o equipamento de oxigenoterapia de forma eficaz (conectando</li> </ol>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 16 de 78 páginas	

17	D1	Executar o algoritmo do exame secundário	<p>administração oxigênio (reductor, debitômetro, tubo conector)</p> <p>7. Oxímetro</p>	<p>corretamente o equipamento, garantindo condições de segurança).</p> <p>3. Adequando o equipamento à situação da vítima (conforme protocolo universalmente).</p> <p>4. Reconhecendo os litros de oxigênio/minuto a administrar a cada vítima/doente de acordo com a situação que apresenta.</p> <p>5. Calculando a quantidade de oxigênio disponível na garrafa.</p>
18	D2	Avaliar os sinais vitais	<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Bolsa de individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias abertas tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Tesoura</li> </ul>	<p>1. Avaliando os sinais vitais.</p> <p>2. Pesquisando lesões corporais seguindo a sequência da cabeça para os pés.</p> <p>3. Reconhecendo a necessidade de prestar os cuidados necessários perante as lesões encontradas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Fraturas</li> <li>b) Entorses e lesões musculares</li> <li>c) Queimaduras</li> <li>d) Lesões oculares</li> <li>e) Afogamento</li> <li>f) Intoxicações monóxido de carbono</li> <li>g) Alterações psicológicas</li> </ul> <p>4. Reavaliando a vítima.</p>
			<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Bolsa individual de</p>	<p>1. Avaliando a respiração (Frequência, Amplitude e Ritmo).</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 17 de 78 páginas	

		<p>primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Avaliando o pulso (Frequência, Amplitude e Ritmo).</li> <li>3. Avaliando a temperatura.</li> <li>4. Avaliando a Pressão Arterial.</li> <li>5. Avaliando a dor.</li> <li>6. Registrando os sinais vitais em documento próprio.</li> </ol>
19	D3 Abordar a vítima de trauma	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima consciente</li> <li>2. Vítima inconsciente</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> </ul> </li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Garantindo as condições de segurança.</li> <li>2. Identificando lesões com risco de vida (grandes hemorragias, hemorragias internas, pneumotórax hipertensivo, obstrução via aérea, etc).</li> <li>3. Priorizando os cuidados a prestar conforme avaliação (C-A-B-C-D).</li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 18 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	
20	D4	<p>1. Vítima com entorse</p> <p>2. Material para imobilização:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Talas</li> <li>b) Ligaduras</li> <li>c) Material para almofadar</li> </ul> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> </ul>	<p>1. Identificando os sinais e sintomas de entorse - edema, equimose local, dor a mobilização.</p> <p>2. Reconhecendo os cuidados adequados ao tipo de entorse encontrado.</p> <p>3. Aplicando frio na região do entorse.</p> <p>4. Imobilizando a região do entorse.</p> <p>5. Mantendo o membro lesionado em repouso com elevação.</p> <p>6. Sugerindo à vítima os cuidados a ter com o entorse - elevação do membro afetado, descanso, na dúvida pedir apoio diferenciado.</p> <p>7. Se necessário pedir apoio médico.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 19 de 78 páginas	

21	D5	<p>Prestar cuidados perante lesões musculares</p>	<p>- Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica</p> <p>1. Vítima com lesão muscular 2. Material para imobilização: a) Talas b) Ligaduras c) Material para almofadar</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros - Estetoscópio - Esfigmomanômetro - Termômetro - Oxímetro - Escala da dor - Folha de registro - Luvas - Máscara para insuflação - Garrote/Torniquete - Tubos orofaríngeos - Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias - Penso oclusivo p/ferida aberta tórax - Penso Asherman - Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica</p>	<p>1. Identificando os sinais e sintomas de lesão muscular - edema, equimose local, dor a mobilização. 2. Identificando os sinais e sintomas da síndrome de esmagamento: a) Alterações neuro psíquicas: angústia, agitação, obnubilação, desorientação; b) Alterações cardíacas: hipotensão, taquicardia, palidez e suor frio; c) Alterações respiratórias: Taquipneia. 3. Identificando os sinais e sintomas da síndrome compartimental: a) Vítima consciente: dor intensa no membro afetado; b) Membro com lesão: pele fria e flictenas; c) Progressivamente: edema duro não depressível, necrose cutânea; d) Pulsos periféricos ausentes; e) Paralisia. 4. Prestando os cuidados adequados ao tipo de lesão muscular encontrada:</p>
----	----	---	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 20 de 78 páginas	

22	D6	Cuidar duma vítima com queimaduras		<p>a) Imobilização precoce;</p> <p>b) Avaliação de sinais vitais;</p> <p>c) Apoio psicológico;</p> <p>d) Cobrindo feridas;</p> <p>e) Aplicando garrote se necessário;</p> <p>f) Avaliando os pulsos distais, cor da pele e perímetro do membro.</p>
			<p>1. Vítima com queimadura</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estetoscópio</li><li>- Esfigmomanómetro</li><li>- Termómetro</li><li>- Oxímetro</li><li>- Escala da dor</li><li>- Folha de registo</li><li>- Luvas</li><li>- Máscara para insuflação</li><li>- Garrote/Torniquete</li><li>- Tubos orofaríngeos</li><li>- Tubos nasofaríngeos</li><li>- Pensos estéreis oclusivos</li></ul> <p>p/ controlo de hemorragias</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li><li>- Penso Asherman</li><li>- Compressas esterilizadas</li><li>- Ligaduras compressivas</li><li>- Lenços triangulares</li><li>- Lençol esterilizado</li><li>- Manta térmica</li></ul>	<p>1. Garantindo as condições de segurança.</p> <p>2. Identificando a causa da queimadura - elétricas, térmicas, químicas, ou radiação;</p> <p>3. Identificando o grau da queimadura.</p> <p>4. Calculando a extensão da queimadura (percentagem da corporal das queimaduras) pela regra dos nove.</p> <p>5. Aplicando os cuidados adequados ao tipo de queimadura:</p> <p>a) Primeiro grau – retirar roupa ou objetos que se encontrem por cima da zona queimada.</p> <p>b) Segundo grau – retirar imediatamente a vítima da fonte da queimadura, aplicar água fria sobre a zona queimada, cobrir a queimadura se necessário, prevenir a infeção e pedindo apoio diferenciado.</p> <p>c) 3º grau - retirar imediatamente a vítima da fonte da</p>

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 21 de 78 páginas	

23	D7	Realizar cuidados a uma vítima com lesões oculares	<p>queimadura, aplicar água fria sobre a zona queimada, cobrir a queimadura com compressas esterilizadas ou lençol, prevenindo a hipotermia, prevenir a infecção e pedindo apoio diferenciado.</p> <p>6. Tranquilizando a vítima.</p> <p>7. Explicando à vítima os cuidados a prestar.</p> <p>8. Avaliando a permeabilização da via aérea nas vítimas com queimadura da face.</p> <p>9. Cobrindo a superfície queimada com compressas secas;</p> <p>10. Prevenindo a hipotermia.</p> <p>11. Se necessário iniciar SBV com DAE.</p> <p>12. Registrando os cuidados prestados.</p>
		<p>1. Vítima com lesão ocular</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Gaiote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos</li> </ul>	<p>1. Identificando a causa da lesão ocular:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Traumatismos contusos;</li> <li>b) Corpos estranhos;</li> <li>c) Feridas oculares (penetrantes e não penetrantes);</li> <li>d) Queimaduras químicas.</li> </ul> <p>2. Fazendo uma exploração rápida do campo visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Pedir para tapar um olho e questionar à vítima o que consegue ver</li> <li>b) Proceder da mesma forma com o olho contrário.</li> </ul> <p>3. Aplicando os cuidados</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 22 de 78 páginas	

		<p>p/ controlo de hemorragias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta torax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>indicados a cada tipo de lesão.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Aplicando penso ocular no caso de apresentar alteração da visão.</li> <li>5. Ajudando a identificar formas de diminuição da dor.</li> <li>6. Explicando à vítima os cuidados a prestar.</li> <li>7. Irrigando o glóbulo ocular com soro fisiológico ou água corrente.</li> <li>8. Explicando a necessidade de manter o repouso.</li> <li>9. Pedindo apoio diferenciado.</li> <li>10. Evacuando com urgência a vítima.</li> </ol>
24	D8	<p>Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima afogada</li> <li>2. Garrata de oxigénio</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos</li> </ul> </li> </ol>
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Garantindo as condições de segurança.</li> <li>2. Avaliando o estado de consciência.</li> <li>3. Pedindo ajuda diferenciada (Ligando 112 em meio civil) se vítima inconsciente e ou respiração anormal.</li> <li>4. Permeabilizando a via aérea.</li> <li>5. Efetuando 5 insuflações iniciais.</li> <li>6. Iniciando 30 compressões seguidas de 2 insuflações;</li> <li>7. Ligando o DAE e seguir as instruções.</li> <li>8. Iniciando técnicas de reversão de hipotermia.</li> <li>9. Administrando oxigénio.</li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 23 de 78 páginas	

25	D9	<p>p/ controlo de hemorragias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul> <p>1. Vítima com intoxicação por monóxido de carbono</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Garrafa de oxigénio</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos</li> </ul> <p>p/ controlo de hemorragias</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>1. Garantindo as condições de segurança.</p> <p>2. Removendo a vítima para local seguro.</p> <p>3. Permeabilizando a via aérea.</p> <p>4. Avaliando os sinais e sintomas de intoxicação por monóxido de carbono.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Taquipneia</li> <li>b) Cianose</li> <li>c) Prostração</li> </ol> <p>5. Monitorizando saturação de oxigénio (se disponível oxímetro).</p> <p>6. Prestando os cuidados indicados perante o tipo de avaliação feita:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Administrando oxigénio em alto débito se a gravidade o justificar.</li> </ol> <p>7. Vigilando os sinais vitais.</p> <p>8. Pedindo apoio diferenciado ou evacuando a vítima com urgência.</p>
----	----	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 24 de 78 páginas	

26	D10	<p>Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas</p>	<p>1. Vítima com alterações psicológicas</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estetoscópio</li><li>- Esfigmomanômetro</li><li>- Termômetro</li><li>- Oxímetro</li><li>- Escala da dor</li><li>- Folha de registro</li><li>- Luvas</li><li>- Máscara para insuflação</li><li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li><li>- Garrote/Torniquete</li><li>- Tubos orofaríngeos</li><li>- Tubos nasofaríngeos</li><li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li><li>- Penso oclusivo p/fenda aberta tórax</li><li>- Penso Asherman</li><li>- Compressas esterilizadas</li><li>- Ligaduras compressivas</li><li>- Lenços triangulares</li><li>- Manta térmica</li></ul>	<p>1. Reconhecendo uma vítima com alterações comportamentais.</p> <p>2. Desarmando a vítima com estado de consciência alterado.</p> <p>3. Abordando uma vítima agressiva:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Nunca fechar uma porta a uma vítima agressiva;</li><li>Transmitir à vítima que está ali para a ajudar;</li><li>Não virar as costas quando a vítima fala consigo;</li><li>Manter uma escuta ativa.</li></ol> <p>4. Transmitindo à equipe de saúde diferenciada a situação da vítima.</p> <p>5. Identificando os princípios para a manutenção de uma boa saúde mental:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Antes de marchar para uma zona de operações – Refletir com a família os problemas que podem surgir na sua ausência e afoma como os solucionar, resolver problemas sentimentais existentes;</li><li>Na Zona de operações – comunicar periodicamente com a família e amigos, manter boas relações com os companheiros, enfrentar as dificuldades com calma, manter bons hábitos de higiene, boa alimentação, manter períodos de descanso, partilhar com os camaradas as suas emoções, animar e apoiar os companheiros e pedir apoio</li></ol>
----	-----	--	--	--

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 25 de 78 páginas	

27	E1	Aplicar um colar cervical	<p>psicológico no caso de nervosismo, preocupação exagerada e dificuldade de concentração.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecendo a necessidade de aplicar um colar cervical – vítimas de trauma crânioencefálico, vertebro medular, etc.</li> <li>2. Medindo o tamanho do colar cervical (altura desde arco da mandíbula à base do pescoço).</li> <li>3. Identificando o colar a aplicar.</li> <li>4. Colocando o colar cervical em a estabilização da cervical em posição neutra e conforme indicações do fabricante.</li> <li>5. Confirmando a boa colocação do colar cervical.</li> <li>6. Improvisando um colar cervical com uma revista, jornal, outro.</li> </ol>
28	E2	Imobilizar o membro superior	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando a necessidade de imobilização do membro superior (fraturas, hematomas, dor acentuada, etc).</li> <li>2. Identificando a região a imobilizar – imobilizar a articulação anterior e posterior à fratura.</li> <li>3. Cobrir feridas com compressas esterilizadas.</li> <li>4. Escolhendo o material indicado para a imobilização – talas de vácuo ou madeira.</li> <li>5. Improvisando a imobilização com – paus, talas, cartões, etc..</li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 26 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>6. Almofoadando as zonas de lesão e proeminências ósseas.</p> <p>7. Imobilizando o membro segundo os princípios da imobilização (tração-alinhamento-imobilização);</p> <p>8. Imobilizando a articulação antes e após o ponto da lesão:</p> <p>a) Articulação do ombro</p> <p>b) Braço</p> <p>c) Cotovelo (não fazer tração)</p> <p>d) Ante-braço</p> <p>e) Punho e mão</p> <p>f) Membro superior completo</p> <p>9. Avaliando o pulso distal antes e após a imobilização;</p> <p>10. Reconhecendo a gravidade da lesão (ausência de pulso distal, fraturas expostas, fraturas das articulações, provocadas por armas de fogo, com feridas associadas, etc.).</p> <p>11. Solicitando ajuda diferenciada se necessário..</p>
29	E3	<p>1. Vítima com fratura de um membro</p> <p>2. Dado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ligaduras</li> <li>- Conjunto de talas</li> <li>- Compressas</li> <li>- Luvas não esterilizada</li> <li>- Paus com 5cm de diâmetro</li> <li>- Cordões</li> <li>- Material para almofoadar as zonas de lesão e</li> </ul> <p>Imobilizar o membro inferior</p>	<p>1. Identificando a necessidade de imobilização do membro inferior- fraturas, hematomas, dor acentuada, etc..</p> <p>2. Identificando a região a imobilizar:</p> <p>a) Coxa</p> <p>b) Joelho</p> <p>c) Tibia e perônio</p> <p>d) Tornozelo</p> <p>e) Pé</p> <p>f) Membro inferior completo;</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 27 de 78 páginas	

		<p>proeminências ósseas.</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Folha de dor</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos</li> <li>p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>	<p>3. Cobrindo feridas com compressas esterilizadas.</p> <p>4. Escolhendo o material indicado para a imobilização – talas de vacuo ou madeira.</p> <p>5. Improvisando a imobilização com - talas, paus, cordões, material para almofadar, etc...</p> <p>6. Almofadando as zonas de lesão e proeminências ósseas.</p> <p>7. Imobilizando o membro segundo os princípios da imobilização (tração-alinhamento-imobilização).</p> <p>8. Imobilizando a articulação antes e após o ponto da lesão.</p> <p>9. Avaliando o pulso distal antes e após a imobilização.</p> <p>10. Reconhecendo a gravidade da lesão (ausência de pulso distal, feridas associadas, etc).</p> <p>11. Solicitando ajuda diferenciada.</p>
30	E4 Remover a vítima com maca scoop (pluma)	<p>1. Vítima consciente</p> <p>2. Vítima inconsciente</p> <p>3. Colar cervical</p> <p>4. Maca scoop ou pluma</p> <p>5. 3 elementos</p> <p>6. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> </ul>	<p>1. Identificando a necessidade de usar a maca pluma:</p> <p>a) Espaços confinados;</p> <p>b) Existência de 3 elementos no mínimo.</p> <p>2. Identificando a maca scoop ou pluma.</p> <p>3. Aplicando o colar cervical.</p> <p>4. Colocando a vítima na maca scoop corretamente:</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 28 de 78 páginas	

			<p>a) O 1º elemento deve proceder ou manter o alinhamento e a imobilização em posição neutra da coluna cervical</p> <p>b) O 2º e o 3º elementos devem colocar a maca ao lado da vítima e adaptá-la à sua altura, abrindo-a e dividindo-a em 2 partes</p> <p>c) O 2º elemento agarra no ombro mais distante e na anca da vítima e alivia-a ligeiramente, rolando-a para si, de modo a facilitar a introdução de metade da maca pluma pelo 3º elemento. Sem mudarem de posição estes dois elementos alternam o procedimento de modo a ser introduzida a outra metade da maca</p> <p>Fechando a maca</p> <p>d) Estes 2º e 3º elementos procedem ao fecho da maca, unindo-a primeiro em cima e depois junto aos pés da vítima,</p> <p>e) O 2º e 3º elementos, pegando pelos apoios laterais e à ordem do 1º elemento, que deverá manter o alinhamento e a imobilização em posição neutra da coluna cervical,</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> </ul>		

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 29 de 78 páginas	

31	E5	Imobilizar a vítima com trauma pélvico	<p>1. Vítima politraumatizada</p> <p>2. Cinto adequado para imobilização fraturas pélvicas</p> <p>3. Lençol</p> <p>4. Maca de vácuo</p> <p>5. Calças anti-choque</p> <p>6. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos</li> <li>- Controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/fenda aberta tórax</li> </ul>	<p>procedem ao levantamento da vítima;</p> <p>f) Após a colocação da vítima no local definitivo, o 2º e 3º elementos abrem a maca, começando por cima, e, executando um movimento para fora e para cima, retiram alternadamente as duas metades da maca</p> <p>1. Comprovando (uma só vez) a existência de instabilidade pélvica, mediante pressão com ambas as mãos nas cristas ilíacas da vítima.</p> <p>2. Retirando todos os objetos que a vítima possa ter nos bolsos.</p> <p>3. Identificando necessidade de imobilizar a região pélvica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Hematoma região perineal;</li> <li>b) Rigidez e dor ao pressionar as cristas ilíacas.</li> </ul> <p>4. Imobilizando a região pélvica com o material mais adequado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Cinta de contenção própria (ex: SAM Pelvic Sling);</li> <li>b) Lençol dobrado.</li> </ul> <p>5. Complementado a imobilização da região pélvica com a imobilização dos membros inferiores.</p> <p>6. Colocando a vítima numa maca de vácuo.</p> <p>7. Solicitando ajuda diferenciada.</p> <p>8. Reavaliando os sinais vitais.</p>
----	----	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 30 de 78 páginas	

32	E6	<p>- Penso Asherman - Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima de trauma</li><li>2. Plano duro</li><li>3. Colar cervical</li><li>4. Maca pluma</li><li>5. Bolsa individual de primeiros socorros</li></ol> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estetoscópio</li><li>- Esfigmomanômetro</li><li>- Termômetro</li><li>- Oxímetro</li><li>- Escala da dor</li><li>- Folha de registro</li><li>- Luvas</li><li>- Máscara para insuflação</li><li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li><li>- Garrote/Torniquete</li><li>- Tubos orofaríngeos</li><li>- Tubos nasofaríngeos</li><li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li><li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li><li>- Penso Asherman</li><li>- Compressas esterilizadas</li><li>- Ligaduras compressivas</li><li>- Lenços triangulares</li><li>- Manta térmica</li></ul>	<p>9. Considerando a necessidade de colocação de calças anti-choque (contra indicado em traumatismos torácicos e craneoencefálicos).</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Identificando as indicações para efetuar o rolamento:<ol style="list-style-type: none"><li>a) Colocação em plano duro;</li><li>b) Colocação em maca pluma;</li><li>c) Inspeção da região posterior do tronco.</li></ol></li><li>2. Aplicando o colar cervical.</li><li>3. Posicionando-se corretamente junto da vítima:<ol style="list-style-type: none"><li>a) 1º elemento mantém o alinhamento da cabeça;</li><li>b) O 2º elemento ajoelha-se ao nível do tórax da vítima;</li><li>c) O 3º ajoelha-se ao nível dos joelhos.</li></ol></li><li>4. Os membros superiores e inferiores são alinhados junto ao corpo e o plano duro colocado no lado oposto aos elementos.</li><li>5. A vítima é agarrada pelos ombros e pela cintura pélvica em simultâneo, de modo a manter as extremidades alinhadas em posição neutra e é rolada suavemente na direção do segundo e terceiro elementos.</li><li>6. Colocando a vítima no plano</li></ol>
----	----	---	--

**NÃO CLASSIFICADO**



NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 32 de 78 páginas	

33	E7	<p>Executar o rolamento de vítima em decúbito ventral</p> <ul style="list-style-type: none"><li>1. Vítima de trauma</li><li>2. Plano duro</li><li>3. Colar cervical</li><li>4. Maca pluma</li><li>5. Bolsa individual de primeiros socorros<ul style="list-style-type: none"><li>- Estetoscópio</li><li>- Esfigmomanômetro</li><li>- Termômetro</li><li>- Oxímetro</li><li>- Escala da dor</li><li>- Folha de registro</li><li>- Luvas</li><li>- Máscara para insuflação</li><li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li><li>- Garrote/Torniquete</li><li>- Tubos orofaríngeos</li><li>- Tubos nasofaríngeos</li><li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li><li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li><li>- Penso Asherman</li><li>- Compressas esterilizadas</li><li>- Ligaduras compressivas</li><li>- Lenços triangulares</li><li>- Manta térmica</li></ul></li></ul>	<p>1. Identificando as indicações para efetuar o rolamento: d) Efetuar o exame da vítima; e) Colocação em plano duro; f) Colocação em maca pluma; g) Inspeção da região anterior do tronco; h) Efetuar o levantamento da vítima. 2. Posicionando-se corretamente junto da vítima: d) 1º elemento mantém o alinhamento da cabeça; e) O 2º elemento ajoelha-se ao nível do tórax da vítima; f) O 3º ajoelha-se ao nível dos joelhos. 3. Efetuando o alinhamento dos membros junto ao corpo. 4. Rolando a vítima na direção contrária àquela para onde a sua face está inicialmente voltada (se possível). 5. Colocando o plano duro entre os elementos e a vítima e apoiado no bordo lateral, posicionado de forma que a sua porção terminal (zona dos pés) fique acima dos tornozelos da vítima. 6. Rolando corretamente a vítima: a) Enquanto o 2º elemento</p>
----	----	--	---

NÃO CLASSIFICADO



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 34 de 78 páginas	

34	E8	Aplicar a técnica de levantar a vítima	<p>1. Vítima de trauma</p> <p>2. Plano duro</p> <p>3. Colar cervical</p> <p>4. Quatro elementos (no mínimo)</p>	<p>1. Garantindo as condições de segurança.</p> <p>2. Identificado a necessidade de efetuar o levantamento:</p> <p>a) Colocação em plano duro;</p> <p>b) Se existirem pelo menos quatro elementos treinados para a sua execução (sendo seis o número ideal).</p> <p>3. Procedendo a execução correta da técnica:</p> <p>a) Antes de se realizar um levantamento deverá sempre ser aplicado o colar cervical;</p> <p>b) O 1º elemento manterá o alinhamento e a imobilização em posição neutra, segundo o eixo nariz - umbigo - pés, e comandará os movimentos;</p> <p>c) O 2º e 3º elementos ajoelhados de um dos lados da vítima e o 4º e 5º elementos do outro lado, com o mesmo joelho no chão, colocam corretamente os membros superiores e inferiores da vítima de forma a permitir o levantamento;</p> <p>d) O 6º elemento pegará no</p>
----	----	--	---	--

**NÃO CLASSIFICADO**



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 36 de 78 páginas	

			<p>elemento: 'À minha voz três, levantar! - Um ... dois ... três!'</p> <p>h) O Plano Duro será introduzido por baixo da vítima, pelo lado dos pés, de forma que o topo do plano fique a um nível superior ao da cabeça da vítima</p> <p>i) Farão de seguida, sob indicação do chefe de equipa, o abaixamento em bloco, de forma que a vítima fique posicionada com a cabeça colocada no topo do plano e o corpo centrado: 'baixar</p> <p>j) As mãos deverão ser retiradas com os mesmos cuidados como quando foram introduzidas;</p> <p>k) Logo que a vítima está corretamente posicionada sobre o plano duro, seguindo indicação do 1º elemento, procede-se de seguida à sua imobilização no respetivo plano rígido.</p>
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima de trauma</li> <li>2. Plano duro</li> <li>3. Colar cervical</li> <li>4. Estabilizadores de cabeça</li> <li>5. Cinto aranha</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando a necessidade de imobilizar a vítima de pé em plano duro:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Para imobilizar a coluna vertebral numa vítima de trauma que está de pé</li> </ol> </li> </ol>
35	E9	Imobilizar a vítima de pé em plano duro	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 37 de 78 páginas	

				<p>(podendo até estar a andar), mas em que há suspeita de lesão vertebral medular.</p> <p>2. Identificando os recursos necessários:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Colar cervical</li><li>b) Plano duro</li><li>c) Estabilizadores de cabeça</li><li>d) Cinto aranha</li></ul> <p>3. Aplicando corretamente a técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Quando não estão disponíveis mais elementos, é possível e adequado proceder à mobilização apenas com dois, que atuarão um de cada lado da vítima virados na direção desta;</li><li>b) Enquanto um elemento procede à estabilização manual da cervical, que deve ser efetuada abordando a vítima pela frente, o 2º elemento deve aplicar um colar cervical de tamanho adequado;</li><li>c) Este 2º elemento posiciona-se, lateralmente, de frente para a vítima e coloca o plano duro encostado atrás desta. Segura com</li></ul>
--	--	--	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 38 de 78 páginas	

				<p>a mão do lado interior, cujo braço passa pela axila da vítima, o plano duro num dos seus orifícios deste nível. A outra mão irá substituir a imobilização cervical a mão do mesmo lado do outro elemento.</p> <p>d) Os dois elementos, com as mãos superiores, com os dedos abertos e a palma da mão de encontro à face da vítima, fazem igual pressão para dentro (um na direção do outro), de modo a manter a estabilização cervical manual e a fixação da vítima ao plano duro;</p> <p>e) A vítima é descida até ao chão, juntamente com o plano duro, com cuidado para o plano não deslizar, devendo os dois elementos trabalhar em simultâneo durante este movimento, que deve ser seguro e síncrono, para assegurar a máxima estabilização manual (devem contar para iniciar a descida em simultâneo).</p>
--	--	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 39 de 78 páginas	

36	E10	<p>Imobilizar a vítima deitada em plano duro</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima de trauma</li> <li>2. Plano duro</li> <li>3. Colar cervical</li> <li>4. Estabilizadores de cabeça</li> <li>5. Cinto aranha</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando a necessidade de imobilizar a vítima deitada em plano duro:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Quando há suspeita de lesão vertebromedular, crânioencefálica.</li> </ol> </li> <li>2. Identificando os recursos necessários:             <ol style="list-style-type: none"> <li>e) Colar cervical</li> <li>f) Plano duro</li> <li>g) Estabilizadores de cabeça</li> <li>h) Cinto aranha</li> </ol> </li> <li>3. Aplicando a técnica corretamente:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) A base do imobilizador de cabeça deve estar previamente colocada no plano duro;</li> <li>b) O 1º elemento procede ou mantém o alinhamento da coluna cervical;</li> <li>c) O 2º elemento, se a técnica ainda não estiver executada, coloca o colar cervical;</li> <li>d) Este 2º elemento coloca seguidamente o cinto do tórax e depois o cinto da região pélvica de forma a não permitir qualquer movimento longitudinal ou lateral do tronco da vítima;</li> <li>e) Fixar a estrutura escapulo umeral;</li> </ol> </li> </ol>
----	-----	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 41 de 78 páginas	

37	E11	<p>Imobilizar a vítima com colete de extração</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima de trauma</li> <li>2. Plano duro</li> <li>3. Colar cervical</li> <li>4. Colete de extração</li> <li>5. Estabilizadores de cabeça</li> <li>6. Cinto aranha</li> <li>7. 3 elementos</li> </ol>	<p>mobilize nem deslize.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando a necessidade de aplicar o colete de extração:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Quando há necessidade de proceder à extração de uma vítima sentada, com suspeita de lesão vertebromedular;</li> </ol> </li> <li>2. Identificar os recursos necessários.</li> <li>3. Aplicando o colete de extração corretamente:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) O 1º e o 2º elementos executam e mantêm a imobilização e o alinhamento em posição neutra da coluna cervical, seguindo o eixo nariz-umbigo-pés, devendo ser colocado um colar cervical;</li> <li>b) Um elemento abre o colete guardando as cintas de fixação cefálica e a almofada;</li> <li>c) O colete é seguro pelas 'abas inferiores', à frente do corpo do socorrista, apertando conjuntamente os cintos dos membros inferiores, entretanto desprendidas dos seus locais de fixação, uma de cada um dos respectivos lados;</li> <li>d) Este elemento introduz lateralmente o colete de</li> </ol> </li> </ol>
----	-----	---	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 42 de 78 páginas	

				<p>extração, fazendo-o deslizar pelas costas da vítima para que as abas e os cintos dos membros inferiores passem para o outro lado e sejam apanhadas pelo terceiro elemento;</p> <p>e) O 2º e o 3º elementos ajustam muito bem e em conjunto, um de cada lado, as abas às axilas e ao tórax e fixam-nas de seguida, com os cintos torácicos, primeiro o cinto do meio, depois com a inferior;</p> <p>f) O ajustamento inicial faz-se segurando o cinto a meio do tórax com uma mão e tracionando com a outra na parte do cinto logo a seguir ao fecho, sempre com atenção a possíveis lesões da vítima nesta área do corpo;</p> <p>g) Se necessário, o 2º elemento dobra a almofada de forma a preencher a curvatura cervical e coloca-a no espaço entre o colete de extração e a coluna e antes da colocação das cintas de fixação (cefálica) o 3º elemento substitui o 1º elemento na imobilização cervical;</p> <p>h) De seguida o 1º elemento, com a ajuda do 2º elemento, aplicam as cintas de fixação,</p>
--	--	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**





**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 45 de 78 páginas	

38	E12	Imobilizar a vítima em maca de vácuo	<p>f) Nesta altura podem ser aliviados / retirados os cintos dos membros inferiores e, após alinhar a vítima, são reajustados os cintos do tórax e abdómen. Proceder-se de seguida à imobilização no respetivo plano rígido.</p> <p>1. Identificando a necessidade de imobilizar a vítima em maca de vácuo:  a) Vítimas politraumatizadas  b) Trauma da bacia.</p> <p>2. Identificar os recursos necessários.</p> <p>3. Aplicando corretamente a técnica de mobilização:  a) Verificar integridade da maca;  b) Dar forma à maca distribuindo as bolitas de polietileno do anterior;  c) Ligar bomba;  d) Colocar vítima em cima da maca com os pés voltados para a válvula;  e) Abrir a válvula e exterior o ar do colchão mediante a bomba;  f) Ir informando o molde à vítima, começar desde a cabeça compactando aqui mais que o resto do corpo; seguir cabeça-tronco-pévis-membros</p>
			<p>1. Vítima de trauma  2. Plano duro  3. Colar cervical  4. Maca de vácuo completa  5. Maca pluma  6. Cinto aranha  7. Bomba para adaptação à maca pluma  8. Mínimo 3 elementos</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página <b>46</b> de <b>78</b> páginas	

39	E13	<p>Efetuar técnica de extração rápida da vítima</p>	<p>inferiores;</p> <p>g) Fechar a válvula;  h) Fixar o paciente às cintas do da maca;  i) Colocar a maca de vácuo por cima do plano duro ou maca de transporte;  j) Avaliar periodicamente a consistência da maca de vácuo.</p> <p>1. Identificando a necessidade de aplicação desta técnica:  a) Local de risco iminente para a vítima (ex. incêndio; submersão);  b) Para garantir o acesso a uma vítima mais grave;  c) Lesões graves que colocam a vida em risco imediato.  d) Ausência de recursos</p> <p>2. Aplicando corretamente a técnica em vítima sentada:  a) Libertar a vítima do cinto que não se encontra presa a outras estruturas (como por exemplo os pedais);  b) O elemento que vai aplicar a técnica deverá colocar-se lateralmente à vítima e iniciar a estabilização cervical:  - Faz passar o membro superior (mais afastado</p>
		<p>1. Vítima de trauma  2. Plano duro  3. Colar cervical</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**



NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 48 de 78 páginas	

40	F1	Agir perante lesões provocadas pelo calor	<p>1. Vítima com insolação</p> <p>2. Vítima com golpe de calor</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estetoscópio</li><li>- Esfigmomanómetro</li><li>- Termómetro</li><li>- Oxímetro</li><li>- Escala da dor</li><li>- Folha de registo</li><li>- Luvas</li><li>- Máscara para insuflação</li><li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li><li>- Garrote/Torniquete</li><li>- Tubos orofaríngeos</li><li>- Tubos nasofaríngeos</li><li>- Pensos estéreis oclusivos</li><li>p/ controlo de hemorragias abertas tórax</li><li>- Penso Asherman</li><li>- Compressas esterilizadas</li><li>- Ligaduras compressivas</li><li>- Lenços triangulares</li><li>- Manta térmica</li></ul>	<p>vítima.</p> <p>1. Identificando os sinais e sintomas do golpe calor:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Cãibras;</li><li>Vertigens;</li><li>Cefaleias;</li><li>Astenia;</li><li>Pulso rápido e por vezes fraco/fino;</li><li>Pele húmida</li><li>Respiração rápida e superficial;</li><li>Apatia;</li><li>Hipotensão;</li><li>Inconsciência.</li></ol> <p>2. Identificando os sinais e sintomas da insolação:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Hipertermia;</li><li>Pele vermelha quente e seca;</li><li>Agitação;</li><li>Convulsões;</li><li>Pulso rápido e fraco;</li><li>Cefaleias;</li><li>Menos frequente é o aparecimento de pupilas dilatadas, vômitos e inconsciência.</li></ol> <p>3. Aplicando os cuidados adequados perante o golpe de calor:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Transportar a vítima para local fresco;</li><li>Intervir em função da avaliação primária (ABCDE);</li><li>Administrar oxigénio 3l/m se</li></ol>
----	----	---	---	---

NÃO CLASSIFICADO



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 50 de 78 páginas	

41	F2	Intervir perante lesões provocadas pelo frio	<p>a) Aclimatização  b) Períodos de descanso  c) Ingestão de água regular  d) Alimentação adequada  e) Uso de roupas adaptadas à estação (garantindo no entanto a segurança).</p> <p>1. Reconhecendo as principais lesões provocadas pelo frio (hipotermia, geladuras).  2. Avaliando a temperatura.  3. Reconhecendo sinais e sintomas na hipotermia:  a) Pele pálida;  b) Redução da temperatura sanguínea central abaixo de 36°C;  c) Inconsciência;  d) Respiração lenta e superficial;  e) Pulso fraco/fino;  f) Pupilas pouco reativas à luz.</p> <p>4. Aplicando os cuidados indicados na hipotermia:  a) Retirando a vítima do ambiente frio;  b) Intervindo em função da Avaliação Primária (ABCDE)  c) Removendo roupas molhadas, secando-a e cobrindo com roupas quentes;  d) Administrar oxigênio se disponível (Se choque</p>
----	----	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 52 de 78 páginas	

			<p>vitais.</p> <p>6. Aplicando as medidas preventivas adequadas na prevenção da hipotermia:</p> <p>a) Aclimatização;</p> <p>b) Uso de roupa adequada;</p> <p>c) Ingerir comidas e bebidas quentes.</p> <p>d) Ingerir alimentos calóricos (frutos secos, chocolates, passas, figos, etc.)</p> <p>e) Períodos de descanso regulares.</p> <p>7. Aplicando as medidas preventivas adequadas na prevenção das geladuras:</p> <p>a) Usar luvas no manuseamento de metais ou derivados de petróleo</p> <p>b) Manter a cara e zonas distais protegidas com gorro ou luvas;</p> <p>c) Manter a roupa e calçado limpo e seco;</p> <p>d) Evitar roupa e calçado apertado.</p>
		<p>1. Vítima em altitude com queixas várias</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> </ul>	<p>1. Reconhecendo as alterações fisiológicas provocadas pela altitude.</p> <p>2. Identificando vítima em risco de vida:</p> <p>a) Cefaleias;</p> <p>b) Cianose;</p> <p>c) Cansaço fácil a pequenos esforços;</p> <p>d) Edemas das mãos;</p> <p>e) Náuseas;</p>
42	F3	Atuar perante lesões provocadas pela altitude	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 53 de 78 páginas	

43	F4	Aplicar cuidados à vítima desidratada	<p>- Máscara para insuflação</p> <p>- Máscara de oxigênio de alto débito</p> <p>- Garrote/Torniquete</p> <p>- Tubos orofaríngeos</p> <p>- Tubos nasofaríngeos</p> <p>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</p> <p>- Penso oclusivo p/ferrida aberta tórax</p> <p>- Penso Asherman</p> <p>- Compressas esterilizadas</p> <p>- Ligaduras compressivas</p> <p>- Lenços triangulares</p> <p>- Manta térmica</p>	<p>f) Expetoração sanguinolenta (edema agudo pulmão);</p> <p>g) Ansiedade e agitação.</p> <p>3. Aplicando os cuidados adequados mediante as alterações fisiológicas significativas:</p> <p>a) Descida rápida;</p> <p>b) Administração de oxigênio se disponível;</p> <p>c) Repouso;</p> <p>d) Vigilância apertada de sinais vitais;</p> <p>e) Pedido de ajuda diferenciada, pela altitude;</p> <p>a) Aclimatização;</p> <p>b) Subidas lentas;</p> <p>c) Avaliação regular de sinais vitais.</p>
		<p>1. Vítima desidratada</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <p>- Estetoscópio</p> <p>- Esfigmomanômetro</p> <p>- Termômetro</p> <p>- Oxímetro</p> <p>- Escala da dor</p> <p>- Folha de registro</p> <p>- Luvas</p> <p>- Máscara para insuflação</p> <p>- Máscara de oxigênio de alto débito</p> <p>- Garrote/Torniquete</p> <p>- Tubos orofaríngeos</p> <p>- Tubos nasofaríngeos</p>	<p>1. Identificando sinais e sintomas de desidratação:</p> <p>a) Urina escassa e escura;</p> <p>b) Pulso fraco;</p> <p>c) Náuseas e vômitos;</p> <p>d) Calbras.</p> <p>2. Aplicando os cuidados necessários:</p> <p>a) Repondo a água e sal perdido com solução hidratante;</p> <p>b) Beber pequenos goles de líquido de cada vez;</p> <p>c) Pedir apoio médico.</p> <p>3. Indicando à vítima os cuidados que deve seguir (repouso, hidratação, etc).</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 54 de 78 páginas	

<b>44</b>	<b>F5</b>	<b>Intervir perante vítima de mordeduras</b>	<p>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias - Penso oclusivo p/ferida aberta tórax - Penso Asherman - Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica - Sais hidratantes</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Vítima com mordedura por cobra</li><li>2. Vítima com mordedura por mamífero (cão, rato, morcego, etc.)</li><li>3. Bolsa individual de primeiros socorros: - Estetoscópio - Esfigmomanômetro - Termômetro - Oxímetro - Escala da dor - Folha de registro - Luvas - Máscara para insuflação - Máscara de oxigênio de alto débito - Garrote/Torniquete - Tubos orofaríngeos - Tubos nasofaríngeos - Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias - Penso oclusivo p/ferida aberta tórax - Penso Asherman - Compressas esterilizadas</li></ol>	<p>4. Identificando as medidas preventivas da desidratação: a) Ingerir 3-6 litros de água por dia; b) Consumir a ração indicada pela força; c) Vigiar sinais e sintomas de desidratação (cor da urina, pulso fraco, falta de forças, etc).</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Reconhecendo os riscos associados à mordedura: a) Infecções; b) Reações alérgicas; c) Parestesias; d) Paragem cardio-respiratória; e) Morte .</li><li>2. Prestando os cuidados adequados perante uma mordedura de cobra: a) Acalmando a vítima; b) Remover relógios e anéis; c) Cobrir feridas; d) Imobilização do membro; e) Posicionar membro abaixo do coração; f) Vigiar sinais vitais; g) Se necessário iniciar SBV; h) Pedindo evacuação da vítima.</li><li>3. Prestando os cuidados adequados perante uma mordedura de um mamífero: a) Acalmando a vítima; b) Remover relógios e anéis; c) Limpeza de feridas – com soro fisiológico, água oxigenada, betadine, etc.</li></ol>
-----------	-----------	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 55 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul>	<p>d) Cobrir feridas;</p> <p>e) Vigilando sinais vitais;</p> <p>f) Se necessário iniciar SBV;</p> <p>g) Pedindo apoio médico.</p> <p>4. Identificando as medidas preventivas associadas às mordeduras:</p> <p>a) Evitar remover pelo e colocar a mão em buracos;</p> <p>b) Caminhar com botas calçadas;</p> <p>c) Antes de deitar-se verificar habitação se não existe animais;</p> <p>d) Antes de calçar-se sacudir as botas;</p> <p>e) Manter limpeza do acampamento;</p> <p>f) Evitar fazer festas a cães.</p> <p>5. Pedindo apoio médico.</p>
45	F6	<p>Intervir perante vítima de picadas</p>	<p>1. Vítima com picada por abelha/vespa</p> <p>2. Vítima com picada por mosquito</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> </ul> <p>1. Reconhecendo os riscos associados às picadas:</p> <p>a) Reações alérgicas</p> <p>b) Doenças – malária.</p> <p>2. Prestando os cuidados adequados face à picada de abelha:</p> <p>a) Exame da vítima;</p> <p>b) Retirar ferrão;</p> <p>c) Colocar a vítima em posição supina com pernas elevadas;</p> <p>d) Administrar oxigênio se disponível;</p> <p>e) Se necessário efetuar o SBV;</p> <p>f) Pedir ajuda diferenciada.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 56 de 78 páginas	

46	F7	<p>Agir perante lesões dos pés</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tubos orofaríngeos</li> <li>-Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul> <p>1. Vítima com lesões dos pés</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> </ul>	<p>3. Identificando as medidas preventivas da malária:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Uso de repelentes;</li> <li>b) Usos redes anti-mosquito;</li> <li>c) Utilização de inseticidas em espaços interiores;</li> <li>d) Utilização de roupa de manga cumprida;</li> <li>e) Evitar água paradas;</li> <li>f) Manter higiene sanitária;</li> <li>g) Toma de medicamentos preventivos.</li> </ul> <p>1. Identificando as principais lesões dos pés: pé de atleta, bolhas, feridas, unhas encravadas.</p> <p>2. Aplicando os cuidados indicados nas micoses:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Secar bem os pés (principalmente espaços interdigitais);</li> <li>b) Não partilhar chinelos;</li> <li>c) Manter higiene dos pés;</li> <li>d) Lavagem dos pés com betadine espuma;</li> <li>e) Cobrir feridas existentes com compressas esterilizadas;</li> <li>f) Aplicação de anti-micótico.</li> </ul> <p>3. Aplicando os cuidados indicados nas bolhas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Lavagem dos pés;</li> <li>b) Desinfeção da bolha com betadine;</li> <li>c) Proteger com compressa</li> </ul>
----	----	------------------------------------	---	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 57 de 78 páginas	

		<p>- Manta térmica - Sais hidratantes</p>	<p>esterilizada; d) Pedir ajuda médica se necessário (calor junto a bolha, dor e rubor) 4. Aplicando os cuidados indicados nas feridas: a) Lavagem – desinfecção – e cobertura de feridas com compressas esterilizadas; b) Pedindo apoio médico no caso de surgir sinais de infecção (calor, rubor e dor no local); 5. Aplicando os cuidados indicados nas unhas encravadas: a) Identificando sinais de infecção (calor, rubor e dor no local); b) Lavagem – desinfecção e cobertura com penso almofadado; c) Pedir ajuda médica 6. Prevenindo lesões dos pés: a) Mantendo higiene dos pés; b) Mantendo pés secos; c) Cortando as unhas com regularidade a direito; d) Não usar calçado apertado; e) Não partilhando calçado.</p>
47	F8	<p>1. Vítima com diarreia 2. Bolsa individual de primeiros socorros;</p>	<p>1. Identificando as medidas preventivas da diarreia (medidas de higiene alimentar</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 58 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sals hidratantes</li> </ul>	<p>e sanitárias).</p> <p>2. Reconhecendo a gravidade da diarreia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Desidratação;</li> <li>b) Falta de forças;</li> <li>c) Mal-estar geral;</li> <li>d) Hipovolêmia.</li> </ul> <p>3. Prestando os primeiros cuidados:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Dieta zero;</li> <li>b) Hidratação;</li> <li>c) Indicando à vítima os cuidados que deve seguir (repouso e procura de apoio diferenciado se necessário);</li> <li>d) Pedir apoio médico.</li> </ul>
48	G1	<p>1. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> </ul> <p>Preparar o material de primeiros socorros</p>	<p>1. Reunindo material de controle de hemorragias:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Garrote</li> <li>b) Compressas</li> <li>c) Lenço triangular</li> <li>d) Ligaduras</li> <li>e) Pensos compressivos</li> <li>f) Agentes hemostáticos</li> <li>g) Tesoura.</li> </ul> <p>2. Reunindo material de controle de via aérea:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Aspirador de secreções;</li> </ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 59 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>-Tubos orofaríngeos</li> <li>-Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> <li>- Aspirador de secreções individual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>b) Tubo guedell;</li> <li>c) Tubo nasofaríngeo.</li> </ul> <p>3. Reunindo material de penso:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Compressas</li> <li>b) Ligaduras</li> <li>c) Betadine</li> <li>d) Soro fisiológico</li> <li>e) Adesivo</li> <li>f) Tesoura</li> </ul> <p>4. Reunindo material de prevenção de hipotermia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Manta térmica.</li> </ul> <p>5. Mantendo o material de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Repor material após utilização;</li> <li>b) Verificar prazos de validade;</li> <li>c) Limpar a Bolsa de individual de primeiros socorros com frequência.</li> </ul>
49	G2	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima ferida sob fogo inimigo</li> <li>2. Sob condições adversas</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>-Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de</li> </ul> </li> </ul>	<p>1. Estabelecendo o contacto com o ferido para conhecer e determinar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Origem dos ferimentos da vítima (tiros, explosões, etc);</li> <li>b) Possibilidade do próprio ferido continuar a combater ou dar cobertura à equipa de socorro;</li> <li>c) Possibilidade da vítima deslocar-se para local seguro;</li> <li>d) Avaliar a gravidade da</li> </ul>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página <b>60</b> de <b>78</b> páginas	

50	G3	<p>alto débito</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos</li> <li>p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul>	<p>lesão.</p> <p>2. Utilizando os recursos humanos disponíveis para realizar o resgate com fogo de cobertura e proteção;</p> <p>3. Assegurando-se que toda a equipe sabe o que fazer:</p> <p>a) Apenas é permitido as técnicas de socorro, de controle de hemorragias e eventualmente inserir um tubo nasofaríngeo.</p> <p>4. Procedendo à aproximação da vítima com segurança:</p> <p>a) Em silhueta reduzida;</p> <p>b) Aproveitamento o terreno;</p> <p>c) Usando cortinas de fumo.</p> <p>5. Pedindo à vítima para se deslocar para local seguro.</p> <p>6. Pedindo à vítima para se fazer de morto.</p>
		<p>1. Vítima ferida sob fogo inimigo</p> <p>2. Sob condições adversas</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> </ul>	<p>1. Aplicando um garrote num membro:</p> <p>a) Verificar a operacionalidade do garrote;</p> <p>b) Retirar a roupa;</p> <p>c) Aplicar o garrote no membro cerca de 5 a 7 cm acima da amputação ou hemorragia não controlada;</p> <p>d) Efetuar a torção do garrote;</p> <p>e) Fixar o garrote após o mesmo hemorragia</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 61 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tubos orofaríngeos</li> <li>-Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estêreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>-Sais hidratantes</li> </ul>	<p>controlada;</p> <p>f) Deixar o garrote visível.</p> <p>2. Improvisando um garrote:</p> <p>a) Reunindo o material – lenço triangular, compressas esterilizadas, ligaduras, objeto para torcer lenço triangular;</p> <p>b) Retirar a roupa;</p> <p>c) Aplicar um lenço triangular com cerca de 5cm de largura à volta do membro;</p> <p>d) Aplicar o garrote cerca de 5 a 7 cm acima da amputação (nunca em cima de articulações ou fraturas);</p> <p>e) Dar um nó direito – colocar um objeto para torção – dar 2 nós por cima – efetuar a torção até deixar de sangrar - fixar o lenço com ligadura ou outro lenço triangular;</p> <p>f) Deixar visível o garrote.</p> <p>3. Aplicando penso compressivo.</p> <p>4. Aplicando compressão manual direta.</p> <p>5. Dirigindo a vítima para efetuar o auto-socorro (aplicando um garrote ou penso compressivo).</p>
51	G4	<p>Transportar o ferido sob fogo inimigo sem ajuda</p>	<p>1. Transportando vítima pela "técnica de arraste";</p> <p>a) Pelo pescoço;</p>
		<p>1. Vítima ferida sob fogo inimigo</p> <p>2. Sob condições adversas</p> <p>3. Bolsa individual de primeiros</p>	<p>1. Transportando vítima pela "técnica de arraste";</p> <p>a) Pelo pescoço;</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 62 de 78 páginas	

52	G5	<p>Transportar o ferido sob fogo inimigo com ajuda</p>	<p>socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tubo nasofaríngeo</li> <li>2. Vítima ferida sob fogo inimigo</li> <li>3. Paus</li> <li>4. Manta</li> <li>5. Maca de transporte</li> <li>6. Poncho</li> <li>7. Sob condições adversas</li> <li>8. Bolsa individual de primeiros socorros:</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> </ul>	<p>b) Pelos pés;</p> <p>c) Pelos ombros.</p> <p>2. Transportando vítima pela técnica de "Transporte à bombeiro".</p>
----	----	--	---	--

1. Transportando um ferido pela "Técnica de arraste" com 2 pessoas:
  - a) Pelos ombros
  - b) Pelos pés
2. Transportando um ferido pela "Técnica de cadeirinha"
3. Transportando um ferido por maca (improvisada ou não)

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 63 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul>	
53	H1	<p>Atuar perante vítima com estado mental alterado</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vítima com estado mental alterado</li> <li>2. Sob condições adversas</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> </ul> </li> </ol>
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando as causas possíveis de alteração do estado de orientação da vítima: dor, traumatismo craneocefálico, stress de combate, stress de medicação analgésica.</li> <li>2. Avaliando o estado orientação espaço temporal da vítima.</li> <li>3. Desarmando vítimas desorientadas.</li> <li>4. Aplicando os cuidados adequados: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Intervir em função da avaliação primária (ABCDE);</li> </ol> </li> </ol>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página <b>64</b> de <b>78</b> páginas	

54	H2	Realizar triagem multivítimas	<p>-Tubos orofaríngeos          -Tubos nasofaríngeos          -Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias          -Penso oclusivo p/ferida aberta tórax          -Penso Asherman          -Compressas esterilizadas          -Ligaduras compressivas          -Lenços triangulares          -Manta térmica          -Sais hidratantes</p> <p>1. Sob pressão          2. Cartões de triagem          3. Bolsa individual de primeiros socorros:          - Estetoscópio          - Esfigmomanómetro          -Termómetro          -Oxímetro          - Escala da dor          - Folha de registo          - Luvas          - Máscara para insuflação          - Máscara de oxigénio de alto débito          - Garrote/Torniquete          -Tubos orofaríngeos          -Tubos nasofaríngeos          -Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias          -Penso oclusivo p/ferida aberta tórax          -Penso Asherman          - Compressas esterilizadas          - Ligaduras compressivas</p>	<p>b) Avaliar e registar sinais vitais;          c) Transmitir os dados à equipa de apoio sanitário.</p> <p>1. Avaliando o cenário multivítimas;          2. Garantindo as condições de segurança.          3. Comunicando superiormente o incidente.          5. Garantindo as condições de segurança durante a triagem;          6. Identificando o algoritmo de triagem autorizado (mais comuns triagem SIEVE e START).          7. Aplicando o algoritmo de triagem autorizado.          8. Colaborando na aplicação do algoritmo de triagem. Autorizado.          9. Efetuando a triagem segundo o Algoritmo SIEVE:          a) Avaliando se anda ou não (anda – Prioridade 3 não anda avaliar função respiratória);          b) Avaliando a função</p>
----	----	-------------------------------	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 65 de 78 páginas	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> </ul>	<p>respiratória (&gt;29 ou &lt;10                      Prioridade 1; não respira após abertura via aérea –                      Prioridade 4; entre 10 – 29/min avaliar o pulso);</p> <p>c) Avaliando a função circulatória (Pulso &gt;120 - Prioridade 1; Pulso &lt; 120 – Prioridade 2).</p> <p>10. Transmitindo dados da triagem à equipa de evacuação.</p> <p>11. Efetuando uma triagem dinâmica.</p>
55	H3	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Sob pressão</li> <li>2. Colar cervical</li> <li>3. Aspirador de secreções</li> <li>4. Bolsa individual de primeiros socorros:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanómetro</li> <li>- Termómetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registo</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigénio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estereis oclusivos</li> <li>- p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> </ul> </li> </ul> <p>Permeabilizar a via aérea</p>	<p>1. Efetuando elevação do mento.</p> <p>2. Efetuando elevação mandibular.</p> <p>3. Aspirando a vítima.</p> <p>4. Colocando tubo nasofaríngeo.</p> <p>5. Inserindo tubo de guedell.</p> <p>6. Posicionando a vítima (PLS, ou posição sentada para vítimas conscientes, etc.).</p> <p>7. Pedindo ajuda diferenciada se necessário.</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 66 de 78 páginas	

56	H4	<p>Atuar nas hemorragias visíveis</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> <li>- Aspirador de secreções individual</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sob pressão</li> <li>2. Vítima de trauma com hemorragias visíveis</li> <li>3. Bolsa individual de primeiros socorros:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos esterais oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Agentes hemostáticos</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Garantindo condições de segurança (uso de luvas).</li> <li>2. Avaliando se as hemorragias controladas sob fogo se mantêm controladas.</li> <li>3. Aplicando um garrote se necessário.</li> <li>4. Assinalando a vítima com um T na testa – indicação de garrote/Torniquete colocado.</li> <li>5. Registrando a hora de colocação de garrote.</li> <li>6. Aplicando agentes hemostáticos disponíveis.</li> <li>7. Reforçando um penso.</li> <li>8. Avaliando existência de outras hemorragias e efetuar o seu controle.</li> <li>9. Aplicando um penso compressivo (manter a compressão no tempo mínimo de 3 minutos).</li> <li>10. Cobrindo feridas com compressas esterilizadas.</li> <li>11. Pesquisando sinais de choque hipovolêmico.</li> </ol>
----	----	---------------------------------------	---	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 67 de 78 páginas	

57	H5	Prevenir a hipotermia a uma vítima	<p>- Lenços triangulares - Manta térmica - Sais hidratantes - Aspirador de secreções individual</p> <p>1. Vítima 2. Tempo frio 3. Sob pressão 4. Bolsa individual de primeiros socorros: - Estetoscópio - Esfigmomanômetro - Termômetro - Oxímetro - Escala da dor - Folha de registro - Luvas - Máscara para insuflação - Máscara de oxigênio de alto débito - Garrote/Torniquete - Tubos orofaríngeos - Tubos nasofaríngeos - Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias - Penso oclusivo p/ferida aberta tórax - Penso Asherman - Compressas esterilizadas - Ligaduras compressivas - Lenços triangulares - Manta térmica</p>	<p>12. Posicionando corretamente a vítima (se não for vítima de trauma e possível colocar a vítima deitada em dorsal com os membros elevados. 13. Prevenindo a hipotermia. 14. Pedindo apoio diferenciado. 15. Mantendo vigilância dos sinais vitais.</p> <p>1. Minimizando o tempo de exposição da vítima. 2. Mantendo a vítima com os seus dispositivos de proteção (colete anti-bala, etc). 3. Removendo roupas molhadas; 4. Colocando a vítima sobre uma superfície seca. 5. Secando a vítima. 6. Aquecendo a vítima com o corpo. 7. Cobrindo a vítima com manta térmica, ponches, mantas, sacos de dormir, etc). 8. Dando bebidas quentes e açucaradas nas vítimas conscientes e colaborantes (tempª 32-28°C). 9. Mantendo a temperatura da vítima.</p>
----	----	------------------------------------	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 68 de 78 páginas	

58	H6	Prevenir a hipotermia a uma vítima	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sais hidratantes</li> <li>- Aspirador de secreções individual</li> </ul> <p>1. Sob qualquer condição meteorológica</p> <p>2. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala de dor</li> <li>- Folha de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controlo de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta torax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> <li>- Aspirador de secreções individual</li> </ul>	<p>1. Evitando tempos de trabalho com temperaturas elevadas.</p> <p>2. Aclimatização.</p> <p>3. Transportando a vítima para local fresco.</p> <p>4. Arrefecendo a vítima: remover roupas à vítima, colocar lençol húmido por cima da vítima, usando sacos frios nas axilas e virilhas, aplicar compressas húmidas na cabeça, etc.</p> <p>5. Hidratação adequada da vítima.</p>
----	----	------------------------------------	--	--

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 69 de 78 páginas	

59	H7	<p>Registrar os cuidados prestados</p>	<p>1. Bolsa individual de primeiros socorros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estetoscópio</li> <li>- Esfigmomanômetro</li> <li>- Termômetro</li> <li>- Oxímetro</li> <li>- Escala da dor</li> <li>- Boletim de registro</li> <li>- Luvas</li> <li>- Máscara para insuflação</li> <li>- Máscara de oxigênio de alto débito</li> <li>- Garrote/Torniquete</li> <li>- Tubos orofaríngeos</li> <li>- Tubos nasofaríngeos</li> <li>- Pensos estéreis oclusivos p/ controle de hemorragias</li> <li>- Penso oclusivo p/ferida aberta tórax</li> <li>- Penso Asherman</li> <li>- Compressas esterilizadas</li> <li>- Ligaduras compressivas</li> <li>- Lenços triangulares</li> <li>- Manta térmica</li> <li>- Sais hidratantes</li> <li>- Aspirador de secreções individual</li> </ul>	<p>1. Registrando os sinais vitais:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Registrando a respiração</li> <li>b) Registrando o pulso</li> <li>c) Registrando a temperatura</li> </ol> <p>2. Registrando as lesões da vítima.</p> <p>3. Fazendo as vítimas ser acompanhadas com boletim de registros até a unidade de tratamento.</p>
60	H8	<p>Proceder à evacuação Medevac</p>	<p>1. Vítima de trauma</p> <p>2. Rádio</p> <p>3. Formulário formato NATO "</p> <p>    Nine Line Request"</p> <p>4. Sob pressão</p> <p>5. Viatura tática equipada com célula sanitária</p>	<p>1. Pedindo apoio diferenciado segundo o formato geral:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Localização</li> <li>b) Condições de segurança</li> <li>c) O que aconteceu</li> <li>d) Nº de vítimas</li> <li>e) Estado geral das vítimas</li> </ol> <p>2. Pedindo MEDEVAC via rádio</p>

**NÃO CLASSIFICADO**



NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIa	PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL	Página 71 de 78 páginas	

61	H9	Efectuar a evacuação Casevac	1. Vítima de trauma 2. Viatura táctica 3. Aeronave	j) <b>Linha 8:</b> Nacionalidade e estado da vítima: A – Militares da coligação B – Civis da coligação C – Forças de segurança extra coligação D – Civis extra coligação E – Forças opositoras/PG k) <b>Linha 9:</b> Contaminação nuclear, biológica e química: A – Nuclear B – Biológico C – Químico Não transmitir se não houver ameaça 3. Cumprindo as regras de segurança das transmissões 1. Garantindo as condições de segurança na abordagem ao meio de socorro (aeronave, viatura táctica). 2. Mantendo as condições de segurança durante a evacuação: a) Imobilizando bem a vítima; b) Certificando que os equipamentos da viatura táctica estão bem seguros; c) Cumprindo as regras de segurança básicas (não fumando, mantendo o armamento em segurança). 3. Reavaliando a vítima através do algoritmo ABCDE;.
----	----	------------------------------	--	--

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 72 de 78 páginas	

62	I1	Identificar as Medidas Básicas de Higiene Pessoal			4. Prestando a assistência necessária à vítima: a) Vigiar as hemorragias e controlá-las se necessário; b) Comunicando com a vítima; c) Prevenindo a hipotermia; d) Mantendo a informação do estado da vítima ao escalão superior; e) Iniciando SBY se necessário; f) Continuando o registo da assistência prestada.
					3. Identificando as medidas necessárias de higiene corporal: a) Banho diário, se não for possível lavar pelo menos as axilas, genitais e pés; b) Lavar o cabelo com frequência; c) Lavar as mãos antes das refeições e após utilização do WC; d) Manter as unhas dos pés e mãos cortadas.
			1. Combatentes 2. Zona de operações		4. Identificando os riscos de tomar banho em rios ou mar: a) Doenças, sobretudo parasitárias; b) Alergias provocadas por mordeduras e picadas de animais.
					5. Utilizando corretamente o vestuário. O uniforme deve

**NÃO CLASSIFICADO**



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 74 de 78 páginas	

64	13	Proteger a saúde de uma Força Militar em missão	3. Identificando as medidas preventivas de doenças sexuais: a) Evitar relações sexuais com vários parceiros; b) Certificar-se que os preservativos estão em boas condições; c) Usar preservativos nas relações sexuais; 4. Pedindo apoio médico se necessário.
			1. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pelo calor: incentivando a hidratação, a rotação dos períodos de trabalho alternados com descanso); 2. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pelo frio: incentivando a hidratação, períodos de trabalho alternados com descanso, uso de agasalhos, bebidas quentes, limitar o uso de bebidas alcoólicas e tabaco etc.; 3. Colaborando na prevenção de lesões provocadas pela altitude: incentivando a preparação prévia, a subida ou descida lenta, a identificação de sinais de lesões provocadas pela altitude); 4. Colaborando na prevenção de

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 75 de 78 páginas	

65	14	Prevenir doenças provocadas pela eliminação de resíduos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Combatentes</li> <li>2. Zona de operações</li> </ol>	<p>doenças provocadas por picadas e mordeduras;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Colaborando na prevenção de doenças provocadas pela alimentação;</li> <li>6. Colaborando na prevenção de doenças sexualmente transmissíveis.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando os tipos de resíduos;</li> <li>2. Identificando os riscos para a saúde pública no caso de inexistência de uma gestão adequada dos resíduos;</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Riscos biológicos associados a proliferação de agentes patogênicos, assim como multiplicação de artrópodos e outros vetores de transmissão de doenças;</li> <li>b) Riscos químicos por contacto ou contaminação com produtos químicos</li> <li>c) Riscos mecânicos por lesões, explosões, incêndios, quedas, etc.;</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Identificando os locais onde depositar cada tipo de resíduo;</li> <li>4. Identificando as doenças provocadas pelos resíduos;</li> <li>5. Cumprindo             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificando os riscos da falta de saneamento.</li> <li>2. Identificando as regras</li> </ol> </li> </ol>
66	15	Prevenir doenças provocadas pelo saneamento	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Combatentes</li> <li>2. Zona de operações</li> </ol>	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 76 de 78 páginas	

67	16	Garantir as medidas de higiene e segurança alimentar	Sob qualquer situação tática	básicas do saneamento.
				1. Identificando as "Regras de ouro" segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) para a preparação higiénica dos alimentos: a) Cozinhar bem os alimentos; b) Consumir os alimentos imediatamente após a sua confeção; c) Guardar cuidadosamente os alimentos cozinhados e não consumidos; d) Evitar o contacto entre alimentos crus e cozinhados; e) Manter escrupulosamente limpas todas as superfícies das cozinhas; f) Lavar cuidadosamente as mãos antes e após a preparação dos alimentos; g) Manter os alimentos fora do alcance de insetos, roedores e outros animais; h) Utilizar sempre água potável na preparação de alimentos;
				2. Reforçando cuidados para evitar alimentos e bebidas inseguras e que não estejam autorizados ou controlados

**NÃO CLASSIFICADO**



**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IIIa</b>	<b>PADRÕES DE DESEMPENHO OPERACIONAL</b>	Página 78 de 78 páginas	

				<p>esteja autorizada pelos serviços sanitários; Assegurar-se que tanto os sumos como outras bebidas refrigerantes tenham sido preparadas com água potável; Evitar gelo se não existe a certeza que o mesmo tenha sido preparado com água potável; Sempre que possível não beber água de garrafas que sejam abertas na altura; a água fervida como o café são geralmente seguras; usar água engarrafada para a higiene bucal;</p> <p>4. Identificando as formas de potabilização da água: a) Fervendo a água; b) Adicionando cloro à água.</p>
--	--	--	--	---

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO III**

**PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL**

**IIIb - Análise DIF P**

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIb	Análise DIF P	Página 1 de 9 páginas	

CARGO/PROFISSIONAL:	CPSPAR16
DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL:	Socorrista de primeira intervenção

CÓD. PDO	CÓD. TAREFA	DIFICULDADE (D)   IMPORTÂNCIA (I) FREQUÊNCIA (F) → PRIORIDADE (P)	OBSERVAÇÕES			
			D	I	F	P
1	A1	Avaliar a segurança da área	S	3	2	M
2	A2	Efetuar a triagem às vítimas	S	3	1	A
3	A3	Transportar um ferido sem auxílio	N	3	1	M
4	A4	Transportar um ferido com auxílio	N	3	1	M
5	A5	Solicitar apoio diferenciado	N	3	1	M

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 2 de 9 páginas	

6	<b>B1</b>	Executar o algoritmo do Exame Primário	S	3	1	A
7	<b>B2</b>	Controlar grandes hemorragias visíveis	S	3	1	A
8	<b>B3</b>	Permeabilizar a via aérea	S	3	1	A
9	<b>B4</b>	Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais	S	3	1	A
10	<b>B5</b>	Atuar perante uma vítima em choque	S	3	1	A
11	<b>B6</b>	Cuidar de uma vítima com hipotermia	S	3	1	A
12	<b>B7</b>	Posicionar uma vítima inconsciente (PLS)	N	3	2	M
13	<b>C1</b>	Executar o algoritmo do Suporte Básico de vida	S	3	1	A
14	<b>C2</b>	Proceder ao algoritmo da desobstrução da via aérea	S	3	1	A
15	<b>C3</b>	Operar o Desfibrilhador Automático Externo	S	3	1	A
16	<b>C4</b>	Administrar Oxigénio à vítima	S	3	1	A
17	<b>D1</b>	Executar o algoritmo do Exame Secundário	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CODIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 3 de 9 páginas	

18	<b>D2</b>	Avaliar os sinais vitais	S	3	1	A
19	<b>D3</b>	Abordar a vítima de trauma	S	3	1	A
20	<b>D4</b>	Prestar cuidados perante entorses	N	2	2	M
21	<b>D5</b>	Prestar cuidados perante lesões musculares	N	2	2	M
22	<b>D6</b>	Cuidar duma vítima com queimaduras	S	3	1	A
23	<b>D7</b>	Realizar cuidados a uma vítima com lesões oculares	S	3	1	A
24	<b>D8</b>	Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada	S	3	1	A
25	<b>D9</b>	Aplicar os cuidados a uma vítima com intoxicação por monóxido de carbono	S	3	1	A
26	<b>D10</b>	Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas	S	3	1	A
27	<b>E1</b>	Aplicar um colar cervical	N	3	1	M
28	<b>E2</b>	Imobilizar o membro superior	S	3	1	A
29	<b>E3</b>	Imobilizar o membro inferior	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CODIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 4 de 9 páginas	

30	<b>E4</b>	Remover a vítima com maca scoop (pluma)	S	3	1	A
31	<b>E5</b>	Imobilizar a vítima com trauma pélvico	S	3	1	A
32	<b>E6</b>	Efetuar o rolamento de vítima em decúbito dorsal	S	3	1	A
33	<b>E7</b>	Executar o rolamento de vítima em decúbito ventral	S	3	1	A
34	<b>E8</b>	Aplicar a técnica de levantar a vítima	S	3	1	A
35	<b>E9</b>	Imobilizar a vítima de pé em plano duro	S	3	1	A
36	<b>E10</b>	Imobilizar a vítima deitada em plano duro	S	3	1	A
37	<b>E11</b>	Imobilizar a vítima com colete de extração	S	3	1	A
38	<b>E12</b>	Imobilizar a vítima em maca de vácuo	S	3	1	A
39	<b>E13</b>	Efetuar técnica de extração rápida da vítima	N	3	1	M
40	<b>F1</b>	Agir perante lesões provocadas pelo calor	S	3	1	A
41	<b>F2</b>	Intervir perante lesões provocadas pelo frio	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CODIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 5 de 9 páginas	

42	<b>F3</b>	Atuar perante lesões provocadas pela altitude	S	3	1	A
43	<b>F4</b>	Aplicar cuidados à vítima desidratada	S	3	1	A
44	<b>F5</b>	Intervir perante vítima de mordeduras	S	3	1	A
45	<b>F6</b>	Intervir perante vítima de picadas	S	3	1	A
46	<b>F7</b>	Agir perante lesões dos pés	N	3	3	B
47	<b>F8</b>	Aplicar os cuidados a uma vítima com diarreia	N	3	3	B
48	<b>G1</b>	Preparar o material de primeiros socorros	N	3	2	M
49	<b>G2</b>	Abordar o ferido sob fogo	S	3	1	A
50	<b>G3</b>	Estancar uma hemorragia externa com risco de vida	S	3	1	A
51	<b>G4</b>	Transportar o ferido sob fogo inimigo sem ajuda	S	3	1	A
52	<b>G5</b>	Transportar o ferido sob fogo inimigo com ajuda	S	3	1	A
53	<b>H1</b>	Atuar perante vítima com estado mental alterado	S	3	1	A

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CODIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 6 de 9 páginas	

54	<b>H2</b>	Realizar triagem multivítimas	S	3	1	A
55	<b>H3</b>	Permeabilizar a via aérea	S	3	1	A
56	<b>H4</b>	Atuar nas hemorragias visíveis	S	3	1	A
57	<b>H5</b>	Prevenir a hipotermia a uma vítima	N	3	2	M
58	<b>H6</b>	Prevenir a hipertermia a uma vítima	N	3	2	M
59	<b>H7</b>	Registrar os cuidados prestados	N	3	2	M
60	<b>H8</b>	Proceder à evacuação Medevac	S	3	1	A
61	<b>H9</b>	Efetuar a evacuação Casevac	S	3	1	A
62	<b>I1</b>	Identificar as medidas básicas de higiene pessoal	N	3	3	B
63	<b>I2</b>	Prevenir doenças sexualmente transmissíveis	N	3	3	B
64	<b>I3</b>	Proteger a saúde de uma Força Militar em missão	N	3	3	B
65	<b>I4</b>	Prevenir doenças provocadas pela eliminação de resíduos	N	3	3	B

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>CODIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	Análise DIF P	Página 7 de 9 páginas	

66	<b>I5</b>	Prevenir doenças provocadas pelo saneamento	<b>N</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>B</b>
67	<b>I6</b>	Garantir as medidas de higiene e segurança alimentar	<b>N</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>B</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO:	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IIIb	Análise DIF P	Página 8 de 9 páginas	

1. ALGORITMO ANÁLISE DIF P

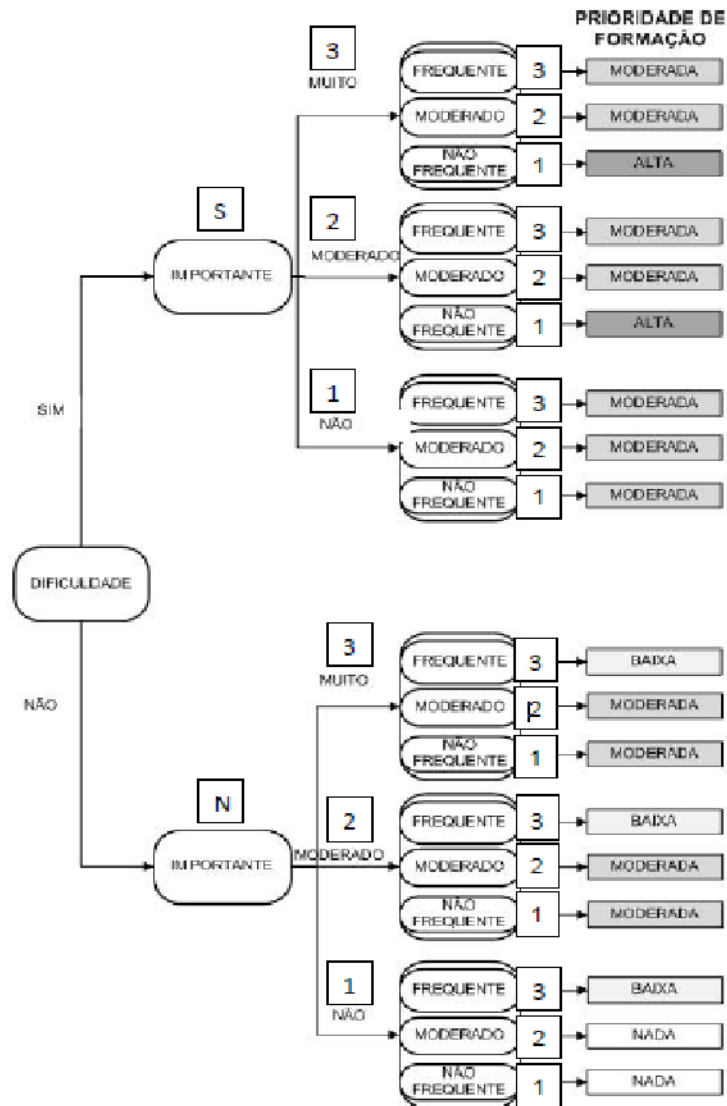


Figura 4-1- Análise DIF P

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	CPSPAR16
<b>DOC IIIb</b>	<b>Análise DIF P</b>	Página 9 de 9 páginas	

## 2. DESCRIÇÃO DAS PRIORIDADES DE FORMAÇÃO DA ANÁLISE DIF P

PRIORIDADE DE FORMAÇÃO	DESCRIÇÃO
<b>Nível 1 1ª Prioridade (ALTA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar com êxito as competências no final do curso, em qualquer circunstância e sempre que necessário</u>, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas críticas, nas quais uma falha ou omissão pode pôr em causa a segurança do pessoal e/ou material ou colocar em causa o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 2 2ª Prioridade (MODERADA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar satisfatoriamente as competências no final do curso</u>, sem necessidade de outro tipo de formação ou treino complementar, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas relevantes, em que um deficiente desempenho, embora não pondo em causa a segurança do pessoal ou material, pode comprometer de algum modo o cumprimento da missão.</p>
<b>Nível 3 3ª Prioridade (BAIXA)</b>	<p>Formando com capacidade para <u>executar razoavelmente as competências no final do curso</u>, podendo, eventualmente, ser necessário desenvolver formação ou treino complementar de curta duração, em contexto escolar ou de trabalho.</p> <p>Em regra direcionada para formação em áreas cujo deficiente desempenho, embora possa afetar, não compromete o normal desenvolvimento da missão.</p>
<b>Nível 5 4ª Prioridade (NENHUMA)</b>	<p>Formando com capacidade de <u>execução adquirida na totalidade por formação em contexto de trabalho ou estágio</u>.</p> <p>Em regra direcionada para competências que não justificam qualquer formação em contexto escolar.</p>

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO III

**PERFIL DO CARGO/PROFISSIONAL**

Anexo D – Matriz de Competências

**PRIMEIROS SOCORROS PARA  
PROFISSÕES DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página <b>1</b> de <b>6</b> páginas	

Competências Específicas		Competências Transversais				
Atividades	Tarefas	Sentido Responsabilidade	Flexibilidade	Trabalho em equipa	Conhecimentos técnicos	Comunicação
A. Avaliar o local do incidente	1. Avaliar a segurança da área	X	X	X	X	X
	2. Efetuar a triagem às vítimas	X	X	X	X	X
	3. Transportar um ferido sem auxílio	X	X	X	X	X
	4. Transportar um ferido com auxílio	X	X	X	X	X
	5. Solicitar apoio diferenciado	X	X	X	X	X
B. Prestar os cuidados no Exame Primário	1. Executar o algoritmo do Exame Primário	X	X	X	X	X
	2. Controlar grandes hemorragias visíveis	X	X	X	X	X
	3. Permeabilizar a via aérea	X	X	X	X	X

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página 2 de 6 páginas	

	4. Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais	X	X	X	X	X
	5. Atuar perante uma vítima em choque	X	X	X	X	X
	6. Cuidar de uma vítima com hipotermia	X	X	X	X	X
	7. Posicionar uma vítima inconsciente (PLS)	X	X	X	X	X
	1. Executar o algoritmo do Suporte Básico de vida	X	X	X	X	X
	2. Proceder ao algoritmo da desobstrução da via aérea	X	X	X	X	X
	3. Operar o Desfibrilhador Automático Externo	X	X	X	X	X
<b>C.</b> Efetuar manobras de reanimação cardiorespiratória	4. Administrar Oxigênio à vítima	X	X	X	X	X
	1. Executar o algoritmo do Exame Secundário	X	X	X	X	X
	2. Avaliar os sinais vitais	X	X	X	X	X
	3. Abordar a vítima de trauma	X	X	X	X	X
<b>D.</b> Prestar os cuidados no Exame Secundário	4. Prestar cuidados perante entorses	X	X	X	X	X
	5. Prestar cuidados perante lesões musculares	X	X	X	X	X

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página 3 de 6 páginas	

<b>E.</b> <b>Executar técnicas de imobilização e mobilização</b>	6. Cuidar duma vítima com queimaduras	X	X	X	X	X
	7. Realizar cuidados a uma vítima com lesões oculares	X	X	X	X	X
	8. Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada	X	X	X	X	X
	9. Aplicar os cuidados a uma vítima com intoxicação por monóxido de carbono	X	X	X	X	X
	10. Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas	X	X	X	X	X
	1. Aplicar um colar cervical	X	X	X	X	X
	2. Imobilizar o membro superior	X	X	X	X	X
	3. Imobilizar o membro inferior	X	X	X	X	X
	4. Remover a vítima com maca scoop (pluma)	X	X	X	X	X
	5. Imobilizar a vítima com trauma pélvico	X	X	X	X	X
6. Efetuar o rolamento de vítima em decúbito dorsal	X	X	X	X	X	
7. Executar o rolamento de vítima em decúbito ventral	X	X	X	X	X	
8. Aplicar a técnica de levantar a vítima	X	X	X	X	X	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página 4 de 6 páginas	

<b>F.</b> <b>Atuar nas lesões e doenças mais comuns em campanha</b>	9. Imobilizar a vítima de pé em plano duro	X	X	X	X	X
	10. Imobilizar a vítima deitada em plano duro	X	X	X	X	X
	11. Imobilizar a vítima com colete de extração	X	X	X	X	X
	12. Imobilizar a vítima em maca de vácuo	X	X	X	X	X
	13. Efetuar técnica de extração rápida da vítima	X	X	X	X	X
	1. Agir perante lesões provocadas pelo calor	X	X	X	X	X
	2. Intervir perante lesões provocadas pelo frio	X	X	X	X	X
	3. Atuar perante lesões provocadas pela altitude	X	X	X	X	X
	4. Aplicar cuidados à vítima desidratada	X	X	X	X	X
	5. Intervir perante vítima de mordeduras	X	X	X	X	X
	6. Intervir perante vítima de picadas	X	X	X	X	X
	7. Agir perante lesões dos pés	X	X	X	X	X
	8. Aplicar os cuidados a uma vítima com diarreia	X	X	X	X	X

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página 5 de 6 páginas	

G. Prestar os cuidados sob fogo inimigo	9. Preparar o material de primeiros socorros	X	X	X	X	X
	10. Abordar o ferido sob fogo	X	X	X	X	X
	11. Estancar uma hemorragia externa com risco de vida	X	X	X	X	X
	12. Transportar o ferido sob fogo inimigo sem ajuda	X	X	X	X	X
H. Prestar os cuidados em ambiente tático	13. Transportar o ferido sob fogo inimigo com ajuda	X	X	X	X	X
	1. Atuar perante vítima com estado mental alterado	X	X	X	X	X
	2. Realizar triagem multivítimas	X	X	X	X	X
	3. Permeabilizar a via aérea	X	X	X	X	X
	4. Atuar nas hemorragias visíveis	X	X	X	X	X
	5. Prevenir a hipotermia a uma vítima	X	X	X	X	X
	6. Prevenir a hipertermia a uma vítima	X	X	X	X	X
	7. Registrar os cuidados prestados	X	X	X	X	X
8. Proceder à evacuação Medevac	X	X	X	X	X	

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>ANEXO D</b>	<b>Matriz de Competências</b>	Página 6 de 6 páginas	

	9. Efetuar a evacuação Casevac	X	X	X	X	X
<b>I. Aplicar Medidas Básicas de Higiene</b>	1. Identificar as medidas básicas de higiene pessoal	X	X	X	X	X
	2. Prevenir doenças sexualmente transmissíveis	X	X	X	X	X
	3. Proteger a saúde de uma Força Militar em missão	X	X	X	X	X
	4. Prevenir doenças provocadas pela eliminação de resíduos	X	X	X	X	X
	5. Prevenir doenças provocadas pelo saneamento	X	X	X	X	X
	6. Garantir as medidas de higiene e segurança alimentar	X	X	X	X	X

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IV**  
**PERFIL DE FORMAÇÃO**  
IVa – Plano de Estudos

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 1 de 11 páginas	

**1.FINALIDADE**

Habilitar os formandos com as competências necessárias no âmbito dos primeiros socorros, nomeadamente, avaliação primária, realização de manobras de suporte básico de vida com desfibrilhação automática externa (SBV-DAE), imobilização, evacuação de vítimas e prevenção das doenças mais comuns em campanha.

**2.ESTRUTURA MODULAR DO CURSO**

Áreas Curriculares de Formação	Módulo / UFCD		Tempos de Formação (H)					
	Código	Designação	Diurno		Noturno		NP	Total
			T	P	T	P		
A. Formação Tecnológica	A.1	Primeiros Socorros	7H15'	17H45'				25
	A.2	Primeiros Socorros em ambiente tático	10	15				25
B. Diversos	B.1	Cerimónias Militares	1					1
<b>TOTAL</b>			<b>18H15'</b>	<b>32H45'</b>				<b>51</b>

**3.OBJETIVOS GERAIS**

No final dos módulos os formandos deverão ser capazes de:

- ✓ Prestar os primeiros socorros;
- ✓ Executar os primeiros socorros em ambiente tático.

**4.ITINERÁRIO FORMATIVO**

**a. Precedência dos módulos**



**b. Cronograma**

MÓDULOS	TEMPO			
	Semana			
	1	2		
A.1	25			
A.2	10	15		
B.1	30'	30'		

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO: CPSPAR16
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	Página 2 de 11 páginas

**5. CARACTERIZAÇÃO DE PESSOAL****a. Formandos:**

- (1) Categoria / Posto  
Militares das Forças Armadas, Forças de Segurança e outras Entidades diretamente relacionadas com a proteção de pessoal (CVP, AMN, ISN, etc.).
- (2) Requisitos:
  - (a) Requisitos académicos  
Como mínimo o 9º Ano de escolaridade.
  - (b) Requisitos profissionais  
Nada a referir.
  - (c) Outros  
Nada a referir.
- (3) Quantitativos:
  - (a) N.º Mínimo de Formandos – 06;
  - (b) N.º Máximo de Formandos – 18.
- (4) Consequências de não aproveitamento
  - (a) Reprovação:  
Classificação final inferior a 10 valores.
  - (b) Exclusão:
    - Por motivos disciplinares;
    - Por excesso de faltas;
    - Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.
- (5) Consequências do aproveitamento  
Nada a referir.

**b. Formadores:**

- (1) Requisitos académicos  
Possuir no mínimo licenciatura em medicina ou enfermagem.
- (2) Requisitos técnico-científicos
  - (a) Aos formadores é exigida a qualificação técnica profissional nas áreas de formação pelas quais são responsáveis.
  - (b) Estar habilitado com o Curso Técnicas de Emergência Médica para Profissões de Alto Risco (TEMPAR) ou com o Curso de Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco (CPSPAR)
  - (c) Laboratório de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa.

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 3 de 11 páginas

(3) Requisitos pedagógicos

- (a) - Possuir o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF) preferencialmente com o respetivo Certificado de Competências Pedagógicas (CCP) ou o Certificado de Aptidão Profissional (CAP).
- (b) - Possuir preferencialmente experiência profissional no mínimo de três anos nas áreas de formação para as quais forem responsáveis, nos termos do definido na alínea c) do nº1 do Grupo I do Anexo II da Portaria nº 851/2010 de 6 de setembro.

(4) Quantitativos

- (a) 1 Formador para os 18 formandos nas aulas teóricas;
- (b) 3 Formadores para os 18 formandos nas aulas práticas;
- (c) 1 Auxiliar, habilitado com o curso de socorrista para os 18 formandos nas aulas teóricas e práticas.

(5) Nomeação

A nomeação dos formadores é feita pelo Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar.

**6. MEIOS FINANCEIROS E MATERIAIS**

a. Financeiros

Custos imputáveis à U/E/O	13 572,91€
Custos imputáveis à FN	24.205,74

b. Materiais

Descrição	Quantidade
Agrafes 24/6 (cx.)	01 Un
Arquivador A4	02 Un
Armários	01 Un
Armário Metálico Individual	20 Un
Balde 15 Lt com espremedor	1 Un
Bolsa catálogo A4	20 Un
Borrachas	02 Un
Cadeiras	19 Un
Agrafes 24/6cx	01 Un
Clips N.º 4 (cx c/100)	01Un
Canetas dermatográficas (conjunto de 4)	04Un
Cesto de papéis	03Un
Colunas de som	02Un
Computador	1 Un
Corretor líquido frasco	01 Un
Detergente Lavagem do chão	2 Lt

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO: CPSPAR16
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	Página 4 de 11 páginas
	Diploma	40Un
	Esferográfica	2 Un
	Esfregona com cabo	01Un
	Folhas A4 (resmas de 500)	01Un
	Fotocópias A4	1000Un
	Furador	01 Un
	Impressora	01Un
	Lápis	01 Un
	Líquido lava mãos	01Un
	Lixívia	05 Lt
	Maquina fotográfica digital	01Un
	Marcador fluoescente	3 Un
	Marcadores para quadro Didax	2 Un
	Mesa para computador	1 Un
	Mesas secretárias	19 Un
	Papel higiénico	42Un
	Penso torácico impermeável	18Un
	Pano limpar pó	01 Un
	Panos amarelos absorventes	02Un
	Pilha 1,5Volt AAA	06 Un
	Pilha 1,5Volt AA R6 (cx2)	03 Un
	Pionés (cx.)	1 Un
	Projeto video Sony	1 Un
	Quadro didax	01 Un
	Quadro Flip-chart móvel	01 Un
	Saca agrafos	01Un
	Sacos de lixo 20*30 Lt	01 Rolos
	Separador (conj.10)	02Un
	Tesoura	01 Un
	Toner para impressora laser HP 6P	01 Un
	Cola Stick UHU 8g	1 Un
	Vassoura industrial	1 Un
	X-ato	01 Un
	Água Oxigenada 250cc	02Un
	Álcool 500cc	01Un
	Algodão hidrófilo	03Un
	Aranha, cinto velcro para fixação ao plano duro	03Un
	Aspirador de secreções com bateria	1Un
	Bolsa individual de primeiros socorros	18 Un

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 5 de 11 páginas
	Bolsa de socorrista	06 Un
	Bomba para maca de vácuo	02Un
	Maca de Lona	05Un
	Maca de Vácuo	02Un
	Manequim SBV Torso-Adulto, treino de ressuscitação	03Un
	Manequim, treino de entubação endotraqueal	01Un
	Cateter para descompressão nº 14, CX 50 Un	01 Un
	Colar cervical	06Un
	Colete desencarceramento verde (colete de extração)	03Un
	Contentor cortantes 0,4L	01Un
	Compressas não esterilizadas 10cm*10cm, cx 50Un	04Un
	Desfibrilhador de Treino (DAE)	03 Un
	Eléctrodo, treino, desfibrilhador adulto	03Un
	Esfigmomanómetro	02Un
	Estetoscópio c/membrana de 40M	02Un
	Insuflador Manual adulto, Ambu Mark IV	03 Un
	Imobilizador, cabeça	03 Un
	Iodopovidona solução dérmica 500ml	01Un
	Fita Adesiva	1Un
	Garrote não pneumático, uso regular clássico	18Un
	Kit para simulação de trauma/feridas	01 Un
	Kit SBV/DAE Preparação/segurança Tórax	03 Un
	Kit Oxigenioterapia	01 Un
	Kit para feridas e queimaduras	06Un
	Kit de 6 talas de madeira, almofadadas e plastificadas	06Un
	Lanterna de diagnóstico de reflexos	03 Un
	Lenço Triangular, 96*96*135 cm	18Un
	Lençol para queimados	3Un
	Ligaduras elásticas, 5cm*8cm, Cx. c/10Un	05Un
	Ligaduras 10cm	50Un
	Ligaduras de controlo hemorrágico, cx. 25un	01Un
	Lubrificante cirúrgico, cx. c/10Un	02Un
	Luvas de latex descartáveis (cx.)	03Un
	Maca ortopédica tipo Scoop	03Un
	Manta de sobrevivência (térmica)	18Un
	Mascaras de reanimação (Pocket Masck)	20 Un
	Máscaras para administração de O2	01 Un
	Medidor de Glicémia Capilar	06 Un
	Oxímetro	01 Un

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 6 de 11 páginas

Penso oftálmico, cx. 25un	01Un
Plano duro p/adulto	03Un
Sondas de aspiração nº16 com controlo de vácuo	18Un
Soro Fisiológico 500ml	10Un
Talas de imobilização (vários tamanhos)	03Un
Talas de madeira almofadadas	18 Un
Termómetro	18 Un
Tesoura, ligadura	20Un
Torniquete de combate (Garrote de combate)	18Un
Tubo nasofaríngeo	03Un
Tubo orofaríngeo (guedel)	03Un
Granadas de mão de fumo cinzento	09Un
Munições de salva	50Un
Nota: Material para 18 formandos	

**7. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM**

- a. Tipo:
- (1) Avaliação Diagnóstica  
Garantida pela Direção de formação no início do curso.
  - (2) Avaliação Formativa  
Garantida pelos formadores nos respetivos módulos ao longo do curso.
  - (3) Avaliação Sumativa
    - (a) Avaliação sumativa dos módulos é garantida pelos respetivos formadores.
    - (b) Avaliação sumativa do curso é garantida pela direção de formação.
- b. Instrumentos:
- (1) Avaliação Diagnóstica  
Questionários de expetativas
  - (2) Avaliação Formativa  
Testes escritos, questionários, grelhas de observação, testes práticos ou fichas individuais
  - (3) Avaliação Sumativa  
Testes escritos e práticos.
- c. Processamento da Avaliação:
- (1) Escalas

ESCALAS DE CLASSIFICAÇÃO	
QUANTITATIVA	QUALITATIVA
10 a 20	APTO
0 a 9,99	INAPTO

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 7 de 11 páginas	

(2) Fórmula de classificação e aproveitamento

(a) A.1, A.2 através de teste (s) escrito (s) e prático (s).

(b) A.1 através da seguinte fórmula: Teste Escrito + Teste Prático/2

(c) A.2 através da seguinte fórmula: Teste Escrito + Teste Prático/2

$$CF = \frac{A.1 + A.2}{2}$$

(3) Classificações:

Devem ser apresentadas arredondadas às centésimas, os seguintes valores:

(a) Classificação dos testes;

(b) Classificação dos módulos e parâmetros de avaliação de comportamento;

(c) Classificação final.

(4) Faltas a ações de avaliação.

O formando que, por motivo justificado, falte a uma prova de avaliação será submetido a uma prova com o mesmo grau de dificuldade na primeira oportunidade; Se a falta for injustificada, o formando terá nessa prova a classificação de zero valores, para além das eventuais consequências disciplinares.

O curso de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa (integrado no CPSPAR16) é certificado pelo INEM, sendo que a entidade certificadora não permite faltas.

**8. ORGANIZAÇÃO E ADMINISTRAÇÃO**

a. U/E/O responsável pelo curso

A Escola do Serviço de Saúde Militar.

b. Conselho Escolar/Curso

(1) É presidido pelo Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar e terá a seguinte constituição:

(a) Diretor de Formação;

(b) Diretor de Curso;

(c) Equipa de Formadores;

(d) Outros elementos considerados convenientes, para os assuntos a tratar.

(2) Reúne quando existirem formandos em situação de exclusão e sempre que o Presidente do Conselho Escolar/Curso o entender.

(3) As reuniões são registadas, pelo Diretor de Curso, em livro de ata.

c. Direção/Secção de Formação

Assegura a formação, execução, acompanhamento, controlo e avaliação do plano formativo e a gestão dos recursos afetos à atividade formativa, sendo responsável por:

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO: CPSPAR16
DOC IVa	PLANO DE ESTUDOS	Página 8 de 11 páginas
<p>(1) Controlar a bolsa de formadores e outros agentes envolvidos;</p> <p>(2) Assegurar a operacionalidade das instalações e equipamentos afetos à formação;</p> <p>(3) Supervisão e classificação das provas de avaliação efetuadas aos formandos;</p> <p>(4) Assegurar a avaliação dos formandos, supervisionando a classificação das provas efetuadas;</p> <p>(5) Conferência e envio da documentação que valide ou promova alterações no referencial do curso;</p> <p>(6) Garantir a existência atualizada do dossiê técnico pedagógico da ação de formação;</p> <p>(7) Antes da ação de formação:</p> <p>(a) Com sete semanas de antecedência elaborar os horários, a fim de serem verificadas incompatibilidades;</p> <p>(b) Com cinco semanas de antecedência introduzir no calendário colaborativo da avaliação a calendarização das avaliações em coordenação com a subseção de avaliação;</p> <p>(c) Propor e disponibilizar os questionários de expectativas;</p> <p>(8) Com duas semanas de antecedência:</p> <p>(a) Realizar a reunião inicial da ação de formação com a equipa de formadores e outras entidades necessárias com vista a verificar a existência de problemas ou sugestões de melhoramento no planeamento/programação;</p> <p>(b) Fazer os pedidos de apoio e encaminhá-los para o adjunto para a programação da unidade formadora (nomeadamente os pedidos de material de apoio para sessões de formação e avaliação), em coordenação com as equipas de formadores;</p> <p>(c) Propor ao Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar o programa da cerimónia de abertura do curso, bem como o seu horário.</p> <p>(9) Elaborar o mapa de controlo final de formação e enviar para a Direção de Formação para aprovação.</p> <p>d. Diretor de formação / Gestor de formação</p> <p>(1) Requisitos</p> <p>(a) Habilitação superior;</p> <p>(b) Experiência profissional: 3 anos de funções técnicas em gestão e organização da formação ou formação profissional mínima de 150 horas na área da gestão e organização da formação e, eventualmente, na área pedagógica.</p> <p>(2) Funções</p> <p>(a) Responsável pelo planeamento, execução, acompanhamento, controlo e avaliação da formação e pela gestão dos recursos afetos à atividade formativa.</p>		

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 9 de 11 páginas	

(b) É o interlocutor privilegiado com o sistema de certificação, garantindo que as práticas formativas implementadas na Escola do Serviço de Saúde Militar estão em harmonia com os requisitos de certificação.

e. Diretor de curso / Coordenador pedagógico

(1) O Diretor de Curso é nomeado pelo Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar, sob proposta do Diretor de Formação e deve ser Oficial desde que cumpra os seguintes requisitos:

(a) Habilitação superior;

(b) Estar habilitado com o Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF);

(c) Experiência profissional: 3 anos de funções no desenvolvimento de atividades pedagógicas ou formação profissional mínima de 150 horas na área pedagógica ou profissionalização no ensino;

(2) Tem as seguintes funções:

(a) Dirigir a ação de acordo com os regulamentos aprovados, os planos e os programas estabelecidos e as diretivas superiores;

(b) Garantir o cumprimento dos requisitos de validação do referencial do curso;

(c) Fiscalizar a existência do certificado de competências pedagógicas dos formadores designados para as ações de formação;

(d) Garantir o processamento de toda a informação documental do curso;

(3) Gerir os recursos afetos à atividade formativa, quando não for garantida pelo diretor de formação.

f. Equipa de formadores

No âmbito do sistema de formação a atividade de formador deve ser exercida por oficiais e sargentos, valorizando a experiência profissional adquirida fruto das funções desempenhadas. É desejável que reúnam o conjunto de requisitos/condições que a seguir se indicam:

(1) Habilitação académica

O formador deve possuir a habilitação académica adequada e possuir qualificação técnica igual ou superior ao nível a atribuir aos formandos à saída do curso.

(2) Competência técnica/científica

O formador deve dominar o conhecimento e os saberes específicos da área de formação a certificar, tendo por base a respetiva formação científica ou técnica e tecnológica.

(3) Competência pedagógica

A competência pedagógica constitui um fator decisivo na qualidade da formação, pelo que o formador deve

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 10 de 11 páginas

(a) Dominar conhecimentos, técnicas e atitudes facilitadores da aquisição e consolidação de saberes gerais e específicos, de âmbito prático e teórico, bem como de comportamentos específicos da atividade profissional;

(b) Ter competências ao nível do planeamento, organização e controlo, coordenação e motivação do grupo, bem como de avaliação das aprendizagens desenvolvidas pelos formandos;

(c) Preferencialmente ter experiência de 3 anos de funções nas áreas de formação desenvolvidas;

(d) Possuir o curso de formação pedagógica inicial de formadores com o respetivo certificado de competências pedagógicas ou o certificado de aptidão pedagógica.

(e) Os formadores devem possuir competências no domínio das tecnologias de informação e comunicação materializados, no mínimo, em conhecimentos informáticos, na ótica do utilizador.

g. Outros agentes

Quando utilizados, devem possuir as necessárias qualificações técnicas, adequadas à modalidade de formação selecionada bem como às formas de organização e destinatários.

h. Reclamações e recursos das classificações

(1) O formando a quem se suscite dúvidas sobre classificações de provas ou testes escritos ou informações de aproveitamento, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data da respetiva publicação, requerer ao Diretor de Formação da Escola do Serviço de Saúde Militar a sua revisão. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 5 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;

(2) Quando em qualquer dos casos a que se refere o número anterior o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar, que decidirá no prazo de 8 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação;

(3) O formando a quem se suscitem dúvidas sobre a classificação final do curso, pode, no prazo de 5 dias úteis contados a partir da data de publicação em OS, requerer ao Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar o esclarecimento da sua classificação. A resposta deve ser dada, também por escrito, no prazo de 8 dias úteis a partir da data de apresentação do requerimento;

(4) Caso o formando não se conforme com o esclarecimento obtido, pode, no prazo de 05 dias úteis contados a partir da data em que lhe foi prestado, reclamar para o Exmo. MGen Diretor de Formação, que decidirá no prazo de 15 dias úteis contados a partir da data, também por escrito, da entrega da reclamação.

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>DOC IVa</b>	<b>PLANO DE ESTUDOS</b>	Página 11 de 11 páginas

- i. Repetição do Curso  
Nada a referir.
- j. Regime de faltas  
São admitidas faltas justificadas até 10% dos Tempos de Formação programados. No caso deste limite ser excedido, o Diretor da Escola do Serviço de Saúde Militar, ouvido o conselho de Escolar/Curso, decide a continuação ou exclusão do formando da frequência do curso.
- k. Duração  
51 TF, divididos por 7 DUF
- l. Durabilidade  
Nada a referir.
- m. Relação ensino-aprendizagem  
Presencial, sendo obrigatória a presença dos formandos em todas as atividades de respetivo horário e demais atividades fixadas pela direção do curso.
- n. Critérios de reprovação e exclusão  
Reprovação:  
Classificação final inferior a 10 valores.  
Exclusão:
  - (a) Por motivos disciplinares;
  - (b) Por excesso de faltas;
  - (c) Por falta de aproveitamento em qualquer um dos módulos.
- o. Validade da qualificação
  - (a) O curso de SBV-DAE perde a qualificação ao final de 5 anos.
  - (b) A restante formação mantém-se válida por 5 anos sendo que as competências adquiridas no decorrer do curso devem ser treinadas com a regularidade mínima de 1 ano.
- p. Diplomas/Certificados
  - (a) O aproveitamento do curso é comprovado através do certificado de formação profissional.

**9. ESTÁGIOS**

Não aplicável.

**10. ESPECIFICAÇÃO DA ESTRUTURA MODULAR**

(Anexo A - Especificação da Estrutura Modular)

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IV**

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

Anexo A - Especificação da Estrutura Modular

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
Especificação da Estrutura Modular		Página 1 de 4 Páginas	

ÁREA CURRICULAR	A – Formação Tecnológica	Duração 50Horas
MÓDULO/UFCD	A.1 – Primeiros socorros	Duração 25 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.1.1. Prestar os primeiros socorros	

Objetivos Específicos

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
A.1.1.1 Garantir segurança da área	30'					30'
A.1.1.2 Executar o exame da vítima	30'	3				3H30'
A.1.1.3 Permeabilizar a via aérea	30'	30'				1
A.1.1.4 Administrar oxigénio à vítima	15'	15'				30'
A.1.1.5 Avaliar os sinais vitais	30'	1				1H30'
A.1.1.6 Executar o Suporte Básico de Vida Adulto com DAE	2	4				6
A.1.1.7 Controlar grandes hemorragias visíveis	15'	30'				45'
A.1.1.8 Prestar cuidados nas lesões torácicas fatais	15'	30'				45'
A.1.1.9 Realizar a imobilização de fraturas	15'	30'				45'
A.1.1.10 Prestar cuidados perante lesões musculares	15'					15'
A.1.1.11 Prestar os cuidados a uma vítima com queimaduras	15'	30'				45'
A.1.1.12 Prestar os cuidados a uma vítima com lesões oculares	15'					15'
A.1.1.13 Realizar os primeiros socorros a uma vítima afogada	15'	1				1H15'
A.1.1.14 Aplicar os cuidados a uma vítima por intoxicação por monóxido de carbono	15'					15'

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
-------	--	---------	----------

Especificação da Estrutura Modular

Página 2 de 4 Páginas

A.1.1.15 Executar técnicas de trauma		6			6
Avaliação	1				1
Total	7H15	17H45'			25

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
-------	--	---------	----------

Especificação da Estrutura Modular

Página 3 de 4 Páginas

MÓDULO/UFCD	A.2 – Primeiros Socorros em ambiente tático	Duração 25 Horas
Objetivo(s) Gerais	A.2.1. Prestar os primeiros socorros em ambiente tático.	

Objetivos Específicos

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
A.2.1.1 Manter as funções vitais sob fogo inimigo	15'	3				3H15'
A.2.1.2 Assistir um ferido em ambiente tático	30'	4				4H30'
A.2.1.3 Assistir um ferido em evacuação tática (CASEVAC)	15'	1				1H15'
A.2.1.4 Solicitar apoio sanitário diferenciado	15'	1				1H15'
A.2.1.5 Prevenir a hipotermia a uma vítima	15'	1				1H15'
A.2.1.6 Aplicar as técnicas de transporte de feridos	30'	1				1H30
A.2.1.7 Efetuar triagem multivítimas	30'	1				1H30
A.2.1.8 Assistir uma vítima de trauma ambiental (calor/frio/altitude)	1	1				2
A.2.1.9 Aplicar os cuidados a uma vítima com diarreia	30'					30'
A.2.1.10. Assistir uma vítima por mordeduras	30'					30'
A.2.1.11. Assistir uma vítima por picadas	30'					30'
A.2.1.12 Executar os cuidados a uma vítima com alterações psicológicas	1					1
A.2.1.13 Reconhecer as Medidas de Higiene Sanitária	1					1
A.2.1.14 Identificar as medidas preventivas das Doenças Sexualmente Transmissíveis	1					1
A.2.1.15 Identificar medidas de higiene e segurança alimentar	1					1
Avaliação	1	2				3
Total	10	15				25

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
Especificação da Estrutura Modular		Página 4 de 4 Páginas	

ÁREA CURRICULAR	B – Diversos	Duração	1 Horas
-----------------	--------------	---------	---------

MÓDULO/UFCD	B.1 Cerimónias Militares	Duração	1 Horas
Objetivo(s) Gerais	B 1.1 Efetuar as cerimónias militares		

Objetivos Específicos

	Tempos de Formação (H)					Total
	Diurno		Noturno		NP	
	T	P	T	P		
B.1.1.1 Efetuar a cerimónia de apresentação do curso	30'					30'
B.1.1.2 Efetuar a cerimónia de encerramento do curso	30'					30'
Total	1					1

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



DOCUMENTO IV

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

IVb – Especificação da Formação

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICAD

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	Página 1 de 19 páginas	

**ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO**

<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica	<b>Duração (TF)</b>
<b>A.1.</b>	<b>MÓDULO</b>	Primeiros Socorros	50 H
<b>A.1.1</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Prestar os primeiros Socorros	25H

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas		Meios		Avaliação Instrumentos		Domínio do Saber
			RTP	Equip.	Tipo	Instrumentos			
<b>A.1.1.1.</b>	<b>Garantir segurança da área:</b> - Riscos existentes no local - Nº de vítimas - Determinar a localização - Acionar os meios de socorro - Recursos humanos existentes para fazer face à abordagem da vítima - Recursos materiais existentes para fazer face à abordagem da vítima.	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa España)	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos  Projetor multimédia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Sumativa  Teste escrito	Cognitivo	
<b>A.1.1.2.</b>	<b>O exame da vítima:</b> -Abordagem à Vítima. -Avaliação Primária.	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos Bolsa individual de primeiros socorros.	Formativa  Sumativa	Fichas individuais  Teste escrito Teste prático	Cognitivo  Psicomotor Afetivo		

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código: CFPSPAR16		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 2 de 19 páginas		
	(C-A-B-C-D-E)	Ativo (simulações práticas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais
	-Definição de vítima crítica. -Avaliação Secundária. -Simulações práticas de exame de vítimas -Casos práticos.	em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Manequim de SBV Adulto Aspirador de secreções Sondas de aspiração Máscara individual de bolso ou similar Conjunto tubos nasofaríngeos Conjunto tubos orofaríngeos Cabeça de intubação para treino	Manequim de SBV Adulto Aspirador de secreções Sondas de aspiração Máscara individual de bolso ou similar Conjunto tubos nasofaríngeos Conjunto tubos orofaríngeos Cabeça de intubação para treino	Sumativa	Teste escrito Teste prático
<b>A.1.1.3.</b>	<b>Permeabilização da via aérea:</b> -Algoritmo de Desobstrução da Via Aérea. -Extensão e elevação da cabeça. -Inserir tubo guedel. -Inserir tubo nasofaríngeo. - Aspiração de fluidos. -Remoção de corpos estranhos sólidos. -Casos práticos.	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Projetor multimídia, tela, computador	Sumativa	Cognitivo Psicomotor Ativo
<b>A.1.1.4.</b>	<b>Administração de oxigênio a uma</b>	STANAG 2122	Expositivo (exposição oral)	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:		CFSPAR16	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 3 de 19 páginas			
	<p><b>vítima:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Indicações para administrar oxigênio.</li> <li>- Quantidade de oxigênio a administrar por situação apresentada pela vítima.</li> <li>- Material e equipamento para administração de oxigênio.</li> <li>- Casos práticos.</li> </ul>	Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	SBV Adulto Conjunto de material para administração de oxigênio Garrafa portátil de oxigênio	Manequirim de SBV Adulto Conjunto de material para administração de oxigênio Garrafa portátil de oxigênio	Sumativa	Psicomotor Afetivo
<b>A.1.1.5.</b>	<p><b>Avaliação de sinais vitais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Frequência respiratória.</li> <li>-Frequência Cardíaca.</li> <li>-Pressão Arterial.</li> <li>-Temperatura.</li> <li>-Dor.</li> <li>- (Glicémia capilar).</li> <li>-Simulação prática da avaliação de S. Vitais.</li> </ul>	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Ativo (simulações práticas)	Diapositivos Estetoscópio Esfigmomanômetro Oxímetro pulso Analisador de glicémia capilar Escala da dor	Projetor multimídia, tela, computador Estetoscópio Esfigmomanômetro Oxímetro pulso Analisador de glicémia capilar Escala da dor	Formativa Sumativa	Cognitivo Psicomotor Afetivo
<b>A.1.1.6.</b>	<p><b>Suporte Básico de Vida Adulto com</b></p>	STANAG 2122 Manual INEM –	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas)	Diapositivos Manequirim de SBV Adulto	Projetor multimídia, tela, computador Manequirim de	Formativa Sumativa	Afetivo Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	CFSPAR16		
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 4 de 19 páginas			
	<p><b>DAE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Cadeia de Sobrevivência.</li> <li>-Riscos para o Reanimador.</li> <li>- Algoritmo do SBV</li> <li>- Algoritmo da desobstrução da via aérea</li> <li>-PLS</li> <li>-Algoritmo do Suporte Básico de Vida com DAE</li> <li>-Casos práticos.</li> </ul>	SBV/DAE	<p>abertas/fechadas )</p> <p>Demonstrativo (demonstração)</p> <p>Ativo (simulações práticas)</p> <p>Máscara individual de bolso ou similar</p> <p>Desfibrilhador Automático Externo</p> <p>Conjunto de eletrodos de treino</p>	SBV Adulto	Máscara individual de bolso ou similar	Desfibrilhador Automático Externo <p>Conjunto de eletrodos de treino</p>	Psicomotor
<b>A.1.1.7.</b>	<p><b>Hemorragias:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tipos de hemorragia quanto à proveniência.</li> <li>-Métodos de controlo de hemorragias;</li> <li>*Aplicação de garrote</li> <li>*compressão manual direta e indireta.</li> <li>*Aplicação penso compressivo.</li> <li>*Agentes hemostáticos</li> <li>*Imobilização de fraturas da bacia.</li> <li>-Identificação hemorragias internas;</li> <li>*vítima crítica - sinais de</li> </ul>	<p>STANAG 2122</p> <p>Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo ((perguntas abertas/fechadas</p> <p>Demonstrativo (demonstração)</p> <p>Ativo (simulações práticas)</p> <p>Diapositivos</p> <p>Garrote (Torniquete)</p> <p>Ligaduras</p> <p>Compressas não esterilizadas</p> <p>Luvas</p> <p>Pensos de combate</p> <p>Agentes hemostáticos.</p>	<p>Projetor multimédia, tela, computador</p> <p>Garrote (Torniquete)</p> <p>Ligaduras</p> <p>Compressas não esterilizadas</p> <p>Luvas</p> <p>Pensos de combate</p> <p>Agentes hemostáticos.</p>	<p>Fichas individuais</p> <p>Teste escrito</p> <p>Teste prático</p>	<p>Formativa</p> <p>Sumativa</p> <p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Psicomotor</p>	

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	CFPSPAR16			
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 5 de 19 páginas				
	<p>vítima em choque.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riscos associados às hemorragias</li> <li>- Casos práticos.</li> </ul>							
<b>A.1.1.8.</b>	<p><b>Lesões torácicas fatais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação da região torácica (assimetria torácica, feridas aspirativas, pontos de impacto, dor à palpação, hiper-ressonância à precursão).</li> <li>- Aplicação de penso em ferida torácica</li> <li>- Aplicação de penso Asherman ;</li> <li>- Posicionar a vítima corretamente;</li> <li>- Imobilização da vítima com trauma torácico e outros traumas associados (ex: trauma craneoencefálico, vertebromedular, bacia, etc.);</li> <li>- Identificação de vítima crítica.</li> </ul>	<p>STANAG 2122</p> <p>Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)</p> <p>Demonstrativo (demonstração)</p> <p>Ativo (simulações práticas)</p>	<p>Diapostivos</p> <p>Material de penso, penso Asherman, plano duro</p>	<p>Projetor multimídia, tela, computador</p> <p>Material de penso, penso Asherman, plano duro</p>	<p>Formativa</p>	<p>Fichas individuais</p>	<p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Psicomotor</p>
				Sumativa	<p>Teste escrito</p> <p>Teste prático</p>			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	Página 6 de 19 páginas	

			Formativa	Fichas individuais	
<b>Imobilização de fraturas:</b> - Tipo de fraturas - Técnicas de Imobilização de fraturas (membros superiores e inferiores); -Improvisação de meios de imobilização de fraturas; -Riscos associados às fraturas.	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Ativo (simulações práticas)	Ligaduras Conjunto de talas Compressas Luvas não esterilizada, Paus com 2 a 4cm de diâmetro	Projetor multimídia, tela, computador. Ligaduras Conjunto de talas Compressas Luvas não esterilizada, Paus com 2 a 4cm de diâmetro	Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>Lesões musculares</b> Lesões musculares: - Tipos de lesões - Cuidados indicados	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Dispositivos Bolsa individual de primeiros socorros Material para imobilização	Projetor multimídia, tela, computador. Bolsa individual de primeiros socorros, Material para imobilização	Afetivo Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	CFSPAR16	
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 7 de 19 páginas		
	<p>- Riscos associados</p> <p><b>Entorses:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de lesões</li> <li>- Cuidados indicados</li> <li>- Riscos associados</li> </ul>	combate (Ministério de Defesa Espanha)	(Talas, Ligaduras, Material para almofadar).	Sumativa	Teste escrito	
<b>A.1.1.11.</b>	<p><b>Queimaduras: -</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Etiologia/Classificação</li> <li>-Determinação superfície corporal queimada.</li> <li>-Gravidade das queimaduras.</li> <li>-Fatores que agravam o prognóstico.</li> <li>-Lesões associadas.</li> <li>-Primeiros socorros.</li> <li>-Erros comuns no tratamento dos queimados.</li> <li>-Monitorização da vítima queimada.</li> <li>-Cuidados no transporte do doente queimado.</li> </ul>	<p>STANAG 2122</p> <p>Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)</p>	<p>(Talas, Ligaduras, Material para almofadar).</p> <p>Dispositivos</p> <p>Bolsa individual de primeiros socorros</p> <p>Kit Simulação de queimaduras</p> <p>Luvras não esterilizadas</p> <p>Lençóis</p> <p>Compressas não esterilizadas</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)</p> <p>Ativo (simulações práticas)</p>	<p>Formativa</p> <p>Sumativa</p>	<p>Fichas individuais</p> <p>Teste escrito</p> <p>Teste prático</p> <p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Psicomotor</p>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b> Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		<b>Código:</b>	<b>CPSPAR16</b>					
<b>DOC IV b</b> ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 8 de 19 páginas						
<b>A.1.1.12.</b>	<b>Lesões oculares:</b> - Avaliação das lesões oculares. - Cuidados iniciais. - Material a usar. - Casos práticos	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Ativo (simulações práticas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador.	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo
	<b>A.1.1.13.</b>	<b>Vítima afogada:</b> - Algoritmo de SBV do afogado. - Riscos associados. - Hipotermia no afogado. - Casos práticos.	STANAG 2122 Algoritmo afogado CPR	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Ativo (simulações práticas)	Diapositivos Bolsa individual de primeiros socorros, Garrafa de oxigênio Máscara de oxigênio de alto débito DAE Manta térmica	Projetor multimídia, tela, computador. Bolsa individual de primeiros socorros, Garrafa de oxigênio Máscara de oxigênio de alto débito DAE Manta térmica	Formativa	Fichas individuais  Teste escrito Teste prático

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 9 de 19 páginas	
<b>A.1.1.14.</b>	<b>Vítima por intoxicação por monóxido de carbono:</b> - Garantir as condições de segurança - Avaliação inicial - Cuidados Imediatos - Reavaliação dos sinais vitais - Vigilância - Pedido de ajuda diferenciado	<b>STANAG 2122</b>	<b>Expositivo (exposição oral)</b> <b>Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)</b>	<b>Diapositivos</b>
			<b>Projetor multimídia, tela, computador.</b>	
				<b>Afetivo Cognitivo</b>
			<b>Fichas individuais</b>	
			<b>Formativa</b>	
				<b>Sumativa</b>
				<b>Teste escrito</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b> Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>				
<b>DOC IV b</b> ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 10 de 19 páginas					
<p><b>Executar técnicas de trauma:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imobilização dos membros</li> <li>- Remover uma vítima em maca scoop;</li> <li>- Imobilizar uma vítima com trauma pélvico;</li> <li>- Efetuar o rolamento de vítima em decúbito dorsal;</li> <li>- Efetuar o rolamento de vítima em decúbito ventral;</li> </ul> <p><b>A.1.1.15.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proceder ao levantamento da vítima;</li> <li>- Imobilizar uma vítima de pé em plano duro;</li> <li>- Imobilizar uma vítima deitada em plano duro;</li> <li>- Imobilizar uma vítima de trauma com colete de extração;</li> <li>- Imobilizar vítima de trauma em maca de vácuo;</li> <li>- Extração rápida.</li> </ul>	<p>STANAG 2122</p> <p>Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)</p> <p>Manual INEM</p>	<p>Expositivo (exposição oral)</p> <p>Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)</p> <p>Ativo (simulações práticas)</p>	<p>Diapositivos</p> <p>Bolsa individual de primeiros socorros</p> <p>Colar cervical</p> <p>Plano duro com Imobilizadores de cabeça</p> <p>Cinto aranha</p> <p>Colete de extração</p> <p>Maca scoop</p> <p>Maca pluma</p>	<p>Projetor multimídia, tela, computador</p> <p>Bolsa individual de primeiros socorros</p> <p>Colar cervical</p> <p>Plano duro com Imobilizadores de cabeça</p> <p>Cinto aranha</p> <p>Colete de extração</p> <p>Maca scoop</p> <p>Maca pluma</p>	<p>Formativa</p>	<p>Fichas Individuais</p>	<p>Afetivo</p> <p>Cognitivo</p> <p>Psicomotor</p>
		Sumativa	Teste escrito	Teste prático			

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	Página 11 de 19 páginas	

<b>A</b>	<b>ÁREA CURRICULAR</b>	Formação Tecnológica	<b>Duração (TF)</b> 50H 25H
<b>A.2.</b>	<b>MÓDULO</b>	Primeiros Socorros em ambiente tático	
<b>A.2.1.</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	Prestar os primeiros Socorros em ambiente tático	

Código Obj. Esp	Conteúdos	Ref.ª	Métodos e técnicas pedagógicas	Meios			Domínio do Saber	
				RTP	Equip.	Tipo		Avaliação Instrumentos
<b>A.2.1.1.</b>	<b>Manter funções vitais sob fogo IN:</b> - Ações defensivas! - Manutenção Via Aérea. - Controlo de Hemorragias. - Trauma das extremidades (Garrote). - Transporte feridos. - Imobilização da coluna cervical. - Meios de evacuação - Casos práticos	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração)	Diapositivos Bolsa individual se socorrismo completa	Projetor multimídia, tela, computador. Bolsa individual se socorrismo completa	Formativa	Fichas individuais Teste escrito Teste prático	Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>A.2.1.2.</b>	<b>Assistir um ferido em ambiente tático:</b> - Exame da vítima. - Reanimação Cardiorrespiratória. - Operar o DAE. - Vítima com alterações do estado	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração)	Diapositivos Bolsa individual de socorro DAE Meios rádio	Projetor multimídia, tela, computador. Bolsa individual de socorro DAE Meios rádio	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste escrito Teste prático	Afetivo Cognitivo Psicomotor

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b> Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		<b>Código:</b> CPSPAR16	
<b>DOC IV b</b> ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 12 de 19 páginas	
<b>A.2.1.3.</b>	<b>mental.</b> -Controlo de Hemorragias. -Manutenção da Via aérea. -Ventilação. -Feridas penetrantes do tórax. -Pneumotórax hipertensivo. -Trauma abdominal. -Vítima em Choque. -Prevenção da hipotermia. -Monitorização dos sinais vitais. -Fraturas. -Trauma ocular penetrante. -Queimaduras. -Documentação de Registo. Pedido Medevac. -Casos práticos	<b>de Defesa Espana)</b>  <b>Ativo</b> (Simulações práticas)	
	<b>Evacuação tática:</b> -Meios usados - Garantir condições de segurança; - Reavaliar sinais vitais;	<b>STANAG 2122</b> Manual de Suporte Vital avançado	<b>Diapositivos</b> Manequins de treino Bolsa individual de
		<b>Interrogativo</b> (perguntas abertas/fechadas)  <b>Demonstrativo</b> (demonstração)	<b>Projetor</b> multimédia, tela, computador Manequins de treino Bolsa individual
			<b>Fichas individuais</b>
			<b>Afetivo</b> <b>Cognitivo</b> <b>Psicomotor</b>

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	<b>ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO</b>	Página 13 de 19 páginas	

	em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Ativo (simulações práticas)	socorrismo Viatura tática	de socorrismo Viatura tática	Sumativa	Teste escrito Teste prático	
<b>-Reavaliar pensos; -Casos práticos</b>							
<b>A.2.1.4.</b>	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (Simulações práticas)	Diapositivos Bolsa individual de socorrismo Folha de registo de vítimas (a criar) Folha tipo 9 line Rádio 425 ou outro	Projetor multimídia, tela, computador Bolsa individual de socorrismo Folha de registo de vítimas (a criar) Folha tipo 9 line Rádio 425 ou outro	Formativa	Fichas individuais  Teste escrito Teste prático	Afetivo Cognitivo Psicomotor
<b>A.2.1.5.</b>	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos Bolsa individual de primeiros socorros Manta térmica	Projetor multimídia, tela, computador Bolsa individual de primeiros socorros	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo Psicomotor

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	CFSPAR16
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 14 de 19 páginas	
A.2.1.6.	hipotermia. -Meios e métodos de prevenção de hipotermia. -Sinais e sintomas de hipotermia - Tratamento imediato no local. <b>Transporte de feridos:</b> - Conceitos e princípios no transporte de feridos; -Materiais e equipamentos usados no transporte de feridos; -Técnicas de transporte de vítimas com um socorrista; -Técnicas de transporte de vítimas com dois ou mais socorristas; -Improvisação de macas.	em combate (Ministério de Defesa Espanha)  STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Cobertores Paus para improvisação de macas Macas	Cognitivo Psicomotor
	A.2.1.7.	<b>Triagem multivítimas</b> - Princípios	STANAG 2122 Manual de	Expositivo (exposição oral) Interrogativo	Diapositivos Cartões de
		Mania térmica		Sumativa Formativa	Fichas individuais Teste escrito Teste prático
				Projetor multimídia, tela, computador	Fichas individuais Afetivo Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco				Código:	CFSPAR16
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO				Página 15 de 19 páginas	
	- Triagem SIEVE -Triagem START	Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	(perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	triagem	Cartões de triagem	Sumativa	Teste escrito
<b>A.2.1.8.</b>	<b>Trauma ambiental (calor/frio/altitude)</b> Vítimas com lesões provocadas pelo ambiente: -Lesões pelo calor (Sinais e Sintomas/ Assistência/ Prevenção) -Lesões pelo frio (Sinais e Sintomas/ Assistência/ Prevenção) -Casos práticos	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas) Demonstrativo (demonstração) Ativo (simulações práticas)	Diapositivos Bolsa individual de primeiros socorros Manta térmica	Projetor multimídia, tela, computador Bolsa individual de primeiros socorros Manta térmica	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste escrito Teste prático
<b>A.2.1.9.</b>	<b>Cuidados a uma vítima com diarreia:</b> -Causas. -Sinais e Sintomas	STANAG 2122 Manual de Suporte	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador.	Formativa	Fichas individuais Teste escrito Teste prático

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	CFSPAR16
DOC IV b		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 16 de 19 páginas	
	de vítimas com diarreia. -Risco que corre vítima com diarreia. -Prevenção e assistência.	Vital avanzado en combate (Ministerio de Defensa España)	abertas/fechadas)		
<b>A.2.1.10.</b>	<b>Assistência a uma vítima por mordeduras:</b> -Lesões provocadas por animais (avaliação/cuidados iniciais/Riscos/prevenção). -Mordeduras por serpentes/cobras (avaliação/cuidados iniciais/Riscos/prevenção).	STANAG 2122  Manual de Suporte Vital avanzado en combate (Ministerio de Defensa España)	Expositivo (exposição oral)  Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador
<b>A.2.1.11.</b>	<b>Assistência a uma vítima por picadas:</b>	STANAG 2122	Expositivo (exposição oral)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela,
				Sumativa	Sumativa
				Teste escrito	Fichas individuais
					Afetivo Cognitivo
				Teste escrito	Fichas individuais
					Afetivo

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO</b> Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	<b>Código:</b> CFPSPAR16
<b>DOC IV b</b> ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO	Página 17 de 19 páginas

-Lesões provocadas por animais (avaliação/cuidados iniciais/Riscos/prevenção). -Picadas por artrópodes (avaliação/cuidados iniciais/Riscos/prevenção).	Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	computador	Sumativa	Teste escrito	Cognitivo
<b>A.2.1.12.</b> <b>Alterações psicológicas</b> - Avaliação - Riscos associados - Cuidados a prestar	STANAG 2122 Manual de Suporte Vital avançado em combate (Ministério de Defesa Espanha)	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa Sumativa	Fichas individuais Teste escrito	Afetivo Cognitivo
<b>A.2.1.13.</b> <b>Medidas de higiene sanitária</b> Higiene pessoal -Cuidados com o cabelo.	STANAG 2122	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Projetor multimídia, tela, computador	Formativa	Fichas individuais	Afetivo Cognitivo

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>		Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		Código:	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>		ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 18 de 19 páginas	
	-Cuidados com a boca. -Cuidados básicos de higiene corporal diária. -Cuidados com o fardamento.			Sumativa	Teste escrito
<b>A.2.1.14.</b>	<b>Doenças Sexualmente transmissíveis (DST):</b> - HIV, Hepatite A e B, Herpes genital, Sífilis, Gonorreia. -Meios de transmissão -Grupos de risco - Medidas preventivas	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos	Formativa  Projetor multimídia, tela, computador  Sumativa	Fichas individuais  Teste escrito  Afetivo Cognitivo
<b>A.2.1.15.</b>	<b>Segurança Alimentar</b> - Avaliação da qualidade dos alimentos - Intoxicação	Expositivo (exposição oral) Interrogativo (perguntas abertas/fechadas)	Diapositivos	Projetor multimídia, tela, computador  Formativa	Fichas individuais  Afetivo Cognitivo

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO</b>	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco		<b>Código:</b>	<b>CFSPAR16</b>
<b>DOC IV b</b>	ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO		Página 19 de 19 páginas	
	alimentar - Alimentos com elevado risco de intoxicação - Sinais e sintomas de intoxicação alimentar - Cuidados essenciais com os alimentos.		Sumativa	Teste escrito
			Sumativa	Teste escrito

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO IV**

**PERFIL DE FORMAÇÃO**

**IV – Matriz de Risco**

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IV	MATRIZ DE RISCO	Página 1 de 8 páginas	

### GESTÃO DO RISCO

### FOLHA DE TRABALHO DE GESTÃO DO RISCO

A. Missão/Tarefa:  
Curso de Primeiros Socorros  
para Profissões de Alto Risco

B. Grupo Data/Hora  
GDH Início:  
GDH Fim:

C. Data da Preparação:

D. Preparado por:

E. Perigos	F. Nível de risco inicial	G. Controlos	H. Nível de risco residual	K. Implementar controlos	L. Supervisor	M. Avaliar (S/N)
<b>Inexperiência dos formandos:</b> - Má utilização dos materiais e equipamentos do curso; - Utilização incorreta dos equipamentos;	M	-Aumentar cuidados na transmissão de termos técnicos; -Supervisão dos formandos por parte dos formadores.	L	Formação teórica. Formação prática	Formador	
<b>Acidentes na execução das técnicas de transporte de feridos</b> -Incumprimento das normas/regras de segurança; -Execução incorreta da técnica; -Estado de conservação e de higienização das infraestruturas inadequado (Pavilhão)	H	-Alertar sobre perigos do incumprimento das normas e regras de segurança; -Incrementar a supervisão da execução da técnica; -Supervisionar periodicamente as infraestruturas e os materiais disponíveis para a realização das aulas práticas.	M	-Formação teórica; - Aquecimento prévio das infraestruturas e materiais.	Formador Secção de Apoio às aulas	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 2 de 8 páginas	

<p><b>Acidentes na execução das técnicas de trauma.</b>          -Inexperiência dos formandos, adotando posturas incorretas na execução de levantamentos de vítimas.</p> <p><b>Acidentes na execução de técnicas com recurso a cortantes (BMT'S)</b>          Inexperiência dos formandos, no manuseamento dos cortantes, possivelmente contaminados.</p> <p><b>Equipamentos para apoio da formação:</b>          • Equipamentos Inexistentes          -Equipamentos deteriorados.          -Equipamentos Inoperacionais</p>	<b>H</b>	<p>-Supervisionar a execução das atividades práticas.          -Demonstrar a execução das técnicas adotando as posturas corretas.</p> <p>-Alertar sobre potenciais perigos do manuseamento de cortantes possivelmente contaminados;          -Supervisionar a execução das atividades práticas.</p> <p>-Requisitar oportunamente os equipamentos para a formação.</p>	<b>M</b>	<p>-Formação teórica;          -Formação prática.</p> <p>-Formação teórica;          -Formação prática.</p> <p>-Programação de cursos.</p>	<p>Formador</p> <p>Formador</p> <p>Orientador no estágio hospitalar.</p> <p>Secção apoio às aulas</p>
--	----------	---	----------	--	---

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC IV	MATRIZ DE RISCO	Página 3 de 8 páginas	

I. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controles (indicar envolvendo com um círculo)  
J. Entidade Responsável: \_\_\_\_\_

BAIXO (L)

**MODERADO (M)**

ALTO (H)

ELEVADO (E)

NÃO CLASSIFICADO

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 4 de 8 páginas	

<b>Bloco</b>	<b>INSTRUÇÕES PARA O PREENCHIMENTO DA FOLHA DE TRABALHO DE GESTÃO DO RISCO</b>
<b>A-D</b>	Preencher os espaços respetivos.
<b>E</b>	<b>Identificar os perigos</b> - Identificar os perigos através de uma revisão dos fatores da decisão MITM-TC para a missão ou tarefa indicada para a missão ou tarefa indicada no Bloco A, podendo indicar as causas do perigo. Como fator adicional, considerar lições aprendidas, experiência, julgamento, características e avisos dos equipamentos e considerações de âmbito ambiental.
<b>F</b>	<b>Avaliar os perigos</b> - A avaliação inclui lições aprendidas, análise intuitiva, experiência, julgamento, características e avisos dos equipamentos e considerações de âmbito ambiental. Determinar o risco inicial para cada perigo através da <b>Matriz de Avaliação do Risco</b> e preencher com o nível de risco para cada perigo.
<b>G</b>	<b>Desenvolver controlos</b> - Desenvolver um ou mais controlos para cada perigo, no sentido de o eliminar ou de reduzir o risco (o grau de <b>probabilidade</b> e/ou de <b>severidade</b> ) desse perigo. Especificar <b>QUEM, O QUÊ, ONDE, QUANDO</b> e <b>COMO</b> para cada controlo. Inscrever os controlos.
<b>H</b>	<b>Determinar o risco residual</b> - Determinar o risco residual para cada perigo, aplicando novamente a <b>Matriz de Avaliação do Risco</b> e preencher no respeitante a cada risco.
<b>I</b>	<b>Determinar o risco global da missão/tarefa</b> - Selecionar o nível mais elevado de risco residual e identificar com um círculo. Este será o nível de risco global da missão/tarefa.
<b>J</b>	<b>Assinatura da entidade responsável por tomar decisões de risco.</b> O comandante decide se os controlos são suficientes, de forma a aceitar o nível de risco residual para a missão/tarefa. Caso este nível de risco seja demasiado elevado, o comandante dirige o desenvolvimento de controlos adicionais ou modifica ou rejeita a modalidade de ação.
<b>K</b>	<b>Implementar controlos</b> - Decidir como cada controlo será tornado efetivo ou comunicado aos responsáveis pela sua execução (instruções verbais ou escritas, OOp/OPORD, PIOp/OPLAN, NEP, Briefings, etc.). Inscreva a forma de comunicar o controlo.
<b>L</b>	<b>Supervisionar</b> - Este último passo indica como cada controlo será monitorizado (supervisão contínua) e reavaliar perigos à medida que a situação evolui ou se altera.
<b>M</b>	<b>Avaliar</b> - Nesta coluna indicar se o controlo foi ou não efetivamente implementado. Determinar se os controlos funcionam e se podem ser melhorados. Retirar lições aprendidas.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 5 de 8 páginas	

**MATRIZ DE AVALIAÇÃO DO RISCO**

		PROBABILIDADE de ocorrência				
		Frequente	Provável	Ocasional	Raro	Improvável
SEVERIDADE	Catastrófico	E	E	H	H	M
	Crítico	E	H	H	M	L
	Marginal	H	M	M	L	L
	Negligenciável	M	L	L	L	L

E (**Extremely High**) - Risco Elevado.....Perda da capacidade para cumprir a missão.  
H (**High**) - Risco Alto.....Degradação significativa das possibilidades.  
M (**Moderate**) - Risco Moderado.....Degradação esperada das capacidades.  
L (**Low**) - Risco Baixo.....Pouco ou mesmo sem impacto para o cumprimento da missão.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 6 de 8 páginas	

**Descrição dos níveis de risco determinados na matriz de avaliação do risco**

<b>Níveis de Risco</b>	<b>Descrição</b>
<b>E</b> <b>RISCO ELEVADO</b>	Perda da capacidade para realizar a missão. Isto implica que o risco associado a essa missão, atividade ou acontecimento pode ter graves consequências além das associadas a essa operação ou acontecimento. A decisão para continuar deve ser cuidadosamente ponderada face ao potencial ganho a ser alcançado, caso se prossiga com uma m/a. Deve ser aprovado pelo escalão apropriado.
<b>H</b> <b>RISCO ALTO</b>	Degradação significativa das capacidades para o cumprimento da missão, incapacidade para realizar todas as tarefas da missão, ou incapacidade para a concluir caso os perigos ocorram durante a mesma. Isto sugere que caso os perigos ocorram, deles derivam consequências sérias. A decisão para continuar deve ser cuidadosamente ponderada face ao potencial ganho a ser alcançado, caso se prossiga com uma m/a. Deve ser aprovado pelo escalão apropriado.
<b>M</b> <b>RISCO MODERADO</b>	Expectativa de degradação das capacidades para o cumprimento da missão em termos de padrões exigidos tem um efeito reduzido se os perigos acontecerem durante a missão. Se um perigo acontecer, apenas afetará ligeiramente as capacidades para o cumprimento da missão resultando em poucos danos ou perdas e não afetará a prontidão global.
<b>L</b> <b>RISCO BAIXO</b>	As perdas esperadas têm pouco ou nenhum impacto no cumprimento da missão. Não são esperados danos ou doenças ou os riscos podem ser insignificantes e não ter um efeito ou impacto a longo termo.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 7 de 8 páginas	

**Descrição dos graus de SEVERIDADE e a PROBABILIDADE de ocorrência do ERRO**

**I. SEVERIDADE**

Define o potencial de dano que o erro pode provocar nas pessoas (doença, ferimentos...) deterioração ou perda do material ou forma como afeta o cumprimento da missão ou objetivo.

**Catastrófico** – O erro pode provocar a morte, a destruição do material de onde resulta prejuízo para os interesses nacionais.

**Critico** – O erro pode provocar danos severos, doença/ferimentos graves, deterioração do material ou equipamento com prejuízo para o Exército e para o uso futuro do equipamento.

**Marginal** – O erro pode causar doença/ferimentos ligeiros ou deterioração do material que afete a unidade ou o OCAD bem como a utilização adequada do equipamento ou material.

**Negligenciável** – O erro acarreta uma ameaça mínima para o pessoal ou para a deterioração do material não acarretando prejuízos logísticos ou financeiros significativos ou a possibilidade de poder usar os materiais ou equipamentos de forma eficiente.

**II. PROBABILIDADE de ocorrência**

Estabelece a probabilidade de ocorrência do erro/acidente.

**Frequente** – Pode ocorrer de imediato ou num curto espaço de tempo. É Expetável que ocorra com muita frequência relativamente ao trabalho individual e ocorre certamente no grupo.

**Provável** – Probabilidade elevada de ocorrer com o tempo. É expetável que ocorra várias vezes na ação de um indivíduo e frequentemente num grupo.

**Ocasional** – Pode ocorrer com o passar do tempo. É expetável que ocorra às vezes no trabalho individual e várias vezes num grupo.

**Raro** – Pode ocorrer com o passar do tempo. É expetável que ocorra poucas vezes no trabalho individual e várias vezes num grupo.

**Improvável** - Improvável que ocorra.

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>Primeiros Socorros para Profissões de Alto Risco</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC IV</b>	<b>MATRIZ DE RISCO</b>	Página 8 de 8 páginas	

**GLOSSÁRIO**

**AValiação DO RISCO** – É a identificação e avaliação dos perigos. Corresponde às duas primeiras fases do processo de gestão do risco. Um perigo é avaliado para determinar o risco (atribuir um grau de probabilidade de ocorrência e um grau de severidade resultante).

**CONdição** – É o estado de prontidão do pessoal e equipamento de acordo com as condições de ambiente operacional do espaço de batalha durante o planeamento, a preparação e a execução da missão. Uma redução da condição aumenta a possibilidade de erros humanos, da falha de materiais e de equipamentos que causa acidentes e degradação no cumprimento da missão.

**CONtROLOS** – São as ações tomadas para diminuir ou eliminar os perigos e reduzir os riscos.

**DECISão DE RISCO** – Decisão para aceitar ou não o risco associado a uma ação.

**GEStÃO DO RISCO** – É o processo de identificação, avaliação e controlo de riscos que surgem dos fatores operacionais e que permite tomar decisões que considerem os custos e os benefícios para o cumprimento da missão. Por outras palavras, é o processo de identificação e controlo de perigos, de forma a conservar o potencial de combate e os recursos.

**PERIGO** – É qualquer condição, atual ou potencial, que pode causar danos ou perdas no equipamento, no pessoal e causar degradação no cumprimento da missão.

**PROBABILIDADE** – Possibilidade de um perigo ocorrer.

**RISCO** – É a possibilidade de perigo ou acontecimento indesejado. É caracterizado pelo grau de probabilidade e de severidade de uma potencial perda resultante de perigos devido à presença de um inimigo ou outras condições adversas. O nível de risco é expresso em termos de probabilidade e severidade de perigo.

**RISCO RESIDUAL** – É o risco que permanece após a escolha dos controlos. Como tal só é válido após a implementação dos mesmos.

**RISCO RESIDUAL GLOBAL** – Determina-se quando se verifica a existência de mais que um perigo. O risco residual para cada um destes perigos pode ser de diferentes níveis. Assim, o risco residual global para a missão é determinado pelo nível mais elevado de todos os riscos residuais.

**RISCO TOLERADO** – Nível de risco que o comandante aceita tomar.

**SEVERIDADE** – A consequência esperada de um incidente perigoso que pode ocorrer, identificada em termos de grau de perdas, de avarias, de danos nas instalações, ou outros fatores da missão (por exemplo, perda de potencial de combate).

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Va – Avaliação Interna

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>																
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 1 de 6 páginas																	
<p><b>1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO</b></p> <p>Avaliar as expectativas, satisfação e o desempenho dos intervenientes diretos no processo formativo, tendo como finalidade a recolha e processamento de dados com vista à melhoria da formação.</p> <p><b>2. OBJETOS DA AVALIAÇÃO</b></p> <p>a. Programa de formação</p> <p>São objeto de avaliação os seguintes objetivos:</p> <p>(1) Prestar os primeiros socorros;</p> <p>(2) Executar os primeiros socorros em ambiente tático</p> <p>b. Métodos e técnicas</p> <p>São objeto de avaliação os seguintes métodos e técnicas:</p> <p>(1) Método expositivo (exposição oral);</p> <p>(2) Método interrogativo (perguntas abertas/fechadas);</p> <p>(3) Método ativo (jogos pedagógicos, simulações práticas);</p> <p>(4) Método demonstrativo (demonstração).</p> <p>c. Recursos técnico-pedagógicos;</p> <p>São objeto de avaliação os seguintes recursos técnico-pedagógicos:</p> <p>(1) Exposição de Diapositivos;</p> <p>(2) Documentos de Apoio;</p> <p>(3) Demonstração e simulação;</p> <p>(4) Utilização dos seguintes materiais:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Descrição</th> <th>Quantidade</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aranha, cinto velcro para fixação ao plano duro</td> <td>03Un</td> </tr> <tr> <td>Aspirador de secreções com bateria</td> <td>1Un</td> </tr> <tr> <td>Bolsa individual de primeiros socorros</td> <td>18 Un</td> </tr> <tr> <td>Bomba para maca de vácuo</td> <td>02Un</td> </tr> <tr> <td>Maca de Lona</td> <td>05Un</td> </tr> <tr> <td>Maca de Vácuo</td> <td>02Un</td> </tr> <tr> <td>Manequim SBV Torso-Adulto, treino de ressuscitação</td> <td>03Un</td> </tr> </tbody> </table>				Descrição	Quantidade	Aranha, cinto velcro para fixação ao plano duro	03Un	Aspirador de secreções com bateria	1Un	Bolsa individual de primeiros socorros	18 Un	Bomba para maca de vácuo	02Un	Maca de Lona	05Un	Maca de Vácuo	02Un	Manequim SBV Torso-Adulto, treino de ressuscitação	03Un
Descrição	Quantidade																		
Aranha, cinto velcro para fixação ao plano duro	03Un																		
Aspirador de secreções com bateria	1Un																		
Bolsa individual de primeiros socorros	18 Un																		
Bomba para maca de vácuo	02Un																		
Maca de Lona	05Un																		
Maca de Vácuo	02Un																		
Manequim SBV Torso-Adulto, treino de ressuscitação	03Un																		

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 2 de 6 páginas	
	Manequim, treino de entubação endotraqueal	01Un	
	Colar cervical	06Un	
	Colete desencarceramento verde (colete de extração)	03Un	
	Desfibrilhador de Treino (DAE)	03 Un	
	Eléctrodo, treino, desfibrilhador adulto	03Un	
	Esfigmomanómetro	02Un	
	Estetoscópio c/membrana de 40M	02Un	
	Insuflador Manual adulto, Ambu Mark IV	03 Un	
	Imobilizador, cabeça	03 Un	
	Garrote não pneumático, uso regular clássico	18Un	
	Kit para simulação de trauma/feridas	01 Un	
	Kit SBV/DAE Preparação/segurança Tórax	03 Un	
	Kit Oxigenioterapia	01 Un	
	Kit para feridas e queimaduras	06Un	
	Kit de 6 talas de madeira, almofadadas e plastificadas	06Un	
	Lanterna de diagnóstico de reflexos	03 Un	
	Lenço Triangular, 96*96*135 cm	18Un	
	Lençol para queimados	3Un	
	Maca ortopédica tipo Scoop	03Un	
	Manta de sobrevivência (térmica)	18Un	
	Mascaras de reanimação (Pocket Masck)	20 Un	
	Máscaras para administração de O2	01 Un	

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 3 de 6 páginas	

Medidor de Glicémia Capilar	06 Un
Talas de imobilização (vários tamanhos)	03Un
Tomiquete de combate (Garrote de combate)	18Un
Tubo nasofaríngeo	03Un
Tubo orofaríngeo (guedel)	03Un

d. Formadores

Todos os formadores do presente curso são objeto de avaliação na forma como aplicam os métodos e técnicas de formação e ainda os Recursos Técnico Pedagógicos (RTP).

e. Formandos

Todos os formandos do presente curso são objeto de avaliação quanto ao grau de motivação e satisfação.

f. Resultados

Os resultados são objeto de avaliação por comparação com os resultados esperados.

**3. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

a. Avaliação sumativa

- (1) Aproveitamento por módulo > 75% dos formandos: Resultado normal.
- (2) Aproveitamento por módulo > 50% e <75% dos formandos: O resultado deve ser alvo de análise por parte da entidade formadora.
- (3) Aproveitamento por módulo <50% dos formandos: Implica alterações na ação de formação.

b. Avaliação de satisfação do formando

Materializado segundo a escala indicada, na sequência dos questionários do perfil de avaliação:

<b>QUESTIONÁRIO</b>	
<b>Expectativas/Módulo/Curso</b>	
<b>Intervalo</b>	<b>Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**NÃO CLASSIFICADO**

**NÃO CLASSIFICADO**

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>DOC Va</b>	<b>AVALIAÇÃO INTERNA</b>	Página 4 de 6 páginas	

- c. Avaliação da ação de formação pelos formadores e Diretor do Curso
- (1) Realizada através de inquéritos aos formadores e elaboração de um relatório pelo diretor de curso.
  - (2) A escala dos inquéritos aos formadores é a indicada acima.

- d. Avaliação de desempenho dos formadores

Materializada segundo a escala:

<b>TABELA DE AVALIAÇÃO</b>	
<b>Desempenho do formador</b>	
<b>Intervalo</b>	<b>Aferição Qualitativa</b>
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência

**4. FONTES DE INFORMAÇÃO**

- a. Formandos;
- b. Formadores;
- c. Diretor de Curso;
- d. Secção de Avaliação e Qualidade/DF.

**5. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO**

- a. Procedimento
  - (1) Avaliação diagnóstica, a fim de determinar a expectativa dos formandos;
  - (2) Avaliação formativa, a fim de ajustar o desenvolvimento da formação às necessidades dos formandos;
  - (3) Avaliação sumativa, a fim de aferir o resultado final da formação.
- b. Técnicas
  - (1) Observação
  - (2) Avaliação oral
  - (3) Avaliação escrita
  - (4) Avaliação prática
- c. Instrumentos
  - (1) Questionário de expectativas – formando (ModDocRC 12);

**NÃO CLASSIFICADO**

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC Va	AVALIAÇÃO INTERNA	Página 5 de 6 páginas	
<p>(2) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua (ModDocRC 13);</p> <p>(3) Questionário de fim de módulo – formando (ModDocRC 14);</p> <p>(4) Questionário de fim de módulo – formador (ModDocRC 15);</p> <p>(5) Questionário de fim de curso – formando (ModDocRC 16);</p> <p>(6) Questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17);</p> <p>(7) Pautas de registo de classificações.</p> <p><b>6. <u>MOMENTO DA AVALIAÇÃO</u></b></p> <p>a. Antes da formação – processo de seleção dos formandos e formadores com as competências adequadas às tarefas atribuídas;</p> <p>b. Início da formação – questionário de expectativas;</p> <p>c. Durante a formação – avaliação da aprendizagem, avaliação dos formadores, racionalização e rentabilização dos recursos materiais, humanos e financeiros e a adequação do ambiente envolvente da formação;</p> <p>d. Final da formação – avaliação formativa contínua e provas práticas; questionários de fim de módulo e fim de curso.</p> <p><b>7. <u>INTERVENIENTES</u></b></p> <p>a. Formandos</p> <p>Na vertente da sua motivação e grau de satisfação, através dos seguintes questionários:</p> <p>(1) Questionário de expectativas – formando (ModDocRC 12);</p> <p>(2) Questionário de fim de módulo – formando (ModDocRC 14);</p> <p>(3) Questionário de fim de curso – formando (ModDocRC 16).</p> <p>b. Formadores</p> <p>Na forma como aplicam os métodos e técnicas pedagógicas e os recursos técnico-pedagógicos, através dos seguintes questionários.</p> <p>(1) Ficha de avaliação de formadores dos cursos da formação contínua (ModDocRC 13);</p> <p>(2) Questionário de fim de módulo – formador (ModDocRC 15);</p> <p>(3) Questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17).</p> <p>c. Diretor de Curso</p> <p>Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, através do questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17).</p> <p>d. Secção Avaliação e Qualidade/DF.</p> <p>Na vertente do programa de curso, acompanhamento técnico-administrativo, intervenção e atuação dos formadores, através do questionário de fim de curso – direção/formador (ModDocRC 17).</p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC Va	AVALIAÇÃO INTERNA	Página 6 de 6 páginas	
<p><b>8. <u>RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO INTERNA</u></b></p> <p>Realizado no final da ação de formação, abrangendo todas as vertentes de avaliação interna, realçando os principais aspetos transmitidos pelas diversas fontes de informação.</p> <p>Vai permitir introduzir as alterações necessárias onde forem detetadas discrepâncias significativas.</p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Vb – Avaliação Externa

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
DOC Vb	AVALIAÇÃO EXTERNA	Página 1 de 1 páginas	
<p><b>1. OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO EXTERNA</b></p> <p>Avaliar a adequabilidade dos objetivos de formação às necessidades reais do cargo; Avaliar impacto dos resultados da formação na organização.</p> <p><b>2. FONTES DE INFORMAÇÃO</b></p> <p>a. Ex-formandos no posto de trabalho; b. Comandantes/Chefes diretos dos ex-formandos no posto de trabalho.</p> <p><b>3. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO</b></p> <p>a. Questionário ao ex-formando, no desempenho do cargo, 6 a 12 meses após a frequência do curso;</p> <p>b. Questionário ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;</p> <p>c. Eventualmente:</p> <p>(1) Entrevistas/reuniões ao Comandante/Chefe direto, 6 a 12 meses após a frequência do curso por parte do subordinado;</p> <p>(2) Relatório de avaliação realizado pelo Comandante/Chefe direto, sobre o operador de panificação, no desempenho das suas tarefas, 6 a 12 meses após a frequência do curso.</p> <p>d. Elaboração do Relatório de Avaliação Externa que traduz os resultados e conclusões dos instrumentos de recolha de informação.</p> <p><b>4. MODELO DOS INSTRUMENTOS DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO</b></p> <p>a. Questionário ao ex-formando (ModDocRC 19); b. Questionário ao Comandante/Chefe direto do ex-formando no cargo (ModDocRC 20).</p>			

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
EXÉRCITO PORTUGUÊS**



**DOCUMENTO V  
PERFIL DE AVALIAÇÃO**

Questionários

**PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES  
DE ALTO RISCO**

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>Questionário de expectativas - formandos</b>	Página 1 de 1 página

Os dados recolhidos a partir deste questionário têm um caráter confidencial e serão tratados de forma estatística, pelo que não carecem de identificação obrigatória.

Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala Gradativa, sendo que:

- 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestamente positivo (excelência);
- Marcação com **X** do quadrado escolhido

OPINIÃO SOBRE	ESCALA				
	1	2	3	4	5
1. O grau de <b>dificuldade</b> que considera que curso / formação terá					
2. O grau de <b>qualidade</b> que considera que curso / formação terá					
3. O tipo de <b>relacionamento</b> com os formadores					
4. O tipo de <b>relacionamento</b> com os camaradas de curso (outros alunos)					
5. O tipo de <b>condições de alojamento e alimentação</b>					
6. A <b>recepção</b> que teve na Unidade Formadora					
7. Os módulos que o curso/ formação possuem, quais à partida lhe parecem <b>mais atrativos</b> <b>Utilize a escala de 1 a 5 para ordenar</b> <b>(classifique a <u>mais atrativa com 5</u> e as restantes por ordem decrescente de interesse, com os restantes níveis)</b>  A.1 - Primeiros Socorros  A.2 - Primeiros Socorros em ambiente tático					

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO	CPSPAR16
Ficha de Avaliação de Formadores dos Cursos da Formação Contínua		Página 1 de 2 páginas	
Avaliado (NIM, Posto, Nome) _____		GDH _____	
Sessão _____	Duração prevista _____	Duração _____	
Avaliador (NIM, Posto, Nome) _____		Aferição Qualitativa _____	
<b>1. Estruturação da sessão</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não estrutura a sessão.</li><li>2. Sessão estruturada em introdução, desenvolvimento e conclusão.</li><li>3. Sessão estruturada em introdução, desenvolvimento, conclusão e mencionou alguns dos pontos importantes.</li><li>4. Idem 3, mas mais com os conteúdos estruturados e definidos.</li><li>5. Idem 4, e tendo cumprido todas as atividades propostas.</li></ol>			
<b>2. Gestão do tempo</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não revela preocupação com a gestão do tempo.</li><li>2. Revela preocupação com a gestão do tempo.</li><li>3. Ajusta o tempo, ao desenvolvimento equilibrado da sessão.</li><li>4. Gera adequadamente o tempo em função da estratégia pedagógica definida.</li><li>5. Controla de forma flexível e equilibrada o tempo, em função da estratégia traçada e dos ritmos do público-alvo.</li></ol>			
<b>3. Autoconfiança</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Muito inseguro, evidencia nervosismo e sinais de ansiedade.</li><li>2. Inseguro evidencia algum nervosismo.</li><li>3. Seguro de si, evidencia estar calmo.</li><li>4. Seguro, domina as suas reações emocionais.</li><li>5. Muito seguro domina claramente as suas emoções.</li></ol>			
<b>4. Criatividade pedagógica</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não demonstra criatividade.</li><li>2. Demonstra alguma criatividade nos instrumentos preparados.</li><li>3. Demonstra criatividade no planeamento da sessão e nos instrumentos preparados.</li><li>4. Demonstra criatividade no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e atividades desenvolvidas.</li><li>5. Demonstra criatividade e espírito de empreendedor no planeamento da sessão, nos instrumentos preparados e atividades desenvolvidas.</li></ol>			
<b>5. Domínio dos conteúdos</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não domina os conteúdos.</li><li>2. Domina de forma insuficiente/insatisfatória os conteúdos.</li><li>3. Domina razoavelmente os conteúdos.</li><li>4. Domina bem os conteúdos.</li><li>5. Domina muito bem os conteúdos.</li></ol>			
<b>6. Atividades desenvolvidas</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Nada adequadas, monótonas e pouco criativas, não favorecem a aquisição de competências.</li><li>2. Pouco adequadas, dificultam a aquisição de competências.</li><li>3. Parcialmente adequadas para a aquisição de competências.</li><li>4. Adequadas facilitam a aquisição de competências.</li><li>5. Totalmente adequadas, diversificadas e criativas, promovem elevada eficácia na aquisição de competências.</li></ol>			
<b>7. Recursos didáticos</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não utilizou ou utilizou de forma incorreta e inadequada a ajuda de suportes didáticos.</li><li>2. Foram adequadamente selecionados ao tema e ao público-alvo mas apenas como ilustração da sessão.</li><li>3. Foram utilizados de forma adequada e estruturada, realçando os pontos-chave da sessão.</li><li>4. Foram utilizados sistematicamente de forma adaptada a cada ponto-chave da sessão.</li><li>5. Idem 4, evidenciou uma conceção criativa dos recursos didáticos, promovendo a diferenciação pedagógica.</li></ol>			
<b>8. Adequação dos métodos e técnicas pedagógicas</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Inadequados face aos objetivos definidos e ao público-alvo.</li><li>2. Utilização adequada dos MTP aos objetivos definidos e ao público-alvo.</li><li>3. Utilização adequada dos MTP aos objetivos definidos ao público-alvo e à situação de aprendizagem.</li><li>4. Utilização pertinente e flexível dos MTP aos objetivos definidos, ao público-alvo e à situação de aprendizagem.</li><li>5. Idem 4, adaptando-as quer ao ritmo, quer ao estilo de aprendizagem, promovendo a diferenciação pedagógica.</li></ol>			
<b>9. Verificação dos resultados da aprendizagem</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não foram verificados.</li><li>2. Foram verificados no final da sessão.</li><li>3. Foram confirmados no final da sessão e por amostragem, perguntando se havia dúvidas sobre toda a sessão.</li><li>4. Foram confirmados no final da sessão por amostragem e corrigiu a confirmação feita, perguntando se havia dúvidas sobre toda a sessão.</li><li>5. Foi realizada em cada fase da sessão e confirmada individualmente.</li></ol>			
<b>10. Interação e motivação dos formandos</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não interagiu e não motivou.</li><li>2. Revelou alguma dificuldade de interação e de motivação.</li><li>3. Criou um clima agradável e conseguiu índices de motivação e atenção razoáveis.</li><li>4. Criou e evidenciou bom relacionamento e conseguiu bons índices de motivação e atenção.</li><li>5. Promoveu muito bom relacionamento e manteve índices de atenção e motivação relevantes.</li></ol>			
<b>11. Comportamento físico na interação com os formandos</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Voz baixa, gestos sem controlo e uso de gestos distrativos.</li><li>2. Comportamento físico dificulta a comunicação, com voz inteligível mas sem gestos desordenados.</li><li>3. Preocupação na conduta e procedimentos com os formandos mas apresenta maneirismos físicos do discurso.</li><li>4. Controlo constante do volume clareza da voz, dos seus movimentos e das suas intervenções.</li><li>5. Relacionamento positivo com o grupo, nivelando e promovendo a comunicação, adotando um comportamento físico adequado e significativamente apropriado.</li></ol>			
<b>12. Comunicação</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Usa um discurso por vezes pouco coerente com fraca diction e elementos gestuais pobres.</li><li>2. Usa um discurso coerente, com uma boa diction e boa linguagem gestual.</li><li>3. Além do 2, usa uma linguagem adequada ao público-alvo transmitindo a mensagem/conhecimento.</li><li>4. Além do 3, é expressivo, demonstra entusiasmo e dinamismo captando a atenção.</li><li>5. Idem 4, proporcionando e promovendo a troca de ideias, informações e experiências. Capta naturalmente a atenção dos formandos de forma oral, escrita, gestual ou outra.</li></ol>			
<b>13. Promoção e moderação da discussão</b>			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Não promove a participação e interação dos formandos na sessão.</li><li>2. Suscita e encoraja a participação dos formandos na sessão.</li><li>3. Promove a modera discussões de grupo adequadas às temáticas/sessão.</li><li>4. Modera discussões de grupo promovendo a interação pedagógica colocando questões que estimulem a discussão.</li><li>5. Idem 4, colocando questões que estimulem a discussão, intervenção e a criatividade dos formandos.</li></ol>			

ModDocRC 13

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

CURSO	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO	CPSPAR16
Ficha de Avaliação de Formadores dos Cursos da Formação Contínua		Página 2 de 2 páginas	

Fatores a avaliar	Graus				
	1	2	3	4	5
1- Estruturação da sessão					
2- Gestão do tempo					
3- Autoconfiança					
4- Criatividade pedagógica					
5- Domínio dos conteúdos					
6- Atividades desenvolvidas					
7- Recursos didáticos					
8- Adequação dos métodos e técnicas pedagógicas					
9- Verificação dos resultados da aprendizagem					
10- Interação e motivação dos formandos					
11- Comportamento físico na interação com os formandos					
12- Comunicação					
13- Promoção e moderação da discussão					
<b>Subtotal</b>					
<b>Total</b>					

Tabela de avaliação	
Desempenho do Formador	
Intervalo	Aferição Qualitativa
[1,0 – 3,0]	Rever Urgentemente
[3,1 – 3,5]	Rever e Melhorar
[3,6 – 3,9]	Bom
[4,0 – 4,5]	Qualidade
[4,6 – 5,0]	Excelência
<b>Nota:</b> O total é dividido pelo número de fatores a avaliar (arredondado às décimas).	

Juízo ampliativo:

O Avaliador

Conhecimento pelo avaliado da avaliação atribuída:

Data  
/ /  
O Avaliado

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>		
<b>Questionário de Fim de Módulo - Formando</b>		Página 1 de 2 páginas			
Módulo: _____					
Período do Módulo ministrado (datas) : _____					
Data do questionário: _____					
. Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala Gradativa, sendo que:					
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li><li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li><li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço;</li></ul>					
«SUGESTÕES/CRITICAS/INFORMÇÕES» se mostre insuficiente					
<ul style="list-style-type: none"><li>• Assinatura facultativa</li></ul>					
<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA</b>				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1. Programa Curricular – Conteúdos</b>					
Utilidade dos conteúdos					
<b>2. Funcionamento do Módulo</b>					
a. Progressos experimentados na aprendizagem					
b. Motivação e participação					
c. Trabalhos/exercícios/atividades					
d. Relacionamento entre participantes					
e. Instalações					
f. Meios audiovisuais					
g. Documentação					
h. Utilização dos suportes					
i. Apoio técnico- administrativo					

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>Questionário de Fim de Módulo - Formando</b>	Página 2 de 2 páginas

<b>3. Intervenção dos Docentes</b>				
a. Apoio prestado pelo coordenador e atuação dos formadores.				
b. Domínio do assunto				
c. Métodos relativamente aos objetivos				
d. Linguagem utilizada				
e. Relacionamento com os participantes				

<b>4. Sugestões/Críticas/Informações</b>				

NOME (facultativo): \_\_\_\_\_

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>																																																																																			
<b>Questionário de Fim de Módulo - Formador</b>	Página 1 de 3 páginas																																																																																			
Módulo: _____																																																																																				
Período do Módulo ministrado (data) : _____																																																																																				
Data do questionário: _____																																																																																				
. Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala Gradativa, sendo que:																																																																																				
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li><li>• Marcação com X do quadrado escolhido;</li><li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço;</li></ul>																																																																																				
«SUGESTÕES/CRITICAS/INFORMÇÕES» se mostre insuficiente																																																																																				
<table border="1"><thead><tr><th rowspan="2">INDICADORES</th><th colspan="5">ESCALA</th></tr><tr><th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th></tr></thead><tbody><tr><td colspan="6"><b>1. Adequabilidade dos Meios de Apoio à Formação</b></td></tr><tr><td>a. Publicações</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>b. Meios auxiliares</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>c. Apoios à formação</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>d. Apoios prestados pela direção do curso</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td colspan="6"><b>2. Adequabilidade dos Objetivos, Métodos, Tempos e Locais de Formação</b></td></tr><tr><td>a. Objetivos específicos</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>b. Métodos de ensino</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>c. Tempos atribuídos</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>d. Locais de formação</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td colspan="6"><b>3. Validade dos Procedimentos e Instrução de Avaliação</b></td></tr><tr><td>a. Momentos do lançamento da avaliação</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>		INDICADORES	ESCALA					1	2	3	4	5	<b>1. Adequabilidade dos Meios de Apoio à Formação</b>						a. Publicações						b. Meios auxiliares						c. Apoios à formação						d. Apoios prestados pela direção do curso						<b>2. Adequabilidade dos Objetivos, Métodos, Tempos e Locais de Formação</b>						a. Objetivos específicos						b. Métodos de ensino						c. Tempos atribuídos						d. Locais de formação						<b>3. Validade dos Procedimentos e Instrução de Avaliação</b>						a. Momentos do lançamento da avaliação					
INDICADORES	ESCALA																																																																																			
	1	2	3	4	5																																																																															
<b>1. Adequabilidade dos Meios de Apoio à Formação</b>																																																																																				
a. Publicações																																																																																				
b. Meios auxiliares																																																																																				
c. Apoios à formação																																																																																				
d. Apoios prestados pela direção do curso																																																																																				
<b>2. Adequabilidade dos Objetivos, Métodos, Tempos e Locais de Formação</b>																																																																																				
a. Objetivos específicos																																																																																				
b. Métodos de ensino																																																																																				
c. Tempos atribuídos																																																																																				
d. Locais de formação																																																																																				
<b>3. Validade dos Procedimentos e Instrução de Avaliação</b>																																																																																				
a. Momentos do lançamento da avaliação																																																																																				

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>Questionário de Fim de Módulo – Formador</b>		Página 2 de 3 páginas	
b. Tipo de avaliação			
c. Tempo atribuído			
d. A avaliação testa os objetivos de aprendizagem			
<b>4. Pontos fortes e fracos Detectados no Contacto com os Formandos</b>			
a. Adequação do conteúdo dos objetivos específicos			
b. Interesse dos alunos pelo conteúdo			
c. Pré conhecimento do conteúdo dos formandos			
d. Necessidade de haver pré conhecimento do conteúdo pelos formandos			
e. Relação entre os formandos			
<b>5. Conclusões</b>			
<b>S N</b>			
a. São necessários pré requisitos para frequentar este módulo			Se sim , referir em propostas quais
b. São necessários alterar objetivos específicos			Se sim, referir em propostas quais. (pontos chave do pgs)
c. Objetivos específicos contribuem para atingir o objetivo geral			Se não, referir em propostas alterações a efetuar
d. Objetivo geral contribui para atingir o objetivo final do curso			Se não, referir em propostas alterações a efetuar
e. Objetivo final do módulo está adequado a finalidade do curso			Se não, referir em propostas alterações a efetuar
f. A avaliação é adequada			Se não, referir em propostas alterações a efetuar
g. O referencial de curso necessita de ser reestruturado			Se sim, referir em propostas o que deve ser alterado

NÃO CLASSIFICADO



NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>				
<b>Questionário de Fim de Curso- Avaliação do grau de Satisfação do Formando</b> <span style="float: right;">Página 1 de 3 páginas</span>					
Data do questionário: _____					
. Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala Gradativa, sendo que:					
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li><li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li><li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço: «SUGESTÕES/CRITICAS/INFORMÇÕES» se mostre insuficiente</li><li>• Assinatura facultativa</li></ul>					
<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA</b>				
	1	2	3	4	5
<b>1.Programa do curso</b>					
a. Objetivo do curso					
b. Conteúdo do curso					
c. Utilidade dos temas/assuntos					
<b>2. Funcionamento do curso</b>					
a. Motivação e participação					
b. Trabalhos/exercícios/ atividades					
c. Relacionamento entre formadores					
d. Instalações					
e. Meios audiovisuais					
f. Documentação					
g. Utilização dos suportes					
h. Apoio técnico- administrativo					
<b>3. intervenção dos formadores</b>					
Apoio prestado pelo coordenador do curso					

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b> PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO		<b>CÓDIGO:</b> CPSPAR16																							
<b>Questionário de fim de curso – avaliação do grau de satisfação do formando</b>				Página 2 de 3 páginas																					
<b>4. Atuação dos formadores</b>																									
PARÂMETROS NOMES	DOMÍNIO DO ASSUNTO					MÉTODOS RELATIVAMENTE AOS OBJETIVOS					LINGUAGEM UTILIZADA					EMPENHAMENTO					RELAÇÃO COM OS PARTICIPANTES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
a																									
b																									
c																									
d																									
e																									
f																									
g																									
h																									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
NULO	PLENO					TOTALMENTE APROPRIADOS					FRACAMENTE ACESSÍVEL					PLENO					MUITO ABERTO				
	NÃO APROPRIADO					INACESSÍVEL					AUSENTE					NEGATIVO									
<b>5. Sugestões/Criticas</b>																									
a. Temas considerados mais importantes																									
b. Temas a desenvolver mais profundamente																									

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>Questionário de fim de curso – avaliação do grau de satisfação do Formando</b>	Página 3 de 3 páginas
c. Outros assuntos a incluir em ações deste tipo	
d. Aspetos mais positivos na ação	
e. Aspetos a melhorar	
f. Sugestões	
NOME (facultativo): _____	

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>		
<b>Questionário de Fim de Curso – Direção- Formadores</b>		Página 1 de 3 páginas			
Período do curso/ formação: _____					
Data do questionário: _____					
. Caso se verifique a ocorrência, pontue, utilizando a escala Gradativa, sendo que:					
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Corresponde ao patamar mais negativo e 5 ao item manifestante positivo (excelência);</li><li>• Marcação com <b>X</b> do quadrado escolhido;</li><li>• Utilização do verso do questionário, caso o espaço; «SUGESTÕES/CRITICAS/INFORMÇÕES» se mostre insuficiente</li><li>• Assinatura facultativa</li></ul>					
<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA</b>				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1. Programa do curso</b>					
a. Objetivo propostos p/ curso					
b. Conteúdo definido p/ curso					
c. Estruturação do conteúdo					
d. Utilidade prática do conteúdo					
e. Carga horária					
<b>2. Acompanhamento técnico – administrativo</b>					
a. Instalações					
b. Meios audiovisuais					
c. Documentação ao dispor					
d. Apoio administrativo					
e. Apoio prestado pelo coordenador					
<b>3. Intervenção dos formandos</b>					
a. Motivação dos formandos					
b. Relacionamento entre formandos					
c. Pontualidade e assiduidade					

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>		<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>	
<b>Questionário de Fim de Curso – Direção- Formadores</b>		Página 2 de 3 páginas	

<b>4. Intervenção dos formadores</b>																			
a. Conhecimento prévio das caridades do grupo																			
b. Trabalho de equipa com outros formadores																			
c. Relacionamento da linguagem																			
d. Necessidade de adequação de métodos/técnicas de instrução																			
e. Necessidade de adequação de material didático																			
f. Resultados alcançados																			
<b>5. Atuação dos formadores (este ponto é só aplicável ao nível da direção)</b>																			

NOMES	DOMÍNIO DO ASSUNTO					MÉTODOS RELATIVAMENTE AOS OBJETIVOS					LINGUAGEM UTILIZADA					EMPENHAMENTO					RELACIONAMENTO COM OS PARTICIPANTES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
a																									
b																									
c																									
d																									
e																									
f																									
g																									
h																									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
NULO	PLENO				TOTALMENTE APROPRIADOS	FRANCAMENTE ACESSÍVEL				PLENO	MUITO ABERTO														
	NÃO APROPRIADOS				INACESSÍVEL	AUSENTE				NEGATIVO															

NÃO CLASSIFICADO

CURSO:	PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	CÓDIGO:	CPSPAR16
Questionário de fim de curso – direção – formadores		Página 3 de 3 páginas	
<b>6. Propostas</b>			
a. Aspetos mais positivos			
b. Aspetos a melhorar			
c. Sugestões			
d. Observações			
e. Propostas			
NOME (facultativo): _____			

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO:</b> PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	<b>CÓDIGO:</b> CPSPAR16
<b>Questionário aos Ex-Formandos</b>	Página 1 de 2 páginas

**«PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO»**

Por favor responda às questões deste questionário da forma mais completa possível. Pode usar o verso do questionário para continuar as suas respostas caso o espaço seja insuficiente. Recorde que as suas respostas serão da maior confidencialidade e apenas serão observadas pelos Coordenadores dos Cursos em referência.

Os dados biográficos são necessários para complementar a fase da análise da informação.

Posto: \_\_\_\_\_ NIM: \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_ Arma/Serviço: \_\_\_\_\_  
(preenchimento facultativo)

Idade \_\_\_\_\_ Função/Cargo \_\_\_\_\_ Unidade \_\_\_\_\_

Curso nº \_\_\_\_\_ Datas \_\_\_\_\_ até \_\_\_\_\_

Está atualmente colocado no cargo/função para q qual o curso o formou? Sim / Não

(riscar o que não interessa)

---

1. Como considera que o curso o preparou?

(Esta questão é necessária para obter uma opinião geral sobre a perceção do curso pelos formandos. É um ponto de partida e permite a análise entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes diretos.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Qual a sua opinião relativamente à duração do curso? (assinale com uma cruz)

          muito longo       adequado       muito curto

3. Foi-lhe transmitido algum conhecimento no curso que não tenha aplicado nas suas funções? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas).

(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos, não aplicados no cargo. Faz-se a análise entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes imediatos)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

<b>CURSO:</b> PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO	<b>CÓDIGO:</b> CPSPAR16
<b>Questionário aos Ex-Formandos</b>	Página 2 de 2 páginas

4. Existem atividades no seu cargo, para as quais considera que o curso o devia ter preparado, sem que tal se tenha verificado? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas).

(Aqui, estamos a tentar identificar falhas na formação. Faz-se a triangulação entre os questionários dos docentes e dos Comandantes ou Chefes imediatos)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Foram-lhe facultados apontamentos / publicações durante o Curso?  
Resposta: Sim / Não (riscar o que não interessa). Se SIM, refira a sua utilidade após o curso

(Aqui, estamos a tentar verificar se o esforço, por vezes considerável, para elaborar e distribuir apontamentos abrangentes é válido.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Finalmente avalie a sua satisfação face à correspondência do conteúdo do curso com as necessidades no cargo. Assinale a sua resposta e, se desejar, faça um comentário no ponto seguinte.

Muito satisfeito      satisfeito      insatisfeito      muito insatisfeito

7. Comentários finais ou outros aspetos não abordados:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

DIA \_\_\_\_\_ Mês \_\_\_\_\_ ANO \_\_\_\_\_

Quando tiver respondido a todas as questões, por favor introduza o questionário no envelope em anexo e entregue-o na Secretaria da Unidade a fim de ser remetido à Entidade Formadora.

<b>CURSO:</b>	<b>PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO:</b>	<b>CPSPAR16</b>
<b>Questionário ao Comandante/Chefe Direto do ex-Formando no Cargo</b>		Página 1 de 2 páginas	

**«PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO»**

Por favor responda às questões deste questionário da forma mais completa possível. Pode usar o verso do questionário para continuar as suas respostas caso o espaço seja insuficiente. Recorde que as suas respostas serão da maior confidencialidade e apenas serão observadas pelos Coordenadores dos Cursos em referência.

Os dados biográficos são necessários para complementar a fase da análise da informação.

Posto: \_\_\_\_\_ NIM: \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_ Arma/Serviço: \_\_\_\_\_  
(a preencher pela Entidade da Estrutura Formativa do SIE)

Idade \_\_\_\_\_ Função/Cargo \_\_\_\_\_ Unidade \_\_\_\_\_ Tel \_\_\_\_\_ Ext \_\_\_\_\_

Curso nº \_\_\_\_\_ Datas \_\_\_\_\_ até \_\_\_\_\_

---

1. Até que ponto considera que o curso é eficaz no que respeita à correta formação dos formandos?

(Esta questão é necessária para obter uma opinião geral sobre a perceção do curso pelo Comandante ou Chefe direto. Efetua uma comparação entre a Questão 1 dos questionários dos formandos e formadores.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Que saber especializado tem sobre as matérias que foram ministradas no curso?

(Esta questão permite explorar o saber do Comandante ou Chefe imediato. Os resultados terão o seu peso de acordo com a experiência.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Considera que a duração do curso é, globalmente, adequada aos objetivos que procura atingir?

(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos, onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 3 dos questionários dos formandos e formadores.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NÃO CLASSIFICADO

<b>CURSO: PRIMEIROS SOCORROS PARA PROFISSÕES DE ALTO RISCO</b>	<b>CÓDIGO: CPSPAR16</b>
<b>Questionário ao Comandante/Chefe Direto do ex-Formando no Cargo</b>	
Página 2 de 2 páginas	
<p>4. Existem unidades curriculares do curso para as quais considera que os formandos/formadores deveriam ter sido preparados e não o foram? Se sim, por favor explique (se conseguir, pormenorizar em tarefas.)</p> <p>(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 4 dos questionários dos formandos e formadores.)</p> <hr/> <hr/> <hr/>	
<p>5. Foi transmitido algum conhecimento no curso que considera errado? Ase sim, por favor explique</p> <p>(Aqui, estamos a tentar identificar conteúdos onde poderá ser possível poupar tempo ou esforço. Faz a comparação entre a Questão 5 dos questionários dos formandos e formadores.)</p> <hr/> <hr/> <hr/>	
<p>6. Que benefícios OBJETIVOS verificou nos formandos que completaram o curso? Qual é o seu entendimento relativamente à utilidade do curso?</p> <p>(Esta questão destina-se a "avaliar" o curso no opinião do Comandante ou Chefe direto, tentando esboçar aos seus benefícios finais. Se não forem apontados quaisquer benefícios, é porque existe um problema.)</p> <hr/> <hr/> <hr/>	
<p>7. Comentários finais ou outros aspetos não abordados:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	
DIA _____ Mês _____ ANO _____	
Quando tiver respondido a todas as questões, por favor introduza o questionário no envelope em anexo e entregue-o na Secretaria da Unidade a fim de ser remetido à Entidade Formadora.	

NÃO CLASSIFICADO

## **Anexo 18**

**Portaria n.º 44/2022 de 20 de janeiro – Estrutura modular do  
Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima**



## DEFESA NACIONAL

### Portaria n.º 44/2022

de 20 de janeiro

*Sumário:* Altera o Regulamento Escolar do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima.

Face às características de especialidade material e funcional da Polícia Marítima (PM), como força policial que detém competência no âmbito do exercício da autoridade marítima, e do quadro de atribuições dos órgãos da Autoridade Marítima Nacional (AMN), o qual pressupõe o exercício de funções de vigilância, fiscalização e de polícia em águas sob soberania e jurisdição nacional e demais espaços fluviais sob jurisdição da AMN, bem como em espaços dominiais, balneares e nas áreas portuárias, assume particular importância o modelo formativo específico dos profissionais desta polícia, como consta da atual estrutura curricular vigente há cinco anos, e que tem constituído a base da sua formação multidisciplinar.

Considerando as especificidades funcionais da PM e o espaço onde predominantemente atua, para o qual deve estar primordialmente vocacionada, torna-se necessário que a formação inicial dos agentes contemple uma aprofundada vertente marítima, não apenas no sentido de os habilitar tecnicamente para a atividade operacional no mar, mas, também, visando inculcar a imprescindível adaptação a este meio e uma cultura identitária própria da instituição.

Neste contexto, impõe-se alterar a estrutura curricular do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima (CFAPM), aprovado pela Portaria n.º 251/2016, de 16 de setembro, introduzindo ajustamentos à respetiva estrutura curricular, como sejam novos conteúdos programáticos sistematizados por áreas, designadamente no que diz respeito à igualdade de género, higiene e segurança no trabalho, ordenamento e fiscalização do domínio público marítimo, entre outras matérias, bem como readaptar a carga horária que o curso atualmente tem.

O reajustamento horário curricular ora estabelecido, que permitirá uma integração dos agentes em período inferior àquele que se verifica atualmente, resulta da readaptação do processo formativo que se entende como mais adequado nesta fase inicial da carreira da PM, sendo que se desenvolverão os estudos necessários para ampliar a oferta de formação em níveis mais avançados, como sejam nas categorias superiores desta carreira policial, sejam aferidos e definidos os ajustamentos necessários a uma maior sustentabilidade programática, em termos de formação graduada.

Esta adequação da duração da formação, sob proposta do comandante-geral da Polícia Marítima, resulta da avaliação da experiência de cinco anos, da atual Portaria n.º 251/2016, de 16 de setembro, e ocorre previamente ao início de novo curso para 25 agentes.

Assim, ao abrigo do disposto no n.º 1 do artigo 19.º do Estatuto da Escola de Autoridade Marítima, aprovado pelo Decreto Regulamentar n.º 3/99, de 29 de março, manda o Governo, pelo Secretário de Estado Adjunto e da Defesa Nacional, o seguinte:

#### Artigo 1.º

##### Objeto

O artigo 4.º do Regulamento Escolar do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima, aprovado pela Portaria n.º 251/2016, de 16 de setembro, passa a ter a seguinte redação:

#### «Artigo 4.º

##### Duração

- 1 — O CFAPM tem uma duração de 1413 horas.
- 2 — [...]
- 3 — Após a conclusão do CFAPM, realiza-se o período do Estágio de Formação para agente da PM, de dois meses, num comando local, o qual é regulado por despacho do membro do Go-



verno responsável pela área da defesa nacional, sem prejuízo do disposto no n.º 3 do artigo 7.º e no n.º 3 do artigo 8.º»

#### Artigo 2.º

##### Estrutura curricular

A estrutura curricular referida no n.º 1 do artigo 10.º do Regulamento Escolar do Curso de Formação de Agentes da Polícia Marítima, aprovado pela Portaria n.º 251/2016, de 16 de setembro, é aprovada em anexo à presente portaria, o qual altera e substitui o apêndice I do referido Regulamento Escolar.

#### Artigo 3.º

##### Grupo de Trabalho para a Formação da Polícia Marítima

Por despacho do membro do Governo responsável pela área da defesa nacional será criado um grupo de trabalho para desenvolver estudos e metodologias de ensino com vista a instituir uma formação graduada específica que seja adequada para as categorias superiores na carreira da Polícia Marítima.

#### Artigo 4.º

##### Entrada em vigor

A presente portaria entra em vigor no dia seguinte à data da sua publicação.

O Secretário de Estado Adjunto e da Defesa Nacional, *Jorge Filipe Teixeira Seguro Sanches*, em 14 de janeiro de 2022.

#### ANEXO

##### Estrutura curricular do CFAPM

Disciplinas e módulos de formação	Carga horária
<b>Formação geral:</b>	
Inglês .....	20
Estatuto e regulamentos da PM .....	20
Informática e sistemas de informação policiais .....	50
Deontologia e ética profissional .....	20
Higiene e segurança no trabalho .....	30
Socorrismo .....	12
Ordem unida .....	25
	<b>177</b>
<b>Formação técnico-profissional:</b>	
<b>Área jurídica:</b>	
Teoria geral do Direito .....	25
Direito Penal .....	25
Direito Processual Penal .....	30
Introdução à investigação e direito probatório .....	25
Direito das Contraordenações .....	25
Direito do Mar .....	15
Direito Marítimo .....	15
Código do Procedimento Administrativo .....	15
	<b>175</b>



Disciplinas e módulos de formação	Carga horária
<b>Área técnica específica:</b>	
Interpretação e redação .....	20
Autos e organização processual .....	20
Regulamento Geral das Capitánias .....	15
Regime jurídico da atividade profissional da pesca .....	80
Regime jurídico da atividade profissional do marítimo .....	15
Regimes da náutica de recreio, das atividades marítimo-turísticas e da pesca lúdica .....	26
Regulamento do mergulho profissional .....	10
Regime legal da assistência a banhistas .....	10
Regime legal do domínio público hídrico e do DPM .....	24
Poluição do mar, Plano Mar Limpo e regime contraordenacional .....	15
Defesa pessoal .....	50
Armas menos letais e procedimentos tático-policiais .....	100
Armas letais .....	80
Reconhecimento e identificação de engenhos explosivos .....	60
	525
<b>Área de marinharia e navegação:</b>	
Adaptação ao meio marinho .....	72
Marinharia/navegação .....	180
Governo de embarcações da AM .....	150
	402
<b>Formação complementar:</b>	
Educação física .....	50
Atividades extracurriculares .....	84
	134
<i>Total</i> .....	1 413

114904692

## **Anexo 19**

**Despacho n.º 03/2016 de 15 de fevereiro do ISN – Referenciais  
de Formação**



S. R.

**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
AUTORIDADE MARÍTIMA NACIONAL  
INSTITUTO DE SOCORROS A NÁUFRAGOS**

**Despacho n.º 03 /2016**

Na sequência do estatuído no n.º 2 do artigo 30.º da Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, compete ao ISN definir os objetivos específicos e conteúdos programáticos a constar dos planos curriculares dos cursos e restante documentação de curso, importando pois, dar cumprimento àquele preceito legal.

Assim, nos termos do estatuído no n.º 2 do artigo 30.º da Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, e ouvida a Comissão Técnica para a Segurança Aquática, determino o seguinte:

1. São aprovados os Referenciais de Formação dos cursos de nadador-salvador e módulos adicionais em anexo ao presente despacho.
2. Publique-se o presente despacho na Ordem de Serviço do ISN e remeta-se para publicação na página oficial da internet da Autoridade Marítima Nacional e em Diário da República.
3. O presente despacho e os respetivos Referenciais de Formação entram em vigor no dia seguinte à data da assinatura.

Caxias, 15 de fevereiro de 2016

O Diretor do Instituto de Socorros a Náufragos

**Paulo Tomás de Sousa Costa**  
Capitão-de-mar-e-guerra

Instituto de Socorros a Náufragos



# **R** eferenciais de formação

Cursos de Nadador-Salvador e Módulos adicionais

**2016**

## Índice

1. Introdução .....	4
2. Curso de Nadador-Salvador.....	4
3. Curso de Nadador-Salvador Coordenador .....	14
4. Curso de Nadador-Salvador Formador.....	22
5. Módulo adicional ao Curso de Nadador-Salvador de Operação de viaturas 4x4 ( <i>pick up</i> ) .....	31
6. Módulo Adicional ao Curso de Nadador-Salvador de condução de motos 4x4.....	35
7. Módulo adicional ao Curso de Nadador-Salvador de operação de motos de salvamento marítimo.....	38
8. Módulo Adicional ao Curso de Nadador-Salvador de governo de embarcações de pequeno porte.....	41

## 1. Introdução

No âmbito da Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, é da responsabilidade do Instituto de Socorros a Náufragos (ISN), a definição dos objetivos específicos e conteúdos programáticos, a constar dos planos curriculares dos cursos e restante documentação de curso, ouvida a Comissão Técnica para a Segurança Aquática e autenticada por Despacho do Diretor do ISN.

Os referenciais de formação dos cursos de nadador-salvador e módulos adicionais visam a aquisição de um conjunto de conhecimentos e competências profissionais que permita o exercício da atividade profissional numa das categorias de nadador-salvador (nadador salvador, coordenador nadador-salvador e formador nadador-salvador), assim como o complemento da formação através dos módulos adicionais.

## 2. Curso de Nadador-Salvador

### 2.1 Condições gerais de admissão

Constituem requisitos gerais de admissão para o curso de nadador-salvador profissional:

- a) Ser maior de idade na data das provas de admissão;
- b) Apresentar atestado médico comprovativo da robustez física e perfil psíquico para o exercício da atividade de nadador-salvador;
- c) Possuir escolaridade mínima obrigatória;
- d) Apresentar documento que ateste as atividades profissionais desenvolvidas e outros elementos relevantes para a avaliação da sua capacidade para a frequência do curso a que se candidatam;
- e) Ter domínio da língua portuguesa e conhecimentos de língua inglesa.

### 2.2 Condições específicas de admissão

O ingresso na categoria de nadador-salvador implica ser aprovado no exame de admissão ao curso que habilita ao ingresso nesta categoria, do qual devem constar as seguintes provas:

- a) Nadar 100 metros livres, exceto decúbito dorsal, no tempo máximo de 1 minuto e 50 segundos;
- b) Natação subaquática durante o tempo mínimo de 20 segundos;
- c) Nadar 25 metros em decúbito dorsal, no tempo máximo de 1 minuto e 50 segundos;
- d) Apanhar dois objetos a uma profundidade mínima de 2 metros;
- e) Percorrer uma distância de 2400 metros em terreno sensivelmente plano num tempo máximo de 14 minutos.

## 2.3 Perfil de saída

### 2.3.1 Descrição geral

O Nadador-Salvador é o profissional que exerce a atividade de salvamento em meio-aquático, onde se incluem as praias, as piscinas e outros locais onde ocorram práticas aquáticas, utilizando os meios, procedimentos e técnicas adequados. Este profissional possui, igualmente, competências para o exercício de atividades relacionadas com informação, prevenção, socorrismo e suporte básico de vida, em qualquer circunstância, no âmbito do salvamento aquático.

### 2.3.2 Atividades principais

- Identificar tipos, características e utilização dos diferentes equipamentos de salvamento aquático.
- Utilizar técnicas de operação de sistemas de comunicação.
- Utilizar técnicas de salvamento aquático.
- Aplicar técnicas de suporte básico de vida adaptado ao meio aquático.
- Utilizar técnicas de salvamento aquático em zonas de água doce.
- Utilizar as técnicas específicas de salvamento aquático para salvamento em piscinas e recintos aquáticos.
- Utilizar as técnicas de simulação de acidentes em ações de prevenção.
- Quando habilitado para o efeito, utilizar em contexto de assistência a banhistas os meios complementares adstritos à segurança balnear.
- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos utilizadores e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.

## 2.4 Organização do referencial de formação

UFCD / Módulo	Duração (H)
1 – Enquadramento Histórico, Legal e Cívico do nadador-salvador	18
2 – Morfologia e Material de Praias	10
3 – Classificação, Riscos e Dispositivos de segurança em Piscinas	10
4 – Abordagem geral de noções básicas de primeiros socorros	25
5 – Primeiros Socorros específicos do salvamento no meio aquático	12
6 – Técnicas de resgate aplicáveis ao salvamento no meio aquático	50
7 – Treino da Condição Física	25
<b>Total</b>	<b>150</b>

## 2.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na área do salvamento aquático para desempenharem funções como nadador-salvador.

## 2.6 Objetivos específicos e conteúdos programáticos

### 2.6.1 Enquadramento Histórico, Legal e Cívico do nadador-salvador

#### 2.6.1.1 Enquadramento Histórico

##### Objetivos

- Caracterizar a história do Instituto de Socorros a Náufragos (ISN) e do salvamento aquático em Portugal.

##### Conteúdos

- Enquadramento histórico do ISN.
- A evolução histórica da assistência a banhistas.

#### 2.6.1.2 Enquadramento legal

##### Objetivos

- Identificar os objetivos e a responsabilidade do ISN na sociedade civil.
- Caracterizar o enquadramento legal do ISN.
- Identificar os direitos e os deveres do nadador-salvador.

- Identificar os materiais e uniformes do nadador-salvador.
- Caracterizar a sinalética em vigor.
- Identificar as regras de abordagem perante um banhista.
- Caracterizar os principais aspetos da conduta profissional.

#### Conteúdos

- Legislação em vigor que defina:
  - As competências do ISN;
  - O regime jurídico aplicável ao nadador-salvador;
  - A atividade profissional do nadador-salvador;
  - Os uniformes do nadador-salvador;
  - Os equipamentos e materiais a serem utilizados pelos nadadores-salvadores;
  - A sinalética;
  - O regime sancionatório aplicável ao nadador-salvador;
  - Regras de abordagem perante um banhista;
  - Regulamento e normas de conduta de nadador-salvador;
  - Conduta profissional.

### 2.6.1.3 Enquadramento Cívico

#### Objetivos

- Caracterizar a sinalética de aviso e de perigo.
- Identificar os principais problemas ambientais.
- Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente.
- Explicar os conceitos relacionados com segurança, higiene e saúde no trabalho.
- Identificar a importância da segurança, higiene e saúde no trabalho.
- Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção adequadas.

#### Conteúdos

- Conselhos aos banhistas.
- Perigos ambientais.
- Principais problemas ambientais associados à profissão do nadador-salvador.
- Promoção de boas práticas para o meio ambiente.
- Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho (HSST):
  - A importância da HSST para o nadador-salvador;
  - Perigos e riscos para o nadador-salvador.
- Saúde ocupacional:
  - Melhorar aspetos da saúde do nadador-salvador;
  - Aspetos específicos para melhorar a condição física.

## 2.6.2 Morfologia e Material de Praias

### Objetivos

- Caracterizar praias marítimas, fluviais e lacustres.
- Identificar os fatores que influenciam as ondas, as marés e as correntes.
- Caracterizar o que são concessões de praia.
- Identificar o material que constitui o posto de praia.
- Caracterizar os meios de salvamento.
- Caracterizar o que são planos integrados.

### Conteúdos

- Praias.
- Definição.
- Praias marítimas:
  - Tipos de ondas;
  - Correntes;
  - Marés.
- Praias fluviais:
  - Perigos ambientais.
- Material e equipamentos de assistência a banhistas.
- Planos Integrados:
  - Plano Integrado de Assistência a Banhistas (PIAB);
  - Plano Integrado de Salvamento (PIS);
  - Dispositivo de Segurança.

## 2.6.3 Classificação, Riscos e Dispositivos de segurança em Piscinas

### Objetivos

- Caracterizar a classificação das piscinas.
- Caracterizar os materiais, equipamentos e os meios de assistência a banhistas.
- Identificar os perigos e riscos associados às piscinas.
- Identificar comportamentos de risco.
- Identificar as regras de segurança.
- Caracterizar o que são planos integrados.
- Aplicar os sistemas de observação e vigilância.

### Conteúdos

- Piscinas.
- Definição.
- Classificação e tipologia.
- Perigos e riscos:
  - Ambientais;
  - Humanos.
- Material e equipamentos de assistência a banhistas.
- Plano Integrado:
  - Dispositivo de Segurança (DS).

- Sistemas de vigilância.
- Sistemas de observação.
- Sinalética.

#### 2.6.4 Abordagem geral de noções básicas de primeiros socorros

##### Objetivos

- Descrever o que é o Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM) e quais os seus intervenientes.
- Descrever como ativar o sistema de emergência médica utilizando o número europeu de socorro «112».
- Identificar o conceito de cadeia de sobrevivência e os respetivos elos.
- Explicar a importância da cadeia de sobrevivência e qual o princípio subjacente a cada elo.
- Reconhecer os riscos potenciais do reanimador.
- Identificar as medidas a adotar para garantir a segurança do reanimador e da vítima.
- Identificar as medidas universais de proteção e reconhecer a sua importância.
- Explicar o conceito de Suporte Básico de Vida (SBV) de acordo com o algoritmo vigente.
- Explicar o conceito de avaliação inicial, via aérea, respiração e circulação.
- Aplicar a sequência de procedimentos que permitam executar o SBV de acordo com o algoritmo vigente.
- Identificar os problemas associados à execução de manobras de SBV.
- Identificar quando e como colocar uma vítima em posição lateral de segurança.
- Identificar as contraindicações para a posição lateral de segurança.
- Identificar as situações de obstrução parcial e total da via aérea.
- Identificar as causas e os tipos de obstrução da via aérea.
- Aplicar a sequência de atuação perante uma vítima com obstrução da via aérea.
- Identificar situações de perigo através da execução do exame da vítima.
- Identificar as emergências médicas mais frequentes.
- Identificar os principais sinais e sintomas característicos das emergências médicas.
- Aplicar os primeiros socorros adequados a cada emergência médica.
- Identificar os vários tipos de hemorragias.
- Identificar os sinais e sintomas mais comuns das hemorragias.
- Listar e descrever os vários métodos de controlo de hemorragias.
- Controlar uma hemorragia através dos métodos de controlo.
- Identificar os tipos de feridas mais comuns.
- Tratar uma ferida utilizando pensos e ligaduras.
- Identificar os tipos de queimaduras mais comuns.
- Tratar provisoriamente uma queimadura.
- Identificar os traumatismos mais comuns nos membros.
- Reconhecer o que fazer e não fazer nestes casos.
- Identificar as situações específicas que requerem a intervenção do profissional de saúde.
- Explicar que as tarefas que se integram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde terão de ser sempre executadas com orientação e supervisão de um profissional de saúde.
- Identificar as tarefas que têm de ser executadas sob supervisão direta do profissional de saúde e aquelas que podem ser executadas sozinho.

**Conteúdos**

- O Sistema Integrado de Emergência Médica – SIEM:
  - Componentes, intervenientes e forma de funcionamento;
  - Número europeu de socorro 112.
- Cadeia de sobrevivência:
  - Conceito e importância;
  - Elos e princípios subjacentes.
- Riscos para o Reanimador:
  - Riscos para o reanimador e para a vítima;
  - Condições de segurança e medidas de proteção universais.
- Manobras de Suporte Básico de Vida:
  - Conceito de acordo com o algoritmo vigente;
  - Procedimentos e sequência;
  - Insuflações e compressões torácicas;
  - Problemas associados.
- Posição Lateral de Segurança:
  - Como e quando a sua utilização.
- Obstrução da via aérea:
  - Situações de obstrução parcial e total;
  - Tipos e causas de obstrução.
- Exame à vítima:
  - Estado de consciência da vítima e permeabilidade da via aérea;
  - Características da respiração, pulso e pele.
- As emergências médicas mais frequentes:
  - Principais sinais e sintomas.
  - Principais cuidados a prestar:
    - Problemas cardíacos;
    - Problemas respiratórios;
    - Acidente vascular cerebral;
    - Diabetes;
    - Crises convulsivas;
    - Situações de intoxicação.
- Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de auxiliar de saúde
- Principais tipos de traumatismos:
  - Traumatismos de tecidos moles (feridas e hemorragias);
  - Queimaduras;
  - Traumatismos dos membros;
  - Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de auxiliar de saúde.
- Tarefas que, em relação a esta temática, se encontram no âmbito de intervenção do TAS.
- Tarefas que, sob orientação de um profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão direta.
- Tarefas que, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde, pode executar sem apoio.

### 2.6.5 Primeiros socorros específicos do salvamento no meio aquático

#### Objetivos

- Identificar o conceito de cadeia de sobrevivência aplicada ao afogamento.
- Identificar os elos da cadeia de sobrevivência aplicado ao afogamento.
- Explicar a importância da cadeia de sobrevivência e qual o princípio subjacente a cada elo.
- Caracterizar os riscos potenciais do reanimador.
- Identificar as medidas a adotar para garantir a segurança do reanimador e do naufrago.
- Explicar o conceito de SBV aplicado ao afogamento, de acordo com o algoritmo vigente.
- Identificar os problemas associados à execução de manobras de SBV no meio aquático.
- Identificar os métodos para administrar oxigênio.
- Identificar os equipamentos para a administração de oxigênio.
- Identificar os débitos de oxigênio referentes a cada caso.
- Identificar os cuidados a ter na administração de oxigênio.
- Aplicar técnicas de administração de oxigênio.

#### Conteúdos

- Cadeia de sobrevivência:
  - Conceito e importância;
  - Elos e princípios subjacentes.
- Riscos para o Reanimador:
  - Riscos para o reanimador e para o naufrago;
  - Condições de segurança e medidas de proteção universais.
- Manobras de Suporte Básico de Vida aplicado ao afogamento:
  - Conceito de acordo com o algorítmico vigente;
  - Procedimentos e sequência;
  - Insuflações e compressões torácicas;
  - Problemas associados.
- Oxigenoterapia:
  - Conceito e importância;
  - Métodos para administrar oxigênio;
  - Equipamentos para a administração de oxigênio;
  - Cuidados a ter na administração do oxigênio.

### 2.6.6 Técnicas de resgate aplicáveis ao salvamento no meio aquático

#### Objetivos

- Caracterizar as fases do salvamento.
- Identificar os tipos de naufragos.
- Aplicar técnicas de triagem de naufragos.
- Aplicar as técnicas de entrada na água em piscina.
- Aplicar as técnicas de salvamento com e sem meios.
- Aplicar o algoritmo de salvamento aquático.
- Aplicar técnicas de libertação do naufrago.
- Aplicar técnicas de evacuação do naufrago da água na praia e em piscina.
- Identificar sinalética entre nadadores-salvadores.

**Conteúdos**

- Fases do salvamento (algoritmo do salvamento):
  - Reconhecimento;
  - Planeamento;
  - Ação.
- Tipos de náufragos:
  - Naufrago consciente cansado;
  - Naufrago consciente em pânico;
  - Naufrago aparentemente inconsciente.
- Triagem de náufragos.
- Técnicas de entrada na água:
  - Em deslize;
  - Corrida e nado;
  - Salto na passada;
  - Mergulho.
- Técnicas de aproximação ao naufrago.
- Técnicas de salvamento com meios:
  - Boia circular;
  - Boia torpedo;
  - Cinto de salvamento;
  - Vara de salvamento;
  - Carretel;
  - Prancha de salvamento.
- Técnicas de salvamento sem meios:
  - Reboque convencional;
  - Reboque pelos maxilares;
  - Reboque pelas axilas;
  - Reboque com braços em V;
  - Reboque cruzado.
- Técnicas de libertação:
  - Estrangulamento de frente;
  - Estrangulamento de costas;
  - Prisão das mãos;
  - Gravata de frente;
  - Abraço de costas com prisão dos braços;
  - Prisão de dois pés.
- Aplicar técnicas de evacuação do naufrago na água:
  - Praia:
    - Marcha com assistência ao naufrago;
    - Arrasto;
    - «À bombeiro»;
    - A dois.
  - Piscina:
    - Declive suave;
    - Declive acentuado;
    - Sinalética entre nadadores-salvadores.

### 2.6.7 Treino da Condição Física

#### Objetivos

- Executar técnicas de natação.
- Executar técnicas de corrida.

#### Conteúdos

- Natação.
- Aperfeiçoamento das técnicas:
  - *Crawl*;
  - Bruços;
  - Costas;
  - Mariposa;
  - Natação de salvamento.
- Treino de velocidade e resistência.
- Corrida.
- Aperfeiçoamento da técnica de corrida.
- Treino de velocidade e resistência.

### 2.7 Modalidade

Presencial.

### 2.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos/UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do Exame Específico de Aptidão Técnica (EEAT) da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do curso de nadador-salvador.

O EEAT para o curso de nadador-salvador pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%.

O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o curso de nadador-salvador é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

### **3. Curso de Nadador-Salvador Coordenador**

#### **3.1 Condições gerais de admissão**

Constituem requisitos gerais de admissão para o curso de nadador-salvador coordenador:

- a) Curso de nadador-salvador;
- b) Mínimo de 2000 horas de exercício da profissão na categoria de nadador-salvador, das quais 1000 horas são obrigatoriamente prestadas no exercício da atividade numa praia marítima e devidamente comprovadas pela entidade contratante.

#### **3.2 Condições específicas de admissão**

De acordo com o disposto na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, não estão previstas condições específicas de admissão ao curso de nadador-salvador coordenador.

### **3.3 Perfil de saída**

#### **3.3.1 Descrição geral**

O Nadador-Salvador Coordenador é o profissional que exerce funções de vigilância, salvamento aquático, socorros a náufragos e assistência a banhistas, e apto a coordenar e desenvolver planos

integrados de assistência a banhistas, de acordo com os meios, os procedimentos e as técnicas adequadas.

### 3.3.2 Atividades principais

- Promover e desenvolver planos integrados de assistência a banhistas.
- Coordenar e supervisionar a implementação dos sistemas integrados de assistência a banhistas.
- Colaborar com o ISN e agentes de autoridade ou com outras entidades habilitadas em matéria de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.
- Verificar e ajustar o equipamento a utilizar, assegurando-se do seu adequado funcionamento e estado de conservação.
- Utilizar as técnicas de operação de sistemas de comunicação.
- Desenvolver ações de treino e ajustamento nos dispositivos integrados de assistência a banhistas.
- Quando habilitado para o efeito, utilizar em contexto de coordenação de assistência a banhistas os meios complementares adstritos à segurança balnear.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos utilizadores e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.

### 3.4 Organização do referencial de formação

UFCD / Módulo	Duração (H)
1 – Comunicação interpessoal e assertividade	25
2 – Gestão de equipas	25
3 – Gestão do <i>stress</i> e gestão de conflitos	25
4 – Coordenação em praias e piscinas	25
5 – Noções Avançadas de Primeiros Socorros	25
6 – Suporte Básico de Vida (SBV) adaptado ao meio aquático	12
<b>Total</b>	<b>137</b>

### 3.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na área da coordenação em praias e piscinas.

### 3.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

#### 3.6.1 Comunicação interpessoal e assertividade

**Objetivos**

- Identificar e distinguir os elementos básicos do processo comunicacional.
- Identificar fatores determinantes para a eficácia no processo de comunicação.
- Identificar e desenvolver estilos de comportamentos assertivos.

**Conteúdos**

- Comunicação interpessoal:
  - Elementos básicos do processo comunicacional;
  - Determinantes da comunicação eficaz;
  - Estilos comunicacionais;
  - A comunicação como objeto de dinamização de uma equipa de trabalho.
- Estilos de comportamento e comportamento assertivo:
  - Estilos típicos de comportamento;
  - Dimensões do comportamento assertivos;
  - Componente emocional da assertividade;
  - Desenvolvimento da assertividade.

**3.6.2 Gestão de equipas****Objetivos**

- Organizar e gerir equipa de trabalho.
- Comunicação na liderança de equipas de trabalho.
- Identificar o sucesso do trabalho em equipas realçando vantagens e dinâmicas subjacentes.
- Reconhecer as especificidades e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa.

**Conteúdos**

- Organização do trabalho em equipa.
- Comunicar eficazmente com a equipa.
- Gestão orientada para os resultados e para as pessoas.
- Técnicas de motivação e dinamização da equipa.
- Gestão de conflitos.
- Orientação da equipa para a mudança.
- Liderança:
  - Liderança de equipas: fenómenos e dinâmicas próprias, desafios e problemas específicos;
  - Diferentes preferências pessoais e o seu impacto em funções de liderança.
  - Diferentes estilos de liderança;
  - Competências necessárias à coordenação de equipas;
  - Estratégias de mobilização da equipa para um desempenho de excelência;
  - Gestão de situações problemáticas na equipa.
- Trabalhos em equipa:
  - Trabalho em equipa: implicações e especificidades;
  - Excelência no trabalho em equipa;
  - Diferenças interpessoais e o seu impacto no trabalho em equipa;
  - Mobilização de recursos pessoais em função da equipa;
  - Como ultrapassar impasses e obstáculos no trabalho em equipa.

### 3.6.3 Gestão do stress e gestão de conflitos

#### Objetivos

- Desenvolver mecanismos de identificação de potenciais causas de *stress* no local de trabalho.
- Identificar e avaliar o grau de vulnerabilidade ao *stress*.
- Elaborar um plano individual de mudança para uma melhor gestão do *stress*.
- Desenvolver mecanismos de resposta flexíveis e criativos face a situações difíceis.
- Identificar meios de atuação assertiva perante situações de conflito, assim como potenciar nos outros comportamentos construtivos.

#### Conteúdos

- Gestão de *stress*:
  - *Stress* – conceito e modelo explicativo;
  - Causas e fatores primários de *stress* no trabalho;
  - Avaliação individual do grau de *stress*;
  - Fases do *stress*;
  - Formas individuais de lidar com o *stress*;
  - Fatores de risco;
  - Procrastinação;
  - Tomada de decisões;
  - Estilo de vida;
  - Como implementar a mudança;
  - Análise da situação;
  - Gestão do tempo;
  - Assertividade;
  - Técnicas de relaxamento e meditação;
  - Delegação.
- Grupos e liderança:
  - Equipas de trabalho;
  - Estruturação e desenvolvimento das equipas;
  - Coordenação e complementaridade das práticas de cada equipa;
  - Aparecimento do líder e o seu relacionamento com o grupo;
  - Perfis de liderança.
- Comunicação nas equipas de trabalho:
  - Estilos comunicacionais;
  - Comunicação como objeto de dinamização de uma equipa de trabalho;
  - Comunicação assertiva na resolução de conflitos na equipa;
  - Comunicação com assertividade na liderança;
  - Organização do trabalho de equipa;
  - Avaliação da equipa.

### 3.6.4 Coordenação em Praias e Piscinas

#### Objetivos

- Identificar os diplomas jurídicos relacionados com a atividade profissional do nadador-salvador.
- Analisar a morfologia da praia, condições meteorológicas e condições marítimas.
- Desenvolver mecanismo para saber fazer uma análise de risco.
- Comunicar com os nadadores-salvadores e as autoridades.
- Distinguir diferentes fases do ciclo da gestão da emergência.
- Interpretar as situações de alerta.
- Aplicar o sistema de operação de gestão de operações.
- Elaborar um plano integrado.
- Desenvolver os conhecimentos básicos na área do treino desportivo.

#### Conteúdos

- Legislação:
  - Lei que regulamenta a atividade de nadador-salvador.
  - Portaria que regulamenta a atividade de nadador-salvador;
  - Portaria que regulamenta os uniformes;
  - Regime contraordenacional da atividade profissional do nadador-salvador;
  - Conceito de espaços jurisdicionais.
- Análise das condições meteorológicas e marítimas:
  - Análise morfológica das praias;
  - Análise das condições meteorológicas;
  - Análise das condições marítimas;
  - Análise de risco em praias e piscinas.
- Gestão da emergência:
  - Fases da gestão da emergência (prevenção, preparação, resposta, reabilitação);
  - Critérios para definição de áreas sensíveis;
  - Controlo de situações de emergência;
  - Gestão da informação e tomada de decisão;
  - Situações de alerta.
- Planos integrados:
  - Definição de plano integrado de assistência a banhistas, plano integrado de salvamento e dispositivo de segurança;
  - Critérios de elaboração de um plano integrado.
- Metodologia do treino:
  - Importância do treino para a profissão de nadador-salvador;
  - Princípios do treino;
  - Desenvolvimento das principais capacidades motoras.
- Registo de dados:
  - Importância do preenchimento do relatório de salvamento;
  - Preenchimento do relatório de salvamento para praias e piscinas.

### 3.6.5 Noções Avançadas de Primeiros Socorros

#### Objetivos

- Caracterizar o funcionamento do Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM).
- Caracterizar os princípios básicos de anatomia e fisiologia do corpo humano.

- Executar passos do exame da vítima.
- Administrar cuidados adequados a cada situação do foro médico.
- Identificar os principais sinais e sintomas em situações de trauma.
- Administrar os cuidados adequados a cada situação de trauma.
- Executar técnicas de trauma.
- Identificar os equipamentos para a administração de oxigénio.
- Identificar os débitos de oxigénio referentes a cada caso.
- Identificar os cuidados a ter na administração de oxigénio.
- Aplicar técnicas de administração de oxigénio.

#### Conteúdos

- Sistema Integrado de Emergência Médica:
  - Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM);
  - Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM);
  - Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU);
  - Meios de Emergência Médica.
- Anatomia e fisiologia do corpo humano:
  - Sistema esquelético;
  - Sistema muscular;
  - Sistema nervoso;
  - Órgãos dos sentidos;
  - Sistema endócrino;
  - Pele;
  - Aparelho circulatório;
  - Aparelho respiratório;
  - Aparelho digestivo;
  - Aparelho urinário;
- Abordagem à vítima:
  - Avaliação da vítima.
- Emergências médicas:
  - Dor torácica;
  - Dispneia;
  - Acidente Vascular Cerebral (AVC);
  - Diabetes *Mellitus*;
  - Envenenamento, picadas e mordeduras;
  - Paragem digestiva;
  - Epilepsia;
  - Insolação;
  - Golpe de calor;
  - Desidratação;
  - Hipotermia.
- Emergências de trauma:
  - Hemorragias;
  - Trauma dos tecidos moles;
  - Trauma das extremidades;
  - Queimaduras;
  - Técnicas de trauma.

- Oxigenoterapia:
  - Conceito e importância;
  - Métodos para administrar oxigénio;
  - Equipamentos para a administração de oxigénio;
  - Cuidados a ter na administração do oxigénio.

### 3.6.6 Suporte Básico de Vida (SBV) adaptado ao meio aquático

#### Objetivos

- Caracterizar a cadeia de sobrevivência aplicada ao afogamento.
- Aplicar o SBV ao afogamento, de acordo com o algoritmo vigente, em diversos contextos.
- Aplicar técnicas de administração de oxigénio.

#### Conteúdos

- Cadeia de sobrevivência:
  - Conceito e importância;
  - Elos e princípios subjacentes.
- Acidentes com elevado número de vítimas:
  - Grupo de triagem.
- Riscos para o Reanimador:
  - Riscos para o reanimador e para o náufrago;
  - Condições de segurança e medidas de proteção universais.
- Manobras de Suporte Básico de Vida aplicado ao afogamento:
  - Conceito de acordo com o algoritmo vigente;
  - Procedimentos e sequência;
  - Insuflações e compressões torácicas;
  - Problemas associados.
- Oxigenoterapia:
  - Conceito e importância;
  - Métodos para administrar oxigénio;
  - Equipamentos para a administração de oxigénio;
  - Cuidados a ter na administração do oxigénio.

### 3.7 Modalidade

Presencial.

### 3.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de coordenador nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos e UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do curso de coordenador nadador-salvador.

O EEAT para o curso de coordenador nadador-salvador pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato deverá ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o curso de nadador-salvador coordenador é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## 4. Curso de Nadador-Salvador Formador

### 4.1 Condições gerais de admissão

Constituem requisitos gerais de admissão para o curso de nadador-salvador formador:

- a) Curso de nadador-salvador coordenador;
- b) Mínimo de 3500 horas de exercício da profissão na categoria de nadador-salvador coordenador, das quais 1500 horas são obrigatoriamente prestadas no exercício da atividade numa praia marítima e devidamente comprovadas pela entidade contratante.

### 4.2 Condições específicas de admissão

Constituem requisitos específicos de admissão para o curso de nadador-salvador formador:

- a) Ser detentor de certificação de competências pedagógicas.
- b) Os formadores que pretendam administrar os módulos de formação adicionais devem submeter-se a exame pedagógico, a definir por despacho do Diretor do ISN, de forma a proceder à verificação das competências específicas necessárias para a sua lecionação.

### 4.3 Perfil de saída

#### 4.3.1 Descrição geral

O nadador-salvador formador é o profissional que prepara e desenvolve ações de formação que incluem matérias relacionadas com a vigilância, salvamento aquático, socorros a náufragos e assistência a banhistas.

#### 4.3.2 Atividades principais

- Identificar e caracterizar os diferentes sistemas e contextos de formação profissional, em função da sua natureza, da legislação de suporte e dos destinatários;
- Preparar e ministrar de forma adequada cada ação de formação;
- Participar na conceção técnica e pedagógica da ação de formação;
- Avaliar cada ação de formação e, globalmente, cada processo formativo em função dos objetivos fixados e do nível de adequação conseguido;
- Participar em reuniões de acompanhamento e avaliação dos formandos;
- Conhecer métodos e aplicar instrumentos de avaliação e validação;

- Colaborar com o júri nos exames específicos de aptidão técnica para o exercício da profissão;
- Elaborar sumários descritivos e precisos de matérias ministradas, bem como registar a ausência dos formandos;
- Elaborar os materiais pedagógicos, os instrumentos de avaliação e outros elementos de estudo indispensáveis à formação;
- Comunicar ocorrências disciplinares;
- Requisitar meios didáticos necessários ao desenvolvimento da ação de formação;
- Zelar pelo cumprimento das regras de saúde, higiene e segurança no trabalho;
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos formandos de que se encontra no exercício da sua atividade profissional;
- Colaborar com o ISN em matérias pedagógicas que promovam a segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.

#### 4.4 Organização do referencial de formação

UFCD / Módulo	Duração (H)
1 – Legislação, código deontológico e ética do formador	6
2 – Técnicas e tecnologias associadas à formação em primeiros socorros	25
3 – Equipamentos, materiais e técnicas de salvamento em praias e piscinas	14
4 – Metodologia do treino	25
5 – Prática simulada no contexto do formador nadador-salvador	150
<b>Total</b>	<b>250</b>

#### 4.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na área de formação de nadadores-salvadores.

#### 4.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

##### 4.6.1 Legislação, código deontológico e ética do formador

###### Objetivos

- Identificar a legislação em vigor aplicada ao nadador-salvador.
- Identificar a legislação aplicada aos formadores.
- Identificar o código deontológico e ética dos formadores.

###### Conteúdos

- Legislação em vigor aplicada ao nadador-salvador que:

- Regulamenta a atividade profissional do nadador-salvador;
- Regulamenta o ensino dos nadadores-salvadores;
- Regulamenta os materiais e meios de assistência a banhistas;
- Regulamenta o regime contraordenacional dos nadadores-salvadores.
- Enquadramento legal da atividade de formador nadador-salvador.
- Código deontológico do nadador-salvador formador:
  - Perfil do formador;
  - Atividades, competências e capacidades.
  - Direitos e deveres;
  - Regras, comportamentos e dilemas éticos.

#### 4.6.2 Técnicas e Tecnologias associadas à formação em primeiros socorros

##### Objetivos

- Enunciar as competências e capacidades necessárias à atividade de formador nas várias áreas dos primeiros socorros.
- Identificar os aspetos pedagógicos importantes no processo de ensino e aprendizagem nas várias áreas dos primeiros socorros.
- Desenvolver estratégias de comunicação para a dinamização das ações.
- Aplicar os métodos e instrumentos pedagógicos no ensino das temáticas.
- Preparar, desenvolver e avaliar sessões.

##### Conteúdos

- Suporte Básico de vida:
  - Apresentação e enquadramento do SBV;
  - Apresentação teórica do SBV;
  - Práticas de SBV;
  - Obstrução da via aérea;
  - Avaliação.
- Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM):
  - Conceito e fases do SIEM;
  - Estratégia;
  - Intervenientes do SIEM;
- Conceitos Genéricos:
  - Princípios gerais do socorrismo;
  - Plano de ação do socorrista / TSP.
- Exame Geral da Vítima:
  - Exame primário;
  - Exame secundário.
- Socorros Psicológicos:
  - Sinais de stress;
  - Quatro elementos cruciais nos primeiros socorros psicológicos;
  - Comunicação de apoio.
- Choque:
  - Conceito e classificação;
  - Sintomatologia;

- Primeiro socorro.
- Intoxicações:
  - Conceito e classificação;
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Alterações do estado de consciência:
  - Lipotimia e síncope:
  - Sintomatologia;
  - Primeiro Socorro.
- Etilismo agudo:
  - Sintomatologia;
  - Primeiro Socorro.
- Alterações na absorção dos hidratos de carbono (hipoglicémia e hiperglicémia):
  - Hipoglicémia:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Hiperglicémia:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro.
- Dor precordial:
  - Conceito, etiologia e classificação;
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Alterações cerebrovasculares:
  - Conceito, etiologia e classificação;
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Epilepsia:
  - Conceito e classificação;
  - Pequeno mal epilético:
    - Etiologia;
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Grande mal epilético:
    - Etiologia;
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro.
- Oxigenoterapia:
  - Equipamento de oxigenoterapia;
  - Nomenclatura do equipamento;
  - Segurança e manuseio do oxigénio;
  - Princípios de administração do oxigénio;
  - Métodos de administração de oxigénio;
  - Débitos de oxigénio a administrar.
- Efeito do ambiente:
  - Conceito e enquadramento.
- Efeitos do ambiente quente:

- Insolação;
- Sintomatologia;
- Primeiro socorro.
- Esgotamento pelo calor:
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Efeitos do ambiente frio:
  - Geladura;
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Hipotermia:
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro.
- Traumatismos:
  - Conceito, classificação e complicações;
  - Mecanismos e tipos de lesão.
- Traumatismo na pele e nos tecidos moles:
  - Feridas:
    - Conceito e classificação;
    - Casos especiais;
    - Primeiro socorro;
  - Queimaduras:
    - Conceito e classificação;
    - Avaliação da gravidade das queimaduras (fatores de agravamento);
    - Primeiro socorro;
  - Coberturas:
    - Lenços triangulares;
    - Ligaduras.
- Traumatismos músculo-esqueléticos das extremidades:
  - Enquadramento das lesões;
  - Lesões ósseas;
  - Amputações:
    - Complicações;
    - Primeiro socorro;
  - Esmagamento:
    - Sintomatologia e complicações;
    - Primeiros socorros;
  - Fraturas:
    - Conceito, classificação, nomenclatura e complicações;
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro.
- Lesões das articulações:
  - Entorses:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Luxações:
    - Sintomatologia;

- Primeiro socorro;
- Lesões dos músculos:
  - Distensões musculares;
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro;
- Cãibras:
  - Sintomatologia;
  - Primeiro socorro;
- Traumatismos loco-regionais:
  - Traumatismo cranioencefálico:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Traumatismo facial:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Traumatismo vertebromedular:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Traumatismo torácico:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro;
  - Traumatismo abdominal:
    - Sintomatologia;
    - Primeiro socorro.
- Avaliação:
  - Formandos;
  - Formação.

#### 4.6.3 Equipamentos, materiais e técnicas de salvamento em praias e piscinas

##### Objetivos

- Caracterizar os meios de salvamento em vigor.
- Manusear os meios de salvamento à exceção dos complementares.
- Caracterizar os materiais em vigor e utilizados na assistência a banhistas.
- Caracterizar as técnicas de salvamento.
- Aplicar as técnicas de salvamento.
- Caracterizar o algoritmo de salvamento em vigor.
- Aplicar o algoritmo de salvamento em vigor.
- Identificar riscos num salvamento.
- Identificar a linguagem gestual entre nadadores-salvadores.

##### Conteúdos

- Meios:
  - Boia circular;

- Boia torpedo;
- Vara de salvamento;
- Cinto de salvamento;
- Carretel;
- Prancha de salvamento.
- Meios complementares:
  - Viaturas 4x4;
  - Embarcações de pequeno porte;
  - Motos de salvamento marítimo.
- Técnicas de salvamento em praia:
  - Com meios e sem meios;
  - Vantagens e desvantagens.
- Técnicas de salvamento em piscina:
  - Com meios e sem meios;
  - Vantagens e desvantagens.
- Algorítmico de salvamento:
  - Fases do algoritmo;
  - Risco durante um salvamento.
- Linguagem gestual entre nadadores-salvadores:
  - Sinais utilizados na praia;
  - Sinais utilizados em piscinas.

#### 4.6.4 Metodologia do treino

##### Objetivos

- Caracterizar os princípios básicos da fisiologia do esforço.
- Caracterizar os princípios do treino
- Construir planos de treino adequados para os futuros nadadores-salvadores
- Analisar as técnicas da natação e corrida
- Aplicar os princípios inerentes à metodologia do treino desportivo

##### Conteúdos

- Fundamentos do treino:
  - Componentes estruturais do treino;
  - Duração;
  - Volume;
  - Intensidade;
  - Densidade;
  - Frequência.
- Princípios do Treino:
  - Princípio da individualidade;
  - Princípio da adaptação;
  - Princípio da sobrecarga;
  - Princípio da interdependência volume/intensidade;
  - Princípio da continuidade;
  - Princípio da especificidade;

- Princípio da atividade consciente;
- Princípio da atividade apreensível;
- Princípio da aquisição de capacidade.
- Fatores técnicos do treino:
  - Objetivos e benefícios da natação e corrida;
  - Caracterização das técnicas de natação (*crawl*, bruços, costas e natação de salvamento):
    - Ensino das técnicas;
    - Erros mais comuns;
  - Caracterização da técnica de corrida:
    - Ensino das técnicas;
    - Erros mais comuns;
  - Descrição das fases da sessão:
    - Aquecimento;
    - Fase principal;
    - Retorno à calma;
    - Alongamentos.
- Periodização:
  - Macro ciclo:
    - Período preparatório;
    - Período competitivo (*performance*);
    - Período transitório;
  - Mesociclo:
    - Incorporação;
    - Básico;
    - Estabilizador;
    - Controlo;
    - Pré-competitivo;
    - Competitivo;
    - Recuperativo;
  - Micro ciclo:
    - Graduais;
    - Choque;
    - Aproximação;
    - Recuperação;
    - Competição;
  - Sessão de treino.

#### 4.6.5 Prática Simulada no contexto do Nadador-Salvador Formador

##### Objetivos

- Compreender a dinâmica entre formador-formando objeto de aprendizagem, numa perspectiva de facilitação dos processos de formação.
- Compreender os fenómenos psicossociais, nomeadamente o da liderança, decorrente nos grupos em contexto de formação.
- Utilizar estratégias que potenciam a concretização dos objetivos das sessões.

- Aplicar os pressupostos, princípios e metodologias aprendidas.
- Elaborar planos guias de sessão para as aulas teóricas e práticas.
- Planejar tarefas para a aula teórica/prática.
- Lecionar aulas teóricas utilizando o método expositivo e demonstrativo.
- Lecionar aulas práticas de treino de condição física e treino técnico.
- Participar na atividades do curso.
- Elaborar o relatório de estágio.

#### Conteúdos

- Comunicação pedagógica.
- Métodos e técnicas de comunicação.
- Métodos de gestão da diversidade.
- Técnicas e estratégias de resolver situações de conflitos:
  - Conflitos;
  - Ausências;
  - Falta de motivação;
  - Categorização;
  - Preconceitos;
  - Estereótipos;
  - Efeito Halo.
- Metodologias e estratégias que potenciam a concretização dos objetivos das sessões específico para adultos:
  - Passiva;
  - Ativa.
- Métodos pedagógicos:
  - Expositivo;
  - Interrogativo;
  - Demonstrativo;
  - Ativo.
- Processo de desenvolvimento das simulações em contexto teórico.
- Processo de desenvolvimento das simulações em contexto prático.

#### 4.7 Modalidade

Presencial.

#### 4.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de coordenador nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos e UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do curso de formador nadador-salvador.

O EEAT para o curso de formador nadador-salvador pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o curso de formador nadador-salvador é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## **5. Módulo adicional ao Curso de Nadador-Salvador de Operação de viaturas 4x4 (*pick up*)**

### **5.1 Condições gerais de admissão**

Constituem requisitos gerais de admissão para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de viaturas 4x4 (*pick up*):

- a) Certificação de nadador-salvador válida;
- b) Ser detentor de carta de condução com a classe correspondente.

## 5.2 Condições específicas de admissão

De acordo com o disposto na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, não estão previstas condições específicas de admissão ao Curso de Nadador-Salvador de Operação de viaturas 4x4 (*pick up*).

## 5.3 Perfil de saída

### 5.3.1 Descrição geral

Operar viaturas 4x4, no contexto de assistência a banhistas, utilizando os meios e os equipamentos adequados de acordo com as regras e normas de segurança existentes para o efeito.

Para frequentar este módulo, o formando tem de ser detentor de carta de condução e da certificação de nadador-salvador profissional válida.

### 5.3.2 Atividades principais

- Identificar e caracterizar as especificidades das viaturas 4x4.
- Operar a viatura no contexto de assistência a banhistas em diversos cenários.
- Aplicar as técnicas de manutenção da viatura.
- Zelar pelo cumprimento das regras de segurança rodoviária.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos banhistas, utentes e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.
- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.

## 5.4 Organização do referencial de formação

UFCD/Módulo	Duração (H)
Condução de viaturas 4x4	25
<b>Total</b>	<b>25</b>

## 5.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na condução de viaturas 4x4, no âmbito da assistência a banhistas.

## 5.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

### Objetivos

- Identificar as especificidades da viatura 4x4.
- Identificar as regras de segurança rodoviária.
- Operar a viatura 4x4 em asfalto e piso arenoso.
- Aplicar técnicas de desatolamento.
- Aplicar técnicas de manutenção da viatura 4x4.

### Conteúdos

- Especificidades técnicas da viatura tipo *pick up*:
  - Características gerais;
  - Regras de segurança;
  - Particularidades da condução.
- Diferenças na condução em relação aos veículos ligeiros.
- Adaptação ao veículo:
  - Uso da tração às quatro rodas;
  - Uso das mudanças «altas e baixas»;
  - Identificação dos manípulos de comando;
  - Ligação do diferencial dianteiro ao cubo das rodas (se necessário).
- Segurança rodoviária.
- Condução da viatura em asfalto e piso arenoso:
  - Condução defensiva e em socorro a banhistas;
  - Condução em asfalto e areia em locais irregulares e acidentados:
    - Execução de manobras de subida e descida de planos inclinados;
    - Execução de manobras com tração integral e tração parcial;
    - Execução de manobras de transposição de obstáculos.
- Técnicas de desatolamento.
- Técnicas de conservação do equipamento:
  - Lavagem;
  - Pressão de pneus;
  - Lubrificação;
  - Verificar níveis (travões, embraiagem, refrigeração, direção).

## 5.7 Modalidade

Presencial.

## 5.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de nadador-salvador coordenador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de viaturas 4x4 (*pick up*).

O EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de viaturas 4x4 (*pick up*) pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de viaturas 4x4 (*pick up*) é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## 6. Módulo Adicional ao Curso de Nadador-Salvador de condução de motos 4x4

### 6.1 Condições gerais de admissão

Constituem requisitos gerais de admissão para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de condução de motos 4x4:

- a) Certificação de nadador-salvador válida
- b) Ser detentor de carta de condução, com a classe correspondente

### 6.2 Condições específicas de admissão

De acordo com o disposto na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, não estão previstas condições específicas de admissão ao Curso de Nadador-Salvador de condução de motos 4x4.

### 6.3 Perfil de saída

#### 6.3.1 Descrição geral

Operar viaturas 4x4, no contexto de assistência a banhistas, utilizando os meios e os equipamentos adequados, de acordo com as regras e normas de segurança existentes para o efeito.

Para frequentar este módulo, o formando tem de ser detentor de carta de condução e a certificação de nadador-salvador profissional válida.

#### 6.3.2 Atividades principais

- Identificar e caracterizar as especificidades das motos 4x4.
- Operar a moto 4x4 no contexto de assistência a banhistas em diversos cenários.
- Aplicar as técnicas de manutenção da viatura.
- Zelar pelo cumprimento das regras de segurança rodoviária.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos banhistas, utentes e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.
- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.

#### 6.4 Organização do referencial de formação

UFCD / Módulo	Duração (H)
Condução de motos 4x4	25
<b>Total</b>	<b>25</b>

#### 6.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na condução de motos 4x4, no âmbito de assistência a banhistas.

#### 6.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

##### Objetivos

- Identificar as especificidades das motos 4x4.
- Operar a moto 4x4 em piso arenoso.
- Aplicar técnicas de manutenção.
- Técnicas de imobilização no plano rígido.
- Evacuar uma vítima no plano rígido.

##### Conteúdos

- Especificidades técnicas da moto 4x4:
  - Características gerais;
  - Regras de segurança;
  - Particularidades da condução;
  - Adaptação à moto 4x4.
- Condução da moto em piso arenoso:
  - Condução defensiva e em socorro a banhistas;
  - Condução em areia em locais irregulares e acidentados;
  - Execução de manobras de subida e descida de planos inclinados.
- Técnicas de conservação do equipamento:
  - Lavagem.
- Técnicas de imobilização no plano rígido:
  - Imobilização de uma vítima no plano rígido;
  - Cuidados a ter na imobilização.
- Evacuação de uma vítima no plano rígido:
  - Cuidados a ter no transporte da vítima.

#### 6.7 Modalidade

Presencial.

## 6.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de coordenador nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do módulo adicional ao curso de nadador-salvador de condução de motos 4x4.

O EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de condução de motos 4x4 pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75%, para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de condução de motos 4x4 é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## 7. Módulo adicional ao Curso de Nadador-Salvador de operação de motos de salvamento marítimo

### 7.1 Condições gerais de admissão

Constituem requisitos gerais de admissão para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador em operação de motos de salvamento marítimo:

- a) Certificação de nadador-salvador válida;
- b) Ser detentor de carta de desportista náutico, com categoria mínima de marinheiro.

### 7.2 Condições específicas de admissão

De acordo com o disposto na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, não estão previstas condições específicas de admissão ao Curso de Nadador-Salvador de operação de motos de salvamento marítimo.

### 7.3 Perfil de saída

#### 7.3.1 Descrição geral

Operar as motos de salvamento marítimo, no contexto de assistência a banhistas, utilizando os meios e os equipamentos adequados, de acordo com as regras e normas de segurança existentes para o efeito.

Para frequentar este módulo, o formando tem de ser detentor de carta de navegador de recreio, categoria marinheiro e de certificação de nadador-salvador profissional válida.

#### 7.3.2 Atividades principais

- Identificar e caracterizar as especificidades das motos de salvamento marítimo.
- Operar a moto de salvamento marítimo no contexto de assistência a banhistas.
- Aplicar as técnicas de manutenção da moto de salvamento marítimo.
- Zelar pelo cumprimento das regras de segurança.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos banhistas, utentes e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.

- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.

#### 7.4 Organização do referencial de formação

UFCD / Módulo	Duração (H)
Operação de motos de salvamento marítimo	25
<b>Total</b>	<b>25</b>

#### 7.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na operação de motos de salvamento marítimo, no âmbito de assistência a banhistas.

#### 7.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

##### Objetivos

- Identificar as especificidades das motos de salvamento marítimo.
- Operar as motos de salvamento marítimo.
- Aplicar técnicas de resgate de náufragos.
- Aplicar técnicas de manutenção de motos de salvamento marítimo.

##### Conteúdos

- Especificidades técnicas das motos de salvamento marítimo:
  - Características gerais;
  - Regras de segurança;
  - Particularidades da condução;
  - Adaptação à moto de salvamento marítimo.
- Condução da moto de salvamento marítimo em arco diurno:
  - Execução de manobras de atracar e desatracar;
  - Executar manobras de estacionamento;
  - Execução de manobras de aproximação e afastamento;
  - Execução de manobras em velocidade moderada e em velocidade;
  - Executar manobras com pendura.
- Técnicas de resgate de náufragos:
  - Avaliação das condições;
  - Aproximação ao náufrago;
  - Abordagem ao náufrago;
  - Embarque do náufrago;
  - Transporte do náufrago;

- Desembarque do náufrago.
- Técnicas de conservação do equipamento:
  - Lavagem;
  - Manutenção da bateria;
  - Verificação dos óleos;
  - Verificação da estanquidade.

### 7.7 Modalidade

Presencial.

### 7.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de coordenador nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de motos de salvamento marítimo.

O EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de motos de salvamento marítimo pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato terá de

ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de operação de motos de salvamento marítimo é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## **8. Módulo Adicional ao Curso de Nadador-Salvador de governo de embarcações de pequeno porte**

### **8.1 Condições gerais de admissão**

Constituem requisitos gerais de admissão para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador de governo de embarcações de pequeno porte:

- a) Certificação de nadador-salvador válida;
- b) Ser detentor de carta de desportista náutico, com categoria mínima de marinheiro.

### **8.2 Condições específicas de admissão**

De acordo com o disposto na Portaria n.º 373/2015, de 20 de outubro, não estão previstas condições específicas de admissão ao Curso de Nadador-Salvador de governo de embarcações de pequeno porte.

### **8.3 Perfil de saída**

#### **8.3.1 Descrição geral**

Operar embarcações de pequeno porte, no contexto de assistência a banhistas, utilizando os meios e os equipamentos adequados, de acordo com as regras e normas de segurança existentes para o efeito.

Para frequentar este módulo, o formando tem de ser detentor de carta de navegador de recreio, categoria marinheiro, e a certificação de nadador-salvador profissional válida.



### 8.3.2 Atividades principais

- Identificar e caracterizar as especificidades das embarcações de pequeno porte.
- Governar a embarcação de pequeno porte no contexto de assistência a banhistas.
- Aplicar as técnicas de manutenção à embarcação de pequeno porte.
- Zelar pelo cumprimento das regras de segurança.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos banhistas, utentes e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.
- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.

### 8.4 Organização do referencial de formação

UFCD/Módulo	Duração (H)
Governo de embarcações de pequeno porte	25
<b>Total</b>	<b>25</b>

### 8.5 Objetivo geral do curso

Dotar os formandos de capacidades e competências na operação de embarcações de pequeno porte, no âmbito de assistência a banhistas.

### 8.6 Objetivos específicos do curso e conteúdos programáticos

#### Objetivos

- Identificar as especificidades da embarcação de pequeno porte.
- Executar manobras de condução da embarcação.
- Aplicar técnicas de resgate de náufragos.
- Aplicar técnicas de manutenção da embarcação.

#### Conteúdos

- Especificidades técnicas da embarcação de pequeno porte:
  - Características gerais;
  - Regras de segurança;
  - Particularidades da condução;
  - Adaptação à embarcação.
- Condução da embarcação de pequeno porte:
  - Execução de manobras de atracar e desatracar em cais;
  - Execução de manobras de amarrar a uma boia;

- Execução de manobras de fundear e levantar ferro;
- Execução de manobras de abicar à praia;
- Execução de manobras de homem ao mar;
- Execução de manobras de aproximação e afastamento;
- Execução de manobras em velocidade moderada e em velocidade.
- Técnicas de resgate de náufragos:
  - Avaliação das condições;
  - Aproximação ao náufrago;
  - Abordagem ao náufrago;
  - Embarque do náufrago;
  - Avaliação do estado do náufrago;
  - Transporte do náufrago;
  - Desembarque do náufrago.
- Técnicas de reboque no mar.
- Técnicas de manutenção:
  - Lavagem da embarcação;
  - Revisão do motor;
  - Manutenção dos flutuadores (se aplicável).

### 8.7 Modalidade

Presencial.

### 8.8 Avaliação

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores das escolas procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos ou UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de coordenador nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do EEAT da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade das EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade, mediante pagamento da taxa do EEAT.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do módulo adicional ao curso de nadador-salvador em governo de embarcações de pequeno porte.

O EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador em governo de embarcações de pequeno porte pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%. O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o módulo adicional ao curso de nadador-salvador em governo de embarcações de pequeno porte é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

## **Anexo 20**

### **Referencial de Curso – Tripulante de Ambulância de Transporte**



### Objetivos gerais

Dotar os formandos com as competências necessárias no âmbito da avaliação e estabilização da vítima, realização de manobras de suporte básico de vida, imobilização e transporte de vítimas de doença súbita e/ou trauma - De acordo com as Portarias n.º 1147/2001 de 28 de setembro (Regulamento do Transporte de Doentes), n.º 1301-A/2002 de 28 de setembro, n.º 402/2007 de 10 de abril e 142-A/2012 de 15 maio (Alterações ao Regulamento de Transporte de Doentes), estes elementos destinam-se a integrar as tripulações das Ambulâncias de Transporte podendo ainda fazer parte das tripulações das Ambulâncias de Socorro como 2.º elemento.

### Objetivos específicos

No final do curso, os participantes deverão ser capazes de:

- Conhecer o funcionamento do sistema integrado de emergência médica;
- Demonstrar conhecimentos de anatomia e fisiologia do corpo humano;
- Saber identificar situações de paragem cardiopulmonar e executar manobras de suporte básico de vida;
- Saber identificar situações de obstrução da via aérea e executar manobras de desobstrução;
- Saber utilizar o desfibrilhador automático externo;
- Saber como e quando colocar uma vítima em posição lateral de segurança;
- Saber executar os passos do exame da vítima;
- Saber quais as situações em que se deve administrar oxigénio;
- Saber utilizar adjuvantes da via aérea;
- Saber identificar os principais sinais e sintomas em situações médicas;
- Saber administrar os cuidados adequados a cada situação;
- Saber atuar perante um parto iminente;
- Saber identificar os principais sinais e sintomas em situações de trauma;
- Saber administrar os cuidados adequados a cada situação;
- Saber executar as técnicas de trauma;
- Conhecer as normas de conduta do TA.

### Destinatários

Candidatos a Tripulante de Ambulância de Transporte.

### Pré-requisitos

**Idade mínima de 18 anos;**

**Escolaridade obrigatória** - de acordo com a Lei n.º 85/2009 de 27 de agosto, a escolaridade mínima é determinada em função da data de nascimento:

Data de nascimento	Anos de escolaridade obrigatória
Até 31-12-1966.....	4 anos
Entre 01-01-1967 e 31-12-1980.....	6 anos
Entre 01-01-1981 e 31-08-1997.....	9 anos
A partir de 01-09-1997.....	12 anos

### Formandos por ação

Mínimo de quatro (4) e máximo de doze (12) formandos por ação. A ação não será iniciada se não estiverem presentes, pelo menos, quatro (4) formandos.

### Modalidade de formação

Formação certificada não inserida no Catálogo Nacional de Qualificações – outra formação profissional.

### Forma de organização da formação

Regime presencial;

São permitidas faltas até 5% do número total de horas do curso, quando devidamente justificadas;

Não é permitido faltar nos momentos de avaliação e nos blocos específicos de SBV-DAE e SBV-Pediátrico.

### Locais de realização

Nas instalações da Escola Nacional de Bombeiros ou nas instalações da entidade cliente.

### Data e horário de realização

Data a acordar com a entidade cliente; Horário laboral e/ou pós-laboral.

Obs: O agendamento da ação terá de ser definido até ao dia 14 do mês anterior ao mês de realização. Temos de comunicar ao INEM, até ao dia 15, as ações que vamos realizar no mês seguinte.

## Conteúdos programáticos e carga horária

### Módulo I – Abordagem e Reanimação

Bloco	Conteúdos programáticos	Carga horária				
		CT	PS	PCT	Total	
1	Apresentação do Curso; Sistema Integrado de Emergência Médica; Anatomia e fisiologia do corpo humano.	4h00			4h00	
2	Anatomia e fisiologia do corpo humano.	4h00			4h00	
3	Exame da vítima; Adjuvantes da Via Aérea; Oxigenoterapia; Bancas práticas.	2h00	2h00		4h00	
4	Apresentação, objetivos e contextualização do curso	0h15			0h15	
	<b>Teórica I - Suporte Básico de Vida Adulto</b>	0h30			0h30	
	Demonstração algoritmo de SBV (4 passos)	0h15			0h15	
	<b>Sessão Prática I</b>	Suporte básico de vida		0h30		0h30
		Demonstração da Posição Lateral de Segurança		0h05		0h05
		Posição Lateral de Segurança		0h10		0h10
		Demonstração algoritmo de desobstrução da via aérea		0h05		0h05
		Desobstrução da via aérea		0h10		0h10
	<b>Teórica II – Desfibrilhação Automática Externa / Situações especiais com DAE.</b>	0h30			0h30	
	<b>Workshop: Comandos do DAE e colocação de elétrodos</b>	0h30			0h30	
	Demonstração algoritmo de SBV com DAE	0h15			0h15	
	<b>Sessão Prática II: Casos clínicos SBV DAE (sucesso imediato)</b>		0h45		0h45	
	<b>Sessão Prática III: Casos clínicos SBV DAE (choque não recomendado)</b>		0h45		0h45	
	<b>Sessão Prática IV: Casos clínicos SBV DAE (insucesso)</b>		1h00		1h00	
<b>Sessão Prática V: Casos clínicos SBV DAE (sucesso tardio)</b>		1h00		1h00		
Avaliação e encerramento do curso	0h15			0h15		
5	Apresentação e objetivos do Curso	0h15			0h15	
	Suporte Básico de Vida Pediátrico	0h30			0h30	
	<b>Banca Prática I: SBV (4 passos).</b>		1h00		1h00	
	<b>Banca Prática II: SBV</b>		0h45		0h45	
	<b>Banca Prática III: SBV</b>		0h45		0h45	
	<b>Banca Prática IV: OVA (com demonstração)</b>		0h30		0h30	
	Avaliação e encerramento do Curso.	0h15			0h15	
6	Revisões; Avaliação teórica.	2h00			2h00	
		15h30	9h30	---	25h00	

CT: científico-tecnológico (teórica); PS: prática simulada; PCT: prática em contexto de trabalho.

### Módulo II – Emergências para TAT

Bloco	Conteúdos programáticos	Carga horária			
		CT	PS	PCT	Total
1	Emergências médicas e Parto iminente.	3h00			3h00
2	Práticas de Emergências Médicas e Parto iminente.		4h00		4h00
3	Emergências de trauma.	3h00			3h00
4	Prática de imobilização de membros, pensos e ligaduras		4h00		4h00
5	Visualização e prática das técnicas de trauma.		4h00		4h00
6	Prática de técnicas de trauma.		4h00		4h00
7	Revisões; Avaliação teórica; Encerramento do Curso.	3h00			3h00
		9h00	16h00	---	25h00

CT: científico-tecnológico (teórica); PS: prática simulada; PCT: prática em contexto de trabalho.

#### Observações:

- Nas sessões teórico-práticas/práticas o rácio formador/formando é, no máximo, de 1/6;
- Não são permitidas mais de oito horas de formação, por dia;
- Os blocos devem ser realizados de forma sequencial, em horário contínuo e num único dia. A realização de dois blocos no mesmo dia, implica a existência de pelo menos uma hora de intervalo entre estes;
- Os blocos de SBV-DAE e SBV-Pediátrico devem respeitar as regras definidas para estes blocos;
- Sequência Modular: o Módulo I é sempre o primeiro a ser realizado. Só os formandos que tenham obtido aproveitamento neste módulo poderão frequentar o módulo seguinte;
- O cumprimento com sucesso dos módulos do curso TAT não pode exceder o prazo de 90 dias contado a partir do 1º dia do Módulo I - Abordagem e Reanimação até ao último dia do Módulo II - Emergências para TAT.
- Qualquer situação que possa comprometer o normal decurso das ações de formação deve ser imediatamente comunicada à ENB para posterior comunicação ao INEM.


#### Metodologias de formação

Método expositivo – o formador desenvolve oralmente os temas.

Método interrogativo – formulação de questões no sentido de conduzir o formando a encontrar os resultados desejados.

Método demonstrativo – o formador ensina a executar tarefas, tendo por base uma demonstração.

Método ativo - execução de tarefas e confronto com situações simuladas que exigem a procura de soluções.

www.enb.pt	ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS	Tel.: +351 219 239 048	
	Centro de Serviços para Instituições e Empresas	Fax: +351 219 106 250	
	Rua Dr. António Macieira - Quinta do Anjinho	servicos@enb.pt	
	2710 - 689 Sintra PORTUGAL	NIF: 503657190	

FOR.001.CSIE\_rev.0

Pág. 2 de 4

## Critérios e metodologias de avaliação

### Avaliação Teórica

Teste Escrito, constituído por 20 perguntas com 4 alíneas cada, todas com resposta verdadeira ou falsa (0,25 valores por cada alínea certa).

A Nota do Teste Escrito deverá ser igual ou superior a 10 valores.

Nota: não está prevista a repetição do Teste Escrito.

### Avaliação Prática Contínua

SBV-DAE: nota igual ou superior a 10 valores.

SBV Pediátrico: nota igual ou superior a 10 valores.

O incumprimento de qualquer um destes critérios de avaliação determina a reprovação e exclusão do respetivo módulo.

**Nota dos Módulos:** resulta da média aritmética obtida nas componentes avaliadas (arredondada às décimas).

**Nota Final do Curso:** resulta da média aritmética das notas obtidas nos módulos (arredondada às décimas).

## Recursos pedagógicos

- Será entregue, a cada formando, uma máscara de reanimação cardiopulmonar;
- Serão enviados, para entrega a cada formando, os seguintes manuais ([em documento digital](#) - pdf):
  - Manual do Sistema Integrado de Emergência Médica;
  - Manual de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa;
  - Manual de Abordagem à Vítima;
  - Manual O Tripulante de Ambulância;
  - Manual de Técnicas de Extração e Imobilização de Vítimas de Trauma.

## Espaços, equipamentos e consumíveis (por ação):

### Espaços a disponibilizar pela entidade cliente:

- Duas salas de formação. Uma sala deve estar equipada com: computador (com colunas de som), videoprojector, quadro branco ou similar, marcadores e apagador.

### Equipamentos a disponibilizar pela entidade cliente:

- Duas garrafas de oxigénio, com debitómetro;
- Um aspirador de secreções;
- Dois insufladores adultos, com máscara;
- Dois insufladores pediátricos, com máscara;
- Dois conjuntos de colares adultos reguláveis ou dois conjuntos do tipo “Neck Lock”, tamanho adulto;
- Uma maca estabilizadora de vácuo, com bomba;
- Uma maca estabilizadora ortopédica (Pluma / Scoop);
- Um colete de extração;
- Um plano duro, com imobilizadores de cabeça e cintos de fixação (cintos tipo aranha);
- Um capacete de motociclista (fechado).

### Consumíveis a disponibilizar pela entidade cliente:

- Duas cânulas nasais, tamanho adulto;
- Duas máscaras de oxigénio, de média concentração, tamanho adulto;
- Duas máscaras de oxigénio, de alta concentração, tamanho adulto;
- Dois tubos de conexão de oxigénio;
- Sondas para aspiração (vários tamanhos).

### Equipamentos a disponibilizar pela ENB:

- Dois esfigmomanómetros aneroides;
- Dois estetoscópios;
- Uma tesoura de pontas redondas;
- Dois manequins adultos, para prática de SBV;
- Dois desfibrilhadores automáticos externos (DAE) de treino;
- Dois conjuntos de elétrodos de treino;
- Dois manequins pediátricos, para prática de SBV pediátrico;
- Um simulador de parto;
- Dois conjuntos de talas de madeira almofadadas (três tamanhos – pequeno, médio e grande);

### Consumíveis a disponibilizar pela ENB:

- Dois conjuntos de consumíveis DAE (lâmina de barbear e compressas);
- Um conjunto de consumíveis para parto de emergência;
- Dois conjuntos de consumíveis (compressas, ligaduras, adesivo, lençol de urgência, luvas e toalhetes desinfetantes).

### Os formandos devem ser portadores de:

- Vestuário e calçado confortável;
- Cópia do documento de identificação, se consentido pelo titular (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte e/ou Título de Residência);
- Cópia do documento que indica o n.º de contribuinte;
- Foto tipo passe (foto original);
- Cópia do certificado de habilitações.

www.enb.pt	ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS	Tel.: +351 219 239 048	
	Centro de Serviços para Instituições e Empresas Rua Dr. António Macieira - Quinta do Anjinho 2710 - 689 Sintra PORTUGAL	Fax: +351 219 106 250 servicos@enb.pt NIF: 503657190	

FOR.001.CSIE\_rev.0

Pág. 3 de 4

#### Seguro

É responsabilidade da entidade cliente garantir que os participantes na ação estão cobertos por um seguro que cubra eventuais acidentes.

#### Certificação

Concluída a ação, com aproveitamento, e após boa cobrança da(s) fatura(s), são emitidos os respetivos certificados e cartões de TAT válidos durante cinco anos (cartões de TAT emitidos pelo INEM).

Certificados emitidos via Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), conforme Portaria 474/2010 de 8 de julho.

O formando que não obtenha aproveitamento poderá solicitar uma declaração de frequência com indicação das horas em que esteve presente.

#### Preço

*Sob consulta.*

[www.enb.pt](http://www.enb.pt)

ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS  
Centro de Serviços para Instituições e Empresas  
Rua Dr. António Macieira - Quinta do Anjinho  
2710 - 689 Sintra PORTUGAL

Tel.: +351 219 239 048  
Fax: +351 219 106 250  
[servicos@enb.pt](mailto:servicos@enb.pt)  
NIF: 503657190



FOR.001.CSIE\_rev.0

Pág. 4 de 4

## **Anexo 21**

### **Referencial de Curso – Sapador Florestal**

## REFERENCIAL DE FORMAÇÃO - FORMAÇÃO TECNOLÓGICA



EM VIGOR



Nível de Qualificação: **2**

<b>Área de Educação e Formação</b>	<b>623 . Silvicultura e Caça</b>
<b>Código e Designação do Referencial de Formação</b>	<b>623239 - Sapador/a Florestal</b>
<b>Modalidades de Educação e Formação</b>	Cursos de Educação e Formação Cursos de Educação e Formação de Adultos Formações Modulares
<b>Total de pontos de crédito</b>	<b>82,00</b> (inclui 10 pontos de crédito da Formação Prática em Contexto de Trabalho)
<b>Publicação e atualizações</b>	<p>Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.</p> <p>1ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 33 de 08 de setembro de 2012 com entrada em vigor a 08 de dezembro de 2012.</p> <p>2ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 17 de 08 de maio de 2013 com entrada em vigor a 08 de agosto de 2013.</p> <p>3ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 48 de 29 de dezembro de 2018 com entrada em vigor a 29 de dezembro de 2018.</p> <p>4ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 38 de 15 de outubro de 2019 com entrada em vigor a 15 de outubro de 2019.</p> <p>5ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.</p> <p>6ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 27 de 22 de julho de 2020 com entrada em vigor a 22 de julho de 2020.</p>
<b>Observações</b>	



## 1. Organização do Referencial de Formação

### Formação Tecnológica

Código <sup>1</sup>	Nº	UFCD obrigatórias	Horas	Pontos de crédito
9984	1	A profissão de sapador florestal	25	2,25
3124	2	Constituição, funcionamento, utilização e manutenção dos equipamentos motomanuais	50	4,50
5376	3	Equipamentos e veículos de sapadores florestais	50	4,50
9985	4	Segurança e Saúde no trabalho do sapador florestal	25	2,25
9986	5	Vigilância e primeira intervenção em incêndios rurais	50	4,50
3112	6	Manutenção de espaços florestais e silvicultura preventiva	50	4,50
9987	7	Técnica de rescaldo	50	4,50
9988	8	Noções básicas de primeiros socorros	25	2,25
9989	9	A floresta e o setor florestal em Portugal	25	2,25
9990	10	Comportamento do fogo nos espaços rurais	50	4,50
5377	11	Fogo controlado - apoio	50	4,50
9991	12	Proteção de povoamentos florestais contra agentes bióticos nocivos	25	2,25
9992	13	Controlo e erradicação de espécies invasoras lenhosas	25	2,25
9993	14	Construção e manutenção de infraestruturas florestais	25	2,25
9994	15	Recuperação de áreas ardidas e reabilitação de povoamentos e habitats naturais	25	2,25
9995	16	Prevenção de incêndios florestais e rurais na interface urbano-florestal	25	2,25
9996	17	Sensibilização ambiental para a proteção e defesa da floresta e de outros espaços rurais	25	2,25
9997	18	Cartografia - noções básicas	25	2,25

Formação Tecnológica

Código <sup>1</sup>	Nº	UFCD obrigatórias	Horas	Pontos de crédito
9998	19	Podas e desramações	25	2,25
<b>Total da carga horária e de pontos de crédito:</b>			<b>650</b>	<b>58,50</b>

Para obter a qualificação de Sapador/a Florestal, para além das UFCD obrigatórias, **terão também de ser realizadas 150 horas das UFCD opcionais**

UFCD opcionais

Bolsa

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
3122	1	Regeneração e instalação de povoamentos florestais	50	4,50
9999	2	Medições florestais – noções básicas	25	2,25
4430	3	Silvopastorícia	25	2,25
3127	4	Prevenção de incêndios rurais	50	4,50
8354	5	Segurança e saúde no trabalho florestal	50	4,50
10000	6	Legislação aplicável à atividade florestal	25	2,25
10001	7	Desbastes	25	2,25
4435	8	Áreas protegidas	25	2,25
4429	9	Arbustos e herbáceas	25	2,25
9655	10	Recursos florestais	25	2,25
10002	11	Recursos hídricos no contexto rural	25	2,25
10003	12	A gestão dos montados de sobre e de azinho	50	4,50

UFCD opcionais

Bolsa

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
8371	13	Motorroçadouras – constituição, utilização e manutenção	25	2,25
4546	14	Operações preparatórias para abate de arvoredo	50	4,50
4552	15	Utilização da motosserra nas operações florestais	25	2,25
8367	16	Destroçadores e Estilhaçadores	25	2,25
8358	17	Tratores agrícolas adaptados ao trabalho florestal – constituição, funcionamento e manutenção	25	2,25
9596	18	Condução e operação com o trator em segurança	50	4,50
3129	19	Recolha de produtos florestais - extração de cortiça	50	4,50
3131	20	Recolha de produtos florestais – sementes, frutos e pinhas	50	4,50
3132	21	Recolha de produtos florestais - resinagem	25	2,25
6359	22	Colheita de cogumelos silvestres	25	2,25
10004	23	Operação com motosserra em segurança	25	2,25
4548	24	Equipamentos auxiliares de tração	25	2,25
10005	25	Gestão de equipas e de conflitos	25	2,25
10006	26	Ética e deontologia na organização do trabalho em equipa	25	2,25
5380	27	Contabilidade e gestão florestal - noções básicas	25	2,25
0403	28	Relacionamento interpessoal	25	2,25
9263	29	Produtos fitofarmacêuticos – aplicação com equipamentos de pulverização manual	25	2,25

UFCD opcionais

Bolsa

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
6281	30	Processos e métodos de proteção fitossanitária e de aplicação de produtos fitofarmacêuticos	50	4,50
9261	31	Produtos fitofarmacêuticos - uso sustentável - atualização	25	2,25
5883	32	Técnicas de informação, comunicação e negociação	50	4,50
7852	33	Perfil e potencial do empreendedor - diagnóstico/ desenvolvimento	25	2,25
7853	34	Ideias e oportunidades de negócio	50	4,50
7854	35	Plano de negócio - criação de micronegócios	25	2,25
7855	36	Plano de negócio - criação de pequenos e médios negócios	50	4,50
8598	37	Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8599	38	Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8600	39	Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25	2,25
9820	40	Planeamento e gestão do orçamento familiar	25	2,25
9821	41	Produtos financeiros básicos	50	4,50
9822	42	Poupança - conceitos básicos	25	2,25
9823	43	Crédito e endividamento	50	4,50
10526	44	Literacia digital - iniciação	25	2,25
10746	45	Segurança e Saúde no Trabalho - situações epidémicas/pandémicas	25	2,25
10759	46	Teletrabalho	25	2,25
<b>Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica:</b>			<b>800</b>	<b>72,00</b>

<sup>1</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.