



**Curso de Formação STAP - Segurança em
Trabalhos em Altura em Postes
(Telecomunicações – Rede Fixa)**

Programa de Formação
Ed.2 21-11-2016

Equipa de trabalho

A equipa de trabalho, coordenação pedagógica, gestão da formação, apoio técnico-administrativo e atendimento está definida no Manual de Qualidade da Atividade Formativa.

Os formadores serão selecionados em função dos pré-requisitos definidos no Anexo 1 do PRH 002.

Competências a desenvolver através da formação e requisitos de desempenho

Esta formação visa dotar os formandos com competências para a realização da sua atividade profissional aplicando as boas regras de segurança e higiene no trabalho, no âmbito da realização de Trabalhos em Altura em Postes da Rede Fixa de Telecomunicações. Deverão, portanto, desenvolver a sua atividade profissional de acordo com os procedimentos de segurança e higiene no trabalho, procedimentos de emergência e legislação aplicável.

1

Objetivos de aprendizagem

Esta formação visa dotar os participantes das competências teóricas e técnicas para progressões em altura em condições de Segurança em Postes da Rede Fixa de Telecomunicações.

Objetivos Específicos – No final da formação os participantes deverão estar aptos a:

- Cumprir as normas e procedimentos aplicados à Segurança nos Trabalhos em Altura;
- Usar corretamente os equipamentos de proteção individual e coletiva, no que toca ao seu funcionamento e manutenção.

Destinatários

Profissionais que necessitem, no decorrer da sua atividade, de aceder em altura a postes de telecomunicações da rede fixa através de escada portátil.

Pré-requisitos:

- Ficha de Aptidão Médica sem restrições para trabalhos em altura;
- Idade superior a 18 anos.

As turmas deverão ser constituídas por um nº de formandos não superior a 10.

Modalidade de formação

Outras ações de formação contínua (não inseridas no Catálogo Nacional de Qualificações)

Forma de organização da formação

Formação presencial em sala de formação e em parque de treinos.

Máximo de 10 participantes (formandos).

2

Conteúdos programáticos

Formação Teórica:

- | | |
|---|----------|
| • Introdução à Segurança no Trabalho/Enquadramento Legal | 00:15:00 |
| • Equipamentos de Proteção Individual | 00:30:00 |
| • Equipamentos de Proteção Coletiva | 00:30:00 |
| • Equipamentos e Ferramentas de Trabalho | 00:30:00 |
| • Trabalhos em Altura e Procedimentos Operacionais | 00:45:00 |
| • Sinalização de Segurança e Sinalização Temporária de Obra | 00:15:00 |
| • Noções Básicas de Resgate e Salvamento | 00:30:00 |

Formação Prática:

· Implementação da Delimitação e Sinalização	00:15:00
· Verificação e Utilização dos EPI / EPC e SAQ	00:30:00
· Verificação e Utilização dos Equipamentos de Trabalho	00:30:00
· Nós fundamentais	00:15:00
· Progressão em altura (subida aos postes com recurso a escada portátil)	01:45:00
· Simulação de um Resgate e Salvamento	00:30:00

Carga horária

8 horas, 1 dia: 7 horas efetivas de formação.

Metodologias de formação

Os formadores deverão utilizar metodologias de formação ativa, participativa e expositiva, complementando com a realização da componente prática em parque de treinos.

Os temas teóricos serão desenvolvidos em sala com recurso a meios didáticos adequados. Os trabalhos práticos serão realizados em ambiente real simulado em parque de treinos.

CrITÉrios e metodologias de avaliação

Os participantes serão sujeitos a avaliação teórica e prática. A avaliação teórica decorrerá no final da ação de formação e a avaliação prática será efetuada durante a realização dos exercícios práticos.

A aferição de conhecimentos teóricos incidirá sobre os conteúdos da ação de formação, constando de um teste de avaliação escrita com perguntas de escolha múltipla. A duração do teste teórico será de 20 minutos com uma tolerância de 10 minutos. O teste prático será efetuado individualmente durante a formação prática.

A avaliação prática é feita com a avaliação dos parâmetros descritos na Grelha de Avaliação.

A Avaliação Escrita e Prática é feita numa escala de 0 a 20 valores.

O participante terá aprovação desde que obtenha uma avaliação mínima, quer na avaliação escrita, quer na avaliação prática de 14 valores e assiduidade de 100%.

A Classificação Final corresponde ao somatório de 60% da Avaliação Prática com 40% da Avaliação Escrita.

Escala da Classificação Final:

14	Satisfaz	19	Bom
15	Satisfaz	20	Muito Bom
16	Satisfaz Muito		
17	Satisfaz Muito		
18	Bom		

Recursos pedagógicos

- Projetor Multimédia
- Computador
- Quadro branco e marcadores
- Manual para trabalhos em altura

Espaços e equipamentos

Sala de Formação com capacidade até 10 formandos.

Parque para componente prática:

- Postes Telecomunicações;
- Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva e Acessórios;
- Escada portátil;
- Cordas;
- Martelo de bola;
- Meios de Sinalização.