REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

EM VIGOR

Nível de Qualificação: 4

Área de Educação e Formação	**762 . Trabalho Social e Orientação**
Código e Designação do Referencial de Formação	**762176 - Animador/a Sociocultural**
Modalidades de Educação e Formação	**Cursos Profissionais**
Total de pontos de crédito	**202,50** **(inclui 20 pontos de crédito da Formação Prática em Contexto de Trabalho)**
Publicação e atualizações	Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações. 1ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 48 de 29 de dezembro de 2012 com entrada em vigor a 29 de março de 2013. 2ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) nº 17 de 08 de maio de 2014 com entrada em vigor a 08 de maio de 2014. 3ª Atualização em 01 de setembro de 2016. 4ª Actualização 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. 5ª Actualização 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. 6ª Actualização 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.
Observações	

1. Referencial de Formação Global

Formação Sociocultural				
Português e PLNM				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0010S20	Português	320		
DACP00A1S00	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A1			
DACP00A2S00	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A2			
DACP00B1S00	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Intermédio/B1			
DACP0PL1S00	Língua Gestual Portuguesa (PL1)			
DACP0PL2S00	Português Língua Segunda (PL2) para Alunos Surdos			
Língua Estrangeira I, II ou III				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0LE001S00	LE I - Inglês - Nível de continuação	220		
DACP0LE002S00	LE II - Inglês - Nível de continuação	220		
DACP0LE003S00	LE III - Inglês - Nível de iniciação	220		
DACP0LE004S00	LE I - Francês - Nível de continuação	220		
DACP0LE005S00	LE II - Francês - Nível de continuação	220		
DACP0LE006S00	LE III - Francês - Nível de iniciação	220		
DACP0LE007S00	LE I - Alemão - Nível de continuação	220		
DACP0LE008S00	LE II - Alemão - Nível de continuação	220		
DACP0LE009S00	LE III - Alemão - Nível de iniciação	220		
DACP0LE010S00	LE I - Espanhol - Nível de continuação	220		

Formação Sociocultural				
DACP0LE011S00	LE II - Espanhol - Nível de continuação	220		
DACP0LE012S00	LE III - Espanhol - Nível de iniciação	220		
DACP0LE013S00	LE II - Inglês - Nível de iniciação	220		
DACP0LE014S00	LE II - Francês - Nível de iniciação	220		
DACP0LE015S00	LE II - Alemão - Nível de iniciação	220		
DACP0LE016S00	LE II - Espanhol - Nível de iniciação	220		

Notas:
O aluno escolhe uma língua estrangeira. Se tiver estudado apenas uma língua estrangeira no ensino básico, iniciará obrigatoriamente uma segunda língua no ensino secundário. Nos programas de Iniciação adotam-se apenas os seis primeiros módulos do respetivo Programa.

Área de Integração

Código	Disciplina	Horas	Aprendizagens Essenciais	Programa
DACP0011S00	Área de Integração	220		

Notas:
Cada módulo deve ser constituído por três Temas-problema, um de cada Área

Educação Física

Código	Disciplina	Horas	Aprendizagens Essenciais	Programa
DACP0013S00	Educação Física	140		

TIC ou Oferta de Escola

Código	Disciplina	Horas	Aprendizagens Essenciais	Programa
DACP0012S00	Tecnologias da Informação e Comunicação	100		
DACP0038000	Oferta de Escola	100		

Cidadania e Desenvolvimento				

Cidadania e Desenvolvimento

Código	Disciplina	Horas	Aprendizagens Essenciais	Programa

Cidadania e Desenvolvimento	
DACP0081000	Cidadania e Desenvolvimento

Formação Científica				
Matemática				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0032C10	Matemática	100		
Psicologia				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0034C20	Psicologia	200		
Sociologia				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0037C00	Sociologia	200		

Educação Moral e Religiosa				
Educação Moral e Religiosa				
Código	**Disciplina**	**Horas**	**Aprendizagens Essenciais**	**Programa**
DACP0151000	Educação Moral e Religiosa	81		

Total de Pontos de Crédito das Componentes de Formação Sociocultural e de Formação Científica: 70

Formação Tecnológica				
Código [1]	**Nº**	**UFCD obrigatórias**	**Horas**	**Pontos de crédito**
4251	1	A comunidade - partilha e pertença	25	2,25
4252	2	A família como realidade cultural	25	2,25
4253	3	Organizações de apoio à comunidade	25	2,25
4254	4	Integração social e trabalho	25	2,25
4255	5	Desenvolvimento pessoal e social - o papel da escola	25	2,25
4256	6	Juventude e grupo de pares	25	2,25
4257	7	Cidadania e globalização	25	2,25
4258	8	Direito social	25	2,25
4259	9	Intervenção sociocultural e representação social da diferença	25	2,25
4260	10	Trabalho de projeto comunitário - fundamentos	50	4,50
4261	11	Trabalho de projeto comunitário - metodologia	50	4,50
4262	12	Trabalho de projeto comunitário - avaliação	50	4,50
4263	13	Corpo e movimento	25	2,25
4264	14	Expressão plástica - técnicas e materiais	25	2,25
4265	15	Mundo dos sons	25	2,25
4266	16	Comunicação visual	50	4,50
4267	17	Jogo dramático	25	2,25
4268	18	Corpo e gesto	25	2,25
4269	19	Oficina de expressão plástica	50	4,50
4270	20	Expressão vocal e instrumental	25	2,25
4271	21	Oficina de expressão dramática	25	2,25

Formação Tecnológica				
Código [1]	**Nº**	**UFCD obrigatórias**	**Horas**	**Pontos de crédito**
4272	22	Corpo e simbolismo	25	2,25
4273	23	Atelier musical	25	2,25
4274	24	Comunicação visual - fotografia e vídeo	25	2,25
4275	25	Quotidiano cénico	25	2,25
4276	26	História da animação sociocultural	25	2,25
4277	27	Animação sociocultural e deontologia	25	2,25
4278	28	Animador - perfil e estatuto profissional	25	2,25
4279	29	Animação sociocultural - áreas de intervenção	50	4,50
4280	30	Animação sociocultural -contextos e práticas	50	4,50
4281	31	Projeto de animação sociocultural - implementação	50	4,50
4282	32	Projeto de animação sociocultural - avaliação	50	4,50
4283	33	Saúde e socorrismo	25	2,25
0349	34	Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - conceitos básicos	25	2,25
		Total da carga horária e de pontos de crédito:	**1075**	**96,75**

Para obter a qualificação de Animador/a Sociocultural, para além das UFCD obrigatórias, **terão também de ser realizadas 175 horas das UFCD opcionais** (75 horas da Área A de UFCD e 100 horas da Área B de UFCD)

UFCD opcionais

Área A

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
4285	1	Música, som e meios técnicos	25	2,25
4286	2	Realização plástica do espetáculo	25	2,25
4287	3	Arte, património e tradição	25	2,25
4288	4	Dança contemporânea	25	2,25
4289	5	O jogo	25	2,25
4290	6	Animação de rua - técnicas circenses	25	2,25
7852	7	Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento	25	2,25
7853	8	Ideias e oportunidades de negócio	50	4,50
7854	9	Plano de negócio – criação de micronegócios	25	2,25
7855	10	Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios	50	4,50
8598	11	Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8599	12	Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8600	13	Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25	2,25
10672	14	Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais	25	2,25
10746	15	Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas	25	2,25
10759	16	Teletrabalho	25	2,25

Área B

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito

UFCD opcionais

Área A

Código	Nº	UFCD	Horas	Pontos de crédito
4291	1	Animação sócio-educativa	25	2,25
4292	2	Animação para a terceira idade	25	2,25
4293	3	Intervenção em espaços culturais	25	2,25
4294	4	Animação ambiental e de património	25	2,25
4295	5	Animação turística e desportiva	25	2,25
4296	6	Associativismo e animação	25	2,25
4297	7	Animação e desenvolvimento comunitário	25	2,25
4298	8	Gestão de projetos de animação	25	2,25
4299	9	Animação de bibliotecas	25	2,25
7852	10	Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento	25	2,25
7853	11	Ideias e oportunidades de negócio	50	4,50
7854	12	Plano de negócio – criação de micronegócios	25	2,25
7855	13	Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios	50	4,50
8598	14	Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8599	15	Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25	2,25
8600	16	Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25	2,25
10672	17	Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais	25	2,25
10746	18	Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas	25	2,25
10759	19	Teletrabalho	25	2,25

Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica:	**1250**	**112,50**

Formação em Contexto de Trabalho	Horas	Pontos de crédito
A formação em contexto de trabalho nos cursos profissionais constitui-se como uma componente autónoma. A formação em contexto de trabalho visa a aquisição e desenvolvimento de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para a qualificação profissional a adquirir e é objeto de regulamentação própria.	600 /840	20

[1] Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

2. Desenvolvimento das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD)

2.1. Formação Tecnológica

4251	**A comunidade - partilha e pertença**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar as diversas dimensões da participação na vida em sociedade que acompanharam as mudanças sociais, por referência às alterações operadas na vida em sociedade, nomeadamente, ao nível da família da escola e do trabalho. **2.** Reconhecer o papel de pertença e partilha na construção da comunidade.	

Conteúdos

1. Conceito de comunidade e sua evolução

2. Transformações sociais e suas implicações práticas na vida social

- **2.1.** na família (conceito, organização e estrutura)
- **2.2.** na escola (da escola de elite à massificação do ensino)
- **2.3.** no trabalho (industrial e pós-industrial)

3. As diversas dimensões da participação em sociedade neste quadro de mudança

4252	**A família como realidade cultural**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar as transformações operadas no seio da instituição familiar ao longo dos tempos. **2.** Relacionar os valores e a estrutura social na organização familiar com a organização social global. **3.** Analisar a estrutura dinâmica, funcionalidades e crises da família e as causas dos problemas familiares atuais.	

Conteúdos

1. Conceito de família

2. Os diversos tipos de família. Família tradicional e família nuclear – suas características

3. A família no mundo contemporâneo

4. As questões da universalidade da família

5. A família enquanto sistema – suas funções

6. O ciclo de vida familiar

7. Funcionamento e desenvolvimento da família

8. Momentos de crise e mudança

9. A comunicação na família

4253	**Organizações de apoio à comunidade**	25 horas
Objetivos	**1.** Caráterizar as diferentes tipologias de organizações. **2.** Compreender o caráter ideológico e simbólico das organizações sociais. **3.** Analisar a cultura organizacional da instituição, de acordo com os diferentes tipos de liderança e decisão.	

Conteúdos

1. Estudo das instituições

1.1. Identificação de estruturas da comunidade pertinentes ao trabalho do animador

1.2. Levantamento das necessidades institucionais

1.3. Tipos de liderança

1.4. Construção e análise de um organigrama horizontal e vertical

4254	**Integração social e trabalho**	25 horas

Objetivos	**1.** Reconhecer a evolução das relações de trabalho e a sua interação com a organização social. **2.** Analisar direitos e deveres dos trabalhadores na perspetiva da formação cívica.

Conteúdos

1. A evolução do conceito de trabalho

2. As novas formas de organização do trabalho

3. A evolução das relações de trabalho e a sua interação com a organização social

4. Modelos de organização do trabalho do séc. XX: Taylorismo, Fordismo e a crise dos modelos

5. As novas tecnologias no trabalho

6. Os direitos e deveres do trabalhador

4255	**Desenvolvimento pessoal e social - o papel da escola**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar as alterações operadas na instituição escolar, no que respeita à sua filosofia e conceção. **2.** Contextualizar os fatores de sucesso e insucesso escolar no quadro da heterogeneidade estudantil.	

Conteúdos

1. A função da escola no processo de socialização e instrução

2. As consequências da massificação do ensino – da igualdade de acesso à desigualdade de sucesso

3. A relação da heterogeneidade de público escolarface à interação seletiva operada na escola

4. Os conceitos de *habitus* cultural e aluno ideal, num pressuposto de selectividade

5. A escola num quadro de reprodução da cultura da classe dominante

4256	**Juventude e grupo de pares**	25 horas
Objetivos	**1.** Analisar o grupo como fenómeno social. **2.** Reconhecer a função afetiva das relações do grupo. **3.** Compreender a importância da afirmação social do jovem no grupo de pares.	

Conteúdos

1. A juventude enquanto construção social – da aparente unidade à diversidade

2. Redes grupais e identidades juvenis – dos grupos juvenis aos grupos de classe

3. Análise da função dos grupos de jovens, nomeadamente, os papéis e estatutos dentro do grupo

4. Problemáticas da juventude

4.1. o desemprego

4.2. a afirmação social, os comportamentos pré-delinquentes (criminalidade, toxicodependência, alcoolismo, prostituição, etc.)

4257	**Cidadania e globalização**	25 horas
Objetivos	**1.** Relacionar a globalização da cultura com os fluxos transfronteiriços e com o surgimento de culturas pluralistas. **2.** Reconhecer o impacto da globalização na estrutura social e espacial das cidades. **3.** Planificar atividades de animação s ociocultural que incentivem a comunidade a exercer a sua cidadania.	

Conteúdos

1. Conceito de globalização

2. As consequências da globalização aos níveis cultural e social

3. Assimilação de valores e normas sociais que favoreçam a integração social e profissional

4. A intervenção sociocultural na sociedade com vista à integração das comunidades estrangeiras

4258	**Direito social**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer os direitos do Homem como direitos, liberdades e garantias fundamentais. **2.** Identificar algumas funções sociais doEstado Português. **3.** Analisar os obstáculos que limitam a concretização dos direitos sociais em diferentes áreas. **4.** Reconhecer a importância da existência de instituições internacionais de solidariedade social como a Amnistia Internacional, a UNICEF, a AMI, a Cruz Vermelha, entre outras.	

Conteúdos

1. Direitos sociais

1.1. Conceito

1.2. Declaração Universal dos Direitos Humanos

1.3. Declaração Universal dos Direitos da Criança

1.4. Carta Social Europeia

1.5. Constituição da República Portuguesa

1.6. Tipos de direitos sociais - de caráter universal (Direito ao trabalho, à educação, à segurança social, à proteção na doença, à habitação, ao ambiente, etc.), direitos sociais das instituições (Direitos da família, dos grupos religiosos, da escola, etc.), direitos sociais de certas classes (Direitos dos trabalhadores, da mulher, da criança, dos deficientes, dos idosos, das minorias étnicas, etc.)

1.7. O exercício dos direitos sociais

2. As funções sociais do Estado

2.1. O Estado enquanto responsável por assegurar a concretização dos direitos sociais

3. Instituições internacionais de solidariedade social

4. A cidadania

4.1. O cidadão enquanto co-responsável pela concretização dos direitos sociais

5. Limitações ao exercício dos direitos sociais

5.1. Limitações face à economia e política dos diferentes Estados

5.2. Limitações face à dominância social entre diferentes grupos

4259	**Intervenção sociocultural e representação social da diferença**	25 horas
Objetivos	**1.** Reflectir sobre as questões de desigualdade e de diferença em relação ao género, à idade, à etnia, à cultura, aos aspetos físicos e aos comportamentos patológicos decorrentes da doença mental. **2.** Reflectir sobre as implicações sociais da velhice. **3.** Analisar a intervenção e integração sociocultural dos mais diferentes.	

Conteúdos

1. Ser diferente *versus* normal

2. As questões étnicas e culturais

3. Os emigrantes e as suas culturas

4. A importância da multiculturalidade e interculturalidade na sociedade actual

5. A saúde mental e as suas implicações no ser "normal"

6. O processo de envelhecimento

7. O papel do idoso na vida social, familiar, económica e política – O que é ser velho

8. Os aspetos individuais e coletivos da vida - os fatores genéticos, biológicos, físicos, químicos e nutricionais e os aspetos psicológicos, sociológicos, económicos, comportamentais, ambientais

9. As questões de género

4260	**Trabalho de projeto comunitário - fundamentos**	50 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer o trabalho de projeto como um instrumento orientado para a resolução de problemas. **2.** Identificar as fases de elaboração de um trabalho de projeto. **3.** Elaborar diagnósticos.	

Conteúdos

1. Conceito de trabalho de projeto

2. O trabalho de projeto como um instrumento orientado para a resolução de problemas
3. Fases do trabalho de projeto. - Sistematização de elementos a aplicar na caracterização do meio social envolvente, da instituição e do grupo alvo – construção de grelhas de caracterização
4. O diagnóstico como conhecimento científico dos fenómenos
5. A preparação teórica e a recolha de informação
6. Os objetivos do diagnóstico
7. Identificação de problemas
8. Identificação das causas dos problemas
9. Identificação das potencialidades e obstáculos
10. Estabelecimento de prioridades
11. A avaliação de diagnóstico como garante de sucesso

4261	**Trabalho de projeto comunitário - metodologia**	50 horas
Objetivos	1. Reconhecer a importância da metodologia no desenvolvimento de qualquer projeto. 2. Elaborar um plano de atividades. 3. Reflectir sobre as práticas de atuação através do exercício da avaliação.	

Conteúdos

1. Conceito de Metodologia
2. A Metodologia como instrumento de transformação da realidade
3. A flexibilidade da ação metodológica
   - **3.1.** A Investigação / Ação / Participativa como guia operativo capaz de se adaptar à dinâmica da realidade sociocultural
4. Conceito de Planificação
5. Características de um plano
6. Elementos a considerar num plano de atividades (objetivos, estratégias, metodologia, tempo e recursos)
   - **6.1.** Definição de objetivos gerais e específicos
   - **6.2.** Construção adequada de objetivos gerais e objetivos específicos
   - **6.3.** Definição de estratégias de intervenção
   - **6.4.** Definição de atividades
   - **6.5.** A importância da calendarização
   - **6.6.** A importância dos recursos para o sucesso do projeto (recursos humanos, materiais e financeiros)
   - **6.7.** A execução e a avaliação de processo como forma de redirecionar a intervenção
   - **6.8.** A avaliação de processo (fase operacional) e a promoção eficaz da mudança
   - **6.9.** Identificação de critérios facilitadores da avaliação de processo

4262	**Trabalho de projeto comunitário - avaliação**	50 horas

Objetivos	**1.** Caracterizar diferentes modelos de avaliação. **2.** Analisar cada um dos indicadores de avaliação.

Conteúdos

1. Conceitos de avaliação

2. Funções da avaliação

3. A avaliação como um processo

4. A avaliação em função do posicionamento do avaliador

5. A avaliação em função dos objetivos ambicionados

6. A avaliação em função do momento em que se realiza

7. A avaliação de resultados

8. A avaliação final como uma análise comparativa entre os resultados obtidos e os resultados esperados

9. Aspectos a avaliar

10. Indicadores de avaliação

4263	**Corpo e movimento**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar os eixos e coordenadas do movimento. **2.** Distinguir as dicotomias: tensão/relaxamento, movimento/pausa, interior/exterior, conter/ser contido, equilíbrio/desequilíbrio. **3.** Analisar o processo evolutivo do corpo no espaço e a partilha do espaço com outros corpos em movimento. **4.** Distinguir a força expressiva da imagem inconsciente.	

Conteúdos

1. O esquema corporal

2. A arquitetura do corpo

3. Eixos e coordenadas do movimento

4. Decomposição do movimento de modo fraccionado

5. Dicotomias: tensão/relaxamento, movimento/pausa, interior/exterior, conter/ser contido, equilíbrio/desequilíbrio

6. O corpo em movimento pelo espaço

7. Partilha do espaço com outros corpos em movimento

8. O esquema corporal do outro

9. O corpo no coletivo do corpo dos outros/ condição para que o outro confie o seu corpo no coletivo

10. A força expressiva da imagem inconsciente do corpo

- **10.1.** Oralidade
- **10.2.** Corporalidade
- **10.3.** Interioridade

4264	**Expressão plástica - técnicas e materiais**	25 horas
Objetivos	**1.** Aplicar técnicas de expressão plástica em suportes diversificados. **2.** Apresentar soluções diversificadas para os problemas.	

Conteúdos

1. Técnicas de rasgar, recortar, colar

2. Formação espontânea de registo

3. Desenho, movimentos e formas

4. Técnicas básicas de pintura

5. Materiais e instrumentos de expressão

6. Teoria da Cor

7. Relação Forma/Matéria/Técnica

- **7.1.** Noções de composição
- **7.2.** Modelo e ordenamento

4265	**Mundo dos sons**	25 horas
Objetivos	**1.** Definir os conceitos de Altura, Duração, Timbre, Dinâmica e Harmonia. **2.** Descrever estruturas e modos de organização de diferentes géneros e estilos musicais, utilizando vocabulário específico. **3.** Interpretar canções de diversos géneros musicais.	

Conteúdos

1. A Música

- **1.1.** Altura
- **1.2.** Ritmo
- **1.3.** Timbre
- **1.4.** Dinâmica
- **1.5.** Forma
- **1.6.** Harmonia

2. O Corpo e a Voz

- **2.1.** Aparelho ressoador, respiratório e ressoador – seu funcionamento

4266	**Comunicação visual**	50 horas

Objetivos	**1.** Caracterizar os movimentos e correntes da arte contemporânea. **2.** Reconhecer a importância da arte na cultura contemporânea. **3.** Reconhecer a importância do artesanato como manifestação popular, etnográfica – paradigma da tradição/inovação. **4.** Estabelecer a relação entre o desenvolvimento tecnológico e as novas formas de produção artística. **5.** Planificar a estratégia de divulgação de um evento ou atividade, contemplando vários objetos gráficos e garantindo a identidade visual entre eles.

Conteúdos

1. Conceito de arte

2. Critérios de apreciação da obra de arte

3. Evolução das correntes e movimentos da arte contemporânea

4. A diferença entre a arte erudita e a arte popular

5. O artesanato como manifestação da arte popular, tradição e inovação

6. Pesquisa e produção de suportes

7. Padrões de comunicação visual e planeamento gráfico

8. Orçamento, apoios e patrocínios

9. Equipa, cronograma e montagem

10. Divulgação e *marketing* cultural

11. A Identidade Visual

12. Estrutura, organização e hierarquia de informação de

- **12.1.** Boletim
- **12.2.** Cartaz
- **12.3.** Folheto
- **12.4.** Desdobrável
- **12.5.** Convite

4267	**Jogo dramático**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer a importância do jogo na relação inter-individual e nas relações sociais. **2.** Criar um repertório de meios de animação	

Conteúdos

1. O papel do jogo no desenvolvimento da criança, do jovem e do adulto

2. Jogo simbólico, jogo dramático e dramatização

3. Exercícios dramáticos com e sem objectos

4268	**Corpo e gesto**	25 horas
Objetivos	**1.** Analisar o gesto na ação e reação em grupo. **2.** Utilizar o corpo como meio de expressão, comunicação e criação.	

Conteúdos

1. O corpo no relacionamento com os outros

2. A "Linguagem" do corpo

3. O corpo e o espaço

4. O corpo e o tempo

5. Gesto espontâneo e gesto convencional

6. Mímica, gesto, movimento

4269	**Oficina de expressão plástica**	50 horas
Objetivos	**1.** Aplicar diferentes técnicas de modelação em barro e outros materiais plásticos. **2.** Aplicar diferentes técnicas de moldagem com gesso em moldes plásticos. **3.** Aplicar técnicas de tecelagem. **4.** Aplicar técnicas de impressão. **5.** Identificar as componentes e os procedimentos da metodologia projectual. **6.** Relacionar as formas visuais com as características dos materiais e das funções a que estão associados, tendo em conta a aplicação à organização de espaços bidimensionais e tridimensionais. **7.** Analisar a relação interativa entre sentimento/ideia/material/técnica.	

Conteúdos

1. O atelier de expressão plástica

2. Técnicas e materiais de modelação

3. Técnicas e materiais de moldagem

4. Introdução histórica sobre a tecelagem

5. Técnicas de tecelagem

6. História das técnicas de impressão

7. Técnicas de impressão

8. Exploração plástica no espaço bidimensional e tridimensional

9. Concepção e execução de construções bi e tridimensionais

10. Esboço, maquetas e memória descritiva

11. Reutilização e revocação de materiais, utensílios e suportes

4270	**Expressão vocal e instrumental**	25 horas
Objetivos	**1.** Aplicar diferentes técnicas de produção sonora a nível vocal e instrumental. **2.** Experimentar diferentes tipos de instrumentos e culturas musicais. **3.** Explorar diferentes processos comunicacionais, formas e técnicas de criação musical.	

Conteúdos

1. Instrumentos Musicais

- **1.1.** Família de timbres: Orquestra Sinfónica e Instrumental Orff
- **1.2.** Classificação dos instrumentos: cordofones, aerofones, idiofones, membranofones
- **1.3.** Os instrumentos musicais no mundo
- **1.4.** Alteração tímbrica dos instrumentos
- **1.5.** Utilização de conceitos musicais em peças instrumentais
- **1.6.** Flauta de bisel

2. A Voz

- **2.1.** Fisiologia da voz
- **2.2.** Formações vocais
- **2.3.** Respiração e articulação
- **2.4.** Vocalização e dicção
- **2.5.** Afinação e boa sonoridade
- **2.6.** Utilização de conceitos musicais em peças vocais

4271	**Oficina de expressão dramática**	25 horas
Objetivos	**1.** Aplicar as técnicas de construção e manipulação de fantoches, silhuetas e máscaras. **2.** Articular os recursos e a distribuição de papéis e funções em diferentes situações, tendo em conta os objetivos da intervenção.	

Conteúdos

1. Formas animadas

- **1.1.** Animação de objectos
- **1.2.** Fantoches e marionetas
- **1.3.** Tipos e formas de manipulação
- **1.4.** Da tradição à modernidade

2. Teatro de sombras

- **2.1.** O corpo em negativo
- **2.2.** As mãos que contam
- **2.3.** Objectos em contraluz

2.4. Formas e técnicas

3. A Máscara

3.1. Do rito mágico ao espectáculo

3.2. A máscara que esconde e revela: tipos e funções

3.3. Jogos de máscaras

3.4. A comedia dell'arte e o teatro da máscara

4272	**Corpo e simbolismo**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer a importância da expressão corporal no desenvolvimento total das capacidades do indivíduo. **2.** Dinamizar atividades em que seja dada visibilidade à expressão corporal e às suas potencialidades. **3.** Planear, organizar e dirigir as diversas etapas de uma atividade na área da dança.	

Conteúdos

1. As Danças Folclóricas ou "Populares"

1.1. Aparecimento e evolução

1.2. Elementos constitutivos das danças folclóricas: o simbolismo; a forma; a coreografia; a música e a técnica utilizada

1.3. Danças populares portuguesas (por ex: Corridinho, Fandango, Vira)

2. A Dança Educativa ou criativa

2.1. Origens da dança educativa – Isadora Duncan (1878 – 1927) e Rudolf Laban (1879 – 1958)

2.2. Pressupostos e objetivos de uma dança educativa: o movimento lúdico – expressivo e criativo

2.3. Desenvolvimento da criatividade; promoção do desenvolvimento integral da criança

3. Actividades práticas

3.1. A organização do movimento espaço temporalmente

3.2. As ações quotidianas como início da dança: correr, saltar, deslizar, levantar, cair, etc

3.3. A fixação desses movimentos na construção da dança

3.4. A procura de início de movimento: Fotografias, imagens mentais, músicas, etc

4273	**Atelier musical**	25 horas
Objetivos	**1.** Distinguir os instrumentos de altura definida e indefinida. **2.** Agrupar os instrumentos por famílias tímbricas. **3.** Construir instrumentos para utilização nas atividades. **4.** Planificar atividades musicais.	

Conteúdos

1. A canção e o ritmo
2. Famílias de instrumentos musicais Orff
3. Altura definida e indefinida
4. Contraste e semelhança tímbrica

4274	**Comunicação visual - fotografia e vídeo**	25 horas
Objetivos	1. Identificar os elementos básicos da linguagem audiovisual - fotografia e vídeo. 2. Analisar a especificidade e a importância da linguagem audiovisual. 3. Aplicar a linguagem audiovisual ao trabalho de animação sociocultural.	

Conteúdos

1. Fotografia
   - 1.1. Fotografia como a "ferramenta" do animador
   - 1.2. Fotografia analógica e digital
   - 1.3. Registo fotográfico e fotografia criativa
   - 1.4. Noções básicas de fotografia (a máquina fotográfica, composição da imagem, diafragma e profundidade de campo, cor, velocidade de obturação etc.)
2. Vídeo
   - 2.1. Vídeo como a "ferramenta" do animador
   - 2.2. Registo videográfico e vídeo criativo
   - 2.3. Câmara de vídeo (noções gerais)
   - 2.4. Princípios básicos do filme e videograma: composição estática e dinâmica, planos, movimentos, pontos e ângulos de vista de câmara
   - 2.5. Captação de imagem e pós-produção

4275	**Quotidiano cénico**	25 horas
Objetivos	1. Identificar estilos e formas de representação ao logo da história da Humanidade. 2. Estabelecer a relação entre o texto dramático de teatro e a arquitetura dos locais de ação teatral, a cenografia e o espaço cénico. 3. Reconhecer o processo de encenação, a organização de uma estrutura de produção teatral, a construção do personagem e a evolução do trabalho do ator.	

Conteúdos

1. Evolução do Teatro ao longo da história da Humanidade
2. Principais correntes e estéticas teatrais
3. O texto dramático
4. Arquitectura e locais de ação teatral

5. Cenografia e espaço cénico
6. A função do encenador
7. A organização de uma estrutura de produção teatral
8. O processo de construção do personagem e o trabalho do actor

4276	**História da animação sociocultural**	25 horas
Objetivos	1. Compreender conceitos fundamentais do âmbito sociocultural.Reconhecer a importância das práticas sociais. 2. Compreender o contexto sociocultural que enquadrou o aparecimento da animação. 3. Identificar as fases do surgimento e desenvolvimento da animação na Europa.	

Conteúdos

1. A animação sociocultural como uma forma de educação contínua
2. Educação formal, não-formal e informal
3. Educação permanente
4. Educação de adultos
5. A animação Sociocultural enquadrada nas práticas da educação não-formal
6. A animação social, educativa e cultural – eixos centrais da intervenção
7. A animação enquanto prática de intervenção sociocultural organizadora de grupos humanos
8. Perspectiva histórica da animação sociocultural na Europa
9. Origem e evolução da animação sociocultural em Portugal

4277	**Animação sociocultural e deontologia**	25 horas
Objetivos	1. Equacionar questões relacionadas com a complexidade do mundo laboral. 2. Compreender a dinâmica das relações a estabelecer com os utentes nas várias valências. 3. Identificar os princípios da cidadania face à participação ativa na sociedade.	

Conteúdos

1. Pressupostos básicos
   - **1.1.** Deontologia: noção, conceitos, fundamentos
   - **1.2.** Valores: conceito e tipologias
   - **1.3.** Valores humanos: pressupostos fundamentais da ética e valores humanos essenciais
   - **1.4.** Escalas de valores
   - **1.5.** Conflito de valores
   - **1.6.** Valores e contra-valores

2. A pessoa enquanto sujeito de direitos e deveres

2.1. A consciência moral: origem, fatores de desenvolvimento

2.2. Atos humanos e atos do homem

2.3. Apelo ético do homem

2.4. A moral natural

2.5. A moral social

2.6. A moral e o direito: semelhanças e diferenças

2.7. As leis: origem e fundamento, legalidade e ilegalidade, ato legal e ato moral, a consciência e as leis, direitos e deveres, o homem sujeito de direitos e deveres

3. A defesa dos direitos do Homem através dos documentos mais marcantes ao longo da História

3.1. O Código de Hamurábi

3.2. O Decálogo: origem, contexto, evolução

3.3. O Cristianismo e a sua influência no Direito e nos direitos e deveres

3.4. A Declaração Universal dos Direitos Humanos

4. Os utentes e os seus direitos

4.1. A pessoa do utente: estatuto e direitos

4.2. O dever de respeitar e promover a liberdade e privacidade do utente: criança, adolescente, jovem, idoso, enfermo, marginal, carenciado

4.3. Os deveres para com a família do utente: suas necessidades e direitos

5. Normas que regulam a prestação de serviços

5.1. O trabalho remunerado: deveres do trabalhador (competência, assiduidade e pontualidade, diligência, sentido de justiça, lealdade, honestidade, disponibilidade, dedicação, humanidade, solidariedade, responsabilidade, etc.)

5.2. O trabalho em instituições públicas ou privadas

5.3. A prestação de serviços no domicílio

5.4. O trabalho voluntário: sua importância e valor

5.5. O voluntariado na própria profissão

5.6. Educação e auto-educação para a solidariedade

4278	**Animador - perfil e estatuto profissional**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer o papel do animador como facilitador do desenvolvimento de diferentes competências nos indivíduos/grupos com quem desenvolve o seu trabalho. **2.** Reconhecer o Estatuto do Animador Sociocultural, categorias profissionais e níveis de formação (Associação Nacional de Animadores Socioculturais- ANASC). **3.** Reconhecer a importância da formação contínua por parte do Animador Sociocultural.	

Conteúdos

1. Papel e funções do Animador Sociocultural.

2. Perfil de competências do Animador Sociocultural.

3. Perspectivas profissionais do Animador Sociocultural.

4. A formação do Animador Sociocultural como estratégia de valorização e atualização.

5. Reflexão individual e grupal: deveres e direitos, aptidão e vocação.

4279	**Animação sociocultural - áreas de intervenção**	50 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer os âmbitos e áreas de intervenção da animação sociocultural. **2.** Identificar possíveis grupos-alvo de intervenção. **3.** Aplicar as metodologia de intervenção em animação sociocultural.	

Conteúdos

1. A animação sociocultural enquanto atividade social – a transformação da realidade social

2. Os pressupostos da animação sociocultural

2.1. Participação e motivação

2.2. Mudança e desenvolvimento social

2.3. Capacitação e qualidade de vida

2.4. Solidariedade e voluntariado

2.5. Cidadania e democracia

3. Âmbitos de intervenção da animação sociocultural – a comunidade, os grupos e as organizações

4. As áreas de intervenção em animação sociocultural – saúde, educação, desporto, cultura, lazer, ação social, património, turismo e ambiente

5. Os grupos-alvo – enquadramento e contextualização

6. Modelos de intervenção em animação sociocultural

6.1. O modelo sistémico

6.2. A investigação-ação

7. Metodologias de intervenção em animação sociocultural - processos e técnicas

4280	**Animação sociocultural -contextos e práticas**	50 horas
Objetivos	**1.** Analisar a realidade sociocultural com vista à identificação de problemas suscetíveis de poderem ser trabalhados numa perspetiva de animação sociocultural. **2.** Pesquisar informação em fontes diversificadas a trabalhar as várias fontes de informação disponíveis. **3.** Fazer o levantamento das hipóteses de trabalho como linhas orientadoras do trabalho de projeto.	

Conteúdos

1. Observação da realidade e identificação de problemas

1.1. Meio social envolvente: concelho, freguesia, bairro

1.2. instituição: história, projetos em curso, projetos previstos

1.3. Caracterização dos utentes da instituição: distribuição por valências, idades, sexo, profissões, instrução escolar, outras distribuições consideradas relevantes

1.4. Identificação de problemas e sua manifestação (problemas suscetíveis de serem trabalhados numa perspetiva de animação sociocultural)

2. Definição do problema

2.1. Selecção do(s) problema(s) que seja(m) pertinente(s) para ser(em) trabalhado(s) numa perspetiva sociocultural

3. Revisão bibliográfica

3.1. Pesquisa de modelos teóricos que possam servir de base ao trabalho a desenvolver

4. Levantamento de hipóteses de trabalho

4.1. Linhas explicativas (empíricas/teóricas) sobre a maneira de abordar o(s) problema(s)

4281	**Projeto de animação sociocultural - implementação**	50 horas
Objetivos	**1.** Identificar e gerir os recursos disponíveis para o desenvolvimento do trabalho de projeto. **2.** Seleccionar e justificar os métodos e as técnicas utilizadas no trabalho de projeto. **3.** Implementar um projeto de animação sociocultural.	

Conteúdos

1. Identificação do grupo alvo do projeto: em que medida se faz sentir o problema(s) seleccionado(s) no grupo de pessoas alvo do projeto

2. Objetivos: as metas a alcançar no final do trabalho de projeto

3. Acções desenvolvidas e objetivos alcançados com cada acção

4. Recursos: indicação dos recursos utilizados no decorrer do trabalho de projeto

5. Métodos e técnicas:

5.1. Explicitação dos métodos e técnicas utilizados no decorrer do trabalho de projeto

4282	**Projeto de animação sociocultural - avaliação**	50 horas
Objetivos	**1.** Conceber e utilizar instrumentos de avaliação. **2.** Reformular a intervenção em função da avaliação efetuada. **3.** Produzir o relatório final do trabalho de projeto efetuado. **4.** Conceber e pôr em prática formas de divulgar os resultados.	

Conteúdos

1. Avaliação

1.1. Avaliar os resultados da intervenção com recurso a instrumentos de avaliação que permitam aferir do impacto do projeto em termos do(s) problema(s) indicado(s) à partida para ser(em) trabalhado(s)

2. Reformulação da intervenção

2.1. Reformulação das hipóteses de trabalho, dos objetivos e das acções

2.2. Concepção de novos projetos de intervenção sociocultural

3. Relatório final do projeto

4283	**Saúde e socorrismo**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar os estados da saúde humana e os fatores condicionantes. **2.** Compreender os mecanismos de transmissão de doenças. **3.** Compreender o conceito de sobrevivência. **4.** Compreender o sistema integrado de emergência médica. **5.** Identificar a sequência de procedimentos que permitem executar o SBV.	

Conteúdos

1. Conceito de saúde

2. Os comportamentos humanos

3. Factores condicionantes da saúde: recursos, serviços, sistemas, valores

4. Saúde pública: objetivo, modos de atuação, tipos

5. Saúde e homeostasia

6. Estados da saúde humana: hígido, mórbido, patogénico

7. Serviços de saúde e cuidados de saúde

8. Cadeia de sobrevivência: Suporte Básico de Vida (SBV) precoce, desfibrilhação precoce, Suporte Avançado de Vida (SAV) precoce

9. O sistema integrado de emergência médica: INEM, 112, CODU, CIAV

10. SBV: conceito, etapas e procedimentos, posicionamento, sequência de ações, problemas associados.

11. Posição lateral de segurança

0349	**Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - conceitos básicos**	25 horas
Objetivos	**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.	

Conteúdos

1. AMBIENTE

1.1. Principais problemas ambientais da atualidade

1.2. Resíduos

1.2.1. Definição

1.2.2. Produção de resíduos

1.3. Gestão de resíduos

1.3.1. Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos

1.3.2. Estratégias de atuação

1.3.3. Boas práticas para o meio ambiente

2. SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO

2.1. CONCEITOS BÁSICOS RELACIONADOS COM A SHST

2.1.1. 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

2.2. ENQUADRAMENTO LEGISLATIVO NACIONAL DA SHST

2.2.1. Obrigações gerais do empregador e do trabalhador

2.3. ACIDENTES DE TRABALHO

2.3.1. Conceito de acidente de trabalho

2.3.2. Causas dos acidentes de trabalho

2.3.3. Consequências dos acidentes de trabalho

2.3.4. Custos diretos e indiretos dos acidentes de trabalho

2.4. DOENÇAS PROFISSIONAIS

2.4.1. Conceito

2.4.2. Principais doenças profissionais

2.5. PRINCIPAIS RISCOS PROFISSIONAIS

2.5.1. Riscos biológicos

2.5.2. Agentes biológicos

2.5.3. Vias de entrada no organismo

2.5.4. Medidas de prevenção e proteção

2.5.5. Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção)

2.5.6. Ambiente térmico

2.5.7. Iluminação

2.5.8. Radiações (ionizantes e não ionizantes)

2.5.9. Ruído

2.5.10. Vibrações

2.5.11. Riscos químicos

2.5.11.1. Produtos químicos perigosos

2.5.11.2. Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma

2.5.11.3. Vias de exposição

2.5.11.4. Efeitos na saúde

2.5.11.5. Classificação, rotulagem e armazenagem

2.5.11.6. Medidas de prevenção e proteção

2.5.12. Riscos de incêndio ou explosão

2.5.12.1. O fogo como reação química

2.5.12.1.1. Fenomenologia da combustão

2.5.12.1.2. Principais fontes de energia de ativação

2.5.12.1.3. Classes de Fogos

2.5.12.1.4. Métodos de extinção

2.5.12.2. Meios de primeira intervenção - extintores

2.5.12.2.1. Classificação dos Extintores

2.5.12.2.2. Escolha do agente extintor

2.5.13. Riscos elétricos

2.5.13.1. Riscos de contacto com a corrente elétrica: contatos diretos e indiretos

2.5.13.2. Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano

2.5.13.3. Medidas de prevenção e proteção

2.5.14. Riscos mecânicos

2.5.14.1. Trabalho com máquinas e equipamentos

2.5.14.2. Movimentação mecânica de cargas

2.5.15. Riscos ergonómicos

2.5.15.1. Movimentação manual de cargas

2.5.16. Riscos psicossociais

2.6. SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE

2.6.1. Conceito

2.6.2. Tipos de sinalização

2.7. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

2.7.1. Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual

4285	**Música, som e meios técnicos**	25 horas
Objetivos	**1.** Manipular equipamentos e meios técnicos usados na sonoplastia e luminotecnia. **2.** Aplicar os meios ao seu dispor, adaptando-os a vários contextos.	

Conteúdos

1. O som como forma de comunicação

1.1. O som e o ruído

1.2. Sensações auditivos

2. Tratamento de sinais sonoros

2.1. Noções de acústica

2.2. Natureza do sinal

2.3. Captação e transformação do som

2.4. Sistemas de amplificação

3. O trabalho do sonoplasta nas diversas áreas e fases da sonoplastia

3.1. O conceito de sonoplastia

3.2. A cadeia áudio e seus componentes

4. Técnicas de captação, montagem e mistura

4.1. Montagem de sistemas áudio e P.A.

4286	**Realização plástica do espetáculo**	25 horas

Objetivos	**1.** Reconhecer o valor da expressão plástica nas artes do espetáculo. **2.** Aplicar as técnicas específicas da conceção e realização plástica do espetáculo.

Conteúdos

1. O Espaço Cénico

1.1. Tipos de palco

1.2. Maquinaria de cena

2. O texto, os estilos de encenação e a estética do espaço teatral

2.1. Cenários

2.2. Adereços

2.3. Guarda-roupa

2.4. Caracterização

3. Planeamento e realização:

3.1. Esboços, modelos e maquetas

3.2. Técnicas construtivas simples

3.3. Recuperação e reutilização de materiais

4287	**Arte, património e tradição**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer a arte patrimonial material, imaterial ou intangível, como fonte inspiradora de novas linguagens plásticas. **2.** Reconhecer as tradições, ritos, símbolos, costumes, superstições, jogos, danças, como expressões artísticas genuínas. **3.** Preservar e divulgar a arte enquanto património cultural.	

Conteúdos

1. Conceito de património cultural e artístico

2. Património material, imóvel e móvel

2.1. Património material móvel: objetos de arte – pintura, escultura, códices manuscritos, ourivesaria, tapeçaria, porcelana, cerâmica, mobiliário, traje

2.2. Património material imóvel: Edificado (monumentos civis, militares e religiosos; solares – interesse público); Classificado (local/regional/nacional – IPPAR; internacional – UNESCO)

3. Património imaterial ou intangível (ritos, contos, usos, superstições, costumes, crendices, mitologia, tradições, lendas)

4288	**Dança contemporânea**	25 horas

Objetivos	**1.** Enquadrar histórica e socialmente o aparecimento da dança contemporânea e o trabalho de alguns criadores fundadores. **2.** Identificar várias técnicas e linguagens corporais. **3.** Apresentar coreografias simples.

Conteúdos

1. Alinhamento corporal, força, flexibilidade, coordenação
2. Memorização e reprodução de movimento
3. Qualidade e dinâmica de movimento
4. Improvisação e composição
5. Procura de movimento através da improvisação
6. O contacto com o outro através da improvisação conjunta e da manipulação
7. Realização de pequenas "cenas coreografadas

4289	**O jogo**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer a história dos jogos. **2.** Identificar os jogos tradicionais portugueses. **3.** Identificar os diferentes tipos de jogos e as idades em que se aplicam. **4.** Realizar uma atividade em seja utilizado um jogo. **5.** Construir um jogo. **6.** Elaborar um portefólio de jogos.	

Conteúdos

1. Conceito de jogo
2. Tipos de jogos (regras, simbólicos, sensório-motores, tradicionais)
3. A história e a evolução dos jogos
4. Jogos tradicionais portugueses
5. Objectivos e finalidades dos jogos
6. As idades em que cada tipo de jogo pode ser aplicado
7. Planeamento e construção de jogos

4290	**Animação de rua - técnicas circenses**	25 horas

Objetivos	**1.** Desenvolver as técnicas de manipulação de bolas. **2.** Desenvolver a técnica de malabarismo com bolas e massas. **3.** Desenvolver as técnicas de Clown. **4.** Desenvolver a capacidade de improviso. **5.** Desenvolver a Personagem de Clown (guarda-roupa, Materiais e acessórios). **6.** Dominar o monociclo e as andas. **7.** Aplicar as técnicas de equilibrismo. **8.** Realizar figuras básicas da Globoflexia. **9.** Dominar as técnicas de Pirofagia. **10.** Executar exercícios da acrobacia de solo e aérea. **11.** Aplicar as técnicas de animação de rua.

Conteúdos

1. Malabarismo (Teoria / prática)

2. Clown (Teoria / prática)

3. Equilibrismo (Teoria / prática)

4. Modelação de Balões (Teoria / prática)

5. Pirofagia (Teoria)

6. Acrobacia solo / aérea (Teoria / prática)

7. História e Ciência do malabarismo

8. Materiais e Estilos de malabarismo

9. Desenvolvimento do Clown individual

- **9.1.** Técnicas do Clown (Acordar / 1º, 2º, 3º, 4º susto / Caminhar / Voz / Regras do Clown)
- **9.2.** Acessórios do Clown
- **9.3.** Equilibrismo
- **9.4.** Monociclo (Teoria / prática)
- **9.5.** Níveis do Monociclismo
- **9.6.** Exercícios de manipulação do monociclo

10. Andas (prática)

- **10.1.** - Exercícios de manipulação das andas

11. Globoflexia

- **11.1.** Tipos de Balões
- **11.2.** Técnica de encher e modelar
- **11.3.** Aprendizagem de algumas figuras

12. Pirofagia (Teoria)

- **12.1.** Segurança
- **12.2.** Treino
- **12.3.** Cenário
- **12.4.** Equipamento
- **12.5.** Líquidos
- **12.6.** Condições Climatéricas
- **12.7.** Materiais adequados

13. Acrobacia de solo / aérea

13.1. Trapézio Fixo (Teoria)

13.2. Regras básicas e específicas.

13.3. Acrobacia de solo (prática)

13.4. Exercícios e posições de acrobacia

14. Animação de rua

14.1. Comunicação Interpessoal

14.2. Interacção do artista com assistência.

14.3. Adequação da performance ao espectáculo

14.4. Gestão de espaço / tempo

14.5. Cenário / Guarda-roupa / materiais

7852	**Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento**	25 horas
Objetivos	**1.** Explicar o conceito de empreendedorismo. **2.** Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor. **3.** Aplicar instrumentos de diagnóstico e de autodiagnóstico de competências empreendedoras. **4.** Analisar o perfil pessoal e o potencial como empreendedor. **5.** Identificar as necessidades de desenvolvimento técnico e comportamental, de forma a favorecer o potencial empreendedor.	

Conteúdos

1. Empreendedorismo

1.1. Conceito de empreendedorismo

1.2. Vantagens de ser empreendedor

1.3. Espírito empreendedor versus espírito empresarial

2. Autodiagnóstico de competências empreendedoras

2.1. Diagnóstico da experiência de vida

2.2. Diagnóstico de conhecimento das "realidades profissionais"

2.3. Determinação do "perfil próprio" e autoconhecimento

2.4. Autodiagnóstico das motivações pessoais para se tornar empreendedor

3. Caráterísticas e competências-chave do perfil empreendedor

3.1. Pessoais

3.1.1. Autoconfiança e automotivação

3.1.2. Capacidade de decisão e de assumir riscos

3.1.3. Persistência e resiliência

3.1.4. Persuasão

3.1.5. Concretização

3.2. Técnicas

3.2.1. Área de negócio e de orientação para o cliente

3.2.2. Planeamento, organização e domínio das TIC

3.2.3. Liderança e trabalho em equipa

4. Fatores que inibem o empreendedorismo

5. Diagnóstico de necessidades do empreendedor

5.1. Necessidades de caráter pessoal

5.2. Necessidades de caráter técnico

6. Empreendedor - autoavaliação

6.1. Questionário de autoavaliação e respetiva verificação da sua adequação ao perfil comportamental do empreendedor

7853	**Ideias e oportunidades de negócio**	50 horas
Objetivos	**1.** Identificar os desafios e problemas como oportunidades. **2.** Identificar ideias de criação de pequenos negócios, reconhecendo as necessidades do público-alvo e do mercado. **3.** Descrever, analisar e avaliar uma ideia de negócio capaz de satisfazer necessidades. **4.** Identificar e aplicar as diferentes formas de recolha de informação necessária à criação e orientação de um negócio. **5.** Reconhecer a viabilidade de uma proposta de negócio, identificando os diferentes fatores de sucesso e insucesso. **6.** Reconhecer as características de um negócio e as atividades inerentes à sua prossecução. **7.** Identificar os financiamentos, apoios e incentivos ao desenvolvimento de um negócio, em função da sua natureza e plano operacional.	

Conteúdos

1. Criação e desenvolvimento de ideias/oportunidades de negócio

1.1. Noção de negócio sustentável

1.2. Identificação e satisfação das necessidades

1.2.1. Formas de identificação de necessidades de produtos/serviços para potenciais clientes/consumidores

1.2.2. Formas de satisfação de necessidades de potenciais clientes/consumidores, tendo presente as normas de qualidade, ambiente e inovação

2. Sistematização, análise e avaliação de ideias de negócio

2.1. Conceito básico de negócio

2.1.1. Como resposta às necessidades da sociedade

2.2. Das oportunidades às ideias de negócio

2.2.1. Estudo e análise de bancos/bolsas de ideias

2.2.2. Análise de uma ideia de negócio - potenciais clientes e mercado (target)

2.2.3. Descrição de uma ideia de negócio

2.3. Noção de oportunidade relacionada com o serviço a clientes

3. Recolha de informação sobre ideias e oportunidades de negócio/mercado

3.1. Formas de recolha de informação

3.1.1. Direta – junto de clientes, da concorrência, de eventuais parceiros ou promotores

3.1.2. Indireta – através de associações ou serviços especializados - públicos ou privados, com recurso a estudos de mercado/viabilidade e informação disponível on-line ou noutros suportes

3.2. Tipo de informação a recolher

3.2.1. O negócio, o mercado (nacional, europeu e internacional) e a concorrência

3.2.2. Os produtos ou serviços

3.2.3. O local, as instalações e os equipamentos

3.2.4. A logística – transporte, armazenamento e gestão de stocks

3.2.5. Os meios de promoção e os clientes

3.2.6. O financiamento, os custos, as vendas, os lucros e os impostos

4. Análise de experiências de criação de negócios

4.1. Contacto com diferentes experiências de empreendedorismo

4.1.1. Por setor de atividade/mercado

4.1.2. Por negócio

4.2. Modelos de negócio

4.2.1. Benchmarking

4.2.2. Criação/diferenciação de produto/serviço, conceito, marca e segmentação de clientes

4.2.3. Parceria de outsourcing

4.2.4. Franchising

4.2.5. Estruturação de raiz

4.2.6. Outras modalidades

5. Definição do negócio e do target

5.1. Definição sumária do negócio

5.2. Descrição sumária das atividades

5.3. Target a atingir

6. Financiamento, apoios e incentivos à criação de negócios

6.1. Meios e recursos de apoio à criação de negócios

6.2. Serviços e apoios públicos – programas e medidas

6.3. Banca, apoios privados e capitais próprios

6.4. Parcerias

7. Desenvolvimento e validação da ideia de negócio

7.1. Análise do negócio a criar e sua validação prévia

7.2. Análise crítica do mercado

7.2.1. Estudos de mercado

7.2.2. Segmentação de mercado

7.3. Análise crítica do negócio e/ou produto

7.3.1. Vantagens e desvantagens

7.3.2. Mercado e concorrência

7.3.3. Potencial de desenvolvimento

7.3.4. Instalação de arranque

7.4. Economia de mercado e economia social – empreendedorismo comercial e empreendedorismo social

8. Tipos de negócio

8.1. Natureza e constituição jurídica do negócio

8.1.1. Atividade liberal

8.1.2. Empresário em nome individual

8.1.3. Sociedade por quotas

9. Contacto com entidades e recolha de informação no terreno

9.1. Contactos com diferentes tipologias de entidades (municípios, entidades financiadoras, assessorias técnicas, parceiros, …)

9.2. Documentos a recolher (faturas pró-forma; plantas de localização e de instalações, catálogos técnicos, material de promoção de empresas ou de negócios, etc…)

7854	**Plano de negócio – criação de micronegócios**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho. **2.** Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio. **3.** Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver. **4.** Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira. **5.** Elaborar um plano de negócio.	

Conteúdos

1. Planeamento e organização do trabalho

1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo

1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados

2. Conceito de plano de ação e de negócio

2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios

2.2. Análise de experiências de negócio

2.2.1. Negócios de sucesso

2.2.2. Insucesso nos negócios

2.3. Análise SWOT do negócio

2.3.1. Pontos fortes e fracos

2.3.2. Oportunidades e ameaças ou riscos

2.4. Segmentação do mercado

2.4.1. Abordagem e estudo do mercado

2.4.2. Mercado concorrencial

2.4.3. Estratégias de penetração no mercado

2.4.4. Perspetivas futuras de mercado

3. Plano de ação

3.1. Elaboração do plano individual de ação

3.1.1. Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio

3.1.2. Processo de angariação de clientes e negociação contratual

4. Estratégia empresarial

4.1. Análise, formulação e posicionamento estratégico

4.2. Formulação estratégica

4.3. Planeamento, implementação e controlo de estratégias

4.4. Negócios de base tecnológica | Start-up

4.5. Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures

4.6. Estratégias de internacionalização

4.7. Qualidade e inovação na empresa

5. Plano de negócio

5.1. Principais características de um plano de negócio

5.1.1. Objetivos

5.1.2. Mercado, interno e externo, e política comercial

5.1.3. Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa

5.1.4. Etapas e atividades

5.1.5. Recursos humanos

5.1.6. Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)

5.2. Formas de análise do próprio negócio de médio e longo prazo

5.2.1. Elaboração do plano de ação

5.2.2. Elaboração do plano de marketing

5.2.3. Desvios ao plano

5.3. Avaliação do potencial de rendimento do negócio

5.4. Elaboração do plano de aquisições e orçamento

5.5. Definição da necessidade de empréstimo financeiro

5.6. Acompanhamento do plano de negócio

6. Negociação com os financiadores

7855	**Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios**	50 horas
Objetivos	**1.** Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho. **2.** Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio. **3.** Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver. **4.** Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira. **5.** Reconhecer a estratégia geral e comercial de uma empresa. **6.** Reconhecer a estratégia de I&D de uma empresa. **7.** Reconhecer os tipos de financiamento e os produtos financeiros. **8.** Elaborar um plano de marketing, de acordo com a estratégia definida. **9.** Elaborar um plano de negócio.	

Conteúdos

1. Planeamento e organização do trabalho

1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo

1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados

2. Conceito de plano de ação e de negócio

2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios

2.2. Análise de experiências de negócio

2.2.1. Negócios de sucesso

2.2.2. Insucesso nos negócios

2.3. Análise SWOT do negócio

2.3.1. Pontos fortes e fracos

- **2.3.2.** Oportunidades e ameaças ou riscos
- **2.4.** Segmentação do mercado
  - **2.4.1.** Abordagem e estudo do mercado
  - **2.4.2.** Mercado concorrencial
  - **2.4.3.** Estratégias de penetração no mercado
  - **2.4.4.** Perspetivas futuras de mercado
- **3.** Plano de ação
  - **3.1.** Elaboração do plano individual de ação
    - **3.1.1.** Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio
    - **3.1.2.** Processo de angariação de clientes e negociação contratual
- **4.** Estratégia empresarial
  - **4.1.** Análise, formulação e posicionamento estratégico
  - **4.2.** Formulação estratégica
  - **4.3.** Planeamento, implementação e controlo de estratégias
  - **4.4.** Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures
  - **4.5.** Estratégias de internacionalização
  - **4.6.** Qualidade e inovação na empresa
- **5.** Estratégia comercial e planeamento de marketing
  - **5.1.** Planeamento estratégico de marketing
  - **5.2.** Planeamento operacional de marketing (marketing mix)
  - **5.3.** Meios tradicionais e meios de base tecnológica (e-marketing)
  - **5.4.** Marketing internacional | Plataformas multiculturais de negócio (da organização ao consumidor)
  - **5.5.** Contacto com os clientes | Hábitos de consumo
  - **5.6.** Elaboração do plano de marketing
    - **5.6.1.** Projeto de promoção e publicidade
    - **5.6.2.** Execução de materiais de promoção e divulgação
- **6.** Estratégia de I&D
  - **6.1.** Incubação de empresas
    - **6.1.1.** Estrutura de incubação
    - **6.1.2.** Tipologias de serviço
  - **6.2.** Negócios de base tecnológica | Start-up
  - **6.3.** Patentes internacionais
  - **6.4.** Transferência de tecnologia
- **7.** Financiamento
  - **7.1.** Tipos de abordagem ao financiador
  - **7.2.** Tipos de financiamento (capital próprio, capital de risco, crédito, incentivos nacionais e internacionais)
  - **7.3.** Produtos financeiros mais específicos (leasing, renting, factoring, …)
- **8.** Plano de negócio
  - **8.1.** Principais características de um plano de negócio
    - **8.1.1.** Objetivos
    - **8.1.2.** Mercado, interno e externo, e política comercial
    - **8.1.3.** Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
    - **8.1.4.** Etapas e atividades
    - **8.1.5.** Recursos humanos
    - **8.1.6.** Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)

8.2. Desenvolvimento do conceito de negócio

8.3. Proposta de valor

8.4. Processo de tomada de decisão

8.5. Reformulação do produto/serviço

8.6. Orientação estratégica (plano de médio e longo prazo)

8.6.1. Desenvolvimento estratégico de comercialização

8.7. Estratégia de controlo de negócio

8.8. Planeamento financeiro

8.8.1. Elaboração do plano de aquisições e orçamento

8.8.2. Definição da necessidade de empréstimo financeiro

8.8.3. Estimativa dos juros e amortizações

8.8.4. Avaliação do potencial de rendimento do negócio

8.9. Acompanhamento da consecução do plano de negócio

8598	**Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Definir os conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem. **2.** Identificar competências adquiridas ao longo da vida. **3.** Explicar a importância da adoção de uma atitude empreendedora como estratégia de empregabilidade. **4.** Identificar as competências transversais valorizadas pelos empregadores. **5.** Reconhecer a importância das principais competências de desenvolvimento pessoal na procura e manutenção do emprego. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **8.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **9.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **10.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem (formal e informal) – aplicação destes conceitos na compreensão da sua história de vida, identificação e valorização das competências adquiridas

2. Atitude empreendedora/proactiva

3. Competências valorizadas pelos empregadores - transferíveis entre os diferentes contextos laborais

3.1. Competências relacionais

3.2. Competências criativas

3.3. Competências de gestão do tempo

3.4. Competências de gestão da informação

3.5. Competências de tomada de decisão

3.6. Competências de aprendizagem (aprendizagem ao longo da vida)

4. Modalidades de trabalho

5. Mercado de trabalho visível e encoberto
6. Pesquisa de informação para procura de emprego
7. Medidas ativas de emprego e formação
8. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
9. Rede de contactos (sociais ou relacionais)
10. Curriculum vitae
11. Anúncios de emprego
12. Candidatura espontânea
13. Entrevista de emprego

8599	**Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Explicar o conceito de assertividade. **2.** Identificar e desenvolver tipos de comportamento assertivo. **3.** Aplicar técnicas de assertividade em contexto socioprofissional. **4.** Reconhecer as formas de conflito na relação interpessoal. **5.** Definir o conceito de inteligência emocional. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as principais estratégias de procura de emprego. **8.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **9.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **10.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **11.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Comunicação assertiva
2. Assertividade no relacionamento interpessoal
3. Assertividade no contexto socioprofissional
4. Técnicas de assertividade em contexto profissional
5. Origens e fontes de conflito na empresa
6. Impacto da comunicação no relacionamento humano
7. Comportamentos que facilitam e dificultam a comunicação e o entendimento
8. Atitude tranquila numa situação de conflito
9. Inteligência emocional e gestão de comportamentos
10. Modalidades de trabalho
11. Mercado de trabalho visível e encoberto
12. Pesquisa de informação para procura de emprego
13. Medidas ativas de emprego e formação
14. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
15. Rede de contactos

16. Curriculum vitae

17. Anúncios de emprego

18. Candidatura espontânea

19. Entrevista de emprego

8600	**Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Definir o conceito de empreendedorismo. **2.** Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor. **3.** Identificar o perfil do empreendedor. **4.** Reconhecer a ideia de negócio. **5.** Definir as fases de um projeto. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as principais estratégias de procura de emprego. **8.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **9.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **10.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **11.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Conceito de empreendedorismo – múltiplos contextos e perfis de intervenção

2. Perfil do empreendedor

3. Fatores que inibem o empreendorismo

4. Ideia de negócio e projet

5. Coerência do projeto pessoal / projeto empresarial

6. Fases da definição do projeto

7. Modalidades de trabalho

8. Mercado de trabalho visível e encoberto

9. Pesquisa de informação para procura de emprego

10. Medidas ativas de emprego e formação

11. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)

12. Rede de contactos

13. Curriculum vitae

14. Anúncios de emprego

15. Candidatura espontânea

16. Entrevista de emprego

10672	**Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais**	25 horas

Objetivos	**1.** Identificar a importância do direito fundamental à proteção de dados pessoais. **2.** Reconhecer as implicações do Regulamento Geral da Proteção de Dados (RGPD) na respetiva atividade profissional. **3.** Reconhecer a importância da integração do RGPD com as diferentes normas dos Sistemas de Gestão (Qualidade, Ambiente, Segurança, Segurança Informática, …).

Conteúdos

1. Direito fundamental à proteção de dados pessoais como autocontrolo da informação que nos respeita

2. Regulamento Geral de Proteção de Dados

- **2.1.** Principais conceitos, princípios e atores
- **2.2.** Obrigações dos responsáveis pelo tratamento e subcontratantes
- **2.3.** Direitos dos titulares dos dados
- **2.4.** Fiscalização

3. Implementação do RGPD – aspetos críticos / considerações gerais

- **3.1.** Ciclo de Vida do Processo de Implementação do RGPD
- **3.2.** Questões da Segurança Informática
- **3.3.** Questões da sua integração com os Sistemas de Gestão

10746	**Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar o papel e funções do responsável na empresa/organização pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em situações de epidemias/pandemias no local de trabalho. **2.** Reconhecer a importância das diretrizes internacionais, nacionais e regionais no quadro da prevenção e mitigação de epidemias/pandemias no local de trabalho e a necessidade do seu cumprimento legal. **3.** Apoiar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na implementação do Plano de Contingência da organização/empresa, em articulação com as entidades e estruturas envolvidas e de acordo com o respetivo protocolo interno, assegurando a sua atualização e implementação. **4.** Apoiar na gestão das medidas de prevenção e proteção dos trabalhadores, clientes e/ou fornecedores, garantindo o seu cumprimento em todas as fases de implementação do Plano de Contingência, designadamente na reabertura das atividades económicas.	

Conteúdos

1. Papel do responsável pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em cenários de exceção

- **1.1.** Deveres e direitos dos empregadores e trabalhadores na prevenção da epidemia/pandemia
- **1.2.** Funções e competências – planeamento, organização, execução, avaliação
- **1.3.** Cooperação interna e externa – diferentes atores e equipas
- **1.4.** Medidas de intervenção e prevenção para trabalhadores e clientes e/ou fornecedores – Plano de Contingência da empresa/organização (procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em articulação com os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho da empresa, trabalhadores e respetivas estruturas

representativas, quando aplicável)

1.5. Comunicação e Informação (diversos canais) – participação dos trabalhadores e seus representantes

1.6. Auditorias periódicas às atividades económicas, incluindo a componente comportamental (manutenção do comportamento seguro dos trabalhadores)

1.7. Recolha de dados, reporte e melhoria contínua

2. Plano de Contingência

2.1. Legislação e diretrizes internacionais, nacionais e regionais

2.2. Articulação com diferentes estruturas – do sistema de saúde, do trabalho e da economia e Autoridades Competentes

2.3. Comunicação interna, diálogo social e participação na tomada de decisões

2.4. Responsabilidade e aprovação do Plano

2.5. Disponibilização, divulgação e atualização do Plano (diversos canais)

2.6. Política, planeamento e organização

2.7. Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de doença infeciosa (isolamento, contacto com assistência médica, limpeza e desinfeção, descontaminação e armazenamento de resíduos, vigilância de saúde de pessoas que estiveram em estreito contacto com trabalhadores/as infetados/as)

2.8. Avaliação de riscos

2.9. Controlo de riscos – medidas de prevenção e proteção

2.9.1. Higiene, ventilação e limpeza do local de trabalho

2.9.2. Higiene das mãos e etiqueta respiratória no local de trabalho ou outra, em função da tipologia da doença e via(s) de transmissão

2.9.3. Viagens de caráter profissional, utilização de veículos da empresa, deslocações de/e para o trabalho

2.9.4. Realização de reuniões de trabalho, visitas e outros eventos

2.9.5. Deteção de temperatura corporal e auto monitorização dos sintomas

2.9.6. Equipamento de Proteção Individual (EPI) e Coletivo (EPC) – utilização, conservação, higienização e descarte

2.9.7. Distanciamento físico entre pessoas, reorganização dos locais e horários de trabalho

2.9.8. Formação e informação

2.9.9. Trabalho presencial e teletrabalho

2.10. Proteção dos trabalhadores mais vulneráveis e grupos de risco – adequação da vigilância

3. Revisão do Plano de Contingência, adaptação das medidas e verificação das ações de melhoria

4. Manual de Reabertura das atividades económicas

4.1. Diretrizes organizacionais – modelo informativo, fases de intervenção, formação e comunicação

4.2. Indicações operacionais – precauções básicas de prevenção e controlo de infeção, condições de proteção antes do regresso ao trabalho presencial e requisitos de segurança e saúde no local de trabalho

4.3. Gestão de riscos profissionais – fatores de risco psicossocial, riscos biomecânicos, riscos profissionais associados à utilização prolongada de EPI, riscos biológicos, químicos, físicos e ergonómicos

4.4. Condições de proteção e segurança para os consumidores/clientes

4.5. Qualidade e segurança na prestação do serviço e/ou entrega do produto – operação segura, disponibilização de EPI, material de limpeza de uso único, entre outros, descontaminação

4.6. Qualidade e segurança no manuseamento, dispensa e pagamento de produtos e serviços

4.7. Sensibilização e promoção da saúde – capacitação e combate à desinformação, saúde pública e SST

4.8. Transformação digital – novas formas de trabalho e de consumo

10759	**Teletrabalho**	25 horas

Objetivos	**1.** Reconhecer o enquadramento legal, as modalidades de teletrabalho e o seu impacto para a organização e trabalhadores/as. **2.** Identificar o perfil e papel do/a teletrabalhador/a no contexto dos novos desafios laborais e ocupacionais e das políticas organizacionais. **3.** Identificar e selecionar ferramentas e plataformas tecnológicas de apoio ao trabalho remoto. **4.** Adaptar o ambiente de trabalho remoto ao regime de trabalho à distância e implementar estratégias de comunicação, produtividade, motivação e de confiança em ambiente colaborativo. **5.** Aplicar as normas de segurança, confidencialidade e proteção de dados organizacionais nos processos de comunicação e informação em regime de teletrabalho. **6.** Planear e organizar o dia de trabalho em regime de teletrabalho, assegurando a conciliação da vida profissional com a vida pessoal e familiar.

Conteúdos

1. Teletrabalho

1.1. Conceito e caracterização em contexto tradicional e em cenários de exceção

1.2. Enquadramento legal, regime, modalidades e negociação

1.3. Deveres e direitos dos/as empregadores/as e teletrabalhadores

1.4. Vantagens e desafios para os/as teletrabalhadores e para a sociedade

2. Competências do/a teletrabalhador/a

2.1. Competências comportamentais e atitudinais – capacidade de adaptação à mudança e ao novo ambiente de trabalho, automotivação, autodisciplina, capacidade de inter-relacionamento e socialização a distância, valorização do compromisso e adesão ao regime de teletrabalho

2.2. Competências técnicas – utilização de tecnologias e ferramentas digitais, gestão do tempo, gestão por objetivos, ferramentas colaborativas, capacitação e literacia digital

3. Pessoas, produtividade e bem-estar em contexto de teletrabalho

3.1. Gestão da confiança

3.1.1. Promoção dos valores organizacionais e valorização de uma missão coletiva

3.1.2. Acompanhamento permanente e reforço de canais de comunicação (abertos e transparentes)

3.1.3. Partilha de planos organizacionais de ajustamento e distribuição do trabalho e disseminação de boas práticas

3.1.4. Identificação de sinais de alerta e gestão dos riscos psicossociais

3.2. Gestão da distância

3.2.1. Sensibilização, capacitação e promoção da segurança e saúde no trabalho

3.2.2. Reorganização dos locais e horários de trabalho

3.2.3. Equipamentos, ferramentas, programas e aplicações informáticas e ambientes virtuais (trabalho colaborativo)

3.2.4. Motivação e feedback

3.2.5. Cumprimento dos tempos de trabalho (disponibilidade contratualizada)

3.2.6. Reconhecimento das exigências e dificuldades associadas ao trabalho remoto

3.2.7. Gestão da eventual sobreposição do trabalho à vida pessoal

3.2.8. Controlo e proteção de dados pessoais

3.2.9. Confidencialidade e segurança da informação e da comunicação

3.2.10. Assistência técnica remota

3.3. Gestão da informação, reuniões e eventos (à distância e/ou presenciais)

3.4. Formação e desenvolvimento de novas competências

3.5. Transformação digital – novas formas de trabalho

4. Desempenho profissional em regime de teletrabalho

4.1. Organização do trabalho

4.2. Ambiente de trabalho – iluminação, temperatura, ruído

4.3. Espaço de e para o teletrabalho

4.4. Mobiliário e equipamentos informáticos – condições ergonómicas adaptadas ao novo contexto de trabalho

4.5. Pausas programadas

4.6. Riscos profissionais e psicossociais

4.6.1. Salubridade laboral, ocupacional, individual, psíquica e social

4.6.2. Avaliação e controlo de riscos

4.6.3. Acidentes de trabalho

4.7. Gestão do isolamento

4291	**Animação sócio-educativa**	25 horas
Objetivos	**1.** Analisar a importância da animação sócio-educativa no desenvolvimento social. **2.** Identificar os espaços e grupos-alvo da intervenção em animação sócio-educativa.	

Conteúdos

1. A Animação como função educativa

1.1. Educação, ensino e formação

1.2. Pedagogia social e participação social

1.3. Animação sócio-educativa – prevenir e intervir

2. Espaços e grupos-alvo de intervenção em animação sócio-educativa

2.1. O espaço escolar e a comunidade educativa

2.2. Estruturas complementares à escola (atl, ludoteca, biblioteca, ...)

2.3. Espaços lúdicos

2.4. Projectos de desenvolvimento local

2.5. Estruturas de educação e formação de adultos

3. Estratégias de Intervenção

3.1. O estímulo da criatividade

3.2. A promoção da literacia

3.3. A diversidade cultural, fator de enriquecimento pessoal e da comunidade

3.4. A interação com a comunidade local

3.5. O envolvimento da família no processo educativo

4292	**Animação para a terceira idade**	25 horas

Objetivos	**1.** Identificar as características da Terceira Idade e principais aspetos sociais. **2.** Promover a participação do idoso na vida comunitária. **3.** Promover as relações intergeracionais. **4.** Desenvolver atividades de animação sociocultural para a terceira idade.

Conteúdos

1. Conceitos de Geriatria e Gerontologia

2. Conceitos de Envelhecimento e Velhice

3. O idoso na sociedade contemporânea

4. Instituições de apoio à terceira idade

5. Formas de intervenção emanimação sociocultural para a terceira idade

4293	**Intervenção em espaços culturais**	25 horas
Objetivos	**1.** Intervir na dinamização cultura/escola, cultura/ruralidade, cultura/centros urbanos. **2.** Promover o intercâmbio cultural. **3.** Avaliar as questões suscitadas pela intervenção nas várias áreas da cultura.	

Conteúdos

1. Legislação Cultural

2. Intervenção em produtos e espaços culturais

3. Estratégias de aproveitamento de equipamentos culturais

4. Produção de programas culturais

4.1. Rentabilização de programações já existentes nos Municípios

4.2. Promoção da programação e produção e distribuição de materiais de divulgação de eventos e atividades

5. Actividade nos recintos culturais e apoio a grupos e atividades públicas e privadas que se movem em seu torno (alojamentos, restauração e atividades culturais gerais das comunidades envolvidas)

4294	**Animação ambiental e de património**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer a importância do estudo, da proteção, da valorização, da divulgação e da animação do Património Cultural. **2.** Identificar as características históricas da região e do seu património cultural. **3.** Desenvolver projetos de animação patrimonial e ambiental. **4.** Aplicar as técnicas de animação em atividades de animação ambiental e patrimonial.	

Conteúdos

1. Contextualização histórica dos conceitos de animação social, cultural e educativa
2. Participação, voluntariado e participação social
3. Promoção da cidadania nos grupos-alvo
4. Ateliers temáticos construídos com a metodologia *Oficina de Trabalho*
5. Regras de trabalho em jogos e atividades lúdicas e pedagógicas
6. Animação ambiental
   - **6.1.** Contextualização histórica do conceito de educação ambiental
   - **6.2.** Enquadramento da animação ambiental na educação não-formal
   - **6.3.** Conceitos transversais à animação ambiental
   - **6.4.** O animador ambiental enquanto organizador de grupos sociais
7. Animação patrimonial
   - **7.1.** O conceito de património
   - **7.2.** Base legal relativa ao património cultural português
   - **7.3.** A identidade cultural
   - **7.4.** A perda da identidade cultural e a globalização cultural
   - **7.5.** As áreas do património cultural
   - **7.6.** Aspectos da cultura popular dos portugueses
   - **7.7.** O estudo, a proteção, a valorização, a divulgação e a animação do património cultural
   - **7.8.** Características do património cultural da região
   - **7.9.** Técnicas de animação aplicadas ao património

4295	**Animação turística e desportiva**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer o enquadramento legal nas áreas do desporto e do turismo. **2.** Organizar roteiros turísticos. **3.** Planificar atividades de animação turística. **4.** Planificar atividades de animação desportiva. **5.** Aplicar técnicas de animação ao contexto sociocultural da região.	

Conteúdos

1. Enquadramento legal nas áreas do desporto e do turismo
2. Os roteiros turísticos
3. Animação turística
4. Animação desportiva
5. Técnicas de animação aplicadas ao contexto sociocultural da região

4296	**Associativismo e animação**	25 horas

Objetivos	**1.** Definir o conceito de associativismo. **2.** Reconhecer o papel das associações no desenvolvimento comunitário. **3.** Reconhecer a importância da ligação entre a atividade do animador sociocultural e as estruturas associativas.

Conteúdos

1. Associativismo: papel e função sociocultural

2. Tipos de associações

3. Áreas de intervenção

4. Formas de organização

5. Legislação aplicável

4297	**Animação e desenvolvimento comunitário**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer o papel do animador sociocultural na organização e gestão da intervenção na comunidade. **2.** Desenhar e implementar projetos em diferentes contexto comunitários. **3.** Intervir enquanto agente no desenvolvimento partilhado das comunidades.	

Conteúdos

1. Delimitação das áreas de intervenção comunitária em animação social, cultural e educativa

2. O território como março delimitador da ação na animação comunitária

3. A comunidade como espaço privilegiado de desenvolvimento na animação

4. A animação comunitária: princípios e métodos segundo diferentes autores

5. Metodologias subjacentes à intervenção com diferentes comunidades identificadas e delimitadas.

6. Técnicas transversais à intervenção comunitária

7. Os projetos comunitários como forma de mudança / resolução de problemas

8. Percursos" de trabalho de projeto em animação social, educativa ou cultural com diferentes comunidades

4298	**Gestão de projetos de animação**	25 horas
Objetivos	**1.** Aplicar dispositivos metodológicos e técnicos de intervenção em animação sociocultural. **2.** Aplicar metodologias de participação ativa numa perspetiva de liderança democrática. **3.** Operacionalizar e gerir projetos de animação sociocultural.	

Conteúdos

1. Modelos de intervenção: modelo sistémico; investigação-ação; planeamento estratégico

2. Planificação sociocultural

2.1. Planificação/programação

2.2. Plano, programa, projeto

3. Princípios básicos de planificação

4. Etapas de construção de um projeto

5. Desenho de projetos de intervenção social

5.1. Diagnóstico e fundamentação da ação – a análise e interpretação da realidade social (técnicas de diagnóstico; colectivização de necessidades - divulgação da informação; estabelecimento de prioridades)

5.2. Elaboração do projeto – planificação da ação (definição de finalidades e objectivos; construção de indicadores; definição de estratégias, atividades e acções; organização de recursos; temporalização; planear a participação)

6. Operacionalização e gestão do projeto (organização de parcerias; aplicação de dispositivos de participação; divulgação e marketing social; aplicação de instrumentos de gestão e controle da execução; gestão da equipa de trabalho; gestão de recursos)

7. A avaliação – revisão e ajuste (o conceito de avaliação – a avaliação participada; funções e modalidades da avaliação; elementos e instrumentos de avaliação)

8. A sistematização da prática

4299	**Animação de bibliotecas**	25 horas
Objetivos	**1.** Reconhecer as problemáticas da leitura na atualidade. **2.** Analisar a realidade específica das bibliotecas e da animação da leitura. **3.** Planear e implementar metodologias e técnicas de animação do livro e da leitura.	

Conteúdos

1. A problemática da leitura no século XXI

1.1. Quem lê e o que lê (classes, faixas etárias,…)

1.2. Responsabilidades e missões dos intervenientes no circuito do livro

2. Missões da biblioteca pública e da biblioteca escolar

2.1. O manifesto da UNESCO

2.2. Linhas orientadoras da IFLA para crianças e jovens

3. Leitura instrumental e leitura lúdica

4. Estratégias de animação da leitura

4.1. Animações de informação

4.2. Animações lúdicas

4.3. Animações de aprofundamento

4.4. Animações responsabilizantes

4.5. Outros tipos de animações

5. O contador / animador / mediador da leitura

5.1. O corpo e a voz

5.2. Como contar histórias (leitura e oralidade)

5.3. Organização da sessão de contos de acordo com as fases etárias

6. O projeto de animação da leitura

6.1. Etapas e componentes do planeamento de actividades

6.2. A divulgação das actividades

6.3. A implementação das actividades

6.4. A avaliação das actividades

7852	**Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento**	25 horas
Objetivos	**1.** Explicar o conceito de empreendedorismo. **2.** Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor. **3.** Aplicar instrumentos de diagnóstico e de autodiagnóstico de competências empreendedoras. **4.** Analisar o perfil pessoal e o potencial como empreendedor. **5.** Identificar as necessidades de desenvolvimento técnico e comportamental, de forma a favorecer o potencial empreendedor.	

Conteúdos

1. Empreendedorismo

1.1. Conceito de empreendedorismo

1.2. Vantagens de ser empreendedor

1.3. Espírito empreendedor versus espírito empresarial

2. Autodiagnóstico de competências empreendedoras

2.1. Diagnóstico da experiência de vida

2.2. Diagnóstico de conhecimento das "realidades profissionais"

2.3. Determinação do "perfil próprio" e autoconhecimento

2.4. Autodiagnóstico das motivações pessoais para se tornar empreendedor

3. Caráterísticas e competências-chave do perfil empreendedor

3.1. Pessoais

3.1.1. Autoconfiança e automotivação

3.1.2. Capacidade de decisão e de assumir riscos

3.1.3. Persistência e resiliência

3.1.4. Persuasão

3.1.5. Concretização

3.2. Técnicas

3.2.1. Área de negócio e de orientação para o cliente

3.2.2. Planeamento, organização e domínio das TIC

3.2.3. Liderança e trabalho em equipa

4. Fatores que inibem o empreendedorismo

5. Diagnóstico de necessidades do empreendedor

5.1. Necessidades de caráter pessoal

5.2. Necessidades de caráter técnico

6. Empreendedor - autoavaliação

6.1. Questionário de autoavaliação e respetiva verificação da sua adequação ao perfil comportamental do empreendedor

7853	**Ideias e oportunidades de negócio**	50 horas
Objetivos	**1.** Identificar os desafios e problemas como oportunidades. **2.** Identificar ideias de criação de pequenos negócios, reconhecendo as necessidades do público-alvo e do mercado. **3.** Descrever, analisar e avaliar uma ideia de negócio capaz de satisfazer necessidades. **4.** Identificar e aplicar as diferentes formas de recolha de informação necessária à criação e orientação de um negócio. **5.** Reconhecer a viabilidade de uma proposta de negócio, identificando os diferentes fatores de sucesso e insucesso. **6.** Reconhecer as características de um negócio e as atividades inerentes à sua prossecução. **7.** Identificar os financiamentos, apoios e incentivos ao desenvolvimento de um negócio, em função da sua natureza e plano operacional.	

Conteúdos

1. Criação e desenvolvimento de ideias/oportunidades de negócio

1.1. Noção de negócio sustentável

1.2. Identificação e satisfação das necessidades

1.2.1. Formas de identificação de necessidades de produtos/serviços para potenciais clientes/consumidores

1.2.2. Formas de satisfação de necessidades de potenciais clientes/consumidores, tendo presente as normas de qualidade, ambiente e inovação

2. Sistematização, análise e avaliação de ideias de negócio

2.1. Conceito básico de negócio

2.1.1. Como resposta às necessidades da sociedade

2.2. Das oportunidades às ideias de negócio

2.2.1. Estudo e análise de bancos/bolsas de ideias

2.2.2. Análise de uma ideia de negócio - potenciais clientes e mercado (target)

2.2.3. Descrição de uma ideia de negócio

2.3. Noção de oportunidade relacionada com o serviço a clientes

3. Recolha de informação sobre ideias e oportunidades de negócio/mercado

3.1. Formas de recolha de informação

3.1.1. Direta – junto de clientes, da concorrência, de eventuais parceiros ou promotores

3.1.2. Indireta – através de associações ou serviços especializados - públicos ou privados, com recurso a estudos de mercado/viabilidade e informação disponível on-line ou noutros suportes

3.2. Tipo de informação a recolher

3.2.1. O negócio, o mercado (nacional, europeu e internacional) e a concorrência

3.2.2. Os produtos ou serviços

3.2.3. O local, as instalações e os equipamentos

3.2.4. A logística – transporte, armazenamento e gestão de stocks

3.2.5. Os meios de promoção e os clientes

3.2.6. O financiamento, os custos, as vendas, os lucros e os impostos

4. Análise de experiências de criação de negócios

4.1. Contacto com diferentes experiências de empreendedorismo

4.1.1. Por setor de atividade/mercado

4.1.2. Por negócio

4.2. Modelos de negócio

4.2.1. Benchmarking

4.2.2. Criação/diferenciação de produto/serviço, conceito, marca e segmentação de clientes

4.2.3. Parceria de outsourcing

4.2.4. Franchising

4.2.5. Estruturação de raiz

4.2.6. Outras modalidades

5. Definição do negócio e do target

5.1. Definição sumária do negócio

5.2. Descrição sumária das atividades

5.3. Target a atingir

6. Financiamento, apoios e incentivos à criação de negócios

6.1. Meios e recursos de apoio à criação de negócios

6.2. Serviços e apoios públicos – programas e medidas

6.3. Banca, apoios privados e capitais próprios

6.4. Parcerias

7. Desenvolvimento e validação da ideia de negócio

7.1. Análise do negócio a criar e sua validação prévia

7.2. Análise crítica do mercado

7.2.1. Estudos de mercado

7.2.2. Segmentação de mercado

7.3. Análise crítica do negócio e/ou produto

7.3.1. Vantagens e desvantagens

7.3.2. Mercado e concorrência

7.3.3. Potencial de desenvolvimento

7.3.4. Instalação de arranque

7.4. Economia de mercado e economia social – empreendedorismo comercial e empreendedorismo social

8. Tipos de negócio

8.1. Natureza e constituição jurídica do negócio

8.1.1. Atividade liberal

8.1.2. Empresário em nome individual

8.1.3. Sociedade por quotas

9. Contacto com entidades e recolha de informação no terreno

9.1. Contactos com diferentes tipologias de entidades (municípios, entidades financiadoras, assessorias técnicas, parceiros, …)

9.2. Documentos a recolher (faturas pró-forma; plantas de localização e de instalações, catálogos técnicos, material de promoção de empresas ou de negócios, etc…)

7854	**Plano de negócio – criação de micronegócios**	25 horas

Objetivos	**1.** Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho. **2.** Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio. **3.** Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver. **4.** Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira. **5.** Elaborar um plano de negócio.

Conteúdos

1. Planeamento e organização do trabalho

1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo

1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados

2. Conceito de plano de ação e de negócio

2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios

2.2. Análise de experiências de negócio

2.2.1. Negócios de sucesso

2.2.2. Insucesso nos negócios

2.3. Análise SWOT do negócio

2.3.1. Pontos fortes e fracos

2.3.2. Oportunidades e ameaças ou riscos

2.4. Segmentação do mercado

2.4.1. Abordagem e estudo do mercado

2.4.2. Mercado concorrencial

2.4.3. Estratégias de penetração no mercado

2.4.4. Perspetivas futuras de mercado

3. Plano de ação

3.1. Elaboração do plano individual de ação

3.1.1. Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio

3.1.2. Processo de angariação de clientes e negociação contratual

4. Estratégia empresarial

4.1. Análise, formulação e posicionamento estratégico

4.2. Formulação estratégica

4.3. Planeamento, implementação e controlo de estratégias

4.4. Negócios de base tecnológica | Start-up

4.5. Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures

4.6. Estratégias de internacionalização

4.7. Qualidade e inovação na empresa

5. Plano de negócio

5.1. Principais características de um plano de negócio

5.1.1. Objetivos

5.1.2. Mercado, interno e externo, e política comercial

5.1.3. Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa

5.1.4. Etapas e atividades

5.1.5. Recursos humanos

5.1.6. Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)

5.2. Formas de análise do próprio negócio de médio e longo prazo

5.2.1. Elaboração do plano de ação

5.2.2. Elaboração do plano de marketing

5.2.3. Desvios ao plano

5.3. Avaliação do potencial de rendimento do negócio

5.4. Elaboração do plano de aquisições e orçamento

5.5. Definição da necessidade de empréstimo financeiro

5.6. Acompanhamento do plano de negócio

6. Negociação com os financiadores

7855	**Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios**	50 horas
Objetivos	**1.** Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho. **2.** Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio. **3.** Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver. **4.** Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira. **5.** Reconhecer a estratégia geral e comercial de uma empresa. **6.** Reconhecer a estratégia de I&D de uma empresa. **7.** Reconhecer os tipos de financiamento e os produtos financeiros. **8.** Elaborar um plano de marketing, de acordo com a estratégia definida. **9.** Elaborar um plano de negócio.	

Conteúdos

1. Planeamento e organização do trabalho

1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo

1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados

2. Conceito de plano de ação e de negócio

2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios

2.2. Análise de experiências de negócio

2.2.1. Negócios de sucesso

2.2.2. Insucesso nos negócios

2.3. Análise SWOT do negócio

2.3.1. Pontos fortes e fracos

2.3.2. Oportunidades e ameaças ou riscos

2.4. Segmentação do mercado

2.4.1. Abordagem e estudo do mercado

2.4.2. Mercado concorrencial

2.4.3. Estratégias de penetração no mercado

- **2.4.4.** Perspetivas futuras de mercado

3. Plano de ação

- **3.1.** Elaboração do plano individual de ação
  - **3.1.1.** Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio
  - **3.1.2.** Processo de angariação de clientes e negociação contratual

4. Estratégia empresarial

- **4.1.** Análise, formulação e posicionamento estratégico
- **4.2.** Formulação estratégica
- **4.3.** Planeamento, implementação e controlo de estratégias
- **4.4.** Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures
- **4.5.** Estratégias de internacionalização
- **4.6.** Qualidade e inovação na empresa

5. Estratégia comercial e planeamento de marketing

- **5.1.** Planeamento estratégico de marketing
- **5.2.** Planeamento operacional de marketing (marketing mix)
- **5.3.** Meios tradicionais e meios de base tecnológica (e-marketing)
- **5.4.** Marketing internacional | Plataformas multiculturais de negócio (da organização ao consumidor)
- **5.5.** Contacto com os clientes | Hábitos de consumo
- **5.6.** Elaboração do plano de marketing
  - **5.6.1.** Projeto de promoção e publicidade
  - **5.6.2.** Execução de materiais de promoção e divulgação

6. Estratégia de I&D

- **6.1.** Incubação de empresas
  - **6.1.1.** Estrutura de incubação
  - **6.1.2.** Tipologias de serviço
- **6.2.** Negócios de base tecnológica | Start-up
- **6.3.** Patentes internacionais
- **6.4.** Transferência de tecnologia

7. Financiamento

- **7.1.** Tipos de abordagem ao financiador
- **7.2.** Tipos de financiamento (capital próprio, capital de risco, crédito, incentivos nacionais e internacionais)
- **7.3.** Produtos financeiros mais específicos (leasing, renting, factoring, …)

8. Plano de negócio

- **8.1.** Principais características de um plano de negócio
  - **8.1.1.** Objetivos
  - **8.1.2.** Mercado, interno e externo, e política comercial
  - **8.1.3.** Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
  - **8.1.4.** Etapas e atividades
  - **8.1.5.** Recursos humanos
  - **8.1.6.** Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)
- **8.2.** Desenvolvimento do conceito de negócio
- **8.3.** Proposta de valor
- **8.4.** Processo de tomada de decisão
- **8.5.** Reformulação do produto/serviço
- **8.6.** Orientação estratégica (plano de médio e longo prazo)

8.6.1. Desenvolvimento estratégico de comercialização

8.7. Estratégia de controlo de negócio

8.8. Planeamento financeiro

8.8.1. Elaboração do plano de aquisições e orçamento

8.8.2. Definição da necessidade de empréstimo financeiro

8.8.3. Estimativa dos juros e amortizações

8.8.4. Avaliação do potencial de rendimento do negócio

8.9. Acompanhamento da consecução do plano de negócio

8598	**Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Definir os conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem. **2.** Identificar competências adquiridas ao longo da vida. **3.** Explicar a importância da adoção de uma atitude empreendedora como estratégia de empregabilidade. **4.** Identificar as competências transversais valorizadas pelos empregadores. **5.** Reconhecer a importância das principais competências de desenvolvimento pessoal na procura e manutenção do emprego. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **8.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **9.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **10.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem (formal e informal) – aplicação destes conceitos na compreensão da sua história de vida, identificação e valorização das competências adquiridas

2. Atitude empreendedora/proactiva

3. Competências valorizadas pelos empregadores - transferíveis entre os diferentes contextos laborais

3.1. Competências relacionais

3.2. Competências criativas

3.3. Competências de gestão do tempo

3.4. Competências de gestão da informação

3.5. Competências de tomada de decisão

3.6. Competências de aprendizagem (aprendizagem ao longo da vida)

4. Modalidades de trabalho

5. Mercado de trabalho visível e encoberto

6. Pesquisa de informação para procura de emprego

7. Medidas ativas de emprego e formação

8. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)

9. Rede de contactos (sociais ou relacionais)

10. Curriculum vitae

11. Anúncios de emprego

12. Candidatura espontânea

13. Entrevista de emprego

8599	**Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Explicar o conceito de assertividade. **2.** Identificar e desenvolver tipos de comportamento assertivo. **3.** Aplicar técnicas de assertividade em contexto socioprofissional. **4.** Reconhecer as formas de conflito na relação interpessoal. **5.** Definir o conceito de inteligência emocional. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as principais estratégias de procura de emprego. **8.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **9.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **10.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **11.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Comunicação assertiva

2. Assertividade no relacionamento interpessoal

3. Assertividade no contexto socioprofissional

4. Técnicas de assertividade em contexto profissional

5. Origens e fontes de conflito na empresa

6. Impacto da comunicação no relacionamento humano

7. Comportamentos que facilitam e dificultam a comunicação e o entendimento

8. Atitude tranquila numa situação de conflito

9. Inteligência emocional e gestão de comportamentos

10. Modalidades de trabalho

11. Mercado de trabalho visível e encoberto

12. Pesquisa de informação para procura de emprego

13. Medidas ativas de emprego e formação

14. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)

15. Rede de contactos

16. Curriculum vitae

17. Anúncios de emprego

18. Candidatura espontânea

19. Entrevista de emprego

8600	**Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego**	25 horas
Objetivos	**1.** Definir o conceito de empreendedorismo. **2.** Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor. **3.** Identificar o perfil do empreendedor. **4.** Reconhecer a ideia de negócio. **5.** Definir as fases de um projeto. **6.** Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego. **7.** Aplicar as principais estratégias de procura de emprego. **8.** Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae. **9.** Identificar e selecionar anúncios de emprego. **10.** Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas. **11.** Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.	

Conteúdos

1. Conceito de empreendedorismo – múltiplos contextos e perfis de intervenção

2. Perfil do empreendedor

3. Fatores que inibem o empreendorismo

4. Ideia de negócio e projet

5. Coerência do projeto pessoal / projeto empresarial

6. Fases da definição do projeto

7. Modalidades de trabalho

8. Mercado de trabalho visível e encoberto

9. Pesquisa de informação para procura de emprego

10. Medidas ativas de emprego e formação

11. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)

12. Rede de contactos

13. Curriculum vitae

14. Anúncios de emprego

15. Candidatura espontânea

16. Entrevista de emprego

10672	**Introdução à utilização e proteção dos dados pessoais**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar a importância do direito fundamental à proteção de dados pessoais. **2.** Reconhecer as implicações do Regulamento Geral da Proteção de Dados (RGPD) na respetiva atividade profissional. **3.** Reconhecer a importância da integração do RGPD com as diferentes normas dos Sistemas de Gestão (Qualidade, Ambiente, Segurança, Segurança Informática, …).	

Conteúdos

1. Direito fundamental à proteção de dados pessoais como autocontrolo da informação que nos respeita

2. Regulamento Geral de Proteção de Dados

2.1. Principais conceitos, princípios e atores

2.2. Obrigações dos responsáveis pelo tratamento e subcontratantes

2.3. Direitos dos titulares dos dados

2.4. Fiscalização

3. Implementação do RGPD – aspetos críticos / considerações gerais

3.1. Ciclo de Vida do Processo de Implementação do RGPD

3.2. Questões da Segurança Informática

3.3. Questões da sua integração com os Sistemas de Gestão

10746	**Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas**	25 horas
Objetivos	**1.** Identificar o papel e funções do responsável na empresa/organização pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em situações de epidemias/pandemias no local de trabalho. **2.** Reconhecer a importância das diretrizes internacionais, nacionais e regionais no quadro da prevenção e mitigação de epidemias/pandemias no local de trabalho e a necessidade do seu cumprimento legal. **3.** Apoiar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na implementação do Plano de Contingência da organização/empresa, em articulação com as entidades e estruturas envolvidas e de acordo com o respetivo protocolo interno, assegurando a sua atualização e implementação. **4.** Apoiar na gestão das medidas de prevenção e proteção dos trabalhadores, clientes e/ou fornecedores, garantindo o seu cumprimento em todas as fases de implementação do Plano de Contingência, designadamente na reabertura das atividades económicas.	

Conteúdos

1. Papel do responsável pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em cenários de exceção

1.1. Deveres e direitos dos empregadores e trabalhadores na prevenção da epidemia/pandemia

1.2. Funções e competências – planeamento, organização, execução, avaliação

1.3. Cooperação interna e externa – diferentes atores e equipas

1.4. Medidas de intervenção e prevenção para trabalhadores e clientes e/ou fornecedores – Plano de Contingência da empresa/organização (procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em articulação com os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho da empresa, trabalhadores e respetivas estruturas representativas, quando aplicável)

1.5. Comunicação e Informação (diversos canais) – participação dos trabalhadores e seus representantes

1.6. Auditorias periódicas às atividades económicas, incluindo a componente comportamental (manutenção do comportamento seguro dos trabalhadores)

1.7. Recolha de dados, reporte e melhoria contínua

2. Plano de Contingência

2.1. Legislação e diretrizes internacionais, nacionais e regionais

2.2. Articulação com diferentes estruturas – do sistema de saúde, do trabalho e da economia e Autoridades Competentes

2.3. Comunicação interna, diálogo social e participação na tomada de decisões

2.4. Responsabilidade e aprovação do Plano

2.5. Disponibilização, divulgação e atualização do Plano (diversos canais)

2.6. Política, planeamento e organização

2.7. Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de doença infeciosa (isolamento, contacto com assistência médica, limpeza e desinfeção, descontaminação e armazenamento de resíduos, vigilância de saúde de pessoas que estiveram em estreito contacto com trabalhadores/as infetados/as)

2.8. Avaliação de riscos

2.9. Controlo de riscos – medidas de prevenção e proteção

2.9.1. Higiene, ventilação e limpeza do local de trabalho

2.9.2. Higiene das mãos e etiqueta respiratória no local de trabalho ou outra, em função da tipologia da doença e via(s) de transmissão

2.9.3. Viagens de caráter profissional, utilização de veículos da empresa, deslocações de/e para o trabalho

2.9.4. Realização de reuniões de trabalho, visitas e outros eventos

2.9.5. Deteção de temperatura corporal e auto monitorização dos sintomas

2.9.6. Equipamento de Proteção Individual (EPI) e Coletivo (EPC) – utilização, conservação, higienização e descarte

2.9.7. Distanciamento físico entre pessoas, reorganização dos locais e horários de trabalho

2.9.8. Formação e informação

2.9.9. Trabalho presencial e teletrabalho

2.10. Proteção dos trabalhadores mais vulneráveis e grupos de risco – adequação da vigilância

3. Revisão do Plano de Contingência, adaptação das medidas e verificação das ações de melhoria

4. Manual de Reabertura das atividades económicas

4.1. Diretrizes organizacionais – modelo informativo, fases de intervenção, formação e comunicação

4.2. Indicações operacionais – precauções básicas de prevenção e controlo de infeção, condições de proteção antes do regresso ao trabalho presencial e requisitos de segurança e saúde no local de trabalho

4.3. Gestão de riscos profissionais – fatores de risco psicossocial, riscos biomecânicos, riscos profissionais associados à utilização prolongada de EPI, riscos biológicos, químicos, físicos e ergonómicos

4.4. Condições de proteção e segurança para os consumidores/clientes

4.5. Qualidade e segurança na prestação do serviço e/ou entrega do produto – operação segura, disponibilização de EPI, material de limpeza de uso único, entre outros, descontaminação

4.6. Qualidade e segurança no manuseamento, dispensa e pagamento de produtos e serviços

4.7. Sensibilização e promoção da saúde – capacitação e combate à desinformação, saúde pública e SST

4.8. Transformação digital – novas formas de trabalho e de consumo

10759	**Teletrabalho**	25 horas

Objetivos	**1.** Reconhecer o enquadramento legal, as modalidades de teletrabalho e o seu impacto para a organização e trabalhadores/as. **2.** Identificar o perfil e papel do/a teletrabalhador/a no contexto dos novos desafios laborais e ocupacionais e das políticas organizacionais. **3.** Identificar e selecionar ferramentas e plataformas tecnológicas de apoio ao trabalho remoto. **4.** Adaptar o ambiente de trabalho remoto ao regime de trabalho à distância e implementar estratégias de comunicação, produtividade, motivação e de confiança em ambiente colaborativo. **5.** Aplicar as normas de segurança, confidencialidade e proteção de dados organizacionais nos processos de comunicação e informação em regime de teletrabalho. **6.** Planear e organizar o dia de trabalho em regime de teletrabalho, assegurando a conciliação da vida profissional com a vida pessoal e familiar.

Conteúdos

1. Teletrabalho

1.1. Conceito e caracterização em contexto tradicional e em cenários de exceção

1.2. Enquadramento legal, regime, modalidades e negociação

1.3. Deveres e direitos dos/as empregadores/as e teletrabalhadores

1.4. Vantagens e desafios para os/as teletrabalhadores e para a sociedade

2. Competências do/a teletrabalhador/a

2.1. Competências comportamentais e atitudinais – capacidade de adaptação à mudança e ao novo ambiente de trabalho, automotivação, autodisciplina, capacidade de inter-relacionamento e socialização a distância, valorização do compromisso e adesão ao regime de teletrabalho

2.2. Competências técnicas – utilização de tecnologias e ferramentas digitais, gestão do tempo, gestão por objetivos, ferramentas colaborativas, capacitação e literacia digital

3. Pessoas, produtividade e bem-estar em contexto de teletrabalho

3.1. Gestão da confiança

3.1.1. Promoção dos valores organizacionais e valorização de uma missão coletiva

3.1.2. Acompanhamento permanente e reforço de canais de comunicação (abertos e transparentes)

3.1.3. Partilha de planos organizacionais de ajustamento e distribuição do trabalho e disseminação de boas práticas

3.1.4. Identificação de sinais de alerta e gestão dos riscos psicossociais

3.2. Gestão da distância

3.2.1. Sensibilização, capacitação e promoção da segurança e saúde no trabalho

3.2.2. Reorganização dos locais e horários de trabalho

3.2.3. Equipamentos, ferramentas, programas e aplicações informáticas e ambientes virtuais (trabalho colaborativo)

3.2.4. Motivação e feedback

3.2.5. Cumprimento dos tempos de trabalho (disponibilidade contratualizada)

3.2.6. Reconhecimento das exigências e dificuldades associadas ao trabalho remoto

3.2.7. Gestão da eventual sobreposição do trabalho à vida pessoal

3.2.8. Controlo e proteção de dados pessoais

3.2.9. Confidencialidade e segurança da informação e da comunicação

3.2.10. Assistência técnica remota

3.3. Gestão da informação, reuniões e eventos (à distância e/ou presenciais)

- **3.4.** Formação e desenvolvimento de novas competências
- **3.5.** Transformação digital – novas formas de trabalho

4. Desempenho profissional em regime de teletrabalho

- **4.1.** Organização do trabalho
- **4.2.** Ambiente de trabalho – iluminação, temperatura, ruído
- **4.3.** Espaço de e para o teletrabalho
- **4.4.** Mobiliário e equipamentos informáticos – condições ergonómicas adaptadas ao novo contexto de trabalho
- **4.5.** Pausas programadas
- **4.6.** Riscos profissionais e psicossociais
  - **4.6.1.** Salubridade laboral, ocupacional, individual, psíquica e social
  - **4.6.2.** Avaliação e controlo de riscos
  - **4.6.3.** Acidentes de trabalho
- **4.7.** Gestão do isolamento