

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AValiação	TEMPO
---------------------	----------	------------	-------------------------	-----------	-------

TREINAMENTO NR 10 - MÓDULO SEGURANÇA NO TRABALHO "Engenheiro/técnico de Segurança no trabalho"

1º Dia 

Realizar a apresentação dos participantes	1. Técnica de apresentação e sensibilização, ressaltando a valorização do profissional e dos profissionais que atuam no SESMT	<p align="center">1º Momento</p> <p>O multiplicador solicitará aos participantes que realizem breve apresentação informando nome, área de atuação e tempo de função.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lista de presença; • Crachá; • Caneta; • Papel sulfite; • Pincel atômico; • Flip chart • Papel de flip chart • Slides ou transparências 	<ul style="list-style-type: none"> • Participação • Conhecimento • Integração <p>Avaliação através da observação direta.</p>	10 min
Normas administrativas	Horários de entrada, saída, intervalos e participação. Sistema de avaliação de aprendizagem e de reação	<p align="center">2º Momento</p> <p>O multiplicador informará quais os horários e o sistema de avaliação que será adotado durante o treinamento.</p> <p>OBS: O profissional receberá certificado somente com 100% de participação.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção 	10 min
Apresentar os objetivos do curso	Objetivo do curso	<p align="center">3º Momento</p> <p>OBJETIVOS DO CURSO:</p> <p>1- Transmitir conhecimentos referente a segurança com eletricidade (módulo I), segurança no trabalho (módulo II) e primeiros socorros (módulo III), sendo que serão divididos em 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção 	20 min

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p>2- módulos com 16 horas, 16 horas e 8 horas respectivamente.</p> <p>3- Cumprir Dispositivos Legais referente a NR 10 publicada em 08/12/2004.</p> <p>4- Preparar o profissional para assumir atitude prevencionista, demonstrar a importância do treinamento "O quanto é importante retornar para o lar da mesma forma que saímos".</p> <p>5- Agregar valores de conhecimentos técnicos, reconhecimento dos valores da empresa. Neste momento o multiplicador realizará analogia com atitudes do dia a dia.</p> <p>6- Apresentar a importância de uma política de SST para a organização.</p> <p>7- Demonstrar através de análise de custos (diretos e indiretos) como a empresa valoriza o profissional, porém necessita de retorno, ou seja, após todo e qualquer treinamento o empregado deverá realizar as atividades de acordo com o que aprendeu.</p>			
Apresentar missão, visão, valores da empresa.	Missão, visão, valores da empresa.	<p>4º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará através de slides a visão, missão, valores e política de segurança.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Integração 	10 min
Apresentar conteúdo programático	Apresentação do conteúdo programático	<p>3º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará através de slides os</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides • Data show/ 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção 	10 min

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p>temas que serão abordados no módulo "Segurança no Trabalho"</p> <ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de análise de risco (Riscos, análise preventiva de risco, Check list) • Riscos adicionais (altura, ambientes confinados, áreas classificadas, umidade, condições atmosféricas) • Regulamentação do Ministério do Trabalho e Emprego - M T E (normas regulamentadoras, norma regulamentadora 10) • Equipamentos de proteção coletiva (EPC, cone, fita, grade metálica dobrável, sinalizados strobo, banquetas isolantes, manta isolante/ cobertura rígida) • Equipamentos de proteção individual (EPI, proteção da cabeça, proteção dos olhos e face, proteção auditiva, proteção respiratória, proteção dos membros superiores, proteção dos membros inferiores, vestimentas de segurança, sinalização, proteção contra quedas com diferença de nível, proteção para a pele. • Acidentes de origem elétrica (acidente do trabalho, estudo dos acidentes e incidentes, modelo causal de perdas, o iceberg dos custos produzidos pelos acidentes, CAT, relatório dos acidentes, responsabilidade civil e criminal no acidente do trabalho, casos de acidentes de origem elétrica. • Responsabilidades (empresa, empregados, SESMT, CIPA) 	<p>retroprojetor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Book de slides 		

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<ul style="list-style-type: none"> Proteção e combate a incêndio (introdução, teoria do fogo, propagação do fogo, pontos e temperaturas importantes do fogo, classes de incêndio, métodos de extinção do fogo, extintores de incêndio, agentes extintores, gases liquefeitos de petróleo (GLP), prevenção de incêndio, instruções gerais em caso de emergências, outras recomendações, deveres e obrigações. 			
<p>Técnicas de análise de risco</p> <p>Apresentar os conceitos de riscos, análise preventiva de risco e check list</p>	<p>Conceitos</p> <ol style="list-style-type: none"> Riscos Riscos de origem elétrica Riscos de queda Riscos no transporte e com equipamentos Riscos de ataques de insetos Riscos de ataque de animais peçonhentos Riscos ocupacionais Riscos ergonômicos <p>Análise preventiva de risco</p> <p>Check list</p>	<p>1º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará qual é o maior risco que um profissional que atua no SEP está exposto, ou seja, o risco de origem elétrica.</p> <p>2º Momento</p> <p>Solicitará aos participantes que comentem sobre os riscos de origem elétrica que já vivenciaram ou possuem conhecimentos de casos reais.</p> <p>3º Momento</p> <p>Apresentará os principais fatores que influenciam no número elevado de quedas e quais as medidas de controle que os profissionais da área devem atentar.</p> <p>4º Momento</p> <p>Questionará os participantes quanto aos riscos de acidentes envolvendo o transporte de trabalhadores e o deslocamento com veículos em serviço bem como a utilização dos equipamentos necessários.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Manual Flip chart Pincel atômico Exercícios Cases APR Check list 	<ul style="list-style-type: none"> Participação Conhecimento Integração Atenção Organização 	3 hs

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p style="text-align: center;">5º Momento</p> <p>Apresentará os casos mais comuns de ataque de insetos durante a execução de serviços e solicitará aos participantes que mencionem quais as medidas de controle que devem tomadas nestas situações.</p> <p style="text-align: center;">6º Momento</p> <p>O multiplicador solicitará aos participantes que façam breve comentário sobre os riscos a que estão sujeitos durante ao ataque de animais peçonhentos/ domésticos. Solicitará ainda que informem quais as medidas de controle que devem atentar em situações adversas.</p> <p style="text-align: center;">7º Momento</p> <p>O multiplicador solicitará aos participantes que fiquem em pé e realizará alguns exercícios ergonômicos, orientados pelo ergonomista da empresa. Em seguida apresentará qual os benefícios de realizar as atividades mantendo postura correta e quais as conseqüências de manter uma postura inadequada. Apresentará através de slide a tabela de "Classificação dos principais riscos ocupacionais em grupos de acordo com a sua natureza e a padronização das cores correspondentes. O tema riscos será finalizado após aplicação de exercícios que auxiliarão no processo de ensino aprendizagem e esclarecimento de dúvidas.</p> <p style="text-align: center;">8º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará o conceito sobre APR, qual o objetivo e aplicabilidade desta técnica de análise prévia dos riscos. Solicitará aos participantes que formem 3 grupos, distribuirá um formulário da APR e um case para que</p>			

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p>preenchem o formulário mencionando os dados descritos no case. A atividade será finalizada após apresentação dos grupos e esclarecimentos de dúvidas.</p> <p style="text-align: center;">9º Momento</p> <p>O multiplicador solicitará aos participantes que informem qual o objetivo de preencher o Check list e qual a periodicidade que deve ser preenchido. Após explanação o multiplicador apresentará através de slides qual o objetivo desta ferramenta e a importância de realizar o preenchimento com dados fidedignos.</p> <p>A atividade dos 9 temas será finalizada após esclarecimentos de dúvidas caso necessário.</p> <p><i>Ressaltamos que é de suma importância a participação dos integrantes do grupo em todas atividades.</i></p>			
<p>Riscos adicionais Apresentar os temas: Altura, ambientes confinados, áreas classificadas, umidade, condições atmosféricas</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Altura 2. Ambientes confinados 3. Áreas classificadas 4. Umidade 5. Condições atmosféricas 	<p style="text-align: center;">1º Momento</p> <p>Através de slides o multiplicador apresentará o conceito de trabalhos em altura, quais as medidas de controle, utilização de EPI's, filosofia de trabalho resgate, uso de escadas, cesta aérea, andaime,</p> <p style="text-align: center;">2º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará o conceito de ambientes confinados, qual o programa de entrada em espaço confinado, quais equipamentos e procedimentos gerais que devem ser adotados nesta atividade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides • Manual • Flip chart • Pincel atômico 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção • Participação • Conhecimento 	2h

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p style="text-align: center;">3º Momento</p> <p>O multiplicador solicitará aos participantes que informem o que são áreas classificadas, o que é atmosfera explosiva, qual a classificação das áreas, dos equipamentos, quais as classes de temperatura, tipos de proteção,</p> <p>Após apresentação dos temas o multiplicador complementar a atividade através da leitura do manual e/ou apresentação de slides.</p> <p style="text-align: center;">4º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará quais os princípios fundamentais de medidas de proteção contra o choque elétrico em ambientes úmidos.</p> <p>Quais as medidas de controle que o trabalhador deve atentar.</p> <p>Em seguida apresentará tabela da NBR 5410 que trata sobre o contato das pessoas com o potencial da terra.</p> <p style="text-align: center;">5º Momento</p> <p>Serão apresentadas as condições atmosféricas, índices de incidências de raios, causas, conseqüências e medidas de controle.</p> <p>Após apresentação dos temas e esclarecimento de possíveis dúvidas o multiplicador finalizará a atividade.</p>			
<p>Regulamentação do Ministério do Trabalho e Emprego</p> <p>Apresentar os conceitos das normas</p>	<p>1. Normas regulamentadoras</p> <p>2. NR 10</p>	<p style="text-align: center;">1º Momento</p> <p>O multiplicador informará qual o objetivo e funcionalidade das normas regulamentadoras.</p> <p>Solicitará aos participantes que façam a leitura do resumo de cada norma regulamentadora e ressaltará a</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manual • Slides • Flip chart • Pincel atômico 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecimento • Atenção • Dinamismo • Participação 	<p>1h</p>

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
regulamentadoras		<p>importância da aplicação da NR10. Após apresentação o multiplicador fará as considerações necessárias para esclarecimento de possíveis dúvidas.</p>			
<p>Equipamentos de proteção coletiva Apresentar qual a finalidade de cada equipamento de proteção coletiva.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cone de sinalização 2. Fita de sinalização 3. Grade metálica dobrável 4. Sinalizador strobo 5. Banqueta isolante 6. Manta isolante/ cobertura rígida 	<p>1º Momento O multiplicador disponibilizará os equipamentos sobre uma lona em sala de aula e solicitará aos participantes que informe qual a finalidade e um exemplo de como é utilizado. Após apresentação o multiplicador complementar a atividade e esclarecerá dúvidas caso necessário.</p> <p>O multiplicador ressaltará a importância da utilização correta dos EPC's para a segurança do profissional e de todos os indivíduos da sociedade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flip chart • Pincel atômico • Lona • Cone de sinalização • Fita de sinalização • Grade metálica dobrável • Sinalizador strobo • Banqueta isolante • Manta isolante/ cobertura rígida 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecimento • Habilidade • Trabalho em equipe • Comunicação • Dinamismo 	1h
<p>Equipamentos de proteção individual Apresentar qual a finalidade de cada equipamento de proteção individual</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Proteção da cabeça 2. Proteção dos olhos e face 3. Proteção auditiva 4. Proteção respiratória 5. Proteção dos membros superiores 6. Proteção dos membros inferiores 7. Vestimentas de segurança 8. Sinalização 9. Proteção contra quedas com diferença de nível 10. Proteção para a pele 	<p>1º Momento O multiplicador disponibilizará os equipamentos sobre uma lona em sala de aula e solicitará aos participantes que informe qual a finalidade, higienização e conservação dos EPI's dispostos na sala de aula. Após apresentação o multiplicador complementar a atividade informando as responsabilidades do empregador e do empregado com relação ao EPI.</p> <p>2º Momento O multiplicador ressaltará a importância da utilização correta dos EPI's para a segurança do profissional e o quanto a empresa investe para manter a integridade física dos trabalhadores a valorização e preocupação com as pessoas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flip chart • Slides • Exercícios • Pincel atômico • Lona <p>EPI's</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacete aba frontal • Capacete aba total • Capacete aba frontal com viseira • Óculos de segurança lentes incolor e escura • Protetor auditivo tp concha • Protetor auricular tp 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecimento • Habilidade • Trabalho em equipe • Comunicação • Dinamismo 	2h

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
		<p style="text-align: center;">3º Momento</p> <p>O multiplicador questionará a finalidade e conservação dos equipamentos de proteção individual utilizados para sinalização, proteção contra quedas com diferencial de nível e proteção para pele.</p> <p>Em seguida finalizará a tarefa e aplicará exercício de fixação.</p>	<p>inserção (plug)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respirador purificador de ar (descartável, com filtro) • Respirador de adução de ar • Luva de borracha • Luva de cobertura • Luva de proteção em raspa e vaqueta • Luva tp condutiva • Luva de borracha tp nitrílica • Luva em PVC (Hexanol) • Manga de proteção isolante de borracha • Creme protetor para pele • Calçado de proteção tp botina de couro • Calçado de proteção tp bota de couro (cano médio) • Calçado de proteção tp bota de couro (cano longo) • Calçado de proteção tp bota de borracha (cano longo) • Calçado de proteção tp condutivo • Perneira de segurança 		

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
			<ul style="list-style-type: none"> • Blusão em tecido impermeável e calça em tecido impermeável • Vestimenta de proteção tp apicultor • Vestimenta de proteção tp condutiva <p>SINALIZAÇÃO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colete de sinalização refletivo • Colete salva vidas <p>PROTEÇÃO CONTRA QUEDAS COM DIFERENCIAL DE NÍVEL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cinturão de segurança tp para quedista • Talabarte de segurança tp regulável • Talabarte de segurança tp Y com absorvedor de energia • Dispositivo trava quedas <p>PROTEÇÃO PARA PELE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Creme protetor solar 		
<p>Acidentes de origem elétrica Apresentar a origem dos acidentes de origem</p>	<p>Conceito 1. Acidente do trabalho 2. Estudo dos acidentes e incidentes</p>	<p>1º Momento O multiplicador apresentará através de slide os temas que serão abordados neste módulo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides • Modelo causal de perdas (fichas plastificadas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção • Integração • Trabalho em equipe 	<p>2h</p>

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
elétrica e as medidas de controle	<p>3. Modelo causal de perdas</p> <p>4. O ICEBERG dos custos produzidos pelos acidentes</p> <p>5. CAT</p> <p>6. Relatório de acidentes</p> <p>7. Responsabilidade civil de criminal no acidente do trabalho</p> <p>8. Casos de acidentes de origem elétrica.</p>	<p>2º Momento</p> <p>No módulo de aplicação do modelo causal de perdas o multiplicador solicitará aos participantes que formem grupos e distribuirá os procedimentos do modelo e</p> <p>informará que a tarefa é estruturar corretamente os procedimentos adotados.</p> <p>Ao término da atividade cada grupo apresentará sua atividade, o multiplicador complementar e esclarecerá dúvidas caso necessário.</p> <p>2º Momento</p> <p>Ressaltará que ao final da atividade será aplicado exercício para fixação e revisão dos temas e leitura de estudos de caso de acidentes de origem elétrica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • CAT • Exercícios de fixação geral • Cases 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinamismo 	
<p>Responsabilidades</p> <p>Apresentar quais as responsabilidades Da Empresa Dos Empregados Do SESMT Da CIPA</p>	<p>Empresa</p> <p>Art 157 da CLT Consolidação das leis trabalhistas</p> <p>Empregados</p> <p>Art 158 da CLT Consolidação das Leis Trabalhistas</p> <p>SESMT</p> <p>Conceitos</p> <p>Atribuições</p> <p>PPRA</p> <p>PCMSO</p> <p>CIPA</p> <p>Atribuições</p>	<p>1º Momento</p> <p>O multiplicador apresentará através de slides os temas mencionados, solicitará aos participantes que na medida em que forem apresentados sejam realizadas intervenções para enriquecimento da atividade.</p> <p>2º Momento</p> <p>A atividade será finalizada após apresentação e esclarecimento de dúvidas caso necessário.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slides • Flip chart • Pincel atômico • Manual 	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção • Conhecimento • Participação 	3h

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTEÚDO	ESTRATÉGIA	RECURSOS INSTRUCCIONAIS	AVALIAÇÃO	TEMPO
<p>Proteção e combate a incêndios</p> <p>Apresentar conceitos e técnicas básicas para proteção e combate a incêndio,</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Introdução 2. Teoria do fogo 3. Propagação do fogo 4. Pontos e temperaturas importantes do fogo 5. Classes de incêndio 6. Métodos de extinção do fogo 7. Extintores de incêndio 8. Agentes extintores 9. Gases liquefeitos de petróleo (GLP) 10. Prevenção de incêndio 11. Instruções gerais em caso de emergência 12. Outras recomendações 13. Deveres e obrigações 	<p style="text-align: center;">1º Momento</p> <p>O multiplicador fará apresentação dos temas enfatizando os riscos e medidas de controle que serão adotadas durante as atividades do dia a dia dos trabalhadores. Enfatizará os temas sempre buscando relatos de casos reais ou próximos da realidade dos participantes.</p> <p>Após apresentação e esclarecimento de dúvidas o multiplicador finalizará a atividade e informará que o módulo de primeiros socorros será ministrado por um profissional da área de saúde.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manual • Slides • Flip chart • Pincel atômico 	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidade • Conhecimento • Atenção • Dinamismo 	<p>2h</p>