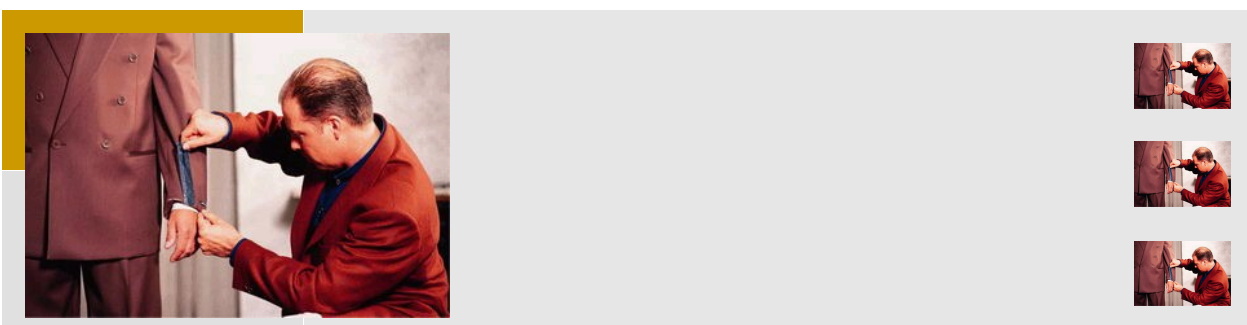


REFERENCIAL DE FORMAÇÃO ADAPTADO (RFA)

Pessoas com Deficiências e Incapacidades (PCDI)

EM VIGOR



Área de Educação e Formação

542 . Indústrias do Têxtil, Vestuário, Calçado e Couro

Código e Designação do Referencial de Formação

542100_RFA - Costureiro/a Modista

Nível de Qualificação do QNQ: 2

Modalidades de **Educação e Formação**

Qualificação de Pessoas com Deficiência ou Incapacidade

Publicação e actualizações

Publicado no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 45 de 08 de Dezembro de 2011 com entrada em vigor a 08 de Dezembro de 2011.

Observações

1. Perfil de Saída¹

Descrição Geral

Efectuar, sob supervisão, as operações de modelação, corte e confecção relativas à execução de artigos de vestuário.

Actividades Principais

- Preparar e organizar o trabalho a fim de efectuar as operações de modelação, corte e confecção, relativas à execução de artigos de vestuário.
- Executar a modelação e o corte de componentes de artigos de vestuário, utilizando os equipamentos, as ferramentas e os procedimentos adequados.
- Executar a confecção de componentes e de artigos de vestuário, utilizando os equipamentos, as ferramentas e os procedimentos adequados.
- Efectuar o controlo de qualidade dos artigos de vestuário confeccionados, verificando a sua conformidade com as especificações técnicas e caso seja necessário, proceder aos acertos adequados.
- Registar informações de carácter técnico, relativas à sua actividade

¹ Este perfil corresponde ao perfil profissional de Assistente Administrativo adaptado a pessoas com deficiências e incapacidades.

2. Organização do Referencial de Formação

Formação para a Inclusão (FI)

Formação para a Integração

Código ²	UFCD	Horas
6369PCDI	1 Portefólio	25
6370PCDI	2 Balanço de competências/Plano individual de formação	50
6371PCDI	3 Igualdade de oportunidades	25
6372PCDI	4 Procura activa de emprego	50
6373PCDI	5 Legislação laboral	25
6374PCDI	6 Empreendedorismo	25

Formação de Base

Áreas De Competências - Chave	Horas
Cidadania e Empregabilidade (CE)	150
Linguagem e Comunicação (LC)	150
Matemática para a Vida (MV)	150
Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC)	150

Formação Tecnológica

Código ²		UFCD pré-definidas	Horas
1774APCDI	1	Iniciação à costura	100
1775APCDI	2	Exercícios em tecido	100
1776APCDI	3	Iniciação à confecção de peças	50
1777APCDI	4	Iniciação à modelação	75
1778APCDI	5	Introdução ao corte	75
1779APCDI	6	Modelação de camisas	50
1780APCDI	7	Corte de camisas	75
1781APCDI	8	Preparação montagem e acabamento de camisas	100
1782APCDI	9	Modelação de calças	50
1783APCDI	10	Corte de calças	50
1784APCDI	11	Preparação montagem e acabamento de calças	100
1785APCDI	12	Modelação de saias	50
7313PCDI	13	Corte de saias	50
1787APCDI	14	Preparação, montagem e acabamentos de saias	100
1790APCDI	15	Modelação do casaco clássico	100
1793APCDI	16	Corte dos casacos	100
1794APCDI	17	Preparação e montagem do casaco clássico	100
1796APCDI	18	Acabamentos dos casacos	50
7314PCDI	19	Modelação de bata	50
7315PCDI	20	Corte de batas	50
7316PCDI	21	Preparação e montagem da bata	50
7317PCDI	22	Consertos e arranjos	75
Total:			1600

Formação Prática em Contexto de Trabalho

1200 H

²Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

3. Desenvolvimento da Formação

3.1. Formação para a Integração

6369PCDI	Portefólio	Carga horária 25 horas
-----------------	-------------------	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Estruturar o dossiê/portefólio.
---------------------	---

Conteúdos

- Aspectos gráficos de escrita e de organização
 - Coerência das experiências de aprendizagem relevantes
 - Adequação e fundamentação
 - Natureza pessoal, problematização, abrangência e profundidade
 - Objectivos adequados ao projecto
-

6370PCDI	Balanco de competências/Plano individual de formação	Carga horária 50 horas
-----------------	---	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecer as singularidades das pessoas. Reconhecer as necessidades/interesses/expectativas pessoais. Identificar o perfil de competências.
---------------------	--

Conteúdos

- Singularidades pessoais
 - Projecto de vida individual
 - Diversos estilos de aprendizagem
 - Necessidades/interesses/expectativas pessoais
 - O equilíbrio entre o balanço de competências construído, avaliado e/ou as evidências observadas
 - Perfil de competências
 - A formação centrada na pessoa
 - Valorização de pontos fortes
 - Estratégias, recursos e tempos
 - A reflexão sobre as práticas de formação
-

6371PCDI

Igualdade de oportunidades

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Identificar diferentes formas de desigualdade.
- Reconhecer as influências associadas às diversidades culturais, étnicas e religiosas.
- Identificar diferentes formas de discriminação pessoal, social e profissional.

Conteúdos

- Desigualdade do género
 - Fenómenos de violência em função do género (masculino/feminino)
 - Condições laborais face ao género
 - O masculino e o papel simbólico da linguagem
 - Assimetrias em função do género na comunicação
- Culturas, etnias e religiões
 - Diversidade como uma riqueza
 - Influências das diferentes culturas, etnias e religiões para a vida de um país
 - A importância das relações de interdependência num quadro de diversidade
- Comportamentos discriminatórios
 - Situações de discriminação ou abuso
 - Situações de desigualdade
 - Impactos na vida pessoal, social e profissional
 - Igualdade de oportunidades numa democracia paritária
 - Igualdades de oportunidades na deficiência

6372PCDI

Procura activa de emprego

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Reconhecer os factores relevantes para a procura de emprego.
- Identificar as oportunidades de emprego.
- Elaborar um currículo.

Conteúdos

- A procura de emprego
 - O interesse, a motivação e a satisfação pessoal
 - A formação e as competências alcançadas
 - Profissões específicas e polivalências profissionais
 - Os pontos fortes e os pontos fracos
 - Modelos e tipos de emprego
- Oportunidades de emprego
 - Recursos locais - centros de emprego, GIP (Gabinetes de Inserção Profissional), centros de recursos especializados, agências privadas de colocação, empresas de trabalho temporário, bolsa de emprego *online*, Juntas de Freguesia, espaços comerciais
 - Redes relacionais (familiares, amigos, vizinhos, pessoas conhecidas)
 - Imprensa escrita, suporte electrónico, anúncios publicitários, outros
- Elaboração de currículo
 - Carta de apresentação
 - Identificação
 - Formação académica
 - Formação profissional
 - Experiência profissional
 - Actividades extras profissionais

6373PCDI

Legislação laboral

Carga horária

25 horas

- Objectivo(s)**
- Identificar os direitos e deveres laborais.

Conteúdos

- Legislação e normas na área de trabalho
 - Caracterização da legislação da actividade profissional
 - Condições de trabalho
 - Assiduidade, férias e feriados
 - Direitos e deveres dos trabalhadores
 - Direitos e deveres dos empregadores
- Regulamentos internos na empresa

6374PCDI

Empreendedorismo

Carga horária

25 horas

- Objectivo(s)**
- Identificar as características do ao empreendedorismo.
 - Reconhecer os procedimentos de estímulo ao empreendedorismo.

Conteúdos

- Características do empreendedorismo
 - Optimismo, iniciativa e criatividade
 - Conhecimento e inovação
 - Relacionamento interpessoal
 - Capacidade de liderança
 - Capacidade de organização
- Suportes ao empreendedorismo
 - Estratégias de intervenção
 - Resistência ao fracasso

3.2. Formação de Base

A componente da formação de base deve ser operacionalizada em função do *“Guia metodológico para o acesso das pessoas com deficiências e incapacidades ao processo de reconhecimento, validação e certificação de competências – nível básico”*.

3.3. Formação Tecnológica

1774APCDI	Iniciação à costura	Carga horária 100 horas
-----------	----------------------------	-----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar os princípios de ergonomia ao posto de trabalho. • Caracterizar a máquina de costura de ponto preso. • Coser vários tipos de pontos à mão.
---------------------	--

Conteúdos

- Posto de trabalho - ergonomia
 - Características do posto de trabalho
 - Posição correcta da operadora na máquina de costura
- Máquina de costura de ponto preso
 - Principais órgãos da máquina de costura
 - Funcionamento da máquina de costura
 - Lubrificação da máquina
 - Segurança e higiene da máquina de ponto preso
 - Enfiamento superior e inferior da máquina de ponto preso
 - Nomenclatura da agulha de ponto preso e sua colocação na máquina
 - Regulação da tensão das linhas
 - Regulação do comprimento do ponto
- Exercícios em não tecido
 - Tecnologia do não tecido
 - Ponteia, sem linha, sobre linhas desenhadas
 - Ponteia com linha
 - Remates
- Coser à mão
 - Escolha de agulha, dedal, tipo e cor de linha
 - Enfiar linha na agulha
 - Prender a linha no início e no final da costura
- □ Pontos à mão
 - Pontos de marcação
 - Pontos para alinhavar
 - Pontos para construção
 - Pontos de bainha
 - Pontos de remate e decorativos

1775APCDI

Exercícios em tecido

Carga horária

100 horas

Objectivo(s)

- Executar, sob supervisão, costuras em tecido.
- Pespontar, sob supervisão, costuras simples.
- Caracterizar as linhas e agulhas.
- Realizar, sob supervisão, componentes das peças.

Conteúdos

- Treino da máquina de ponto preso em tecido
 - Identificação do direito e o avesso dos tecidos
 - União de várias folhas de tecido
 - Acessórios e sua utilização
 - Pesponta costuras abertas e tombadas
- Agulhas e linhas
 - Tipos e numeração de linhas
 - Tipos e numeração de agulhas
- Realização de operações de preparação de peças
 - União de componentes
 - Vira e pesponta componentes

1776APCDI

Iniciação à confecção de peças

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Reconhecer o funcionamento da máquina de orlar com uma e duas agulhas.
- Realizar, sob supervisão, peças na máquina de ponto preso e orlar.

Conteúdos

- Máquina de orlar
 - Tecnologia da máquina de orlar
 - Tipo de ponto
 - Tipo de agulha e colocação na máquina
 - Higiene e segurança da máquina
 - Enfiamento da máquina
 - Orla em tecido simples
 - União de costuras
- Realização de operações de montagem
 - Operações de preparação de peças
 - Montagem das peças na máquina de ponto preso e orlar

1777APCDI

Iniciação à modelação

Carga horária

75 horas

Objectivo(s)

- Identificar os conceitos associados ao adornar no sentido artístico e decorativo a silhueta.
- Reconhecer as tarefas básicas de utilização e adaptação dos moldes base.

Conteúdos

- Evolução da moda
 - Arte de trajar
 - História do traje
 - Elementos do traje
 - Complementos do traje
 - Feitios
 - Adornos
 - Discos das cores
 - Simbolismo das cores
 - Combinação das cores
 - Características físicas da silhueta
 - Matéria têxtil
 - Características dos tecidos
 - Análise preliminar
 - Tecelagem dos tecidos
- Introdução aos moldes
 - Divisão anatómica do corpo para efeitos de comparação com a forma do molde base
 - Medidas - Registo de medidas; medidas base e auxiliares e tabela de medidas
 - Regras de transformação dos moldes base em moldes definitivos
 - Elementos de transformação
 - Costuras e bainhas
 - Noções de escalado

1778APCDI

Introdução ao corte

Carga horária

75 horas

Objectivo(s)

- Planear e elaborar, sob supervisão, o plano do corte.
- Executar corte, sob supervisão, em equipamentos de corte.

Conteúdos

- Tecnologia do corte
 - Interpretação dos moldes
 - Moldes simétricos e assimétricos
 - Corte em tecido simples, empastado ou misto
 - Posicionamento dos moldes sobre o tecido
 - Fio direito do tecido
 - Tipos de tecido
 - Estudo do encaixe
 - Risco das peças no tecido com giz contornando os moldes
 - Segurança e higiene no corte
 - Plano, risco e corte de entretelas
 - Termocolagem
 - Tecnologia e aplicação da tesoura manual e eléctrica
 - Interpretação dos moldes
 - Elaboração do estudo do plano de corte em papel
 - Elaboração do risco
- Corte
 - Sistemas de corte
 - Tecnologia dos equipamentos de corte
 - Serra de fita
 - Tesouras eléctricas de pinças, de lâminas circular e de lâmina vertical
 - Segurança e higiene do equipamento

1779APCDI

Modelação de camisas

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Identificar os moldes dos componentes de camisas e aplicação dos mesmos.
- Elaborar moldes de entretelas.

Conteúdos

- Aplicar o molde de camisas
 - Componentes da camisa
 - Moldes fundamentais da camisa
 - Execução do molde base
 - Especificações do molde (pontos chave)
 - Fio direito
 - Referência
 - Tamanho/Medidas
 - Designação
 - Número de vezes a cortar
 - Piques
 - Furos internos
 - Valor de costuras e bainhas
 - Transformação dos moldes base
- Moldes das entretelas
 - Moldes de entretelas do punho
 - Moldes do colarinho

1780APCDI

Corte de camisas

Carga horária

75 horas

Objectivo(s)

- Cortar, sob supervisão, camisas.

Conteúdos

- Corte de camisas em tecidos lisos e riscas
 - Elaboração do estudo de encaixe
 - Elaboração do risco
 - Corte do tecido
 - Corte de entretelas

1781APCDI

Preparação montagem e acabamento de camisas

Carga horária

100 horas

Objectivo(s)

- Executar, sob supervisão, as operações de preparação da camisa.
- Executar, sob supervisão, as operações de montagem da camisa.
- Executar, sob supervisão, as operações de acabamentos da camisa.

Conteúdos

- Operações de preparação de camisas
 - Punhos
 - Bolsos
 - Golas
 - Colarinhos
 - Carcelas
 - Escapulário
- Operações de montagem de camisas
 - Ombros
 - União de colarinhos
 - Mangas e Laterais
 - Bainhas
- Operações de acabamento de camisas
 - Operações manuais de acabamento
 - Efectua casas
 - Cose botões
 - Máquinas de acabamentos
 - Máquina de casear
 - Máquina de pregar botões
 - Ferro
 - Controlo da qualidade
 - Verifica a camisa e marca acertos

1782APCDI

Modelação de calças

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Identificar os moldes dos componentes de calças e aplicação dos mesmos.

Conteúdos

- Aplicar o molde de calças
 - Realiza molde base com tabela de medidas
 - Tira medidas
 - Realiza moldes da calça à medida
 - Transforma moldes de base
 - Noções de escalado

1783APCDI

Corte de calças

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Cortar calças, sob supervisão, de acordo com as especificações.

Conteúdos

- Corte de vários modelos de calças
 - Elabora estudo de encaixe
 - Elaboração do risco
 - Corta o tecido
 - Planeia, risca e corta as entretelas

1784APCDI

Preparação montagem e acabamento de calças

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Identificar os moldes dos componentes de saias e aplicação dos mesmos.

Conteúdos

- Operações de preparação das calças
 - Bolsos
 - Braguilhas
 - Pinças
- Operações de montagem das calças
 - Laterais
 - Entre-pernas
 - Gancho
 - Cós
- Operações de acabamento das calças
 - Caseia
 - Prega botões
 - Passa a ferro
 - Controlo de qualidade
 - Verifica as calças e marca acertos

1785APCDI

Modelação de saias

Carga horária
50 horas

Objectivo(s) • Identificar os moldes dos componentes de saias e aplicação dos mesmos.

Conteúdos

- Utilização de moldes de vários modelos de saias
 - Tira medidas
 - Adapta moldes das saias à medida
 - Transforma moldes de base
 - Noções do escalado da saia

7313PCDI

Corte de saias

Carga horária
50 horas

Objectivo(s) • Cortar, sob supervisão, os moldes das saias de acordo com as especificações.

Conteúdos

- Corte de vários modelos de saias
 - Elaboração do estudo de encaixe
 - Elaboração dos vários riscos
 - Corta os tecidos
 - Planeia, risca e corta as entretelas

1787APCDI

Preparação, montagem e acabamentos de saias

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Realizar, sob supervisão, as operações de costura das saias de acordo com as especificações.

Conteúdos

- Operações de preparação das saias
 - Bolsos
 - Fechos
 - Pinças
- Operações de montagem das saias
 - Laterais
 - Cós/Vistas
 - Bainhas
- Operações de acabamento das saias
 - Caseia
 - Prega botões
 - Passa a ferro
 - Controlo de qualidade
 - Verifica as saias e marca acertos

1790APCDI

Modelação do casaco clássico

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Identificar os moldes dos componentes do casaco clássico e aplicação dos mesmos.

Conteúdos

- Utilização de moldes do casaco clássico
 - Tira medidas
 - Realiza moldes do casaco à medida
 - Efectua moldes das entretelas

1793APCDI

Corte dos casacos

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Cortar no tecido os modelos de casacos clássicos, sob supervisão.

Conteúdos

- Corte de vários modelos de casacos
 - Elaboração do estudo de encaixe em tecido liso e xadrez
 - Elaboração dos vários riscos
 - Corta os tecidos
 - Planeia, risca e corta as entretelas

1794APCDI

Preparação e montagem do casaco clássico

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar, sob supervisão, o casaco clássico.

Conteúdos

- Operações de preparação do casaco
 - Bolsos
 - Golas
 - Pinças
 - Mangas
 - Fazer forro
- Operações de montagem do casaco
 - Ombros
 - Laterais
 - Mangas
 - Vistas
 - Golas
 - Forrar
 - Bainhas
- Operações de acabamento do casaco
 - Caseia
 - Prega botões
 - Passa a ferro
 - Controlo de qualidade
 - Verifica o casaco e marca acertos

1796APCDI

Acabamentos dos casacos

Carga horária
50 horas

Objectivo(s) • Realizar os acabamentos dos casacos clássicos, sob supervisão.

Conteúdos

- Operações de acabamento dos casacos
 - Cose bainhas à mão
 - Remata casaco
 - Caseia
 - Prega botões
 - Passa a ferro
 - Controlo de qualidade
 - Verifica o casaco e marca acertos

7314PCDI

Modelação de bata

Carga horária
50 horas

Objectivo(s) • Identificar os moldes dos componentes da bata e aplicação dos mesmos.

Conteúdos

- Utilização de moldes da bata
 - Tira medidas
 - Adapta moldes da bata à medida
 - Efectua moldes das entretelas

7315PCDI

Corte de batas

Carga horária

50 horas

- Objectivo(s)**
- Cortar no tecido os modelos de batas, sob supervisão.

Conteúdos

- Corte de vários modelos de batas
 - Elaboração do estudo de encaixe em tecido liso e xadrez
 - Elaboração dos vários riscos
 - Corta os tecidos
 - Planeia, risca e corta as entretelas

7316PCDI

Preparação e montagem da bata

Carga horária

50 horas

- Objectivo(s)**
- Confeccionar a bata, sob supervisão.

Conteúdos

- Operações de preparação da bata
 - Bolsos
 - Golas
 - Pinças
 - Mangas
- Operações de montagem da bata
 - Ombros
 - Laterais
 - Mangas
 - Vistas
 - Golas
 - Bainhas
- Operações de acabamento da bata
 - Caseia
 - Prega botões
 - Passa a ferro
 - Controlo de qualidade
 - Verifica a bata e marca acertos

7317PCDI

Consertos e arranjos

Carga horária

75 horas

- Objectivo(s)**
- Avaliar o tipo de conserto ou arranjo necessário, sob supervisão.
 - Realizar vários tipos de consertos ou arranjos nas peças de vestuário, sob supervisão.

Conteúdos

- Aplicação de remendos
 - Remendos não visíveis
 - Remendos com efeito decorativo
- Passajar
- Conserto de um rasgão
- Substituição de botões e conserto da área danificada sob um botão
- Reparação de casas de botão danificadas
- Alteração de bainhas
- Substituição e conserto de fecho de correr
- Apertar ou alargar peças de vestuário

4. Sugestão de Recursos Didáticos

- Curtumes, calçado e marroquinaria em Portugal – Lisboa, INOFOR, 2001
- Indústria têxtil em Portugal (A) - Lisboa, INOFOR, 2001
- Manual de tecnologia da costura - CIVEC
- Manual de tecnologia da modelagem - CIVEC
- Manual de tecnologia do corte - CIVEC
- Organização da produção em confecção têxtil - Artur Mendonça, Publindustria, Edições Técnicas
- Sector do vestuário em Portugal (O) - Lisboa, INOFOR, 1997