

# **TÉCNICO SUPERIOR DE SEGURANÇA NO TRABALHO**

*Módulo 7 – Conceção e  
Gestão da Formação*

*Rafaela Pereira  
30-05-2023*

## **INTRODUÇÃO**

Trabalho há dois anos numa empresa, em que desde sempre reparei que existe uma grande falta de gestão do tempo para realizar as tarefas e cumprir prazos. E além disso, cada um trabalha por si, não há trabalho em equipa, não há cooperação entre os vários departamentos. Portanto na minha opinião penso que a empresa deveria investir numa formação para os colaboradores com a temática “Gestão do tempo e Trabalho em Equipa”.

Designação da ação de formação	Gestão do tempo e trabalho em Equipa
<b>Objetivos Gerais</b>  <b>Objetivos Específicos</b>	<p><b>Geral:</b> Compreender a importância da gestão do tempo e do trabalho em equipa</p> <p><b>Específicos:</b> - Reconhecer a importância das relações interpessoais como a base do trabalho em equipa;</p> <p>- Identificar e promover os fatores que permitam estabelecer um relacionamento interpessoal positivo;</p> <p>- Comunicar com os diferentes interlocutores internos e externos da organização;</p> <p>- Reforçar o espírito de equipa;</p> <p>- Promover o espírito crítico sobre as atitudes de cada um, abrindo caminho para uma adequada gestão de conflitos e para a motivação para trabalhar em equipa.</p> <p>- Gerir de forma eficaz a agenda, tarefas, prioridades, emails e documentação associada à função desempenhada.</p>
<b>Conteúdos Programáticos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceito de Gestão do tempo</li> <li>- Conceito de Equipa</li> <li>- Importância das equipas de trabalho</li> <li>- A comunicação em contexto de trabalho</li> <li>- Motivação e desempenho</li> </ul>
<b>Metodologia</b>	Teórico-prática
<b>Duração</b>	10 horas
<b>População-Alvo Formadores</b>	Funcionários da empresa Formadores capacitados para a formação
<b>Custos</b>	Custos com os formadores, valor/hora
<b>Avaliação</b>	Participação Trabalho de grupo

<b>Ciente</b>	Escola Profissional de Alvito			<b>Código Ação:</b>	
<b>Designação da Ação:</b>	Gestão do Tempo e Trabalho em Equipa	<b>Modalidade</b>	Presencial	<b>Público-Alvo</b>	Não docentes
<b>Área de Formação</b>	Desenvolvimento Pessoal	<b>Local de realização:</b>	Escola	<b>Forma de Organização:</b>	
<b>Formadores</b>	1 - Áreas da Psicologia ou Ciências e Gestão	<b>Data de Início</b>	1-06-2023	<b>Data da Conclusão:</b>	2-06-2023
<b>Data da Sessão</b>	1-06-2023	<b>Duração da sessão:</b>	5h	<b>Número da Sessão:</b>	1
<b>Módulo</b>	1 - Gestão do Tempo				
<b>Objetivos Gerais:</b>	Saber gerir de forma eficaz a agenda, tarefas, prioridades, emails e documentação associada à função desempenhada				
<b>Objetivos Específicos</b>	Diagnosticar o tempo afeto a cada tipo de tarefa e elaborar um time Saber distinguir e gerir prioridades Saber organizar listas de tarefas Recorrer a aplicações informáticas para gerir as tarefas Definir procedimentos de gestão documental, físico e digital				
<b>Conteúdos Programáticos</b>	<b>Atividades Didáticas</b>	<b>Métodos e Técnicas Pedagógicas</b>	<b>Recursos Didáticos</b>	<b>Avaliação</b>	<b>Duração Prevista</b>
- Gestão do Tempo e das Prioridades - Gestão de Emails - Gestão de Desempenho - Documentação	Atividades práticas durante a sessão	Propostas de trabalho, de forma a simular o dia-a-dia na empresa	Computador Projetor	Trabalhos realizados durante a sessão  Participação	5 horas

<b>Ciente</b>	Escola Profissional de Alvito			<b>Código Ação:</b>	
<b>Designação da Ação:</b>	Gestão do Tempo e Trabalho em Equipa	<b>Modalidade</b>	Presencial	<b>Público-Alvo</b>	Não docentes
<b>Área de Formação</b>	Desenvolvimento Pessoal	<b>Local de realização:</b>	Escola	<b>Forma de Organização:</b>	
<b>Formadores</b>	1 - Áreas da Psicologia ou Ciências e Gestão	<b>Data de Início</b>	1-06-2023	<b>Data da Conclusão:</b>	2-06-2023
<b>Data da Sessão</b>	2-06-2023	<b>Duração da sessão:</b>	5h	<b>Número da Sessão:</b>	1
<b>Módulo</b>	2 - Trabalho em Equipa				
<b>Objetivos Gerais:</b>	Compreender a importância do trabalho em equipa				
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconhecer a importância das relações interpessoais como a base do trabalho em equipa;</li> <li>- Identificar e promover os fatores que permitam estabelecer um relacionamento interpessoal positivo;</li> <li>- Comunicar com os diferentes interlocutores internos e externos da organização;</li> <li>- Reforçar o espírito de equipa;</li> <li>- Promover o espírito crítico sobre as atitudes de cada um.</li> </ul>				
<b>Conteúdos Programáticos</b>	<b>Atividades Didáticas</b>	<b>Métodos e Técnicas Pedagógicas</b>	<b>Recursos Didáticos</b>	<b>Avaliação</b>	<b>Duração Prevista</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceito de equipa aplicado a um contexto de trabalho</li> <li>- Vantagens do trabalho de equipa</li> <li>- A comunicação em contexto de trabalho de equipa</li> <li>- Motivação e desempenho</li> </ul>	Atividades práticas em grupo durante a sessão	Propostas de trabalho, de forma a simular o dia-a-dia na empresa	Computador Projetor	Trabalhos realizados durante a sessão  Participação	5 horas