

Pessoas com Deficiências e Incapacidades (PCDI)



Nível de Qualificação: **2**

**Área de Educação e Formação** **542 . Indústrias do Têxtil, Vestuário, Calçado e Couro**

**Código e Designação da qualificação** **542100 - Costureiro/a Modista**

**Modalidades de Educação e Formação** **Pessoas com Deficiências e Incapacidades**

**Total de pontos de crédito** **125,00 (inclui 10 pontos de crédito da Formação em Contexto de Trabalho)**

**Publicação e atualizações** Publicado no Boletim do Trabalho e Emprego (BTE) N.º 45 de 08 de dezembro de 2011 com entrada em vigor a 08 de dezembro de 2011.

**Observações**

## 1. Organização do Referencial de Formação

### Formação para a Inclusão

### Formação para a Integração

Código	UFCD	Horas
6369PCDI	Portefólio	25
6370PCDI	Balanço de competências/Plano individual de formação	50
6371PCDI	Igualdade de oportunidades	25
6372PCDI	Procura ativa de emprego	50
6373PCDI	Legislação laboral	25
6374PCDI	Empreendedorismo	25

### Formação de Base

Áreas de Competências Chave	Horas
Cidadania e Empregabilidade	150
Linguagem e Comunicação	150
Matemática para a Vida	150
Tecnologias da Informação e Comunicação	150

Formação Tecnológica

Código <sup>1</sup>	N.º	UFCD OBRIGATÓRIAS	Horas
1774APCDI	1	Iniciação à costura	100
1775APCDI	2	Exercícios em tecido	100
1776APCDI	3	Iniciação à confeção 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

	<b>Total da carga horária</b>	<b>1600</b>
--	-------------------------------	-------------

<b>Formação em Contexto de Trabalho</b>	<b>Horas</b>
	1200

<sup>1</sup> 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 para a Integração

6369PCDI	<b>Portefólio</b>	25 horas
<b>Objetivos</b>	1. Estruturar o dossiê/portefólio.	

### Conteúdos

1. Aspectos gráficos de escrita e de organização
2. Coerência das experiências de aprendizagem relevantes
3. Adequação e fundamentação
4. Natureza pessoal, problematização, abrangência e profundidade
5. Objectivos adequados ao projecto

6370PCDI	<b>Balço de competências/Plano individual de formação</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer as singularidades das pessoas.</li> <li>2. Reconhecer as necessidades/interesses/expectativas pessoais.</li> <li>3. Identificar o perfil de competências.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Singularidades pessoais
2. Projecto de vida individual
3. Diversos estilos de aprendizagem
4. Necessidades/interesses/expectativas pessoais
5. O equilíbrio entre o balanço de competências construído, avaliado e/ou as evidências observadas
6. Perfil de competências
7. A formação centrada na pessoa
8. Valorização de pontos fortes
9. Estratégias, recursos e tempos
10. A reflexão sobre as práticas de formação

6371PCDI	<b>Igualdade de oportunidades</b>	25 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar diferentes formas de desigualdade.</li> <li>2. Reconhecer as influências associadas às diversidades culturais, étnicas e religiosas.</li> <li>3. Identificar diferentes formas de discriminação pessoal, social e profissional.</li> </ol>	

## Conteúdos

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

6372PCDI	<b>Procura ativa de emprego</b>	50 horas
----------	---------------------------------	----------

**Objetivos**

1. Reconhecer os fatores relevantes para a procura de emprego.
2. Identificar as oportunidades de emprego.
3. Elaborar um currículo.

**Conteúdos**

1. A procura de emprego
  - 1.1. O interesse, a motivação e a satisfação pessoal
  - 1.2. A formação e as competências alcançadas
  - 1.3. Profissões específicas e polivalências profissionais
  - 1.4. Os pontos fortes e os pontos fracos
  - 1.5. Modelos e tipos de emprego
2. Oportunidades de emprego
  - 2.1. 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
  - 2.2. Redes relacionais (familiares, amigos, vizinhos, pessoas conhecidas)
  - 2.3. Imprensa escrita, suporte eletrónico, anúncios publicitários, outros
3. Elaboração de currículo
  - 3.1. Carta de apresentação
  - 3.2. Identificação
  - 3.3. Formação académica
  - 3.4. Formação profissional
  - 3.5. Experiência profissional
  - 3.6. Actividades extras profissionais

6373PCDI

**Legislação laboral**

25 horas

**Objetivos**

1. Identificar os direitos e deveres laborais.

**Conteúdos**

1. Legislação e normas na área de trabalho
  - 1.1. Caracterização da legislação da atividade profissional
  - 1.2. Condições de trabalho
  - 1.3. Assiduidade, férias e feriados
  - 1.4. Direitos e deveres dos trabalhadores
  - 1.5. Direitos e deveres dos empregadores
2. Regulamentos internos na empresa

6374PCDI

**Empreendedorismo**

25 horas

**Objetivos**

1. Identificar as características do ao empreendedorismo.
2. Reconhecer os procedimentos de estímulo ao empreendedorismo.

**Conteúdos**

1. Características do empreendedorismo
  - 1.1. Optimismo, iniciativa e criatividade
  - 1.2. Conhecimento e inovação
  - 1.3. Relacionamento interpessoal
  - 1.4. Capacidade de liderança
  - 1.5. Capacidade de organização
2. Suportes ao empreendedorismo
  - 2.1. Estratégias de intervenção
  - 2.2. Resistência ao fracasso

**2.2. 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](#)”

**2.3. Formação Tecnológica**

1774APCDI

**Iniciação à costura**

100 horas

**Objetivos**

1. Aplicar os princípios de ergonomia ao posto de trabalho.
2. Caracterizar a máquina de costura de ponto preso.
3. Coser vários tipos de pontos à mão.

**Conteúdos**

1. Posto de trabalho - ergonomia
  - 1.1. Características do posto de trabalho
  - 1.2. Posição correta da operadora na máquina de costura
2. Máquina de costura de ponto preso
  - 2.1. Principais órgãos da máquina de costura

- 2.2. Funcionamento da máquina de costura
- 2.3. Lubrificação da máquina
- 2.4. Segurança e higiene da máquina de ponto preso
- 2.5. Enfiamento superior e inferior da máquina de ponto preso
- 2.6. Nomenclatura da agulha de ponto preso e sua colocação na máquina
- 2.7. Regulação da tensão das linhas
- 2.8. Regulação do comprimento do ponto
3. Exercícios em não tecido
  - 3.1. Tecnologia do não tecido
  - 3.2. Ponteia, sem linha, sobre linhas desenhadas
  - 3.3. Ponteia com linha
  - 3.4. Remates
4. Coser à mão
  - 4.1. Escolha de agulha, dedal, tipo e cor de linha
  - 4.2. Enfiar linha na agulha
  - 4.3. Prender a linha no início e no final da costura
5. ??Pontos à mão
  - 5.1. Pontos de marcação
  - 5.2. Pontos para alinhavar
  - 5.3. Pontos para construção
  - 5.4. Pontos de bainha
  - 5.5. Pontos de remate e decorativos

1775APCDI	Exercícios em tecido	100 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Executar, sob supervisão, costuras em tecido.</li> <li>2. Pespontar, sob supervisão, costuras simples.</li> <li>3. Caracterizar as linhas e agulhas.</li> <li>4. Realizar, sob supervisão, componentes das peças.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Treino da máquina de ponto preso em tecido
  - 1.1. Identificação do direito e o avesso dos tecidos
  - 1.2. União de várias folhas de tecido
  - 1.3. Acessórios e sua utilização
  - 1.4. Pesponta costuras abertas e tombadas
2. Agulhas e linhas
  - 2.1. Tipos e numeração de linhas
  - 2.2. Tipos e numeração de agulhas
3. Realização de operações de preparação de peças
  - 3.1. União de componentes
  - 3.2. Vira e pesponta componentes



1776APCDI	<b>Iniciação à confecção de peças</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer o funcionamento da máquina de orlar com uma e duas agulhas.</li> <li>2. Realizar, sob supervisão, peças na máquina de ponto preso e orlar.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Máquina de orlar
  - 1.1. Tecnologia da máquina de orlar
  - 1.2. Tipo de ponto
  - 1.3. Tipo de agulha e colocação na máquina
  - 1.4. Higiene e segurança da máquina
  - 1.5. Enfiamento da máquina
  - 1.6. Orla em tecido simples
  - 1.7. União de costuras
2. Realização de operações de montagem
  - 2.1. Operações de preparação de peças
  - 2.2. Montagem das peças na máquina de ponto preso e orlar

1777APCDI	<b>Iniciação à modelação</b>	75 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os conceitos associados ao adornar no sentido artístico e decorativo a silhueta.</li> <li>2. Reconhecer as tarefas básicas de utilização e adaptação dos moldes base.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Evolução da moda
  - 1.1. Arte de trajar
    - 1.1.1. História do traje
    - 1.1.2. Elementos do traje
    - 1.1.3. Complementos do traje
    - 1.1.4. Feitios
    - 1.1.5. Adornos
  - 1.2. Discos das cores
    - 1.2.1. Simbolismo das cores
    - 1.2.2. Combinação das cores
    - 1.2.3. Características físicas da silhueta
  - 1.3. Matéria têxtil

- 1.3.1. Características dos tecidos
- 1.3.2. Análise preliminar
- 1.3.3. Tecelagem dos tecidos
- 2. Introdução aos moldes
  - 2.1. Divisão anatómica do corpo para efeitos de comparação com a forma do molde base
  - 2.2. Medidas - Registo de medidas; medidas base e auxiliares e tabela de medidas
  - 2.3. Regras de transformação dos moldes base em moldes definitivos
  - 2.4. Elementos de transformação
  - 2.5. Costuras e bainhas
  - 2.6. Noções de escalado

1778APCDI	<b>Introdução ao corte</b>	75 horas
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Planear e elaborar, sob supervisão, o plano do corte.</li> <li>2. Executar corte, sob supervisão, em equipamentos de corte.</li> </ul>	

## Conteúdos

- 1. Tecnologia do corte
  - 1.1. Interpretação dos moldes
  - 1.2. Moldes simétricos e assimétricos
  - 1.3. Corte em tecido simples, empastado ou misto
  - 1.4. Posicionamento dos moldes sobre o tecido
  - 1.5. Fio direito do tecido
  - 1.6. Tipos de tecido
  - 1.7. Estudo do encaixe
  - 1.8. Risco das peças no tecido com giz contornando os moldes
  - 1.9. Segurança e higiene no corte
  - 1.10. Plano, risco e corte de entretelas
  - 1.11. Termocolagem
  - 1.12. Tecnologia e aplicação da tesoura manual e eléctrica
  - 1.13. Interpretação dos moldes
  - 1.14. Elaboração do estudo do plano de corte em papel
  - 1.15. Elaboração do risco
- 2. Corte
  - 2.1. Sistemas de corte
  - 2.2. Tecnologia dos equipamentos de corte
    - 2.2.1. Serra de fita
    - 2.2.2. Tesouras eléctricas de pinças, de lâminas circular e de lâmina vertical
  - 2.3. Segurança e higiene do equipamento

1779APCDI

## Modelação de camisas

50 horas

### Objetivos

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

## Conteúdos

1. Aplicar o molde de camisas
  - 1.1. Componentes da camisa
  - 1.2. Moldes fundamentais da camisa
  - 1.3. Execução do molde base
  - 1.4. Especificações do molde (pontos chave)
    - 1.4.1. Fio direito
    - 1.4.2. Referência
    - 1.4.3. Tamanho/Medidas
    - 1.4.4. Designação
    - 1.4.5. Número de vezes a cortar
    - 1.4.6. Piques
    - 1.4.7. Furos internos
    - 1.4.8. Valor de costuras e bainhas
  - 1.5. Transformação dos moldes base
2. Moldes das entretelas
  - 2.1. Moldes de entretelas do punho
  - 2.2. Moldes do colarinho

1780APCDI

## Corte de camisas

75 horas

### Objetivos

1. Cortar, sob supervisão, camisas.

## Conteúdos

1. Corte de camisas em tecidos lisos e riscas
  - 1.1. Elaboração do estudo de encaixe
  - 1.2. Elaboração do risco
  - 1.3. Corte do tecido
  - 1.4. Corte de entretelas

1781APCDI

## Preparação montagem e acabamento de camisas

100 horas

### Objetivos

1. Executar, sob supervisão, as operações de preparação da camisa.
2. Executar, sob supervisão, as operações de montagem da camisa.
3. Executar, sob supervisão, as operações de acabamentos da camisa.

## Conteúdos

1. Operações de preparação de camisas
  - 1.1. Punhos
  - 1.2. Bolsos
  - 1.3. Golas
  - 1.4. Colarinhos
  - 1.5. Carcelas
  - 1.6. Escapulário
2. Operações de montagem de camisas
  - 2.1. Ombros
  - 2.2. União de colarinhos
  - 2.3. Mangas e Laterais
  - 2.4. Bainhas
3. Operações de acabamento de camisas
  - 3.1. Operações manuais de acabamento
    - 3.1.1. Efectua casas
    - 3.1.2. Cose botões
  - 3.2. Máquinas de acabamentos
    - 3.2.1. Máquina de casear
    - 3.2.2. Máquina de pregar botões
    - 3.2.3. Ferro
  - 3.3. Controlo da qualidade
  - 3.4. Verifica a camisa e marca acertos

1782APCDI

## Modelação de calças

50 horas

### Objetivos

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

## Conteúdos

1. Aplicar o molde de calças
  - 1.1. Realiza molde base com tabela de medidas
  - 1.2. Tira medidas
  - 1.3. Realiza moldes da calça à medida
  - 1.4. Transforma moldes de base

### 1.5. Noções de escalado

1783APCDI	<b>Corte de calças</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	1. Cortar calças, sob supervisão, de acordo com as especificações.	

#### Conteúdos

1. Corte de vários modelos de calças
  - 1.1. Elabora estudo de encaixe
  - 1.2. Elaboração do risco
  - 1.3. Corta o tecido
  - 1.4. Planeia, risca e corta as entretelas

1784APCDI	<b>Preparação montagem e acabamento de calças</b>	100 horas
<b>Objetivos</b>	1. Identificar os moldes dos componentes de saias e aplicação dos mesmos.	

#### Conteúdos

1. Operações de preparação das calças
  - 1.1. Bolsos
  - 1.2. Braguilhas
  - 1.3. Pinças
2. Operações de montagem das calças
  - 2.1. Laterais
  - 2.2. Entre-pernas
  - 2.3. Gancho
  - 2.4. Cós
3. Operações de acabamento das calças
  - 3.1. Caseia
  - 3.2. Prega botões
  - 3.3. Passa a ferro
  - 3.4. Controlo de qualidade
  - 3.5. Verifica as calças e marca acertos

1785APCDI	<b>Modelação de saias</b>	50 horas
-----------	---------------------------	----------

**Objetivos**

1. Identificar os moldes dos componentes de saias e aplicação dos mesmos.

**Conteúdos**

1. Utilização de moldes de vários modelos de saias
  - 1.1. Tira medidas
  - 1.2. Adapta moldes das saias à medida
  - 1.3. Transforma moldes de base
  - 1.4. Noções do escalado da saia

7313PCDI

**Corte de saias**

50 horas

**Objetivos**

1. Cortar, sob supervisão, os moldes das saias de acordo com as especificações.

**Conteúdos**

1. Corte de vários modelos de saias
  - 1.1. Elaboração do estudo de encaixe
  - 1.2. Elaboração dos vários riscos
  - 1.3. Corta os tecidos
  - 1.4. Planeia, risca e corta as entretelas

1787APCDI

**Preparação, montagem e acabamentos de saias**

100 horas

**Objetivos**

1. Realizar, sob supervisão, as operações de costura das saias de acordo com as especificações.

**Conteúdos**

1. Operações de preparação das saias
  - 1.1. Bolsos
  - 1.2. Fechos
  - 1.3. Pinças
2. Operações de montagem das saias
  - 2.1. Laterais
  - 2.2. Cós/Vistas
  - 2.3. Bainhas
3. Operações de acabamento das saias

- 3.1. Caseia
- 3.2. Prega botões
- 3.3. Passa a ferro
- 3.4. Controlo de qualidade
- 3.5. Verifica as saias e marca acertos

1790APCDI	<b>Modelação do casaco clássico</b>	100 horas
<b>Objetivos</b>	1. Identificar os moldes dos componentes do casaco clássico e aplicação dos mesmos.	

### Conteúdos

- 1. Utilização de moldes do casaco clássico
  - 1.1. Tira medidas
  - 1.2. Realiza moldes do casaco à medida
  - 1.3. Efectua moldes das entretelas

1793APCDI	<b>Corte dos casacos</b>	100 horas
<b>Objetivos</b>	1. Cortar no tecido os modelos de casacos clássicos, sob supervisão.	

### Conteúdos

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

1794APCDI	<b>Preparação e montagem do casaco clássico</b>	100 horas
<b>Objetivos</b>	1. Confeccionar, sob supervisão, o casaco clássico.	

### Conteúdos

- 1. Operações de preparação do casaco
  - 1.1. Bolsos

- 1.2. Golas
- 1.3. Pinças
- 1.4. Mangas
- 1.5. Fazer forro
- 2. Operações de montagem do casaco
  - 2.1. Ombros
  - 2.2. Laterais
  - 2.3. Mangas
  - 2.4. Vistas
  - 2.5. Golas
  - 2.6. Forrar
  - 2.7. Bainhas
- 3. Operações de acabamento do casaco
  - 3.1. Caseia
  - 3.2. Prega botões
  - 3.3. Passa a ferro
  - 3.4. Controlo de qualidade
  - 3.5. Verifica o casaco e marca acertos

1796APCDI	<b>Acabamentos dos casacos</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	1. Realizar os acabamentos dos casacos clássicos, sob supervisão.	

## Conteúdos

- 1. Operações de acabamento dos casacos
  - 1.1. Cose bainhas à mão
  - 1.2. Remata casaco
  - 1.3. Caseia
  - 1.4. Prega botões
  - 1.5. Passa a ferro
  - 1.6. Controlo de qualidade
  - 1.7. Verifica o casaco e marca acertos

7314PCDI	<b>Modelação de bata</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	1. Identificar os moldes dos componentes da bata e aplicação dos mesmos.	

## Conteúdos



1. Utilização de moldes da bata
  - 1.1. Tira medidas
  - 1.2. Adapta moldes da bata à medida
  - 1.3. Efectua moldes das entretelas

7315PCDI	<b>Corte de batas</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	1. Cortar no tecido os modelos de batas, sob supervisão.	

## Conteúdos

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

7316PCDI	<b>Preparação e montagem da bata</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	1. Confeccionar a bata, sob supervisão.	

## Conteúdos

1. Operações de preparação da bata
  - 1.1. Bolsos
  - 1.2. Golas
  - 1.3. Pinças
  - 1.4. Mangas
2. Operações de montagem da bata
  - 2.1. Ombros
  - 2.2. Laterais
  - 2.3. Mangas
  - 2.4. Vistas
  - 2.5. Golas
  - 2.6. Bainhas
3. Operações de acabamento da bata
  - 3.1. Caseia
  - 3.2. Prega botões
  - 3.3. Passa a ferro
  - 3.4. Controlo de qualidade

**3.5.** Verifica a bata e marca acertos

<b>7317PCDI</b>	<b>Consertos e arranjos</b>	<b>75 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Avaliar o tipo de conserto ou arranjo necessário, sob supervisão.</li> <li><b>2.</b> Realizar vários tipos de consertos ou arranjos nas peças de vestuário, sob supervisão.</li> </ol>	

**Conteúdos**

- 1.** Aplicação de remendos
  - 1.1.** Remendos não visíveis
  - 1.2.** Remendos com efeito decorativo
- 2.** Passajar
- 3.** Conserto de um rasgão
- 4.** Substituição de botões e conserto da área danificada sob um botão
- 5.** Reparação de casas de botão danificadas
- 6.** Alteração de bainhas
- 7.** Substituição e conserto de fecho de correr
- 8.** Apertar ou alargar peças de vestuário