



NR-01
PROJETO PEDAGÓGICO

Aplicação: NR-10

Esse plano de ensino e aprendizado tem foco em conteúdo eficiente para tomada de decisões seguras.

Vigência: 2026-2027

SOBRE A ESCOLA MULTIVERSO

A Escola Multiverso é uma empresa tipicamente familiar e atua no ramo de cursos, palestras e serviços para saúde e segurança no trabalho, ensino de inglês e informática, comunicação, oratória, vendas e outros cursos de preparação para o mercado de trabalho.

Estamos no mercado há mais de 10 anos e entre os serviços, destacamos as palestras e outras atividades educativas para a SIPAT, o curso da CIPA e a produção de conteúdos em mídias digitais.

Atuamos exclusivamente com cursos, palestras e serviços realizados presencialmente em empresas ou à distância.

Missão

Oferecer cursos, palestras e serviços com abordagens diferentes.

Visão

Ser reconhecida como uma empresa diferente, competitiva e eficiente.

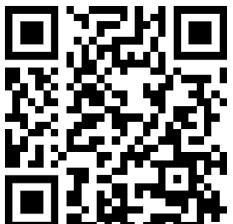
Valores

Simplicidade, pontualidade e atendimento pessoal.

Acesse nosso perfil
no [LinkedIn](#):



Descubra mais conteúdos em
nossa canal do [Youtube](#):



Procurando por cursos
presenciais ou à distância?
Acesse a [lista completa](#):



Pensando em **interatividade**
para a SIPAT? Conheça as
[palestras interativas](#) e outros
serviços relacionados:



INFORMAÇÕES GERAIS

Objetivo geral

Capacitar colaboradores para atuarem com segurança nas atividades previstas nas respectivas normas.

Objetivos específicos

Ministrar conteúdo mínimo obrigatório previsto para cada norma;

Promover conteúdo complementar relevante e atualizado às necessidades dos clientes;

Adaptar os conteúdos pertinentes à realidade de cada cliente evitando abordagens genéricas;

Desenvolver competências comportamentais e comunicacionais pertinentes às funções.

Público-alvo

Estudantes que busquem formação complementar;

Encarregados e gestores que precisem de formação pertinente;

Empregados que desempenhem atividades relacionadas nas respectivas normas;

Público geral com escolaridade e familiaridade compatível com metodologias EAD.

Forma de oferta

Presencial, semipresencial e à distância.

Área do conhecimento e campo de aplicação

Saúde e segurança no trabalho, prevenção de acidentes e doenças do trabalho.

Prazo máximo para conclusão

Recomenda-se o cumprimento da norma à critério do cliente.

Justificativa

A Saúde e a Segurança no Trabalho têm ganhado cada vez mais ênfase, seja por sistemas mais sofisticados de gestão, exigências legais, de clientes e/ou dos próprios colaboradores. Neste sentido, além de obrigação trabalhista, esse curso visa capacitar os colaboradores para atuarem de forma segura em suas rotinas, adotando um perfil comportamental preventivista compatível com o risco que correm.

Coordenador dos cursos

Sandro Luiz Barth – Psicopedagogo, especialista em metodologias de ensino e técnico de segurança no trabalho.

Responsável técnico pela revisão do projeto pedagógico dos cursos

Léo Roberto Seidel – Engenheiro Eletricista e de Segurança no Trabalho – CREA/SC 070.586-7

Responsáveis técnico pelo projeto pedagógico e pela aplicação dos cursos, e responsável legal

Sandro Luiz Barth

Revisão e validade

01/01/26 a 31/12/27 – Ou quando houver alterações nas normas que alterem significativamente o padrão dos cursos

INFRAESTRUTURA OPERACIONAL E CONTROLE

QUADRO 1 - Canais de comunicação e suporte aos estudantes e clientes

Email	contato@escolamultiverso.com.br
Telefone	(49) 991-617-488
WhatsApp	(49) 991-617-488
Prazos	Dúvidas técnicas, pedagógicas, comerciais e outras – 24 horas

QUANDRO 2 - Controles operacionais

Formas de acesso	<p>Quando via internet, o acesso ao ambiente virtual de estudos será dará mediante LOGIN, que pode ser feito em grupo, quando o empregador dispuser os alunos em uma turma em um mesmo local e horário. Pode ser individual, quando o empregador não os dispuser assim.</p> <p>Quando via apostila, todo o conteúdo estará na própria apostila, dispensando a utilização de um ambiente virtual.</p>
Registros eletrônicos	<p>Os acessos ou LOGIN geram dados de entrada e último acesso. Não são registrados acessos repetidos ou simultâneos. Não é gerada frequência ou calculada a carga horária a partir da duração de cada acesso. As entradas na avaliação instrutiva geram carimbos de data e hora, e são armazenadas em formato de log. Essa avaliação sendo de resultado satisfatório é o registro de execução do conteúdo.</p>
Registros impressos	<p>A digitalização da apostila preenchida com as atividades teóricas e práticas e avaliação, sendo o todo de resultado satisfatório é, em si, o próprio registro de execução do conteúdo do curso. Quando da forma de acesso ao ambiente virtual em grupo, o contratante deverá emitir lista de presença, digitalizá-la e enviar para a escola.</p>
Conciliação de conteúdos e carga horária	<p>Os cursos possuem conteúdos comuns, como os conteúdos adicionais, legislação trabalhista ou previdenciária e atendimentos de emergência etc., e que são realizados em apenas um momento, não se repete o mesmo conteúdo. Alguns cursos, inclusive, são comportados dentro de outros cursos. Por exemplo, o curso de NR-35 com 8 horas de duração e o NR-33 com 8 horas de duração, ambos englobam o tema do EPI com 1 hora. Portanto, apesar dos certificados destacarem individualmente cargas horárias que somam 16 horas, o tempo de sala é de 15 horas. Essa regra vale tanto para o presencial como para o EAD.</p>

ESTRATÉGIAS E METODOLOGIAS DE ENSINO E APRENDIZADO

Estratégia ou metodologia pode significar caminho, pode significar a forma, ou o jeito, a maneira como se faz algo. Pode ser comparada a uma receita de bolo, trazendo os passos, os ingredientes e outras orientações para se chegar a um determinado objetivo. Então, estratégia ou metodologia é o jeito como ministrarmos nossas aulas para transmitir conhecimentos e comportamentos.

Presencial

Aulas são ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá.

Semipresencial

Aulas presenciais ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas presenciais empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá. Os cursos começam e terminam com aulas presenciais. Haverá um intervalo entre essas aulas presenciais suficiente para comportar o conteúdo EAD.

À distância

As aulas EAD são ministradas através de vídeos via internet ou material impresso, recomendando-se a organização de momentos de 2 ou 4 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Não é recomendado para essa modalidade dedicação diária superior a 4 horas. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas EAD empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada e informativa, que faz uso de pesquisa direcionada que permita ao aluno adotar uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, o empregador as conduzirá, devendo utilizar os materiais de referência do curso e as registrando através do protocolo de conclusão de curso disponível na apostila.

CRITÉRIOS, REQUISITOS E DIRETRIZES PARA APROVEITAMENTO SATISFATÓRIO

O certificado de conclusão do curso destacará o aproveitamento como SATISFATÓRIO quando alcançados esses critérios. Nas modalidades presencial e semipresencial com frequência inferior, a certificação será feita mediante apresentação das atividades referentes ao conteúdo faltante via EAD. A avaliação poderá ser refeita repetidas vezes até atingir esses critérios.

Requisitos para instrutores

Serão selecionados através de proficiência nos conteúdos definidos, comprovada por uma das formas abaixo:

- Documentos (diplomas, certificados ou registro em carteira profissional) e ou;
- Referências comerciais e profissionais (empresa, nome do contato, telefone).

QUADRO 3 – Critérios de avaliação para aproveitamento mínimo e certificação

Modalidade	Avaliação mínima	Frequência mín.
Presencial	80%	80%
Semipresencial	80%	80%
À distância	100%	Não se aplica

QUADRO 4 – Diretrizes para potencialização do aprendizado

Presencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
Semipresencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
À distância	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando leituras, apostila eslaides, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.

QUADRO 5 – Diretrizes para acompanhamento do estudante

Presencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento.
Semipresencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento na parte à distância.
À distância	O instrutor acompanha as avaliações, prazos de conclusão e atende solicitações feitas por e-mail ou WhatsApp. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento e verificação do cronograma determinado por ele mesmo.

PRINCÍPIOS E CONCEITOS PARA SEGURANÇA DOS TRABALHADORES

Requisitos para o público-alvo – Alfabetizados, de escolaridade razoável e familiarizadas com tecnologia e leituras. Quando isso não for atingido, no EAD, o empregador deve designar um tutor local para conduzir as atividades.

Realizar de fato – Cabem ao empregador e ao empregado, usar e realizar todos os recursos do curso e evitar pular regras, etapas e módulos a fim de obter o certificado do curso para atender a norma de forma meramente documental.

Cumprir e fazer cumprir – O empregador, através de seus responsáveis legais, deve oportunizar condições adequadas, fiscalizar e exigir de seus colaboradores a comprovação de realização das atividades.

Abordagens, termos e práticas simplificadas – O conteúdo e linguagem do todo material didático utilizará termos e métodos de simples compreensão para todos os públicos.

Avaliação contínua e instrutiva – Deve ser feita com consulta e em equipe, assim como o trabalho do cotidiano e, portanto, garantir a interação com o conteúdo e o repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Critérios e formato de avaliação nitidamente superiores aos de mercado – A pontuação mínima na avaliação instrutiva deverá ser de 80% no presencial e 100% no EAD, além de incluir maior número de questões, divididas por tópicos fundamentais e com foco no repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Plano de ensino e aprendizado para cursos presenciais – Os critérios da NR-01 sobre EAD também são aplicados nos cursos presenciais, padronizando a metodologia, avaliação e eficiência do processo.

Qualidade do conteúdo – Repassar informações precisas para tomada de consciência e decisão, com foco no comportamento seguro em nível superior e sistemático para atenuar a precarização da relação trabalhista, o desvio de responsabilidades ou o desconhecimento de empregados e empregadores.

Transparência e publicidade da certificação. Qualquer interessado pode através de uma simples pesquisa por nome acessar e baixar cópias dos certificados de conclusão dos cursos, verificando sua validade.

QUADRO 6 – Responsabilidades das partes

Empregador	Cumprir e fazer cumprir as normas, disponibilizar tempo e local exclusivos e equipamentos apropriados conforme cada modalidade. Disponibilizar programas e medições, análises de risco, ordens de serviço e procedimentos para partes específicas do curso. Fiscalizar a realização das atividades propostas e registrar o protocolo de conclusão de curso, lista de presença ou equivalente. Aplicar a parte prática específica conforme sua realidade, no caso de EAD.
Estudante	Cumprir as orientações dadas pelo empregador e a Escola em relação ao curso, reunir a disciplina, organização e responsabilidade pertinentes. Adotar uma postura ativa, curiosa e consciente sobre seu papel no processo de aprendizado.
Escola	Disponibilizar conteúdo e atividades apropriados aos critérios do empregador, promovendo a interação e práticas pertinentes. Formalizar através de e-mail de confirmação da contratação dos serviços a observância a NR-01 quanto ao ensino à distância. Manter esse plano de ensino e aprendizado acessível aos interessados.

CONTEÚDO CURRICULAR

CONTEÚDO COMUM

Distribuição do conteúdo adicional e programação dos módulos comuns

Módulo 1 - Instruções do curso

Objetivo: Apresentar orientações sobre como realizar o curso

Módulo 2 - Aspectos comportamentais

Objetivo: Destacar fatores protetivos comuns

- Aprendendo a aprender
- Comunicação e comportamento
- Percepção e raciocínio

Módulo 3 - Estudo do ambiente

Objetivo: Conhecer riscos e proteções específicas através dos programas e medições

- Introdução ao respectivo tema de cada curso
- Leitura dos programas e medições pertinentes disponibilizados pelo empregador
- Pesquisa: Quais as principais causas de acidentes nas respectivas áreas de atuação

Módulo 9 - Avaliação instrutiva

Objetivo: Repassar informações precisas para tomada de decisões seguras

Módulo 10 - Conformidade

Objetivo: Passar orientações protocolares para o EAD

Os cursos são divididos em módulos. São 10 módulos ao total, sendo 5 módulos de conteúdo comum e 5 de conteúdo específico. Os módulos comuns estão presentes em todos os cursos, já os específicos são pertinentes a cada curso, mas podem ser compatíveis entre si para melhor aproveitamento da carga horária e eficiência ou referência das próprias normas.

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-10

CURSO BÁSICO

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

1. introdução à segurança com eletricidade. 2. riscos em instalações e serviços com eletricidade: a) o choque elétrico, mecanismos e efeitos; b) arcos elétricos; queimaduras e quedas; c) campos eletromagnéticos. 3. Técnicas de Análise de Risco. 4. Medidas de Controle do Risco Elétrico: a) desenergização. b) aterramento funcional (TN / TT / IT); de proteção; temporário; c) equipotencialização; d) seccionamento automático da alimentação; e) dispositivos a corrente de fuga; f) extra baixa tensão; g) barreiras e invólucros; h) bloqueios e impedimentos; i) obstáculos e anteparos; j) isolamento das partes vivas; k) isolação dupla ou reforçada; l) colocação fora de alcance; m) separação elétrica. 5. Normas Técnicas Brasileiras - NBR da ABNT: NBR-5410, NBR 14039 e outras; 6. Regulamentações do MTE: a) NRs; b) NR-10 (Segurança em Instalações e Serviços com Eletricidade); c) qualificação; habilitação; capacitação e autorização. 7. Equipamentos de proteção coletiva. 8. Equipamentos de proteção individual. 9. Rotinas de trabalho – Procedimentos. a) instalações desenergizadas; b) liberação para serviços; c) sinalização; d) inspeções de áreas, serviços, ferramental e equipamento; 10. Documentação de instalações elétricas. 11. Riscos adicionais: a) altura; b) ambientes confinados; c) áreas classificadas; d) umidade; e) condições atmosféricas. 12. Proteção e combate a incêndios: a) noções básicas; b) medidas preventivas; c) métodos de extinção; d) prática; 13. Acidentes de origem elétrica: a) causas diretas e indiretas; b) discussão de casos; 14. Primeiros socorros: a) noções sobre lesões; b) priorização do atendimento; c) aplicação de respiração artificial; d) massagem cardíaca; e) técnicas para remoção e transporte de acidentados; f) práticas. 15. Responsabilidades.

Carga horária	EAD	Presencial
	40 horas – Inicial 8 ou 40 horas – Reciclagem	40 horas – Inicial 4, 8, 12, 16 e 20 horas – Reciclagem

Recomendações	Inicial Primeiro curso ou mudança de empresa
	Reciclagem EAD 40h Retorno de afastamento por acidente de trabalho, acidentes ou falhas graves nas atividades relacionadas ou não cumprir as reciclagens bienais há mais de quatro anos.
	Reciclagem Presencial 12, 16 ou 20h Retorno de afastamento por acidente de trabalho, acidentes ou falhas graves nas atividades relacionadas ou não cumprir as reciclagens bienais há mais de quatro anos, com conteúdo e dimensionamento da carga horária a critério do empregador conforme necessidade.

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-10

CURSO BÁSICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Legislação de saúde e segurança do trabalho, regulamentações do MTE
- Responsabilidades
- Normas Técnicas Brasileiras - NBR da ABNT: NBR-5410, NBR 14039 e outras
- Documentação de instalações elétricas

Módulo 5 – Perigos, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar perigos, riscos e prevenções

- Reconhecimento, avaliação e controle de riscos
- Princípios de segurança e medidas de controle de riscos
- Riscos em instalações e serviços com eletricidade
- Riscos adicionais
- Medidas de Controle do Risco Elétrico
- Medidas de prevenção adicionais

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Métodos gerais
- Técnicas de Análise de Risco
- Equipamentos de proteção coletiva e individual
- Rotinas de trabalho – Procedimentos
- Liberação para o serviço
- Zonas de risco e zonas controladas
- Condições impeditivas

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Proteção e combate a incêndios (*teoria seguida de prática*)
- Primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Acidentes de origem elétrica
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-10

CURSO COMPLEMENTAR

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

1. Organização do Sistema Elétrico de Potência – SEP. 2. Organização do trabalho: a) programação e planejamento dos serviços; b) trabalho em equipe; c) prontuário e cadastro das instalações; d) métodos de trabalho; e e) comunicação. 3. Aspectos comportamentais. 4. Condições impeditivas para serviços. 5. Riscos típicos no SEP e sua prevenção: a) proximidade e contatos com partes energizadas; b) indução; c) descargas atmosféricas; d) estática; e) campos elétricos e magnéticos; f) comunicação e identificação; e g) trabalhos em altura, máquinas e equipamentos especiais. 6. Técnicas de análise de Risco no SEP. 7. Procedimentos de trabalho - análise e discussão. 8. Técnicas de trabalho sob tensão: a) em linha viva; b) ao potencial; c) em áreas internas; d) trabalho a distância; e) trabalhos noturnos; e f) ambientes subterrâneos. 9. Equipamentos e ferramentas de trabalho (escolha, uso, conservação, verificação, ensaios (*)). 10. Sistemas de proteção coletiva. 11. Equipamentos de proteção individual. 12. Posturas e vestuários de trabalho. 13. Segurança com veículos e transporte de pessoas, materiais e equipamentos. 14. Sinalização e isolamento de áreas de trabalho. 15. Liberação de instalação para serviço e para operação e uso. 16. Treinamento em técnicas de remoção, atendimento, transporte de acidentados. 17. Acidentes típicos - Análise, discussão, medidas de proteção. 18. Responsabilidades.

Carga horária	EAD	Presencial
	40 horas – Inicial 8 ou 40 horas – Reciclagem	40 horas – Inicial 4, 8, 12 ou 16 horas – Reciclagem

Recomendações	Inicial Primeiro curso ou mudança de empresa
	Reciclagem EAD 40h Retorno de afastamento por acidente de trabalho, acidentes ou falhas graves nas atividades relacionadas ou não cumprir as reciclagens bienais há mais de quatro anos.
	Reciclagem Presencial 12, 16 ou 20h Retorno de afastamento por acidente de trabalho, acidentes ou falhas graves nas atividades relacionadas ou não cumprir as reciclagens bienais há mais de quatro anos, com conteúdo e dimensionamento da carga horária a critério do empregador conforme necessidade.
	Reciclagens Presenciais 4 ou 8h ou EAD 8h A critério do empregador para mero cumprimento do decurso bienal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-10

CURSO COMPLEMENTAR

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Legislação de saúde e segurança do trabalho, regulamentações do MTE
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Reconhecimento, avaliação e controle de riscos
- Riscos típicos no SEP e sua prevenção
- Riscos adicionais
- Princípios de segurança e medidas de controle de riscos
- Medidas de prevenção adicionais

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Organização do Sistema Elétrico de Potência – SEP
- Organização do trabalho
- Aspectos comportamentais
- Condições impeditivas para serviços
- Técnicas de análise de Risco no SEP
- Procedimentos de trabalho - análise e discussão
- Técnicas de trabalho sob tensão
- Equipamentos e ferramentas de trabalho (escolha, uso, conservação, verificação, ensaios)
- Sistemas de proteção coletiva e individual
- Posturas e vestuários de trabalho
- Segurança com veículos e transporte de pessoas, materiais e equipamentos
- Sinalização e isolamento de áreas de trabalho
- Liberação de instalação para serviço e para operação e uso

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Proteção e combate a incêndios (*teoria seguida de prática*)
- Primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)
- Treinamento em técnicas de remoção, atendimento, transporte de acidentados (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Acidentes típicos
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-10

CURSO ZONA LIVRE E VIZINHANÇA DA ZONA CONTROLADA

Codinome Curso NR-10 Internet e Telefonia;
 Codinome Curso NR-10 Supervisor de Atividades;
 Codinome Curso NR-10 Avaliações Topográficas.

Conteúdo compatível com a norma

1) Possíveis riscos do trabalho em zona livre e vizinhança da zona controlada; 2) Definições e identificação de zona livre e zona controlada; 3) Riscos adicionais; 4) Métodos de trabalho seguros; 5) EPC e EPI; 6) Primeiros socorros; 7) Estudo de casos de acidente típicos; 8) Responsabilidades.

Conteúdo para atendimento do item 10.8.9 ofertado como capacitação específica.

Carga horária	EAD	Presencial
	8 horas – Inicial 8 horas – Reciclagem	4 ou 8 horas – Inicial 4 ou 8 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Legislação de saúde e segurança do trabalho, regulamentações do MTE
- Responsabilidades

Módulo 5 – Perigos, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar perigos, riscos e prevenções

- Reconhecimento, avaliação e controle de riscos
- Princípios de segurança e medidas de controle de riscos
- Riscos adicionais e medidas de prevenção

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Métodos gerais
- Equipamentos de proteção coletiva e individual
- Zonas de risco e zonas controladas e vizinhança, e zona livre
- Condições impeditivas

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Primeiros socorros (teoria seguida de prática)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Acidentes típicos relacionados
- Estudo de casos com recortes de jornal



NR-01
PROJETO PEDAGÓGICO

Aplicação: NR-17

Esse plano de ensino e aprendizado tem foco em conteúdo eficiente para tomada de decisões seguras.

Vigência: 2026-2027

SOBRE A ESCOLA MULTIVERSO

A Escola Multiverso é uma empresa tipicamente familiar e atua no ramo de cursos, palestras e serviços para saúde e segurança no trabalho, ensino de inglês e informática, comunicação, oratória, vendas e outros cursos de preparação para o mercado de trabalho.

Estamos no mercado há mais de 10 anos e entre os serviços, destacamos as palestras e outras atividades educativas para a SIPAT, o curso da CIPA e a produção de conteúdos em mídias digitais.

Atuamos exclusivamente com cursos, palestras e serviços realizados presencialmente em empresas ou à distância.

Missão

Oferecer cursos, palestras e serviços com abordagens diferentes.

Visão

Ser reconhecida como uma empresa diferente, competitiva e eficiente.

Valores

Simplicidade, pontualidade e atendimento pessoal.

Acesse nosso perfil
no [LinkedIn](#):



Descubra mais conteúdos em
nossa canal do [Youtube](#):



Procurando por cursos
presenciais ou à distância?
Acesse a [lista completa](#):



Pensando em **interatividade**
para a SIPAT? Conheça as
[palestras interativas](#) e outros
serviços relacionados:



INFORMAÇÕES GERAIS

Objetivo geral

Capacitar colaboradores para atuarem com segurança nas atividades previstas nas respectivas normas.

Objetivos específicos

Ministrar conteúdo mínimo obrigatório previsto para cada norma;

Promover conteúdo complementar relevante e atualizado às necessidades dos clientes;

Adaptar os conteúdos pertinentes à realidade de cada cliente evitando abordagens genéricas;

Desenvolver competências comportamentais e comunicacionais pertinentes às funções.

Público-alvo

Estudantes que busquem formação complementar;

Encarregados e gestores que precisem de formação pertinente;

Empregados que desempenhem atividades relacionadas nas respectivas normas;

Público geral com escolaridade e familiaridade compatível com metodologias EAD.

Forma de oferta

Presencial, semipresencial e à distância.

Área do conhecimento e campo de aplicação

Saúde e segurança no trabalho, prevenção de acidentes e doenças do trabalho.

Prazo máximo para conclusão

Recomenda-se o cumprimento da norma à critério do cliente.

Justificativa

A Saúde e a Segurança no Trabalho têm ganhado cada vez mais ênfase, seja por sistemas mais sofisticados de gestão, exigências legais, de clientes e/ou dos próprios colaboradores. Neste sentido, além de obrigação trabalhista, esse curso visa capacitar os colaboradores para atuarem de forma segura em suas rotinas, adotando um perfil comportamental preventivista compatível com o risco que correm.

Coordenador dos cursos

Sandro Luiz Barth – Psicopedagogo, especialista em metodologias de ensino e técnico de segurança no trabalho.

Responsável técnico pela revisão do projeto pedagógico dos cursos

Maria Fernanda de Athayde Barth – Ergonomista e fisioterapeuta – CREFITO/SC 139232-F

Responsáveis técnico pelo projeto pedagógico e pela aplicação dos cursos, e responsável legal

Sandro Luiz Barth

Revisão e validade

01/01/26 a 31/12/27 – Ou quando houver alterações nas normas que alterem significativamente o padrão dos cursos

INFRAESTRUTURA OPERACIONAL E CONTROLE

QUADRO 1 - Canais de comunicação e suporte aos estudantes e clientes

Email	contato@escolamultiverso.com.br
Telefone	(49) 991-617-488
WhatsApp	(49) 991-617-488
Prazos	Dúvidas técnicas, pedagógicas, comerciais e outras – 24 horas

QUANDRO 2 - Controles operacionais

Formas de acesso	<p>Quando via internet, o acesso ao ambiente virtual de estudos será dará mediante LOGIN, que pode ser feito em grupo, quando o empregador dispuser os alunos em uma turma em um mesmo local e horário. Pode ser individual, quando o empregador não os dispuser assim.</p> <p>Quando via apostila, todo o conteúdo estará na própria apostila, dispensando a utilização de um ambiente virtual.</p>
Registros eletrônicos	<p>Os acessos ou LOGIN geram dados de entrada e último acesso. Não são registrados acessos repetidos ou simultâneos. Não é gerada frequência ou calculada a carga horária a partir da duração de cada acesso. As entradas na avaliação instrutiva geram carimbos de data e hora, e são armazenadas em formato de log. Essa avaliação sendo de resultado satisfatório é o registro de execução do conteúdo.</p>
Registros impressos	<p>A digitalização da apostila preenchida com as atividades teóricas e práticas e avaliação, sendo o todo de resultado satisfatório é, em si, o próprio registro de execução do conteúdo do curso. Quando da forma de acesso ao ambiente virtual em grupo, o contratante deverá emitir lista de presença, digitalizá-la e enviar para a escola.</p>
Conciliação de conteúdos e carga horária	<p>Os cursos possuem conteúdos comuns, como os conteúdos adicionais, legislação trabalhista ou previdenciária e atendimentos de emergência etc., e que são realizados em apenas um momento, não se repete o mesmo conteúdo. Alguns cursos, inclusive, são comportados dentro de outros cursos. Por exemplo, o curso de NR-35 com 8 horas de duração e o NR-33 com 8 horas de duração, ambos englobam o tema do EPI com 1 hora. Portanto, apesar dos certificados destacarem individualmente cargas horárias que somam 16 horas, o tempo de sala é de 15 horas. Essa regra vale tanto para o presencial como para o EAD.</p>

ESTRATÉGIAS E METODOLOGIAS DE ENSINO E APRENDIZADO

Estratégia ou metodologia pode significar caminho, pode significar a forma, ou o jeito, a maneira como se faz algo. Pode ser comparada a uma receita de bolo, trazendo os passos, os ingredientes e outras orientações para se chegar a um determinado objetivo. Então, estratégia ou metodologia é o jeito como ministrarmos nossas aulas para transmitir conhecimentos e comportamentos.

Presencial

Aulas são ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá.

Semipresencial

Aulas presenciais ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas presenciais empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá. Os cursos começam e terminam com aulas presenciais. Haverá um intervalo entre essas aulas presenciais suficiente para comportar o conteúdo EAD.

À distância

As aulas EAD são ministradas através de vídeos via internet ou material impresso, recomendando-se a organização de momentos de 2 ou 4 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Não é recomendado para essa modalidade dedicação diária superior a 4 horas. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas EAD empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada e informativa, que faz uso de pesquisa direcionada que permita ao aluno adotar uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, o empregador as conduzirá, devendo utilizar os materiais de referência do curso e as registrando através do protocolo de conclusão de curso disponível na apostila.

CRITÉRIOS, REQUISITOS E DIRETRIZES PARA APROVEITAMENTO SATISFATÓRIO

O certificado de conclusão do curso destacará o aproveitamento como SATISFATÓRIO quando alcançados esses critérios. Nas modalidades presencial e semipresencial com frequência inferior, a certificação será feita mediante apresentação das atividades referentes ao conteúdo faltante via EAD. A avaliação poderá ser refeita repetidas vezes até atingir esses critérios.

Requisitos para instrutores

Serão selecionados através de proficiência nos conteúdos definidos, comprovada por uma das formas abaixo:

- Documentos (diplomas, certificados ou registro em carteira profissional) e ou;
- Referências comerciais e profissionais (empresa, nome do contato, telefone).

QUADRO 3 – Critérios de avaliação para aproveitamento mínimo e certificação

Modalidade	Avaliação mínima	Frequência mín.
Presencial	80%	80%
Semipresencial	80%	80%
À distância	100%	Não se aplica

QUADRO 4 – Diretrizes para potencialização do aprendizado

Presencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
Semipresencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
À distância	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando leituras, apostila eslaides, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.

QUADRO 5 – Diretrizes para acompanhamento do estudante

Presencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento.
Semipresencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento na parte à distância.
À distância	O instrutor acompanha as avaliações, prazos de conclusão e atende solicitações feitas por e-mail ou WhatsApp. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento e verificação do cronograma determinado por ele mesmo.

PRINCÍPIOS E CONCEITOS PARA SEGURANÇA DOS TRABALHADORES

Requisitos para o público-alvo – Alfabetizados, de escolaridade razoável e familiarizadas com tecnologia e leituras. Quando isso não for atingido, no EAD, o empregador deve designar um tutor local para conduzir as atividades.

Realizar de fato – Cabem ao empregador e ao empregado, usar e realizar todos os recursos do curso e evitar pular regras, etapas e módulos a fim de obter o certificado do curso para atender a norma de forma meramente documental.

Cumprir e fazer cumprir – O empregador, através de seus responsáveis legais, deve oportunizar condições adequadas, fiscalizar e exigir de seus colaboradores a comprovação de realização das atividades.

Abordagens, termos e práticas simplificadas – O conteúdo e linguagem do todo material didático utilizará termos e métodos de simples compreensão para todos os públicos.

Avaliação contínua e instrutiva – Deve ser feita com consulta e em equipe, assim como o trabalho do cotidiano e, portanto, garantir a interação com o conteúdo e o repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Critérios e formato de avaliação nitidamente superiores aos de mercado – A pontuação mínima na avaliação instrutiva deverá ser de 80% no presencial e 100% no EAD, além de incluir maior número de questões, divididas por tópicos fundamentais e com foco no repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Plano de ensino e aprendizado para cursos presenciais – Os critérios da NR-01 sobre EAD também são aplicados nos cursos presenciais, padronizando a metodologia, avaliação e eficiência do processo.

Qualidade do conteúdo – Repassar informações precisas para tomada de consciência e decisão, com foco no comportamento seguro em nível superior e sistemático para atenuar a precarização da relação trabalhista, o desvio de responsabilidades ou o desconhecimento de empregados e empregadores.

Transparência e publicidade da certificação. Qualquer interessado pode através de uma simples pesquisa por nome acessar e baixar cópias dos certificados de conclusão dos cursos, verificando sua validade.

QUADRO 6 – Responsabilidades das partes

Empregador	Cumprir e fazer cumprir as normas, disponibilizar tempo e local exclusivos e equipamentos apropriados conforme cada modalidade. Disponibilizar programas e medições, análises de risco, ordens de serviço e procedimentos para partes específicas do curso. Fiscalizar a realização das atividades propostas e registrar o protocolo de conclusão de curso, lista de presença ou equivalente. Aplicar a parte prática específica conforme sua realidade, no caso de EAD.
Estudante	Cumprir as orientações dadas pelo empregador e a Escola em relação ao curso, reunir a disciplina, organização e responsabilidade pertinentes. Adotar uma postura ativa, curiosa e consciente sobre seu papel no processo de aprendizado.
Escola	Disponibilizar conteúdo e atividades apropriados aos critérios do empregador, promovendo a interação e práticas pertinentes. Formalizar através de e-mail de confirmação da contratação dos serviços a observância a NR-01 quanto ao ensino à distância. Manter esse plano de ensino e aprendizado acessível aos interessados.

CONTEÚDO CURRICULAR

CONTEÚDO COMUM

Distribuição do conteúdo adicional e programação dos módulos comuns

Módulo 1 - Instruções do curso

Objetivo: Apresentar orientações sobre como realizar o curso

Módulo 2 - Aspectos comportamentais

Objetivo: Destacar fatores protetivos comuns

- Aprendendo a aprender
- Comunicação e comportamento
- Percepção e raciocínio

Módulo 3 - Estudo do ambiente

Objetivo: Conhecer riscos e proteções específicas através dos programas e medições

- Introdução ao respectivo tema de cada curso
- Leitura dos programas e medições pertinentes disponibilizados pelo empregador
- Pesquisa: Quais as principais causas de acidentes nas respectivas áreas de atuação

Módulo 9 - Avaliação instrutiva

Objetivo: Repassar informações precisas para tomada de decisões seguras

Módulo 10 - Conformidade

Objetivo: Passar orientações protocolares para o EAD

Os cursos são divididos em módulos. São 10 módulos ao total, sendo 5 módulos de conteúdo comum e 5 de conteúdo específico. Os módulos comuns estão presentes em todos os cursos, já os específicos são pertinentes a cada curso, mas podem ser compatíveis entre si para melhor aproveitamento da carga horária e eficiência ou referência das próprias normas.

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-17

CURSO OPERADOR DE CHECK-OUT

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

a) posto de trabalho; b) manipulação de mercadorias; c) organização do trabalho; d) aspectos psicossociais do trabalho; e e) lesões ou agravos à saúde mais encontrados entre operadores de checkout.

Carga horária

EAD	Presencial
2 horas	2 horas

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – O posto de trabalho padrão*Objetivo: Caracterizar a atividade de checkout e sua relação com saúde*

- O posto de trabalho
- Manipulação de mercadorias

Módulo 5 – Saúde física*Objetivo: Destacar aspectos relacionados ao adoecimento físico*

- Sistema osteomuscular
- Lesões ou agravos à saúde mais encontrados entre operadores de checkout
- Fator de risco: Sedentarismo

Módulo 6 – Saúde mental*Objetivo: Destacar aspectos relacionados ao adoecimento psicológico*

- Saúde Mental
- Aspectos psicossociais do trabalho

Módulo 7 – Métodos de trabalho seguros*Objetivo: Apresentar rotinas de trabalho seguras*

- Organização do trabalho
- Riscos e medidas de prevenção

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos*Objetivo: Apresentar adoecimentos típicos associados*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-17

CURSO OPERADOR DE TELEATENDIMENTO

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

a) noções sobre os fatores de risco para a saúde em teleatendimento/telemarketing; b) medidas de prevenção indicadas para a redução dos riscos relacionados ao trabalho; c) informações sobre os sintomas de adoecimento que possam estar relacionados à atividade de teleatendimento/telemarketing, principalmente os que envolvam o sistema osteomuscular, a saúde mental, as funções vocais, auditivas e acuidade visual dos trabalhadores; e d) informações sobre a utilização correta dos mecanismos de ajuste do mobiliário e dos equipamentos dos postos de trabalho, incluindo orientação para alternância de orelhas no uso dos fones mono ou biauriculares e limpeza e substituição de tubos de voz.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 horas	4 horas

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – O posto de trabalho padrão*Objetivo: Caracterizar a atividade do teleatendimento e sua relação com saúde*

- O trabalho em teleatendimento
- O posto de trabalho padrão
- O posto de trabalho alternativo

Módulo 5 – Saúde física*Objetivo: Destacar aspectos relacionados ao adoecimento físico*

- Sistema osteomuscular
- Funções auditiva, visual e vocal
- Fator de risco: Sedentarismo

Módulo 6 – Saúde mental*Objetivo: Destacar aspectos relacionados ao adoecimento psicológico*

- Saúde Mental
- Fatores de risco: Ansiedade e estresse
- Convívio com diferentes comportamentos

Módulo 7 – Métodos de trabalho seguros*Objetivo: Apresentar rotinas de trabalho seguras*

- Métodos de trabalho seguros
- Ajuste do mobiliário e equipamentos do posto de trabalho
- Práticas relaxantes no posto de trabalho
- Riscos e medidas de prevenção

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos*Objetivo: Apresentar adoecimentos típicos associados*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-17

CURSO TRANSPORTE MANUAL DE CARGAS

Conteúdo compatível para o curso conforme NR-17 (item 17.5.5)

a) introdução a ergonomia; b) métodos de levantamento, carregamento e deposição de cargas; c) sintomas de adoecimento relacionados a repetição e peso; d) principais agravos e medidas de prevenção.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 horas	45 minutos, 2 ou 4 horas

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Introdução a ergonomia*Objetivo: Relacionar ergonomia com produtividade e saúde*

- Introdução a ergonomia

Módulo 5 – Métodos de levantamento, carregamento e deposição de cargas*Objetivo: Demonstrar rotinas saudáveis e seguras*

- Definições da rotina
- Demonstração de técnicas apropriadas (*teoria seguida de prática*)

Módulo 6 – Sintomas de adoecimentos relacionados a repetição e peso*Objetivo: Relacionar os principais sintomas de adoecimentos relacionados*

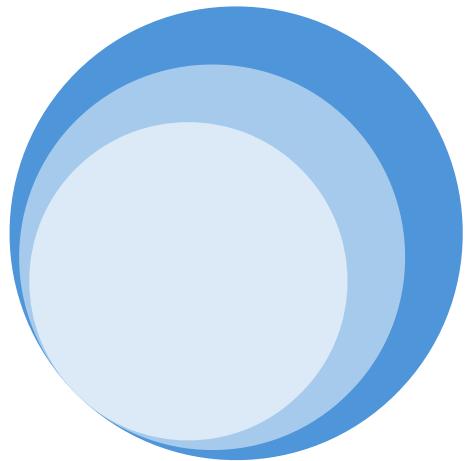
- Sintomas associados

Módulo 7 – Principais agravos e medidas de prevenção*Objetivo: Apresentar as principais doenças e respectivas prevenções*

- Definições de agravos\termos
- Medidas de prevenção

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos*Objetivo: Apresentar casos de doenças associadas*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal



13 anos multiverso

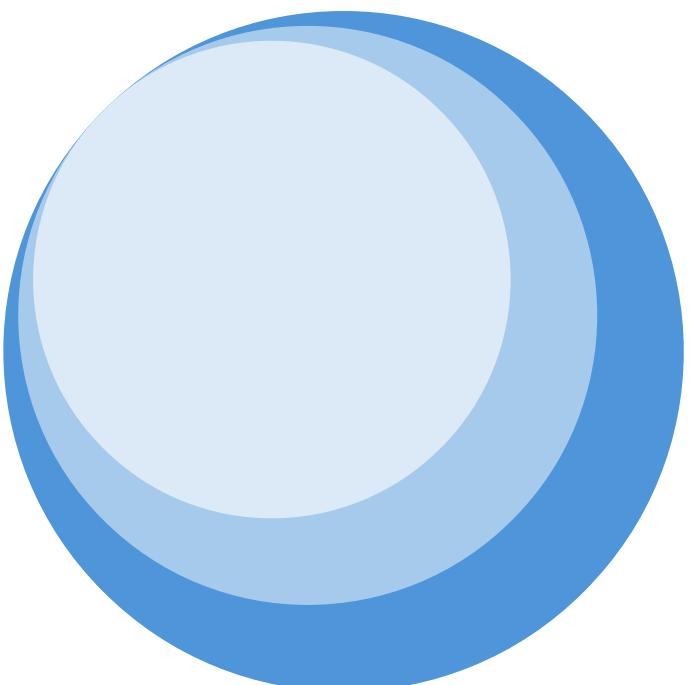
NR-01

PROJETO PEDAGÓGICO

Aplicação: NR-01, 05, 06, 11, 12, 18, 20, 23, 25, 26, 33, 34 e 35.

Esse plano de ensino e aprendizado tem foco em conteúdo eficiente para tomada de decisões seguras.

Vigência: 2026-2027



SOBRE A ESCOLA MULTIVERSO

A Escola Multiverso é uma empresa tipicamente familiar e atua no ramo de cursos, palestras e serviços para saúde e segurança no trabalho, ensino de inglês e informática, comunicação, oratória, vendas e outros cursos de preparação para o mercado de trabalho.

Estamos no mercado há mais de 10 anos e entre os serviços, destacamos as palestras e outras atividades educativas para a SIPAT, o curso da CIPA e a produção de conteúdos em mídias digitais.

Atuamos exclusivamente com cursos, palestras e serviços realizados presencialmente em empresas ou à distância.

Missão

Oferecer cursos, palestras e serviços com abordagens diferentes.

Visão

Ser reconhecida como uma empresa diferente, competitiva e eficiente.

Valores

Simplicidade, pontualidade e atendimento pessoal.

Acesse nosso perfil
no [LinkedIn](#):



Descubra mais conteúdos em
nossa canal do [Youtube](#):



Procurando por cursos
presenciais ou à distância?
Acesse a [lista completa](#):



Pensando em **interatividade**
para a SIPAT? Conheça as
[palestras interativas](#) e outros
serviços relacionados:



INFORMAÇÕES GERAIS

Objetivo geral

Capacitar colaboradores para atuarem com segurança nas atividades previstas nas respectivas normas.

Objetivos específicos

Ministrar conteúdo mínimo obrigatório previsto para cada norma;

Promover conteúdo complementar relevante e atualizado às necessidades dos clientes;

Adaptar os conteúdos pertinentes à realidade de cada cliente evitando abordagens genéricas;

Desenvolver competências comportamentais e comunicacionais pertinentes às funções.

Público-alvo

Estudantes que busquem formação complementar;

Encarregados e gestores que precisem de formação pertinente;

Empregados que desempenhem atividades relacionadas nas respectivas normas;

Público geral com escolaridade e familiaridade compatível com metodologias EAD.

Forma de oferta

Presencial, semipresencial e à distância.

Área do conhecimento e campo de aplicação

Saúde e segurança no trabalho, prevenção de acidentes e doenças do trabalho.

Prazo máximo para conclusão

Recomenda-se o cumprimento da norma à critério do cliente.

Justificativa

A Saúde e a Segurança no Trabalho têm ganhado cada vez mais ênfase, seja por sistemas mais sofisticados de gestão, exigências legais, de clientes e/ou dos próprios colaboradores. Neste sentido, além de obrigação trabalhista, esse curso visa capacitar os colaboradores para atuarem de forma segura em suas rotinas, adotando um perfil comportamental preventivista compatível com o risco que correm.

Coordenador dos cursos

Sandro Luiz Barth – Psicopedagogo, especialista em metodologias de ensino e técnico de segurança no trabalho.

Responsável técnico pela revisão do projeto pedagógico dos cursos

Guilherme Doemer Bocchi – Engenheiro de Segurança no Trabalho – CREA/SC 18.2670-9

Responsáveis técnico pelo projeto pedagógico e pela aplicação dos cursos, e responsável legal

Sandro Luiz Barth

Revisão e validade

01/01/26 a 31/12/27 – Ou quando houver alterações nas normas que alterem significativamente o padrão dos cursos

INFRAESTRUTURA OPERACIONAL E CONTROLE

QUADRO 1 - Canais de comunicação e suporte aos estudantes e clientes

Email	contato@escolamultiverso.com.br
Telefone	(49) 991-617-488
WhatsApp	(49) 991-617-488
Prazos	Dúvidas técnicas, pedagógicas, comerciais e outras – 24 horas

QUANDRO 2 - Controles operacionais

Formas de acesso	<p>Quando via internet, o acesso ao ambiente virtual de estudos será dará mediante LOGIN, que pode ser feito em grupo, quando o empregador dispuser os alunos em uma turma em um mesmo local e horário. Pode ser individual, quando o empregador não os dispuser assim.</p> <p>Quando via apostila, todo o conteúdo estará na própria apostila, dispensando a utilização de um ambiente virtual.</p>
Registros eletrônicos	<p>Os acessos ou LOGIN geram dados de entrada e último acesso. Não são registrados acessos repetidos ou simultâneos. Não é gerada frequência ou calculada a carga horária a partir da duração de cada acesso. As entradas na avaliação instrutiva geram carimbos de data e hora, e são armazenadas em formato de log. Essa avaliação sendo de resultado satisfatório é o registro de execução do conteúdo.</p>
Registros impressos	<p>A digitalização da apostila preenchida com as atividades teóricas e práticas e avaliação, sendo o todo de resultado satisfatório é, em si, o próprio registro de execução do conteúdo do curso. Quando da forma de acesso ao ambiente virtual em grupo, o contratante deverá emitir lista de presença, digitalizá-la e enviar para a escola.</p>
Conciliação de conteúdos e carga horária	<p>Os cursos possuem conteúdos comuns, como os conteúdos adicionais, legislação trabalhista ou previdenciária e atendimentos de emergência etc., e que são realizados em apenas um momento, não se repete o mesmo conteúdo. Alguns cursos, inclusive, são comportados dentro de outros cursos. Por exemplo, o curso de NR-35 com 8 horas de duração e o NR-33 com 8 horas de duração, ambos englobam o tema do EPI com 1 hora. Portanto, apesar dos certificados destacarem individualmente cargas horárias que somam 16 horas, o tempo de sala é de 15 horas. Essa regra vale tanto para o presencial como para o EAD.</p>

ESTRATÉGIAS E METODOLOGIAS DE ENSINO E APRENDIZADO

Estratégia ou metodologia pode significar caminho, pode significar a forma, ou o jeito, a maneira como se faz algo. Pode ser comparada a uma receita de bolo, trazendo os passos, os ingredientes e outras orientações para se chegar a um determinado objetivo. Então, estratégia ou metodologia é o jeito como ministrarmos nossas aulas para transmitir conhecimentos e comportamentos.

Presencial

Aulas são ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá.

Semipresencial

Aulas presenciais ministradas em dias, horários e locais indicados pelo empregador, organizadas em momentos de 2, 4 ou 8 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas presenciais empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada, informativa e interativa que faz uso de jogos, trabalho em equipe e dinâmicas de grupo, buscando com que o instrutor fale menos e o aluno fale e participe mais, colocando o aluno em uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, a Escola as conduzirá. Os cursos começam e terminam com aulas presenciais. Haverá um intervalo entre essas aulas presenciais suficiente para comportar o conteúdo EAD.

À distância

As aulas EAD são ministradas através de vídeos via internet ou material impresso, recomendando-se a organização de momentos de 2 ou 4 horas por dia, sendo a primeira sugestão uma estimativa de tempo mínimo para dedicação diária. Não é recomendado para essa modalidade dedicação diária superior a 4 horas. Os materiais como apostilas e eslaides serão produzidos pela Escola. Os programas e medições para atividades específicas serão disponibilizados pelo empregador. As aulas EAD empregam didáticas como exposição conceitual com auxílio de eslaides e ou apostila, fotos, vídeos, notícias, leituras, exercícios teóricos e práticos dentro e fora de sala, e avaliação. Desenvolve-se uma abordagem simplificada e informativa, que faz uso de pesquisa direcionada que permita ao aluno adotar uma postura de aprendizagem ativa, incentivando seu protagonismo e conectado suas histórias ao conteúdo. Quando houver prática, o empregador as conduzirá, devendo utilizar os materiais de referência do curso e as registrando através do protocolo de conclusão de curso disponível na apostila.

CRITÉRIOS, REQUISITOS E DIRETRIZES PARA APROVEITAMENTO SATISFATÓRIO

O certificado de conclusão do curso destacará o aproveitamento como SATISFATÓRIO quando alcançados esses critérios. Nas modalidades presencial e semipresencial com frequência inferior, a certificação será feita mediante apresentação das atividades referentes ao conteúdo faltante via EAD. A avaliação poderá ser refeita repetidas vezes até atingir esses critérios.

Requisitos para instrutores

Serão selecionados através de proficiência nos conteúdos definidos, comprovada por uma das formas abaixo:

- Documentos (diplomas, certificados ou registro em carteira profissional) e ou;
- Referências comerciais e profissionais (empresa, nome do contato, telefone).

QUADRO 3 – Critérios de avaliação para aproveitamento mínimo e certificação

Modalidade	Avaliação mínima	Frequência mín.
Presencial	80%	80%
Semipresencial	80%	80%
À distância	100%	Não se aplica

QUADRO 4 – Diretrizes para potencialização do aprendizado

Presencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
Semipresencial	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando exposições, apostila, eslaides, leituras, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, dinâmicas individuais e de grupo, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.
À distância	Diversificar as abordagens para maior atratividade usando leituras, apostila eslaides, fotos, vídeos, exercícios práticos e teóricos, discussão de casos, pesquisas, redações e avaliação instrutiva.

QUADRO 5 – Diretrizes para acompanhamento do estudante

Presencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento.
Semipresencial	O instrutor observa, verifica, orienta e propõem ajustes para melhor rendimento, interação com o conteúdo e aquisição do conhecimento. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento na parte à distância.
À distância	O instrutor acompanha as avaliações, prazos de conclusão e atende solicitações feitas por e-mail ou WhatsApp. O empregador designa responsável por esse mesmo acompanhamento e verificação do cronograma determinado por ele mesmo.

PRINCÍPIOS E CONCEITOS PARA SEGURANÇA DOS TRABALHADORES

Requisitos para o público-alvo – Alfabetizados, de escolaridade razoável e familiarizadas com tecnologia e leituras. Quando isso não for atingido, no EAD, o empregador deve designar um tutor local para conduzir as atividades.

Realizar de fato – Cabem ao empregador e ao empregado, usar e realizar todos os recursos do curso e evitar pular regras, etapas e módulos a fim de obter o certificado do curso para atender a norma de forma meramente documental.

Cumprir e fazer cumprir – O empregador, através de seus responsáveis legais, deve oportunizar condições adequadas, fiscalizar e exigir de seus colaboradores a comprovação de realização das atividades.

Abordagens, termos e práticas simplificadas – O conteúdo e linguagem do todo material didático utilizará termos e métodos de simples compreensão para todos os públicos.

Avaliação contínua e instrutiva – Deve ser feita com consulta e em equipe, assim como o trabalho do cotidiano e, portanto, garantir a interação com o conteúdo e o repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Critérios e formato de avaliação nitidamente superiores aos de mercado – A pontuação mínima na avaliação instrutiva deverá ser de 80% no presencial e 100% no EAD, além de incluir maior número de questões, divididas por tópicos fundamentais e com foco no repasse de instruções precisas para tomadas de decisão seguras.

Plano de ensino e aprendizado para cursos presenciais – Os critérios da NR-01 sobre EAD também são aplicados nos cursos presenciais, padronizando a metodologia, avaliação e eficiência do processo.

Qualidade do conteúdo – Repassar informações precisas para tomada de consciência e decisão, com foco no comportamento seguro em nível superior e sistemático para atenuar a precarização da relação trabalhista, o desvio de responsabilidades ou o desconhecimento de empregados e empregadores.

Transparência e publicidade da certificação. Qualquer interessado pode através de uma simples pesquisa por nome acessar e baixar cópias dos certificados de conclusão dos cursos, verificando sua validade.

QUADRO 6 – Responsabilidades das partes

Empregador	Cumprir e fazer cumprir as normas, disponibilizar tempo e local exclusivos e equipamentos apropriados conforme cada modalidade. Disponibilizar programas e medições, análises de risco, ordens de serviço e procedimentos para partes específicas do curso. Fiscalizar a realização das atividades propostas e registrar o protocolo de conclusão de curso, lista de presença ou equivalente. Aplicar a parte prática específica conforme sua realidade, no caso de EAD.
Estudante	Cumprir as orientações dadas pelo empregador e a Escola em relação ao curso, reunir a disciplina, organização e responsabilidade pertinentes. Adotar uma postura ativa, curiosa e consciente sobre seu papel no processo de aprendizado.
Escola	Disponibilizar conteúdo e atividades apropriados aos critérios do empregador, promovendo a interação e práticas pertinentes. Formalizar através de e-mail de confirmação da contratação dos serviços a observância a NR-01 quanto ao ensino à distância. Manter esse plano de ensino e aprendizado acessível aos interessados.

CONTEÚDO CURRICULAR

CONTEÚDO COMUM

Distribuição do conteúdo adicional e programação dos módulos comuns

Módulo 1 - Instruções do curso

Objetivo: Apresentar orientações sobre como realizar o curso

Módulo 2 - Aspectos comportamentais

Objetivo: Destacar fatores protetivos comuns

- Aprendendo a aprender
- Comunicação e comportamento
- Percepção e raciocínio

Módulo 3 - Estudo do ambiente

Objetivo: Conhecer riscos e proteções específicas através dos programas e medições

- Introdução ao respectivo tema de cada curso
- Leitura dos programas e medições pertinentes disponibilizados pelo empregador
- Pesquisa: Quais as principais causas de acidentes nas respectivas áreas de atuação

Módulo 9 - Avaliação instrutiva

Objetivo: Repassar informações precisas para tomada de decisões seguras

Módulo 10 - Conformidade

Objetivo: Passar orientações protocolares para o EAD

Os cursos são divididos em módulos. São 10 módulos ao total, sendo 5 módulos de conteúdo comum e 5 de conteúdo específico. Os módulos comuns estão presentes em todos os cursos, já os específicos são pertinentes a cada curso, mas podem ser compatíveis entre si para melhor aproveitamento da carga horária e eficiência ou referência das próprias normas.

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-01

CURSO INTEGRAÇÃO BÁSICA EM SST

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

a) Aspectos comportamentais, b) Estudo do ambiente e dos riscos, incluindo emergências, c) Direitos e deveres, d) Noções gerais sobre saúde e segurança do trabalho; e) Princípios de segurança e medidas de controle de riscos, f) Fontes de risco, riscos e prevenções, g) Equipamentos de proteção individual, h) Equipamentos de proteção coletiva, i) Noções de primeiros socorros, j) Combate a princípios de incêndio, l) Estudo de casos, m) Telefones úteis. * Curso de referência. Não há citação ou conteúdo específico.

Carga horária

EAD

Presencial

8 horas

4 ou 8 horas

Distribuição do conteúdo obrigatório e adicional e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação*Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade*

- Legislação de saúde e segurança do trabalho, regulamentações do MTE
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção*Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções*

- Reconhecimento, avaliação e controle de riscos
- Princípios de segurança e medidas de controle de riscos
- EPC e EPI

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros*Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro*

- Métodos gerais
- Ordem de serviço
- Condições impeditivas

Módulo 7 – Atendimento a emergências*Objetivo: Apresentar rotinas de emergência*

- Tratamentos básicos (*teoria seguida de prática*)
- Primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)
- Combate à incêndios (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos*Objetivo: Analisar acidentes de trabalho mais comuns*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-05

CURSO CIPA

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

a) Estudo do ambiente, das condições de trabalho, bem como dos riscos originados do processo produtivo; b) Noções sobre acidentes e doenças relacionadas ao trabalho decorrentes das condições de trabalho e da exposição aos riscos existentes no estabelecimento e suas medidas de prevenção; c) Metodologia de investigação e análise de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho; d) Princípios gerais de higiene do trabalho e de medidas de prevenção dos riscos; e) Noções sobre as legislações trabalhista e previdenciária relativas à segurança e saúde no trabalho; f) Noções sobre a inclusão de pessoas com deficiência e reabilitados nos processos de trabalho; g) Organização da CIPA e outros assuntos necessários ao exercício das atribuições da Comissão; h) Prevenção e combate ao assédio sexual e a outras formas de violência no trabalho.

	EAD	Presencial
Carga horária	8 horas / grau de risco 1	8 horas / grau de risco 1
	12 horas / grau de risco 2	12 horas / grau de risco 2
	16 horas / grau de risco 3	16 horas / grau de risco 3
	20 horas / grau de risco 4	20 horas / grau de risco 4

Distribuição do conteúdo obrigatório e adicional e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Apresentar o que é a CIPA, a base de trabalho e principal ferramenta de prevenção

Introdução, funções e funcionamento, Noções sobre legislação trabalhista e previdenciária, Verificações periódicas

Módulo 5 – Ações informativas e educativas

Objetivo: Tentar entender os porquês dos porquês de os acidentes acontecerem

Estatísticas de acidentes no trabalho, Fatores de risco comuns e negligenciados, Investigação e análise de acidentes

Módulo 6 – Análise e relatório de acidentes

Objetivo: Utilizar o mapa de forma mais envolvente e informativa

Grupos de perigos e riscos, Percepção de risco e envolvimento dos trabalhadores, Como montar um mapa de risco

Módulo 7 – Outros assuntos necessários

Objetivo: Desenvolver eventos SIPAT alinhados ao propósito da norma

Processo eleitoral, Noções sobre PCD e reabilitados, Assédio e outras violências, Programação SIPAT

Módulo 8 – Planejamento e organização

Objetivo: Resumir o curso em uma ata e plano de trabalho

Atas e reuniões eficientes, Princípios de segurança e medidas de controle, Plano de trabalho

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-06

CURSO EPI

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

- a) usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina; b) responsabilizar-se pela guarda e conservação; c) comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso; d) cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 horas – Inicial	2 ou 4 horas – Inicial
	4 horas – Reciclagem	2 ou 4 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres
- Legislação pertinente, implicações do não uso e direito de recusa

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos comuns e EPI indicado

Objetivo: Relacionar a utilização de certos EPI a determinados acidentes

- Percepção de risco
- Indicação de EPI conforme norma

Módulo 6 – Utilização de EPI

Objetivo: Demonstrar a correta utilização dos EPI

- Demonstração de uso (teoria seguida de prática)

Módulo 7 – Conservação, guarda e higienização

Objetivo: Orientar sobre a boa manutenção do EPI

- Formas e locais para depositar
- Formas e produtos para higienização

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos

Objetivo: Apresentar acidentes comuns por falta do uso do EPI ou uso inadequado

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-11

OPERAÇÃO DE EMPILHADEIRAS

Conteúdo obrigatório compatível com a norma

Descrição e identificação dos riscos e proteções associados a empilhadeira; Funcionamento das proteções; como e por que devem ser usadas; Como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem; O que fazer se uma proteção for danificada ou perder sua função de segurança; Princípios de segurança na utilização da empilhadeira; Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes; Método de trabalho seguro; Permissão de trabalho; Noções sobre legislação de trânsito e de legislação de segurança e saúde no trabalho; Noções sobre acidentes e doenças decorrentes da exposição aos riscos existentes na empilhadeira; Medidas de controle dos riscos, EPC e EPI; Operação com segurança da máquina ou equipamento; Inspeção, regulagem e manutenção com segurança; Sinalização de segurança; Procedimentos em situação de emergência; Noções sobre prestação de primeiros socorros

Carga horária	EAD	Presencial
	8 horas – Inicial 8 horas – Reciclagem	4, 8, 12 ou 16 horas – Inicial 4, 8, 12 ou 16 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres, Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Descrição e identificação dos riscos e proteções comumente associados às máquinas e equipamentos
- Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes;

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Métodos de trabalho seguros
- Permissão de trabalho
- Funcionamento das proteções; como e por que devem ser usadas
- Como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem
- O que fazer se uma proteção for danificada ou perder sua função de segurança
- Princípios de segurança na utilização da máquina ou equipamento
- Sistema de bloqueio de funcionamento durante operações, e na inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Combate a incêndios (teoria seguida de prática)
- Primeiros socorros (teoria seguida de prática)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Apresentar acidentes típicos associados

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-12

CURSO GERAL

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

a) descrição e identificação dos riscos e proteções comumente associados às máquinas e equipamentos; b) funcionamento das proteções; como e por que devem ser usadas; c) como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem; d) o que fazer se uma proteção for danificada ou perder sua função de segurança; e) princípios de segurança na utilização da máquina ou equipamento; f) segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes; g) método de trabalho seguro; h) permissão de trabalho; e i) sistema de bloqueio de funcionamento da máquina e equipamento durante operações de inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 ou 8* horas – Inicial 4 ou 8* horas – Reciclagem	2, 4 ou 8 horas – Inicial 2, 4 ou 8 horas – Reciclagem

* Quando associado ao curso NR-01 Integração básica em SST e ou NR-06 EPI

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres, Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Descrição e identificação dos riscos e proteções comumente associados às máquinas e equipamentos
- Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes;

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Métodos de trabalho seguros
- Permissão de trabalho
- Funcionamento das proteções; como e por que devem ser usadas
- Como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem
- O que fazer se uma proteção for danificada ou perder sua função de segurança
- Princípios de segurança na utilização da máquina ou equipamento
- Sistema de bloqueio de funcionamento durante operações de inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Combate a incêndios (teoria seguida de prática)
- Primeiros socorros (teoria seguida de prática)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Apresentar acidentes típicos associados

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-12

CURSO FERRAMENTAS MANUAIS \ PORTÁTEIS

Conteúdo obrigatório conforme relacionado em norma

Conteúdo normativo padrão: a) descrição e identificação dos riscos e proteções comumente associados às máquinas e equipamentos; b) funcionamento das proteções; como e por que devem ser usadas; c) como e em que circunstâncias uma proteção pode ser removida, e por quem; d) o que fazer se uma proteção for danificada ou perder sua função de segurança; e) princípios de segurança na utilização da máquina ou equipamento; f) segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes; g) método de trabalho seguro; h) permissão de trabalho; e i) sistema de bloqueio de funcionamento da máquina e equipamento durante operações de inspeção, limpeza, lubrificação e manutenção. Conteúdo adicional: Características, perigos, riscos e prevenções com esmerilhadeira, furadeira, parafusadeira, plaina, politriz, rompedor e serra circular.

Carga horária

EAD	Presencial
8 ou 16* horas – Inicial	2, 4 ou 8 horas – Inicial
8 horas – Reciclagem	2, 4 ou 8 horas – Reciclagem

* Quando associado ao curso NR-01 Integração básica em SST e ou NR-06 EPI

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres, Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Descrição e identificação dos riscos e proteções comumente associados às ferramentas portáteis
- Segurança para riscos mecânicos, elétricos e outros relevantes;

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Métodos de trabalho seguros
- Manuais dos equipamentos

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Primeiros socorros (teoria seguida de prática)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Apresentar acidentes típicos associados

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-18

CURSO GERAL**Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos**

As condições e meio ambiente de trabalho; Os riscos inerentes às atividades desenvolvidas; Os equipamentos e proteção coletiva existentes no canteiro de obras; O uso adequado dos equipamentos de proteção individual; O PGR do canteiro de obras; Aspectos comportamentais, direitos e deveres, Noções de primeiros socorros e combate à incêndios, e Estatísticas de acidentes do trabalho.

* Curso de referência. Não há citação ou conteúdo específico.

Carga horária	EAD	Presencial
	8 horas – Inicial	4 ou 8 horas – Inicial
	8 horas – Reciclagem	4 ou 8 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos**Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação**

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- As condições e meio ambiente de trabalho
- Os riscos inerentes às atividades desenvolvidas
- O PGR do canteiro de obras

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Os equipamentos e proteção coletiva existentes no canteiro de obras
- O uso adequado dos equipamentos de proteção individual

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Definições de agravos\termos
- Combate à incêndios (*teoria seguida de prática*)
- Primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-20

CURSO INICIAÇÃO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

1. Inflamáveis: características, propriedades, perigos e riscos; 2. Controles coletivo e individual para trabalhos com inflamáveis; 3. Fontes de ignição e seu controle; 4. Procedimentos básicos em situações de emergência com inflamáveis.

Carga horária	EAD 3 horas	Presencial 3 ou 4 horas
---------------	----------------	----------------------------

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Inflamáveis: características, propriedades, perigos e riscos
- Fontes de ignição e seu controle

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Controles coletivo e individual para trabalhos com inflamáveis

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Definições de agravos\termos
- Noções de primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)
- Procedimentos básicos em situações de emergência com inflamáveis

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-20

CURSO BÁSICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

1. Inflamáveis: características, propriedades, perigos e riscos; 2. Controles coletivo e individual para trabalhos com inflamáveis; 3. Fontes de ignição e seu controle; 4. Procedimentos básicos em situações de emergência com inflamáveis; 5. Conhecimentos e utilização dos sistemas de segurança contra incêndio com inflamáveis.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 horas	4 horas

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Inflamáveis: características, propriedades, perigos e riscos
- Fontes de ignição e seu controle

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Controles coletivo e individual para trabalhos com inflamáveis

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Definições de agravos\termos
- Noções de primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)
- Procedimentos básicos em situações de emergência com inflamáveis
- Conhecimentos e utilização dos sistemas de segurança contra incêndio com inflamáveis (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-23

CURSO BÁSICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

a) utilização dos equipamentos de combate ao incêndio; b) procedimentos para evacuação dos locais de trabalho com segurança; c) dispositivos de alarme existentes.

Carga horária

EAD	Presencial
2 horas	2 ou 4 horas

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Controle de riscos

Objetivo: Apresentar iniciativas de seguranças prévias ao combate ao incêndio

- Avaliação da cena
- Medidas de controle mais comuns

Módulo 5 – Fogo, incêndio e suas fases

Objetivo: Definir o que é incêndio e formas de atuação para esse curso

- Definições
- Fases do incêndio e fase em que se aplica esse curso

Módulo 6 – Tipos de extintores

Objetivo: Relacionar os tipos de extintores apropriados para cada tipo de incêndio

- Extintores comuns
- Extintores portáteis

Módulo 7 – Técnicas de combate

Objetivo: Demonstrar rotinas básicas e seguras de combate ao incêndio

- Manuseio de extintores portáteis (teoria seguida de prática)
- Técnicas de combate (teoria seguida de prática)

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos

Objetivo: Apresentar cenas eficientes e falhas em combate à incêndios

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-25

CURSO BÁSICO**Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos**

Definições, composição, caracterização e classes de resíduos; Resíduos gasosos, líquidos, sólidos; Fatores de risco, riscos e medidas de controle; EPI e EPC; Princípios, separação, coleta, acondicionamento e armazenamento; Procedimentos básicos em emergência com resíduos; Saúde e meio ambiente.

Carga horária	EAD 4 horas	Presencial 2 ou 4 horas
---------------	----------------	----------------------------

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos**Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação**

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Definições, composição, caracterização e classes de resíduos industriais
- Saúde e meio ambiente.
- EPI e EPC

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Procedimentos básicos em emergência com resíduos;
- Resíduos gasosos, líquidos, sólidos

Módulo 7 – Noções de primeiros socorros

Objetivo: Apresentar rotinas de primeiros socorros

- Procedimentos básicos em emergência com resíduos

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-26

CURSO BÁSICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

Classificação dos produtos químicos; Rotulagem dos produtos químicos; Ficha de segurança do produto químico; Identificação e composição dos produtos químicos; Pictogramas, palavras e frases de perigo; Fatores de risco, riscos e medidas de controle; Manejo, transporte e armazenamento adequados; Procedimentos de emergência.

Carga horária	EAD	Presencial
	4 horas	2 ou 4 horas

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Classificação de produtos químicos
- Fatores de risco, riscos e medidas de controle
- Saúde e meio ambiente

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Rotulagem dos produtos químicos;
- Ficha de segurança do produto químico;
- Identificação e composição dos produtos químicos;
- Pictogramas, palavras e frases de perigo;
- Manejo, transporte e armazenamento adequados

Módulo 7 – Noções de primeiros socorros

Objetivo: Apresentar rotinas de primeiros socorros

- Procedimentos básicos em emergência com produtos químicos

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-33

CURSO TRABALHADOR\VIGIA

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

a) definições; b) reconhecimento, avaliação e controle de riscos; c) funcionamento de equipamentos utilizados; d) procedimentos e utilização da Permissão de Entrada e Trabalho; e e) noções de resgate e primeiros socorros.

Carga horária	EAD	Presencial
	16 horas – Inicial 8 horas – Reciclagem	16 horas – Inicial 8 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação*Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade*

- Direitos e deveres
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção*Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções*

- Definições
- Reconhecimento, avaliação e controle de riscos

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros*Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro*

- Funcionamento de equipamentos utilizados
- Procedimentos e utilização da Permissão de Entrada e Trabalho

Módulo 7 – Atendimento a emergências*Objetivo: Apresentar rotinas de emergência*

- Definições de agravos\termos
- Noções de resgate e primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos*Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-33

CURSO SUPERVISOR**Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos**

Conteúdo inicial: a) definições; b) reconhecimento, avaliação e controle de riscos; c) funcionamento de equipamentos utilizados; d) procedimentos e utilização da Permissão de Entrada e Trabalho; e e) noções de resgate e primeiros socorros. Conteúdo adicional: a) identificação dos espaços confinados; b) critérios de indicação e uso de equipamentos para controle de riscos; c) conhecimentos sobre práticas seguras em espaços confinados; d) legislação de segurança e saúde no trabalho; e) programa de proteção respiratória; f) área classificada; e g) operações de salvamento.

Carga horária	EAD	Presencial
	40 horas – Inicial 8 ou 40 horas – Reciclagem	40 horas – Inicial 8 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos**Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação***Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade*

Direitos e deveres, Legislação de segurança e saúde no trabalho, Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção*Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções*

Definições, Identificação dos espaços confinados, Reconhecimento, avaliação e controle de riscos, Programa de proteção respiratória

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros*Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro*

- Funcionamento de equipamentos utilizados
- Procedimentos e utilização da Permissão de Entrada e Trabalho
- Critérios de indicação e uso de equipamentos para controle de riscos
- Conhecimentos sobre práticas seguras em espaços confinados
- Área classificada

Módulo 7 – Atendimento a emergências*Objetivo: Apresentar rotinas de emergência*

- Definições de agravos\termos
- Noções de resgate e primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)
- Operações de salvamento

Módulo 8 – Estudo de casos*Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade*

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-34

CURSO ADMISSIONAL E PERIÓDICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

a) os riscos inerentes à atividade; b) as condições e meio ambiente de trabalho; c) os Equipamentos de Proteção Coletiva - EPC existentes no estabelecimento; d) o uso adequado dos Equipamentos de Proteção Individual – EPI.

Carga horária	EAD	Presencial
	8 horas	6 ou 8 horas – Inicial 6 ou 8 horas – Reciclagem

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

- Direitos e deveres
- Responsabilidades

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Os riscos inerentes à atividade
- As condições e meio ambiente de trabalho

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Práticas seguras
- Os Equipamentos de Proteção Coletiva - EPC existentes no estabelecimento
- O uso adequado dos Equipamentos de Proteção Individual - EPI

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Definições de agravos\termos
- Noções de resgate e primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados a atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Acidentes típicos na indústria naval
- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

NR-35

CURSO BÁSICO

Distribuição do conteúdo obrigatório e programação dos módulos específicos

a) normas e regulamentos aplicáveis ao trabalho em altura; b) análise de Risco e condições impeditivas; c) riscos potenciais inerentes ao trabalho em altura e medidas de prevenção e controle; d) sistemas, equipamentos e procedimentos de proteção coletiva; e) equipamentos de Proteção Individual para trabalho em altura: seleção, inspeção, conservação e limitação de uso; f) acidentes típicos em trabalhos em altura; g) condutas em situações de emergência, incluindo noções de técnicas de resgate e de primeiros socorros. Conteúdo adicional: Escada de uso individual como meio de acesso ou como posto de trabalho para trabalho em altura.

Carga horária	EAD 8 horas	Presencial 8 horas
---------------	----------------	-----------------------

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Direitos, deveres e documentação

Objetivo: Destacar as relações entre direitos, deveres e conformidade

Direitos e deveres, Responsabilidades, Normas e regulamentos aplicáveis ao trabalho em altura

Módulo 5 – Fatores de risco, riscos e prevenção

Objetivo: Relacionar fatores de risco, riscos e respectivas prevenções

- Riscos potenciais inerentes ao trabalho em altura e medidas de prevenção e controle

Módulo 6 – Métodos de trabalho seguros

Objetivo: Apresentar formas de trabalho seguro

- Análise de Risco e condições impeditivas

- Sistemas, equipamentos e procedimentos de proteção coletiva

- Equipamentos de Proteção Individual para trabalho em altura: seleção, inspeção, conservação e limitação de uso

Módulo 7 – Atendimento a emergências

Objetivo: Apresentar rotinas de emergência

- Definições de agravos\termos

- Noções de resgate e primeiros socorros (*teoria seguida de prática*)

- Técnicas de resgate (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estudo de casos

Objetivo: Analisar acidentes relacionados à atividade

- Estatísticas de acidentes de trabalho

- Acidentes típicos em trabalhos em altura

- Estudo de casos com recortes de jornal

CONTEÚDO CURRICULAR

CURSO BÁSICO EM PRIMEIROS SOCORROS

Distribuição do conteúdo compatível com o curso

a) controle de riscos; b) agravos e tratamentos comuns; c) reanimação cardiorrespiratória; d) remoção e transporte.

Carga horária

EAD	Presencial
4 horas	2 ou 4 horas

Distribuição do conteúdo compatível e programação dos módulos específicos

Módulo 4 – Controle de riscos

Objetivo: Apresentar iniciativas de seguranças prévias aos primeiros socorros

- Avaliação da cena
- Medidas de controle mais comuns

Módulo 5 – Agravos e tratamentos comuns

Objetivo: Relacionar e demonstrar rotinas básicas de tratamento

- Definições de agravos\termos
- Demonstração das rotinas (*teoria seguida de prática*)

Módulo 6 – Reanimação cardiorrespiratória

Objetivo: Demonstrar a rotina

- Informações gerais
- Demonstração das rotinas (*teoria seguida de prática*)

Módulo 7 – Remoção e transporte

Objetivo: Demonstrar momento e forma adequados

- Definições e formas
- Demonstração das rotinas (*teoria seguida de prática*)

Módulo 8 – Estatísticas e estudo de casos

Objetivo: Apresentar cenas eficientes e falhas em primeiros socorros

- Estatísticas de acidentes de trabalho
- Estudo de casos com recortes de jornal