

NTF

NTF.PL SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

146 ocen

Obsługa komputera - MS Word, MS Excel. Szkolenie zdalne, w małych 2- 4 osobowych grupach.

Numer usługi 2025/05/28/168224/2777211

2 400,00 PLN brutto
2 400,00 PLN netto
60,00 PLN brutto/h
60,00 PLN netto/h

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 23.07.2025 do 29.08.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Obsługa komputera

Identyfikatory projektów

Małopolski Pociąg do kariery

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- właścicieli i pracowników firm pracujących z wykorzystaniem pakietu Office,

- osoby pracujące lub bezrobotne, studenci, które chcą w własnej inicjatywy zdobyć/podnieść wiedzę i umiejętności z zakresu obsługi komputera w zakresie obsługi pakietu Office.

Kurs kierowany jest do wszystkich którzy pracuje z wykorzystaniem programu pakietu Office i chce poznać nowe możliwości jakie dają programy pakietu ale też dla tych, którzy chcą poznać MS Office celem podjęcia pracy z wykorzystaniem obsługi komputera.

Usługa również adresowana do uczestników projektu Małopolski pociąg do kariery - sezon 1 i Nowy start w Małopolsce z EURESem

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

21-07-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

40

Cel

Cel edukacyjny

Kurs Obsługa komputera - MS Word, MS Excel przygotowuje do samodzielnej pracy z wykorzystaniem programów zawartych w pakiecie Office - Word, Excel.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje ustawienia dokumentu w Word Wprowadza tekst do dokumentu, edytuje i formatuje tekst Formatuje tekst w układzie kolumnowym z wykorzystaniem znaków podziału	Zastosowane odpowiednie ustawienia m.in. marginesy, akapity, style, stopki, nagłówki Poprawnie wprowadzony tekst do dokumentu Poprawna edycja i formatowanie tekstu Poprawnie zformatowany tekst w układzie kolumnowym	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wstawia do dokumentu obiekty, obrazy oraz diagramy	Poprawnie wstawiony do dokumentu kształty oraz pola tekstowe. Wstawione zdjęcia i obrazy z różnych źródeł. Utworzone diagramy z użyciem grafiki SmartArt. Utworzony tekst ze wstawianiem obiektów WordArt Prawidłowe dostosowanie położenia elementów graficznych (wyrównywanie)	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy i zarządza tabelami	Tworzy tabele w dokumencie, zarządza ich strukturą, prawidłowo stosuje style tabeli i opcje formatowania	Obserwacja w warunkach symulowanych
Zarządza korespondencją seryjną	Prawidłowo stosuje korespondencję seryjną, tworzy etykiety i wizytówki, adresuje i drukuje koperty	Obserwacja w warunkach symulowanych
Podaje podstawowe definicje z zakresu funkcjonalności programu MS Excel	Używa podstawowych definicji związanych z programem MS Excel Stosuje zasady formatowania, sortowania, filtrowania, wyszukiwania	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Tworzy arkusze kalkulacyjne Wprowadza dane i je edytuje Stosuje formuły w MS Excelu m.in. MIN, MAX, SUMA, ŚREDNIA, ILOCZYN, JEŻELI, LICZ.JEŻELI Pracuje z datami i godzinami – funkcje DATA.RÓŻNICA, DZIŚ, TERAŻ. Pracuje z tekstem – funkcje PODZIEL.TEKST, POŁĄCZ.TEKSTY, LITERY.MAŁE, LITERY.WIELKIE, Z.WIELKIEJ.LITERY. Tworzy wykresy do prezentacji danych Stosuje podstawy pracy z tabelami przestawnymi Przygotowuje arkusz Excela do druku	Poprawnie wprowadzone dane i ich edycji Poprawnie wykorzystywane funkcje logiczne, matematyczne, wyszukiwania i adresu Filtruje, sortuje, wyszukuje dane, Drukuje zestawienia z użyciem tabel i wykresów Tworzy i używa tabele przestawne do analizy danych Drukuje arkusz	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje w obsłudze komputera elementy AI Stosuje podczas nauki empatię i cierpliwość	Umie stosować AI przy pracy z wykorzystaniem komputera Rozumie osoby, które uczą się wolniej Nie ocenia Buduje pozytywną atmosferę sprzyjającą nauce	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje asertywność (w komunikacji cyfrowej)	Wyraża swoje potrzeby np. przez komunikaty typu: „Proszę powtórzyć”, „Mam pytanie”, „Nie widzę ekranu”. W sposób kulturalny zaznaczają swoją obecność i potrzebę wsparcia w środowisku wirtualnym	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie realizowane w godzinach dydaktycznych (40 godzin dydaktycznych po 45 min. zajęć + przerwy). Planowana jest realizacja szkolenia w godzinach popołudniowych 2-3 razy w tygodniu od godz. 16.00-17.00, istnieje możliwość pojedynczych zajęć w weekendy.

Na zakończenie szkolenia zostanie przeprowadzona walidacja. Czas walidacji nie wchodzi w czas szkolenia. Planowany czas walidacji to 35-45 min. Szczegółowe godziny walidacji zostaną zamieszczone w harmonogramie.

Harmonogram ustalamy z osobami, które zapiszą się na szkolenie.

MS Word

Zapoznanie z programem MS Word - 1 godz.

1. Interfejs użytkownika. Podstawowe terminy m.in. strona, czcionka, akapit, interlinia.
2. Widoki stron dokumentów takich jak tryb czytania i układ wydruku.
3. Korzystanie z wbudowanej w MS Word pomocy.
4. Opcje drukowania dokumentów, w tym wybierania zakresu stron do druku.

Obsługa plików programu MS Word - 1 godz. w tym 1 godz. praktyczna

1. Otwieranie, zamykanie oraz tworzenie nowych dokumentów w edytorze tekstu.
2. Wykorzystanie szablonów do szybkiego tworzenia dokumentów.

Formatowanie tekstu w programie MS Word - 6 godz. w tym 5 godz. praktycznych

1. Podstawy formatowania
2. Personalizacja wyglądu tekstu poprzez m.in. wybór czcionki i jej rozmiaru, zastosowanie inicjału, pogrubienie, kursywa, podkreślenie
3. Dodawanie specjalnych znaków (symboli).
4. Akapity i położenia tekstu na stronie (wyrównanie).
5. Organizacja tekstu z użyciem wypunktowania, numeracji oraz tabulatorów.
6. Korzystanie ze stylów w MS Word.
7. Kopiowanie, czyli szybkie stosowanie formatowania do innych fragmentów tekstu.
8. Ustawienia marginesów, nagłówek oraz stopki, efekty wizualne do akapitów, obramowanie i cieniowanie
9. Dodawanie tła strony oraz znaku wodnego
10. Formatowanie tekstu w układzie kolumnowym oraz znaki podziału

Korespondencja seryjna - 3 godz. w tym 2 godz. praktyczne

1. Zastosowanie korespondencji seryjnej.
2. Tworzenie etykiet oraz wizytówek.
3. Adresowanie oraz drukowanie kopert.

Wstawianie obiektów - 3 godz. w tym 3 godz. praktyczne

1. Wstawianie do dokumentu kształtów oraz pola tekstowego.
2. Wstawianie zdjęć i obrazów z różnych źródeł.
3. Tworzenie diagramów z użyciem grafiki SmartArt.
4. Tworzenie tekstu ze wstawianiem obiektów WordArt
5. Dostosowanie położenia elementów graficznych (wyrównywanie).

Tworzenie tabel - 4 godz. w tym 3 godz. praktyczne

1. Omówienie metod tworzenia tabel w dokumencie.
2. Zarządzanie strukturą tabeli, czyli wstawianie i usuwanie kolumn oraz wierszy.
3. Zastosowanie w tabeli stylów i opcji formatowania.

MS Excel

Wprowadzenie do podstaw pracy z programem MS Excel - 1 godz. teoretyczna

1. Interfejs programu, podstawowe pojęcia: czym jest skoroszyt, arkusz oraz komórka.
2. Techniki poruszania się po arkuszu w MS Excel
3. Wprowadzanie danych do komórek oraz ich edycja.

4. Opcje zarządzania arkuszami w skoroszybie – otwieranie, wstawianie, usuwanie i kopiowanie oraz zapisywanie skoroszytów i arkuszy (także w PDF).
5. Metody odzyskiwania danych z niezapisanych lub przypadkowo zamkniętych skoroszytów.
6. Opcje drukowania, w tym ustawienia i formaty.
7. Formatowanie komórek (wyrównanie, czcionka, obramowanie, wypełnienie, ochrona)

Formuły i funkcje w programie MS Excel - 12 godz. w tym 11 godz. praktycznych

1. Wprowadzenie do korzystania z formuł w Excelu, w tym zasady tworzenia i stosowania formuł.
2. Tworzenia i modyfikowanie prostych formuł m.in. z funkcje MIN, MAX, SUMA, ŚREDNIA, ILOCZYN, JEŻELI, LICZ.JEŻELI oraz praca z procentami.
3. Praca z datami i godzinami – funkcje DATA.RÓŻNICA, DZIŚ, TERAZ.
4. Praca z tekstem – funkcje PODZIEL.TEKST, POŁĄCZ.TEKSTY, LITERY.MAŁE, LITERY.WIELKIE, Z.WIELKIEJ.LITERY.
5. Inspekcja formuł, czyli metody analizowania i śledzenia formuł, w tym techniki śledzenia poprzedników i zależności
6. Techniki kopiowania formuł i wartości obliczonych przez formuły.
7. Ręczne i automatyczne metody przeliczania.

Praca z tabelami (bazami danych) w programie MS Excel - 2 godz. w tym 1 godz. praktyczna

1. Definicja i wyjaśnienie pojęć zakresu danych, bazy danych oraz tabeli w kontekście MS Excel.
2. Opcje wyszukiwania informacji (funkcje Znajdź i Zamień) oraz specjalnych komórek pustych lub zawierających błędy.
3. Metody sortowania danych w tabelach wg określonych kryteriów i wykorzystanie funkcji Autofiltr oraz Fragmentator.

Tworzenie tabeli i wykresów - 6 godz. w tym 5 godz. praktycznych

1. Rodzaje wykresów dostępnych w Excelu m.in. wykresy kolumnowe, słupkowe, liniowe, kołowe oraz ich zastosowania.
2. Metody przygotowania danych przed przystąpieniem do tworzenia wykresu.
3. Metody wprowadzania zmian w wykresach oraz ich usuwanie, przenoszenie i kopiowanie.
4. Zapoznanie z technikami dotyczącymi drukowania wykresów, w tym ustawień formatu i rozmiaru.

Współpraca pomiędzy programami pakietu MS Office - 1

godz. w tym 1 godz. praktyczna

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 50 Zapoznanie z programem MS Word	Marcin Michnowicz	23-07-2025	18:15	19:00	00:45
2 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	23-07-2025	19:00	19:15	00:15
3 z 50 Obsługa plików programu MS Word	Marcin Michnowicz	23-07-2025	19:15	20:00	00:45
4 z 50 Formatowanie tekstu w programie MS Word	Marcin Michnowicz	31-07-2025	16:00	17:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	31-07-2025	17:30	17:45	00:15
6 z 50 Formatowanie tekstu w programie MS Word	Marcin Michnowicz	31-07-2025	17:45	18:30	00:45
7 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	31-07-2025	18:30	18:45	00:15
8 z 50 Formatowanie tekstu w programie MS Word	Marcin Michnowicz	31-07-2025	18:45	19:30	00:45
9 z 50 Formatowanie tekstu w programie MS Word	Marcin Michnowicz	04-08-2025	16:00	17:30	01:30
10 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	04-08-2025	17:30	17:45	00:15
11 z 50 Korespondencja seryjna	Marcin Michnowicz	04-08-2025	17:45	18:30	00:45
12 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	04-08-2025	18:30	18:45	00:15
13 z 50 Korespondencja seryjna	Marcin Michnowicz	04-08-2025	18:45	19:30	00:45
14 z 50 Korespondencja seryjna, Wstawianie obiektów	Marcin Michnowicz	06-08-2025	16:00	17:30	01:30
15 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	06-08-2025	17:30	17:45	00:15
16 z 50 Wstawianie obiektów	Marcin Michnowicz	06-08-2025	17:45	18:30	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	06-08-2025	18:30	18:45	00:15
18 z 50 Wstawianie obiektów	Marcin Michnowicz	06-08-2025	18:45	19:30	00:45
19 z 50 Tworzenie tabel	Marcin Michnowicz	11-08-2025	16:00	17:30	01:30
20 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	11-08-2025	17:30	17:45	00:15
21 z 50 Tworzenie tabel	Marcin Michnowicz	11-08-2025	17:45	18:30	00:45
22 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	11-08-2025	18:30	18:45	00:15
23 z 50 Tworzenie tabel	Marcin Michnowicz	11-08-2025	18:45	19:30	00:45
24 z 50 Wprowadzenie do podstaw pracy z programem MS Excel , Formuły i funkcje	Marcin Michnowicz	13-08-2025	16:00	17:30	01:30
25 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	13-08-2025	17:30	17:45	00:15
26 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	13-08-2025	17:45	18:30	00:45
27 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	13-08-2025	18:30	18:45	00:15
28 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	13-08-2025	18:45	19:30	00:45
29 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	18-08-2025	16:00	17:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	18-08-2025	17:30	17:45	00:15
31 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	18-08-2025	17:45	18:30	00:45
32 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	18-08-2025	18:30	18:45	00:15
33 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	18-08-2025	18:45	19:30	00:45
34 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	20-08-2025	16:00	17:30	01:30
35 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	20-08-2025	17:30	17:45	00:15
36 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	20-08-2025	17:45	18:30	00:45
37 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	20-08-2025	18:30	18:45	00:15
38 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel	Marcin Michnowicz	20-08-2025	18:45	19:30	00:45
39 z 50 Formuły i funkcje w programie MS Excel, Praca z tabelami (bazami danych)	Marcin Michnowicz	25-08-2025	16:00	17:30	01:30
40 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	25-08-2025	17:30	17:45	00:15
41 z 50 Praca z tabelami (bazami danych)	Marcin Michnowicz	25-08-2025	17:45	18:30	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
42 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	25-08-2025	18:30	18:45	00:15
43 z 50 Tworzenie tabeli i wykresów	Marcin Michnowicz	25-08-2025	18:45	19:30	00:45
44 z 50 Tworzenie tabeli i wykresów	Marcin Michnowicz	27-08-2025	16:00	17:30	01:30
45 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	27-08-2025	17:30	17:45	00:15
46 z 50 Tworzenie tabeli i wykresów	Marcin Michnowicz	27-08-2025	17:45	18:30	00:45
47 z 50 przerwa	Marcin Michnowicz	27-08-2025	18:30	18:45	00:15
48 z 50 Tworzenie tabeli i wykresów	Marcin Michnowicz	27-08-2025	18:45	19:30	00:45
49 z 50 Tworzenie tabeli i wykresów, Współpraca pomiędzy programami pakietu MS Office	Marcin Michnowicz	29-08-2025	16:00	17:30	01:30
50 z 50 walidacja	-	29-08-2025	17:30	18:15	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	60,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	60,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marcin Michnowicz

Z wykształcenia informatyk, wykładowca z bogatym doświadczeniem w branży informatycznej i programistycznej, specjalizujący się w e-commerce oraz obsłudze komputera, posiada ponad 20 lat doświadczenia w branży IT, pracując jako programista, analityk systemów oraz konsultant IT dla wielu firm i branż. Autor wielu stron internetowych.

Jego specjalizacja w e-commerce obejmuje szeroki zakres tematów, od projektowania sklepów internetowych, przez optymalizację konwersji, aż po strategię marketingu cyfrowego i analizę danych. W obszarze obsługi komputera, nie tylko uczy podstawowych i zaawansowanych umiejętności obsługi systemów i aplikacji, ale również wdraża wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa cyfrowego, zarządzania danymi i efektywnej pracy z narzędziami IT. Tylko w ostatnich 3 latach przeprowadził ponad 2000 godzin szkoleniowych pracując z osobami pracującymi, bezrobotnymi, osobami z niepełnosprawnościami, seniorami i młodzieżą.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują autorskie materiały szkoleniowe tj.:

- skrypt zawierający dodatkowe ćwiczenia do pracy samodzielnej lub podręcznik,
- zaświadczenie ukończenia kursu

Informacje dodatkowe

Cena szkolenia zawiera koszt walidacji. Uczestnik zobowiązany jest do obecności na szkoleniu **min. 80% zajęć** celem ukończenia kursu z wynikiem pozytywnym

Warunkiem otrzymania dofinansowania na opisane szkolenie jest spełnienie warunków przedstawionych przez Operatora, który jest dysponentem funduszy publicznych. Informacje o Operatorach dostępne są na stronie Bazy Usług Rozwojowych <https://serwis-uslugirozwojowe.parp.gov.pl/component/site/site/dofinansowania-bur/#programy-krajowe>

Podana cena obejmuje szkolenie objęte dofinansowaniem w wysokości przynajmniej 70% ze środków publicznych (zgodnie z zapisami prawodawstwa szkolenia zawodowe finansowane w min. 70% ze środków publicznych podlegają zwolnieniu z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozp. Ministra Finansów z dn. 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. 2013 poz. 1722 § 3 ust. 1 pkt 14). W przypadku pozyskania mniejszego dofinansowania do podanej ceny

Warunki techniczne

1. Szkolenie realizowane za pomocą platformy Zoom
2. Komputer z dostępem do Internetu, Pakiet Office co najmniej 2016/O365
3. Wymagania techniczne sprzętu: procesor 2-rdzeniowy 2 GHz; 8 GB pamięci RAM; system operacyjny Windows 10 lub nowszy; przeglądarka internetowa Google Chrome, Mozilla Firefox lub Safari;
4. Mikrofon, głośniki lub słuchawki
5. Stałe łącze internetowe o prędkości min. 2 Mbps.
6. Kamera dla Uczestnika/Uczestniczki

Link dostępowy przesyłany zostanie uczestnikom na 1-2 dni przed rozpoczęciem szkolenia. Ważność linku obejmuje czas trwania szkolenia.

Potwierdzeniem obecności na szkoleniu będą raporty z logowania w systemie Zoom.

Kontakt



Małgorzata Wróblewska-Tylus

E-mail biuro@ntf.pl

Telefon (+48) 787 009 274