



2M PROMOTION
MAREK MRÓZ

★★★★★ 4,8 / 5

3 oceny

Content Video 360°: Eko Produkcja i promocja w mediach społecznościowych

Numer usługi 2025/07/14/185978/2876855

📍 Szczyrk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 01.10.2025 do 30.11.2025

5 295,00 PLN brutto

5 295,00 PLN netto

330,94 PLN brutto/h

330,94 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / PR

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób indywidualnych, które chcą zdobyć praktyczne umiejętności w zakresie produkcji i promocji treści wideo na różnych platformach społecznościowych – YouTube, TikTok, Instagram, Facebook i inne. Idealne dla tych, którzy planują rozwijać swoje cyfrowe kompetencje i świadomie budować wizerunek marki lub własny, wykorzystując ekologiczne podejście do tworzenia materiałów wideo.

Oferta jest również przeznaczona dla osób zainteresowanych zielonym marketingiem, które chcą wdrażać zrównoważone praktyki w planowaniu i realizacji kampanii wideo w social media. Zapraszamy osoby które chcą rozpocząć działania video w internecie, twórców internetowych, marketerów, specjalistów PR, pracowników agencji reklamowych i influencerów, którzy chcą rozwijać swoje umiejętności w zgodzie z ideą zrównoważonego rozwoju.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

26-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do tworzenia i promowania ekologicznych treści wideo na mediach społecznościowych. Rozwija umiejętności techniczne, kreatywne i społeczne z zakresu produkcji i strategii content marketingowej w duchu zrównoważonego rozwoju. Uczy minimalizowania śladu węglowego, współpracy w zespole i świadomej komunikacji oraz budowania pozytywnego wizerunku marki. Usługa kładzie nacisk na - prace zespołową, odpowiedzialność ekologiczną oraz świadomą komunikację.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Będzie rozróżniać kluczowe pojęcia ekologicznego video content marketingu.	Zdefiniuje pojęcia: content marketing, GOZ, greenwashing, zrównoważony rozwój.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Będzie definiować podstawowe techniki nagrywania filmów.	Poda przykłady technik rejestracji obrazu i dźwięku.	Debata swobodna
Będzie opisywać znaczenie storytellingu w promowaniu wartości ekologicznych.	Przedstawi przykłady narracji z przekazem środowiskowym.	Debata swobodna
Będzie współpracować z innymi uczestnikami podczas realizacji filmu.	Wykorzysta zasady komunikacji i współpracy zespołowej w trakcie nagrań.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Będzie planować treści wideo zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.	Opracuje scenariusz filmu promującego wartości ekologiczne.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Będzie optymalizować ustawienia sprzętu w celu ograniczenia zużycia energii.	Dostosuje ustawienia kamery, oświetlenia i mikrofonu.	Debata swobodna
Będzie publikować treści wideo na różnych platformach społecznościowych.	Założy konto i udostępni film na minimum jednej platformie.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Będzie wyjaśniać znaczenie wideo w budowaniu świadomości ekologicznej.	Wskaże rolę storytellingu i przykładów treści edukacyjnych.	Debata swobodna

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

PROGRAM SZKOLENIA:

I DZIEŃ SZKOLENIA

[część teoretyczna: 1,5 godziny, część praktyczna: 5,5 godziny, przerwa: 45 min, kwestie organizacyjne: 15 min]:

08:00 - 08:15 Przywitanie uczestników, omówienie szkolenia, przeprowadzenie pre-testów.

08:15 - 09:30 MODUŁ I: Wprowadzenie do ekologicznego content marketingu.

- Podstawowe pojęcia i znaczenie ekologicznego podejścia w video marketingu
- Content marketing na platformach: YouTube, TikTok, IG, FB

09:30 - 11:00 MODUŁ II: Sprzęt do ekologicznego nagrywania

- Narzędzia i urządzenia do rejestracji wideo
- Prompter, mikrofony, statywy, gimbale – energooszczędne rozwiązania

11:00 - 12:30 MODUŁ III: Planowanie ekologicznych treści video

- Ekologiczny storytelling
- Scenariusz filmu z przekazem prośrodowiskowym
- Ćwiczenia: tworzenie scenariusza video

12:30 - 13:15 Przerwa lunchowa

13:15 - 14:30 MODUŁ IV: Optymalizacja nagrań

- Światło dzienne vs. sztuczne
- Minimalizacja zużycia energii podczas nagrań

14:30 - 16:00 MODUŁ V: Warsztaty nagraniowe

- Ustawienie planu filmowego, kadry, światło
- Nagrywanie z użyciem promptera i stabilizatora

II DZIEŃ SZKOLENIA

[część teoretyczna: 1 godzina, część praktyczna: 5 godzin, przerwa: 45 min, kwestie organizacyjne: 45 min, walidacja - test: 30 min]:

08:00 - 08:15 Przywitanie, przypomnienie treści z dnia pierwszego

08:15 - 09:30 MODUŁ VI: Montaż ekologiczny

- Wpływ edycji na środowisko
- Wybór oprogramowania energooszczędnego
- Podstawy montażu w duchu zero waste

09:30 - 11:00 MODUŁ VII: Praktyczne ćwiczenia z montażu

- Import, cięcia, efekty z niskim zużyciem energii
- Praca z tekstem i narracją

11:00 - 12:00 MODUŁ VIII: Wprowadzenie na platformy

- Konfiguracja kanałów (YT, TikTok, IG, FB)
- Optymalizacja plików i metadanych

12:00 - 12:45 Przerwa lunchowa

12:45 - 13:45 MODUŁ IX: Strategia i promocja

- SEO i targetowanie w kontekście eko-przekazu
- Analityka kanałów i ślad węglowy
- Budowanie społeczności wokół ekologii

13:45 - 15:00 MODUŁ X: Video w PR i budowaniu wizerunku

- Video jako narzędzie Public Relations
- Tworzenie zrównoważonych kampanii

15:00 - 15:30 Podsumowanie, pytania, post-test

15:30 - 16:00 Walidacja – test online i analiza materiałów video

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 295,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 295,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	330,94 PLN
Koszt osobogodziny netto	330,94 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Aleksandra Mróz

Specjalistka budowania marek i skutecznych kampanii w świecie online i offline. Jej wielowymiarowe doświadczenie łączy marketing, zarządzanie, produkcję wideo i eventy. Potrafi spojrzeć na projekty z różnych perspektyw – jako twórczyni, managerka i performerka.

Kreatywność & edukacja

Absolwentka szkoły plastycznej, grafiki komputerowej oraz studiów z marketingu i zarządzania

Ukończyła studia podyplomowe z zarządzania projektami, a obecnie rozwija się w zakresie administracji produkcji filmowej i telewizyjnej

Marketing & zarządzanie

Ekspertka ds. social media z blisko 10-letnim doświadczeniem

Specjalistka ds. wprowadzania na rynek nowych produktów z branży zoologicznej

Event managerka współpracująca z czołowymi markami i instytucjami państwowymi

Była managerką kliniki medycyny estetycznej – odpowiedzialna za strategię marketingową i budowanie wizerunku

Media, produkcja & występy przed kamerą

Grała w serialach oraz na deskach teatru, co sprawia, że doskonale rozumie pracę po obu stronach kamery

Tworzy treści wideo i prowadzi kampanie dla marek osobistych i komercyjnych - współpracowała przy produkcji teledysków, reklam i contentu social media

Działania powyższe realizuje od wielu lat w tym w ostatnich 5 latach.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Szkolenie realizowane jest w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut).

- Każdy uczestnik pracuje na własnym laptopie.

Organizator zapewnia profesjonalny sprzęt: aparaty Sony, smartfony iPhone 14–16, mikrofony (shotgun i krawatowe), gimbale DJI, statywy, prompter, softboxy oraz monitor podglądowy.

- Uczestnicy otrzymują konspekt materiałów szkoleniowych w wersji papierowej.

- Po szkoleniu każdy uczestnik może skorzystać z bezpłatnej konsultacji z trenerem.

- Szkolenie kończy się wydaniem imiennego certyfikatu i zaświadczenia potwierdzającego udział w usłudze.

- Szkolenie prowadzone jest w formie warsztatowej, w warunkach odzwierciedlających realne środowisko pracy zespołu produkcyjnego (nagrania, montaż, publikacja).

- Walidacja przebiega dwuetapowo: praktyczna (analiza pracy i materiałów video) oraz teoretyczna (test wiedzy na zakończenie szkolenia).

- Liczba godzin 16 godzin dydaktycznych

Adres

Szczyrk
Szczyrk
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MAREK MRÓZ

E-mail biuro@2mpromotion.pl

Telefon (+48) 608 058 056