



YOURSKILLUP.PL
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ
★★★★★ 4,8 / 5
322 oceny

MS Excel poziom średniozaawansowany z uwzględnieniem zielonych i cyfrowych kompetencji - szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji

Numer usługi 2025/12/12/145274/3208392

4 660,00 PLN brutto
4 660,00 PLN netto
291,25 PLN brutto/h
291,25 PLN netto/h

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 21.03.2026 do 22.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

Grupa docelowa usługi

Usługa rozwojowa skierowana jest do osób dorosłych, którzy z własnej inicjatywy chcą podnieść swoje kompetencje / umiejętności lub nabyć nowe, w zakresie MS Excel poziom średniozaawansowany. Przede wszystkim usługa skierowana do osób pracujących lub nie pracujących tj.

- pracownicy administracyjni wykorzystujący w swojej pracy arkusze kalkulacyjne
- pracownicy biurowi wykorzystujący w swojej pracy arkusze kalkulacyjne
- osoby pracujące w różnych branżach planujące zmienić zawód i chcący podnieść swoje kompetencje z arkuszy kalkulacyjnych, analizy danych
- osoby poszukujące pracy
- osoby, które planują się przekwalifikować.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

20-03-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

16

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "MS Excel poziom średniozaawansowany" przygotowuje uczestników do samodzielnej analizy danych ekologicznych z wykorzystaniem narzędzi MS EXCEL oraz do oceny wpływu technologii cyfrowych na ochronę środowiska.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Adresuje komórki oraz tworzy zdefiniowane nazwy zakresów w arkuszach kalkulacyjnych służących do analizy danych środowiskowych (np. zużycie energii, wody, emisja CO ₂).	Stosuje zasady adresowania mieszanego, względnego oraz bezwzględnego w arkuszach kalkulacyjnych	Analiza dowodów i deklaracji
	Tworzy zdefiniowane nazwy komórek oraz zakresów, oraz posługuje się nimi w formułach obliczeniowych	Analiza dowodów i deklaracji
Charakteryzuje struktury danych w programie MS Excel	Rozróżnia zakres danych od tabeli oraz dobiera odpowiednią strukturę danych do analizy wskaźników środowiskowych i raportów zrównoważonego rozwoju.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Definiuje zasady stosowania tabel oraz możliwości jej formatowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Obsługuje narzędzie formatowania warunkowego do wizualnego wyróżniania wartości związanych m.in z nadmiernym zużyciem zasobów lub przekroczeniem norm środowiskowych	Stosuje formatowanie warunkowe dla tabel oraz zakresów	Analiza dowodów i deklaracji
	Posługuje się zdefiniowanymi regułami, oraz edytuje i tworzy je nowe.	Analiza dowodów i deklaracji
	Formatuje arkusze celem wyróżnienia wartości krtytycznych, również w kontekście zagadnień ekologicznych	Analiza dowodów i deklaracji
Wykorzystuje możliwości filtrowania oraz sortowania danych środowiskowych w Excelu w celu identyfikacji obszarów o największym wpływie na środowisko (np. najwyższa emisja, największe zużycie energii).	Stosuje autofiltr	Analiza dowodów i deklaracji
	Posługuje się fragmentatorami dla tabel	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje sortowanie po kolumnach oraz wierszach	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykorzystuje instrukcje warunkowe w arkuszach kalkulacyjnych	Stosuje funkcje wyszukaj.pionowo, wyszukaj.poziomo do odnajdywania informacji pomiędzy tabelami	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje funkcję X.Wyszukaj do porównywania danych środowiskowych	Analiza dowodów i deklaracji
	Przedstawia różnice między formułami oraz ich zalety i wady	Analiza dowodów i deklaracji
	Tworzy kryteria przepływu informacji dla danych z obszaru zielonej transformacji	Analiza dowodów i deklaracji
	Prezentuje parametry do wyszukiwania informacji w tabelach dotyczących danych związanych z ochroną środowiska	Analiza dowodów i deklaracji
Automatyzuje, porządkuje i obsługuje dane środowiskowe poprzez narzędzia do walidacji danych w Excelu w celu ograniczenia zużycia zasobów i zwiększenia efektywności pracy	Tworzy listy rozwijane i reguły poprawności danych oparte o własne formuły	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje walidację danych w arkuszach zawierających dane środowiskowe	Analiza dowodów i deklaracji
	Porządkuje dane w sposób umożliwiający ich dalszą analizę i raportowanie	Analiza dowodów i deklaracji
	Wykorzystuje zastosowanie pół filtru, kolumn, wierszy oraz wartości	Analiza dowodów i deklaracji
	Przedstawia techniki wizualizacji przy pomocy raportów danych dotyczących zielonej gospodarki	Analiza dowodów i deklaracji
	Przygotowuje tabele oraz wykresy przestawne w arkuszu kalkulacyjnym na podstawie danych środowiskowych	Analiza dowodów i deklaracji
Obsługuje narzędzia zabezpieczające arkusz przed nieuprawnioną edycją	• Blokuje edycję komórek oraz zakresów • Stosuje hasła w celu ochrony pliku • Przedstawia możliwości ograniczenia dostępu do arkusza lub skoroszytu	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Tworzy analizy oraz raporty dotyczące danych środowiskowych emisje CO ₂ , zużycie energii, gospodarka odpadami) z wykorzystaniem narzędzi MS Excel	Przedstawia zastosowanie analizy danych w arkuszach kalkulacyjnych do celów proekologicznych	Analiza dowodów i deklaracji
	Tworzy odpowiednie tabele, raporty oraz wykresy zawierające dane dotyczące co najmniej jednego obszaru środowiskowego(energia, emisja, odpady)	Analiza dowodów i deklaracji
	Prezentuje dane dot. efektywności energetycznej, poziomu emisji gazów cieplarnianych oraz gospodarki odpadami.	Analiza dowodów i deklaracji
	Analizuje dane , informację i treści cyfrowe	Analiza dowodów i deklaracji
	Analizuje dane między działalnością człowieka a wpływem na środowisko	Analiza dowodów i deklaracji
Wykorzystuje narzędzia cyfrowe w sposób sprzyjający ochronie środowiska i zrównoważonemu rozwojowi	Stosuje elektroniczny obieg danych w arkuszach kalkulacyjnych	Analiza dowodów i deklaracji
	Przygotowuje raport w formie elektronicznej zamiast papierowej	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje zasady prawidłowej komunikacji interpersonalnej	Wskazuje zasady prawidłowej komunikacji interpersonalnej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów

uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Usługa prowadzi do nabycia kwalifikacji: „Usługa prowadzi do nabycia kwalifikacji: **„Obsługa Microsoft Excel z elementami zrównoważonego rozwoju”**”

Kwalifikacja ta daje możliwość m.in.:

- efektywnej pracy z programem Microsoft Excel w codziennych zadaniach biurowych,
- sprawnego zarządzania danymi, ich porządkowania i analizy,
- przygotowywania zestawień, raportów oraz prezentowania wyników w czytelnej formie,
- podniesienia efektywności pracy biura dzięki cyfryzacji dokumentacji i wykorzystaniu narzędzi Excela,
- wdrażania prostych praktyk zrównoważonego rozwoju w codziennych obowiązkach (m.in. ograniczenie druku, korzystanie z obiegu elektronicznego, odpowiedzialne zarządzanie zasobami).

Szkolenie zgodnej jest z obszarami i grupami technologii wskazanymi w Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programie Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019-2030 tj.

"Technologie informacyjne i komunikacyjne" oraz wykazem przykładowych zielonych umiejętności opracowanych przez KE w ramach kwalifikacji ESCO.

Uczestnik szkolenia nabędzie zielone i cyfrowe kompetencje m.in. tj.

- obszar technologiczny : technologie informacyjne i komunikacyjne- zarządzanie wiedzą , zaawansowane bazy danych , wspierające narzędzia komunikacji urzędów
- Angażuje innych w zachowania przyjazne dla środowiska,
- Promuje odpowiedzialne zachowania konsumenckie i świadomość środowiskową
- Dostosowuje umiejętności do rynku pracy dotyczące transformacji ekologicznej.

Perspektywy i znaczenie kwalifikacji

Uzyskanie kwalifikacji **„Obsługa Microsoft Excel z elementami zrównoważonego rozwoju”** daje uczestnikowi kompetencje pozwalające na rozwój zawodowy i wzmocnienie pozycji na rynku pracy, w tym w gospodarce objętej transformacją energetyczną i procesami zielonej transformacji.

Zdobyte umiejętności:

- zwiększają szanse na zatrudnienie w przedsiębiorstwach działających w obszarze nowoczesnych technologii, odnawialnych źródeł energii oraz niskoemisyjności,
- wspierają procesy zarządzania środowiskowego w organizacjach,
- pozwalają na analizę danych i przygotowywanie raportów z wykorzystaniem narzędzi MS Excel, co staje się niezbędne w wielu sektorach gospodarki,
- umożliwiają łączenie codziennej pracy biurowej z zasadami zrównoważonego rozwoju i cyfryzacji procesów.

Rozwój gospodarki w zakresie ochrony środowiska oraz wdrażanie koncepcji „zielonej gospodarki” powoduje wzrost zapotrzebowania na pracowników posiadających kompetencje analityczne i umiejętność pracy z danymi.

Możliwości zastosowania kwalifikacji

Uzyskane kompetencje mogą być wykorzystane w wielu branżach i sektorach, m.in.:

- ochrona środowiska,
- energetyka i odnawialne źródła energii,
- przemysł,
- technologie informacyjne,
- administracja i usługi wspólne

Kwalifikacja ta przygotowuje do skutecznego wykorzystywania narzędzi biurowych i analitycznych w sposób wspierający **zrównoważony i odpowiedzialny rozwój gospodarki**.

Warunki organizacyjne:

Do uczestnictwa w szkoleniu wymagany jest dostęp do Internetu, komputera/laptopa z licencją MS Office, oraz znajomość obsługi programu MS Excel na poziomie podstawowym

Szkolenie trwa 16 godzin zegarowych w tym:

- 1 h teoretyczna
- 14 h praktycznych
- 1 h przerwy (przerwy wliczone do godzin usługi)

Szkolenie ma charakter warsztatowy. Jest skierowane do osób pracujących i wykorzystujących w swojej pracy arkusze kalkulacyjne, do osób pracujących w różnych branżach, które chcą zmienić zawód, do osób poszukujących pracy którzy chcą zdobyć nowe kompetencje w zakresie Ms Excel poziom średniozaawansowany.

W trakcie trwania szkolenia przewidziano jedną przerwę kawową (10 minut)) oraz jedną przerwę obiadową (20 minut). Przerwy zostały wliczone go godzin usługi.

Na zakończenie szkolenia zostanie przeprowadzona walidacja przeprowadzona **w standardzie MY PERSONALITY SKILLS® potwierdzająca:**

1. nabycie kwalifikacji : „Obsługa Microsoft Excel z elementami zrównoważonego rozwoju”.

Certyfikaty zostaną przesłane do uczestników pocztą tradycyjną po pozytywnej weryfikacji wyników egzaminów.

Program szkolenia obejmuje następujący zakres tematyczny:

Dzień 1

- Wprowadzenie analizy danych w Excelu mogą wspierać cele zrównoważonego rozwoju (np. ograniczenie emisji CO2, optymalizacja zużycia energii, zarządzanie zasobami naturalnymi).
- Adresowanie komórek, tworzenie nazw zakresów
- Tabele
- Formatowanie warunkowe, formatowanie arkuszy zawierającymi dane dotyczące ochrony środowiska
- Filtrowanie, sortowanie, stosowanie fragmentatorów
- Instrukcje warunkowe (JEŻELI, ORAZ, LUB, WARUNKI), tworzenie kryteriów przepływu informacji dla danych związanych z ochroną środowiska.

Dzień 2

- Funkcje wyszukiujące (WYSZUKAJ.PIONOWO, WYSZUKAJ.POZIOMO, X.WYSZUKAJ). Tworzenie parametrów wyszukiwania danych w tabelach zawierających dane o tematyce ekologicznej.
- Walidacja danych w arkuszu kalkulacyjnym
- Tabele przestawne
- Wykresy przestawne
- Bezpieczeństwo
- Excel w kontekście zielonej transformacji - przykłady analiz danych wspierających zieloną transformację. Wizualizacje poziomu emisji CO2 oraz zużycia energii. Przedstawienie raportów i analiz dotyczących efektywności energetycznej, ograniczeń emisji w różnych regionach.
- Walidacja usługi

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Wprowadzenie analizy danych w Excelu _współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	08:00	08:15	00:15
2 z 17 Adresowanie komórek, tworzenie nazw zakresów _współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	08:15	09:45	01:30
3 z 17 przerwa	Szymon Lalic	21-03-2026	09:45	09:55	00:10
4 z 17 Tabele _współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	09:55	11:25	01:30
5 z 17 Formatowanie warunkowe, formatowanie arkuszy zawierającymi dane dotyczące ochrony środowiska._współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	11:25	13:00	01:35
6 z 17 przerwa obiadowa	Szymon Lalic	21-03-2026	13:00	13:20	00:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 17 Filtrowanie, sortowanie, stosowanie Fragmentatorów_ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	13:20	14:50	01:30
8 z 17 Instrukcje warunkowe (JEŻELI, ORAZ, LUB, WARUNKI). Tworzenie kryteriów przepływu informacji dla danych związanych z ochroną środowiska._ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	21-03-2026	14:50	16:00	01:10
9 z 17 Funkcje wyszukiujące(WY SZUKAJ.PIONOW O, WYSZUKAJ.POZI OMO, X.WYSZUKAJ)Tw orzenie parametrów wyszukiwania danych w tabelach zawierających dane o tematyce ekologicznej_ws półdzielenie ekranu	Szymon Lalic	22-03-2026	08:00	09:30	01:30
10 z 17 Walidacja danych w arkuszu kalkulacyjnym_ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	22-03-2026	09:30	10:30	01:00
11 z 17 przerwa	Szymon Lalic	22-03-2026	10:30	10:40	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 17 Tabele przestawane_ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	22-03-2026	10:40	11:40	01:00
13 z 17 Wykresy przestawne_ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	22-03-2026	11:40	13:00	01:20
14 z 17 przerwa obiadowa	Szymon Lalic	22-03-2026	13:00	13:20	00:20
15 z 17 Bezpieczeństwo_ współdzielenie ekranu, chat, rozmowa na żywo	Szymon Lalic	22-03-2026	13:20	14:20	01:00
16 z 17 Excel w kontekście zielonej transformacji - przykłady analiz danych wspierających zieloną transformację. Wizualizacje poziomu emisji CO2 oraz zużycia energii_ współdzielenie ekranu	Szymon Lalic	22-03-2026	14:20	15:00	00:40
17 z 17 Walidacja usługi	-	22-03-2026	15:00	16:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 660,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 660,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	291,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	291,25 PLN
W tym koszt walidacji brutto	30,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	30,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	547,35 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	547,35 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Szymon Lalic

Posiada doświadczenie zawodowe - swoją przygodę z zawodem trenera rozpoczął w roku 2018 jako kierownik oddziału ogólnopolskiej firmy szkoleniowej Atut Centrum Kształcenia Kadr. Początkowo zajmował się sprzedażą oraz organizacją szkoleń na obszarze południowej Polski. Poznanie procesu zarządzania projektem szkoleniowym umożliwiło mu wdrożenie swojej dotychczasowej wiedzy z zakresu IT jako trener prowadzący. Jego domeną stały się szkolenia z zakresu pakietu biurowego MS Office, grafiki komputerowej oraz technologii informacyjno-komunikacyjnej. W 2019 roku założył własną działalność gospodarczą zajmującą się outsourcingiem informatycznym oraz prowadzeniem konsultacji i szkoleń z zakresu IT. W tym czasie miał możliwość nawiązania współpracy z licznymi przedsiębiorstwami oraz instytucjami publicznymi na terytorium całego kraju. W pracy trenerskiej oprócz rzetelnej i fachowej wiedzy z zakresu poruszanej tematyki kładzie duży nacisk na techniki dydaktyczne. Posiada ponad 5 letnie doświadczenie. W latach 2018 -2024. przeprowadził m.in. szkolenia tj. Sztuczna inteligencja i Big Data, zastosowanie sztucznej inteligencji w edukacji , Technologie Informacyjno-komunikacyjne obejmujące 5 modułów DIGCOMP; ; projektowanie stron www, tworzenie przekazu medialnego, obsługa aplikacji mobilnych oraz ich programowania ;pakiet OFFICE 365; przygotowywał do egzaminów DIGCOMP, ECDL, ECCC. WW szkolenia związane są i wspierają zieloną transformację i przedsiębiorców z sektora zielonej gospodarki.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają skrypty w formie multimedialnej

Informacje dodatkowe

Po szkoleniu Uczestnicy otrzymują zaświadczenie ukończenia szkolenia.

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z VAT zgodnie z podstawą prawną:

§ 3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (**Dz.U. 2025 poz. 832**)

Szkolenie kończy się egzaminem w standardzie MY PERSONALITY SKILLS® - instytucją prowadząca walidację i certyfikację jest Fundacja My Personality Skills

Warunki techniczne

Szkolenie odbędzie się na platformie ClickMeeting.

Jakie są wymagania sprzętowe oraz oprogramowania ?

Wymagania, które muszą zostać spełnione:

- komputer lub laptop z dostępem do Internetu , kamerką i mikrofonem
- Procesor dwurdzeniowy 2GHz lub lepszy (zalecany czterordzeniowy);
- 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB lub więcej);
- System operacyjny taki jak Windows 8 (zalecany Windows 11), Mac OS wersja 10.13 (zalecana najnowsza wersja), Linux, Chrome OS.

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza internetowego

Rodzaj połączenia	Uczestnik
Dźwięk	512 kbps
Dźwięk + obraz SD	512 kbps + 1 Mbps
Dźwięk + obraz HD	512 kbps + 2 Mbps
Współdzielenie ekranu (Tryb LiteQ)	2 Mbps
Współdzielenie ekranu (Tryb HighQ)	2 – 5 Mbps
Współdzielenie ekranu (oparte na przeglądarce)	1 – 4 Mbps

Ponieważ ClickMeeting jest platformą opartą na przeglądarce, wymagane jest korzystanie z Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge (Chromium), Yandex lub Opera. Pamiętaj, aby korzystać z najaktualniejszej oficjalnej wersji wybranej przeglądarki.

ClickMeeting współpracuje z wszystkimi wbudowanymi w laptopy kamerami oraz większością kamer internetowych.

Aby móc korzystać z usługi na urządzeniach mobilnych, konieczne może być pobranie odpowiedniej aplikacji w iTunes App Store lub Google Play Store. Do korzystania z usługi w pełnym zakresie dźwięku i obrazu, konieczne jest posiadanie kamery internetowej, mikrofonu lub zestawu słuchawkowego, lub głośników podłączonych do urządzenia i rozpoznanych przez Twoje urządzenie i nie powinny być one jednocześnie używane przez żadną inną aplikację.

Uczestnicy nie muszą tworzyć konta ClickMeeting, aby dołączyć do usługi. Zostaną zaproszeni poprzez zaproszenie e-mail z linkiem przekierowującym do pokoju szkoleniowego.

Okres ważności linku aktywacyjnego - od momentu rozpoczęcia szkolenia do momentu zakończenia szkolenia

Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z sytemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników, oraz zastosowanego narzędzia.

Kontakt



Alicja Wal

E-mail alicja.wal@yourskillup.pl

Telefon (+48) 506 668 408