

**Trener, szkoleniowiec, edukator online - szkolenie.**

Numer usługi 2026/01/14/155677/3258093

**6 800,00 PLN** brutto

6 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

KANCELARIA  
USŁUG  
DOTACYJNO-  
SZKOLENIOWYCH

Małgorzata  
Igrnerowicz

★★★★★ 4,9 / 5

50 ocen

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 68 h

📅 11.02.2026 do 24.02.2026

## Informacje podstawowe

| Kategoria                       | Biznes / Organizacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Grupa docelowa usługi           | <p>Kurs jest przeznaczony dla:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• osób chcących prowadzić szkolenia on-line</li><li>• właścicieli i właścicielek firm</li><li>• dyrektorów i dyrektorek</li><li>• kierowników i kierowniczek</li><li>• menadżerów i menadżerek</li><li>• specjalistów i specjalistek ds. administracji, rekrutacji, szkoleń</li><li>• osób fizycznych planujących otwarcie działalności gospodarczej w dowolnej formie prawnej</li><li>• wszystkich innych osób zainteresowanych tematyką szkolenia</li></ul> |
| Minimalna liczba uczestników    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Maksymalna liczba uczestników   | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Data zakończenia rekrutacji     | 08-02-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Forma prowadzenia usługi        | zdalna w czasie rzeczywistym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Liczba godzin usługi            | 68                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Certyfikat ISO 21001: 2018 Organizacje edukacyjne – „Systemy zarządzania dla organizacji edukacyjnych – wymagania ze wskazówkami dotyczącymi użytkowania”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowujące uczestnika, do samodzielnego projektowania i prowadzenia szkoleń dla osób dorosłych, z użyciem narzędzi cyfrowych wspierających obsługę szkoleń online.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                   | Metoda walidacji                                      |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Uczestnik projektuje szkolenie on-line.                  | Uczestnik wymienia i klasyfikuje różne metody szkoleniowe na: podtrzymanie uwagi, aktywności i zaangażowania uczestników oraz stosuje te metody w programie szkolenia. | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Uczestnik prowadzi ewaluację szkoleń.                    | Uczestnik wymienia wszystkie elementy ankiety ewaluacyjnej .                                                                                                           | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Uczestnik rozróżnia różne techniki autoprezentacji.      | Uczestnik analizuje i porównuje dostępne techniki autoprezentacji.                                                                                                     | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Uczestnik rozróżnia metody i narzędzia redukujące stres. | Buduje strategie odporności psychicznej.<br>Stosuje praktycznie techniki oddechowe i mindfulness.                                                                      | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Stosuje autodiagnozę swoich mocnych stron i zasobów      | Rozpoznaje swoje mocne strony i inne zasoby.<br>Buduje strategie motywacji wewnętrznej.                                                                                | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |

# 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?

# Program

**Szkolenie odbywa się w formie zdalnej w czasie rzeczywistym z użyciem google meet .**

Godziny realizacji szkolenia: Szkolenie trwa 68 godzin zajęć zegarowych.

Szkolenie ma charakter teoretyczny.

**Walidacja** wliczona jest w czas trwania usługi. Uczestnik otrzymuje test z wynikiem generowanym automatycznie

**Przerwy:** Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi. Przerwy będą organizowane, co 90 minut zajęć.

**Harmonogram szkolenia** może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu, zależnie od czasu potrzebnego na wykonanie poszczególnych ćwiczeń i zdolności przyswajania materiału przez uczestników, zgodnie z ich indywidualnym tempem nauki .

## **Metody pracy:**

Szkolenie dla szkoleniowców ma charakter wyłącznie teoretyczny i obejmuje jedynie przekazanie zasad, reguł oraz podstawowych założeń dotyczących prowadzenia zajęć. Nie przewiduje ono ćwiczeń warsztatowych.

**Grupa szkoleniowa:** nie więcej niż 10 osób. Możliwe jest przeprowadzenie szkolenia indywidualnie dla jednego uczestnika.

Certyfikat ukończenia szkolenia zostanie wydany po jego zakończeniu.

Program obejmuje weryfikację efektów uczenia się poprzez test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie, który pozwala na ocenę zdobytej wiedzy i. Taki system oceny gwarantuje, że uczestnicy przyswoili i posiadają potrzebne informacje i są gotowi do ich praktycznego zastosowania.

## **Moduł 1. Kompetencje trenera/trenerki online. Zielone praktyki w pracy trenera on-line.**

Tematy:

- Style komunikowania się
- komunikowanie się jako proces
- Kluczowe umiejętności trenerskie
- Zasady czystej komunikacji
- Organizacja pracy zdalnej w duchu ekologii
- Cyfrowa higiena pracy i ograniczanie nadprodukcji treści
- Promowanie proekologicznych zachowań wśród uczestników

## **Moduł 2. Autoprezentacja w zawodzie trenera-szkoleniowca**

Tematy:

- Komunikacja niewerbalna
- Jak powinien prezentować się trener podczas szkolenia?
- Przemawianie podczas szkolenia
- Radzenie sobie ze stresem

## **Moduł 3. Zasady prezentacji i prowadzenia warsztatów.**

Tematy:

- Specyfika uczenia się dorosłych
- Zasady efektywnej edukacji dorosłych
- Style uczenia się dorosłych
- Rola trenera w edukacji dorosłych
- Motywowanie dorosłych do udziału w szkoleniu

## **Moduł 4. Psychologiczne zasoby trenera. Radzenie sobie ze stresem.**

Tematy:

- Samoświadomość i autorefleksja trenera
- Kompetencje emocjonalne
- Odporność psychiczna
- Motywacja wewnętrzna trenera
- Asertywność w pracy trenera

#### Moduł 5. Edukacja dorosłych. Praca w grupie.

Tematy:

- Etapy rozwoju grupy szkoleniowej
- Role grupowe
- Komunikacja w grupie
- Dynamika grupy
- Budowanie współpracy i zaangażowania
- Rola trenera w pracy z grupą

#### Moduł 6. Ewaluacja i ocena.

Tematy:

- Ocena efektywności szkolenia
- Zbieranie informacji zwrotnej od uczestników
- Doskonalenie własnego stylu prowadzenia zajęć

Usługa szkoleniowa zostanie przeprowadzona w systemie on-line w wymiarze 68 godzin zegarowych.

Walidacja efektów szkolenia, jest wliczona w czas szkoleniowy.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                   | Prowadzący            | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 11</div> Kompetencje trenera/trenerki online. Zielone praktyki w pracy trenera on-line. - wykład | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 11-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |
| <div>2 z 11</div> Kompetencje trenera/trenerki online - wykład (ciąg dalszy)                              | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 12-02-2026            | 09:00               | 16:00               | 07:00         |
| <div>3 z 11</div> Kompetencje trenera/trenerki online - wykład (ciąg dalszy)                              | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 13-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                         | Prowadzący            | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>4 z 11</b><br>Autoprezentacja w zawodzie trenera-szkoleniowca - wykład                       | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 14-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |
| <b>5 z 11</b> Zasady prezentacji i prowadzenia warsztatów - wykład.                             | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 16-02-2026            | 09:00               | 16:00               | 07:00         |
| <b>6 z 11</b> Zasady prezentacji i prowadzenia warsztatów - wykład (ciąg dalszy)                | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 17-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |
| <b>7 z 11</b><br>Psychologiczne zasoby trenera. Radzenie sobie ze stresem. Wykład               | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 18-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |
| <b>8 z 11</b><br>Psychologiczne zasoby trenera. Radzenie sobie ze stresem. Wykład (ciąg dalszy) | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 19-02-2026            | 09:00               | 17:00               | 08:00         |
| <b>9 z 11</b> Edukacja dorosłych. Praca w grupie - wykład.                                      | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 24-02-2026            | 09:00               | 12:00               | 03:00         |
| <b>10 z 11</b> Ewaluacja i ocena. Wykład                                                        | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 24-02-2026            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |
| <b>11 z 11</b> Walidacja                                                                        | MAŁGORZATA IGNEROWICZ | 24-02-2026            | 14:00               | 15:00               | 01:00         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 6 800,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 6 800,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 100,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 100,00 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### MAŁGORZATA IGNEROWICZ

Wykształcenie:

Wydział Prawa i Administracji UMCS w Lublinie:

kierunek Administracja. Magister administracji

Ukończone studia podyplomowe na kierunkach:

-Administrowanie Funduszami Unijnymi na SGH w Warszawie

-Psychologia kryzysu i interwencja kryzysowa : Uniwersytet Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie- Kształcenie głosu i mowy :Uniwersytet Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie-Coaching i mentoring w biznesie; Politechnika Łódzka w Łodzi.

Działalność zawodowa to specjalizacje w zakresie:

bankowości,-systemów zarządzania jakością,-wspieranie organizacji w procesie zmian,-prowadzenie projektów obszarze innowacji i internacjonalizacji przedsiębiorstw,-pozyskiwania funduszy zewnętrznych dla samorządów,-pozyskiwanie funduszy na rozpoczęcie prowadzenia działalności gospodarczej.-pozyskiwanie środków na rozwój firm.

Trenerka, posiada 5 letnie doświadczenie zawodowe i kwalifikacje odpowiednie, co do rodzaju i zakresu świadczonych usług rozwojowych

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje po szkoleniu następujące materiały / pomoce szkoleniowe:

a) prezentacja która była wyświetlana podczas szkolenia w wersji elektronicznej

b) opracowania własne Trenera, wykorzystywane podczas szkolenia.

Szkolenie będzie prowadzone przez trenera z doświadczeniem zawodowym, w zakresie: edukowania kandydatów na trenerów , mediatorów sądowych, interwentów kryzysowych.

Istnieje możliwość dostosowania terminu usługi na potrzeby grupy.

Istnieje również możliwość organizacji szkolenia w trybie stacjonarnym.

## Warunki uczestnictwa

Uczestnicy są zobligowani do udziału w szkoleniu a poziomie minimum 80% całkowitego czasu szkoleniowego.

## Informacje dodatkowe

Zaświadczenie z udziału w szkoleniu, zostanie wydane uczestnikowi, po zrealizowanym szkoleniu.

## Warunki techniczne

Usługa będzie prowadzona za pośrednictwem Google Meet, usługa zdalna w czasie rzeczywistym. OKRES WAŻNOŚCI LINKU: zgodnie z harmonogramem. MINIMALNE WYMAGANIA DOTYCZĄCE PARAMETRÓW ŁĄCZA SIECIOWEGO: Połączenie internetowe – szerokopasmowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G lub 4G/LTE, 5G) NIEZBĘDNE OPROGRAMOWANIE UMOŻLIWIAJĄCE UCZESTNIKOM DOSTĘP DO PREZENTOWANYCH TREŚCI I MATERIAŁÓW: przeglądarka (Windows) IE 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+; lub (Mac) Safari 7+, Firefox 27+, MINIMALNE WYMAGANIA SPRZĘTOWE: Ekran/Monitor, Głośniki – wbudowane lub podłączane na USB lub bezprzewodowe bluetooth, Klawiatura lub Mikrofon

## Kontakt



**MAŁGORZATA IGNEROWICZ**

**E-mail** [kudsdotacje@gmail.com](mailto:kudsdotacje@gmail.com)

**Telefon** (+48) 667 037 837