



Wyższa Szkoła
Turystyki i Ekologii
w Suchej
Beskidzkiej

★★★★★ 4,8 / 5

204 oceny

Kompetencje cyfrowe i AI dla pracowników 50+ - szkolenie.

Numer usługi 2026/08/21/18793/3759818

- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 20:00 h
- 📅 14.12.2026 do 18.12.2026

3 600,00 PLN brutto
3 600,00 PLN netto
180,00 PLN brutto/h
180,00 PLN netto/h
279,73 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Obsługa komputera
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest przeznaczone dla pracowników w wieku 50 lat i więcej, którzy w pracy korzystają lub będą korzystać z dokumentów i danych cyfrowych, poczty, współpracy online oraz narzędzi wykorzystujących AI. Program odpowiada zarówno osobom, które chcą uporządkować dotychczasowe umiejętności, jak i tym, które sprawnie korzystają z części narzędzi, ale chcą lepiej poznać AI, pracę w chmurze, współpracę online i zasady bezpieczeństwa. Nie jest potrzebna znajomość programowania. Szkolenie przeznaczone jest również dla uczestników projektu Małopolski Pociąg do Kariery - sezon 1 oraz innych projektów dofinansowań.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	07-12-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	art. 163 ust. 1 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t. j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1571, z późn. zm.)
Zakres uprawnień	Inne formy kształcenia, w tym kursy doszkalcające i szkolenia

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do sprawnego i bezpiecznego korzystania z narzędzi cyfrowych i AI w codziennych zadaniach zawodowych.

Po szkoleniu uczestnik porządkuje pliki i informacje, współpracuje online, sprawdza wiarygodność źródeł, pracuje z dokumentami i prostymi danymi, korzysta z AI przy tworzeniu i poprawianiu treści oraz stosuje podstawowe zasady cyberbezpieczeństwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje cyfrowe środowisko pracy i współdzieli informacje.	Tworzy logiczną strukturę zasobów, stosuje właściwe nazwy i formaty, udostępnia je z odpowiednim poziomem dostępu oraz dobiera co najmniej jedną funkcję ułatwiającą lub zwiększającą dostępność pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyszukuje, porządkuje i weryfikuje informacje oraz dane.	Formułuje zapytanie, porównuje źródła, identyfikuje sygnał wymagający weryfikacji i porządkuje prosty zestaw informacji.	Analiza dowodów i deklaracji
Wykorzystuje asystenta AI do typowych zadań zawodowych.	Formułuje polecenie z celem i kontekstem, wykonuje co najmniej dwa zadania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	poprawia polecenie na podstawie wyniku, a w razie brakującego kontekstu instruuje AI, aby zadała pytania doprecyzowujące	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje dokumenty i proste zestawienia danych w pracy.	Przygotowuje czytelny dokument lub wiadomość	Obserwacja w warunkach symulowanych
	porządkuje dane w tabeli i wykonuje podstawową operację, weryfikuje rezultat.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady cyberbezpieczeństwa i ochrony danych.	Rozpoznaje phishing, dobiera bezpieczne uwierzytelnianie	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wskazuje dane wymagające ochrony i wynik AI wymagający sprawdzenia	Obserwacja w warunkach symulowanych
Opracowuje powtarzalny cyfrowy sposób wykonania zadania.	Dobiera narzędzia i kroki, wskazuje kontrolę człowieka i zasadę bezpieczeństwa oraz sposób oceny efektu.	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje i kompetencje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Zajęcia są prowadzone krok po kroku. Po krótkim pokazie uczestnicy samodzielnie wykonują zadania, sprawdzają rezultat i w razie potrzeby poprawiają sposób pracy.

Moduł 1. Współczesne cyfrowe środowisko pracy

Czas: 2 h 30 min

- organizacja plików i chmury;
- wyszukiwanie funkcji, dokumentów i informacji;
- udostępnianie i wersje;
- funkcje zwiększające wygodę i dostępność: powiększenie tekstu lub ekranu, kontrast, dyktowanie, napisy i wybrane skróty;

Moduł 2. Informacja, dane i komunikacja cyfrowa

Czas: 2 h 45 min

- wyszukiwanie i ocena wiarygodności;
- porządkowanie prostych danych;
- e-mail, kalendarz i spotkania online;
- współdzielenie informacji z właściwym dostępem.

Moduł 3. AI jako asystent w zadaniach zawodowych

Czas: 3 h 30 min

- możliwości i ograniczenia AI;
- cel, kontekst, wymagania i format polecenia oraz praca krok po kroku;
- streszczanie, redagowanie i porządkowanie oraz tryb, w którym AI zadaje pytania doprecyzowujące przed wykonaniem zadania;
- ćwiczenia na realnych zadaniach zawodowych.

Moduł 4. Dokumenty, arkusze i komunikacja wspierane przez AI

Czas: 3 h 15 min

- tworzenie i poprawianie dokumentów;
- tabele, filtrowanie i proste formuły;
- AI jako wsparcie pracy z treścią i danymi;
- weryfikacja wyniku przed użyciem.

Moduł 5. Cyberbezpieczeństwo, dane i bezpieczne AI

Czas: 2 h 30 min

- phishing i podszywanie się;
- hasła, menedżer haseł i uwierzytelnianie wieloskładnikowe (MFA);
- bezpieczne udostępnianie;
- dane, których nie przekazujemy do niezatwierdzonych narzędzi AI.

Moduł 6. Cyfrowy sposób pracy z AI w moich zadaniach zawodowych

Czas: 2 h 45 min

- wybór powtarzalnego zadania;
- połączenie narzędzi w sposób pracy;
- kontrola jakości i bezpieczeństwa;
- warsztat: własna instrukcja/checklista.

Produkt końcowy uczestnika

Portfolio kompetencji cyfrowych i AI: uporządkowane zasoby, przykład zweryfikowanego wyszukiwania, dokument lub wiadomość przygotowana z pomocą AI, proste zestawienie danych, checklista bezpieczeństwa i instrukcja powtarzalnego zadania.

8. Organizacja walidacji

Łączny czas walidacji: 1 godz. 30 min.

Walidację przeprowadza osoba inna niż trener.

Ocena portfolio i instrukcji sposobu pracy

Czas: 30 minut

Walidator ocenia przygotowane materiały według ustalonych kryteriów („spełnia / nie spełnia”) i wskazuje dowód uzasadniający ocenę.

Metoda walidacji: analiza dowodów i deklaracji.

Zadanie praktyczne przy komputerze

Czas: 60 minut

Uczestnik wykonuje krótkie zadanie lub bierze udział w symulacji. Walidator ocenia sposób działania, podjęte decyzje i rezultat według przygotowanej karty oceny.

Metoda walidacji: obserwacja w warunkach symulowanych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Cyfrowe środowisko pracy – organizacja zasobów i współdzielenie	Zajęcia	Prowadzący	14-12-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 -	Przerwa	-	14-12-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 16 Informacja, dane i komunikacja – wyszukiwanie i weryfikacja	Zajęcia	Prowadzący	14-12-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 16 Informacja i komunikacja – dokończenie zadania	Zajęcia	Prowadzący	15-12-2026	09:00	11:00	02:00
5 z 16 -	Przerwa	-	15-12-2026	11:00	11:15	00:15
6 z 16 AI jako asystent – polecenia i zadania zawodowe	Zajęcia	Prowadzący	15-12-2026	11:15	13:00	01:45
7 z 16 AI jako asystent – poprawianie wyników	Zajęcia	Prowadzący	16-12-2026	09:00	11:00	02:00
8 z 16 -	Przerwa	-	16-12-2026	11:00	11:15	00:15
9 z 16 Dokumenty, arkusze i komunikacja wspierane AI	Zajęcia	Prowadzący	16-12-2026	11:15	13:00	01:45
10 z 16 Dokumenty i dane – dokończenie ćwiczenia	Zajęcia	Prowadzący	17-12-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 16 -	Przerwa	-	17-12-2026	11:00	11:15	00:15
12 z 16 Cyberbezpieczeństwo, dane i bezpieczne AI	Zajęcia	Prowadzący	17-12-2026	11:15	13:00	01:45
13 z 16 Cyfrowy sposób pracy z AI – projekt własnego rozwiązania	Zajęcia	Prowadzący	18-12-2026	09:00	11:15	02:15
14 z 16 -	Przerwa	-	18-12-2026	11:15	11:30	00:15
15 z 16 -	Walidacja	-	18-12-2026	11:30	12:00	00:30
16 z 16 -	Walidacja	-	18-12-2026	12:00	13:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	20:00
w tym suma godzin zajęć	17:15
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	01:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	25:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	180,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	180,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	20:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Prowadzący

Specjalista ds. nowych technologii

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma materiały elektroniczne wykorzystywane podczas zajęć, w tym:

- checklistę organizacji cyfrowego środowiska pracy
- arkusz oceny źródeł
- zestaw plików i danych
- szablon polecenia AI i dialogu z pytaniami doprecyzującymi
- ćwiczenia z dokumentów i tabel
- checklistę cyberbezpieczeństwa
- szablon instrukcji cyfrowego sposobu pracy

Warunki uczestnictwa

Uczestnik powinien samodzielnie wykonywać podstawowe czynności na komputerze, korzystać z przeglądarki internetowej i poczty elektronicznej. Nie jest wymagana znajomość programowania ani wcześniejsze doświadczenie z AI.

Do udziału potrzebny jest komputer lub laptop, na którym można jednocześnie uczestniczyć w spotkaniu online i wykonywać ćwiczenia.

Warunkiem udziału w szkoleniu jest podpisanie umowy z WSTiE na świadczenie usługi szkoleniowej.

Informacje dodatkowe

Ćwiczenia dotyczą codziennych zadań zawodowych. Wiek 50+ nie jest traktowany jako równoznaczny z niskimi kompetencjami cyfrowymi.

Usługa obejmuje 20 godzin zegarowych, w tym 17 godz. 15 min zajęć merytorycznych, 1 godz. 30 min walidacji oraz 1 godz. 15 min przerw.

Warunki techniczne

Zajęcia w formie zdalnej w czasie rzeczywistym są realizowane poprzez platformę Webex.

Wymagania techniczne:

komputer / laptop ze stałym dostępem do Internetu (Szybkość pobierania/przesyłania: minimalna

2 Mb/s / 128 kb/s; zalecana 4 Mb/s / 512 kb/s)

przeglądarka internetowa – zalecane: Google Chrome, Mozilla Firefox

słuchawki lub dobrej jakości głośniki

mikrofon

zalecane: kamera (w przypadku komputerów stacjonarnych)

spokojne miejsce, odizolowane od zewnętrznych czynników rozpraszających

Kontakt



Anna Oleksa-Kaźmierczak

E-mail szkola@wste.edu.pl

Telefon (+48) 338 744 605