



WIELKOPOLSKA



WOJEWÓDZKI
URZĄD PRACY
W POZNANIU

Anna Płoska

NIEZBĘDNIK DORADCY SCENARIUSZE ZAJĘĆ



KRAJOWY
PLAN
ODBUĐOWY



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



SAMORZĄD
WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO

NIEZBĘDNIK

DORADCY

SCENARIUSZE ZAJĘĆ

Anna Płoska

NIEZBĘDNIK

DORADCY

SCENARIUSZE ZAJĘĆ

Niezbędnik Doradcy

Autorka: Anna Płoska

Korekta: Krystyna Hołoga

Skład i ilustracje: Anna Teodorczyk-Twardowska

Okładka: Anna Teodorczyk-Twardowska

ISBN wydania papierowego: 978-83-977184-6-3

ISBN wydania elektronicznego: 978-83-977184-7-0

Poznań, 2025

Publikacje powstały w ramach inwestycji Krajowego Planu Odbudowy w ramach projektu pt. „Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych”.

Wersja elektroniczna publikacji wraz z *Vademecum Doradcy Zawodowego* w technikum i szkole branżowej oraz *Niezbędnikiem Rodzica* jest dostępna do pobrania na stronie www.wuppoznan.praca.gov.pl

Spis treści

SCENARIUSZ NR 1A	
Kim jestem i co potrafię? Odkrywanie zasobów osobistych	7
SCENARIUSZ NR 1B	
Zawodowy quiz osobowości: jaki jestem, jak pracuję?	10
SCENARIUSZ NR 2A	
Zawodowa mapa świata: odkrywanie rynku pracy	12
SCENARIUSZ NR 2B	
Zawód na ekranie	15
SCENARIUSZ NR 3A	
Moja ścieżka, moje decyzje	18
SCENARIUSZ NR 3B	
Plan działania – mapa mojej drogi zawodowej	21
SCENARIUSZ NR 4A	
Dokumenty aplikacyjne – CV i list motywacyjny bez tajemnic	24
SCENARIUSZ NR 4B	
Moja marka osobista – jak mnie widzą inni?	28
SCENARIUSZ NR 5A	
Pierwsza rozmowa kwalifikacyjna – gra symulacyjna	31
SCENARIUSZ NR 5B	
ABC rozmowy z pracodawcą	35
SCENARIUSZ NR 6A	
Zawody i kompetencje przyszłości	38
SCENARIUSZ NR 6B	
Sztuczna inteligencja a rynek pracy – szansa czy zagrożenie?	42
SCENARIUSZ NR 7A	
Własna firma? Sprawdź, czy to dla Ciebie!	46
SCENARIUSZ NR 7B	
Co po szkole? Gra decyzyjna o przyszłości	49

SCENARIUSZ NR 8A	
Twoje kompetencje miękkie – jak je rozpoznać i rozwijać?	52
SCENARIUSZ NR 8B	
Wyzwania zawodowe – jak radzić sobie ze stresem w szkole i pracy?	55
SCENARIUSZ NR 9A	
Jak szukać dobrej szkoły lub pracy? Narzędzia i strategie	57
SCENARIUSZ NR 9B	
Ucz się mądrze – jak rozwijać się przez całe życie?	60
SCENARIUSZ NR 10A	
Twój plan B – co, jeśli coś pójdzie inaczej?	63
SCENARIUSZ NR 10B	
Zawody w moim mieście – projekt terenowy lub online	66

SCENARIUSZ NR	1A
TEMAT ZAJĘĆ	Kim jestem i co potrafię? Odkrywanie zasobów osobistych
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie samoświadomości uczniów w zakresie własnych zasobów, mocnych stron i potencjału zawodowego, ▪ wzmacnianie poczucia sprawczości i wiary w siebie w kontekście planowania przyszłości edukacyjno-zawodowej, ▪ kształtowanie postawy refleksyjnej wobec własnych umiejętności i doświadczeń, ▪ rozwijanie umiejętności identyfikowania i opisywania cech osobowości.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozpoznawania swoich mocnych stron, zainteresowań i umiejętności, ▪ pogłębia rozumienie znaczenia własnych zasobów w kontekście przyszłej kariery, ▪ uczy się dostrzegać zależności między cechami osobowości a potencjalnymi kierunkami rozwoju zawodowego, ▪ doskonali umiejętność konstruktywnej samooceny i budowania pozytywnego obrazu siebie.
OBZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Poznawanie własnych zasobów
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ miniwywiad w parach, ▪ praca z kartą pracy, ▪ refleksja indywidualna, ▪ dyskusja kierowana, ▪ mapa myśli / wizualizacja zasobów.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karta pracy Moje zasoby – moja siła, ▪ arkusze A3, flamastry, karteczki samoprzylepne, ▪ tablica lub ekran multimedialny, ▪ dostęp do internetu (opcjonalnie, do wyszukania inspiracji wizualnych lub przykładów cech).

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie: Co to znaczy mieć zasoby? (ok. 10 min)

Nauczyciel zapisuje na tablicy słowo ZASOBY i prosi uczniów o podanie skojarzeń (np. pieniądze, umiejętności, rodzina).

Następnie tłumaczy, że w kontekście kariery zawodowej zasoby osobiste to wszystko, co mamy w sobie i co pomaga nam działać, np. odwaga, kreatywność, wiedza, przyjaciele, doświadczenie, zainteresowania.

Doradca może zapytać:

- Co ułatwia Wam naukę lub pracę w zespole?
- Kiedy czujecie, że Wam dobrze idzie?

(To w sposób naturalny wprowadza pojęcie mocnych stron).

2. Część główna: Odkryj swoje zasoby (ok. 25 min)

Uczniowie indywidualnie wypełniają kartę pracy *Moje zasoby – moja siła*, uzupełniając kolejne pola:

1. Moje mocne strony: pięć cech, które najlepiej uczniów opisują.
2. Co potrafię robić najlepiej: czynności, w których czuję się pewnie i które sprawiają im satysfakcję.
3. Co inni cenią we mnie: opinie nauczycieli, znajomych lub rodziny.
4. Moje umiejętności zawodowe i pozazawodowe: podział na te związane z nauką zawodu, i te rozwijane w czasie wolnym.
5. Co chcę rozwijać: obszary, w których chcę się uczyć i doskonalić.

Doradca podkreśla, że każdy posiada unikalne zasoby, zarówno wiedzę i umiejętności, jak i cechy osobowości, które mogą być przydatne w przyszłej pracy.

Chętni uczniowie prezentują poszczególne elementy z karty pracy. Doradca podkreśla, że każdy ma inne zasoby i wszystkie są wartościowe.

3. Podsumowanie i refleksja (ok. 10 min)

- Uczniowie zapisują krótką autorefleksję w karcie pracy:
Co nowego odkryłem o sobie?
lub
Z czego jestem najbardziej dumny/a po tych zajęciach?
- Wspólna rozmowa kierowana:
 - Dlaczego warto znać swoje zasoby?
 - Jak one mogą pomóc w wyborze przyszłej pracy lub szkoły?

Doradca podsumowuje, że świadomość własnych zasobów to pierwszy krok w planowaniu kariery zawodowej. Warto podkreślić, że każdy człowiek ma inne talenty i mocne strony – nie zawsze dostrzegane na pierwszy rzut oka, ale kluczowe dla wyboru ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

Doradca może zachęcić uczniów, by przyglądali się swoim zasobom w codziennych sytuacjach: w szkole, w relacjach, w działaniu, i stopniowo odkrywali, co daje im poczucie satysfakcji i sprawczości.

Można zakończyć zajęcia krótkim zdaniem: Zasoby to nasz wewnętrzny kapitał, im lepiej go znamy, tym łatwiej podejmujemy decyzje o przyszłości.

REFLEKSJA I EWALUACJA	Miniankieta: ▪ Krótka rozmowa refleksyjna: uczniowie wymieniają po jednym zdaniu: Zaskoczyło mnie, że... Jestem z siebie dumny, bo... Wiem, że mogę rozwijać...
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Stwórz bezpieczną atmosferę – podkreśl, że każdy ma inne talenty, a zajęcia nie są testem. ▪ Zachęcaj do wypowiedzi, ale nie zmuszaj do dzielenia się osobistymi treściami. ▪ W razie potrzeby pomóż uczniom nazwać cechy, np. poprzez przykłady (lubisz pomagać innym: empatia, lubisz majsterkować: precyzja, cierpliwość). ▪ Możesz wydłużyć etap wizualizacji, jeśli uczniowie są kreatywni; ta część silnie wzmacnia zaangażowanie. ▪ W przypadku uczniów o niższej samoocenie skup się na pozytywnym feedbacku (To cenna cecha, To duża umiejętność).
KARTA PRACY	Moje zasoby – moja siła

SCENARIUSZ NR	1B
TEMAT ZAJĘĆ	Zawodowy quiz osobowości: jaki jestem, jak pracuję?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie samoświadomości w zakresie cech osobowości i preferencji zawodowych, ▪ uświadomienie uczniom, jak różne typy osobowości wpływają na styl pracy, komunikację i wybór zawodu, ▪ kształtowanie umiejętności interpretowania wyników testów osobowości w kontekście kariery, ▪ zachęcanie do refleksji nad środowiskiem pracy, w którym uczniowie czują się najlepiej.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozpoznawania swojego typu osobowości zawodowej na podstawie wyników quizu, ▪ doskonali umiejętność wskazywania zawodów, zadań zawodowych i środowisk pracy odpowiadających swojemu profilowi, ▪ kształtuje zdolność analizowania wyników quizu i ich interpretacji w kontekście realnego rynku pracy, ▪ pogłębia świadomość, że każdy typ osobowości ma swoje mocne strony i znaczenie w świecie zawodowym, ▪ uczy się określać preferowane środowisko pracy i sposób działania sprzyjający jego rozwojowi.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Poznawanie własnych zasobów
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna.
METODY PRACY	▪ test/quiz osobowości, ▪ praca indywidualna, ▪ miniwywiad w parach, ▪ dyskusja kierowana, ▪ analiza i interpretacja wyników, ▪ refleksja końcowa.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karta pracy Zawodowy quiz osobowości (papierowa lub online), ▪ projektor lub tablica multimedialna, ▪ komputery / smartfony z dostępem do internetu.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: Czy istnieje zawód idealny dla każdego? (ok. 5 min) 1. Nauczyciel rozpoczyna zajęcia pytaniem: Czy istnieje zawód, który pasuje do każdego człowieka? Uczniowie spontanicznie odpowiadają, wymieniając swoje pomysły. 2. Doradca podsumowuje, że każdy z nas ma inny temperament, styl działania i preferencje, które wpływają na to, w jakiej pracy czuje się dobrze. 3. Przedstawia cel zajęć: Dzisiaj sprawdzimy, jaki macie typ osobowości zawodowej i w jakich obszarach zawodowych możecie najlepiej wykorzystać swój potencjał. 2. Część główna: Mój typ osobowości zawodowej (ok. 30 min) 1. Uczniowie rozwiązują quiz osobowości dostępny w karcie pracy. Doradca wyjaśnia sposób wypełniania i obliczania wyniku. 2. Po uzyskaniu wyników uczniowie odczytują swój dominujący typ osobowości i zapoznają się z jego krótką charakterystyką. 3. Rozmowa refleksyjna lub minidyskusja (ok. 10 min) Doradca zaprasza uczniów do krótkiej rozmowy w parach lub grupie: ▪ Czy zgadzasz się z wynikiem? ▪ W jakich sytuacjach w szkole lub poza nią widzisz u siebie te cechy? ▪ Jak Twoje cechy mogą Ci pomagać w przyszłej pracy? ▪ W jakich sytuacjach mogą Cię czasem ograniczać? Celem jest, żeby uczeń sam zobaczył praktyczne przełożenie wyniku na swoje zachowania, decyzje i relacje. W dyskusji grupowej doradca podkreśla, że: ▪ każdy typ osobowości ma znaczenie, ▪ w pracy liczy się współpraca między różnymi typami, ▪ wynik quizu to wskazówka, nie wyrok – można się zmieniać i rozwijać.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Minirunda wypowiedzi: uczniowie dzielą się jednym słowem opisującym ich dzisiejsze odkrycie (np. spokój, energia, kreatywność).
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zadbaj o atmosferę ciekawości i zabawy – quiz ma inspirować, nie oceniać. ▪ Wyraźnie powiedz, że nie ma złych wyników, każdy typ osobowości ma inne mocne strony. ▪ Jeśli uczniowie kwestionują wynik, zachęć do refleksji: Co w tym wyniku naprawdę do Ciebie pasuje? ▪ Dobrze jest przygotować kilka przykładów zawodów z lokalnego rynku pracy, aby uczniowie mogli zobaczyć praktyczne odniesienia. ▪ Jeśli grupa jest duża, quiz można przeprowadzić w wersji skróconej lub jako pracę domową online.
KARTA PRACY	Zawodowy quiz osobowości

SCENARIUSZ NR	2A
TEMAT ZAJĘĆ	Zawodowa mapa świata: odkrywanie rynku pracy
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ poszerzenie wiedzy uczniów na temat branż, zawodów i możliwości zatrudnienia w Polsce i na świecie, ▪ rozwijanie umiejętności analizowania informacji o rynku pracy i jego trendach, ▪ kształtowanie postawy ciekawości poznawczej oraz gotowości do uczenia się przez całe życie, ▪ rozwijanie umiejętności współpracy i prezentacji efektów pracy grupowej.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozpoznawania różnych branż i zawodów oraz określania kluczowych kompetencji potrzebnych w ich wykonywaniu, ▪ poszerza wiedzę o pojęciach związanych z rynkiem pracy takich, jak: zawód, kwalifikacje, kompetencje miękkie i twarde, ▪ kształtuje umiejętność analizowania zmian zachodzących na rynku pracy i formułowania wniosków dotyczących przyszłości zawodowej, ▪ doskonali umiejętność współpracy w zespole, dzielenia się zadaniami i prezentowania efektów wspólnej pracy, ▪ rozwija świadomość czynników wpływających na atrakcyjność branż i zawodów w różnych krajach.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje cyfrowe, ▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje społeczne i obywatelskie, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje w zakresie świadomości i ekspresji kulturalnej.
METODY PRACY	▪ analiza informacji i danych, ▪ praca z kartą pracy, ▪ burza mózgów, ▪ praca w grupach, ▪ prezentacja wyników, ▪ refleksja indywidualna.
FORMY PRACY	▪ grupowa, ▪ indywidualna (refleksja).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karta pracy Zawodowa mapa świata, ▪ tablica lub arkusze A1 i kolorowe mazaki, ▪ dostęp do internetu (opcjonalnie, np. do wyszukania informacji o branży), ▪ krótkie filmy lub prezentacje o zawodach, ▪ lista branż dostępna w załączniku.
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: Gdzie pracują ludzie na świecie? (ok. 10 min) 1. Doradca rozpoczyna pytaniem: Czy zawody mają swoje miejsca na mapie świata? Uczniowie podają skojarzenia; mogą wymienić kraje, które kojarzą im się z konkretnymi branżami (np. Francja: gastronomia, Japonia: technologia, Włochy: moda). 2. Nauczyciel zapisuje kluczowe pojęcia na tablicy: rynek pracy, branża, zawód, kwalifikacje, kompetencje miękkie, kompetencje twarde, i wspólnie z uczniami je definiuje, odwołując się do przykładów. 3. Uczniowie wybierają branżę, którą chcą lepiej poznać. Może to być branża, w której się obecnie kształcą lub taka, która ich interesuje (np. budownictwo, turystyka, IT, fryzjerstwo, edukacja, opieka, handel). 4. Doradca prezentuje cel zajęć: Waszym zadaniem będzie stworzenie zawodowej mapy świata dla wybranej branży i pokazanie, jak wygląda w niej praca dziś i w przyszłości. 2. Część główna: Tworzymy zawodową mapę świata (ok. 25 min) 1. Każda grupa otrzymuje kartę pracy Zawodowa mapa świata i arkusz A1. Uczniowie mogą korzystać z internetu, dostępnych filmów edukacyjnych lub własnej wiedzy. 2. Doradca wspiera grupy, zadając pytania naprowadzające, np.: ▪ Kto jest potrzebny, żeby ta branża mogła funkcjonować? ▪ Jakie nowe zawody mogą się pojawić w przyszłości w tej branży? ▪ Czy ta praca może być wykonywana zdalnie? 3. Każda grupa przygotowuje plakat lub prezentację multimedialną pt. Nasza zawodowa mapa świata. 4. Prezentacja grup (po ok. 3 minuty na zespół): uczniowie przedstawiają wnioski, reszta klasy może zadawać pytania. 3. Podsumowanie: Wnioski z mapy świata (ok. 10 min) 1. Dyskusja kierowana: ▪ Które branże mają największy potencjał w przyszłości? ▪ Czy można znaleźć pracę w każdym kraju świata? ▪ Jakie kompetencje sprawiają, że łatwiej znaleźć pracę w różnych miejscach?

PRZEBIEG ZAJĘĆ	2. Uczniowie indywidualnie zapisują na karcie pracy: Czego dowiedziałem się o mojej branży, czego wcześniej nie wiedziałem? 3. Doradca podsumowuje: ▪ Rynek pracy jest dynamiczny, zmienia się pod wpływem technologii, trendów społecznych i globalnych wyzwań. ▪ Warto rozwijać kompetencje, które pozwalają się dostosować i odnaleźć w różnych środowiskach zawodowych. ▪ Elastyczność, ciekawość i gotowość do uczenia się są dziś równie ważne, jak kwalifikacje. ▪ Znajomość branży, w której się kształcimy lub którą się interesujemy, pomaga świadomie planować dalszy rozwój. ▪ Współpraca, komunikacja i otwartość na zmiany sprawiają, że możemy lepiej wykorzystywać pojawiające się szanse.
REFLEKSJA I EWALUACJA	Miniankieta podsumowująca: ▪ Co najbardziej zaskoczyło mnie w branży, którą poznawałem podczas zajęć? ▪ Czego chcę się jeszcze dowiedzieć o tej branży lub zawodach z nią związanych? ▪ Jakie kompetencje warto rozwijać, aby móc w przyszłości pracować w tej branży? Wskazówka dla doradcy: Jeśli uczniowie analizowali branżę, w której się kształcą, warto zachęcić ich, by wnioski odnieśli do własnych doświadczeń z praktyk, zajęć zawodowych lub obserwacji rynku pracy. ▪ Skala samooceny (1–5): Jak dobrze rozumiem teraz pojęcie rynku pracy?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Przed zajęciami przygotuj listę branż do losowania; mogą być zapisane na karteczkach lub zaprezentowane na slajdzie. ▪ Zachęć uczniów, aby myśleli szeroko, nie tylko o zawodach popularnych, ale też o tych mniej oczywistych (np. w branży gastronomicznej nie tylko kucharz, ale i dostawca, grafik, menedżer, analityk żywności). ▪ Jeśli uczniowie mają trudność z prezentacją, zaproponuj formę plakatu – jest bardziej angażująca i mniej stresująca. ▪ W przypadku grup o ograniczonym dostępie do internetu możesz przygotować wydrukowane opisy branż z portali edukacyjnych. ▪ Pamiętaj, by podczas podsumowania zwrócić uwagę na wartość różnorodności – każda branża jest potrzebna i współzależna z innymi. ▪ W wersji rozszerzonej można kontynuować zajęcia, tworząc projekt Zawód przyszłości – uczniowie wymyślają nowy zawód, który może pojawić się za 10–20 lat.
KARTA PRACY	Zawodowa mapa świata

SCENARIUSZ NR	2B
TEMAT ZAJĘĆ	Zawód na ekranie
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie świadomości zawodowej uczniów w kontekście wybranej branży, ▪ kształtowanie umiejętności samodzielnego wyszukiwania i analizy informacji zawodowych, ▪ rozwijanie refleksji nad kompetencjami potrzebnymi w różnych zawodach w ramach jednej branży, ▪ budowanie motywacji do nauki i rozwoju poprzez urealnienie obrazu rynku pracy.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozpoznaje i nazywa zawody oraz stanowiska charakterystyczne dla swojej branży, ▪ wyszukuje materiały wideo pokazujące realną pracę w wybranych zawodach, ▪ analizuje oferty pracy i identyfikuje wymagane kompetencje twarde i miękkie, ▪ porównuje wymagania pracodawców z własnymi umiejętnościami, ▪ formułuje wnioski dotyczące dalszego rozwoju zawodowego.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje cyfrowe i informacyjne, ▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna (kreatywność), ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość.
METODY PRACY	▪ analiza materiałów wideo, ▪ praca z kartą pracy Zawód na ekranie, ▪ micro research (badanie treści online), ▪ burza mózgów, ▪ dyskusja kierowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach, ▪ na forum klasy (podsumowanie).
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ komputery lub telefony z dostępem do internetu, ▪ karta pracy Zawód na ekranie, ▪ lista bezpłatnych źródeł wideo dostępnych bez logowania i subskrypcji, ▪ tablica, markery, kartki.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (ok. 5–7 min)

Doradca rozpoczyna rozmowę: Jaką branżę reprezentuje Wasz kierunek nauki? Jakie zawody lub stanowiska można wykonywać w Waszej branży?

Doradca zapisuje na tablicy branżę swojej klasy (gastronomia, motoryzacja, hotelarstwo, beauty itd.) i zawodowe ścieżki (np. gastronomia: kucharz, cukiernik, kelner, barista, dietetyk, menedżer restauracji itd.). Następnie wyjaśnia cel zajęć: Dziś sprawdzimy, jakie możliwości daje Wasza branża, jak wygląda praca w różnych zawodach na ekranie i jakie umiejętności naprawdę są potrzebne, by w niej pracować.

Etap I: Poszukiwanie i analiza (ok. 15 min)

1. Uczniowie wpisują w kartę pracy swoją branżę, np. budowlana, motoryzacyjna, hotelarska, fryzjerska, informatyczna.
2. Następnie w parach lub indywidualnie wypisują jak najwięcej zawodów i stanowisk związanych z tą branżą. Doradca zachęca, by myśleli szerzej, nie tylko o głównych zawodach, ale też o pomocniczych, organizacyjnych, administracyjnych itp.

Uczniowie wybierają jeden z tych zawodów i wyszukują krótki filmik (np. 3–5 minut) pokazujący jego codzienność. Źródła:

- YouTube, Mapa Karier, www.zawodowcy.org, www.zpe.gov.pl, www.ore.edu.pl, filmy firm szkoleniowych, lokalne przedsiębiorstwa.
 - Uczniowie mogą również skorzystać z przygotowanej listy bezpłatnych źródeł wideo dostępnych bez logowania i subskrypcji.
3. Po obejrzeniu filmu uczniowie uzupełniają kartę pracy:
 - Jaki zawód obejrzałem?
 - Jakie czynności wykonuje osoba w tym zawodzie?
 - Jakie umiejętności i cechy są potrzebne w tej pracy?
 - Które z tych umiejętności już mam lub rozwijam w szkole i na praktykach?

Etap II: Zawód w moim regionie (ok. 15 min)

1. Uczniowie wyszukują w internecie jedną rzeczywistą ofertę pracy dla stanowiska z ich branży (z regionu, w którym mieszkają lub się uczą).
2. Zapisują w karcie pracy:
 - nazwę stanowiska,
 - źródło oferty (np. pracuj.pl, urząd pracy, strona hotelu, warsztatu, restauracji itp.),
 - wymagane kompetencje twarde i miękkie,
 - ewentualne wymagane kwalifikacje zawodowe.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	3. Następnie porównują te wymagania z własnymi umiejętnościami, odpowiadając na pytania: ▪ Co już potrafię i mogę wykorzystać w tym zawodzie? ▪ Czego jeszcze chcę się nauczyć, by mieć większe szanse na rynku pracy? Doradca podkreśla, że analiza ofert pracy to nie tylko poznanie wymagań, ale także sposób na świadome planowanie własnego rozwoju zawodowego. Etap III: Refleksja końcowa (ok. 5–8 min) Uczniowie kończą zdania: ▪ W mojej branży można pracować jako... ▪ Zauważyłem/am, że w wielu zawodach liczy się... ▪ Po tych zajęciach wiem, że chcę rozwijać umiejętność... Doradca podsumowuje: ▪ Film może inspirować, ale realna oferta pracy pokazuje, jakie umiejętności naprawdę się liczą. Dzięki temu lepiej rozumiemy, jak wygląda praca w naszej branży i co możemy zrobić, by być na nią gotowi. ▪ Każda branża to sieć połączonych zawodów. Nawet jeśli dziś uczysz się jednego z nich, w przyszłości możesz zmieniać stanowisko lub rozwijać się w innym kierunku, wciąż w obrębie swojej branży.
REFLEKSJA I EWALUACJA	Dyskusja grupowa: ▪ Co nowego dowiedziałeś się o swojej branży? ▪ Czy film pokazał zawód tak, jak wygląda on w rzeczywistości? ▪ Jakie kompetencje pojawiały się najczęściej w ofertach pracy? ▪ Co chciał(a)byś rozwijać w najbliższym czasie?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zadbaj, by uczniowie korzystali z bezpiecznych źródeł i wiarygodnych ofert. ▪ W miarę możliwości przygotuj wcześniej kilka linków do filmów i ofert (dla uczniów z ograniczonym dostępem do Internetu). ▪ Podkreśl, że analiza ofert pracy to sposób na poznanie realnych wymagań rynku, a nie „tylko” ćwiczenie szkolne.
KARTA PRACY	Zawód na ekranie

SCENARIUSZ NR	3A
TEMAT ZAJĘĆ	Moja ścieżka, moje decyzje
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ uświadomienie uczniom, że planowanie przyszłości to proces podejmowania kolejnych decyzji, a nie jednorazowy wybór zawodu, ▪ rozwijanie umiejętności analizy konsekwencji decyzji edukacyjno-zawodowych, ▪ kształtowanie postawy proaktywnej, opartej na refleksji i odpowiedzialności, ▪ wzmacnianie poczucia sprawczości, wartości i motywacji w kontekście planowania przyszłości.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija świadomość, że każda decyzja edukacyjna i zawodowa wiąże się z określonymi konsekwencjami, ▪ uczy się rozpoznawać czynniki wpływające na decyzje dotyczące przyszłości, ▪ analizuje przykładowe sytuacje decyzyjne i rozważa ich możliwe skutki, ▪ odkrywa własne wartości i motywacje, które kształtują jego wybory, ▪ doskonali umiejętność wyciągania wniosków z doświadczeń i wykorzystywania ich w planowaniu przyszłości, ▪ kształtuje postawę otwartości wobec zmian i uczy się traktować błędy jako naturalny element rozwoju zawodowego.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna, ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i planowania rozwoju.
METODY PRACY	▪ gra decyzyjna Ścieżka decyzji w parach lub małych grupach, ▪ burza mózgów, ▪ praca indywidualna z kartą refleksji, ▪ dyskusja moderowana, ▪ minipodsumowanie i autorefleksja.
FORMY PRACY	▪ grupowa (gra decyzyjna), ▪ indywidualna (refleksja i karta pracy).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ zestaw kart Decyzje i Konsekwencje, ▪ plansza Ścieżka decyzji (wydrukowana lub w formie prezentacji), ▪ markery, karteczki samoprzylepne, ▪ karta pracy Moja ścieżka, moje wybory, ▪ dostęp do narzędzi TIK (Mentimeter, Padlet, Jamboard – opcjonalnie).
	1. Wprowadzenie: Planowanie jako podróż (ok. 5 min) Doradca zapisuje na tablicy pytanie: Z czym Wam się kojarzy planowanie przyszłości? Uczniowie podają skojarzenia (słownie lub przez Mentimeter/ karteczki). Krótka rozmowa kierowana: ▪ Czy można zaplanować całe życie? ▪ Czy zdarzyło się Wam zmienić decyzję i co z tego wynikło? Doradca podsumowuje: Planowanie przyszłości to nie wybór jednego zawodu na zawsze, ale podejmowanie wielu małych decyzji, a każda z nich prowadzi nas do nowych możliwości. 2. Gra: Ścieżka decyzji (ok. 25 min) 1. Doradca dzieli klasę na pary lub małe grupy (3–4 osoby). 2. Każda grupa otrzymuje planszę: Ścieżka decyzji oraz zestaw kart: Decyzje i Konsekwencje. 3. Grupa wybiera jedną z postaci (np. Kasia: technik fryzjerstwa, Olek: elektryk, Magda: logistyczka, Bartek: mechanik). Postacie reprezentują różne kierunki kształcenia i branże, ale decyzje i konsekwencje mają charakter uniwersalny; uczniowie mogą odnosić je zarówno do realiów wybranej postaci, jak i do własnych doświadczeń zawodowych lub życiowych. 4. Gracze losują karty Decyzje (np. Nie idę na praktyki, Zmieniam szkołę, Zakładam własny biznes) i po każdej decyzji dobierają kartę Konsekwencje, która pokazuje skutki wyboru (np. Zdobywasz nowe doświadczenie, Masz problem ze znalezieniem pracy, Zyskujesz nowy kontakt zawodowy). 5. Po każdym ruchu uczniowie krótko omawiają: ▪ Jak ta decyzja wpłynęła na ścieżkę bohatera? ▪ Czy można było postąpić inaczej? ▪ Co byś zrobił(a) na jego/jej miejscu? Doradca zachęca, by uczniowie zauważyli, że nie ma złych decyzji, jeśli potrafimy z nich wyciągać wnioski. 6. Na zakończenie grupy przedstawiają po jednej decyzji i jej konsekwencji, które najbardziej zwróciły ich uwagę lub wydały im się najciekawsze.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	3. Podsumowanie i wnioski: Co zabieram ze sobą? (ok. 5 min) 1. Uczniowie kończą zdanie: Od dziś wiem, że planowanie przyszłości to... 2. Chętni odczytują swoje odpowiedzi. 3. Doradca podsumowuje zajęcia: Każda decyzja czegoś nas uczy. Nie zawsze da się wszystko przewidzieć, ale znając siebie i swoje wartości, możemy przygotować się na różne scenariusze.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta w karcie pracy: ▪ Co było dla mnie najtrudniejsze w trakcie gry? ▪ Jakie emocje towarzyszyły mi, gdy obserwowałem/am skutki decyzji? ▪ Co nowego odkryłem/am o sobie podczas tej gry? ▪ Skala samooceny (1–5): Na ile czuję się gotowy/a do podejmowania decyzji o swojej przyszłości? Zwróć uwagę, że nie chodzi o to, by każdy czuł się już w pełni gotowy, lecz by wiedział, czego jeszcze potrzebuje, by podejmować decyzje bardziej świadomie. Warto zauważyć, że gotowość rośnie z doświadczeniem, refleksją i poznawaniem siebie – to proces, a nie jednorazowy moment. ▪ Krótka runda podsumowująca: Jedna myśl, którą zabieram z tych zajęć, to...
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zadbaj o dynamikę gry – pozwól, by decyzje i konsekwencje pojawiały się szybko, w lekkiej formie. ▪ Podkreślaj, że każda decyzja niesie naukę, niezależnie od tego, czy skutki są pozytywne, czy negatywne. ▪ Jeśli grupa ma trudność z refleksją, możesz użyć pytań pomocniczych, np.: Czy Twoja decyzja była racjonalna czy emocjonalna? Jakie wartości stały za tą decyzją? ▪ Wersję online można zrealizować na Padlecie lub Jamboardzie, każda grupa tworzy wtedy swoją ścieżkę decyzji cyfrowo. ▪ Warto zakończyć lekcję krótkim podkreśleniem: Nie musisz znać całej drogi, żeby zrobić pierwszy krok.
KARTA PRACY	Moja ścieżka, moje wybory

SCENARIUSZ NR	3B
TEMAT ZAJĘĆ	Plan działania – mapa mojej drogi zawodowej
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności planowania własnej ścieżki edukacyjno-zawodowej w oparciu o cele i zasoby, ▪ poznanie etapów planowania kariery i uświadomienie, że każdy cel wymaga konkretnych kroków, ▪ doskonalenie umiejętności identyfikowania przeszkód i sposobów ich pokonywania, ▪ wzmacnianie samodzielności i odpowiedzialności za podejmowane decyzje dotyczące przyszłości.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ analizuje swoje aktualne miejsce na drodze edukacyjno-zawodowej, ▪ rozwija umiejętność wyznaczania celów krótko- i długoterminowych, ▪ doskonali zdolność identyfikowania własnych zasobów (umiejętności, doświadczeń, wsparcia społecznego), ▪ opracowuje indywidualny plan działania w formie graficznej mapy, ▪ kształtuje umiejętność rozpoznawania możliwych przeszkód i poszukiwania sposobów ich przezwyciężania, ▪ pogłębia rozumienie znaczenia refleksji i planowania w procesie rozwoju zawodowego.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i planowania kariery, ▪ kompetencje w zakresie kreatywności i wyrażania siebie.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ mapa myśli, ▪ praca indywidualna z elementami refleksji, ▪ praca w grupach (wymiana pomysłów i inspiracji), ▪ elementy coachingu kariery i storytellingu.
FORMY PRACY	▪ indywidualna (tworzenie mapy kariery), ▪ grupowa (3–4 osoby, wymiana pomysłów, wsparcie).
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ arkusze papieru A3, ▪ flamastry, kolorowe karteczki samoprzylepne, ▪ karta pracy Moja mapa zawodowa, ▪ tablica lub flipchart,

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ projektor (opcjonalnie, do prezentacji wzorców map), ▪ narzędzia TIK: Mentimeter, Padlet, Jamboard (opcjonalnie, do wersji cyfrowej).
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: Metafora drogi (ok. 5 min) 1. Doradca rozpoczyna rozmowę pytaniem: Z czym Wam się kojarzy droga zawodowa? Uczniowie podają spontaniczne skojarzenia (np. droga, mapa, zakręty, mosty, przystanki). 2. Doradca przedstawia metaforę drogi życiowej i wprowadza koncepcję mapy kariery: każdy z nas ma inny kierunek, tempo i przystanki, ale najważniejsze to wiedzieć, dokąd się zmierza. 3. Uczniowie poznają cel lekcji: Dzisiaj zaplanujecie swoją ścieżkę zawodową w formie mapy: od miejsca, w którym jesteście, do miejsca, w którym chcecie być. 2. Punkt startowy: Gdzie jestem teraz? (ok. 5 min) Uczniowie wypełniają w karcie pracy pole START, zapisując: ▪ swoje obecne umiejętności i mocne strony, ▪ doświadczenia edukacyjne i zawodowe (praktyki, projekty, pasje), ▪ osoby lub instytucje, które mogą stanowić wsparcie (rodzina, nauczyciele, doradcy, znajomi). Doradca pomaga uczniom, zadając pytania: ▪ Co już potrafisz? ▪ Z czego jesteś dumny/a? ▪ Kto może Ci pomóc w dalszym rozwoju? 3. Moje cele: dokąd zmierzam? (ok. 5–7 min) 1. Uczniowie określają swój główny cel zawodowy (np. zostać technikiem informatykiem, fryzjerką, kucharzem, grafikiem). 2. Następnie dopisują 3 cele pośrednie, które pomogą im osiągnąć cel główny (np. ukończyć kurs, zdać egzamin zawodowy, odbyć praktykę, stworzyć portfolio). 3. Doradca wyjaśnia, że dobry cel jest: realny, konkretny i mierzalny – warto zapisać go w formie efektu, np. „Zdać egzamin zawodowy” zamiast „Uczyć się więcej”. 4. Moja droga: etapy, przeszkody i rozwiązania (ok. 15 min) 1. Na arkuszu A3 uczniowie rysują ścieżkę prowadzącą od punktu START do punktu CEL. 2. Zaznaczają 3–4 etapy pośrednie, np. ukończenie kursu, zdanie egzaminu, zdobycie praktyki, znalezienie mentora, podjęcie pracy. 3. Przy każdym etapie zapisują możliwe przeszkody (np. brak czasu, niska motywacja, stres, brak środków) oraz sposoby ich pokonania (np. planowanie tygodnia, rozmowa z doradcą, nauka małymi krokami). 4. Doradca przypomina, że plan to nie sztywna instrukcja, ale kompas, który można modyfikować w zależności od sytuacji.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	5. Mój plan działania: konkretne kroki (ok. 10 min) 1. Uczniowie określają swój główny cel zawodowy (np. zostać technikiem informatykiem, stylistką, kucharzem, grafikiem, przedsiębiorcą). 2. Zapisują 3 pierwsze kroki, które mogą wykonać już w najbliższym miesiącu (np. wyszukanie kursu, rozmowa z doradcą, udział w praktykach, stworzenie CV). 3. Doradca motywuje uczniów, podkreślając znaczenie małych, realnych kroków i systematyczności. 6. Podsumowanie (ok. 5 min) 1. Uczniowie kończą zdanie: Dziś zrozumiałem/am, że planowanie pomaga mi... 2. Doradca zbiera anonimowe karteczki z refleksjami (np. Zrozumiałem, że... / Dziś zaplanowałem pierwszy krok...). 3. Chętni mogą krótko opowiedzieć o swoich wnioskach lub zaprezentować fragment swojej mapy. 4. Doradca podsumowuje: Twoja mapa nie musi być idealna. Ważne, żebyś wiedział, w którą stronę chcesz iść i co możesz zrobić już dziś.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta na zakończenie: ▪ Co w tych zajęciach było dla mnie najcenniejsze? ▪ Czy potrafię teraz lepiej zaplanować swoją drogę zawodową? ▪ Jakie pierwsze kroki wykonam po zajęciach? ▪ Skala samooceny (1–5): Na ile czuję się pewnie w planowaniu mojej przyszłości?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zachęcaj do wizualnego myślenia – kolory, symbole, rysunki pomagają uczniom lepiej zapamiętać i utożsamić się z własnymi planami. ▪ Podkreśl, że każdy plan ma wartość, niezależnie od tego, jak odległy jest cel. ▪ Jeśli uczniowie mają trudność z wyznaczaniem celów, zaproponuj pytania pomocnicze: Co chciałbyś robić za rok? A za pięć lat? Co daje Ci poczucie satysfakcji? ▪ Uczniowie z mniejszą motywacją powinni się skupić na małych, konkretnych krokach, np. W tym tygodniu zrobię jedną rzecz, która przybliży mnie do celu. ▪ Możesz połączyć to zajęcie z lekcją o decyzjach (3A), wówczas Mapa zawodowa stanowi naturalne rozwinięcie gry Ścieżka decyzji.
KARTA PRACY	Moja mapa zawodowa

SCENARIUSZ NR	4A
TEMAT ZAJĘĆ	Dokumenty aplikacyjne – CV i list motywacyjny bez tajemnic
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności tworzenia profesjonalnych dokumentów aplikacyjnych, ▪ kształtowanie świadomości znaczenia CV i listu motywacyjnego w procesie rekrutacji, ▪ rozwijanie umiejętności autoprezentacji i komunikacji własnych kompetencji, ▪ wzmacnianie refleksji nad własnymi doświadczeniami i ich wartością dla przyszłego pracodawcy.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje strukturę i elementy skutecznego CV oraz listu motywacyjnego, ▪ rozwija umiejętność dopasowywania dokumentów aplikacyjnych do konkretnej oferty pracy, ▪ uczy się rozróżniać opis obowiązków od opisu osiągnięć zawodowych, ▪ doskonali umiejętność wykorzystywania doświadczeń z praktyk, wolontariatu i szkoły w opisie zawodowym, ▪ kształtuje postawę krytycznej analizy przykładowych CV, rozpoznając ich mocne i słabe strony, ▪ tworzy pierwszą wersję własnego CV z wykorzystaniem języka korzyści.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy, ▪ Poznawanie własnych zasobów.
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i planowania kariery, ▪ umiejętność uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje językowe i komunikacyjne, ▪ kompetencje cyfrowe, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna (estetyka dokumentów i kreatywność).
METODY PRACY	▪ analiza przykładów (porównawcza), ▪ burza mózgów, ▪ ćwiczenie w parach detektyw CV, ▪ storytelling (miniopowieść o sobie), ▪ praca indywidualna z kartą pracy, ▪ dyskusja moderowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ 3 przykładowe CV (kompletne, poprawne i błędne), ▪ przykładowa oferta pracy, ▪ karta pracy Twoje CV z praktyk: stwórz swoją pierwszą wizytówkę zawodową, ▪ arkusze A4, długopisy, ▪ projektor lub tablica multimedialna, ▪ ewentualnie dostęp do narzędzi online (Canva, Europass, resumaker.pl/).
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: Pierwsze wrażenie ma znaczenie (ok. 5 min) 1. Doradca rozpoczyna pytaniem: Dlaczego niektóre osoby zostają zaproszone na rozmowę, a inne nie? Uczniowie podają pomysły (np. doświadczenie, wygląd CV, sposób opisu). 2. Doradca podsumowuje: CV i list motywacyjny to nasze pierwsze spotkanie z pracodawcą; zanim zobaczy nas, poznaje nasz dokument. 3. Krótkie przedstawienie celu lekcji: nauka tworzenia skutecznego, autentycznego i dopasowanego CV. 2. Detektyw CV: analiza przykładów (ok. 10 min) 1. Uczniowie w parach otrzymują 3 przykłady CV: ▪ błędne (chaotyczne, z błędami), ▪ poprawne (standardowe), ▪ kompletne (przejrzyste, konkretne, dopasowane). 2. Zadanie uczniów: odgrywają rolę detektywów CV i odpowiadają na pytania z minikarty analizy: ▪ Co przyciąga uwagę? ▪ Co zniechęca? ▪ Czy widać mocne strony kandydata? 3. Po 7–8 minutach wspólne omówienie wyników: uczniowie wypisują na tablicy złote zasady dobrego CV. 3. Moje praktyki = moje pierwsze doświadczenie (ok. 10 min) 1. Doradca pyta: Co możesz wpisać do CV, jeśli dopiero zaczynasz? 2. Uczniowie tworzą listę doświadczeń: praktyki, wolontariat, projekty szkolne, hobby, działania społeczne. 3. Doradca pokazuje, jak opisywać je językiem korzyści: ▪ Zamiast: Pomagałem w warsztacie – Współpracowałem z zespołem przy naprawach pojazdów, przez co rozwinąłem dokładność i umiejętność pracy pod presją czasu. ▪ Zamiast: Uczestniczyłem w projekcie – Przygotowałem prezentację w zespole projektowym, przez co nauczyłem się planowania i odpowiedzialności.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	4. Storytelling: moja historia zawodowa w 3 zdaniach (ok. 5 min) 1. Doradca prosi uczniów, by napisali w 3 zdaniach krótką historię o sobie: Kim jestem? Co mnie wyróżnia? Dlaczego robię to, co robię? Ten tekst może być wstępem do listu motywacyjnego. 2. Chętni uczniowie czytają swoje historie na forum. 3. Doradca podkreśla, że autentyczność i prostota przekazu są kluczowe, liczy się szczerłość, a nie idealne zdania. 5. Tworzymy własne CV (ok. 10 min) 1. Uczniowie wypełniają kartę pracy Twoje CV z praktyk, sekcje: dane, edukacja, doświadczenie, umiejętności, zainteresowania, cel zawodowy. 2. Doradca podpowiada: Stosuj wypunktowanie; zaczynaj od czasowników; pokazuj efekty działań np. obsługiwałem klientów, usprawniłem proces przygotowania stanowiska pracy. 3. Uczniowie, którzy skończą wcześniej, mogą w 1–2 zdaniach dodać sekcję O mnie lub Mój cel zawodowy. 6. Podsumowanie i refleksja (ok. 5 min) 1. Doradca prosi uczniów o dokończenie zdania: Z dzisiejszych zajęć zapamiętam, że w CV ważne jest... 2. Kilka osób odczytuje swoje odpowiedzi. 3. Doradca podsumowuje: Twoje CV to nie formularz. To Twoja historia, opowiedziana tak, by pracodawca chciał ją poznać dalej.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Uczniowie kończą zdania: Największym odkryciem było dla mnie... Zaskoczyło mnie, że w CV można napisać o...
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zachęcaj uczniów do pracy na własnych doświadczeniach, nie fikcyjnych danych – to rozwija autentyczność. ▪ Unikaj oceniania – skup się na merytoryce i przekazie. ▪ Pokazuj różnorodność – każde CV może wyglądać inaczej, jeśli oddaje osobowość autora. ▪ Jeśli uczniowie mają trudność z rozpoczęciem, zadaj pytanie pomocnicze: Co chciałbyś, żeby pracodawca o Tobie wiedział po przeczytaniu Twojego CV?

WSKAZÓWKI DLA DORADCY

Dodatkowe wskazówki:

- Po wykonaniu karty pracy omów z uczniami kilka przykładów CV; możesz wykorzystać wzory branżowe (np. z portalu *europass.eu* lub *Canva*) albo poprosić uczniów o wspólne wskazanie mocnych i słabszych stron wybranych dokumentów.
- W rozmowie z uczniami zwróć uwagę nie tylko na poprawność formalną, ale też na to, czy CV oddaje osobowość i potencjał autora.
- Jeśli czujesz się komfortowo, możesz krótko podzielić się własnym doświadczeniem związanym z tworzeniem CV lub pierwszymi rozmowami kwalifikacyjnymi. Takie przykłady nadają zajęciom autentyczności i zwiększają zaangażowanie uczniów.
- Zachęć uczniów, aby po zajęciach poprosili o opinię kogoś z zewnątrz (np. nauczyciela praktyk, doradcę zawodowego, opiekuna stażu). Informacja zwrotna pomaga udoskonalać CV i budować świadomość własnych kompetencji.

KARTA PRACY

Twoje CV z praktyk

SCENARIUSZ NR	4B
TEMAT ZAJĘĆ	Moja marka osobista – jak mnie widzą inni?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ uświadomienie uczniom, że każdy z nas, niezależnie od aktywności w mediach społecznościowych, tworzy własną markę osobistą, ▪ rozwijanie świadomości wpływu postawy, zachowania i komunikacji na wizerunek zawodowy, ▪ poznanie elementów składających się na markę osobistą, ▪ rozwijanie umiejętności budowania autentycznego wizerunku i odpowiedzialnego korzystania z technologii, ▪ rozwijanie refleksji nad własnym potencjałem i jego świadomym wykorzystywaniem.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje istotę marki osobistej i proces jej kształtowania, ▪ rozwija świadomość elementów własnej marki (zachowania, postawy, wartości, kompetencje), ▪ doskonali rozumienie pojęć: kompetencje twarde, miękkie, kwalifikacje i uprawnienia, ▪ analizuje, jak jest postrzegany przez innych i porównuje to z własnym obrazem siebie, ▪ uczy się wykorzystywać narzędzia TIK i AI do autorefleksji oraz planowania rozwoju, ▪ opracowuje plan świadomego budowania swojej marki zawodowej.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy, ▪ Poznawanie własnych zasobów.
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ kompetencje cyfrowe, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna, ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i relacji z innymi.
METODY PRACY	▪ elementy coachingu kariery, ▪ analiza opinii i autorefleksja, ▪ mapa myśli, ▪ praca z narzędziami TIK i AI (Mentimeter, ChatGPT, Canva Magic Write), ▪ praca na zasobach i wartościach, ▪ miniprezentacja i dyskusja moderowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna (refleksja i praca z AI), ▪ w parach (wymiana opinii), ▪ grupowa (dyskusja i prezentacja wniosków).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ komputery lub smartfony z dostępem do internetu, ▪ tablica lub ekran multimedialny, ▪ aplikacje: Mentimeter, Wordclouds.com, ChatGPT, Canva Magic Write, ▪ karta pracy Moja marka osobista, ▪ kartki A4, markery, kartki, długopisy.
PRZEBIEG ZAJĘĆ	Etap I: Co tworzy naszą markę osobistą? (ok. 5 min) 1. Krótka rozmowa kierowana: ▪ Czym różni się wizerunek od reputacji? ▪ Czy marka to tylko influencerzy? ▪ Jakie cechy ma marka dobrego fachowca lub ucznia? 2. Doradca podsumowuje: Każdy z nas buduje markę osobistą, nie tylko przez to, jak wygląda w internecie, ale przez codzienne zachowania, współpracę czy sposób reagowania na różne sytuacje osobiste i zawodowe. Za chwilę sprawdzimy, jak widzą nas inni i jak możemy nad tą marką świadomie pracować. Etap II: Jak widzą mnie inni? (ok. 20 min) 1. Ćwiczenie „Dłoń mojej marki” Uczniowie odrysowują dłoń, podpisują kartkę i przekazują ją dalej; reszta grupy wpisuje pozytywne cechy, które ich zdaniem opisują daną osobę (np. życzliwa, ambitny, pomocna). Po kilku minutach kartki wracają do właścicieli. 2. Refleksja indywidualna i w parach Uczniowie wypełniają część 1 karty pracy Moja marka osobista, notując cechy, które się powtarzały lub zaskoczyły. Następnie rozmawiają w parach o tym: Co Cię najbardziej zaskoczyło? Czy te opinie pokazują Cię tak, jak chcesz być postrzegany? 3. Podsumowanie doradcy: To, jak nas widzą inni, jest lustrem naszej marki osobistej. Warto korzystać z tej wiedzy, by rozwijać to, co w nas dobre i autentyczne. Etap III: Moja marka oczami AI (ok. 15 min) 1. Uczniowie pracują indywidualnie z ChatGPT lub innym narzędziem AI. 2. Wpisują wybrane polecenia, np.: ▪ <i>Jakie zachowania i cechy pomagają budować pozytywny wizerunek w zawodzie [nazwa zawodu]?</i> ▪ <i>Uczę się w technikum jako [nazwa zawodu]. Jak mogę budować swoją markę osobistą już teraz, w szkole lub na praktykach?</i> ▪ <i>Jestem uczniem technikum, lubię pomagać innym, uczę się rzetelnie, ale mam problem z pewnością siebie. Jak mogę mnie postrzegać inni?</i> 3. Chętni uczniowie mogą zaprezentować swoje wnioski z karty pracy.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	4. Podsumowanie (ok. 5 min) Doradca kończy zajęcia podsumowaniem: Twoja marka nie powstaje w internecie. Zaczyna się od tego, jak pracujesz, jak reagujesz i jak traktujesz innych. To Ty decydujesz, co chcesz, by o Tobie mówiono.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Skala samooceny (1–5): Na ile świadomie buduję swoją markę osobistą?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Stwórz bezpieczną atmosferę; rozmowy o wizerunku mogą wywoływać emocje, dlatego akcentuj szacunek i akceptację. ▪ Podkreśl, że marka osobista to nie autopromocja, lecz autentyczność. ▪ Jeśli nie ma dostępu do AI, można wykorzystać gotowe opisy zawodów z mapakarier.org lub klasyfikacji zawodów lub specjalności. ▪ Dostosuj język poleceń AI do wieku uczniów, zachęć, by formułowali pytania prostym językiem.
KARTA PRACY	Moja marka osobista

SCENARIUSZ NR	5A
TEMAT ZAJĘĆ	Pierwsza rozmowa kwalifikacyjna – gra symulacyjna
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności autoprezentacji i komunikacji interpersonalnej w kontekście zawodowym, ▪ poznanie etapów rozmowy kwalifikacyjnej i zasad jej przebiegu, ▪ kształtowanie umiejętności analizy zachowań rekrutacyjnych z różnych perspektyw (kandydata, rekrutera, obserwatora), ▪ wzmacnianie poczucia pewności siebie i gotowości do udziału w rozmowie o pracę, ▪ rozwijanie umiejętności konstruktywnej informacji zwrotnej.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje strukturę i etapy rozmowy kwalifikacyjnej, ▪ rozwija rozumienie celu i znaczenia rozmowy rekrutacyjnej w procesie zatrudnienia, ▪ doskonali umiejętność prezentowania swoich mocnych stron i doświadczeń, ▪ ćwiczy odpowiedzi na typowe pytania rekrutacyjne, ▪ uczy się wcielać w rolę rekrutera i analizować zachowania kandydatów, ▪ kształtuje umiejętność wyciągania wniosków dotyczących własnego sposobu komunikacji i postawy.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje komunikacyjne i językowe, ▪ kompetencje cyfrowe (wykorzystanie TIK i AI w przygotowaniu), ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i planowania kariery.
METODY PRACY	▪ gra symulacyjna (rozmowa kwalifikacyjna), ▪ burza mózgów, ▪ analiza przypadków, ▪ praca z kartami ról (kandydat, rekruter, obserwator), ▪ dyskusja moderowana, ▪ elementy coachingu kariery i informacji zwrotnej 360°.
FORMY PRACY	▪ praca w grupach (symulacja), ▪ praca w parach, ▪ praca indywidualna (refleksja).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ Mentimeter lub Wordclouds: tworzenie chmury skojarzeń, ▪ ChatGPT lub podobne narzędzie: generowanie przykładowych pytań/odpowiedzi, ▪ Canva lub Genially: opracowanie wizytówki zawodowej lub autoprezentacji, ▪ Karty pracy: ▪ Karta przygotowawcza kandydata, ▪ Karta rekrutera – zestaw pytań i kryteria oceny, ▪ Karta obserwatora – arkusz do notatek.
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie (ok. 5 min) 1. Doradca zapisuje na tablicy hasło: Rozmowa kwalifikacyjna. 2. Uczniowie w parach wymieniają po 3 skojarzenia: emocje, słowa, obrazy. 3. Prowadzący zapisuje najczęściej powtarzające się określenia (np. stres, pytania, praca, wygląd, pewność siebie), tworząc mapę skojarzeń. 4. Podsumowanie: rozmowa kwalifikacyjna to nie egzamin, ale spotkanie dwóch stron. Jednej, która szuka pracownika, i drugiej, która szuka miejsca do rozwoju. 2. Etap I: Przygotowanie do gry symulacyjnej (ok. 10 min) 1. Uczniowie dzielą się na 3 grupy: ▪ kandydatów, ▪ rekruterów, ▪ obserwatorów. Uczniowie dobierają się w grupy według własnego wyboru lub z pomocą doradcy, tak, aby w każdej grupie znalazła się osoba odgrywająca rolę kandydata i rekrutera. Przy większej liczbie uczestników jedna osoba może pełnić rolę obserwatora. 2. Doradca rozdaje trzy zestawy kart: ▪ kandydatom kartę przygotowawczą (do wypełnienia przed symulacją), ▪ rekruterom kartę z pytaniami i kryteriami oceny, ▪ obserwatorom arkusz do notatek. Nauczyciel wyjaśnia, że po każdej rozmowie następuje rotacja ról, a po zakończeniu wszyscy wypełniają krótką kartę refleksji. 3. Grupy przygotowują się do swoich ról (5 min). Kandydaci wypełniają kartę przygotowawczą przed rozpoczęciem symulacji. Doradca może pomóc uczniom z wykorzystaniem ChatGPT, np. tworząc przykładowe pytania do kandydata lub listę zachowań pożądanых u rekrutera. 3. Etap II: Gra symulacyjna (ok. 15 min) 1. Każda para (kandydat + rekruter) odgrywa rozmowę (ok. 5 minut).

PRZEBIEG ZAJĘĆ	2. W tym czasie obserwator notuje pozytywne zachowania, mowę ciała, sposób komunikacji i elementy do poprawy. 3. Po każdej rozmowie następuje krótka wymiana ról, grupy rotują, by każdy miał szansę wystąpić w roli kandydata lub rekrutera. 4. Przykładowe pytania rekrutacyjne: ▪ Co najbardziej lubisz w swoim zawodzie? ▪ Jak poradziłbyś sobie, gdybyś nie znał odpowiedzi na pytanie klienta? ▪ Czym, Twoim zdaniem, odznacza się dobry pracownik? ▪ Opowiedz o sytuacji, gdy musiałeś współpracować z kimś, z kim trudno było się porozumieć. 5. Doradca wspiera uczniów, moderując tempo i dbając o atmosferę bezpieczeństwa i humoru. 4. Etap III: Analiza i refleksja (ok. 5 min) 1. Po zakończeniu gry odbywa się dyskusja moderowana: ▪ Co było najtrudniejsze w roli kandydata? ▪ Jak się czuliście jako rekruterzy? ▪ Jakie zachowania zrobiły najlepsze wrażenie? ▪ Co byście poprawili przed prawdziwą rozmową kwalifikacyjną? 2. Obserwatorzy udzielają konstruktywnej informacji zwrotnej (1 pozytyw + 1 sugestia). 5. Podsumowanie: 3 kroki do sukcesu (ok. 5 min) 1. Doradca podkreśla, że rozmowa kwalifikacyjna to proces, którego można się nauczyć. 2. Uczniowie zapisują (np. na odwrocie karty) 3 konkretne rzeczy, które warto zrobić: ▪ Przed rozmową: np. przygotować się do pytań, sprawdzić firmę. ▪ W trakcie rozmowy: np. uśmiechać się, słuchać aktywnie. ▪ Po rozmowie: np. podziękować za spotkanie, zapisać wnioski. 3. Prowadzący kończy lekcję słowami: Najlepsze wrażenie robi nie ten, kto mówi najwięcej, ale ten, kto mówi prawdziwie.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta: ▪ Jakie emocje towarzyszyły Ci podczas rozmowy i jak sobie z nimi poradziłeś? ▪ Co Cię najbardziej zaskoczyło w roli rekrutera / obserwatora / kandydata? ▪ Czego nauczyłeś/aś się o sobie podczas tych zajęć? ▪ Skala samooceny (1–5): Na ile czuję się pewnie przed rozmową o pracę?

WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zadbaj o atmosferę bezpieczeństwa i zabawy – to klucz do skutecznej symulacji. ▪ Ucz podawania informacji zwrotnej w modelu FUKO (fakt, uczucie, konsekwencja, oczekiwanie). ▪ Zachęcaj do korzystania z narzędzi AI na etapie przygotowywania się do rozmowy, np. generowania odpowiedzi na pytania rekrutacyjne lub tworzenia autoprezentacji. ▪ Możesz nagrać fragmenty rozmów (za zgodą uczniów) i omówić je wspólnie na kolejnych zajęciach. ▪ Wersję zaawansowaną można rozszerzyć o analizę mowy ciała i tonu głosu. ▪ Dobierz oferty pracy lub stanowiska do poziomu grupy; im młodszy uczniowie, tym bardziej ogólne i uniwersalne przykłady (np. pomocnik elektryka, pracownik sklepu, recepcjonista). Dla uczniów starszych lub bardziej zaawansowanych możesz przygotować konkretne oferty z lokalnych portali pracy lub pozwolić im samodzielnie wybrać stanowisko, które ich interesuje. ▪ Jeśli masz więcej czasu lub realizujesz dłuższy projekt, pozwól uczniom wyszukać oferty samodzielnie i na ich podstawie opracować własne CV oraz przygotowanie do rozmowy.
KARTA PRACY	1. Karta przygotowawcza kandydata. 2. Karta rekrutera – zestaw pytań i kryteria oceny. 3. Karta obserwatora – arkusz do notatek.

SCENARIUSZ NR	5B
TEMAT ZAJĘĆ	ABC rozmowy z pracodawcą
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie kompetencji komunikacyjnych w kontekście zawodowym, ▪ kształtowanie postawy szacunku, kultury osobistej i odpowiedzialności w relacji z pracodawcą, ▪ poznanie zasad profesjonalnej komunikacji w procesie rekrutacyjnym i w pracy, ▪ wzmacnianie asertywności, umiejętności słuchania i reagowania na informację zwrotną, ▪ rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów i prowadzenia rozmowy w trudnych sytuacjach.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozróżniania etapów rozmowy z pracodawcą (rekrutacja, komunikacja w pracy, rozmowa rozwojowa), ▪ poznaje zasady skutecznej i kulturalnej rozmowy w kontekście zawodowym, ▪ doskonali umiejętność formułowania pytań i udzielania odpowiedzi adekwatnych do sytuacji zawodowej, ▪ kształtuje postawę otwartości na przyjmowanie i udzielanie konstruktywnej informacji zwrotnej, ▪ pogłębia świadomość, że sposób rozmowy z pracodawcą wpływa na wizerunek zawodowy, ▪ uczy się zachowywać w sytuacjach wymagających taktu, asertywności i profesjonalizmu.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje emocjonalne (asertywność, empatia, samoświadomość), ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i relacji zawodowych.
METODY PRACY	▪ odgrywanie scenek sytuacyjnych (symulacja), ▪ dyskusja kierowana, ▪ burza mózgów, ▪ praca w parach i grupach, ▪ miniwykład wprowadzający, ▪ refleksja indywidualna i grupowa.
FORMY PRACY	▪ praca w grupach (3–4 osoby), ▪ praca w parach, ▪ praca indywidualna (refleksja).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karty pracy Scenki z rozmowy z pracodawcą, ▪ tablica, flipchart lub ekran multimedialny, ▪ markery, notatniki, długopisy, ▪ opcjonalnie: dostęp do internetu i aplikacji do tworzenia chmur słów (Mentimeter, Wordclouds).
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: Moje pierwsze skojarzenia (ok. 5 min) Doradca rozpoczyna zajęcia pytaniem: Z czym Ci się kojarzy rozmowa z pracodawcą? Nauczyciel rozdaje kartę pracy Scenki z rozmowy z pracodawcą, z prośbą o wypełnienie pierwszego zadania. 2. Miniwykład i burza mózgów – zasady dobrej rozmowy (ok. 10 min) 1. Doradca przedstawia różne rodzaje rozmów z pracodawcą: ▪ rozmowa rekrutacyjna, ▪ rozmowa organizacyjna (dot. obowiązków, grafiku, zasad), ▪ rozmowa rozwojowa (np. o szkoleniu, awansie), ▪ rozmowa o trudnej sytuacji (błąd, konflikt, prośba o urlop). 2. Uczniowie tworzą listę zasad w formie Zrób / Nie rób, np.: ▪ Zadawaj pytania o zakres obowiązków. ▪ Słuchaj aktywnie i potwierdzaj zrozumienie. ▪ Nie przerywaj rozmówcy. ▪ Nie krytykuj poprzedniego pracodawcy. 3. Doradca dopisuje kilka uniwersalnych zasad: punktualność, kultura osobista, przygotowanie, spokój i rzeczowość. 4. Uczniowie fotografują tablicę lub zapisują zasady na kartach pracy do dalszego wykorzystania. 3. Scenki sytuacyjne: trening rozmowy (ok. 20 min) 1. Uczniowie tworzą grupy 3–4-osobowe. Każda grupa losuje kartę z sytuacją zawodową: ▪ rozmowa rekrutacyjna, ▪ prośba o dzień wolny, ▪ wyjaśnienie błędu, ▪ rozmowa o przedłużeniu umowy, ▪ konflikt w zespole, ▪ rozmowa o podziale obowiązków. 2. Grupa przygotowuje krótką scenkę (3–4 minuty), rozdzielając role: pracodawcy, pracownika, obserwatora. 3. Każda scena jest odgrywana przed klasą. 4. Po wystąpieniu grupa omawia: ▪ Co się udało? ▪ Co można poprawić? ▪ Jakie kompetencje wykorzystano? 5. Doradca moderuje omówienie, podkreślając dobre praktyki: spokojny ton, asertywność, kontakt wzrokowy, aktywne słuchanie, szacunek.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	4. Refleksja indywidualna i wspólne wnioski (ok. 5 min) 1. Uczniowie wypełniają minikartę refleksji, odpowiadając na pytania: ▪ Czego nauczyła mnie ta rozmowa? ▪ Które zachowania są profesjonalne? ▪ Co było dla mnie trudne, a co naturalne? ▪ Jak mogę to wykorzystać w praktyce (np. podczas praktyk lub rozmowy z pracodawcą)? 2. Chętni uczniowie dzielą się swoimi spostrzeżeniami. 3. Doradca podsumowuje zajęcia: Profesjonalna rozmowa z pracodawcą zaczyna się od szacunku, ciekawości i gotowości do współpracy. Te cechy budują Twój wizerunek zawodowy każdego dnia.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta: ▪ Co najbardziej zapamiętałem z dzisiejszych zajęć? ▪ Jakie umiejętności chcę jeszcze poćwiczyć? ▪ W jakich sytuacjach zawodowych wykorzystam tę wiedzę? ▪ Skala samooceny (1–5): Na ile czuję się pewnie w rozmowie z pracodawcą?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zachęcaj do autentyczności i humoru w scenkach – chodzi o doświadczenie, nie perfekcję. ▪ Ustal jasne zasady bezpieczeństwa komunikacyjnego (nie oceniamy osób, oceniamy zachowanie). ▪ W razie potrzeby sam zaprezentuj przykładową scenkę jako model. ▪ Możesz nagrać krótkie fragmenty rozmów (za zgodą uczniów) i wspólnie omówić postawę, ton głosu, reakcje.
KARTA PRACY	Scenki z rozmowy z pracodawcą

SCENARIUSZ NR	6A
TEMAT ZAJĘĆ	Zawody i kompetencje przyszłości
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie świadomości zmian zachodzących na rynku pracy, ▪ poznanie pojęcia zawodów i kompetencji przyszłości, ▪ kształtowanie umiejętności analizy trendów i prognoz zawodowych, ▪ rozwijanie refleksji nad własnym potencjałem w kontekście przyszłych zmian, ▪ inspirowanie uczniów do uczenia się przez całe życie i otwartości na nowe technologie.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija rozumienie pojęcia zawodów przyszłości i czynników wpływających na ich powstawanie, ▪ poznaje branże o największym potencjale rozwoju, ▪ kształtuje umiejętność rozpoznawania i nazywania kompetencji przyszłości, ▪ pogłębia świadomość znaczenia umiejętności miękkich, cyfrowych i adaptacyjnych, ▪ doskonali zdolność wyszukiwania i analizowania informacji o trendach zawodowych, ▪ uczy się odnosić globalne zmiany do własnej branży lub kierunku kształcenia, ▪ rozwija refleksyjność w planowaniu działań, które pozwolą przygotować się do przyszłych wymagań rynku pracy.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ kompetencje cyfrowe, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna, ▪ kompetencje w zakresie rozumienia siebie i świata pracy.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ praca w grupach, ▪ analiza źródeł (raportów, stron internetowych, materiałów edukacyjnych), ▪ prezentacja wyników, ▪ minidyskusja i refleksja indywidualna.
FORMY PRACY	▪ praca w grupach (analiza i prezentacja wyników), ▪ praca indywidualna (ranking kompetencji).

ŚRODKI DYDAKTYCZNE

- karta pracy Zawody i kompetencje przyszłości,
- dostęp do internetu (lub przygotowane wydruki fragmentów raportów, np. PARP, Future Jobs, World Economic Forum),
- tablica, flipchart lub prezentacja multimedialna,
- markery, kartki, notatniki, długopisy.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie: nowe zawody (ok. 5 min)

- Doradca zadaje pytanie: Czy potraficie wymienić zawody, które pojawiły się w ostatnich latach lub stały się popularne dopiero niedawno?
- Uczniowie wymieniają przykłady. Na tablicy pojawiają się propozycje, np. influencer, operator drona, analityk danych, specjalista ds. cyberbezpieczeństwa, technik druku 3D, coach AI.
- Prowadzący podsumowuje: Rynek pracy stale się zmienia. Część zawodów zniknie, inne dopiero się pojawią. Ale są kompetencje, które zawsze będą potrzebne, niezależnie od branży.
- Doradca zapisuje hasło na tablicy: Kompetencje ponadczasowe, zapowiadając dalszą część lekcji.

2. Aktywność 1: Mapa przyszłości (ok. 15 min)

- Uczniowie łączą się w 4–5 grup.
- Każda grupa otrzymuje kartę pracy z tabelą i przypisaną branżą (np. zdrowie, technologia, edukacja, gastronomia, transport, budownictwo, środowisko). Doradca może dobrać branżę zgodnie z kierunkiem kształcenia uczniów lub wylosować je, aby poszerzyć wiedzę o różnych sektorach rynku pracy.
- Zadanie dla uczniów:
Wyszukajcie 3 zawody przyszłości w przypisanej Wam branży i zapiszcie je wraz z krótkim opisem, dlaczego uważacie, że te zawody będą potrzebne w przyszłości.
- Uczniowie korzystają z internetu (lub z przygotowanych raportów).
- Przykład (na tablicy):

Branża	Zawód przyszłości	Kluczowe kompetencje	Jak można zdobyć tę umiejętność?
Transport	Operator pojazdów autonomicznych	odpowiedzialność, obsługa systemów IT, refleks, koncentracja	kursy z technologii pojazdów autonomicznych i systemów, praktyki w firmach logistycznych lub motoryzacyjnych
Zdrowie	Terapeuta VR	empatia, znajomość technologii, komunikacja interpersonalna	studia lub kursy z psychologii i terapii wspieranej technologią, warsztaty z obsługi sprzętu VR, szkolenia z komunikacji z pacjentem

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Branża	Zawód przyszłości	Kluczowe kompetencje	Jak można zdobyć tę umiejętność?
Budownictwo	Architekt zielonych przestrzeni	myślenie systemowe, kreatywność, świadomość ekologiczna	studia z architektury krajobrazu, kursy projektowania ekologicznego i zrównoważonego rozwoju, udział w projektach miejskich, wolontariat w inicjatywach ekologicznych

- Grupy prezentują wyniki na forum, a doradca dopisuje powtarzające się kompetencje do wspólnej listy.

3. Aktywność 2: Ranking kompetencji przyszłości (ok. 15 min)

Doradca rozdaje uczniom kartę z listą 10 kompetencji przyszłości, np.:

- Myślenie krytyczne i rozwiązywanie problemów
- Współpraca i komunikacja
- Kreatywność i innowacyjność
- Elastyczność i adaptacja do zmian
- Odporność na stres
- Uczenie się przez całe życie
- Kompetencje cyfrowe i technologiczne
- Empatia i inteligencja emocjonalna
- Odpowiedzialność i etyka zawodowa
- Umiejętność pracy z danymi

Uczniowie indywidualnie tworzą ranking TOP 5 kompetencji przyszłości, od najważniejszej do najmniej istotnej.

Następnie w grupach porównują swoje wyniki i tworzą ranking grupowy, uzgadniając wspólną hierarchię.

Doradca zapisuje ranking klasy na tablicy, omawia różnice i podkreśla, że każda grupa może mieć inne priorytety, zależne od branży i zainteresowań.

4. Podsumowanie i refleksja (ok. 10 min)

Dyskusja kierowana – pytania do refleksji:

- Która kompetencja powtarzała się najczęściej?
- Które zawody przyszłości najbardziej Was zaskoczyły?
- Jakie kompetencje rozwijacie już teraz w szkole lub poza nią?
- Co możecie zrobić dziś, żeby przygotować się do pracy w zawodach przyszłości?

Doradca podsumowuje lekcję słowami:

Nie wiecie, jakie dokładnie zawody będą istnieć za 10–15 lat, ale już dziś możecie rozwijać to, co zawsze będzie potrzebne: ciekawość, otwartość, chęć uczenia się i współpracę.

REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta (w karcie pracy lub Mentimeterze): ▪ Jakie kompetencje chcę rozwijać w najbliższym czasie? ▪ Co mogę zrobić, by lepiej przygotować się na przyszłość? ▪ Skala samooceny (1–5): Na ile czuję się gotowy/gotowa na rynek pracy przyszłości?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	Przed zajęciami przygotuj krótkie fragmenty raportów, np.: ▪ Future of Jobs Report (World Economic Forum), ▪ Prognoza trendów rozwojowych zawodów (PARP), ▪ Barometr zawodów. Zadbaj, by uczniowie widzieli realne przykłady zawodów, które mogą się pojawić w ich branżach – to zwiększa motywację i zrozumienie. Zachęć do refleksji: Które z tych kompetencji rozwijam już dziś, a które wymagają uwagi?
KARTA PRACY	Zawody i kompetencje przyszłości

SCENARIUSZ NR	6B
TEMAT ZAJĘĆ	Sztuczna inteligencja a rynek pracy – szansa czy zagrożenie?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie świadomości uczniów na temat roli sztucznej inteligencji (AI) w świecie pracy, ▪ kształtowanie umiejętności krytycznego myślenia i argumentacji, ▪ inspirowanie do odpowiedzialnego i etycznego korzystania z narzędzi AI, ▪ rozwijanie refleksji nad wpływem nowych technologii na przyszłość zawody i kompetencje, ▪ pokazanie uczniom, jak korzystać z AI jako wsparcia w nauce i rozwoju zawodowym.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje pojęcie sztucznej inteligencji i jej zastosowanie w świecie pracy, ▪ rozwija umiejętność identyfikowania zawodów, w których AI wspiera człowieka lub częściowo go zastępuje, ▪ kształtuje świadomość potencjalnych zagrożeń i szans wynikających z rozwoju AI, ▪ doskonali umiejętność formułowania argumentów w dyskusji i odnoszenia się do opinii innych, ▪ poznaje przykłady narzędzi AI wspierających naukę, kreatywność i rozwój zawodowy, ▪ uczy się analizować zastosowania AI w wybranych branżach i zawodach, ▪ rozwija postawę refleksyjnego i odpowiedzialnego użytkownika nowych technologii.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Świat zawodów i rynek pracy
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje cyfrowe, ▪ myślenie krytyczne i rozwiązywanie problemów, ▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje w zakresie rozumienia świata pracy i technologii, ▪ świadomość etyczna i odpowiedzialne korzystanie z nowych narzędzi.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ praca w grupach, ▪ minidebata, ▪ ćwiczenia praktyczne z narzędziami AI, ▪ dyskusja refleksyjna.

FORMY PRACY	▪ praca indywidualna, ▪ praca w parach i grupach, ▪ praca na forum klasy.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ dostęp do internetu (telefony, tablety, komputery), ▪ flipchart / tablica / prezentacja multimedialna, ▪ karta pracy AI na rynku pracy, ▪ przykładowe narzędzia AI: ChatGPT, Canva AI, Microsoft Copilot, Perplexity, Google Bard (Gemini), Runway, Leonardo AI, ▪ krótkie wideo wprowadzające, np.: <i>Jak sztuczna inteligencja zmienia rynek pracy</i> (YouTube / Future Collars / World Economic Forum).
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie: burza mózgów (ok. 5 min) 1. Doradca rozpoczyna pytaniem: Co przychodzi Wam do głowy, gdy słyszcicie słowo <i>sztuczna inteligencja</i>? 2. Uczniowie spontanicznie wymieniają skojarzenia. Doradca zapisuje je na tablicy. Prawdopodobnie pojawią się hasła m.in.: roboty, czatboty, automaty, gry, technologia, ułatwienia, zagrożenia, przyszłość. 3. Podsumowanie: AI to nie tylko roboty. To systemy i programy, które potrafią analizować dane, rozpoznawać obrazy, pisać teksty, tłumaczyć, a nawet tworzyć muzykę. Czy to dobrze, że sztuczna inteligencja potrafi robić coraz więcej rzeczy za nas? 2. Aktywność 1: Zawody a sztuczna inteligencja (ok. 10 min) 1. Doradca rozdaje karty pracy z listą zawodów (np. kucharz, kierowca, grafik, elektryk, lekarz, nauczyciel, mechanik, urzędnik, fryzjer, programista). 2. Zadanie uczniów: ▪ oznaczyć, czy w danym zawodzie AI: ▪ wspiera człowieka  ▪ częściowo zastępuje  ▪ może całkowicie zastąpić  ▪ krótko uzasadnić swoją opinię. 3. Po wypełnieniu kart doradca omawia wybrane przykłady: ▪ Czy AI może ugotować obiad? ▪ Czy AI potrafi naprawić samochód? ▪ Czy AI może zaprojektować logo lub napisać tekst reklamowy? ▪ Czy AI potrafi rozmawiać z klientem lepiej niż człowiek? 4. Dyskusja prowadzi do wniosku: AI nie zabiera pracy, zmienia sposób jej wykonywania. 3. Aktywność 2: Minidebata: AI – szansa czy zagrożenie? (ok. 15 min) 1. Doradca dzieli klasę na dwie grupy: ▪ Grupa A: AI to szansa dla człowieka, ▪ Grupa B: AI to zagrożenie dla rynku pracy.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

2. Każda grupa przygotowuje 3 argumenty popierające swoje stanowisko. Może korzystać z:
 - własnej wiedzy,
 - wcześniej poznanych informacji,
 - narzędzi AI (np. ChatGPT, Perplexity).
3. Debata przebiega według prostego schematu:
 - otwarcie (po 1 minucie na grupę),
 - argumenty,
 - odpowiedzi na kontrargumenty,
 - podsumowanie.
4. Po zakończeniu debaty doradca moderuje krótką dyskusję i wspólnie z uczniami wyciąga 3 kluczowe wnioski, np.:
 - AI nie zastąpi człowieka z pasją i empatią,
 - AI przyspiesza pracę, ale wymaga odpowiedzialności,
 - Ci, którzy nauczą się pracować z AI, zyskają przewagę.
4. Aktywność 3: AI w mojej branży (ok. 15 min)
 1. Uczniowie w parach wybierają branżę, np. gastronomia, mechanika, edukacja, transport, budownictwo, medycyna, IT.
 2. Z pomocą AI (np. ChatGPT lub Copilot) wpisują pytanie: W jaki sposób sztuczna inteligencja może zmienić pracę w branży [nazwa branży] w ciągu najbliższych 5 lat?
 3. Zapisują odpowiedzi w karcie pracy w dwóch kolumnach:
 - Szanse / korzyści (np. automatyzacja zadań, bezpieczeństwo, personalizacja usług),
 - Zagrożenia / wyzwania (np. redukcja etatów, uzależnienie od technologii, dehumanizacja relacji).
 4. Na forum klasy chętne pary prezentują swoje przykłady i wnioski.
 5. Doradca podsumowuje: AI nie zastępuje ludzi, zastępuje niektóre sposoby działania. Najlepiej poradzą sobie ci, którzy nauczą się współpracować z technologią.

REFLEKSJA I EWALUACJA

Doradca kończy zajęcia podsumowaniem: Sztuczna inteligencja nie jest ani dobra, ani zła. Wszystko zależy od tego, jak jej użyjemy. Ci, którzy nauczą się z nią współpracować, nie będą zastąpieni, będą niezastąpieni.

Pytania refleksyjne dla uczniów:

- Jakie umiejętności trzeba rozwijać, by pracować z AI, a nie w jej cieniu?
- Jak mogę wykorzystać AI już dziś do nauki lub rozwoju zawodowego?
- Czy AI bardziej mnie inspiruje, czy budzi obawy, i dlaczego?

Ewaluacja:

- Miniankieta lub głosowanie przez Mentimeter:
Czy AI to bardziej szansa, czy zagrożenie?
- Skala samooceny (1–5):
Na ile rozumiem, jak AI wpływa na mój przyszły zawód?

WSKAZÓWKI DLA DORADCY

- Przed zajęciami upewnij się, że uczniowie mają dostęp do internetu lub przygotuj przykładowe wyniki z narzędzi AI.
- Zadbaj o równowagę: pokazuj zarówno szanse, jak i ryzyka związane z technologią.
- Zachęcaj uczniów do krytycznego myślenia: Czy AI zawsze ma rację?
- Ustal zasady etycznego korzystania z AI: mów o odpowiedzialności, źródłach, prywatności.
- Wersję rozszerzoną możesz połączyć z zadaniem projektowym: AI w moim zawodzie – prezentacja lub plakat przyszłości.

KARTA PRACY

AI na rynku pracy

SCENARIUSZ NR	7A
TEMAT ZAJĘĆ	Własna firma? Sprawdź, czy to dla Ciebie!
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie wiedzy na temat cech, kompetencji i predyspozycji sprzyjających prowadzeniu własnej działalności gospodarczej, ▪ kształtowanie umiejętności rozpoznawania mocnych stron w kontekście przedsiębiorczości, ▪ wspieranie refleksji nad predyspozycjami i gotowością do prowadzenia własnej firmy, ▪ uświadamianie znaczenia planowania, odpowiedzialności i samodzielności w podejmowaniu działań przedsiębiorczych.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje podstawowe zasady prowadzenia własnej firmy i charakter pracy przedsiębiorcy, ▪ rozwija umiejętność dostrzegania zalet i wyzwań związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej, ▪ doskonali zdolność analizy swoich mocnych i słabych stron w kontekście roli przedsiębiorcy, ▪ kształtuje świadomość cech i kompetencji niezbędnych do skutecznego działania w biznesie, ▪ określa obszary, które chciałby rozwijać, by lepiej przygotować się do roli przedsiębiorcy, ▪ uczy się wyciągać wnioski z przykładów i historii innych osób prowadzących własną firmę.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ kompetencje cyfrowe (opcjonalnie, przy wyszukiwaniu informacji online), ▪ komunikacja i współpraca, ▪ krytyczne myślenie i rozwiązywanie problemów.
METODY PRACY	▪ test samooceny przedsiębiorczości, ▪ burza mózgów, ▪ analiza studium przypadku (case study), ▪ praca w grupach, ▪ dyskusja moderowana, ▪ refleksja indywidualna.
FORMY PRACY	▪ praca indywidualna, ▪ praca w parach, ▪ praca w grupach, ▪ praca na forum klasy.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karta pracy Ministudia przypadków – młodzi przedsiębiorcy, ▪ tablica lub flipchart, markery, ▪ dostęp do laptopów lub smartfonów (opcjonalnie, wyszukiwanie pomysłów na start-upy lub inspirujących historii młodych przedsiębiorców).
	1. Wprowadzenie (ok. 10 min) 1. Doradca zadaje pytania: Z czym Wam się kojarzy prowadzenie własnej firmy? Jakie zalety i trudności może mieć taki sposób pracy? 2. Odpowiedzi uczniów zapisuje na tablicy w dwóch kolumnach: Plusy i Minusy. Plusy: np.: niezależność, rozwój, większe zarobki. Minusy: np.: ryzyko, odpowiedzialność, stres. 3. Doradca podsumowuje: Przedsiębiorczość to nie tylko pomysł na biznes, ale też sposób myślenia i działania: odpowiedzialność, odwaga, elastyczność i umiejętność planowania. 2. Historie młodych przedsiębiorców (ok. 20 min) 1. Doradca dzieli uczniów na 3–4 grupy i rozdaje opisy krótkich historii (np. fryzjer, który stworzył salon w małym mieście; mechanik, który założył mobilny warsztat; grafik tworzący projekty online; cukierniczka sprzedająca torty w social mediach). 2. Każda grupa analizuje otrzymany przypadek, odpowiadając na pytania z karty: ▪ Co zdecydowało o sukcesie bohatera? ▪ Jakie cechy lub kompetencje mu pomogły? ▪ Z czym miał największy problem? ▪ Czego można się nauczyć z tej historii? 3. Grupy prezentują swoje wnioski na forum klasy. Doradca zapisuje na tablicy powtarzające się cechy (np. pomysłowość, determinacja, komunikacja, organizacja). 4. Dyskusja podsumowująca (ok. 10 min) Pytania do rozmowy: ▪ Czy każdy może zostać przedsiębiorcą? ▪ Jakie cechy pomagają prowadzić własną firmę? ▪ Czy można się nauczyć przedsiębiorczości? ▪ Co możesz robić już teraz, by rozwijać potrzebne do tego kompetencje (np. wolontariat, praktyki, projekty szkolne, działalność online)? Doradca podsumowuje: Przedsiębiorczość to nie dar, z którym się rodzimy, to umiejętność, którą można kształtować, podejmując inicjatywę i działając z odwagą.

PRZEBIEG ZAJĘĆ	5. Podsumowanie i refleksja (ok. 5 min) 1. Uczniowie zapisują na odwrocie karty pracy lub w zeszyte zdanie: Aby w przyszłości prowadzić własną firmę, chcę się nauczyć... 2. Chętni mogą podzielić się swoimi odpowiedziami na forum klasy. 3. Doradca kończy zajęcia: Bycie przedsiębiorczym to nie zawsze prowadzenie firmy, to postawa, którą możecie rozwijać każdego dnia: w szkole, w domu, w pracy czy w relacjach z ludźmi.
REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Miniankieta lub dyskusja na koniec: ▪ Co było dla mnie najciekawsze w tym temacie? ▪ Co mogę zrobić, by rozwinąć cechy przedsiębiorcze? ▪ Uczniowie mogą ocenić zajęcia na symbolicznej skali: 1. Czuję się zainspirowany/a do działania. 2. Potrzebuję jeszcze wiedzy. 3. Zaczynam odkrywać, czy to ścieżka dla mnie.
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Przed zajęciami przygotuj krótkie opisy prawdziwych historii młodych przedsiębiorców (mogą być z lokalnego środowiska, to zwiększy zaangażowanie uczniów). ▪ W trakcie dyskusji staraj się obalić mity o przedsiębiorczości: że to ścieżka tylko dla odważnych albo dla bogatych. ▪ Podkreśl znaczenie planowania, uczenia się na błędach i współpracy z innymi. ▪ Jeśli czas pozwoli, możesz pokazać uczniom film edukacyjny np. Jak młodzi ludzie zakładają swoje firmy (YouTube / PARP / EEN Polska). ▪ Wersję rozszerzoną można zakończyć zadaniem projektowym: Mój pomysł na mikrofirmę – co chciałbym stworzyć i dla kogo?
KARTA PRACY	Ministudia przypadków – młodzi przedsiębiorcy

SCENARIUSZ NR	7B
TEMAT ZAJĘĆ	Co po szkole? Gra decyzyjna o przyszłości
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie świadomości uczniów w zakresie możliwych ścieżek kariery po ukończeniu szkoły branżowej lub technikum, ▪ kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji edukacyjno-zawodowych i refleksji nad ich konsekwencjami, ▪ wzmacnianie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własną przyszłość, ▪ uświadamianie uczniom, że każda droga zawodowa może prowadzić do sukcesu, jeśli jest zgodna z ich wartościami, potrzebami i potencjałem.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje różne możliwości dalszego rozwoju po ukończeniu szkoły (praca, dalsza edukacja, własna działalność, wyjazd, rozwój osobisty), ▪ rozwija umiejętność analizowania decyzji edukacyjno-zawodowych i przewidywania ich skutków, ▪ doskonali kompetencje pracy zespołowej i komunikacji w procesie podejmowania decyzji, ▪ kształtuje umiejętność argumentowania własnych wyborów i rozumienia ich konsekwencji, ▪ uczy się rozpoznawać wartości i potrzeby, które wpływają na jego decyzje, ▪ rozwija postawę elastyczności i otwartości na zmiany.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ kompetencje cyfrowe (opcjonalnie przy wykorzystaniu TIK), ▪ komunikacja i współpraca w grupie, ▪ krytyczne myślenie i podejmowanie decyzji.
METODY PRACY	▪ gra dydaktyczna (decyzyjna), ▪ elementy coachingu kariery, ▪ dyskusja kierowana, ▪ refleksja indywidualna i grupowa, ▪ miniankieta ewaluacyjna.
FORMY PRACY	▪ praca w grupach, ▪ praca zespołowa z elementami rywalizacji, ▪ refleksja indywidualna, ▪ dyskusja na forum klasy.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ plansza do gry (40 pól: start – meta), ▪ kostki do gry (1–2 sztuki), ▪ pionki (np. guziki, kolorowe kapsle, kamyczki, figurki), ▪ zestaw 40 kart pytań i zadań, ▪ karty refleksji końcowej (dla każdej drużyny), ▪ tablica/flipchart do zapisania kluczowych wniosków, ▪ zegar do kontroli czasu, ▪ opcjonalnie: projektor lub ekran (jeśli plansza jest w wersji cyfrowej).
PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie (ok. 5 minut) 1. Doradca zawodowy wita uczniów i przedstawia cel zajęć: Dziś zagrymy w grę o przyszłości. Każdy zespół wcieli się w inną drogę życiową: pracę, dalszą naukę, własny biznes, rozwój osobisty lub wyjazd za granicę. Zobaczymy, jakie decyzje podejmiecie po drodze i czego dowiecie się o sobie oraz o rynku pracy. 2. Krótka rozmowa z uczniami: ▪ Jakie macie plany po ukończeniu szkoły? ▪ Co Was najbardziej przyciąga, a co przeraża w dorosłym życiu zawodowym? 3. Doradca podkreśla: W życiu nie ma jednej dobrej drogi; ważne, by świadomie wybrać taką, która jest zgodna z Wami. 2. Przygotowanie gry (ok. 5 minut) 1. Uczniowie losują kolor drużyny (np. czerwoni: edukacja, zieloni: praca, niebiescy: przedsiębiorczość, żółci: wyjazd za granicę, fioletowi: rozwój osobisty). 2. Każda drużyna: ▪ wybiera nazwę, ▪ otrzymuje pionek i kartę refleksji, ▪ ustawia pionek na polu START. 3. Doradca wyjaśnia zasady gry: ▪ drużyny rzucają kostką i przesuwają pionek o liczbę oczek, ▪ po zatrzymaniu na polu losują kartę z danej kategorii, ▪ jeśli poprawnie wykonają zadanie lub udzielą odpowiedzi, przesuwają się o jedno pole do przodu, jeżeli nie – stoją jedną kolejkę, ▪ pola specjalne zawierają polecenia (np. Awans zawodowy: przesuwasz się o 2 pola do przodu, Zawahanie: cofasz się o 1 pole, Nowa szansa: rzuć jeszcze raz). 4. Doradca przypomina, że najważniejsze są refleksje i argumenty, a nie wygrana. 3. Rozgrywka (ok. 25 minut) 1. Gra toczy się w przyjaznej, dynamicznej atmosferze. 2. Uczniowie losują karty i odpowiadają na pytania, np.: ▪ Masz propozycję pracy w innym mieście, co zrobisz? ▪ Znalazłeś kurs, który rozwija Twoje zainteresowania, ale jest płatny – jaką podejmiesz decyzję? ▪ Twój znajomy proponuje wspólny biznes. Jakie kroki podejmiesz?

PRZEBIEG ZAJĘĆ	3. Doradca zadaje pytania pogłębiające: ▪ Dlaczego wybraliście taką odpowiedź? ▪ Jakie konsekwencje może mieć ta decyzja? ▪ To decyzja krótko- czy długoterminowa? 4. Uczniowie uczą się, że różne drogi mogą prowadzić do podobnych celów: sukces, rozwój, satysfakcja, niezależność. 4. Refleksja i podsumowanie (ok. 10 minut) 1. Każda drużyna wypełnia kartę refleksji końcowej, odpowiadając na pytania: ▪ Czego dowiedzieliśmy się o możliwościach po szkole? ▪ Jakie decyzje były dla nas najtrudniejsze? ▪ Co było dla nas największym odkryciem? ▪ Co możemy zrobić już dziś, aby przygotować się na przyszłość? 2. Doradca zapisuje na tablicy kluczowe wnioski uczniów, np.: ▪ Nie ma jednej drogi do sukcesu. ▪ Każda decyzja czegoś nas uczy. ▪ Warto planować, ale też być otwartym na zmiany. 3. Krótka rozmowa końcowa: Czego nauczyła Was dzisiejsza gra o przyszłości?
REFLEKSJA I EWALUACJA	Uczniowie wypełniają krótką ankietę ewaluacyjną z pytaniami otwartymi: ▪ Co Ci się najbardziej podobało w grze? ▪ Czego się nauczyłeś o sobie i swoich możliwościach zawodowych? ▪ Co było dla Ciebie zaskoczeniem? Doradca analizuje odpowiedzi i może wykorzystać je do planowania dalszych zajęć.
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Przygotuj planszę i zestaw kart wcześniej (warto je zalaminować, by wykorzystać je wielokrotnie). ▪ Zamiast planszy możesz zagrać w wersję na tablicy lub w aplikacji Genially. ▪ Zachęcaj do uzasadniania odpowiedzi; nie oceniaj ich, tylko wspieraj refleksję. ▪ Gra doskonale sprawdza się jako podsumowanie cyklu doradztwa zawodowego w klasach kończących szkołę. ▪ W wersji rozszerzonej możesz dodać element życiowego kapitału: każda dobra decyzja = 1 punkt, który drużyna przelicza na zasoby do startu w dorosłość.
KARTA PRACY	1. Plansza do gry. 2. Zestaw 40 pytań i zadań. 3. Karta drużyn. 4. Instrukcja skrócona dla prowadzącego.

SCENARIUSZ NR	8A
TEMAT ZAJĘĆ	Twoje kompetencje miękkie – jak je rozpoznać i rozwijać?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie samoświadomości w zakresie własnych kompetencji miękkich, ▪ kształtowanie umiejętności rozpoznawania mocnych stron i obszarów do rozwoju, ▪ budowanie postawy otwartości na doskonalenie kompetencji interpersonalnych, ▪ uświadamianie znaczenia kompetencji miękkich w pracy zawodowej i życiu osobistym, ▪ rozwijanie refleksyjności, komunikacji i umiejętności współpracy.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozróżniania kompetencji miękkich i twardych, ▪ doskonali zdolność rozpoznawania swoich mocnych stron i obszarów do rozwoju, ▪ poznaje przykłady kompetencji miękkich potrzebnych w wybranych zawodach, ▪ kształtuje umiejętność planowania działań sprzyjających rozwijaniu kompetencji miękkich.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Poznawanie własnych zasobów
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ umiejętność komunikowania się, ▪ kompetencje emocjonalne i współpracy, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja emocjonalna.
METODY PRACY	▪ miniwykład z dyskusją, ▪ praca w parach i grupach, ▪ burza mózgów, ▪ gra sytuacyjna Kompetencje w akcji, ▪ autorefleksja na karcie pracy.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach, ▪ w grupach, ▪ na forum klasy.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ tablica lub flipchart, markery, ▪ zestaw kart Kompetencje w akcji, ▪ karta pracy Moje kompetencje miękkie, ▪ kartki A4, długopisy, ▪ plansza / mapa rozwoju kompetencji (może być wykonana przez uczniów).
	1. Wprowadzenie (10 minut) Doradca rozpoczyna zajęcia pytaniem: Co jest ważniejsze w pracy: umiejętność obsługi maszyny czy umiejętność dogadania się z zespołem? Uczniowie dzielą się opiniami. Prowadzący zapisuje odpowiedzi na tablicy i wprowadza pojęcia: ▪ kompetencje twarde: konkretne umiejętności zawodowe, wiedza techniczna, uprawnienia, ▪ kompetencje miękkie: umiejętności społeczne, emocjonalne i komunikacyjne, które pozwalają efektywnie współpracować, rozwiązywać problemy i rozwijać się zawodowo. Doradca podkreśla, że sukces zawodowy to połączenie kompetencji twardych i miękkich. 2. Etap I: Gra edukacyjna Kompetencje w akcji (15 minut) Uczniowie w grupach losują karty z opisem krótkich sytuacji społeczno-zawodowych, np.: ▪ Pracujesz w zespole, który ma różne pomysły na rozwiązanie problemu. ▪ Klient jest niezadowolony – jak reagujesz? ▪ Kolega z pracy ma trudność z zadaniem – co robisz? Zadaniem każdej grupy jest odegranie scenki przedstawiającej sytuację z karty. Pozostali uczniowie obserwują i odpowiadają na pytanie: Jakie kompetencje miękkie zostały wykorzystane? Doradca zapisuje na tablicy pojawiające się hasła: komunikacja, współpraca, empatia, odpowiedzialność, kreatywność, zarządzanie emocjami, rozwiązywanie problemów, asertywność. 3. Etap II: Refleksja indywidualna Moje kompetencje (10 minut) Uczniowie wypełniają kartę pracy Moje kompetencje miękkie i: ▪ wybierają 5 kompetencji, które uważają za swoje mocne strony, ▪ zaznaczają 2 kompetencje, które chcą rozwijać, ▪ zapisują przykłady sytuacji, w których je wykorzystali (np. w szkole, w domu, w grupie). Doradca zachęca do refleksji pytaniem: Jak te kompetencje mogą Ci pomóc w przyszłej pracy?

PRZEBIEG ZAJĘĆ	4. Etap III: Miniburza mózgów: Jak rozwijać kompetencje miękkie? (7 minut) Doradca zapisuje pytanie: Jak można rozwijać kompetencje miękkie na co dzień? Uczniowie podają pomysły: ▪ udział w projektach i wolontariacie, ▪ współpraca z innymi w szkole, ▪ rozmowy, refleksja, samopoznanie, ▪ rozwijanie pasji i zainteresowań, ▪ praca w zespole, gry symulacyjne, kursy online. Z pomysłów powstaje Mapa Rozwoju Kompetencji Miękkich, którą doradca może zachować lub powiesić w sali. 5. Podsumowanie (3 minuty) Doradca podsumowuje: Kompetencje miękkie to nasz niewidzialny kapitał; pomagają nam skutecznie działać, budować relacje i odnosić sukcesy. Warto je ćwiczyć każdego dnia. Uczniowie kończą zdanie: Najbardziej przydatna kompetencja, którą dziś odkryłem/am, to...
REFLEKSJA I EWALUACJA	Uczniowie wypełniają miniankiety refleksyjną: ▪ Czego dowiedziałem się o sobie? ▪ Którą kompetencję chciałbym rozwijać i jak to zrobić? ▪ Co było dla mnie najciekawsze w dzisiejszych zajęciach? Doradca może poprosić o anonimowe zapisanie odpowiedzi na karteczkach i odczytanie kilku z nich w podsumowaniu.
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zadbaj o bezpieczną atmosferę – uczniowie mogą ujawniać osobiste refleksje. ▪ Zachęcaj do pracy w różnych konfiguracjach (pary, grupy), aby rozwijać współpracę. ▪ W grze Kompetencje w akcji dostosuj trudność sytuacji do wieku i doświadczenia uczniów. ▪ Podkreślaj, że kompetencje miękkie można rozwijać przez całe życie, a ich znaczenie na rynku pracy rośnie. ▪ Jeśli czas pozwala, zaproś uczniów do stworzenia „osobistej strategii rozwoju kompetencji miękkich” – krótkiego planu na przyszłość. Doradca może podpowiedzieć, by uczniowie wskazali 1–2 kompetencje, które chcą rozwijać, oraz pomysły, jak to zrobić, np. poprzez naukę, projekty, wolontariat.
KARTA PRACY	1. Karta pracy Moje kompetencje miękkie. 2. Zestaw kart sytuacyjnych Kompetencje w akcji. 3. Mapa rozwoju kompetencji miękkich (tworzona wspólnie w klasie).

SCENARIUSZ NR	8B
TEMAT ZAJĘĆ	Wyzwania zawodowe – jak radzić sobie ze stresem w szkole i pracy?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie świadomości źródeł stresu w środowisku szkolnym i zawodowym, ▪ kształtowanie umiejętności rozpoznawania sygnałów stresu i reagowania na nie w sposób konstruktywny, ▪ wzmacnianie odporności psychicznej, poczucia sprawczości i umiejętności samoregulacji, ▪ wspieranie rozwoju strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych i obciążających emocjonalnie.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje pojęcie stresu oraz jego pozytywne i negatywne skutki w życiu codziennym i zawodowym, ▪ rozwija umiejętność rozpoznawania głównych źródeł stresu w nauce i pracy, ▪ kształtuje świadomość własnych reakcji emocjonalnych i fizycznych na sytuacje stresujące, ▪ doskonali umiejętność stosowania wybranych technik radzenia sobie ze stresem (np. oddech, planowanie, wsparcie społeczne), ▪ uczy się otwarcie rozmawiać o emocjach i poszukiwać wsparcia w sytuacjach trudnych.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Poznawanie własnych zasobów
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, ▪ kompetencje emocjonalne i psychologiczne, ▪ umiejętność pracy w zespole, ▪ odporność na stres i zdolność adaptacji.
METODY PRACY	▪ miniwykład z elementami coachingu kariery, ▪ praca w grupach i parach, ▪ analiza przypadków (case study), ▪ ćwiczenia relaksacyjne i oddechowe, ▪ refleksja indywidualna i dyskusja moderowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach, ▪ w grupach, ▪ na forum klasy.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ karta pracy Moje sposoby radzenia sobie ze stresem, ▪ zestaw kart z opisami sytuacji stresujących (szkoła, praktyki, praca), ▪ tablica / flipchart i markery, ▪ karteczki samoprzylepne, ▪ muzyka relaksacyjna (opcjonalnie).

PRZEBIEG ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie (5 minut) ▪ Doradca zadaje pytanie: Czym jest stres? Następnie: Kiedy ostatnio odczuwaliście stres? W jakich sytuacjach w szkole lub w pracy? ▪ Uczniowie dzielą się przykładami. ▪ Prowadzący zapisuje odpowiedzi na tablicy, tworząc mapę źródeł stresu. 2. Etap I: Zrozumieć stres (10 minut) ▪ Doradca przedstawia krótkie wyjaśnienie: stres nie jest wrogiem, lecz sygnałem, że coś jest ważne. ▪ Uczniowie w parach dopasowują przykłady do kategorii: <i>stres mobilizujący</i> i <i>stres obciążający</i>. ▪ Następuje wspólne omówienie i dyskusja. 3. Etap II: Sytuacje stresujące i sposoby reagowania (15 minut) ▪ Uczniowie w grupach losują kartę z opisem sytuacji (np. krytyka przełożonego, opóźnienie, konflikt w zespole). ▪ Zadanie: przygotować krótki plan działania: co mogę zrobić, by poradzić sobie w tej sytuacji? ▪ Grupy prezentują swoje pomysły. Doradca uzupełnia o strategie psychologiczne (np. oddech, dystans poznawczy, wsparcie). 4. Etap III: Moje strategie radzenia sobie ze stresem (10 minut) ▪ Uczniowie wypełniają kartę pracy Moje sposoby radzenia sobie ze stresem. ▪ Zaznaczają, które metody już stosują i które chcą wdrożyć. ▪ Chętni dzielą się swoimi pomysłami. ▪ Doradca prowadzi krótkie ćwiczenie oddechowe (np. 4–7–8 lub fala oddechu). 5. Podsumowanie (5 minut) Pytania do dyskusji: ▪ Czego nauczyłem się o sobie? ▪ Jak mogę inaczej reagować w sytuacjach stresujących? ▪ Co mogę zrobić już dziś, by lepiej dbać o siebie? Prowadzący podsumowuje: Odporność na stres to nie brak emocji, ale umiejętność ich zrozumienia i kierowania nimi.
REFLEKSJA I EWALUACJA	Uczniowie kończą zdanie: Z dzisiejszych zajęć zabieram... Doradca prosi o zaznaczenie na skali (1–5), jak czują się po zajęciach (1: napięty, 5: spokojny). Krótkie omówienie wniosków na forum.
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Stwórz atmosferę bezpieczeństwa, nie wymuszaj dzielenia się osobistymi doświadczeniami. ▪ Nie oceniaj emocji uczniów, ale pokazuj, że wszystkie są naturalne i potrzebne. ▪ Wspieraj refleksję, pytaj: Co Ci pomaga? Co możesz zrobić inaczej? ▪ Zachęcaj do szukania wsparcia wśród dorosłych, specjalistów, bliskich.
KARTA PRACY	1. Moje sposoby radzenia sobie ze stresem. 2. Zestaw 30 kart z opisami sytuacji stresujących.

SCENARIUSZ NR	9A
TEMAT ZAJĘĆ	Jak szukać dobrej szkoły lub pracy? Narzędzia i strategie
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności samodzielnego poszukiwania informacji o możliwościach edukacyjnych i zawodowych, ▪ kształtowanie umiejętności krytycznego korzystania z różnych źródeł informacji, ▪ wspieranie planowania działań związanych z wyborem szkoły lub pracy, ▪ wzmacnianie poczucia sprawczości i aktywnej postawy wobec własnej przyszłości.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje różne źródła informacji o rynku edukacyjnym i pracy, ▪ rozwija umiejętność dopasowywania strategii poszukiwań do własnych potrzeb i celów, ▪ doskonali zdolność rozróżniania rzetelnych i nierzetelnych źródeł informacji, ▪ uczy się tworzyć własną ministrategię poszukiwania szkoły, kursu lub pracy, ▪ rozwija kompetencje współpracy, planowania i podejmowania decyzji.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Rynek edukacyjny i uczenie się przez całe życie
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ kompetencje w zakresie przedsiębiorczości, ▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje cyfrowe, ▪ kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie podejmowania inicjatyw.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ analiza przypadków, ▪ minisymulacja wyszukiwania, ▪ praca z kartą refleksji, ▪ dyskusja moderowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach, ▪ w grupach, ▪ na forum klasy.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ tablica lub ekran multimedialny, ▪ dostęp do internetu (telefony, tablety, komputery), ▪ karta pracy Mapa narzędzi i strategii ▪ karteczki samoprzylepne, ▪ flipchart, markery.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (5 minut)

Doradca rozpoczyna rozmowę: Co sprawia, że jedna szkoła, kurs lub praca jest dla nas dobra, a inna nie?

Uczniowie w parach tworzą krótkie definicje dobrej szkoły, kursu i dobrej pracy, które następnie są zapisywane na tablicy.

Prowadzący podkreśla, że każda decyzja edukacyjno-zawodowa zależy od indywidualnych celów, wartości i potrzeb.

2. Etap I: Burza narzędzi (10 minut)

Uczniowie pracują w grupach i tworzą listę narzędzi do szukania szkoły, kursu lub pracy. Mogą korzystać z internetu lub własnych doświadczeń. Doradca zachęca, aby grupy uwzględniły:

- źródła internetowe (portale edukacyjne, serwisy z ofertami pracy),
- sieci kontaktów (rodzina, znajomi, praktyki, nauczyciele),
- instytucje wspierające (urzędy pracy, OHP, doradcy zawodowi),
- pomysły niestandardowe (social media, wydarzenia branżowe, wolontariat).

Grupy zapisują swoje pomysły na flipcharcie.

3. Etap II: Praktyczne wyszukiwanie (15 minut)

Uczniowie w parach otrzymują zadanie:

- wyszukać szkołę, kurs lub ofertę pracy zgodną z ich zainteresowaniami lub kierunkiem kształcenia,
- sprawdzić wiarygodność źródła,
- zapisać najważniejsze informacje w karcie pracy (nazwa, lokalizacja, wymagania, źródło).

Po zakończeniu pracy kilka osób prezentuje swoje wyniki i refleksje:

- Co było łatwe?
- Co okazało się trudne?
- Na co warto zwracać uwagę?

4. Etap III: Mapa strategii (10 minut)

Uczniowie indywidualnie wypełniają kartę pracy Mapa narzędzi i strategii, wpisując:

- cel (np. znaleźć technikum o profilu informatycznym, znaleźć staż wakacyjny),
- źródła, z których będą korzystać,
- plan działań (3 pierwsze kroki, które podejmą w najbliższym czasie).

Doradca podkreśla znaczenie planowania i systematyczności w osiągnięciu celów.

5. Podsumowanie i refleksja (5 minut)

Rozmowa podsumowująca:

- Co odkryliście podczas zajęć?
- Które źródła informacji są najbardziej przydatne?
- Co możecie zrobić już dziś, aby przybliżyć się do swojej wymarzonej szkoły lub pracy?

Uczniowie kończą zdanie: Dobra szkoła lub praca to dla mnie taka, w której...

REFLEKSJA I EWALUACJA	▪ Uczniowie zapisują trzy konkretne działania, które podejmą w ciągu najbliższego miesiąca, aby rozwijać swoją strategię poszukiwania szkoły lub pracy. ▪ Doradca prosi o krótką autorefleksję na karcie: <i>Co było dla mnie najcenniejsze w tych zajęciach?</i> <i>Jakie narzędzie lub źródło okazało się najbardziej przydatne?</i> ▪ Opcjonalnie: skala samooceny (1–5): Na ile czuję się przygotowany/a do samodzielnego szukania szkoły lub pracy?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Zachęcaj uczniów do krytycznego podejścia do ofert i źródeł, pokazuj różnice między portalami rzetelnymi a przypadkowymi. ▪ Podkreśl, że szukanie dobrej szkoły lub pracy to proces, który wymaga planowania, cierpliwości i refleksji. ▪ Warto zapisać wspólnie z uczniami listę sprawdzonych stron i miejsc, które mogą być pomocne w przyszłości (np. mapakarier.org, gov.pl/praca, EURES, portale lokalne). ▪ Można rozszerzyć zajęcia o krótkie ćwiczenie dotyczące bezpieczeństwa w sieci i rozpoznawania fałszywych ogłoszeń.
KARTA PRACY	Mapa narzędzi i strategii

SCENARIUSZ NR	9B
TEMAT ZAJĘĆ	Ucz się mądrze – jak rozwijać się przez całe życie?
CZAS TRWANIA	45 minut
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności mądrego i świadomego uczenia się, ▪ kształtowanie postawy otwartości na rozwój i uczenie się przez całe życie, ▪ wzmacnianie refleksji nad własnym stylem uczenia się, ▪ planowanie indywidualnych działań rozwojowych, ▪ uświadamianie wartości uczenia się w różnych kontekstach życia osobistego i zawodowego.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje trzy formy uczenia się: formalną, pozaformalną i nieformalną, ▪ uczy się rozróżniać i podawać przykłady każdej z nich, ▪ rozwija świadomość, że proces uczenia się trwa przez całe życie, ▪ doskonali umiejętność rozpoznawania własnych preferencji dotyczących stylu uczenia się, ▪ planuje działania sprzyjające rozwojowi osobistemu i zawodowemu w perspektywie przyszłości.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Rynek edukacyjny i uczenie się przez całe życie
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja kulturalna.
METODY PRACY	▪ miniwykład interaktywny, ▪ gra edukacyjna Trzy Kuferki, ▪ burza mózgów, ▪ praca w grupach, ▪ refleksja indywidualna i dyskusja moderowana.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w grupach, ▪ na forum klasy.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ 3 symboliczne kuferki/pudełka oznaczone: Uczenie się Formalne, Pozaformalne, Nieformalne, ▪ zestaw 30 kart z opisami działań edukacyjnych, ▪ plansza symbolizująca Drogę do sukcesu zawodowego, ▪ pionki i kostka, ▪ karta pracy Moja mapa rozwoju – trzy kroki do przodu, ▪ tablica lub flipchart, markery.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (5 minut)

Doradca zapisuje na tablicy zdanie: *Uczyć się mądrze to...*

Uczniowie kończą zdanie, a ich odpowiedzi są zapisywane na tablicy.

Doradca podkreśla, że uczenie się mądrze to nie tylko zdobywanie wiedzy w szkole, lecz rozwijanie siebie poprzez doświadczenia, refleksję i działanie.

2. Etap I: Poznaj trzy formy uczenia się (10 minut)

Doradca w formie miniwykładu przedstawia:

- Uczenie formalne: szkoła, studia, kursy zakończone certyfikatem lub egzaminem,
- Uczenie pozaformalne: warsztaty, projekty, szkolenia, webinary,
- Uczenie nieformalne: codzienne doświadczenia, pasje, rozmowy, internet, obserwacje.

Uczniowie podają własne przykłady i wspólnie dopisują je do każdej kategorii.

Doradca zaznacza, że uczyć się mądrze oznacza łączyć wszystkie formy tak, aby wspierały nasz rozwój zawodowy i osobisty.

3. Etap II: Gra edukacyjna Trzy Kuferki (20 minut)

Uczniowie pracują w 3–4 drużynach.

Każda drużyna otrzymuje zestaw 30 kart z opisami działań edukacyjnych (np. praktyki zawodowe, czytanie poradnika, udział w szkoleniu z obsługi klienta, nauka z tutoriala na YouTube).

Zadaniem uczniów jest przyporządkowanie działania do odpowiedniego kuferka: formalnego, pozaformalnego lub nieformalnego.

Za każdą poprawną odpowiedź drużyna przesuwają pionek o jedno pole na planszy Droga do sukcesu zawodowego.

Po zakończeniu rundy doradca omawia wyniki, pytając:

- Co było łatwe, a co trudne?
- Która forma uczenia się jest Wam najbliższa?
- Jak te formy mogą się uzupełniać w dorosłym życiu?

4. Etap III: Refleksja indywidualna Uczę się mądrze (8 minut)

Uczniowie wypełniają kartę refleksji Moja mapa rozwoju – trzy kroki do przodu, odpowiadając na pytania:

- Najbardziej zaskoczyło mnie, że uczę się także poprzez...
- Najwięcej satysfakcji daje mi nauka, gdy...
- Chcę się dalej rozwijać w kierunku...

Doradca zachęca uczniów do wpisania konkretnych działań, np. zapisanie się na kurs, nauka nowej umiejętności, znalezienie mentora, praktyki.

5. Podsumowanie (2 minuty)

Doradca podsumowuje: *Uczyć się mądrze to nie tylko zdobywać wiedzę, ale też rozwijać siebie poprzez doświadczenia, ciekawość i refleksję. Każdy z nas ma swój sposób uczenia się; ważne, by go poznać i rozwijać przez całe życie.*

REFLEKSJA I EWALUACJA	Uczniowie kończą zdanie: Dziś nauczyłem się, że uczenie się to... Doradca rozdaje miniankiety: ▪ Co było dla Ciebie najciekawsze? ▪ Co zaskoczyło Cię najbardziej? ▪ Jak chcesz się dalej rozwijać? Uczniowie zaznaczają na skali (1–5), na ile czują się zmotywowani do dalszego uczenia się po zajęciach. Doradca omawia najczęściej pojawiające się wnioski.
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Podkreślaj wartość wszystkich form uczenia się, każda może być źródłem rozwoju. ▪ Zadbaj o to, aby uczniowie sami odkrywali, że uczą się na wiele sposobów, nie tylko w szkole. ▪ Zwróć uwagę na indywidualne różnice w stylach uczenia się (np. kinestetyczny, wzrokowy, słuchowy). ▪ Zachęcaj uczniów, by stworzyli własny <i>plan rozwoju</i> i odwoływali się do niego w kolejnych zajęciach. ▪ Jeśli czas pozwala, możesz rozwinąć etap refleksji o krótką wymianę doświadczeń: Jak uczę się najlepiej?
KARTA PRACY	1. Zestaw kart do gry Trzy Kuferki – formy uczenia się. 2. Moja mapa rozwoju – trzy kroki do przodu. 3. Plansza Droga do sukcesu zawodowego.

SCENARIUSZ NR	10A
TEMAT ZAJĘĆ	Twój plan B – co, jeśli coś pójdzie inaczej?
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ uświadamianie znaczenia elastyczności i planowania alternatywnych ścieżek kariery, ▪ rozwijanie umiejętności reagowania na nieprzewidziane sytuacje w życiu zawodowym i edukacyjnym, ▪ kształtowanie odporności psychicznej i poczucia sprawczości, ▪ wzmacnianie wiary w siebie i zdolności adaptacji do zmian, ▪ budowanie refleksyjnego podejścia do niepowodzeń i kryzysów.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ rozwija umiejętność rozpoznawania sytuacji wymagających zmiany planów, ▪ uczy się opracowywać realistyczne plany alternatywne (plan B), ▪ doskonali umiejętność korzystania ze wsparcia otoczenia w sytuacjach trudnych, ▪ kształtuje świadomość wartości błędów i doświadczeń w rozwoju osobistym i zawodowym, ▪ rozwija postawę elastyczności i otwartości na zmiany.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje osobiste i społeczne, ▪ inicjatywność i przedsiębiorczość, ▪ świadomość i ekspresja emocjonalna, ▪ odporność psychiczna i elastyczność poznawcza.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ dyskusja kierowana, ▪ gra decyzyjna / symulacja sytuacyjna, ▪ analiza przypadków, ▪ refleksja indywidualna.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w grupach, ▪ na forum klasy.
ŚRODKI DYDAKTYCZNE	▪ zestaw kart sytuacyjnych (10–15 różnych przypadków życiowych), ▪ karta pracy Plan B, ▪ tablica lub flipchart, markery, karteczki samoprzylepne, ▪ symbole refleksji: kompas, most, latarnia, góra, mapa, ▪ zegar (dla kontroli czasu pracy grup).

1. Wprowadzenie (10 minut)

Doradca rozpoczyna rozmowę: Czy zdarzyło się Wam kiedyś, że coś nie poszło zgodnie z planem? Co wtedy zrobiliście?

Uczniowie dzielą się przykładami z życia codziennego (np. niezdany egzamin, kontuzja, zmiana szkoły, nieprzyjęcie do pracy).

Doradca zapisuje odpowiedzi na tablicy i wspólnie z klasą tworzy *mapę możliwych przeszkód* w edukacji, pracy, zdrowiu, relacjach, sytuacji życiowej.

Następnie wyjaśnia pojęcia:

- elastyczność zawodowa: gotowość do dostosowania się do zmian,
- odporność psychiczna: umiejętność zachowania spokoju i motywacji mimo trudności,
- plan B: alternatywna ścieżka lub rozwiązanie w razie niepowodzenia planu A.

Doradca podkreśla, że plan B to nie dowód słabości, ale mądrego i odpowiedzialnego przygotowania na życie.

2. Etap I: Gra decyzyjna Co teraz? (25 minut)

Uczniowie dzielą się na 4–5 grup. Każda grupa losuje kartę z sytuacją zawodową lub edukacyjną, np.:

- Nie dostałeś się do wymarzonej szkoły.
- Firma, w której odbywasz praktykę, zostaje zamknięta.
- Ulegasz kontuzji i nie możesz wykonywać wyuczonego zawodu.
- W Twoim zawodzie zmieniają się technologie, Twoje umiejętności stają się nieaktualne.
- Przeprowadzasz się do innego miasta i musisz zmienić szkołę lub miejsce pracy.

Każda grupa pracuje z kartą pracy Plan B, odpowiadając na pytania:

- Co się wydarzyło?
- Jak się czuję w tej sytuacji?
- Co mogę teraz zrobić? (wypisz 3 możliwe działania)
- Co wybieram jako mój plan B i dlaczego to rozwiązanie uważam za najlepsze?
- Kto może mi pomóc lub doradzić?
- Czego ta sytuacja może mnie nauczyć?

Po zakończeniu grupy prezentują swoje propozycje planów B.

Doradca zapisuje najciekawsze rozwiązania i komentarze uczniów.

3. Etap II: Dyskusja podsumowująca (8 minut)

Doradca zadaje pytania:

- Co było najtrudniejsze w opracowaniu planu B?
- Jakie cechy pomagają zachować spokój i motywację w trudnych chwilach?
- Jakie korzyści daje świadomość, że zawsze można mieć plan alternatywny?

PRZEBIEG ZAJĘĆ	Na tablicy powstaje lista cech osoby elastycznej: odwaga, otwartość, samodzielność, refleksyjność, kreatywność, współpraca. Doradca podsumowuje: Najsilniejsi nie są ci, którzy nigdy nie upadają, ale ci, którzy potrafią wstać i zmienić kierunek działania. 4. Refleksja końcowa (2 minuty) Każdy uczeń kończy zdanie: Plan B to dla mnie... Następnie wybiera symbol, który najlepiej oddaje jego sposób myślenia o przyszłości: ▪ Kompas: szukam nowego kierunku, ▪ Most: uczę się przechodzić przez trudności, ▪ Latarnia: szukam inspiracji i wsparcia, ▪ Góra: wierzę, że wysiłek prowadzi do celu, ▪ Mapa: planuję różne drogi, by dojść do celu. Uczniowie mogą wrócić do swojego planu B z karty pracy i dodać krótką refleksję: czego nauczyła mnie ta sytuacja i jakie wnioski zabieram na przyszłość. Uczniowie dzielą się refleksją na forum lub zapisują ją anonimowo na kartce.
REFLEKSJA I EWALUACJA	Doradca podsumowuje zajęcia słowami: Porażka nie jest końcem drogi, lecz początkiem nowego etapu. Plan B to nie rezygnacja z marzeń, tylko inna droga do ich realizacji. Następnie uczniowie wypełniają krótką ankietę refleksyjną: ▪ Co Ci się najbardziej podobało w zajęciach? ▪ Czego nauczyłeś się o sobie? ▪ Jaką sytuację z życia potraktujesz teraz jako szansę, a nie przeszkodę?
WSKAZÓWKI DLA DORADCY	▪ Podkreślaj, że plan B to przejaw dojrzałości, a nie braku wiary w siebie. ▪ Zachęcaj uczniów do dzielenia się emocjami i pomysłami; możesz zapytać np. Co mogła czuć osoba w tej sytuacji? Lub: Jakie emocje pomagają poradzić sobie z trudnościami? Podkreśl, że każda emocja jest naturalna i może być wskazówką, jak działać dalej. ▪ Zadbaj o atmosferę bezpieczeństwa, w trakcie gry mogą pojawić się osobiste refleksje lub wspomnienia. ▪ Możesz rozszerzyć zajęcia o ćwiczenie indywidualne: Mój osobisty plan B. Uczniowie zapisują, co by zrobili, gdyby musieli zmienić ścieżkę edukacyjną lub zawodową. ▪ Na zakończenie zajęć warto zebrać symbole refleksji (kompas, most itd.) i omówić, które metafory były najczęściej wybierane i dlaczego.
KARTA PRACY	1. Plan B. 2. Zestaw kart sytuacyjnych Co teraz?

SCENARIUSZ NR	10B
TEMAT ZAJĘĆ	Zawody w moim mieście – projekt terenowy lub online
CZAS TRWANIA	45 min
CELE OGÓLNE	▪ rozwijanie umiejętności poznawania lokalnego rynku pracy i jego różnorodności, ▪ kształtowanie postawy ciekawości zawodowej i aktywnego uczenia się przez całe życie (LLL), ▪ doskonalenie kompetencji społecznych, cyfrowych i komunikacyjnych, ▪ wzmacnianie refleksji nad własnymi możliwościami i preferencjami zawodowymi, ▪ budowanie świadomości związku między lokalnym rynkiem pracy a własną przyszłością zawodową.
CELE SZCZEGÓŁOWE	Uczeń: ▪ poznaje zawody charakterystyczne dla swojego regionu i lokalnego rynku pracy, ▪ rozwija umiejętność wyszukiwania informacji o instytucjach i firmach oferujących zatrudnienie w różnych branżach, ▪ doskonali kompetencje społeczne, cyfrowe i komunikacyjne, ▪ uczy się analizować zebrane informacje i wyciągać wnioski, ▪ planuje działania wspierające własny rozwój zawodowy zgodnie z ideą uczenia się przez całe życie.
OBSZAR Z ROZPORZĄDZENIA MEN	▪ Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych
KOMPETENCJE KLUCZOWE ROZWIJANE NA ZAJĘCIACH	▪ umiejętność uczenia się, ▪ kompetencje cyfrowe, ▪ przedsiębiorczość, ▪ kompetencje społeczne i obywatelskie, ▪ świadomość kulturowa i ekspresja.
METODY PRACY	▪ burza mózgów, ▪ miniwywiad, ▪ projekt terenowy / badanie online, ▪ analiza informacji, ▪ prezentacja i dyskusja, ▪ refleksja indywidualna.
FORMY PRACY	▪ indywidualna, ▪ w parach lub grupach, ▪ na forum klasy.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE

- komputery lub tablety z dostępem do internetu,
- mapy lokalne (papierowe lub cyfrowe),
- kartki, flamastry, karteczki samoprzylepne,
- karta pracy Zawody w moim mieście,
- narzędzia online: Google Maps, Canva, Padlet, Miro, Mapa Karier, Barometr Zawodów, Pracuj.pl, Zawodowcy.org.

1. Wprowadzenie (5 minut)

Doradca rozpoczyna rozmowę pytaniem: Jakie zawody Wam się kojarzą z naszym miastem lub okolicą?

Uczniowie wymieniają przykłady, które doradca zapisuje na tablicy, tworząc mapę branż lokalnych (np. przemysł, handel, gastronomia, logistyka, edukacja, usługi).

Doradca podkreśla, że poznawanie lokalnych zawodów to ważny krok w planowaniu przyszłości zawodowej i forma uczenia się przez całe życie – uczenia się z najbliższego otoczenia i doświadczeń innych ludzi.

2. Etap I: Burza pomysłów i podział na grupy (5 minut)

Doradca dzieli uczniów na małe grupy (3–4 osoby). Każda grupa wybiera nazwę zespołu i decyduje, czy realizuje projekt terenowy, czy online.

Doradca rozdaje karty pracy i omawia kryteria projektu:

- określenie 3–5 zawodów,
- wskazanie miejsca ich występowania,
- opis niezbędnych umiejętności, kwalifikacji i cech osobowości.

3. Etap II: Realizacja projektu (25 minut; warto rozważyć wydłużenie bloku czasowego)

Wariant A: Projekt terenowy

Uczniowie wychodzą w teren (lub realizują miniwywiady w szkole, np. z rodzicami, nauczycielami, znajomymi) i zbierają dane o lokalnych zawodach.

Każda grupa:

- wybiera 3–5 zawodów występujących w regionie,
- przeprowadza krótki wywiad z osobą wykonującą jeden z nich,
- zapisuje odpowiedzi na karcie pracy:
 1. nazwa zawodu,
 2. miejsce pracy,
 3. wymagane kwalifikacje i umiejętności,
 4. cechy osobowości potrzebne w zawodzie,
 5. możliwości rozwoju / awansu,
 6. źródło pozyskanych informacji (np. wywiad, internet, obserwacja, własne doświadczenia).

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Wariant B: Projekt online

Uczniowie, korzystając z internetu, wyszukują 3–5 zawodów popularnych w regionie.

Źródła: Barometr Zawodów, Mapa Karier, Pracuj.pl, Zawodowcy.org, Powiatowy Urząd Pracy.

Zebrane informacje przedstawiają w formie wizualnej mapy zawodów (np. w Canvie, Miro lub Padlecie), dodając:

- nazwy zawodów,
- symbole branż,
- zdjęcia i ikony,
- krótkie opisy umiejętności wymaganych w danym zawodzie.

Na koniec grupy przygotowują krótkie prezentacje do przedstawienia klasie.

4. Etap III: Prezentacja, refleksja i tworzenie mapy zawodów (10 minut)

Grupy prezentują efekty swojej pracy (mapy, notatki, wniośki). Mapa zawodów jest formą twórczego podsumowania zajęć; nie musi być oceniana, lecz służy utrwaleniu wiedzy o lokalnym rynku pracy.

Doradca prowadzi rozmowę:

- Jakie zawody w naszym mieście są najpopularniejsze?
- Czy pojawiły się nowe, wcześniej nieznane zawody?
- Jakie umiejętności są dziś najbardziej poszukiwane w regionie?
- Jakie zawody w naszym regionie są związane z kierunkiem, w którym się kształcicie?
- Co możecie zrobić już teraz, aby rozwijać kompetencje potrzebne w tym zawodzie?

Doradca podsumowuje: Każdy region ma swoje specjalizacje, ale wszystkie zawody tworzą wspólną sieć współzależności. Poznając lokalny rynek pracy, uczymy się mądrze planować przyszłość i rozwijać swoje kompetencje.

REFLEKSJA I EWALUACJA

Uczniowie wypełniają na karcie pracy miniankiętę refleksyjną:

- Co nowego dowiedziałem się o zawodach w moim mieście?
- Które z nich najbardziej mnie zainteresowały i dlaczego?
- Jak mogę rozwijać kompetencje potrzebne w tych zawodach?

Doradca zachęca do zapisania jednego konkretnego działania, które uczniowie wykonają w ciągu tygodnia (np. rozmowa z osobą pracującą w interesującym ich zawodzie, obserwacja miejsca pracy, sprawdzenie oferty szkoły branżowej lub kursu).

WSKAZÓWKI DLA DORADCY

- Dostosuj wybór wariantu projektu do możliwości szkoły i czasu (teren/ online).
- Zadbaj o bezpieczeństwo uczniów podczas działań terenowych (jeśli opuszczają szkołę).
- W projekcie online pokaż uczniom, jak weryfikować wiarygodność źródeł internetowych.
- Zachęcaj do tworzenia wizualnych prezentacji – zwiększają zaangażowanie i zapamiętywanie informacji.
- W refleksji końcowej nawiąż do idei *lifelong learning* – rozwój zawodowy to proces trwający przez całe życie.

KARTA PRACY

Zawody w moim mieście

