

Agnieszka Misiuk

# PORADNIK

Poznaję zawody



Z serii: "Wybór Zawodu"  
Dla klas I-III

**Seria wydawnicza: „Wybór Zawodu”**

Koordynator serii: Joanna Aksman

Recenzent: prof. dr hab. Bożena Muchacka

Korekta: Kamila Zimnicka-Warchol

Projekt okładki: Agencja Reklamy EURA7

Skład i łamanie: Agencja Reklamy EURA7

Wydawnictwo:

© Ministerstwo Edukacji Narodowej, Kraków 2011

Wszelkie prawa zastrzeżone, kopiowanie, przedruk i rozpowszechnianie całości lub fragmentów bez zgody wydawcy zabronione.

ISBN:

Poradnik opracowany został w ramach projektu: „Opracowanie narzędzi diagnostycznych i materiałów metodycznych wspomagających proces rozpoznawania predyspozycji i zainteresowań zawodowych uczniów” realizowanego przez Krakowską Akademię im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Agnieszka Misiuk

# Poradnik Poznaję zawody z serii „Wybór Zawodu”

---

Poradnik dla klas I-III

Kraków 2011

## Spis treści

Wstęp .....	5
Rozdział I: „Moje dziecko uczniem” – część przeznaczona dla rodziców .....	6
Rozdział II : „Wyruszam wraz ze Skrzatozaurusem do świata zawodów” – część ćwiczeniowa przeznaczona dla dzieci. ....	8
Spotkanie z:	
1. Astronomem .....	8
2. Stomatologiem .....	9
3. Górnikiem .....	11
4. Muzykiem .....	13
5. Nauczycielką .....	14
6. Informatykiem .....	16
7. Weterynarzem .....	18
8. Strażakiem .....	19
9. Krawcową .....	21
10. Aktorem i wizażystką .....	23
11. Lekarzem .....	25
12. Ogrodnikiem .....	27
13. Tancerzem .....	29
14. Kierowcą .....	30
15. Pracownikiem informacji turystycznej .....	33
16. Policjantem .....	35
17. Kosmetyczką .....	37
18. Ratownikiem górskim .....	38
19. Bibliotekarką .....	40
20. Pilotem .....	40
21. Bankowcem .....	42
22. Mechanikiem .....	44
23. Prawnikiem .....	46
24. Cukiernikiem .....	47
Zakończenie: Gra edukacyjna dla dzieci i rodziców. ....	49
Bibliografia .....	56
Aneks 1 – Instytucje wspomagające rozwój człowieka – do kogo i gdzie się zwrócić z różnymi problemami? .....	57
Aneks 2 – Inne instytucje niosące pomoc młodym ludziom .....	71

Życzę miłej  
lektury



## WSTĘP

Poradnik Poznaję zawody przeznaczony jest dla uczniów w młodszym wieku szkolnym. Na tym etapie rozwoju dziecko gromadzi informacje i wzbogaca wiedzę o pracy zawodowej oraz przedstawicielach różnorodnych zawodów.

Wstępne preferencje zawodowe utrwalone na tym etapie rozwoju mogą wpływać na rozwój zainteresowań oraz wybór dalszej drogi zawodowej dziecka. Ważne zatem wydaje się stwarzanie możliwości do gromadzenia i porządkowania przez nie informacji na temat specyfiki wykonywania różnych zawodów. Pomocą w tym zakresie może służyć niniejszy poradnik. W rozdziale pierwszym, zawierającym informacje dla rodziców, opisano sylwetkę dziecka rozpoczynającego naukę szkolną. Przedstawiono zmiany zachodzące zarówno w jego zdolnościach poznawczych, takich jak myślenie, zapamiętywanie, nauka, jak również te, które dotyczą specyfiki rozwoju fizycznego oraz społeczno-emocjonalnego.

Rozdział drugi adresowany jest do dzieci. Zawiera on opisy wybranych zawodów. Dzięki nim dziecko będzie mogło uzyskać nowe informacje i usystematyzować swoją dotychczasową wiedzę.

Rozdział ten wzbogacony jest o rysunki, opowiadania, ćwiczenia, zagadki, rebusy i krzyżówkę. Ćwiczenia, które będzie wykonywało dziecko, umożliwią mu trenowanie takich umiejętności szkolnych, jak m.in.: czytanie, liczenie, rysowanie czy też odwzorowywanie kształtów.

W niniejszym poradniku przewodnikiem po „świecie zawodów” jest Skrzatozaurus – stworek, który snuje opowiadania i zadaje zagadki. Na zakończenie proponuję grę, która ma umożliwić dziecku podsumowanie zdobytej przez nie wiedzy.

Mam nadzieję, że praca z poradnikiem stanowić będzie połączenie zabawy i nauki, a wykonywane ćwiczenia przyniosą radość zarówno rodzicom, jak i dzieciom.

Autorka

## Rozdział I

### Moje dziecko uczniem

Rozpoczęcie nauki szkolnej to bardzo ważny moment w życiu dziecka. Wkracza ono w nowe środowisko, poznaje wielu kolegów oraz otrzymuje zadania związane z wypełnianiem obowiązków szkolnych. Zmienia się podstawowa forma jego aktywności: z zabawy przechodzi w naukę. Dziecko w tym wieku jest już samodzielne i zaradne, dobrze opanowało mowę, wiele wie i umie zrobić. Istotne zmiany, które zachodzą w jego rozwoju, skutkują zdobyciem nowych umiejętności i lepszym funkcjonowaniem w roli ucznia.

### Rozwój poznawczy

Dzieci w młodszym wieku szkolnym zdobywają wiedzę, porządkują ją oraz rozwijają swoje zainteresowania. Coraz częściej starają się zrozumieć różne zjawiska i zależności, a nie tylko mechanicznie je zapamiętywać. Zaczyna kształtować się u nich zdolność do rozpatrywania cech, sytuacji zdarzeń z różnych punktów widzenia. Pozwala ona planować działania, analizować je oraz przewidywać konsekwencje własnego i cudzego postępowania. Nauka szkolna wymaga od dziecka dobrej koncentracji uwagi, która pozwoli mu się skupić na wykonywaniu zadań szkolnych.

Bardzo ważnym zadaniem rozwojowym we wczesnym wieku szkolnym jest opanowywanie przez dzieci podstawowych umiejętności szkolnych, takich jak: czytanie, pisanie, liczenie i mówienie. Poziom tych umiejętności będzie wpływał nie tylko na doznawane sukcesy i porażki na dalszych szczeblach edukacyjnych, ale również na gotowość sprostaną warunkom życia społecznego i zawodowego.



Pragnienie poznawania oraz chęć dziecka do nauki są największe właśnie w tym okresie rozwojowym. Warto więc dostarczać mu nowych informacji oraz proponować wykonywanie różnych zadań, aby stymulować jego rozwój.

Treści, które zostały ujęte w drugiej części Poradnika, mają zaspokajać ciekawość poznawczą dzieci oraz porządkować posiadaną już przez nie wiedzę.

### Rozwój społeczno-emocjonalny

U dzieci w młodszym wieku szkolnym zaobserwować można liczne zmiany związane ze sferą emocji oraz dotyczące relacji z rówieśnikami. Są one bardzo ważne, gdyż funkcjonowanie w roli ucznia oraz roli kolegi wymaga od dziecka umiejętności odpowiedniego zachowania się, zarówno podczas lekcji, jak i przerw.

Zmniejszeniu ulega impulsywność dzieci i coraz częściej reakcja poprzedzona jest refleksją nad swoim działaniem. Wzrasta umiejętność wyrażania własnych stanów emocjonalnych oraz rozpoznawania cudzych. Dzieci wiedzą również, jak należy postępować w różnorodnych sytuacjach oraz znają akceptowane społecznie zasady zachowania.

Stopniowo kształtuje się także ich odporność na sytuacje stresowe oraz umiejętność odraczania nagrody.



Dla dzieci rozpoczynających naukę szkolną coraz większe znaczenie mają kontakty z rówieśnikami. To, jak dziecko jest postrzegane przez kolegów, ma istotne znaczenie dla jego prawidłowego rozwoju oraz wiary we własne możliwości. Ważnymi umiejętnościami, które sprzyjają nawiązywaniu pozytywnych relacji z innymi, są głównie: współpraca, komunikowanie się, udzielanie pomocy, konstruktywne zachowanie się w sytuacjach konfliktowych, a także umiejętność rozumienia cudzych uczuć oraz adekwatnego reagowania na potrzeby drugiej osoby.

Odnoszenie przez dziecko sukcesów przy jednoczesnym doświadczaniu aprobaty ze strony otoczenia powodują, że jest ono zadowolone z własnych działań i jednocześnie wie, że może popełniać błędy. Każde dziecko w inny sposób przeżywa sukcesy i porażki, dlatego ważna jest wrażliwość na płynące od niego sygnały oraz rozmowa, opieka i wsparcie udzielane mu przez rodziców.

### Rozwój fizyczny

Dziecko w młodszym wieku szkolnym zaczyna sprawniej i dokładniej wykonywać zadania wymagające precyzyjnych ruchów, takie jak: pisanie liter i cyfr, obrysowywanie konturów, malowanie i rysowanie, wycinanie, składanie małych elementów, układanie budowli z niewielkich klocków oraz puzzli.

Zadania, proponowane dziecku w drugiej części poradnika, mogą stanowić podstawę do doskonalenia jego umiejętności w tym zakresie.

Na rozwój fizyczny dzieci bardzo korzystnie wpływają różnorodne zajęcia sportowe. Udział w grach i zabawach zespołowych może wpływać na rozwój umiejętności współpracy oraz uczyć wytrwałości i wiary we własne siły.



## Rozdział II

### Wyruszam wraz ze Skrztozaurusem do świata zawodów

#### 1. ASTRONOM

Astronom to osoba, która zajmuje się badaniem obiektów znajdujących się na niebie. Sprawdza, gdzie położone są różne gwiazdy, planety oraz księżyce, i oblicza ich ruchy.

Jak myślisz, jakimi cechami powinien charakteryzować się astronom?

Przede wszystkim musi się interesować tym, co robi. Ważna też jest cierpliwość, dokładność oraz wytrwałość w dążeniu do celu. W jego pracy istotne są również zdolności matematyczne i fizyczne, gdyż umożliwiają one dokonywanie różnorodnych obliczeń. Aby zostać astronomem, trzeba skończyć studia na wydziale astronomii.



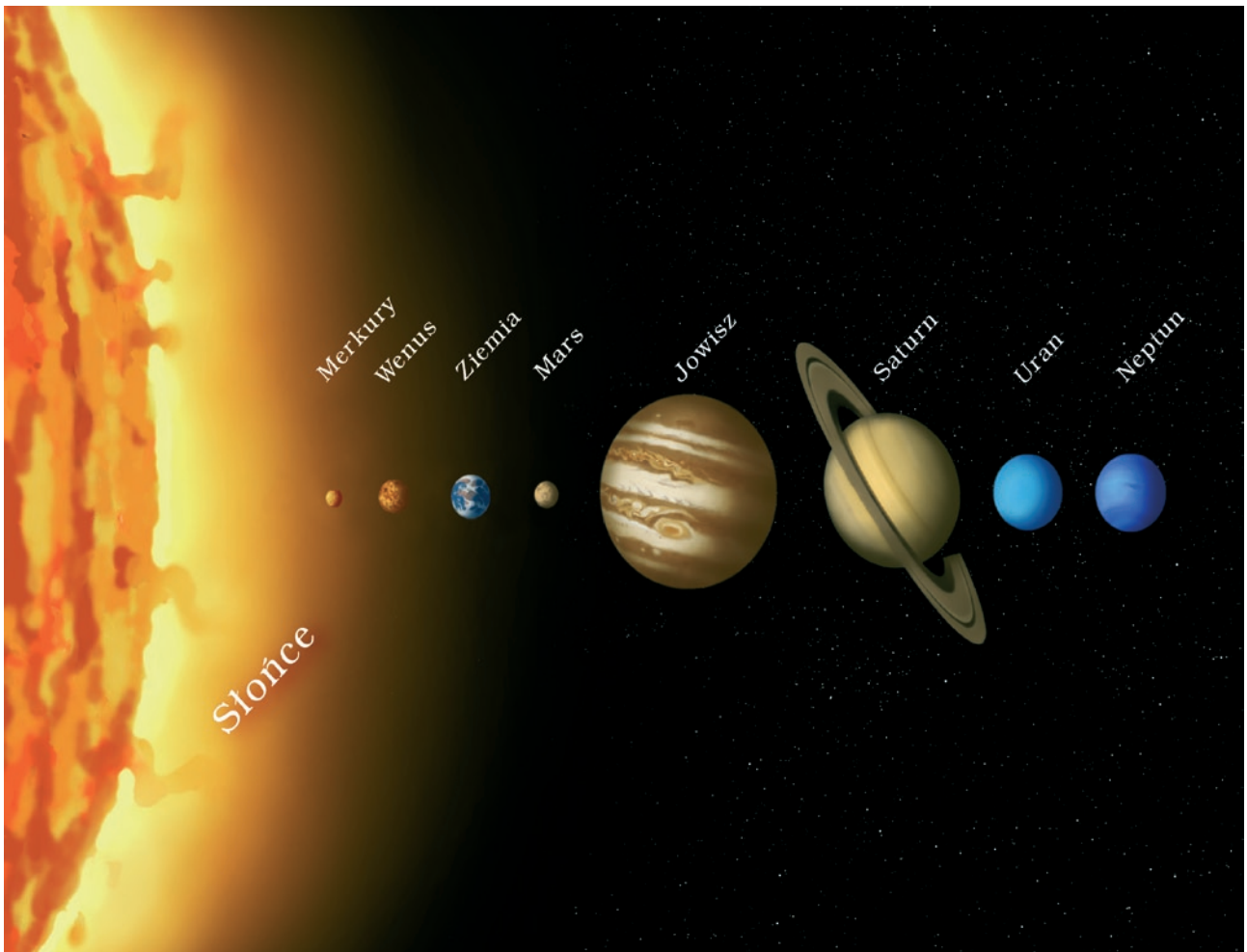
Czy wiesz, co to jest teleskop?  
Jest to przyrząd służący do obserwowania ciał  
niebieskich i zbierania danych z nieba.

Układ Słoneczny składa się w głównej mierze ze słońca oraz ośmiu planet. Są nimi: Merkury, Wenus, Ziemia, Mars, Jowisz, Saturn, Uran i Neptun. Pozostałe obiekty to m.in.: planety karłowate, księżyce oraz planetoidy.

Najmniejszą planetą jest Merkury.  
Znajduje się on najbliżej Słońca i okrąża je w ciągu 88 dni.  
Największą z planet jest Jowisz.  
Potrzebuje on aż 12 lat, by okrążyć Słońce!  
Jest tak wielki, że zmieściłoby się w nim 1300 planet wielkości ziemi.







Rysunek przedstawia Słońce oraz osiem planet, które tworzą Układ Słoneczny.

## 2. STOMATOLOG

Stomatolog to specjalista od chorób zębów i jamy ustnej. Do wykonywanych przez niego czynności zaliczyć można: badanie, plombowanie, czyszczenie, wrywanie i wstawianie zębów.

Bardzo ważną cechą, która powinna charakteryzować każdego stomatologa, jest zręczność manualna. Istotne są również: cierpliwość, spokój i opanowanie.

Jak myślisz, dlaczego te cechy są ważne w zawodzie stomatologa?



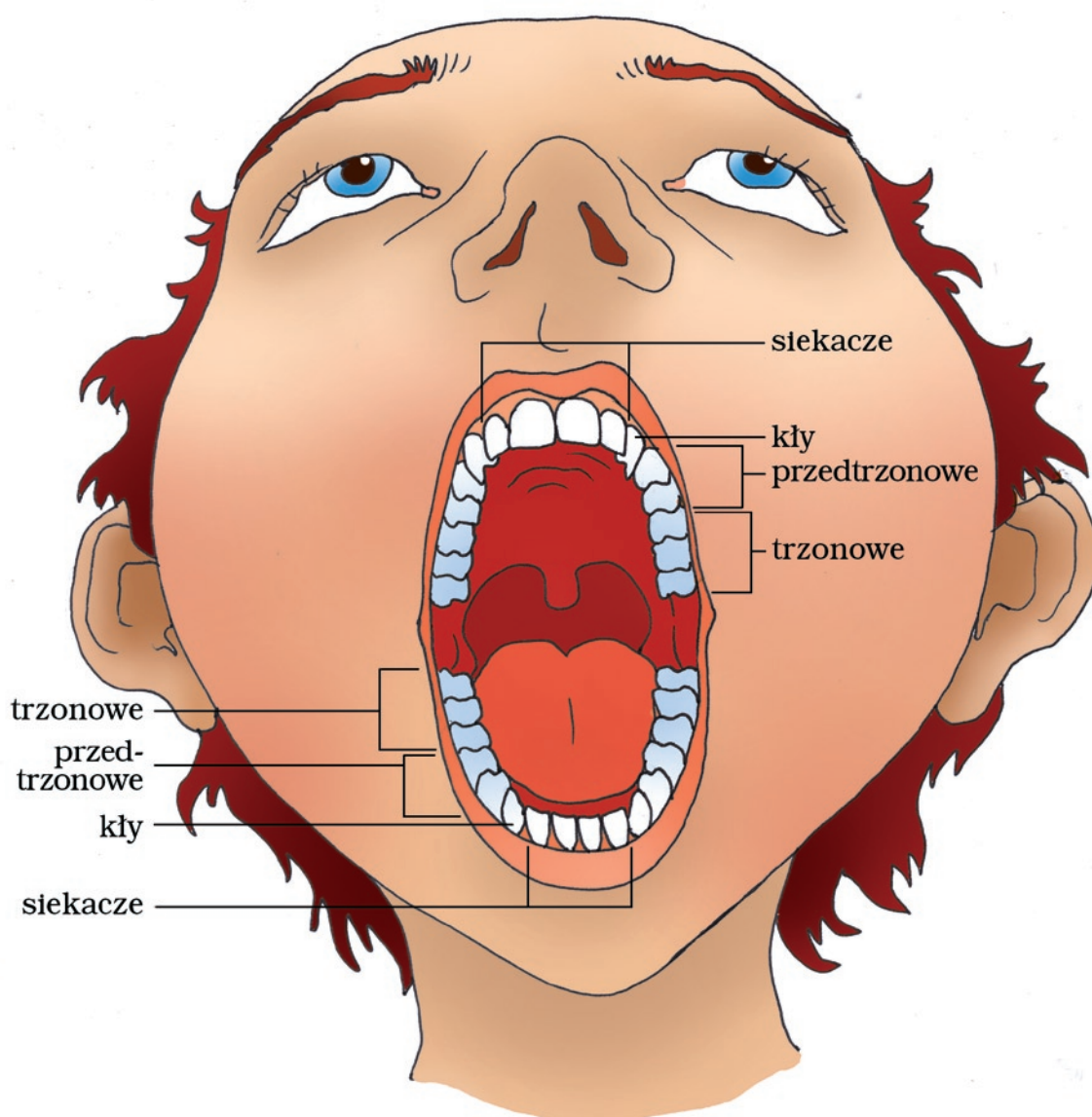
Każdy ząb zbudowany jest z korony,  
która jest widoczna w jamie ustnej oraz z korzenia,  
osadzonego w dziąśle.  
Powiedz mi, proszę, jak dbasz o swoje zęby?  
A co możesz zrobić, by dbać o nie jeszcze lepiej?

Aby zostać stomatologiem, trzeba ukończyć pięcioletnie studia stomatologiczne, które prowadzone są w uczelniach medycznych.

W jamie ustnej człowieka dorosłego znajdują się różne rodzaje zębów. Każdy z nich pełni określoną funkcję:

- siekacze – są najbardziej ostre ze wszystkich zębów, a ich rolą jest odgryzanie pokarmu;
- kły – mają stożkowaty kształt i służą do rozrywania pokarmu;
- zęby przedtrzonowe oraz zęby trzonowe znajdują się najgłębiej w jamie ustnej, a ich zadaniem jest rozgniatanie i rozdrabnianie pokarmu.

Przyjrzyj się rysunkowi zamieszczonemu poniżej, a dowiesz się, w którym miejscu znajdują się poszczególne rodzaje zębów.



### 3. GÓRNIK

Praca górnika odbywa się w bardzo trudnych warunkach. Wymaga ona dobrego stanu zdrowia, odporności psychicznej oraz umiejętności podejmowania szybkich i trafnych decyzji. Ważna jest również współpraca i umiejętność pracy w zespole. Górnik musi umieć wydobywać złoża zgodnie z przepisami górnictwami, uwzględniając zasady bezpieczeństwa i normy dotyczące ochrony środowiska naturalnego. W swojej pracy posługuje się on specjalistycznymi narzędziami, maszynami i urządzeniami górnictwami. Wykorzystuje mapy górnictwami oraz sprzęty do łączności i wykrywania zagrożeń. Ponadto górnik potrafi prowadzić akcje ratownicze w sytuacjach zagrożenia.

Jak myślisz, jakie znaczenie dla ludzi ma zawód górnika?



Spróbuj rozwiązać rebus,  
który dla Ciebie przygotowałem!  
Jakie rozwiązanie Ci wyszło?  
Wpisz je pod rebusem.



~~t~~

b=p ~~on~~

~~skrzy~~

-----



Wykonując pracę w kopalni, jest się odpowiedzialnym za siebie i swoich współpracowników. Trzeba więc pamiętać, by postępować według ściśle określonych reguł i procedur.

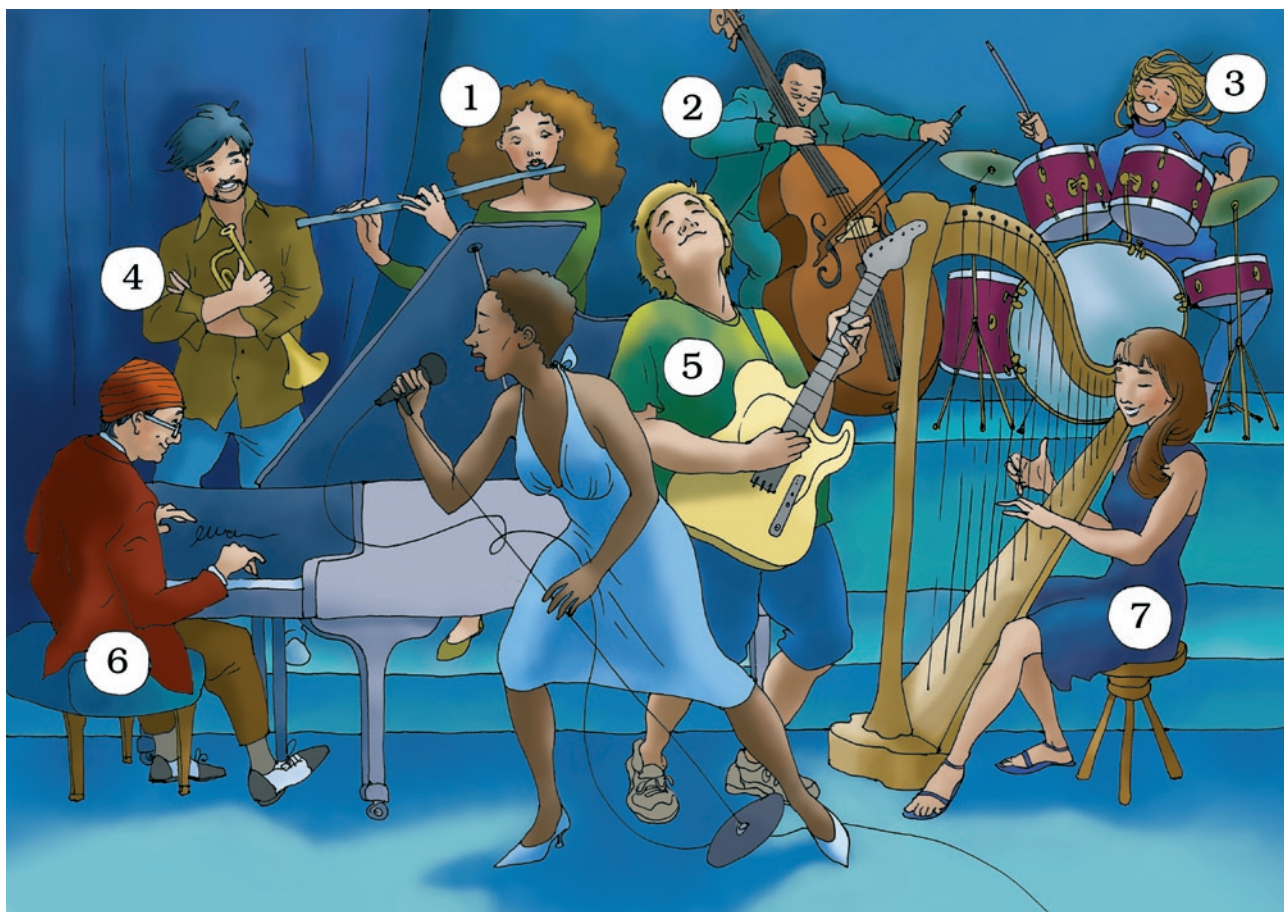


## 4. MUZYK

Muzyk bardzo lubi muzykę – jest ona jego pasją i jej tworzenie lub wykonywanie przynosi mu radość.

Muzycy pracują solo lub w zespole. Charakteryzować się muszą poczuciem rytmu, słuchem muzycznym, twórczą wyobraźnią, pamięcią słuchową oraz umiejętnością interpretacji wykonywanych utworów. Umiejętności te są ważne zarówno w zawodzie piosenkarza, instrumentalisty czy też nauczyciela rytmiki.

Praca muzyka wymaga ciągłych ćwiczeń i doskonalenia swoich umiejętności. Niektórzy muzycy zaczęli rozwijać swoje pasje, będąc właśnie Twoim wiekiem! Jeśli interesujesz się śpiewem lub grą na jakimś instrumencie, możesz zacząć naukę już teraz.



PERKUSJA

GITARA

FORTEPIAN

HARFA

KONTRABAS

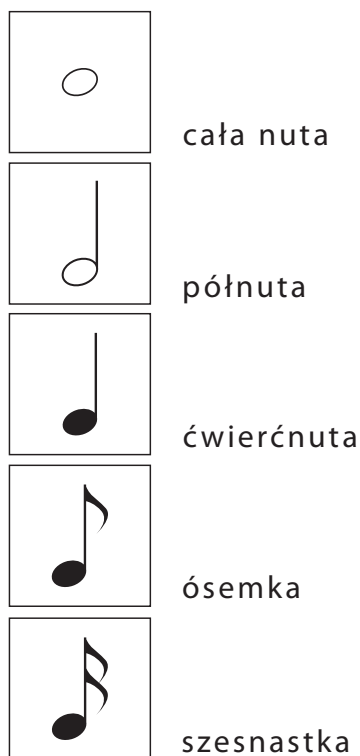
FLET  
POPRZECZNY

TRĄBKA



Czy wiesz, jak nazywają się instrumenty, na których grają muzycy przedstawieni na ilustracji? Przyjrzyj się uważnie, zastanów, a następnie spróbuj dopasować cyfrę do nazwy instrumentu.

Muzyk wykonuje utwory, czytając je z nut. Określają one, jak długo ma trwać konkretny dźwięk. Najczęściej występującymi nutami są: cała nuta, półnuta, ćwierćnuta, ósemka i szesnastka. Najdłużej brzmiącą nutą jest cała nuta. Kolejne są o połowę krótsze od poprzedniej.



Czy wiesz, kto to jest dyrygent?

Jest to osoba, która prowadzi chór lub orkiestrę. Ruchem swoich rąk pokazuje, kto i jak powinien w danym momencie zagrać lub zaśpiewać.



## 5. NAUCZYCIEL

Nauczyciel to osoba, która uczy dzieci, młodzież oraz osoby dorosłe. Przygotowuje lekcje, opracowuje ciekawe ćwiczenia, pomaga w nauce i sprawdza prace domowe. Mówi, jak należy się zachować w różnych sytuacjach, a czego robić nie wolno.

Swoim zachowaniem powinien też dawać dobry przykład.

Aby pracować jako nauczyciel, trzeba skończyć studia pedagogiczne, podczas których zdobywa się wiedzę oraz różne umiejętności przydatne w tej pracy.

Uważam, że jedną z ważnych cech nauczyciela jest umiejętność opowiadania ciekawych historii. Moja pani nauczycielka często nam je opowiadała.



Jakimi cechami według Ciebie powinien charakteryzować się nauczyciel, który uczy dzieci?

W ramce wypisano niektóre z nich. Otocz kółkiem te, które uważasz za najważniejsze.

pomysłowy	potrafiący opowiadać różne ciekawe historie	uśmiechnięty
czytający dużo książek	lubiący dzieci	pilnujący porządku podczas lekcji
uczący dzieci ciekawych piosenek	mówiący spokojnym głosem	znający różne tańce dla dzieci
interesujący się światem	uczciwy	potrafiący ładnie malować
energiczny	pomagający dziecku rozwiązywać problemy	cierpliwy
sprawiedliwy	mający bogatą wyobraźnię	chwalący wysiłek dzieci

Skrzatozaurus znalazł swój zeszyt z języka polskiego, z którego korzystał w szkole podstawowej. Ma w nim opisaną ciekawą historyjkę. Niestety po tylu latach niektóre słowa są nieczytelne.

Czy pomożesz Skrzatozaurusowi uzupełnić brakujące wyrazy?

Zadanie ułatwią Ci rysunki umieszczone w ramce pod opowiadaniem.

*Dawno, dawno temu, za siedmioma ....., za siedmioma ..... żyła sobie piękna ..... . Bardzo lubiła siedzieć na zielonej łące, wśród pachnących ..... i śpiewu ..... Wpatrywała się w ..... starannie budującego sieć, w pracowite ..... maszerujące do mrowiska oraz w rozpromienione ....., które co jakiś czas ukrywało się za chmurami. Nagle zza drzewa wyszedł...*

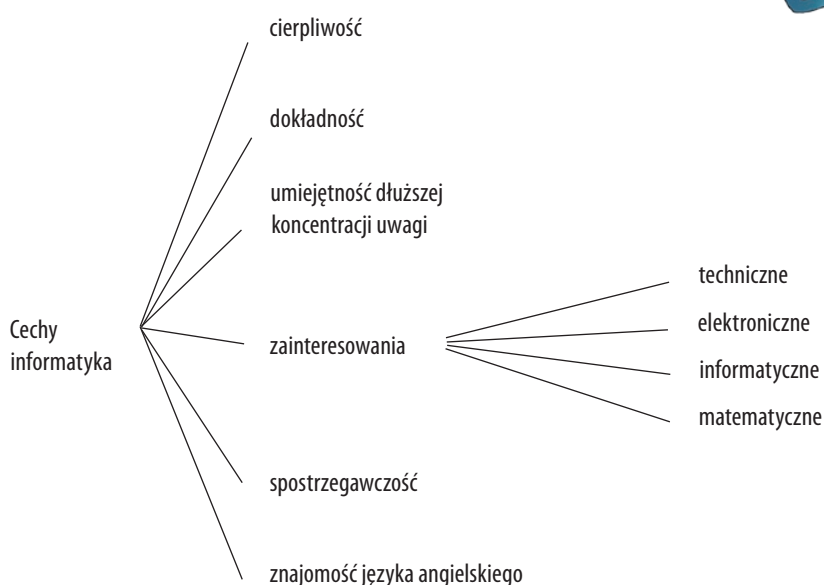
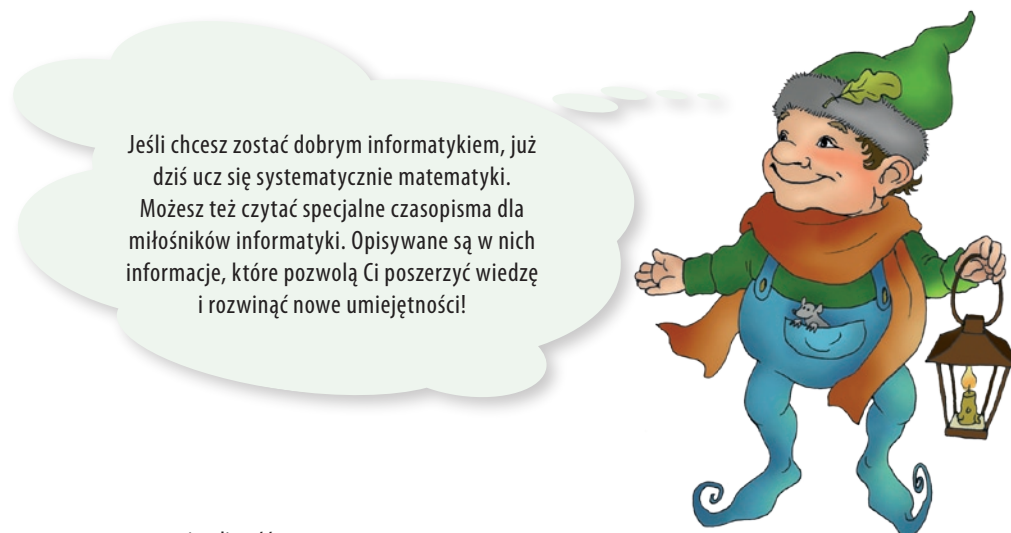
Jak myślisz, kto wychodzi zza drzewa?  
Spróbuj ułożyć dalszą część opowiadania.



## 6. INFORMATYK

Praca przy komputerze to jego pasja. Lubi surfować po Internecie, oglądać programy naukowo-techniczne i czytać komputerowe nowinki.

Miłośnicy komputerów mogą pracować na różnych stanowiskach, takich jak programista, projektant systemów komputerowych oraz inżynier systemów komputerowych. Do zadań informatyka należy m.in.: tworzenie baz danych, projektowanie stron internetowych, opracowywanie programów komputerowych oraz tworzenie gier komputerowych.

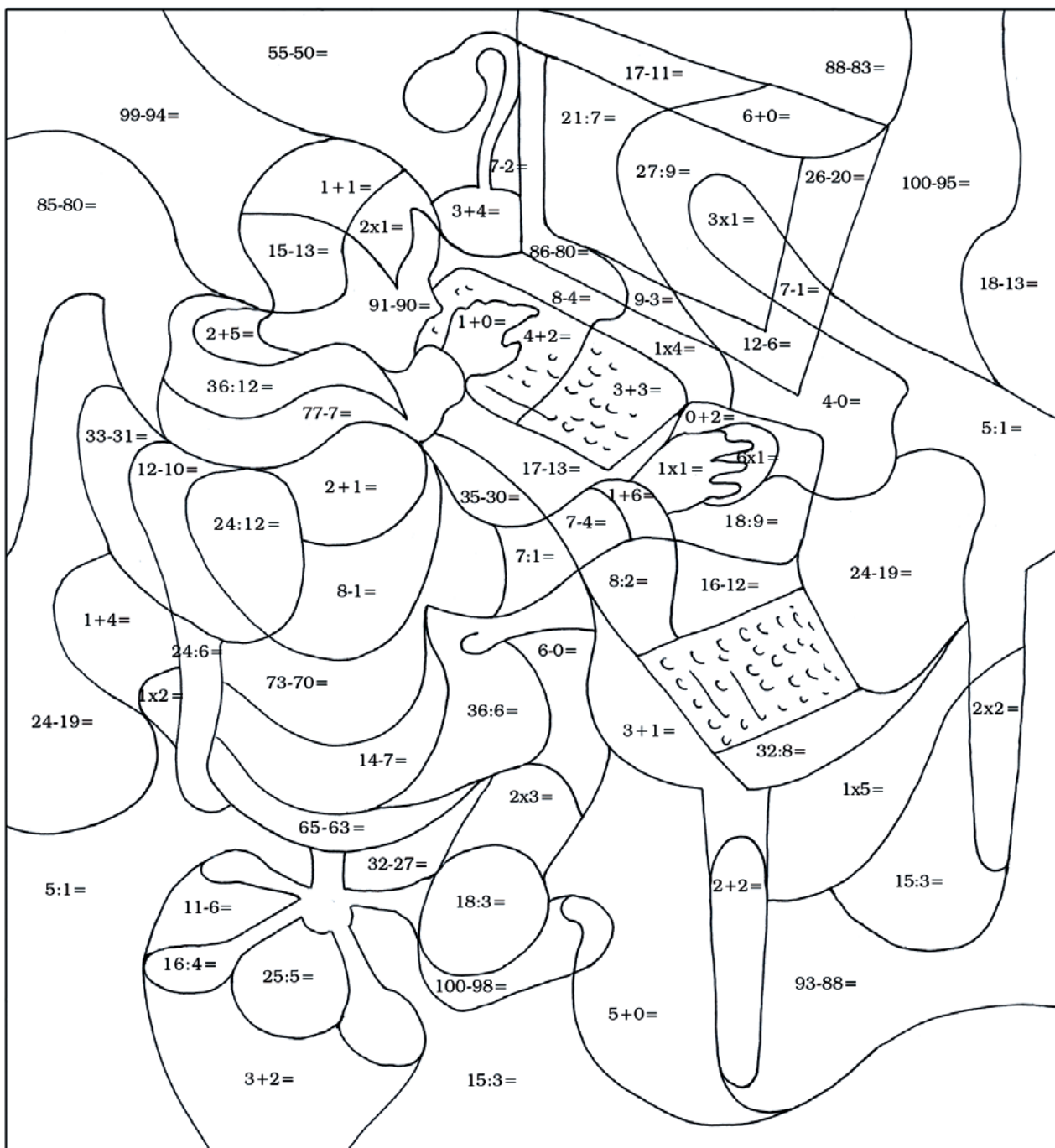


Co sądzisz o pracy w zawodzie informatyka?

Skrzatozaurus przygotował dla Ciebie zadanie! Spróbuj rozwiązać równania, a dowiesz się, co kryje „zaszyfrowany rysunek”.

Gdy wynik będzie wynosił 1, pokoloruj pole na **różowo**, gdy 2 – na **brązowo**, 3 – na  **błękitno**, 4 – na **szaro**, 5 – na **pomarańczowo**, 6 – na **granatowo**, zaś 7 – na **zielono**. Powodzenia!





1



5



2



6



3



7



4



To bardzo trudne zadanie  
– wymaga skupienia i cierpliwości!  
Możesz poprosić kogoś o pomoc!  
Trzymam kciuki!

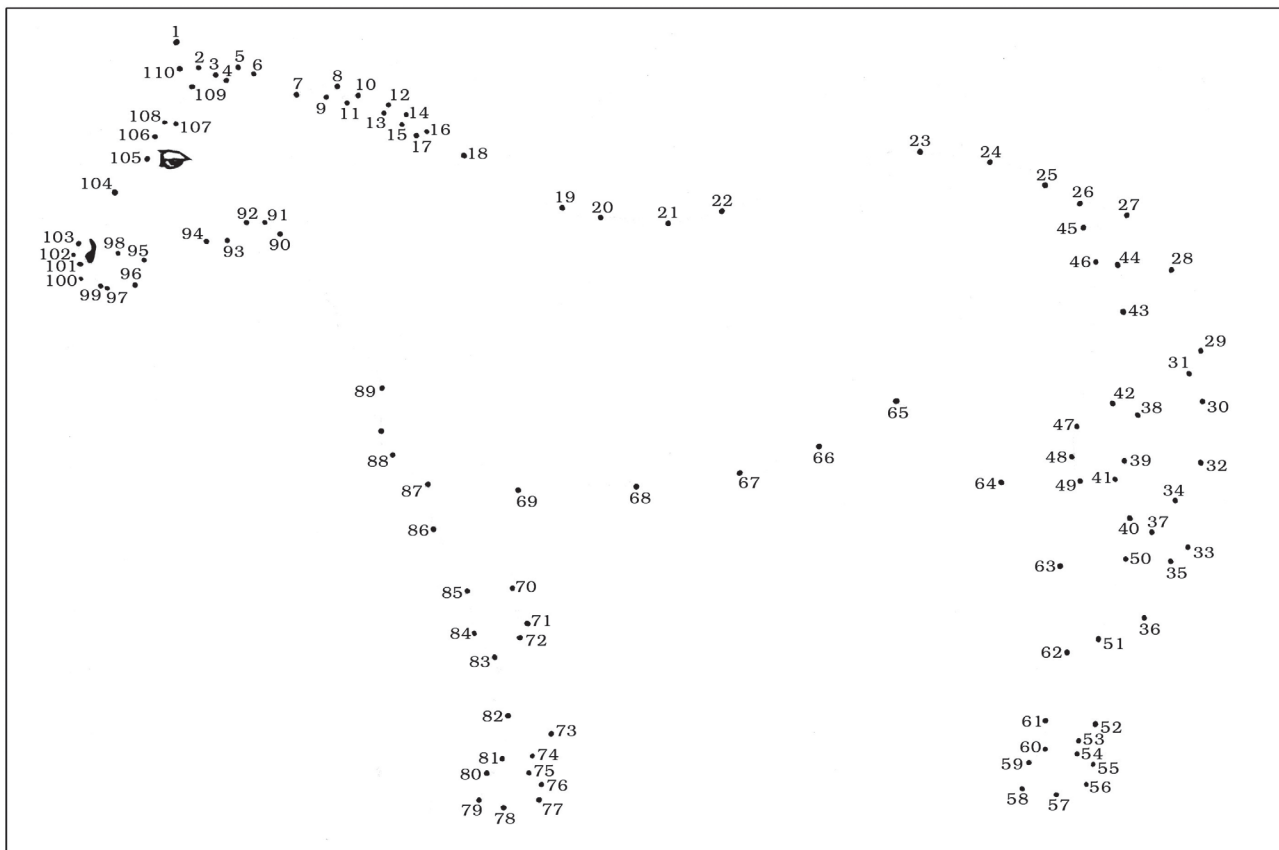


## 7. WETERYNARZ

Jest to osoba, która bardzo lubi zwierzęta. Weterynarz wie, jak pomóc zwierzęciu w chorobie, jak się nim opiekować i jakie warunki są potrzebne dla jego prawidłowego rozwoju.

Bardzo ważnymi szkolnymi przedmiotami, które ułatwiają pracę weterynarza, są biologia i chemia. Jeśli chcesz w przyszłości zajmować się zwierzętami, już teraz możesz zacząć się do tego przygotowywać! Polecam Ci również czytanie książek oraz oglądanie programów o życiu zwierząt.

Połącz liczby od 1 do 110. Następnie spróbuj odpowiedzieć na pytania, które przygotował dla Ciebie Skrzatozaurus:



- jakie zwierzę znajduje się na rysunku?
- w jakich miejscach może pracować to zwierzę?
- czym się ono żywi?
- jak się nazywa mały przedstawiciel tego gatunku?

Istotną cechą w zawodzie weterynarza jest także umiejętność rozmowy z właścicielami zwierząt. Tylko oni mogą opowiedzieć o zachowaniu swojego zwierzęcia.



## 8. STRAŻAK

Zawód strażaka wymaga dużej odwagi, siły, dobrej kondycji fizycznej i umiejętności pracy w zespole. Strażak ratuje zagrożonych ludzi, zwierzęta, domostwa i środowisko zarówno podczas pożarów, powodzi, wypadków, jak i katastrof i awarii. Potrafi również udzielić pomocy przedlekarskiej poszkodowanym na miejscu zdarzenia, zanim przyjedzie pogotowie.

**W pożarnictwie są trzy drogi dojścia do zawodu:**

- zgłoszenie się do jednostki straży pożarnej i praca na tzw. okresie próbnym. Oceniana jest wtedy fizyczna i psychiczna przydatność kandydata, który – jeśli okaże się właściwą osobą – musi rozpocząć specjalistyczne szkolenia;
- zdanie egzaminu i nauka w szkole aspiranckiej, po ukończeniu której otrzymuje się tytuł technika pożarnictwa i stopień służbowy młodszego aspiranta Państwowej Straży Pożarnej;
- zdanie egzaminu i nauka w Szkole Głównej Służby Pożarniczej w Warszawie. Wśród przedmiotów, które trzeba zdać podczas egzaminu, są: język obcy, chemia i matematyka. Należy również z dobrym wynikiem ukończyć egzamin sprawnościowy obejmujący m.in. biegi i podnoszenie się na drążku.

Strażacy w swojej pracy wykorzystują specjalistyczny sprzęt, który ułatwia im wykonywanie obowiązków. Muszą bardzo dobrze się nim posługiwać i znać procedury jego stosowania.

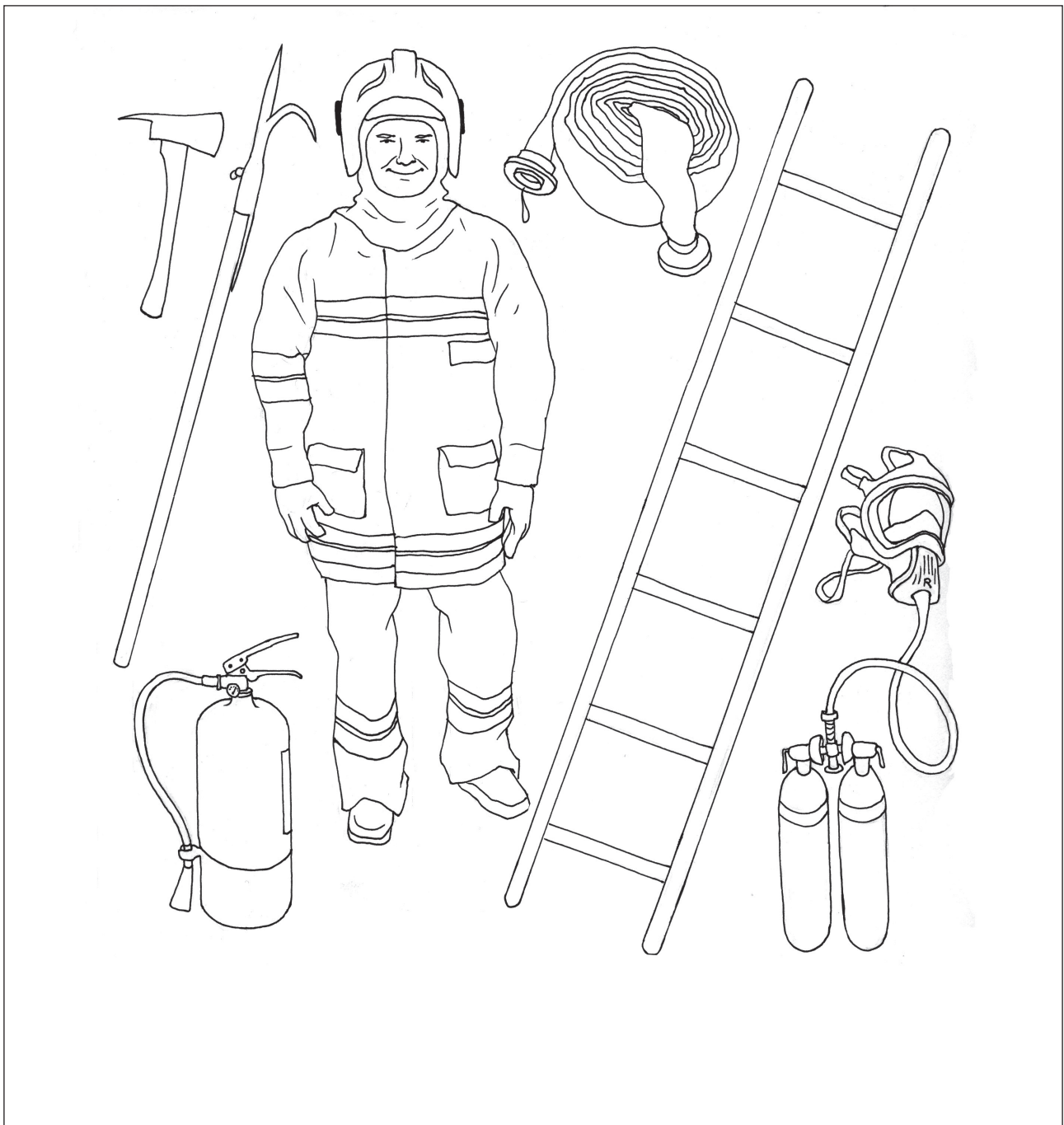
Czy znasz numer telefonu  
do straży pożarnej? Jest to

**998**

Postaraj się go zapamiętać.  
W sytuacji zagrożenia można  
też zadzwonić pod numer

**112**





Powyżej znajduje się rysunek strażaka. Dookoła niego są różne sprzęty, które wykorzystuje on w swojej pracy. Zastanów się, do czego służy każdy z narysowanych przyrządów? Następnie pokoloruj rysunek.

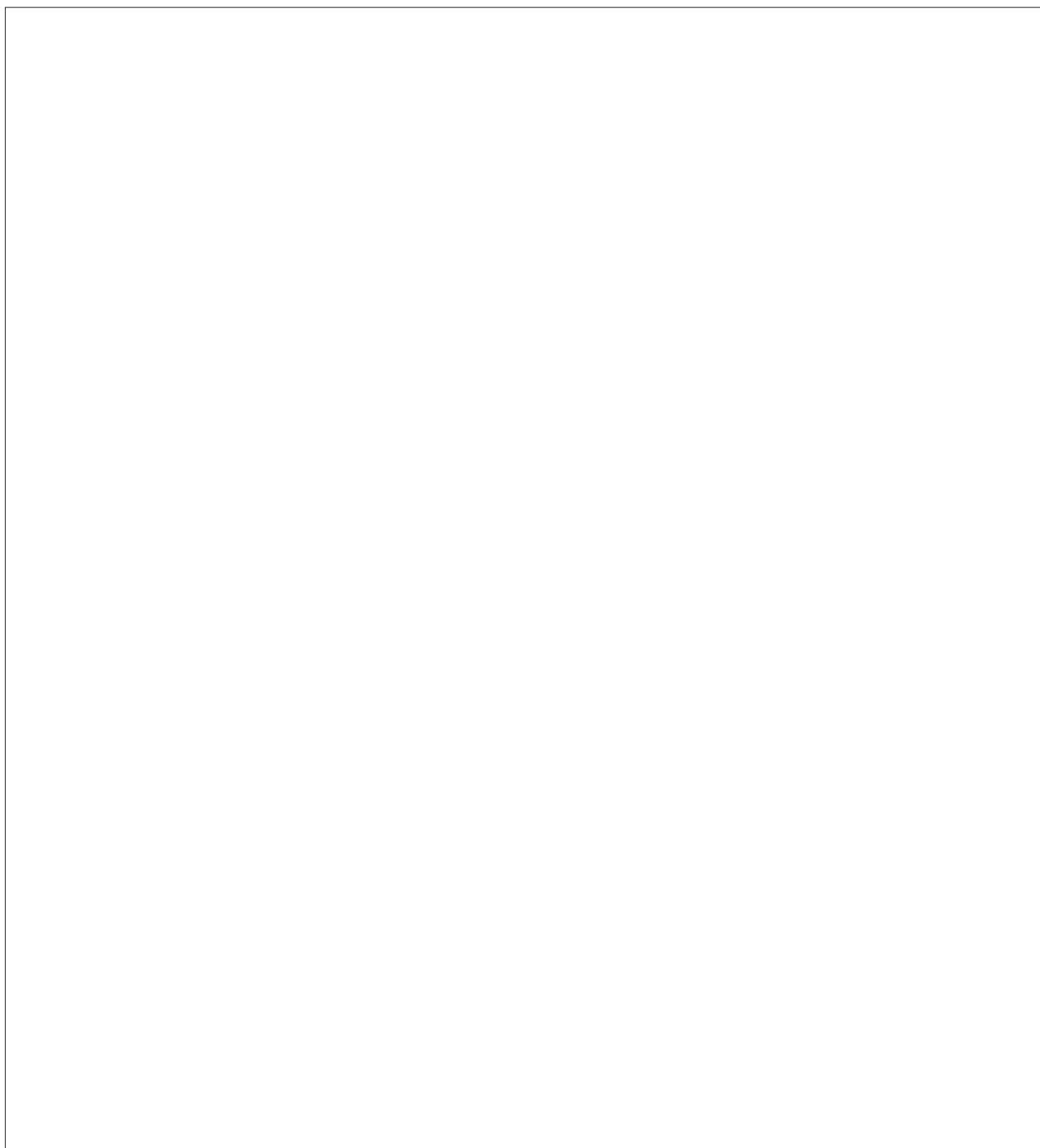


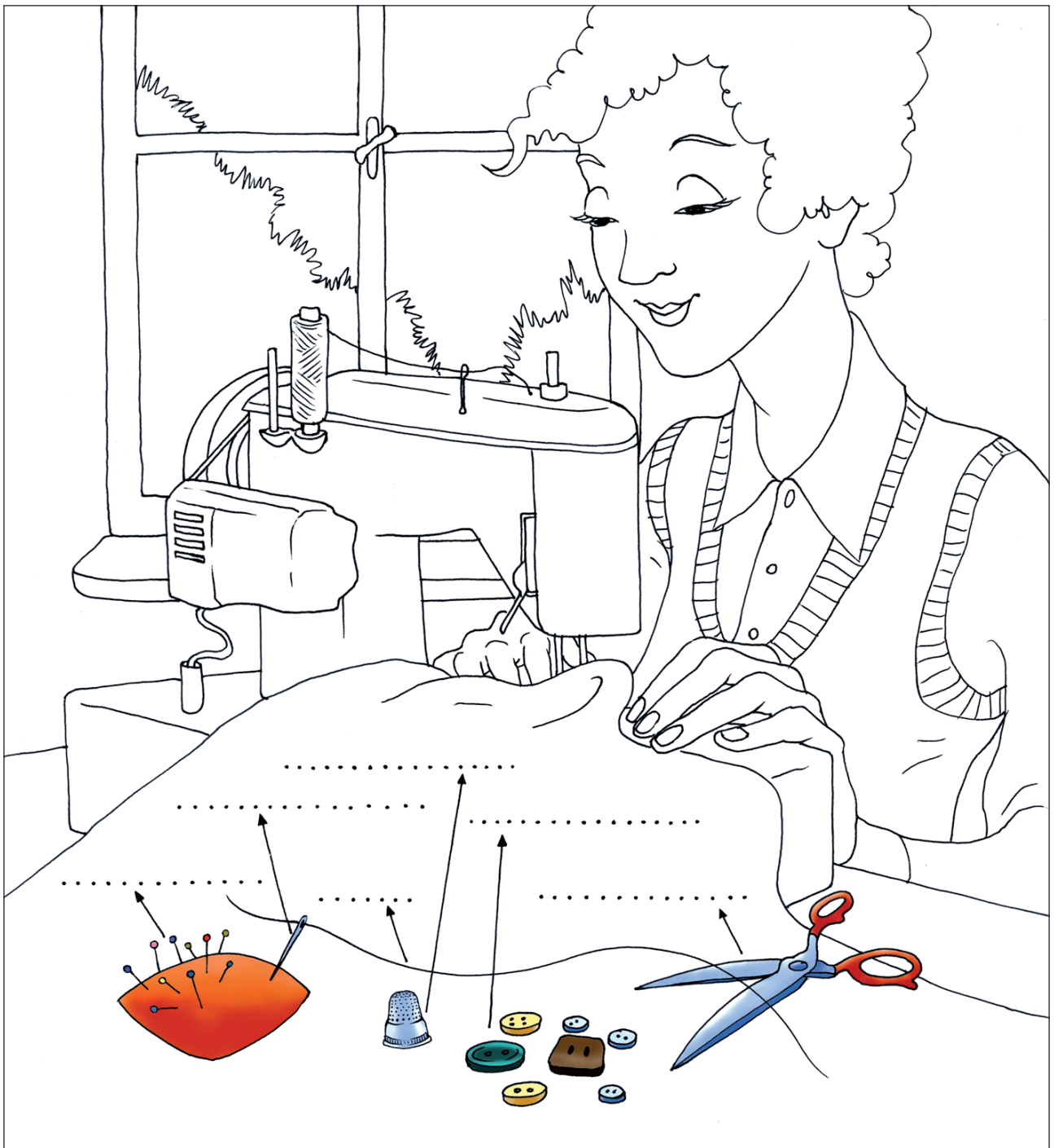
## 9. KRAWCOWA

Krawcowa szyje odzież damską, męską i dziecięcą z wszelkiego rodzaju materiałów odzieżowych. Miejscem jej pracy może być duży zakład produkcyjny albo mały zakład usługowy, w którym samodzielnie lub w zespole konstruuje i szyje odzież miarową.

Praca krawcowej to praca manualna, którą uznaje się za dość wyczerpującą fizycznie. Wymaga również precyzji, dużej dokładności i twórczości. Aby klient był zadowolony, należy nie tylko doradzić mu wybór materiału i koloru ubrania, który ma zostać dla niego uszyty, ale również dopasować fason odzieży do jego sylwetki.

Spróbuj i Ty samodzielnie zaprojektować jakiś strój! Narysuj go w ramce poniżej.





Jak nazywają się przyrządy, którymi  
posługuje się krawcowa?  
Wpisz ich nazwy w wykropkowane  
miejsca.  
Następnie pokoloruj rysunek.



## 10. AKTOR

Praca aktora jest ciekawa i twórcza. Zastanów się, jakimi cechami powinna charakteryzować się osoba wykonująca ten zawód. Zanotuj te cechy poniżej:

- .....
- .....
- .....
- .....

Aktorzy dużą wagę muszą przywiązywać do własnej wymowy. Każde słowo wypowiadają bardzo wyraźnie. Trenują swoje umiejętności, wykonując różnorodne ćwiczenia językowe.



Chcesz spróbować kilku ćwiczeń usprawniających wyraźne mówienie?

Wstań, wyprostuj plecy i głośno wymawiaj wyrazy wypisane w ramkach.  
Powtórz to ćwiczenie kilka razy.

AŁA UŁA IŁA EŁA

BRA PRA TRA KRA

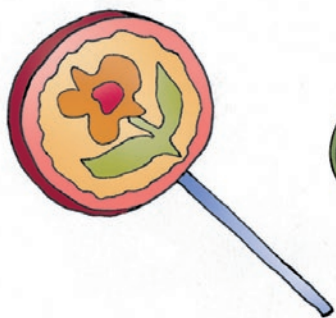
STRĄG PSTRĄG  
BAK PAK

TOCZEK BOCZEK  
KOCZEK LOCZEK

SKRZYNIA Z POWYŁAMYWANYMI SZCZEBLAMI

GDY JEST SUSZA SZOSA SUCHA

Spróbuj rozwiązać rebus, a hasło wpisz w wykropkowane miejsce poniżej.



l=w ~~k~~

~~wą~~

~~m..z~~

~~kos~~

-----

Czy wiesz, czym zajmuje się osoba  
pracująca w tym zawodzie?

Wykonuje profesjonalny makijaż i fryzurę, podkreślając urodę  
klientki. Doradza również, jakie barwy stroju najbardziej pasują do  
danego typu urody.

Wizażystka może pracować w agencjach modelek, teatrze, telewizji  
lub w firmach kosmetycznych.





## 11. LEKARZ

Zawód lekarza wymaga dużego zaangażowania. Polega on na służbie ludziom – nawet po zakończeniu pracy lekarz nie może odmówić pomocy potrzebującemu człowiekowi.

Aby zostać lekarzem, konieczne jest ukończenie studiów na kierunku medycyna. Podczas ich trwania studenci zdobywają szeroką wiedzę medyczną – muszą bardzo dokładnie poznać budowę organizmu człowieka, by wiedzieć, jak go w przyszłości wyleczyć.

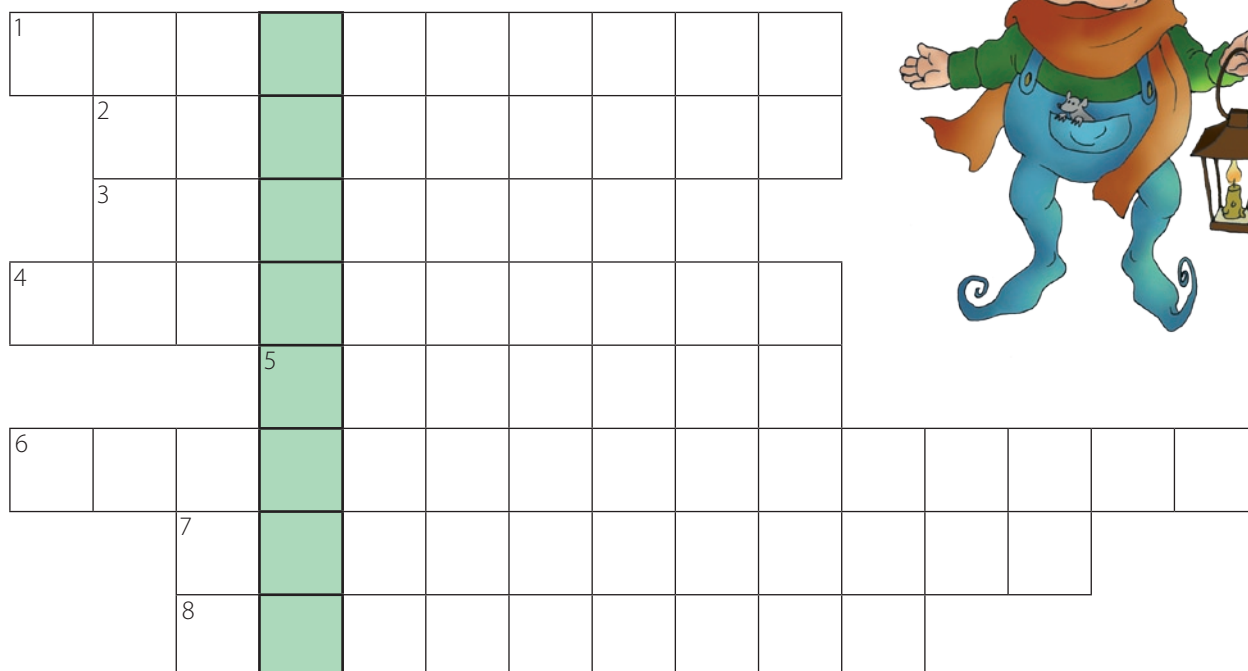
Lekarz powinien charakteryzować się następującymi cechami:

- nieustanna chęć niesienia pomocy innym ludziom,
- ciągłe dokształcanie się, czytanie, zdobywanie aktualnej wiedzy i doskonalenie umiejętności,
- wrażliwość oraz umiejętność rozumienia sytuacji innych ludzi,
- cierpliwość, sumienność i odpowiedzialność.

Medycyna jest bardzo trudną dyscypliną nauki. Jedna osoba nie byłaby w stanie nauczyć się sposobów leczenia wszystkich chorób i dolegliwości.

Właśnie dlatego została ona podzielona na różne specjalizacje.  
Spróbuj rozwiązać krzyżówkę.

Dowiedz się z niej, czym zajmują się lekarze specjaliści.  
Jest to trudne zadanie! Jeśli nie będziesz znać którejś z odpowiedzi, zajrzyj do ramki znajdującej się pod pytaniami.



1. Leczy zęby i zajmuje się chorobami jamy ustnej.
2. Zajmuje się wykrywaniem i leczeniem alergii.
3. Leczy choroby dzieci.
4. Zajmuje się leczeniem gardła, krtani, nosa, zatok i uszu.
5. Wykonuje operacje.
6. Zajmuje się rehabilitacją pacjentów przy różnych chorobach i będących po urazach.
7. Wykonuje znieczulenia, usypia pacjentów przed operacją oraz opiekuje się chorymi podczas operacji.
8. Zajmuje się leczeniem przewlekłych chorób serca i układu krążenia.

CHIRURG

KARDIOLOG

PEDIATRA

ANESTEZJOLOG

STOMATOLOG

LARYNGOLOG

ALERGOLOG

FIZYKOTERAPEUTA

Czy znasz numer telefonu na pogotowie ratunkowe?  
Jest to

**999**

Postaraj się go zapamiętać.  
A pamiętasz numer do straży pożarnej?  
W sytuacji zagrożenia można też zadzwonić pod numer

**112**



## 12. OGRODNIK



Na rysunku znajduje się ..... kwiatów.

Pokoloruj starannie rysunek. Następnie policz, ile kwiatków się na nim znajduje.

Jest to trudne zadanie, więc możesz poprosić kogoś o pomoc!



Ogrodnik ma dużo obowiązków. Uprawia drzewa, krzewy ozdobne i kwiaty, sadzi i przycina żywopłoty, planuje i wykonuje prace związane z uprawą oraz zbieraniem warzyw i owoców oraz karczuje i ścina drzewa. Przygotowuje glebę pod uprawę, użyźnia ją, sadzi, sieje i opryskuje rośliny. Do swojej pracy wykorzystuje różnorodne maszyny i narzędzia.

Jest osobą, która lubi naturę i chętnie przebywa na świeżym powietrzu.

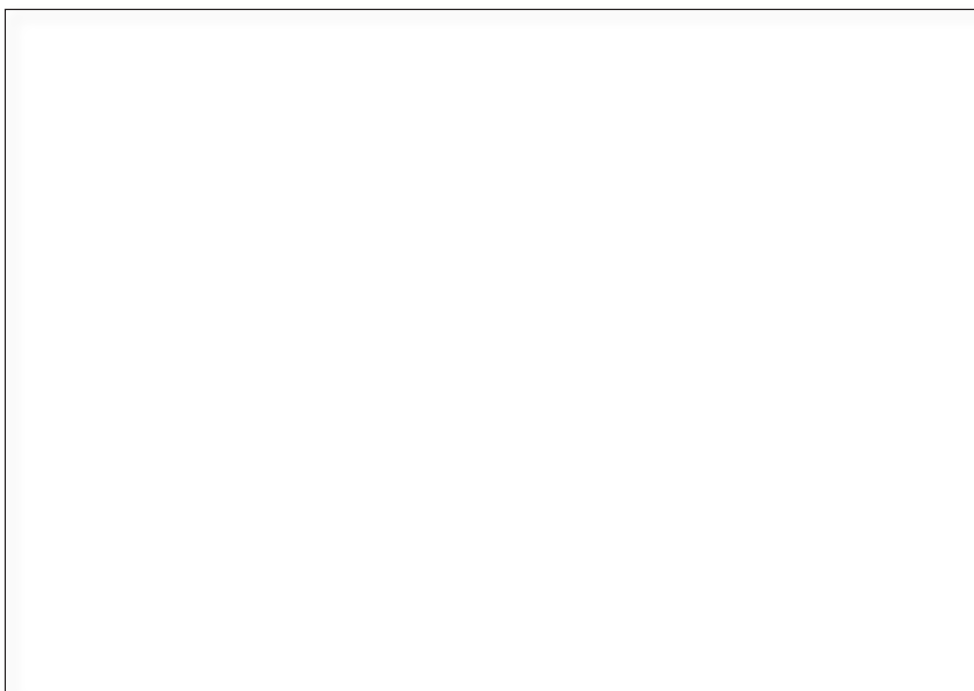
Jak myślisz, jakimi cechami powinien charakteryzować się ogrodnik?

Czy wiesz, czym zajmuje się FLORYSTA?  
Jest to osoba, która tworzy różnego typu dekoracje roślinne.  
Florystę powinny cechować zdolności manualne, zmysł artystyczny, twórczość oraz wrażliwość estetyczna.



Spróbuj ułożyć własną kolorową kompozycję kwiatową. Możesz wykorzystać różne kwiaty, gałązki, liście i co tylko zechcesz!

Pamiętaj, że w zawodzie florysty bardzo ważna jest wyobraźnia!



### 13. TANCERZ

Tancerz wykonuje różnego rodzaju tańce. Może uczestniczyć w pokazach, festiwalach, konkursach, przeglądach tanecznych oraz widowiskach teatralnych, estradowych i operowych, w których jednym z elementów jest taniec. Tancerze po odpowiednim przeszkoleniu pedagogicznym mogą również prowadzić naukę tańca.

Praca tancerza wymaga licznych i systematycznych treningów, które pozwolą mu utrzymać sprawność fizyczną oraz doskonalić umiejętności zawodowe.

Swoją pacę wykonują oni solowo, w parach lub w zespole. Współpracują również z reżyserem, choreografem, wizażystką oraz zespołem instrumentalnym towarzyszącym wykonywanym tańcom.

Istnieje wiele rodzajów tańca. Wśród nich wyróżnić można m.in.:

- tańce towarzyskie, np. walc, tango, foxtrot, quickstep;
- tańce latynoamerykańskie, np. samba, rumba, cha-cha;
- tańce użytkowe.

Jak myślisz, jak osoba, która chciałaby zostać tancerzem, może się do tego przygotowywać?

Zapisz swoje pomysły poniżej.

.....

.....

.....

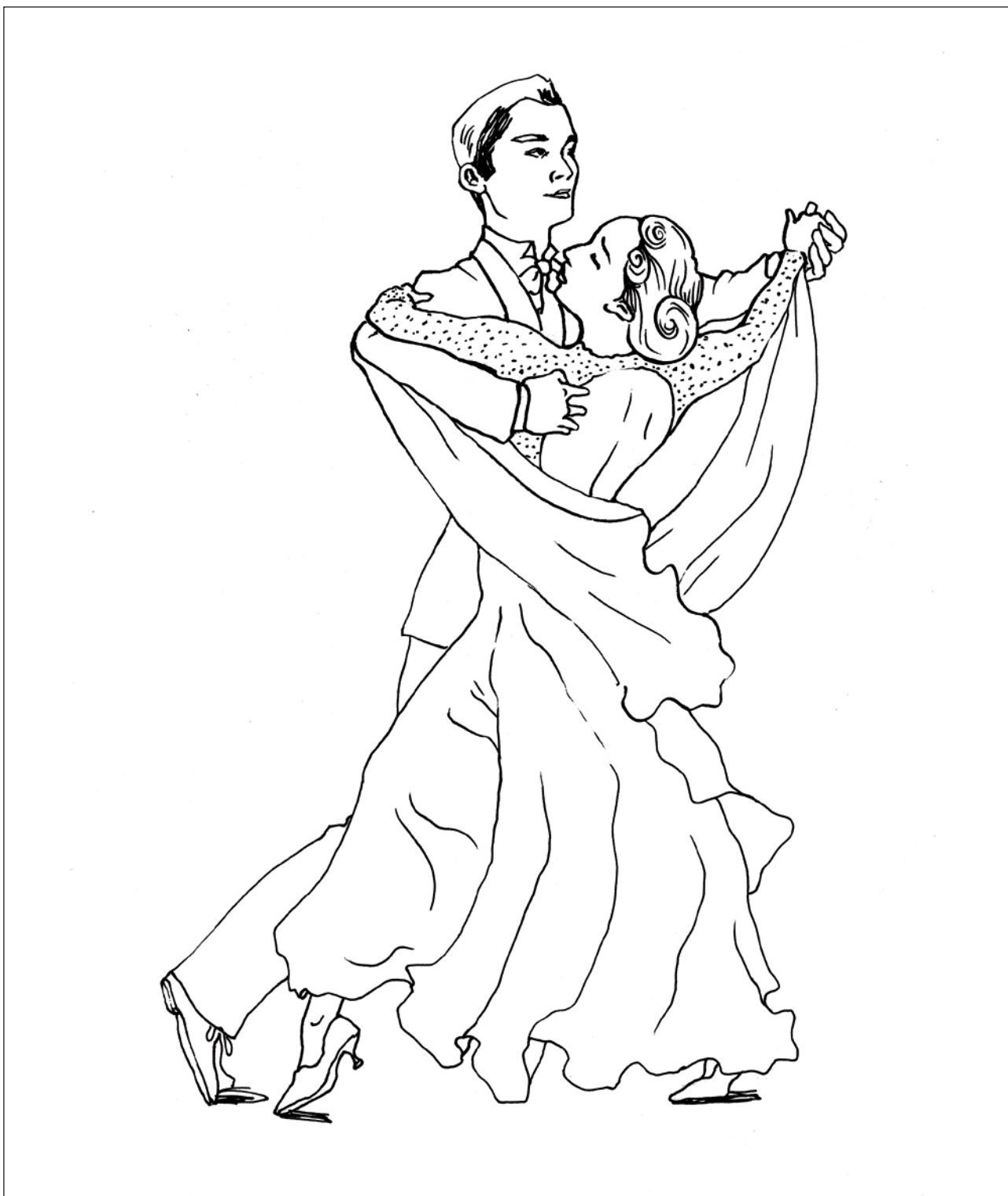
.....

.....

.....



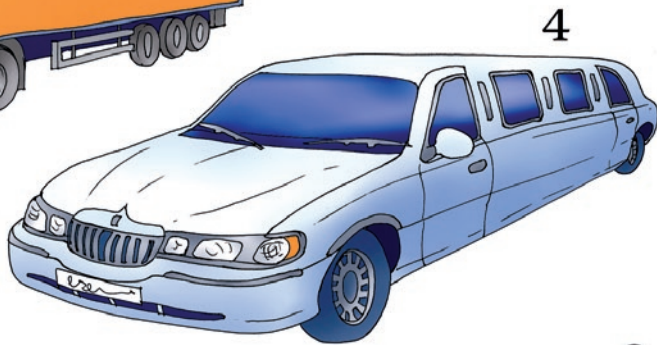
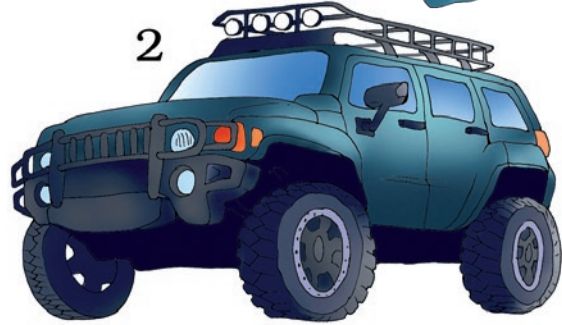
Mam dla Ciebie zadanie:  
Pokoloruj stroje tancerzy



## 14. KIEROWCA

Podstawowym warunkiem wykonywania tego zawodu jest posiadanie prawa jazdy. Głównym celem pracy kierowcy jest bezpieczny transport osób, zwierząt lub towarów. Musi on zatem nie tylko znać, ale przede wszystkim stosować się do przepisów ruchu drogowego, wiedzieć, jak zbudowany jest samochód, który prowadzi, i regularnie kontrolować jego stan techniczny.

Które auto podoba Ci się najbardziej?



Istnieją różne rodzaje samochodów, które może prowadzić odpowiednio przeszkolony do tego kierowca. Spróbuj dopasować rodzaj auta do cyfry, która je oznacza.

..... SAMOCHÓD CIĘŻAROWY

..... SAMOCHÓD SPORTOWY

..... LIMUZyna

..... SAMOCHÓD OSOBOWY

..... SAMOCHÓD TERENOWY

..... SAMOCHÓD DOSTAWCZY

Jak myślisz, jakimi cechami powinna charakteryzować się osoba pracująca w zawodzie kierowcy?

W zależności od rodzaju prowadzonego pojazdu, należy posiadać odpowiednią kategorię prawa jazdy. Wyróżnia się następujące kategorie: A1, A, B, C1, C, D1, D, BE, C1E, CE, D1E, DE, T. Poniżej zostały opisane niektóre z nich.

KATEGORIE	OPIS WYBRANYCH UPRAWNIEŃ
<b>A</b>	uprawnia do kierowania motocyklem
<b>B</b>	uprawnia do prowadzenia samochodów osobowych (o masie do 3,5 ton) oraz ciągników i pojazdów wolnobieżnych
<b>D</b>	uprawnia do kierowania autobusem oraz ciągnikiem rolniczym lub pojazdem wolnobieżnym
<b>T</b>	uprawnia do kierowania ciągnikiem rolniczym z przyczepą (przyczepami) lub pojazdem wolnobieżnym

Czy wiesz, jak dzielą się znaki drogowe?

Są ich cztery rodzaje: ostrzegawcze, zakazu, nakazu i informacyjne. Jeśli już dziś chcesz się przygotowywać do zawodu kierowcy, możesz pytać dorosłych, co oznacza znak, który mijacie np. podczas spaceru.





## 15. PRACOWNIK INFORMACJI TURYSTYCZNEJ

Zawód ten nazywany jest jednym z „zawodów z przyszłością”. Polega on na kompleksowej obsłudze osób zainteresowanych wyjazdem na jakąś wycieczkę. Pracownik informacji turystycznej wyszukuje, przetwarza i udostępnia informację turystyczną zgodnie z potrzebami swoich klientów.

Jak myślisz, jakimi cechami, wiedzą i umiejętnościami powinien się charakteryzować przedstawiciel tego zawodu?

Po pierwsze, jest on w ciągłym kontakcie z innymi ludźmi: właścicielami hoteli, firm przewozowych oraz klientami. Musi więc być cierpliwy, wyrozumiały oraz potrafiący rozpoznawać ich potrzeby i oczekiwania. Duże znaczenie podczas udzielania porad i wskazówek związanych z wyjazdem ma również pozytywne nastawienie.

Po drugie, musi posiadać wiedzę na temat różnych krajów i regionów. Wiedzieć, jakie miejsca są warte zobaczenia, oraz jakie zwyczaje tam panują. Klienci są zadowoleni, gdy pracownik opowiada im o miejscach, które sam już widział.

Po trzecie, musi posiadać określone umiejętności związane z wykonywaniem tej pracy. Ważne jest, by znał języki obce oraz potrafił opracowywać bazy danych dotyczące atrakcji turystycznych danego regionu.

Typowymi miejscami pracy dla pracownika informacji turystycznej są ośrodki informacji turystycznej, biura podróży, agencje turystyczne oraz inne miejsca skupiające dużą liczbę osób, które można zachęcić do zakupu wycieczki (np. dworce kolejowe i autobusowe, terminale lotnicze i przejścia graniczne).



Osoba, która pracuje w informacji turystycznej, musi wiedzieć, gdzie znajdują się różne ciekawe miejsca, które mogą odwiedzać turyści. Jak myślisz, jakiego przedmiotu w szkole należy się pilnie uczyć, by znać nazwy państw i kontynentów?

Spróbuj nazwać kontynenty, które znajdują się na kuli ziemskiej. Ich nazwy wpisz w wykropkowane na rysunku miejsca.

Pomoże Ci w tym tabelka, którą przygotował dla Ciebie Skrzatozaurus.

EUROPA	AMERYKA PÓŁNOCNA	AUSTRALIA	AFRYKA
AMERYKA POŁUDNIOWA	AZJA	ANTARKTYDA	



Mam dla Ciebie zagadkę:  
Jak myślisz, który z kontynentów  
jest najmniejszy?



## 16. POLICJANT

Skrzatozaurus przeprowadził wywiad z prawdziwym policjantem! Przeczytaj, czego udało mu się dowiedzieć.

**Skrzatozaurus:** Jak długo jest Pan policjantem?

**Policjant:** Pracuję w zawodzie policjanta już prawie 4 lata.

**Skrzatozaurus:** Co należy do Pana obowiązków?

**Policjant:** Pełnię funkcję dzielnicowego. Mój region obejmuje 14 miejscowości w okolicy miasteczka Tuczo. Mam wiele różnorodnych obowiązków. Wśród nich wymienić mogę prowadzenie wywiadów środowiskowych oraz spotkania z rodzinami mającymi różne problemy. Ponadto zajmuję się tak zwanym obsługiwaniem zdarzeń, takich jak kradzieże, włamania czy wypadki.

**Skrzatozaurus:** Co Pan najbardziej lubi w swojej pracy?

**Policjant:** Największą satysfakcję sprawia mi to, że mogę pomóc drugiemu człowiekowi. Rozmowa z nim, szukanie rozwiązań i udzielanie wsparcia, a także rozwiązywanie różnorodnych problemów są bardzo cennymi elementami mojej pracy.

**Skrzatozaurus:** Kiedy zaczął Pan marzyć o pracy w policji?

**Policjant:** Było to dawno temu. Już jako przedszkolak najbardziej lubiłem bawić się z kolegami „w policję” i naśladować dźwięk syreny pędzącego radiowozu. I moje marzenie się spełniło!

**Skrzatozaurus:** Jakimi cechami powinien charakteryzować się policjant?

**Policjant:** Myślę, że najważniejszymi cechami są: uczciwość, odwaga, opanowanie, sumienność, punktualność i dyspozycyjność.

**Skrzatozaurus:** Co trzeba zrobić, by zostać policjantem?

**Policjant:** Jeśli ktoś chce być policjantem, powinien się dobrze uczyć i zdać egzamin maturalny. Kolejnym krokiem jest ukończenie szkoły policyjnej. Aby się do niej dostać, należy zdać egzamin teoretyczny oraz egzamin praktyczny, podczas którego wykonuje się różnorodne ćwiczenia fizyczne. Obowiązuje również test psychologiczny sprawdzający predyspozycje kandydata. Oczywiście podstawowym warunkiem jest bycie niekaranym.

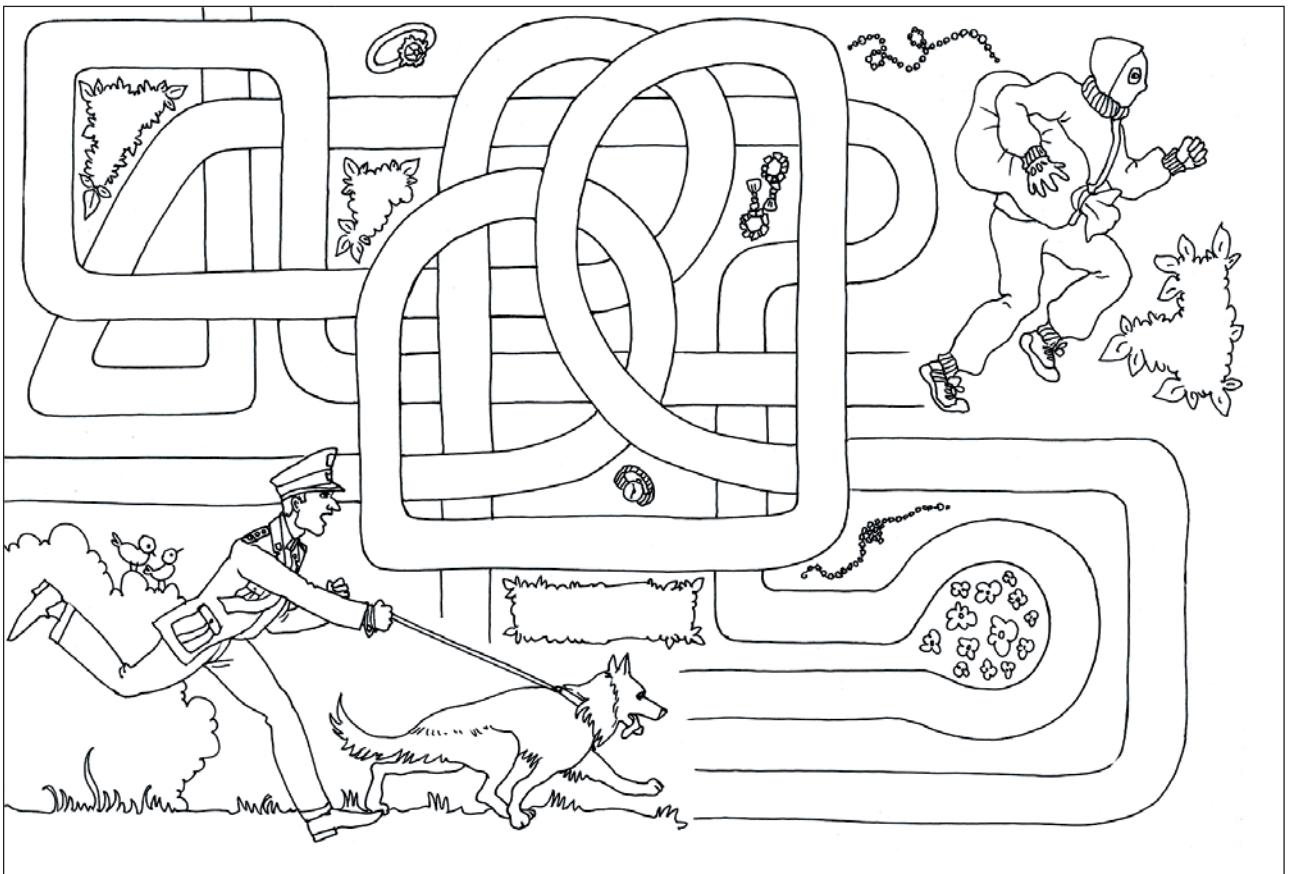
**Skrzatozaurus:** Co mógłby Pan przekazać wszystkim tym, którzy chcieliby w przyszłości pracować w policji?

**Policjant:** Jest to bardzo ciężka i ryzykowna praca. Zabiera bardzo dużo czasu. Pracujemy w święta, w weekendy, w ciągu dnia i w nocy. Ale przynosi też wiele radości i satysfakcji! Pomoc niesiona innym ludziom jest dla mnie nieopisaną nagrodą. Nie chciałbym zamienić tej pracy na żadną inną.

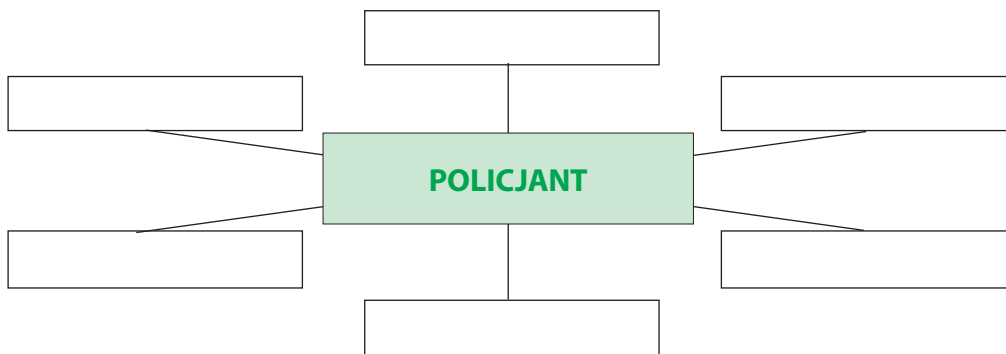
Wywiad przeprowadzono z sierżantem Pawłem K., pracującym na stanowisku dzielnicowego.



Czy policjantowi uda się złapać złodzieja?  
Pomóż mu znaleźć właściwą drogę, a następnie  
pokoloruj rysunek.



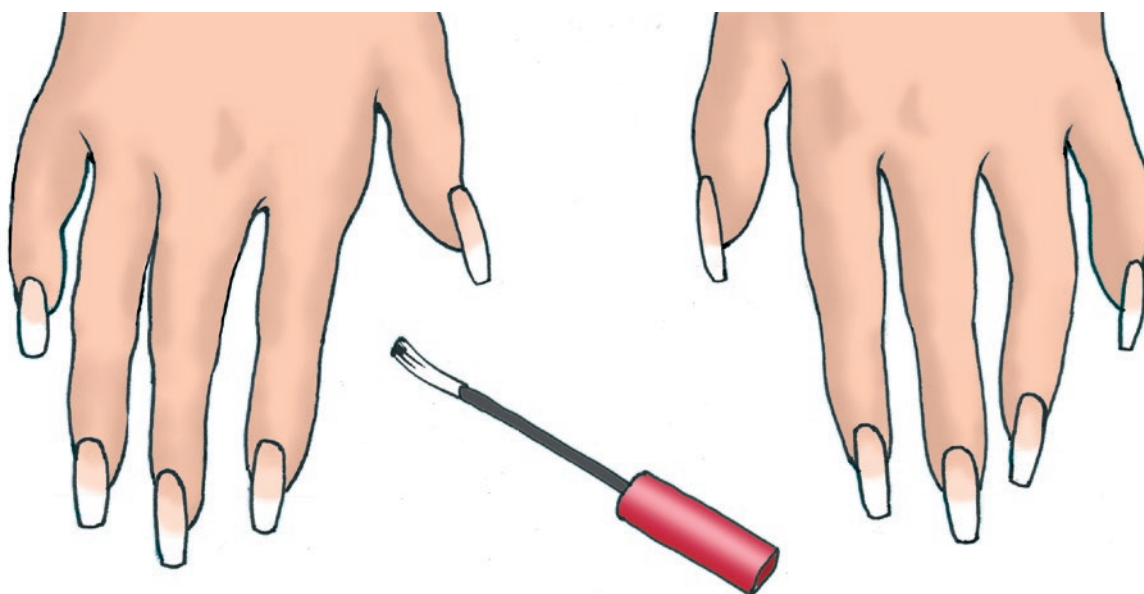
Z czym kojarzy Ci się praca policjanta? Spróbuj uzupełnić schemat.



## 17. KOSMETYCZKA

Jest to zawód usługowy. Polega na ocenie potrzeb klienta, dobraniu odpowiedniego rodzaju zabiegu i właściwego kosmetyku. Kosmetyczka może wykonywać zabiegi pielęgnacyjne, upiększające i lecznicze. Doradza również klientom, jak właściwie dbać o swoje ciało. Kosmetyczka powinna się cechować życzliwością, opiekuńczością, umiejętnością słuchania klientów i łatwością nawiązywania kontaktów z ludźmi. Ponadto ważne są w tym zawodzie zmysł artystyczny i zdolności manualne.

W zawodzie technik usług kosmetycznych wyróżnia się grupy stanowisk, które związane są z: pielęgnacją rąk i nóg (dłoni i stóp), dobieraniem i wykonywaniem makijażu, wykonywaniem odpowiednich zabiegów pielęgnacyjnych i leczniczych twarzy, szyi i dekoltu oraz zabiegów kosmetycznych całego ciała.



Jak uważasz, czy zawód kosmetyczki jest potrzebny?

## 18. RATOWNIK GÓRSKI

Ratownik górski zajmuje się przewidywaniem zagrożeń górskich i ostrzeganiem przed nimi innych osób. Informuje o właściwym doborze sprzętu, który może okazać się przydatny podczas górskich wycieczek. Bardzo ważnym zadaniem ratownika górskiego jest pomoc osobom, które napotkały trudności na górskim szlaku. Przyjmuje on zgłoszenia o wypadkach, lokalizuje je, poszukuje osób zaginionych oraz udziela pomocy przedlekarskiej poszkodowanym. Dociera do poszkodowanego, który znajdować się może w trudno dostępnych miejscach, takich jak: ściana skalna, dno jaskini, oblodzona trasa narciarska czy unieruchomiona kolej linowa, nawet mimo niskich temperatur, zasp, mgły czy zadyminy śnieżnej.

Praca na stanowisku ratownika górskiego wymaga dobrej sprawności fizycznej, opanowania, wrażliwości na ludzkie cierpienie oraz odporności na stres. Ważna jest także umiejętność podejmowania szybkich i właściwych decyzji oraz zdolność do współdziałania w zespole.

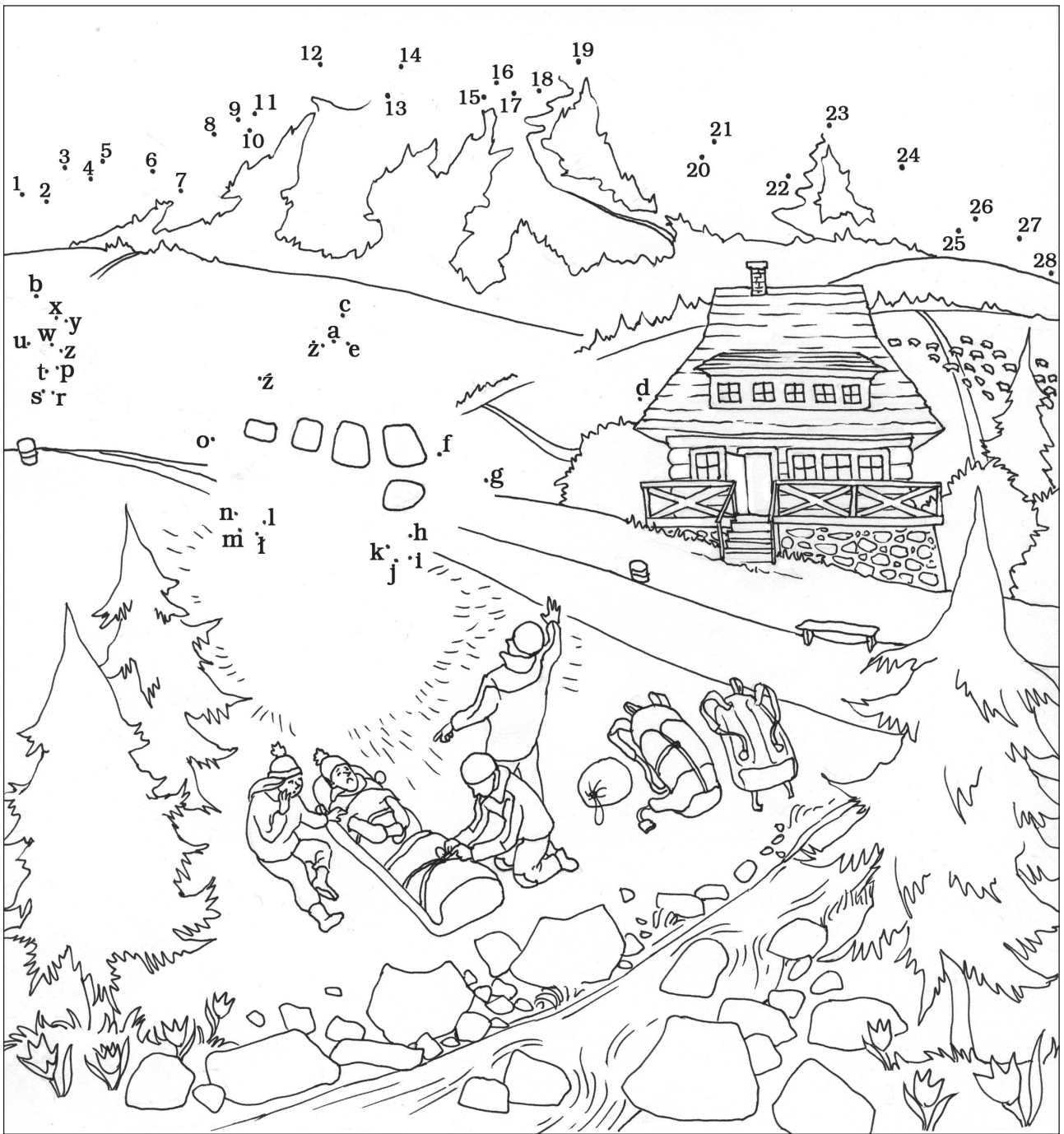
Jak myślisz, dlaczego te właśnie cechy są ważne w zawodzie ratownika górskiego?

Góry są piękne, ale wędrówka po nich wymaga odpowiednich umiejętności oraz właściwego sprzętu dostosowanego do pory roku i warunków klimatycznych. W góry warto wyruszać z osobami doświadczonymi, które służyć nam będą pomocą i radą.

Należy też pamiętać o numerze alarmowym **0-601-100-300** oraz **985**



Mam dla Ciebie kolejne ćwiczenie!  
Tym razem twoim zadaniem jest połączyć ze sobą kolejne liczby.  
Następnie połącz literki według kolejności, w jakiej znajdują się w alfabecie.  
Ciekawy jestem, czy Ci się uda! - Życzę powodzenia!



Co powstało po połączeniu liczb?  
 A co po połączeniu liter?  
 Teraz możesz pokolorować rysunek



## 19. BIBLIOTEKARKA

Bibliotekarka to osoba, która zajmuje się wypożyczaniem książek. Ale czy to jest jej jedyne zajęcie? Oczywiście, że nie! W wielu bibliotekach istnieją centra informacji multimedialnej, które oferują, oprócz tradycyjnego wypożyczania książek i udostępniania czasopism, możliwość wyszukiwania informacji dzięki specjalnym programom komputerowym. Można tam również skorzystać z Internetu, obejrzeć program edukacyjny czy interesujący film na dany temat. Pracownik biblioteki współpracuje również z różnymi instytucjami oraz organizuje wiele form pracy z czytelnikiem. Może być on zatrudniony w różnych działach biblioteki, np. gromadzenia, opracowywania i udostępniania informacji.

Osoba pracująca w bibliotece powinna się cechować m.in.:

- umiejętnością obsługi komputera, kserokopiarki, automatycznej wypożyczalni czy też pulpitu sterującego pracą urządzeń elektrycznych;
- dokładnością, systematycznością i skrupulatnością;
- umiejętnością logicznego myślenia i podzielnością uwagi;
- zamiłowaniem do ładu i porządku;
- chęcią ciągłego poszerzania swojej wiedzy i umiejętności.

Skrzatozaurus przygotował dla Ciebie rebus! Spróbuj go rozwiązać.



## 20. PILOT

Pilot samolotowy powinien charakteryzować się silnym charakterem, cierpliwością oraz opanowaniem w sytuacjach stresowych. Podstawowym wymogiem w tym zawodzie jest znajomość języka angielskiego, który jest językiem międzynarodowej komunikacji lotniczej.

Oprócz dyspozycji psychicznej u pilota ważna jest także sprawność fizyczna, która sprawdzana jest w trakcie badań lotniczo-lekarskich.

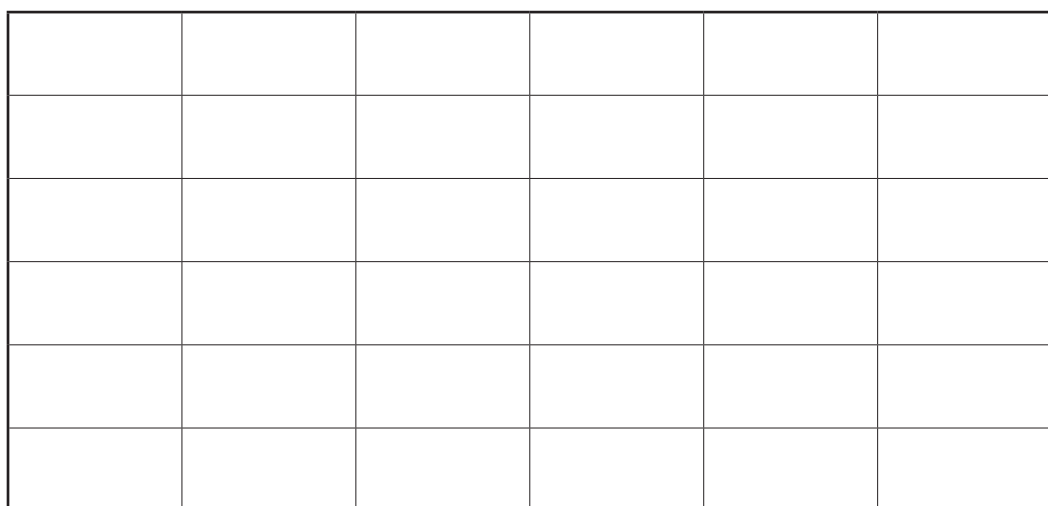
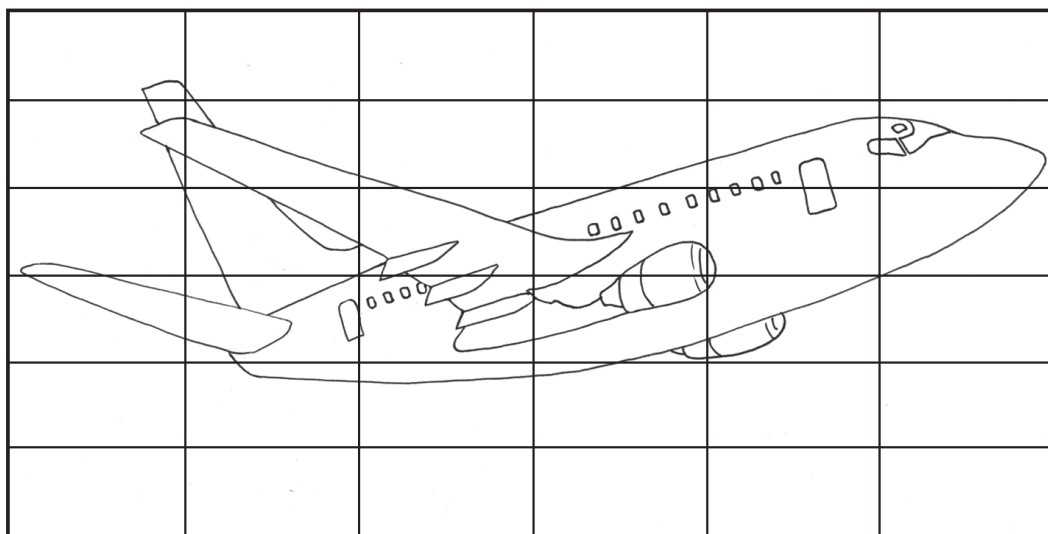
Wykonywanie pracy na stanowisku pilota samolotowego wymaga ukończenia szkolenia lotniczego, odbycia praktyki lotniczej oraz posiadania odpowiedniej wiedzy i umiejętności, które pozwolą na zadowalające zaliczenie państwowego egzaminu.





W samolotach turystycznych oprócz pilota i drugiego pilota latają również stewardessy. Podstawowym wymogiem, aby wziąć udział w rekrutacji, jest posiadanie świadectwa dojrzałości oraz znajomość dwóch języków obcych. Oprócz badań lekarskich należy zaliczyć trzy etapy kwalifikacji.

Pilot musi być bardzo dokładny.  
Spróbuj odwzorować rysunek samolotu  
najbardziej dokładnie, jak potrafisz!



Polegają one m.in. na odgrywaniu przed komisją różnych sytuacji, które mogą mieć miejsce w samolocie, np. „Co zrobisz, gdy pasażer jest wobec ciebie niegrzeczny?”.

Po pozytywnym przejściu przez proces kwalifikacji należy odbyć 6-tygodniowy kurs łączący teorię i praktykę związaną z lotnictwem.

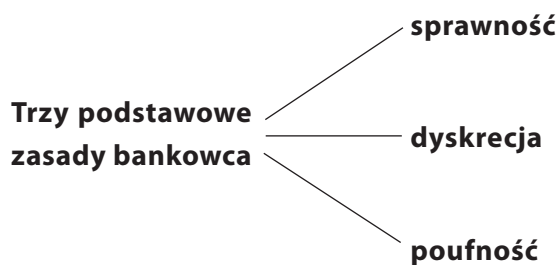
A jak Ty, będąc stewardessą,  
zareagowałabyś na niegrzecznego  
i kapryśnego pasażera?



## 21. BANKOWIEC

Praca w tym zawodzie jest trudna i wymaga posiadania wielu specjalistycznych umiejętności. Bardzo ważna jest umiejętność radzenia sobie ze stresem wynikającym z ogromnej odpowiedzialności. Wśród najistotniejszych cech w tym zawodzie wymienić można: systematyczność, dokładność, uzdolnienia matematyczno-rachunkowe, zdolność do nawiązywania dobrych relacji z klientami i współpracownikami, umiejętność podejmowania decyzji, ryzyka i dobrej organizacji własnej pracy.

Swoją pracę specjalista bankowości wykonuje, wykorzystując różnorodne systemy informatyczne oraz oprogramowania bankowe.



Spróbuj rozwiązać zadanie, które przygotował dla Ciebie Skrzatozaurus. Policz równania, a wynik wpisz w wykropkowane miejsca.

Jak myślisz, jakie znaczenie w pracy bankowca mają zdolności matematyczne?

Pierwsze monety zostały użyte w Turcji bardzo, bardzo dawno temu, gdyż przed ponad 2700 laty, zaś pierwsze banknoty zostały użyte w Chinach w XI wieku naszej



	+		+		=	_____
	+		=	_____		
	-		-		=	_____
	-		=	_____		
	+		+		=	_____



A teraz spróbuj policzyć banknoty.



+



+



=

\_\_\_\_\_



+



+



=

\_\_\_\_\_



-



=

\_\_\_\_\_



-



-



=

\_\_\_\_\_



=



+

\_\_\_\_\_



=



+



+

\_\_\_\_\_

## 22. MECHANIK

Technik mechanik organizuje i nadzoruje prace związane z konstrukcją, montażem i naprawą wszelkich maszyn i urządzeń przemysłowych. Należą do nich np. maszyny budowlane, drogowe, przeznaczone do obróbki metali, górnicze, hutnicze oraz związane z transportem samochodowym, szynowym, wodnym i lotniczym.

Opracowuje on również dokumentację techniczną, konserwacje i regulacje maszyn czy też rozliczenia kosztów ich naprawy. Może się również specjalizować w nadzorowaniu szkoleń pracowników, a także – po odpowiednim przeszkoleniu – pracować w zawodzie nauczyciela praktycznej nauki zawodu.

Zawód mechanika dzieli się na różne specjalności, takie jak:

- mechanik pojazdów samochodowych;
- operator pojazdów i maszyn rolniczych;
- monter maszyn i urządzeń.

Mechanik powinien się charakteryzować dobrą koncentracją wzrokowo-ruchową, sprawnościami manualnymi, koncentracją i podzielnością uwagi, dokładnością, odpowiedzialnością za bezpieczeństwo użytkowników oraz zainteresowaniami technicznymi.

Jak myślisz, jakie znaczenie dla ludzi ma praca mechanika?

Skrzatozaurus przygotował dla Ciebie kolejne zadanie.



Czy wiesz, czym zajmuje się mechatronik?  
Opracowuje on i projektuje układy i mikroprocesory, które sterują pracą różnych urządzeń, tj. automatyczne drzwi, aparaty fotograficzne czy też roboty przemysłowe.  
Osoba wykonująca ten zawód wykorzystuje wiedzę m.in. z takich dziedzin, jak: mechanika, elektronika, informatyka, optyka i automatyka.

Pokoloruj pola zgodnie z instrukcją zamieszczoną pod rysunkiem, a zobaczysz, co się w nim kryje.



- |    |   |   |   |
|----|---|---|---|
| •  | ● | - | ● |
| *  | ● | = | ● |
| ** | ● | , | ● |
| +  | ● |   |   |

Ciekawe, co takiego powstanie?  
Powodzenia!



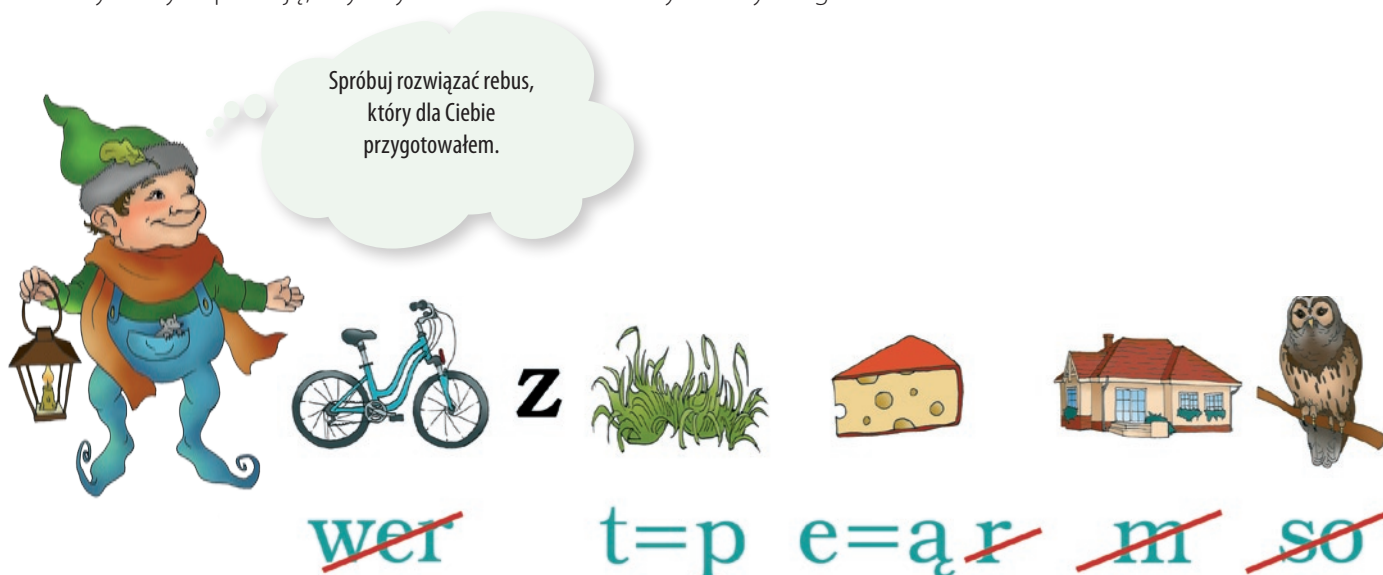
## 23. PRAWNIK

Zasady i reguły ustalone wśród ludzi mają na celu utrzymanie porządku. Wyznaczają, jakie postępowanie jest dopuszczalne, a jakie nie. Wszystkie te reguły regulowane są przez obowiązujące w każdym państwie przepisy prawa.

Prawo dzieli się na cywilne i karne. Celem prawa cywilnego jest rozstrzygnięcie różnorodnych sporów występujących między osobami i instytucjami, zaś celem prawa karnego jest karanie ludzi za popełnione przez nich przestępstwa.

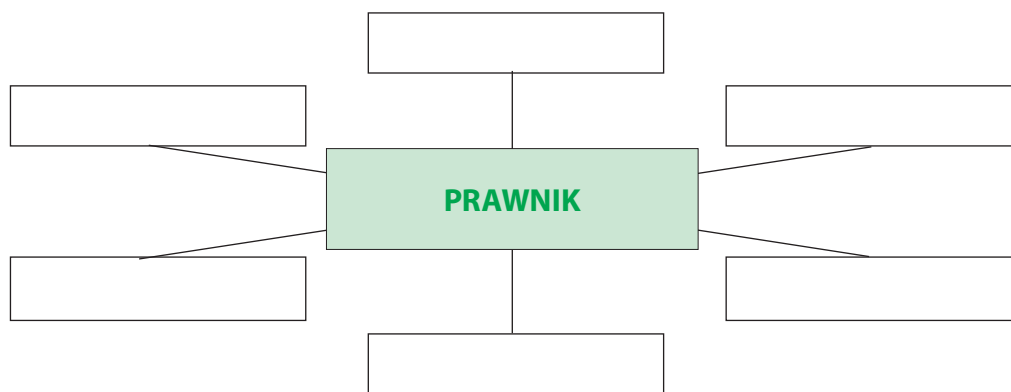
Prawnik pozostaje w częstym kontakcie ze swoimi klientami. Wysłuchuje ich, wyjaśnia, doradza i pokazuje możliwe drogi rozwiązania problemu. Wykorzystuje do tego swoje umiejętności i bardzo szeroką wiedzę z zakresu prawa. Musi być fachowcem w swojej dziedzinie i umieć wzbudzać zaufanie, gdyż problemy, z którymi ma do czynienia, są często bardzo trudne i osobiste.

Praca w zawodzie prawnika wymaga przede wszystkim ukończenia studiów prawniczych. Następnie należy odbyć aplikację, czyli cykl szkoleń zakończony trudnym egzaminem.



Z czym kojarzy Ci się praca prawnika?

Swoje pomysły wpisz do okienek w schemacie.



## 24. CUKIERNIK

Cukiernik wykonuje czynności produkcyjno-technologiczne związane z wypiekiem ciast i ciasteczek. Obsługuje maszyny i urządzenia do produkcji swoich wyrobów oraz ocenia ich jakość.

Skrzatozaurus chciałby upiec ciasto. Niestety zapomniał, jaka jest kolejność jego wykonywania. Spróbujesz pomóc Skrzatozaurusowi? Połącz strzałką cyfry z czynnościami według właściwej kolejności.

- 1 Dodawaj po jednym żółtku, ciągle ubijając.
- 2 Wlej rozpuszczoną margarynę.
- 3 Ciasto wyłóż do blaszki.
- 4 Ubij białka z cukrem.
- 5 Dadaj proszek do pieczenia i cukier waniliowy.
- 6 Wsyp pokrojone owoce i wymieszaj.
- 7 Wsyp mąkę i wymieszaj na jednolitą masę.

W zawodzie cukiernika wyróżnia się dwa stanowiska: cukiernika i mistrza cukierniczego. Droga do mistrzostwa zależna jest przede wszystkim od wykształcenia i umiejętności.

Jednym z zadań cukiernika jest tworzenie elementów dekoracyjnych na różnych ciastach i ciasteczkach. Spróbuj i Ty pięknie udekorować mój urodzinowy tort! Dorysuj również inne smakołyki. Żaden talerz i półmisek nie może zostać pusty. Mniam, mniam... Ale pyszności!



Mam dla Ciebie ostatnie zadanie. Narysuj w ramce zawód, który najbardziej Cię interesuje!  
W miejscu wykropkowanym wpisz swoje imię.





## Instrukcja do gry planszowej „Świat zawodów Skrzatozaurusa”

Do gry potrzebne Wam będą pionki oraz kostka. Jako pionki możecie wykorzystać kolorowego Skrzatozaurusa. Do wyboru macie aż sześć kolorów! Musicie je jednak najpierw wyciąć z tabeli umieszczonej poniżej i nakleić na tekturkę.

Pionkami mogą być również guziki lub kamyki.

Plansza do gry składa się z dwóch części, które należy ze sobą połączyć tak, by stanowiła jedną całość. Jeśli nakleisz ją na coś sztywnego (kartkę z bloku technicznego, kawałek kartony, tekturę), będzie grało się wygodniej, a gra nie zniszczy się tak szybko.



Teraz możesz zaprosić kogoś do gry! Kolejno rzucacie kostką. Gdy ktoś z Was stanie na polu oznaczonym literą lub cyfrą, musi odpowiedzieć na pytanie przygotowane przez Skrzatozaurusa. Karta pytań znajduje się poniżej.

Życzę powodzenia!

**1**

Przesuń się do przodu  
o dwa pola.

**2**

Jak nazywa się lekarz badający alergię?  
Przesuń się do przodu  
o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie  
pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi,  
pozostajesz na swoim miejscu.

**3**

Stoisz na znaku stop. Omija Cię jeden  
rzut kostką.

**4**

W nim ratownicy górscy lecą do  
poszkodowanego.  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu  
liter składa się rozwiązanie pytania.  
Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz  
na swoim miejscu.

**5**

Pilnuje prawa i porządku, czasami  
kieruje ruchem drogowym.  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu  
liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli  
nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na  
swoim miejscu.

**6**

Znajdujesz się  
w kopalni.  
Podziemnym korytarzem cofasz się do  
pola oznaczonego żółtym kwiatem.

**7**

Jest podłączona do komputera. Taką  
samą nazwę nosi małe zwierzątko  
lubiące jeść żółty ser.  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu  
liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli  
nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na  
swoim miejscu.

**8**

Stoisz na czerwonym świetle.  
Omija Cię jeden rzut kostką.

**9**

Gasi pożary.  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu  
liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli  
nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na  
swoim miejscu.

**10**

Gratulacje!  
Jesteś ogrodnikiem! Przesuń się na pole  
oznaczone niebieskim kwiatem.

**11**

Doskonale zna się na komputerach.  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu  
liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli  
nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na  
swoim miejscu.

**12**

Jesteś w gabinecie weterynarza.  
Przenieś się na pole oznaczone kotem.

**13**

Jesteś w teatrze.  
Oglądasz ciekawy spektakl.  
Omija Cię jeden rzut kostką.

**14**

Stoisz w miejscu oznaczonym znakiem  
„zakaz wjazdu”.  
Cofnij się o cztery pola.

**15**

Gratulacje!  
Znajdujesz się  
w cukierni.  
Przenieś się na pole oznaczone tortem.

**16**

Cofnij się o dwa pola.

**A**

Kto pracuje w kopalni? Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na swoim miejscu.

**B**

Gratulacje!  
Przejdź przez mostek na pole oznaczone różowym kwiatkiem.

**C**

Cofnij się o jedno pole.

**D**

Brawo!  
Rzuć kostką raz jeszcze i przesuń się do przodu o tyle miejsc, ile wskaże Ci kostka.

**E**

Jak się nazywa największa z planet Układu Słonecznego?  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na swoim miejscu.

**F**

Jak się nazywa kontynent, na którym leży Polska?  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na swoim miejscu.

**G**

Co krawcowa zakłada na palec, by nie ukłuć się igłą?  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na swoim miejscu.

**H**

Cofnij się o pięć pól.

**I**

Stoisz na zielonym świetle.  
Rzuć kostką raz jeszcze.

**J**

Cofnij się o trzy pola.

**K**

Gratulacje!  
Stoisz na płycie lotniska!  
Przelatujesz samolotem na pole oznaczone drzewem.

**L**

Kto decyduje w sądzie o orzeczeniu winy i karze?  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi, pozostajesz na swoim miejscu.

**M**

Wygrzysz lot balonem!  
Niestety wiatr niesie Cię do tyłu.  
Lądujesz na polu oznaczonym czerwonym kwiatkiem.

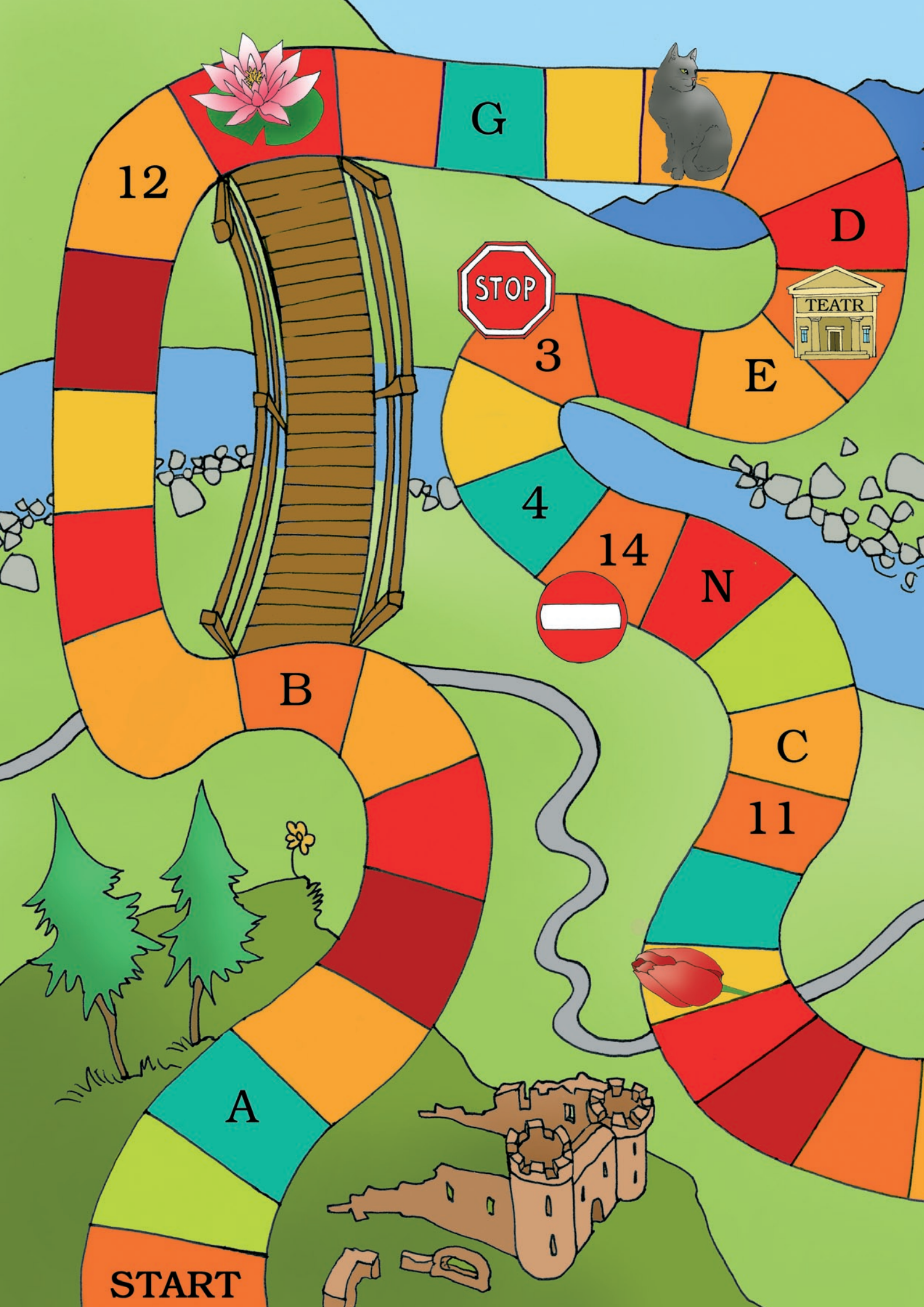
**N**

Kto dyryguje orkiestrą?  
Przesuń się do przodu o tyle pól, z ilu liter składa się rozwiązanie pytania. Jeśli nie znasz odpowiedzi pozostajesz na swoim miejscu.

**O**

Znalazłeś się u krawcowej. Przechodzisz na pole oznaczone igłą do szycia.





12

G

D



3

E



4

14

N



B

C

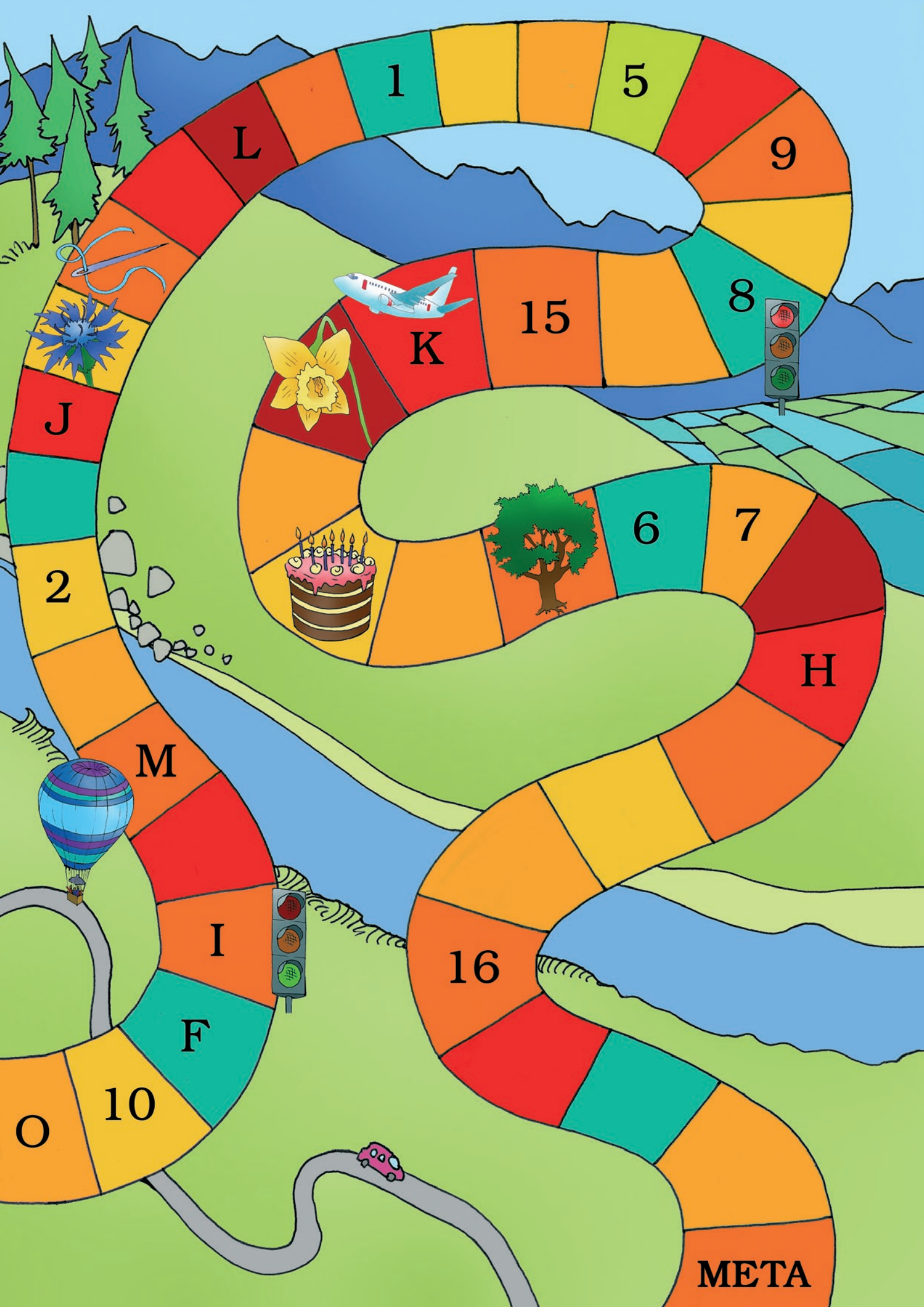
11



A



START



1

5

L

9

8

15

K

J

6

7

2

H

M

16

I

F

10

O

META

## Rozwiązania niektórych zadań zamieszczonych w poradniku

### Str. 11

Rebus: **KOPALNIA**

### Str. 13

1.	flet poprzeczny
2.	kontrabas
3.	perkusja
4.	trąbka
5.	gitarą
6.	fortepian
7.	harfa

### Str. 15

*Dawno, dawno temu, za siedmioma **górami**, za siedmioma **lasami** żyła sobie piękna **księżniczka**. Bardzo lubiła siedzieć na zielonej łące, wśród pachnących **kwiato**w i śpiewu **ptaków**. Wpatrywała się w **pa-jąka** starannie budującego sieć, w pracowite **mrówki** maszerujące do mrowiska oraz w rozpromienione **słońce**, które co jakiś czas ukrywało się za chmurami.*

### Str.17



### Str. 22

SZPILKI; IGŁA; NITKA; NAPARSTEK; GUZIKI; NOŻYCZKI.

### Str. 24

Rebus: **WIZAŻYSTKA**

### Str 25

S	T	O	M	A	T	O	L	O	G
	A	L	E	R	G	O	L	O	G
	P	E	D	I	A	T	R	A	
L	A	R	Y	N	G	O	L	O	G
		C	H	I	R	U	R	G	
F	I	Z	Y	K	O	T	E	R	A
	A	N	E	S	T	E	Z	J	O
	K	A	R	D	I	O	L	O	G

### Str. 27

Na ilustracji znajduje się 45 kwiatów.

### Str. 32

1.	SAMOCHÓD OSOBOWY
2.	SAMOCHÓD TERENOWY
3.	CIĘŻAROWY
4.	LIMUZyna
5.	SAMOCHÓD DOSTAWCZY
6.	SAMOCHÓD SPORTOWY

### Str. 34

Najmniejszym kontynentem jest Australia





## Bibliografia

1. Appelt K. (2004), *Wiek szkolny. Jak rozpoznać potencjał dziecka?*, [w:] A. I. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
2. Brzezińska A. (1992), *Rozwój jako osiągnięcie samodzielności: analiza rozwoju psychospołecznego w okresie dzieciństwa i młodości*, [w:] A. Brzezińska, M. Burtowy (red.), *Psychologiczne problemy edukacji przedszkolnej*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań.
3. Bednarczyk H., Jaszczuk T., Woźniak I. (2008), *Polskie standardy kwalifikacji zawodowych*, Wydawnictwo Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa.
4. Bee H. (2004), *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Zys i S-ka, Poznań.
5. Chmiel I. (2005), *Program preorientacji zawodowej w przedszkolu*, [w:] A. Krajna, L. Ryk, K. Sujak-Lesz (red.), *Edukacja zawodoznawcza i edukacja projakościowa w szkole*, Wydawnictwo MarMar, Wrocław.
6. Deptuła M. (1997), *Szanse rozwoju psychospołecznego dzieci w zmieniającej się szkole*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej, Bydgoszcz.
7. Farndon J. (1994), *Szkolna encyklopedia*, Wydawnictwo RTW, Warszawa.
8. Lelińska K. (2006), *Zawodoznawstwo w planowaniu kariery*, Wydawnictwo Ochotnicze Hufce Pracy Komenda Główna, Warszawa.
9. Lelińska K., Sołtysińska G., Gruza M. (2005), *Zawody szkolnictwa zawodowego*, Wydawnictwo Ministerstwa Edukacji Narodowej, Warszawa.
10. Muchacka B., Czaja-Chudyba I. (2007), *Strategia wspierania strukturyzacji wiedzy dziecka w sytuacjach edukacyjnych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
11. Perspektywy. Informator o zawodach, wydanie III poszerzone i uzupełnione, 2005/ 2006.
12. Schumacher C., Schwartz S. (1998), *100 zawodów z przyszłością*, Wydawnictwo Adamantan, Warszawa.
13. Stefańska-Klar R. (2007), *Późne dzieciństwo. Młodszy wiek szkolny*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.



## Aneks 1

### OPIS ANEKSU

Aneks, który dołączamy do poradnika składa się ze schematu obrazującego podział instytucji polskiego poradnictwa zawodowego<sup>1</sup> oraz z opisu wybranych instytucji sektora publicznego.

Zadania instytucji rynku pracy, w tym publicznych służb zatrudnienia, do których należą wybrane opisane w aneksie instytucje określone zostały przede wszystkim w Ustawie z dnia 20 kwietnia 2004 roku o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy, Dz.U. Nr 99, poz. 1001 z późniejszymi zmianami, rozdział 4: Publiczne służby zatrudnienia, art. nr 8 i 9.

Mamy nadzieję, że poczyniony przez Autorów opis instytucji posłuży Czytelnikom w lepszej orientacji w zadaniach i funkcjach jednostek zajmujących się doradztwem i poradnictwem zawodowym.

Z życzeniami dobrej i pożytecznej lektury

Joanna Aksman

koordynator ds. poradników

z cyklu „Wybór zawodu”

---

<sup>1</sup> Schemat podziału przytaczamy za czasopismem „Doradca zawodowy” nr 2 (7)/2009, 22-23.

## Spis aneksów:

Schemat podziału instytucji polskiego poradnictwa zawodowego

### **Instytucje Samorządowe:**

Gminne Centra Informacji (przygot. M. Piekarski)

Centra Kształcenia Ustawicznego (przygot. J. Biłko)

Centra Kształcenia Praktycznego (przygot. J. Biłko)

### **Resort Edukacji**

Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne (przygot. M. Kliś)

Szkoły (Szkolne Ośrodki Kariery) (przygot. M. Piekarski)

Akademickie Biura Karier (Ogólnopolska Sieć Biur Karier)

(przygot. E. Wysocka)

### **Resort Pracy**

Wojewódzkie Urzędy Pracy (przygot. K. Grzesiak, B. Zinkiewicz)

Powiatowe Urzędy Pracy (przygot. K. Grzesiak, B. Zinkiewicz)

Centra Informacji i Kariery Zawodowej (przygot. K. Grzesiak,  
B. Zinkiewicz)

Ochotnicze Hufce Pracy (przygot. A. Mirski)

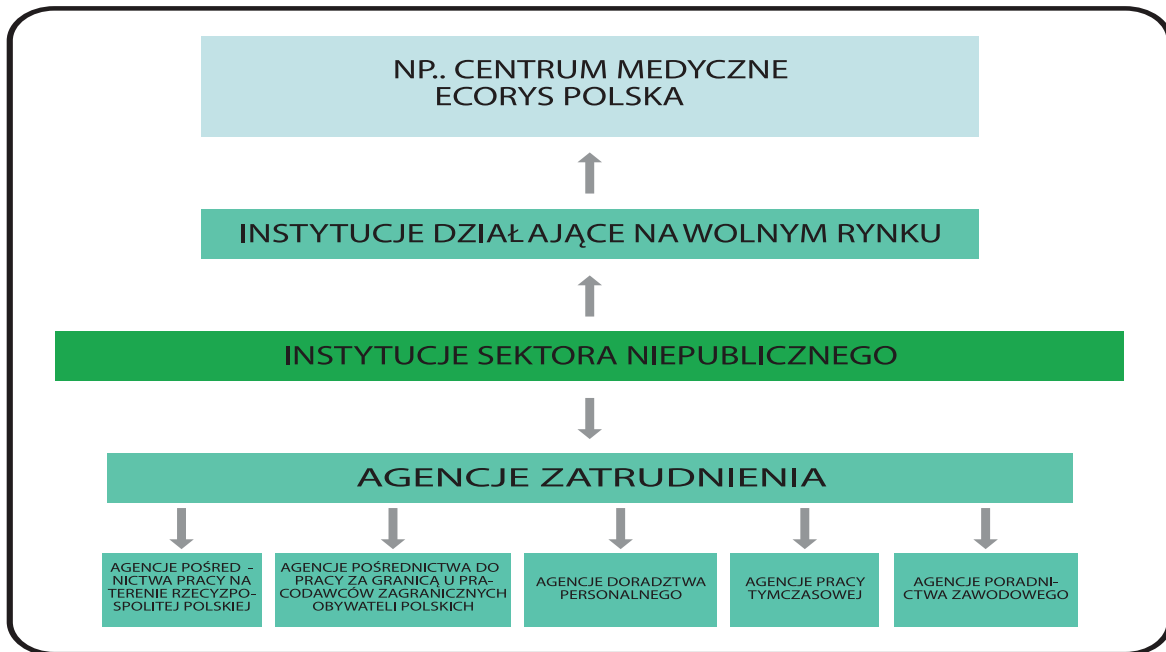
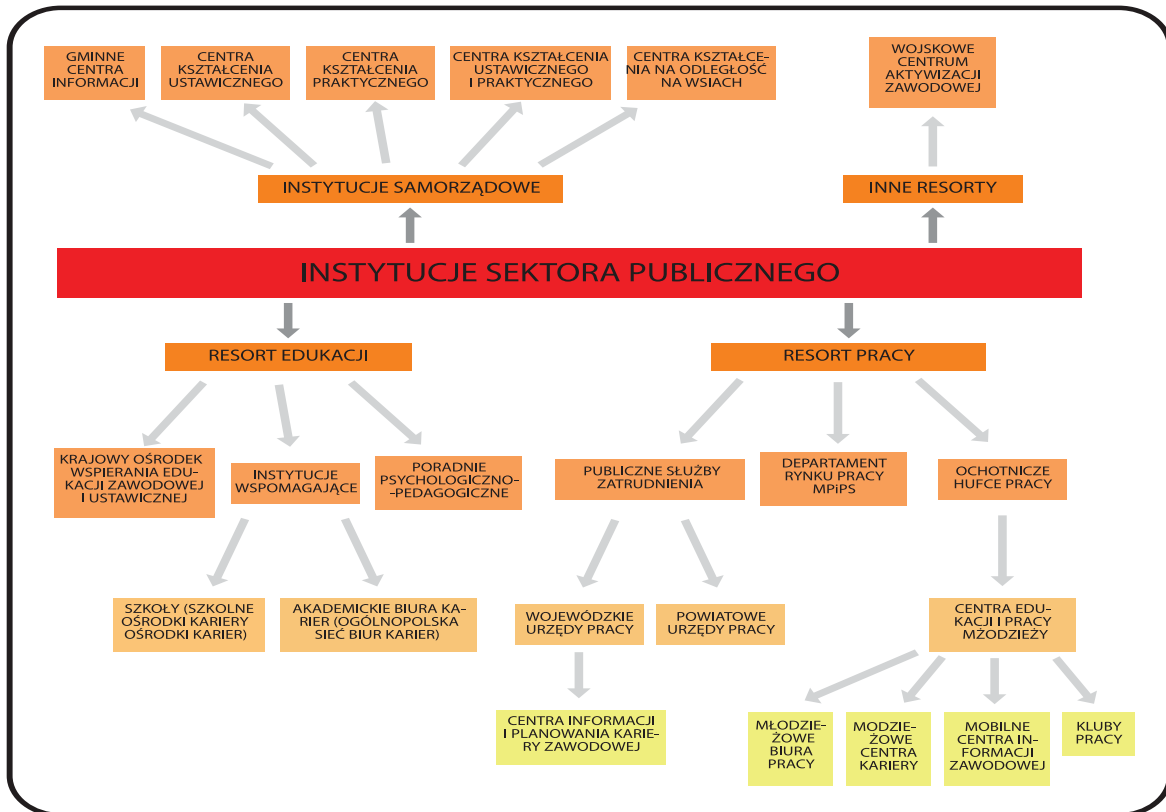
Centra Edukacji i Pracy Młodzieży (przygot. A. Mirski)

Młodzieżowe Biura Pracy (przygot. A. Mirski)

Mobilne Centra Informacji Zawodowej (przygot. A. Mirski)

Młodzieżowe Centra Kariery (przygot. A. Mirski)

## PODZIAŁ INSTYTUCJI POLSKIEGO PORADNICTWA ZAWODOWEGO ZE WZGLĘDU NA PRZYNALEŻNOŚĆ DO SEKTORA



## GMINNE CENTRA INFORMACJI - GCI

Gminne Centra Informacji powstały w ramach Programu Aktywizacji Zawodowej Absolwentów „Pierwsza Praca”. Są to placówki ukierunkowane na aktywizację ludzi młodych i całej społeczności lokalnej oraz ożywienie lokalnego rynku pracy przez zapewnienie łatwego dostępu do nowoczesnych technologii przekazu informacji.

### Do głównych zadań statutowych GCI należy:

1. aktywizacja edukacyjna i zawodowa młodzieży szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych;
2. poradnictwo zawodowe;
3. ożywienie lokalnego rynku pracy;
4. doradztwo prawne;
5. pomoc osobom bezrobotnym i poszukującym pracy;
6. wsparcie pracodawców w doborze kadr;
7. zacieśnienie współpracy z organizacjami pozarządowymi;
8. promocja regionu;

Gminne Centra Informacji świadczą szeroki wachlarz usług mających na celu nie tylko ograniczanie bezrobocia, ale także tworzenie klimatu do rozwoju przedsiębiorczości i aktywności własnej na rynku pracy.

### Podstawowe usługi GCI dla młodzieży to:

1. zapewnienie dostępu do Internetu;
2. udostępnianie nowoczesnego sprzętu komputerowego oraz urządzeń biurowych;
3. umożliwianie korzystania ze zgromadzonych baz danych dotyczących ofert pracy, pracodawców, instytucji świadczących pomoc bezrobotnym;
4. popularyzacja i udostępnianie zasobów i danych dotyczących lokalnego rynku pracy;
5. propagowanie informacji edukacyjnej i zawodowej;
- 6. poradnictwo zawodowe - indywidualne i grupowe dla młodzieży i absolwentów poszukujących pracy;**
7. organizacja specjalistycznych kursów mających na celu podniesienie kwalifikacji zawodowych i ogólnych umiejętności osób poszukujących pracy np. kursy językowe czy obsługa specjalistycznych programów komputerowych;
8. doradztwa prawne np. w zakresie zakładania i prowadzenia własnej działalności gospodarczej;

Opracowano na podstawie strony internetowej : [www.katalog.onet.pl/10174,gminne-centra-informacji](http://www.katalog.onet.pl/10174,gminne-centra-informacji) (stan na dzień 30.09.2010)

## CENTRUM KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO – CKU

Centrum Kształcenia Ustawicznego to placówka oświatowa tworzona w celu kształcenia, doskonalenia i doskonalenia młodzieży i osób dorosłych. CKU działa w oparciu o rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 20 października 1992 r. w sprawie centrów kształcenia ustawicznego.

### Oferta Centrum Kształcenia Ustawicznego dla młodzieży jest następująca:

1. kształcenie, doskonalenie i doskonalenie w formach szkolnych i pozaszkolnych;
2. realizowanie zadań związanych z przyznawaniem tytułów kwalifikacyjnych zgodnie z odrębnymi przepisami;
3. organizowanie egzaminów eksternistycznych z zakresu programów nauczania szkół i kursów;
4. opracowywanie i wydawanie skryptów, poradników oraz materiałów metodycznych dla potrzeb słuchaczy;
- 5. organizacja poradnictwa zawodowego dla młodzieży i rodziców.**

Profesjonalna pomoc doradcy zawodowego w CKU pozwala uczniowi:

1. poznać własne zasoby i swoje predyspozycje zawodowe;
2. zaplanować optymalną drogę rozwoju zawodowego;
3. poznać metody i techniki aktywnego poszukiwania pracy;
4. przygotować do rekrutacji pracowników;
5. sporządzić dokumenty aplikacyjne;
6. odpowiednio przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej przyszłym pracodawcą;
7. skorzystać z porad z zakresu prawa pracy.

Opracowano na podstawie strony internetowej: [www.cku.krakow.pl](http://www.cku.krakow.pl)  
(stan na dzień 30.09.2010)

## CENTRUM KSZTAŁCENIA PRAKTYCZNEGO – CKP

Centrum Kształcenia Praktycznego to publiczna placówka oświatowo-wychowawcza działająca na podstawie rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej nr 192 z dnia 2 kwietnia 1996 roku.

Centrum Kształcenia Praktycznego realizuje zadania z zakresu przygotowania praktycznego młodzieży i dorosłych wynikające z programów nauczania zajęć praktycznych, a także inne zadania zlecone przez szkoły i organ prowadzący oraz inne jednostki organizacyjne i podmioty gospodarcze.

### CKP oferują młodzieży następujące formy kształcenia praktycznego:

1. zajęcia praktyczne dla uczniów i słuchaczy szkół zawodowych zasadniczych, średnich i policealnych w pełnym zakresie programowym bądź w zakresie wybranych treści programowych;
2. przeprowadzanie egzaminów z nauki zawodu i przygotowania zawodowego dla uczniów i słuchaczy szkół zawodowych;
- 3. pomoc doradcy zawodowego w zakresie profesjonalnych usług poradnictwa zawodowego w formie indywidualnych rozmów doradczych oraz zajęć warsztatowych;**
4. kształcenie w zakresie przysposobienia do pracy dla uczniów szkół podstawowych, uczących się w klasach przysposabiających do zawodu;
5. kursy podwyższające kwalifikacje lub przekwalifikowujące;
6. kształcenie praktyczne młodocianych zatrudnionych przez zakłady pracy w celu przygotowania zawodowego;
7. stwarzanie możliwości zdobycia państwowych certyfikatów potwierdzających zdobyte uprawnienia i kwalifikacje;

Opracowano na podstawie strony internetowej: [www.ckp.krakow.pl](http://www.ckp.krakow.pl)  
(stan na dzień 30.09.2010)

## PUBLICZNE PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE

### PODSTAWOWE ZADANIA I FUNKCJE

(w oparciu o Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 11 grudnia 2002. Dz. Ust. Nr 5 Poz. 46 - skrót)

W oparciu o paragraf 1.1 wspomnianego Rozporządzenia można stwierdzić, że publiczne poradnie psychologiczno-pedagogiczne, w tym publiczne poradnie specjalistyczne, udzielają dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w tym pomocy logopedycznej, **pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu**, a także udzielają rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży.

W szczególności **do zadań poradni** należą:

1. wspomaganie wszechstronnego rozwoju dzieci i młodzieży, efektywności ich uczenia się, nabywania i rozwijania umiejętności negocjacyjnego rozwiązywania konfliktów i problemów oraz innych

- umiejętności z zakresu komunikacji społecznej;
2. profilaktyka uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży, udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej dzieciom i młodzieży z grup ryzyka;
  3. terapia zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych;
  4. pomoc uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu oraz planowania kariery zawodowej;
  5. prowadzenie edukacji prozdrowotnej wśród uczniów, rodziców i nauczycieli;
  6. pomoc rodzicom i nauczycielom w diagnozowaniu i rozwijaniu potencjalnych możliwości oraz mocnych stron uczniów;
  7. wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji rodziny.

Poradnie psychologiczno-pedagogiczne prowadzą m.in. dział orientacji i poradnictwa zawodowego, w ramach którego proponują m.in.:

1. Badania psychologiczne i pedagogiczne uczniów niezdecydowanych w wyborze kierunku kształcenia i przyszłego zawodu, b) uczniów kierowanych do gimnazjum uzawodowionego, a także c) uczniów z ograniczonymi możliwościami wyboru kierunku kształcenia i zawodu ze względu na stan zdrowia.
2. Cykl spotkań grupowych dla uczniów klas I, II, III gimnazjum, przygotowujących się do podjęcia decyzji edukacyjno-zawodowej.
3. Grupowe zajęcia aktywizujące dla uczniów liceum, które mogą pomóc tym uczniom w przygotowaniu świadomego planowania kariery zawodowej i podjęcia roli zawodowej.
4. Udzielają indywidualnych porad zawodowych w Punkcie Poradnictwa Zawodowego (po wcześniejszym telefonicznym ustaleniu terminu spotkania).
5. Udostępniają uczniom materiały informacyjne z utworzonej Bazy Informacji Edukacji i Zawodowej.

Adresy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych można znaleźć na stronie: [http://www.pkt.pl/firmy/-/q\\_poradnia + psychologiczno-pedagogiczna /1/](http://www.pkt.pl/firmy/-/q_poradnia+psychologiczno-pedagogiczna/1/)

oraz w wyszukiwarce Google po wpisaniu hasła: poradnia psychologiczno-pedagogiczna oraz nazwy miasta, w którym poszukujemy takiej poradni.

## SZKOLNE OŚRODKI KARIERY - SZOK

Szkolne Ośrodki Kariery w szkołach gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych o uprawnieniach szkół publicznych zostały utworzone wyniku grantu w ramach Programu Aktywizacji Zawodowej Absolwentów „Pierwsza Praca” organizowanego przez Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej oraz Komendę Główną OHP w latach 2003 - 2005.

SzOK jest miejscem, w którym praca z młodzieżą może przybierać różne formy: wykładów, prelekcji, treningów, szkoleń, kursów umiejętności i warsztatów grupowych, porad indywidualnych i samodzielnej pracy pod opieką doradcy zawodowego.

**Szkolny Ośrodek Kariery przygotowuje młodzież do** właściwego i trafnego wyboru dalszej ścieżki kształcenia oraz wejścia na rynek pracy poprzez:

1. poradnictwo zawodowe w formie indywidualnej i grupowej;
2. diagnozę najbardziej optymalnej ścieżki rozwoju zawodowego ucznia;
3. gromadzenie i udostępnianie informacji o rynku edukacji i rynku pracy.

Uczniowie i absolwenci na terenie szkoły mogą:

1. samodzielnie korzystać z bazy i zasobów SzOK-u;
2. uczestniczyć w indywidualnych konsultacjach i rozmowach z doradcą zawodowym;
3. brać udział w spotkaniach grupowych - szkoleniach, ćwiczeniach, treningach i warsztatach.

Szkolne Ośrodki Kariery oferując swoją pomoc młodzieży są wyposażone w:

1. Książki i poradniki z zakresu doradztwa zawodowego: (m.in. Informator dla maturzystów, Sposób na Karierę, Jak przygotować swoje CV, żeby zdobyć wymarzoną pracę, Rozmowa kwalifikacyjna, Informator o zawodach wyd. Perspektywy itp.);
2. Specjalistyczne programy komputerowe: (m.in. e-SzOK, Gawrosz- młodzieżowe vademecum poszukiwania pracy, Piramida Kariery, Potęga rozumu, Własna firma, Absolwent);
3. Szkolenia na CD: (m.in. Sztuka występów, Kierowanie zespołem, Projekt management, Profesjonalna obsługa klienta, Mowa ciała, Profesjonalna sprzedaż, Trening umysłu, Szybkie czytanie, Zarządzanie czasem);
4. Filmy na CD: (m.in. Lider – jak przewodzić ludziom, Psychologia obsługi klienta, Skuteczny negocjator);
5. Filmy na kasetach video: (m.in. Jak pokonać stres, Autoprezentacja, Asertywność, Poczucie własnej wartości),
6. Licencjonowane testy badające predyspozycje i skłonności zawodowe np: „Test Obrazkowy Zawodów BBT” M. Achtniccha czy „Wielowymiarowy Kwestionariusz Preferencji”

Ponadto Szkolne Ośrodki Kariery posiadają informacje dotyczące systemów kształcenia i możliwości staży i praktyk w państwach Unii Europejskiej. Dzięki tym zasobom i przy stałej pomocy doradcy zawodowego młodzież zdobywa wiedzę o rynku pracy i kształtuje swoje umiejętności zawodowe i pozazawodowe na tyle skutecznie, aby konkurować o swoje miejsce w życiu zawodowym z młodymi ludźmi z innych państw Unii Europejskiej.

Opracowano na podstawie strony internetowej Zespołu Szkół Łączności w Krakowie: [www.tl.krakow.pl](http://www.tl.krakow.pl) (stan na dzień 30.09.2010)

## AKADEMICKIE BIURA KARIER (OGÓLNOPOLSKA SIĘĆ BIUR KARIER)

Cele działania: dostarczanie informacji i udzielanie pomocy w aktywnym wejściu na rynek pracy i w efektywnym funkcjonowaniu na nim, studentom i absolwentom danej uczelni (zawodowa promocja); ograniczenie bezrobocia; pomoc w nawiązywaniu kontaktów między nauką a praktyką promocja uczelni, zarówno wobec przyszłych studentów, jak i firm.

### Główne obszary działania

- A. Działania doradcze i szkoleniowe:** szkolenia i seminaria dla studentów (otwarte i wpisane w program studiów), poradnictwo indywidualne (testy psychologiczne, rozmowy doradcze, pomoc w przygotowaniu dokumentów aplikacyjnych i do rozmowy z pracodawcą). Cykliczny projekt Akademia Kariery, którego celem jest przygotowanie do efektywnego poszukiwania pracy oraz umożliwienie spotkania z praktykami konkretnych branż (bezpłatne wykłady, szkolenia, warsztaty aktywizujące, treningi specjalistyczne).
- B. Działania informacyjne:** własne publikacje i poradniki, bezpłatna dystrybucja poradników, dostęp do bazy danych firm, informacje o ofertach pracy dla absolwentów.
- C. Działania badawcze:** badania ankietowe studentów, badania preferencji pracodawców.
- D. Kontakty z pracodawcami:** prezentacje firm na uczelni, targi pracy, sesje rekrutacyjne.

### Zadania Akademickich Biur Karier<sup>1</sup>

- a) doradztwo zawodowe (indywidualne i grupowe) dla studentów i absolwentów;
- b) pomoc w podjęciu decyzji związanych z życiem zawodowym (wybór specjalizacji, ustalenie predyspozycji zawodowych, planowanie ścieżki kariery, umiejętność autoprezentacji);
- c) dostarczanie informacji o rynku pracy (firmy, procedury kwalifikacyjne i plany rekrutacyjne) i możliwościach podnoszenia kwalifikacji (zawodowe, językowe, stypendia w kraju i za granicą,

<sup>1</sup> Zadania te określa Ustawa o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy z 20.04.2004r. (Dz.U.Nr 99, poz. 1001 z późn. zm.). Akademickie Biuro Karier wg Ustawy jest jednostką działającą

- studia podyplomowe);
- d) promowanie przedsiębiorczości i przygotowywanie absolwentów do zakładania własnych małych przedsiębiorstw (organizacja kursów i szkoleń w tym zakresie, Akademickie Inkubatory Przedsiębiorczości);
  - e) aktywne poszukiwanie, klasyfikowanie i udostępnianie oferty pracy stałej, czasowej, wolontariackiej, propozycji odbycia staży i praktyk zawodowych w kraju i za granicą;
  - f) prowadzenie bazy danych studentów i absolwentów szukających pracy (selekcjonowanie osób o określonych predyspozycjach i umiejętnościach w celu udostępnienia ich danych pracodawcom, prowadzącym rekrutację pracowników);
  - g) aranżowanie spotkań studentów i absolwentów z pracodawcami (wizyty informacyjne w przedsiębiorstwach, targi pracy, prezentacja firm w uczelni, seminaria, konferencje, itp.);
  - h) badanie losów i monitorowanie karier zawodowych absolwentów oraz informowanie władz wyższych uczelni o tendencjach na rynku pracy, w celu dostosowania profilu kształcenia);
  - i) umożliwianie korzystania z potencjału naukowego polskich wyższych uczelni w zakresie ekspertryz i technologii;
  - j) dbanie o dobry wizerunek wyższych uczelni, zarówno wewnątrz środowiska akademickiego, jak i na zewnątrz.

Akademickie Biura Karier pomimo, iż zadania nie obejmują orientacji zawodowej młodzieży ponadgimnazjalnej, mogą stanowić dla niej źródło informacji o rynku pracy, o uczelniach wyższych i proponowanych kierunkach kształcenia.

[www.biurakarier.net](http://www.biurakarier.net) - oficjalna strona Ogólnopolskiej Sieci Biur Karier (OSBK).

TECZKA INFORMACYJNA. Akademickie Biura Karier, Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Warszawa 2008.

## WOJEWÓDZKIE URZĘDY PRACY

### Zadania:

- organizowanie i koordynowanie oraz świadczenie usług poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, a także ich rozwijanie na terenie województwa;
- Opracowywanie, gromadzenie, aktualizowanie i upowszechnianie informacji zawodowych na terenie województwa
- realizowanie zadań w zakresie międzynarodowej wymiany ofert pracy i kierowania polskich obywateli do pracy za granicą
- organizowanie i współfinansowanie lokalnych programów mających na celu tworzenie nowych miejsc pracy i likwidację skutków bezrobocia,
- wspieranie rządowych programów restrukturyzacyjnych,
- pozyskiwanie pracodawców wykazujących gotowość zatrudnienia poborowych odbywających służbę zastępczą.

Wojewódzki Urząd Pracy zajmuje się również:

- koordynowaniem działań w zakresie kształcenia ustawicznego, szkolenia bezrobotnych i poszukujących pracy,
  - a) współdziałaniem z właściwymi organami oświatowymi w harmonizowaniu kształcenia zawodowego z potrzebami rynku pracy,
- realizowaniem wojewódzkich programów promocji zatrudnienia i badaniem efektywności projektów lokalnych,
- inicjowaniem i współfinansowaniem szkoleń, prac interwencyjnych, zatrudnienia absolwentów i programów specjalnych,
- koordynowaniem wydatkowania środków Europejskiego Funduszu Społecznego w regionie.

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: [www.doradca-zawodowy.pl](http://www.doradca-zawodowy.pl)



## **CENTRA INFORMACJI I PLANOWANIA KARIERY ZAWODOWEJ** - funkcjonują w ramach wojewódzkich urzędów pracy

### **Zadania:**

1. Wspomagają powiatowe urzędy pracy w prowadzeniu poradnictwa zawodowego dorosłych i młodzieży wchodzącej na rynek pracy, w zakresie planowania rozwoju zawodowego, usług dotyczących umiejętnego poszukiwania zatrudnienia, adaptacji zawodowej oraz dostosowywania się do zmian zachodzących na rynku pracy
2. We współpracy z powiatowymi urzędami pracy opracowują i aktualizują informacje zawodowe oraz inne zasoby informacji pomocne w aktywnym poszukiwaniu pracy i upowszechniają je na terenie województwa;
3. Prowadzą zajęcia aktywizacyjne na rzecz bezrobotnych i poszukujących pracy;
4. Współpracują przy świadczeniu usług EURES;
5. Współdziałają z powiatowymi urzędami pracy w opracowywaniu i realizowaniu indywidualnych planów działania;

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: [www.doradca-zawodowy.pl](http://www.doradca-zawodowy.pl)

## **POWIATOWE URZĘDY PRACY**

### **Zadania:**

1. opracowanie i realizacja programu promocji zatrudnienia oraz aktywizacji lokalnego rynku pracy;
2. pozyskiwanie i gospodarowanie środkami finansowymi na realizację zadań z zakresu aktywizacji lokalnego rynku pracy;
3. udzielanie pomocy bezrobotnym i poszukującym pracy w znalezieniu pracy, a także pracodawcom w pozyskaniu pracowników przez pośrednictwo pracy i poradnictwo zawodowe;
4. rejestrowanie bezrobotnych i poszukujących pracy;
5. inicjowanie i wdrażanie instrumentów rynku pracy;
6. inicjowanie, organizowanie i finansowanie usług i instrumentów rynku pracy;
7. inicjowanie i wspieranie tworzenia klubów pracy;
8. inicjowanie, organizowanie i finansowanie projektów lokalnych i innych działań na rzecz aktywizacji bezrobotnych;
9. opracowywanie analiz i sprawozdań, w tym prowadzenie monitoringu zawodów deficytowych i nadwyżkowych, oraz dokonywanie ocen dotyczących rynku pracy na potrzeby powiatowej rady zatrudnienia oraz organów zatrudnienia;
10. inicjowanie i realizowanie przedsięwzięć mających na celu rozwiązanie lub łagodzenie problemów związanych z planowanymi zwolnieniami grup pracowników z przyczyn dotyczących zakładu pracy;
11. współdziałanie z powiatowymi radami zatrudnienia w zakresie promocji zatrudnienia oraz wykorzystania środków Funduszu Pracy;
12. współpraca z gminami w zakresie upowszechniania ofert pracy, upowszechniania informacji o usługach poradnictwa zawodowego i szkoleniach, organizacji robót publicznych oraz zatrudnienia socjalnego na podstawie odrębnych przepisów;
13. przyznawanie i wypłacanie zasiłków oraz innych świadczeń z tytułu bezrobocia;
14. realizowanie zadań wynikających z prawa swobodnego przepływu pracowników między państwami, w szczególności realizowanie zadań z zakresu udziału w sieci EURES;
15. organizowanie i finansowanie szkoleń.

Na zamówienie szkoły wyżej wymienione instytucje mogą zorganizować dla młodzieży szkolenia lub prelekcje na temat wyboru zawodu.

Więcej informacji na temat poradnictwa zawodowego i planowania kariery można znaleźć na stronie: [www.doradca-zawodowy.pl](http://www.doradca-zawodowy.pl)

## OCHOTNICZE HUFCE PRACY

Ochotnicze hufce pracy to państwowa jednostka budżetowa wykonująca zadania Państwa w zakresie zatrudnienia oraz przeciwdziałania marginalizacji i wykluczeniu społecznemu młodzieży, a także zadania w zakresie jej kształcenia i wychowania. Ochotnicze Hufce Pracy nawiązują w swojej działalności do tradycji Junackich Hufców Pracy, które zostały powołane do życia dekretem – z dnia 22 września 1936 roku – Prezydenta Rzeczypospolitej Ignacego Mościckiego. Natomiast same Ochotnicze Hufce Pracy powstały 13 czerwca 1958 roku - Uchwałą Rady Ministrów Nr 201/58. Obecnie Ochotnicze Hufce Pracy to państwowa jednostka, do której głównych zadań należy: wspomaganie systemu oświaty poprzez aktywizację społeczną, zawodową i ekonomiczną młodzieży, podejmowanie działań zmierzających do podwyższania kwalifikacji zawodowych lub przekwalifikowania, wspieranie inicjatyw służących przeciwdziałaniu bezrobociu i wychowaniu w procesie pracy, w tym organizowanie zatrudnienia oraz organizowanie międzynarodowej współpracy młodzieży. Adresatem oddziaływań OHP są trzy grupy młodzieży w wieku 15-25 lat.

Pierwszą grupę stanowi młodzież zaniedbana, o zmniejszonych szansach życiowych, pochodząca ze środowisk niedostosowanych społecznie, w dużej części patologicznych, czasem kryminogennych, mająca trudności w szkole. Każdego roku młodzież ta – w liczbie ponad 32 tysięcy – jest rekrutowana do ponad 200 jednostek organizacyjnych o charakterze opiekuńczo-wychowawczym. Młodzież z pierwszej grupy kierowana jest do placówek OHP przez kuratorów, poradnie pedagogiczno-psychologiczne, ośrodki pomocy społecznej, pogotowia opiekuńcze, sądy dla nieletnich, policję i domy dziecka. Jednak przyjęta do OHP może być tylko na zasadzie dobrowolności.

Drugą grupę stanowią absolwenci szkół ponadgimnazjalnych (bądź uczniowie ostatnich klas tych szkół), absolwenci wyższych uczelni – młodzież wykształcona i z pewnymi już kwalifikacjami zawodowymi – zagrożona jednak bezrobociem. Dla tej młodzieży w OHP przewidziane są działania z obszaru rynku pracy.

Trzecią grupą są uczniowie szkół ponadgimnazjalnych i studenci, którzy w czasie wolnym od nauki chcą pracować za pośrednictwem OHP, zdobyć doświadczenie zawodowe i przy okazji poprawić własną sytuację materialną.

W zakresie wychowania młodzieży – uczestników OHP – najważniejszymi obszarami działalności są: profilaktyka społeczna – w tym profilaktyka uzależnień, profilaktyka negatywnych zachowań oraz profilaktyka zdrowotna, edukacja i aktywizacja w różnych dziedzinach życia społecznego (ekologicznej, obywatelskiej, międzykulturowej, itp.). Oddziaływania wychowawcze są realizowane przede wszystkim poprzez organizowanie przedsięwzięć edukacyjnych, kulturalno-oświatowych, rekreacyjno-sportowych i turystycznych, a także różnych form pomocy psychologicznej i specjalistycznej. W jednostkach organizacyjnych na terenie całego kraju funkcjonuje jednolity „System wychowania”, który stanowi swoiste vademecum dla kadry oraz źródło inspiracji do wyboru i wypracowania efektywnych treści i form działalności na rzecz powierzonej OHP młodzieży. W praktyce wychowawczej instytucji wiodącą rolę odgrywa wychowanie przez pracę i dla rynku pracy. Praca jest wykorzystywana jako skuteczna metoda wychowawcza.

Ochotnicze Hufce Pracy są instytucją nowoczesną, wykorzystującą najnowsze rozwiązania i metody pracy z młodzieżą, reagującą na bieżąco na zmieniające się uwarunkowania i potrzeby społeczne młodzieży, a także aktualne wymogi rynku pracy. Są instytucją aspirującą do roli lidera w kraju w dziedzinie aktywizacji zawodowej i społecznej młodego pokolenia

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: [www.ohp.pl](http://www.ohp.pl)

## CENTRA EDUKACJI I PRACY MŁODZIEŻY

Powyższe zadania są realizowane poprzez Komendę Główną OHP oraz podległe jej 16 Wojewódzkich Komend OHP wraz z 49 Centrami Edukacji i Pracy Młodzieży oraz 9 Centrami Kształcenia i Wychowania. Ze względu na charakter realizowanych zadań podstawowe jednostki OHP dzielą się na dwie grupy:

- jednostki o charakterze opiekuńczo-wychowawczym, których jest 216 w tym: 9 Centrów Kształcenia i Wychowania, 28 Ośrodków Szkolenia i Wychowania, 101 Hufców Pracy oraz 78 Środowiskowych Hufców Pracy. W jednostkach tych jest zorganizowanych obecnie ponad 33,5 tys. młodzieży,

- jednostki realizujące zadania na rzecz rynku pracy, tworzące sieć blisko 430 podmiotów, a wśród nich: Centra Edukacji i Pracy Młodzieży, Mobilne Centra Informacji Zawodowej, Młodzieżowe Biura Pracy i ich filie, Młodzieżowe Centra Kariery, Punkty Pośrednictwa Pracy, Kluby Pracy.

Wszystkie wymienione wyżej jednostki organizacyjne OHP, w mniejszym lub większym stopniu mają charakter placówek otwartych – realizują zadania na rzecz miejscowej społeczności, przy współpracy i współdziałaniu z lokalnymi władzami samorządowymi, pracodawcami, stowarzyszeniami i fundacjami działającymi na określonym terenie.

Rokrocznie do OHP zgłasza się blisko ćwierć miliona młodzieży, z czego ponad połowa podejmuje pracę – w większości sezonową, krótkoterminową. Jednostki, do których może się zgłaszać, to: Hufce Pracy, Środowiskowe Hufce Pracy, Ośrodki Szkolenia i Wychowania oraz Centra Kształcenia i Wychowania. Młodzi ludzie, którzy są w najtrudniejszej sytuacji rodzinnej i materialnej mają zagwarantowane w tych placówkach bezpłatne miejsca w internacie i pełne wyżywienie.

Zdobywanie wykształcenia na zasadzie uczestnictwa w OHP jest jedną z dróg uzyskiwania wiedzy ogólnej i przygotowania zawodowego w ramach polskiego systemu oświaty. Uczestnik OHP uzupełnia wykształcenie ogólne w zakresie szkoły podstawowej lub gimnazjum z jednoczesnym przyuczeniem do wykonywania określonej pracy albo zdobywa kwalifikacje zawodowe na poziomie zasadniczej szkoły zawodowej. Kształcenie ogólne jest realizowane w szkołach publicznych. Praktyczne przygotowanie zawodowe odbywa się u pracodawców zewnętrznych (np. rzemieślników) lub też w gospodarstwach pomocniczych OHP. Nauka zawodu trwa 2 lub 3 lata – w zależności od programu nauczania. Absolwent OHP otrzymuje świadectwo ukończenia szkoły, a po zdaniu egzaminu z przygotowania zawodowego – tytuł zawodowy lub zaświadczenie o ukończeniu przyuczenia do wykonywania określonej pracy. Zatrudnienie i przygotowanie zawodowe uczestników OHP odbywa się na podstawie indywidualnych umów o pracę zawartych pomiędzy pracodawcą a uczestnikiem OHP – na zasadach dotyczących pracowników młodocianych. Zgodnie z tym uczestnicy OHP otrzymują wynagrodzenie za czas pracy i nauki, korzystają z przysługujących im świadczeń socjalnych, a okres przygotowania zawodowego zaliczany jest im do stażu pracy. Świadectwo ukończenia zasadniczej szkoły zawodowej umożliwia podjęcie dalszej edukacji np. na poziomie szkoły średniej. Oferta OHP w zakresie szkolenia zawodowego jest bardzo różnorodna i umożliwia młodzieży wybór interesującego ją zawodu spośród 78 profesji.

Przez niemal pięć lat – od 1 maja 2009 r. do końca grudnia 2013 r. – Ochotnicze Hufce Pracy będą realizować projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego – Priorytet I Działanie 1.3. Nazwa projektu to „OHP jako realizator usług rynku pracy”.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: [www.ohp.pl](http://www.ohp.pl)

## MŁODZIEŻOWE BIURA PRACY

Do Młodzieżowych Biur Pracy (MBP) OHP zaprasza:

- młodzież bezrobotną i poszukującą pracy stałej oraz krótkoterminowej (np. wakacyjnej),
- młodzież powyżej 15 roku życia uczącą się, studentów,
- pracodawców dysponujących wolnymi miejscami pracy.

**Oferta pośrednictwa pracy realizowana jest poprzez:**

- pozyskiwanie i gromadzenie ofert pracy zarówno dla przyszłych pracowników, jak i pracodawców,
- pozyskiwanie pracodawców i stałą współpracę z nimi,
- prowadzenie ewidencji osób zgłaszających się do Biura,
- udzielanie osobom poszukującym pracy pomocy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników poprzez odpowiedni dobór ofert pracy,
- kierowanie młodzieży do pracy stałej, sezonowej i krótkoterminowej,
- cykliczne organizowanie giełd i targów pracy,

- organizowanie praktyk zawodowych,
- rozpowszechnianie informacji o działalności i możliwościach przyjęcia do hufców pracy,
- prowadzenie działalności informacyjnej dla bezrobotnej młodzieży oraz pracodawców na temat lokalnego rynku pracy, zmian zachodzących na tym rynku, praw i obowiązków osób bezrobotnych, praw pracy wynikających z kodeksu pracy,
- popularyzację elastycznych form zatrudnienia,
- współpracę przy realizacji programów rynku pracy.

Do MBP i ich filii zgłasza się corocznie około 170 tys. młodzieży, z czego każdego roku ponad 100 tys. młodych osób podejmuje pracę.

Aktualne oferty pracy dostępne są na stronie [www.mbp.ohp.pl](http://www.mbp.ohp.pl)

Kluby Pracy to miejsce spotkań osób poszukujących zatrudnienia, w którym podstawową formą pracy są zajęcia indywidualne i grupowe. Celem tych zajęć jest nabycie umiejętności poszukiwania i uzyskania zatrudnienia poprzez poznanie swoich mocnych i słabych stron, sposobów prezentacji swojej osoby, zainteresowań. Działalność klubu stanowi jedną z form aktywnej walki z bezrobociem i łagodzenia jego negatywnych skutków. Kluby Pracy OHP realizują zadania z zakresu aktywnego poszukiwania pracy przede wszystkim w stosunku do uczniów, absolwentów i młodzieży bezrobotnej nie posiadającej doświadczenia w poszukiwaniu pracy lub napotykającej trudności w uzyskaniu zatrudnienia. Szkolenia prowadzone przez liderów klubów pracy nie tylko uczą technik poszukiwania pracy, ale nastawione są na zmianę sposobu myślenia o własnej sytuacji zawodowej oraz wzbudzenie w uczestnikach motywacji do podjęcia działań zmierzających do zmiany tej sytuacji.

#### **Podczas szkolenia uczestnicy klubu pracy mogą:**

- poznać procesy i tendencje zachodzące na rynku pracy,
- poznać swoje mocne strony i ocenić ich atrakcyjność na rynku pracy,
- dokonać bilansu umiejętności, możliwości i predyspozycji zawodowych,
- przygotować się do skutecznej autoprezentacji i rozmowy kwalifikacyjnej,
- poznać aktywne metody poszukiwania pracy,
- nauczyć się właściwego analizowania ofert pracy,
- poznać zasady pisania dokumentów aplikacyjnych,
- opracować strategie pokonywania barier w zatrudnieniu,
- tworzyć sieć kontaktów pomocną w zatrudnieniu,
- zapoznać się z podstawami prawa pracy.

Osoby odwiedzające klub pracy mogą nieodpłatnie korzystać z wszelkich form pomocy grupowej i indywidualnej, a w szczególności wziąć udział w warsztatach aktywnego poszukiwania pracy, których celem jest nabycie umiejętności efektywnego poruszania się po rynku pracy.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: [www.ohp.pl](http://www.ohp.pl)

## **MOBILNE CENTRA INFORMACJI ZAWODOWEJ**

Mobilne Centra Informacji Zawodowej powstały we wrześniu 2004 r. w 49 miastach w ramach II edycji rządowego programu „Pierwsza Praca”.

Każde centrum posiada mikrobus, który umożliwia doradcom zawodowym dotarcie tam, gdzie dostęp do doradztwa zawodowego i zasobów informacji zawodowej jest utrudniony. Centra to zespoły specjalistów – doradców zawodowych wyposażone w sprzęt komputerowy, urządzenia techniczne oraz biblioteki. Każde MCIZ ma także swoją stacjonarną jednostkę, działającą niezależnie od wyjazdów w teren.

**Głównym celem** Mobilnych Centrów Informacji Zawodowej (MCIZ) jest przełamanie bariery dostępu do

informacji zawodowej i zapobieganie wykluczeniu społecznemu młodzieży wchodzącej na rynek pracy zamieszkałej na terenach małych miast i wsi.

**Trzy podstawowe zadania** stawiane przed Mobilnymi Centrami Informacji Zawodowej to:

- prowadzenie zajęć grupowych - spotkań informacyjnych i warsztatów,
- udzielanie informacji zawodowych,
- prowadzenie porad indywidualnych.

MCIZ oferują nowoczesną multimedialną informację o zawodach, szkołach zawodowych, jednostkach szkolących, kursach. Świadczą usługi dla młodzieży poszukującej pracy, zagrożonej wykluczeniem społecznym, uczącej się oraz absolwentów. Udzielają porad w formie stacjonarnej i mobilnej z dojazdem do zainteresowanych placówek. Współpracują z powiatowymi urzędami pracy, jednostkami administracji samorządowej, placówkami oświatowymi, w tym ze szkolnymi ośrodkami kariery, instytucjami pozarządowymi funkcjonującymi na lokalnym rynku pracy.

Dzięki działalności MCIZ młodzi ludzie mają znacznie ułatwiony dostęp do:

- informacji edukacyjno-zawodowej,
- multimedialnych programów komputerowych,
- informacji o rynku pracy,
- specjalistycznych szkoleń, treningów interpersonalnych,
- metod planowania kariery zawodowej oraz poszukiwania pracy,
- testów, między innymi Kwestionariusza Zainteresowań Zawodowych,
- tworzenia „Indywidualnego Projektu Kariery – Portfolio dla młodzieży”.

Każdy, kto zgłosi się do MCIZ, może bezpłatnie skorzystać z porad doradców zawodowych, wziąć udział w warsztatach aktywizacji zawodowej, planowania ścieżki kariery zawodowej, orientacji zawodowej, zostanie poddany testom predyspozycji zawodowych.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: [www.ohp.pl](http://www.ohp.pl)

## MŁODZIEŻOWE CENTRA KARIERY

Pierwsze Młodzieżowe Centra Kariery powstały we wrześniu 2005 roku. Ich budowa stanowiła ważny etap tworzenia przez Ochotnicze Hufce Pracy sieci profesjonalnych placówek poradnictwa i informacji zawodowej dla młodzieży. Kolejne tego typu jednostki tworzone są w ramach projektu „OHP jako realizator usług rynku pracy” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Do października 2010 roku utworzono 80 nowych MCK, zaś docelowo, do 2013 roku w ramach unijnego projektu planuje się powstanie 150 tego typu placówek. MCK kierują swe usługi do młodzieży z lokalnych środowisk chcącej skorzystać z usług doradców zawodowych oraz zasobów informacji edukacyjno-zawodowej, a także do uczestników oraz absolwentów OHP. Charakter tworzonej sieci Młodzieżowych Centrów Kariery uwzględnia potrzeby lokalnych społeczności oraz nowe uwarunkowania wynikające z tendencji europejskiego poradnictwa zawodowego. Szczególny nacisk kładzie się na realizację zagadnień związanych z przedsiębiorczością i samozatrudnieniem oraz umiejętnością kierowania i kreowania własnej przyszłości zawodowej, stąd **program Młodzieżowych Centrów Kariery zawiera się w czterech podstawowych obszarach tematycznych:**

- informacja i poradnictwo zawodowe zarówno indywidualne, jak i grupowe,
- pomoc w identyfikacji zasobów młodego człowieka istotnych dla jego funkcjonowania zawodowego,
- projektowanie indywidualnych planów działania,
- przedsiębiorczość i samozatrudnienie.

**Oferta MCK** to przede wszystkim:

- prowadzenie zajęć indywidualnych i grupowych z dziedziny szeroko pojętego poradnictwa zawodowego,
- udzielanie indywidualnych i grupowych informacji o możliwościach kształcenia, szkolenia, poszukiwanych zawodach na lokalnym i europejskim rynku pracy,
- przygotowywanie młodzieży do planowania kariery zawodowej poprzez tworzenie wraz z klientem Portfolio Indywidualnego Projektu Kariery,
- nauczenie technik autoprezentacji,
- przybliżanie zagadnień związanych z przedsiębiorczością i zakładaniem własnej firmy oraz kreowanie postaw przedsiębiorczych,
- badanie preferencji zawodowych, ocena własnych mocnych i słabych stron,
- wykonywanie testów zainteresowań i uzdolnień zawodowych (m. in. Kwestionariusza Zainteresowań Zawodowych).

Ponadto Młodzieżowe Centra Kariery gromadzą, opracowują i aktualizują szeroko rozumianą informację edukacyjno-zawodową i kontynuują działania w ramach utworzonej Platformy Programowej „OHP dla Szkoły” ze Szkolnymi Ośrodkami Kariery oraz innymi instytucjami i organizacjami wspierającymi poradnictwo zawodowe. Zasoby metodyczne MCK to bogaty zestaw książek i czasopism pomocnych przy zakładaniu i prowadzeniu własnej firmy oraz cały pakiet informacji zawodoznawczych. W siedzibach MCK można również skorzystać z programów multimedialnych, gier szkoleniowych oraz filmów pomagających nabyć umiejętności niezbędne przy poszukiwaniu zatrudnienia lub zakładaniu własnej firmy.

Koordinacją i rozwojem sieci Mobilnych Centrów Informacji Zawodowej i Młodzieżowych Centrów Kariery zajmuje się Centralny Ośrodek Metodyczny Informacji Zawodowej (COMIZ) usytuowany przy Komendzie Głównej OHP.

Do jego zadań należy:

- tworzenie założeń i wdrażanie założeń MCIZ i MCK,
- badanie, rozwój i tworzenie metod stosowanych w poradnictwie zawodowym,
- koordynowanie aktualizacji i rozbudowy systemu informacji edukacyjno-zawodowej,
- budowa systemu kształcenia i doskonalenia doradców zawodowych,
- inicjowanie projektów współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej.

Opracowano na podstawie strony internetowej OHP: [www.ohp.pl](http://www.ohp.pl)

## Aneks 2

### INNE INSTYTUCJE OFERUJĄCE POMOC MŁODYM LUDZIOM

(oprac. Ewa Wysocka)

**Towarzystwo Pomocy Młodzieży** – Warszawa: do TPM zgłasza się młodzież z różnymi trudnościami życiowymi. Towarzystwo oferuje pomoc psychologiczną, szkolenia i warsztaty dla młodzieży i rodziców.

- 1. Fundacja „Masz Szansę”:** działa na terenie całej Polski i skoncentrowana jest na zadaniach profilaktycznych, terapeutyczno-rehabilitacyjnych i konsultacyjno-doradczych. Głównymi celami Fundacji są: stymulowanie prawidłowego rozwoju psychicznego i społecznego dzieci i młodzieży; korygowanie zaburzeń w funkcjonowaniu intrapsychoicznym, interpersonalnym i społecznym dzieci i młodzieży; zapewnianie rodzicom, wychowawcom, nauczycielom itp. wszechstronnej pomocy w prawidłowej realizacji procesu wychowawczego.
- 2. Ośrodek Psychoterapii IPZ** – Warszawa: ośrodek udziela profesjonalnej pomocy psychologicznej w postaci konsultacji psychologicznych, porad psychologicznych, psychoterapii indywidualnej, psychoterapii grupowej, psychoterapii małżeńskiej, konsultacji rodzinnych, treningów psychologicznych, zajęć tematycznych.
- 3. Gabinet psychologiczny „Fenix” w Toruniu:** oferuje pomoc psychologiczną zespołu specjalistów, prowadzących m.in. terapie osób dorosłych, par małżeńskich/partnerskich, młodzieży, dzieci.
- 4. „Intra” Ośrodek Pomocy i Edukacji Psychologicznej – Warszawa:** ośrodek zajmuje się konsultacjami psychiatrycznymi i psychologicznymi, psychoterapią grupową oraz treningami i warsztatami psychologicznymi mającymi pomóc w życiu i rozwoju osobistym.
- 5. Centrum Zdrowia Psychicznego – Warszawa:** centrum udziela pomocy osobom z problemami emocjonalnymi, depresją, stanami lękowymi, bezsennością, zaburzeniami nerwicowymi, zaburzeniami seksualnymi, problemami alkoholowymi, zaburzeniami pamięci, problemami okresu dojrzewania.
- 6. Instytut Psychiatrii i Neurologii – Warszawa:** psychoterapia prowadzona jest w Klinice Nerwic, Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży oraz w Przyklinicznej Przychodni – Poradni Zdrowia Psychicznego.
- 7. Helpline.org.pl:** celem projektu Helpline.org.pl jest pomoc dzieciom i młodzieży w przypadkach, gdy ich bezpieczeństwo w Internecie jest zagrożone, a także wprowadzanie zmian systemowych, które pozwolą skuteczniej chronić najmłodszych użytkowników nowych technologii.
- 8. CPP – Centrum Pomocy Profesjonalnej – Warszawa:** ośrodek udziela pomocy psychologicznej, psychiatrycznej i seksuologicznej dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Prowadzi diagnostykę psychologiczną, konsultacje i leczenie psychiatryczne, psychoterapie indywidualne, małżeńskie i rodzinne, a także treningi i warsztaty psychoedukacyjne.
- 9. Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Uniwersytet dla Rodziców”:** poradnia świadczy bezpłatną pomoc w sprawach wychowawczych, rodzinnych i osobistych, przede wszystkim dla rodziców, ale także dla małżonków oraz dorosłych i dorastających dzieci.
- 10. Centrum Psychoprophylaktyki i Psychoedukacji – Wrocław:** koncentruje się głównie na nerwicach, depresjach, psychozach, uzależnieniach, od alkoholu i środków psychoaktywnych, zaburzeniach okresu dojrzewania i przekwitania.
- 11. Ośrodek Profilaktyki Środowiskowej – Łódź:** ośrodek prowadzi grupy wsparcia, grupy terapeutyczne, spotkania indywidualne, zajęcia klubowe dla młodzieży w wieku 14–19 lat, na terenie Łodzi.
- 12. „Empatia” Ośrodek Psychoterapii dla DDA i DDD – Wrocław:** ośrodek prowadzi konsultacje psychologiczne, psychoterapię indywidualną i grupową dla osób z syndromem DDA (osoby pochodzące z rodzin z problemem uzależnienia od alkoholu) i DDD (osoby pochodzące z dysfunkcyjnych rodzin). Oprócz tego prowadzi warsztaty rozwoju kobiecości.
- 13. Poradnia Pedagogiczno-Psychologiczna „Dialog” – Warszawa:** świadczy usługi edukacyjne, psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych (pedagog, psycholog, logopeda, ADHD, terapia sensoryczna, reedukacja, doradztwo zawodowe, grupy wsparcia, badania diagnostyczne).

*„Zadania dla dzieci, jakie Autorka przewidziała w poradniku, pozwalają na samodzielne zdobywanie wiedzy, umiejętności i sprawności poznawczych dzieci oraz wzmacniają ich motywację do poznawania zawodów. Wzmacniają także umiejętności słuchania, czytania, liczenia, porównywania, rozwijają pamięć, uwagę oraz uczą samodyscypliny i samooceny.*

*(...) Poradnik jest godny polecenia, w dużym stopniu może przyczynić się do nauki przez zabawę. Problematyka podjęta przez Autorkę (...) jest potrzebna przede wszystkim dzieciom a także nauczycielom, którzy muszą umieć organizować warunki do wspierania indywidualnego rozwoju dziecka. ”*

*Z recenzji prof. dr hab. Bożeny Muchackiej UP, KAAFM*