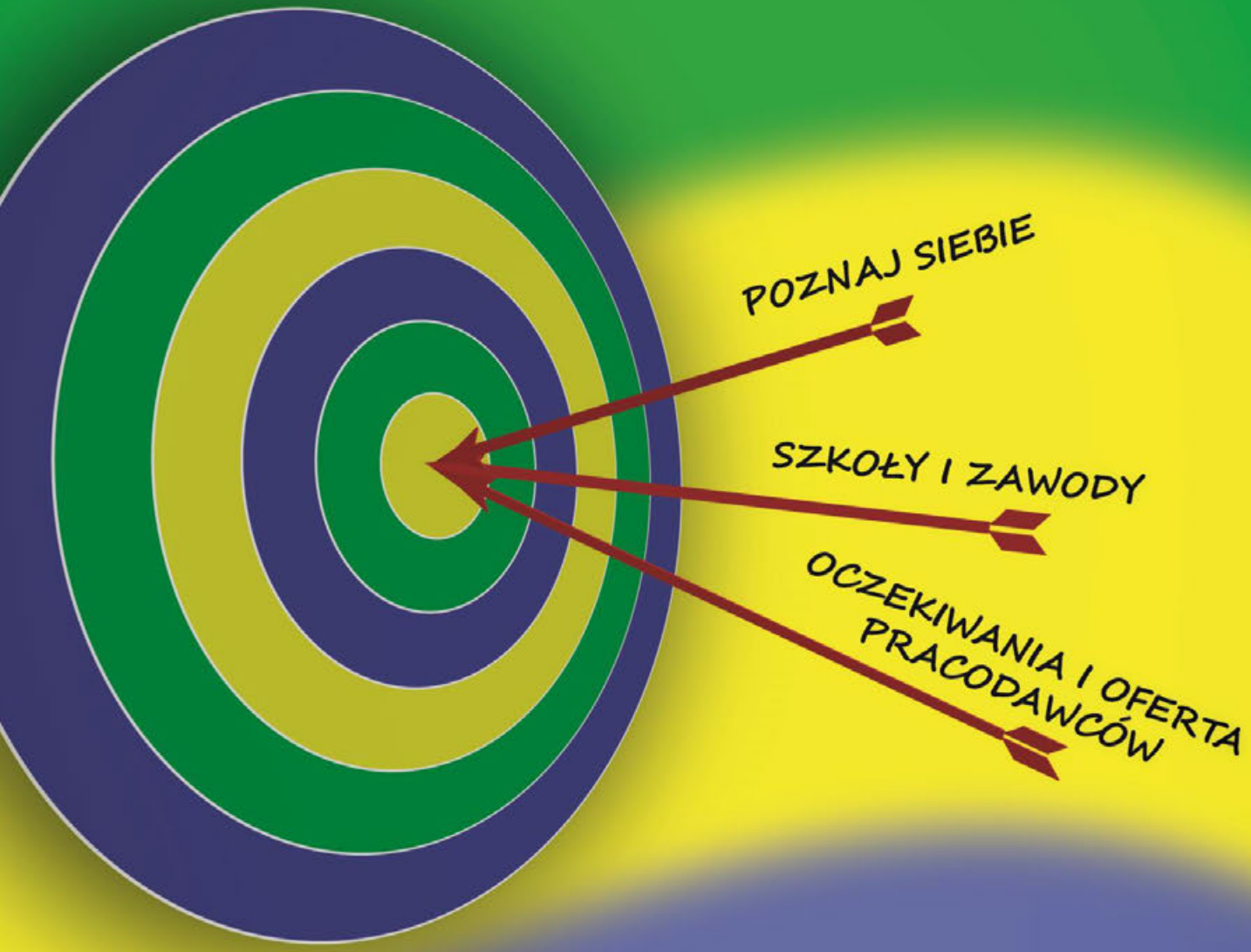
WYBIERZ SZKOŁĘ ZAWODOWĄ

POMOŻEMY TOBIE TRAFIĆ DO CELU!



Nawigator wspomagający uczniów w wyborze szkoły - zawodu w Mieście Ostrołęka

na rok szkolny 2018/2019

Wydawcy:

Miasto Ostrołęka
Towarzystwo Przyjaciół Ostrołęki

Towarzystwo Przyjaciół Ostrołęki

Opracowanie graficzne okładki i stron tytułowych:
dr Izabela Edyta Dąbrowska

Korekta:
dr inż. Mirosław Rosak
Zespół Doradców Zawodowych afiliowany przy Urzędzie Miasta Ostrołęki

Sekretarz wydania:
mgr Jolanta Olczak

Skład i łamanie:
mgr Robert Gawkowski
dr Izabela Edyta Dąbrowska

Wydanie I

Nakład: XXXX egz.

ISBN: 978-83-64200-35-9

173 publikacja Towarzystwa Przyjaciół Ostrołęki

Druk i oprawa:
Maciejewski Jerzy Drukarnia J. J. Maciejewscy, ul. Gdańska 1, 06-300 Przasnysz

Wszystkie prawa zastrzeżone

Wydanie publikacji zostało sfinansowane przez Miasto Ostrołęka

Przedruk i reprodukcja w jakiejkolwiek postaci całości bądź części opracowania
bez pisemnej zgody jej Autorów i Wydawcy są zabronione

Ostrołęka, 2018

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE....5

INFORMACJA O AUTORACH....6

I. W CZYM MOGĘ POMÓC? CO ZNAJDZIESZ W NAWIGATORZE....7

II. PLANOWANIE I ZARZĄDZANIE KARIERĄ....11

1. Karieroplan– jak zaplanować ścieżkę kariery zawodowej?....12

1.1. Jakie mam możliwości?....12

1.1.1. Co wiem? – znaczenie wiedzy, wykształcenia i kwalifikacji zawodowych....12

1.1.2. Co umiem?....14

1.1.3. Jaki mam charakter?....19

1.1.4. Jaki jest mój temperament?....20

1.1.5. Jakie mam zdolności?....23

1.1.6. Co mnie interesuje?....27

1.1.7. Co jest dla mnie ważne?....32

1.1.8. Jakie przyjmuję postawy?....35

1.1.9. Jaką mam motywację?....38

1.1.10. Jaki jest mój stan zdrowia?....42

III. SPOSOBY POSZUKIWANIA PRACY – PLAN DZIAŁANIA PRACOWNIKÓW I PRACODAWCÓW ..43

1. Dokumenty aplikacyjne (CV, list motywacyjny, portfolio)....45

2. Rozmowa kwalifikacyjna....51

3. Formy rekrutacji pracowników stosowane przez pracodawców....52

IV. KALEJDOSKOP MOŻLIWOŚCI - OFERTA EDUKACYJNA W MIEŚCIE OSTROŁĘKA....55

V. JAKI ZAWÓD WYBRAĆ? OPIS ZAWODÓW ZGODNY Z OFERTĄ EDUKACYJNĄ W OSTROŁĘCE....63

VI. CZEGO OCZEKUJE OD CIEBIE PRACODAWCA? PROFIL DOBREGO PRACOWNIKA....125

VII. OFERTA PRACODAWCÓW....131

VIII. JAK OSIĄGNĄĆ SWOJE CELE? ZAWODOWY DROGOWSKAZ....143

IX.OFERTA SAMORZĄDOWYCH LICEÓW OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH W OSTROŁĘCE....145

BIBLIOGRAFIA....151

SPIS NARZĘDZI....152

OSTROŁĘKA

WPROWADZENIE

„Jesteś projektantem swojego przeznaczenia.
Jesteś jego autorem. Sam piszesz historię.
Pióro tkwi w Twoim ręku, a wynik zależy
od tego, co wybierzesz".

Lisa Nichols

Drodzy Uczniowie,

Wiem, że niezbyt chętnie słuchacie rad dorosłych. Sami najchętniej decydujecie o sobie. Chcemy jednak pomóc Wam w zaplanowaniu Waszej przyszłości zawodowej. Tylko pozornie nie warto o tym myśleć będąc nastolatkiem. Zdajemy sobie sprawę, że przyszła praca może wydawać się Wam sprawą odległą i nieważną. Jednak już za kilka lat będziecie spędzali w niej dużą część swojego życia i dlatego decyzję o wyborze zawodu powinniście dokładnie przemyśleć. My - dorośli (przedstawiciele samorządu, rodzice, nauczyciele, doradcy zawodowi) chcemy być dla Was wsparciem. Podpowiemy Wam, na co winniście zwrócić uwagę, aby wybrany zawód przyniósł Wam zadowolenie i sukcesy, a nie był tylko kwestią przypadku.

Szanowni Rodzice,

Wasze dzieci stają przed trudnym wyborem drogi edukacyjnej i zawodowej. Jest to jedna z najważniejszych życiowych decyzji. Młodzież potrzebuje wsparcia, porady, obecności, dlatego Państwa rola w tym procesie jest bardzo znacząca, gdyż najlepiej znacie swoje dzieci, ich potrzeby, zainteresowania i pasje, możliwości, predyspozycje; jesteście dla nich najważniejszymi doradcami.

Szanowni Państwo, Doradcy Zawodowi,

Jesteście specjalistami zajmującymi się wsparciem uczniów w procesie podejmowania decyzji o zawodowej przyszłości. Oferujecie indywidualne spotkania doradcze, zajęcia grupowe (warsztaty, pogadanki informacyjne), rozpoznajecie predyspozycje zawodowe, gromadzicie i udostępniacie informacje o kierunkach kształcenia, zawodach i rynku pracy. Macie szczególną rolę do spełnienia, ponieważ wspieracie osoby poszukujące zatrudnienia, stając się ich przewodnikami w drodze ku dojrzałości zawodowej. Niech Waszej pracy towarzyszy entuzjazm i świadomość wyjątkowych zadań.

Prezydent Miasta Ostrołęki

Janusz Kotowski

INFORMACJA O AUTORACH

PRZEWODNICZĄCY ZESPOŁU D.S. PRZYGOTOWANIA I WDROŻENIA NAWIGATORA

Mirosław Rosak - absolwent Uniwersytetu Warmińsko - Mazurskiego, na którym uzyskał stopień doktora nauk rolniczych w zakresie ekonomiki produkcji. Obecnie w ostrołęckim samorządzie pełni funkcję Dyrektora Wydziału Oświaty. Z oświatą, na różnych szczeblach związany jako: nauczyciel akademicki na uczelniach (Wyższa Szkoła Administracji Publicznej w Ostrołęce, Akademia Podlaska w Siedlcach, Wyższa Szkoła Agrobiznesu w Łomży, Uniwersytet Warmińsko - Mazurski w Olsztynie), a także nauczyciel w Zespole Szkół Powiatowych w Troszynie. Jest Przewodniczącym Zespołu d.s. Strategii Oświatowej Miasta Ostrołęki na lata 2014 – 2020, Przewodniczącym Rady Naukowej jednego z krajowych instytutów badawczych, promotorem prac licencjackich i magisterskich. Opiekuje się czasopismami naukowymi jako Sekretarz Naukowy Redakcji (m. in. Zeszyty Naukowe OTN w Ostrołęce).

PRZEWODNICZĄCA ZESPOŁU DORADCÓW ZAWODOWYCH (URZĄD MIASTA OSTROŁĘKI)

Izabela Edyta Dąbrowska - doktor nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki, magister pedagogiki opiekuńczo – wychowawczej; kwalifikacje w zakresie mediacji sądowych, edukacji wczesnoszkolnej z wychowaniem przedszkolnym, terapii pedagogicznej, oligofrenopedagogiki; zawodowo: wykładowca akademicki, pedagog szkolny, doradca zawodowy, oligofrenopedagog; kierownik d.s. terapii w Ośrodku Diagnostyczno Rehabilitacyjnym „Alek" w Ostrołęce. Autor publikacji naukowych; promotor prac licencjackich i magisterskich.

CZŁONKOWIE ZESPOŁU DORADCÓW ZAWODOWYCH (URZĄD MIASTA OSTROŁĘKI)

Paulina Marzena Biedrzycka - magister profilaktyki i resocjalizacji sądowej, doradca zawodowy, nauczyciel podstaw przedsiębiorczości w Zespole Szkół Zawodowych nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Monika Grzegorczyk - magister pedagogiki w zakresie doradztwa zawodowego, oligofrenopedagog w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Ostrołęce.

Urszula Kaliszewska – magister zarządzania i marketingu, nauczyciel przedmiotów informatyczno-handlowych, doradca zawodowy w Zespole Szkół Zawodowych Nr 4 im. A. Chętnika w Ostrołęce.

Renata Kreczman – Madej – magister psychologii i polonistyki, terapeuta pedagogiczny w Zespole Szkół Nr 5 im. Unii Europejskiej w Ostrołęce; doradca zawodowy w Szkole Podstawowej nr 10 im. Jana Pawła II w Ostrołęce.

Beata Mróz – magister pedagogiki opiekuńczo-wychowawczej, oligofrenopedagog, doradca zawodowy w Zespole Szkół Zawodowych nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce, wychowawca w Placówce Pieczy Zastępczej ,,Korczakówka" w Ostrołęce, terapeuta pedagogiczny.

Barbara Olech – magister matematyki, wicedyrektor Zespołu Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce, doradca zawodowy.

Robert Tyszka - magister zarządzania i marketingu, wicedyrektor i nauczyciel podstaw przedsiębiorczości w Zespole Szkół Nr 5 im. Unii Europejskiej w Ostrołęce; doradca zawodowy w Szkole Podstawowej Nr 2 im. Stanisława Staszica w Ostrołęce, wiceprezes Stowarzyszenia Przyjaciół Zespołu Szkół Nr 5 im. Unii Europejskiej w Ostrołęce.

Magdalena Wójcik - magister ekonomii, nauczyciel podstaw przedsiębiorczości w I Liceum Ogólnokształcącym im. Generała Józefa Bema w Ostrołęce, wicedyrektor w latach: 2006 - 2009 i 2014 – obecnie.

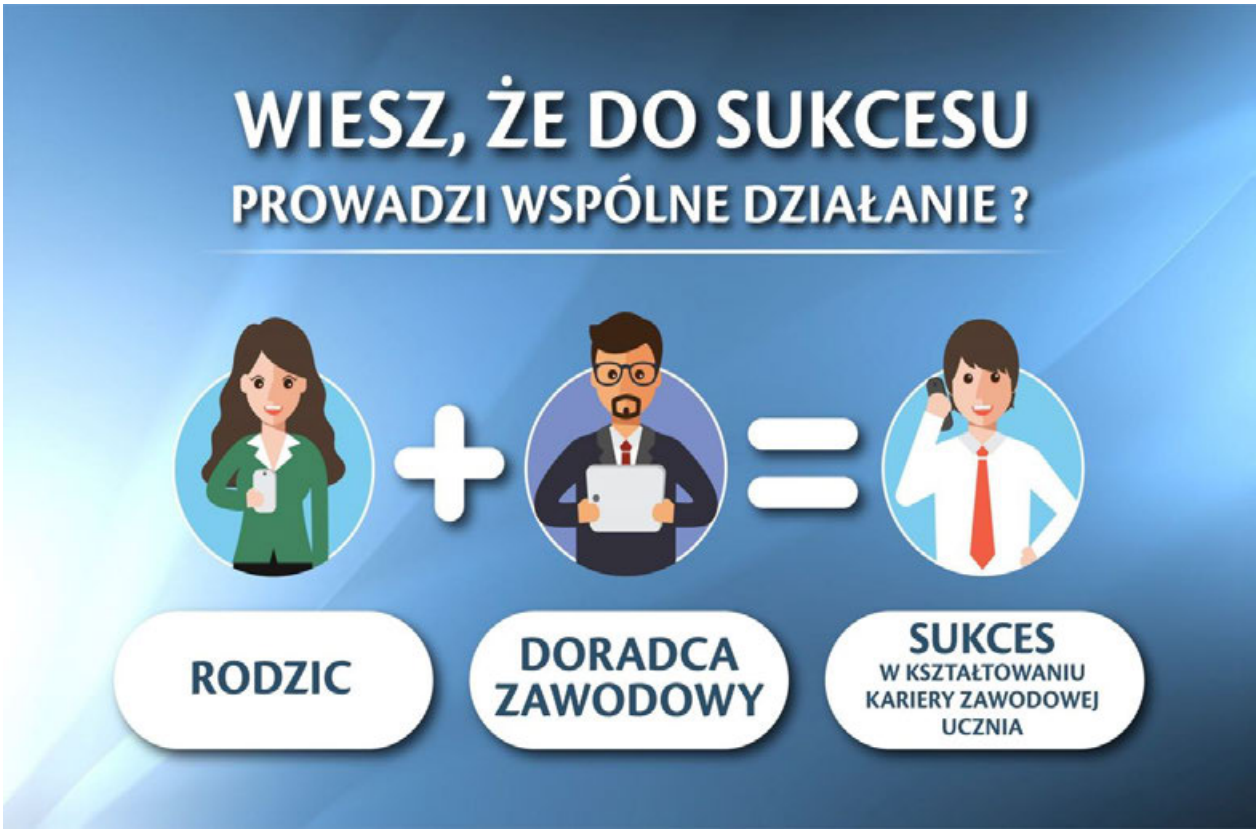
*

Jolanta Olczak – Sekretarz Zespołu ds. przygotowania i wdrożenia Nawigatora - magister zarządzania w bankowości i finansach. Pracuje w Wydziale Oświaty Urzędu Miasta w Ostrołęce na stanowisku ds. projektów finansowanych ze źródeł zewnętrznych, w tym UE.

Robert Gawkowski – skład graficzny - magister informatyki, nauczyciel w Zespole Szkół Zawodowych nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

I. W CZYM MOGĘ POMÓC? CO ZNAJDZIESZ W NAWIGATORZE

Planujesz swoją zawodową przyszłość i niebawem ukończysz gimnazjum, wobec tego ten Nawigator jest odpowiedni dla Ciebie! Decyzja dotycząca wykształcenia i zawodu jest jedną z najważniejszych w życiu. Kształcenie zawodowe jest zróżnicowane, interesujące, przekazuje praktyczną i teoretyczną wiedzę oraz odpowiednie umiejętności. Jest ono warunkiem do zdobycia kariery, wynagrodzenia, społecznego statusu i zawodowej satysfakcji.



NAWIGATOR, który trzymasz w ręku pomoże Tobie zaprojektować własny, osobisty Karieroplan: poznasz mocne i słabe strony swojej osobowości, sposoby poszukiwania zatrudnienia z perspektywy pracodawcy i pracownika oraz przygotowania się do rozmowy kwalifikacyjnej i tworzenia dokumentów aplikacyjnych, ofertę edukacyjną w Mieście Ostrołęka, zgodny z nią opis zawodów, a także oczekiwania pracodawców. **Zostaniesz wyposażony/a w kompetencje niezbędne w procesie skutecznego planowania własnej kariery zawodowej!**

ROLA DORADCY ZAWODOWEGO W SZKOLE

Planowanie kariery zawodowej uczniów winno być sprawą priorytetową. Seneka powiedział: *„Jeśli ktoś nie wie, do którego portu płynie - żaden wiatr nie jest dobry"*, zaś wśród doradców zawodowych funkcjonuje powiedzenie: *„Jeżeli nie wiesz, dokąd zmierzasz, zajdziesz gdzie indziej"*, co podkreśla, jak ważne jest wyznaczenie sobie celów i działanie według wyznaczonego planu. Dlatego też **szkolny doradca zawodowy** stanowi pierwszy filar modelu zintegrowanego poradnictwa zawodowego. Jego obecność w szkole to korzyść dla uczniów, którzy będą mogli otrzymać pomoc w trafnym wyborze edukacyjno-zawodowym, dla nauczycieli, którzy uzyskają wsparcie w prowadzeniu zajęć zawodoznawczych i dla rodziców, którzy otrzymają informacje, mające zasadniczy wpływ na decyzje zawodowe ich dzieci.

Źródło: K. Lelińska, Czynniki determinujące wybór zawodu, szkoły i pracy, „Pedagogika Pracy", 1990, nr 18; W. Furmanek, Podstawy edukacji zawodowej, Wydawnictwo Oświatowe FOSZE, Rzeszów 2000.

II. PLANOWANIE I ZARZĄDZANIE KARIERĄ

SPRAWDŹ SWOJE MOŻLIWOŚCI ZA POMOCĄ ZESTAWU NARZĘDZI

Narzędzie nr 1: Pomocniczy kwestionariusz do oceny poziomu szybkości przyswajania i utrwalania wiedzy
Narzędzie nr 2: Kwestionariusz skłonności zawodowych
Narzędzie nr 3: Ćwiczenie: „Jaki/a jestem?”
Narzędzie nr 4: Ćwiczenie: „Jaki jest Twój temperament?”
Narzędzie nr 5: Kwestionariusz uzdolnień szczegółowych według H. Gardnera
Narzędzie nr 6: Test predyspozycji zawodowych
Narzędzie nr 7: Kwestionariusz: „Mój system wartości a moja kariera ” w ujęciu E. Schein’a
Narzędzie nr 8: Kwestionariusz ankiety do oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu
Narzędzie nr 9: Kwestionariusz do mierzenia motywacji osiągnięć
Narzędzie nr 10: Kwestionariusz: „Mój stan zdrowia”

1. Karieroplan– jak zaplanować ścieżkę kariery zawodowej?

Umiejętność podejmowania decyzji – jak wybierać szkołę, zawód, pracę?

Oto kilka zasad, o których powinieneś pamiętać planując swoją karierę zawodową!

1. Poznaj swój potencjał (wiedzę, umiejętności, cechy charakteru i temperamentu, zainteresowania, zdolności, wartości, postawy, motywację, stan zdrowia).
2. Zgromadź niezbędne informacje związane z kształceniem i pracą (dane na temat szkół i kierunków kształcenia, informacje o zawodach, rynku pracy).
3. Porównaj zdobyte informacje ze swoim potencjałem i podejmij właściwą decyzję.
4. Poszukuj wsparcia u osób bliskich, rodziny, rówieśników, specjalistów.
5. Gromadź informacje o swoich sukcesach, również tych najmniejszych.
6. Dokładnie planuj swoje działania!

1.1. Jakie mam możliwości?

1.1.1. Co wiem? – znaczenie wiedzy, wykształcenia i kwalifikacji zawodowych

Wiedza oraz możliwości intelektualne są obecnie najbardziej wartościowym zasobem i czynnikiem rozwoju.

Analizując swój potencjał, gdy rozważamy wybór szkoły ponadgimnazjalnej, ponadpodstawowej i przyszłego zawodu, warto odpowiedzieć sobie na kilka pytań dotyczących dotychczasowych szkolnych osiągnięć.

Na powyższe pytania poszukuj odpowiedzi razem z rodzicami, wychowawcą klasy, nauczycielami, doradcami zawodowymi.

Sprawdź zatem swoje możliwości za pomocą zestawu proponowanych narzędzi!

Narzędzie nr 1: Pomocniczy kwestionariusz do oceny przez ucznia poziomu szybkości przyswajania i utrwalania wiedzy

Prześledź osiągane przez Ciebie wyniki w nauce, poczynając od klasy piątej. Na arkuszu odpowiedzi zaznacz krzyżykiem przedmioty, z których: na koniec roku uzyskiwałeś/aś zawsze oceny celujące, bardzo dobre i dobre. **A teraz zastanów się i udziel odpowiedzi na następujące pytania.**

1. Których przedmiotów uczysz się najszybciej?
2. Na których lekcjach chętnie pełnisz lub pełniłbyś/abyś rolę asystenta?
3. Z których przedmiotów wystarcza Tobie wiedza zdobyta przeważnie na lekcji?
4. Jeśli masz niezapowiedziany sprawdzian, to z których przedmiotów wypadniesz najlepiej?
5. Z których przedmiotów, dodatkowo z własnej woli, pogłębiasz swoją wiedzę, np. czytasz artykuły, książki, itp.?
6. Z których przedmiotów długo pamiętasz wiadomości?
7. W nauce, których przedmiotów najczęściej pomagasz kolegom?
8. Z których przedmiotów masz braki w wiadomościach?
9. Z których przedmiotów potrzebujesz pomocy rodziców, rodzeństwa, kolegów i innych osób w odrabianiu zadań domowych?
10. Których przedmiotów uczysz się wolniej?
11. Z których przedmiotów przekazany przez nauczyciela nowy materiał:
    a) jest dla Ciebie jasny już przy pierwszym zapoznaniu się z nim?
    b) kojarzy się z informacjami przyswojonymi wcześniej?
    c) wymaga dodatkowego wczytywania się?
    d) wymaga dodatkowych wyjaśnień innej osoby, np. korepetytora, kolegi, któregoś z rodziców?

Za: J. Woroniecka, (w:) D. Ambroziak, Karta Kariery Ucznia, http:/www. interklasa.pl, data odczytu: 12.12.17.

Karta odpowiedzi - Pomocniczy kwestionariusz do oceny przez ucznia poziomu szybkości przyswajania i utrwalania wiedzy

L.p.	J.p	His.	Wos	J.ob	Mat.	Fiz.	Chem.	Bi.	Ge.	Inf.	Mu.	Pl.	Tech.	Wf
1.														
2.														
3.														
4.														
5.														
6.														
7.														
8.														
9.														
10.														
11.a.														
11.b.														
11.c.														
11.d.														

1.1.2. Co umiem?

Umiejętności dzielimy na te dotyczące ludzi, rzeczy, danych, przyrody i działalności artystycznej**.** W zależności od tego podziału mogą kształtować się Twoje preferencje zawodowe.

Narzędzie nr 2: Kwestionariusz ankiety na temat skłonności zawodowych

Przypuszczalnie potrafisz wykonać wiele czynności. Jeśli jednak miałbyś(abyś) możliwość wyboru, to który rodzaj działalności najbardziej preferujesz? W każdym numerze zadania wybierz jedną z dwóch możliwości („a" lub „b") i zaznacz odpowiedź otaczając kółkiem właściwą literę na arkuszu odpowiedzi. W wyjątkowych przypadkach możesz nic nie wybrać lub wybrać obydwa rodzaje czynności. Zastanów się, co wolisz?

1a	Hodować zwierzęta, uprawiać rośliny	**1b**	Obsługiwać maszyny (np. wiertarkę, robot kuchenny, maszynę do szycia)
2a	Opiekować się osobą chorą, dbać o przyjmowanie przez nią leków	**2b**	Wykonywać wykresy, zestawienia, schematy lub proste programy komputerowe
3a	Wyrażać na piśmie swoje myśli (pisać wiersze, opowiadania, pamiętniki)	**3b**	Obserwować rozwój roślin i zwierząt
4a	Wykonywać różne przedmioty, wyroby (np. z drewna, tkaniny, metalu, składników spożywczych)	**4b**	Sprzedawać lub reklamować towary
5a	Uczyć się języka obcego, tłumaczyć teksty	**5b**	Mieć do czynienia z wydawnictwami artystycznymi o muzyce, plastyce, teatrze
6a	Zajmować się zwierzętami	**6b**	Tłumaczyć innym, jak mają coś zrobić

7a	Organizować wystawę prac, konkurs recytatorski, dyskotekę, pokaz mody, wycieczkę	**7b**	Obsługiwać sprzęt gospodarstwa domowego, pojazdy, maszyny
8a	Udzielać rad i informacji	**8b**	Bywać w teatrze, muzeum, na wystawie sztuki
9a	Naprawiać różnorodne rzeczy (ubrania, sprzęt mechaniczno-elektryczny)	**9b**	Wyszukiwać i poprawiać błędy w tekstach, tablicach, rysunkach
10a	Prowadzić prace doświadczalne z biologii	**10b**	Robić obliczenia, rachunki
11a	Pracować w sadzie, ogrodzie, na działce	**11b**	Analizować schematy budowy odbiorników radiowych i telewizyjnych, wykroje odzieży, przepisy kulinarne
12a	Rozwiązywać zaistniałe między ludźmi konflikty	**12b**	Wykonywać rysunki techniczne (sprawdzać je i korygować)
13a	Robić zdjęcia artystyczne, malować, tańczyć	**13b**	Przeprowadzać doświadczenia z roślinami
14a	Naprawiać urządzenia i aparaturę medyczną	**14b**	Nieść pomoc poszkodowanym w wypadkach
15a	Skrupulatnie wykonywać powierzoną pracę (opisy, pomiary, sprawozdania)	**15b**	Wyrażać własne przeżycia przez rysunek, muzykę, wiersz
16a	Wykonywać analizy laboratoryjne	**16b**	Przyjmować i leczyć chorych, rozmawiać z nimi
17a	Zmieniać wystrój, ozdabiać swoje otoczenie	**17b**	Montować i naprawiać różne mechanizmy, przyrządy, maszyny (np. rowery, samochody)
18a	Prowadzić wycieczki do teatru, muzeum, rajdy turystyczne	**18b**	Dyskutować na tematy związane z architekturą i sztuką
19a	Reperować uszkodzoną zabawkę, żelazo lub inny drobny sprzęt	**19b**	Przerysowywać rysunki, napisy, mapy
20a	Walczyć ze szkodnikami i chorobami roślin	**20b**	Obsługiwać komputery, pisać na maszynie
21a	Przebywać wśród ludzi, udzielać im pomocy i świadczyć drobne usługi	**21b**	Składać różne urządzenia, majsterkować
22a	Planować wydatki, sporządzać bilans kosztów	**22b**	Być na wsi i brać udział w zajęciach gospodarskich
23a	Lepić z gliny lub modeliny	**23b**	Wędrować i obserwować naturę
24a	Porządkować notatki, dokumenty, rachunki	**24b**	Czytać czasopisma i książki o tematyce technicznej
25a	Zawierać nowe znajomości	**25b**	Rysować, grać na instrumencie, deklamować

Za: J. Woroniecka, na podst. propozycji B. A. Klimowa, (w:) G. Sołtysińska, J. Woroniecka (red.), Przygotowanie uczniów gimnazjum do wyboru zawodu, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2006.

Arkusz odpowiedzi

I	II	III	IV	V
1a	1b	2a	2b	3a
3b	4a	4b	5a	5b
6a	-	6b	-	7a
-	7b	8a	-	8b
-	9a	-	9b	-
10a	-	-	10b	-
11a	11b	12a	12b	13a
13b	14a	14b	15a	15b
16a	-	16b	-	17a
-	17b	18a	-	18b
-	19a	-	19b	-
20a	-	-	20b	-
-	-	21a	-	-
-	21b	-	22a	-
22b	-	-	-	23a
23b	-	-	24a	-
-	24b	25a	-	25b
P.....	T.....	C.....	D.....	A.....

Podsumuj liczbę wyborów w kolumnach pionowych. Uzyskane wyniki wskazują Twoje skłonności do pracy w poszczególnych grupach zawodów:

I. Człowiek – przyroda

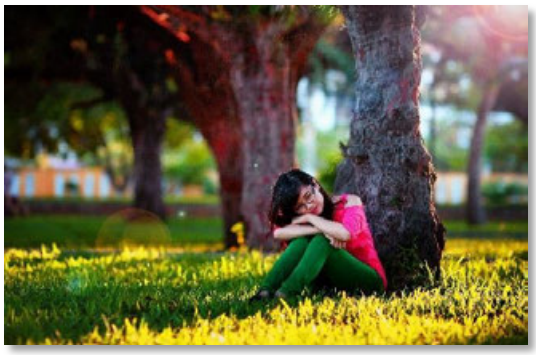
II. Człowiek – technika

III. Człowiek - człowiek

IV. Człowiek – dane

V. Człowiek – działalność artystyczna

CZŁOWIEK – PRZYRODA



Do tej grupy zalicza się zawody, w których praca wymaga kontaktu z przyrodą, zwierzętami, roślinami, z ich pielęgnacją, uprawą, hodowlą, a ponadto z różnymi zjawiskami zachodzącymi w przyrodzie.

Zawody te wymagają zamiłowania do przyrody, poczucia odpowiedzialności, zdolności prowadzenia obserwacji, spostrzegawczości, dokładności, zrównoważenia oraz dużej sprawności fizycznej.

Należą do nich m.in.: botanik, ekolog, technik ochrony środowiska, hodowca zwierząt, leśnik, ogrodnik, ornitolog, pszczelarz, rolnik, rybak, weterynarz, zielarz. **Przeciwwskazaniami, zależnie od zawodu i stanowiska pracy, mogą być:** choroba reumatyczna, choroby dróg moczowych oraz skóry i rąk, alergia, duża wada wzroku, skrzywienie kręgosłupa, zaburzenia równowagi, wady serca i inne.

CZŁOWIEK – TECHNIKA

W grupie tej znajdują się zawody, w których praca zawiązana jest z wydobywaniem i przetwarzaniem surowców, obróbką różnorodnych materiałów, produkcją dóbr materialnych, eksploatacją urządzeń. **Będą to zarówno zawody** związane z mechaniką pojazdów samochodowych, maszyn i urządzeń przemysłowych, elektroniką, budownictwem, jak i przemysłem spożywczym.

Należą do nich m.in.: elektronik, elektryk, geolog, górnik, kierowca, krawiec, kucharz, metalurg, pilot, stolarz, tokarz.

W tej grupie zawodów wymagane są następujące cechy: dobra spostrzegawczość, umiejętność obserwacji, odpowiedzialność, zdolność koncentracji uwagi, opanowanie, dokładność, obowiązkowość, umiejętność przewidywania. **Przeciwwskazaniami do wykonywania tych zawodów mogą być:** wady wzroku, niedosłuch, zaburzenia równowagi, alergie skórne, wady serca, skrzywienie kręgosłupa i inne poważne schorzenia (jeśli występują — wskazana jest konsultacja lekarska).

CZŁOWIEK - CZŁOWIEK

Grupa ta obejmuje zawody związane z pracą wymagającą stałego kontaktu z ludźmi, a więc wszędzie tam, gdzie zachodzi konieczność przebywania z interesantem, klientem, pacjentem, kontrahentem, wspólnikiem. Wymaga ona z reguły umiejętności łatwego kontaktowania się z ludźmi. **Wskazane są również**, m.in. pogodne usposobienie, takt, życzliwość, uczciwość, cierpliwość, dyskrecja, a także rozwaga i opanowanie.

Będą to zawody związane m.in. z: nauczaniem i wychowaniem, usługami i handlem, opieką medyczną, udzielaniem informacji i porad. np.: nauczyciel, lekarz, pielęgniarka, psycholog, sędzia, sprzedawca, dziennikarz, kelner, fizjoterapeuta, kosmetyczka, pracownik socjalny, prawnik, socjolog, stomatolog. **Przeciwwskazaniami do wykonywania określonego zawodu mogą być:** wada wymowy, niedosłuch utrudniający kontakt z otoczeniem, przewlekle choroby skóry, widoczne zniekształcenia — zwłaszcza twarzy, zaburzenia równowagi itp.

CZŁOWIEK – DANE/SYSTEM ZNAKÓW

Grupa ta obejmuje zawody związane z posługiwaniem się systemem znaków i pojęć umownych, jak: cyfry, znaki kartograficzne i stenograficzne, kody, graficzne znaki językowe (np. litery), systemy oznakowania pojęć językowych naturalnych i sztucznych.

Wskazane cechy osobowości to: odpowiedzialność, samodzielność, zdolności organizacyjne, dokładność, dobra pamięć, umiejętność, przewidywania, spostrzegawczość, systematyczność w działaniu, zdolność skupienia uwagi niezbędna do zapobiegania pomyłkom i błędom.

CZŁOWIEK – DZIAŁALNOŚĆ ARTYSTYCZNA

W grupie tej znajdują się zawody związane z działalnością artystyczną: muzyczną, plastyczną, aktorsko-sceniczną, organizacją imprez artystycznych, z wykonywaniem wyrobów lub usług o charakterze artystycznym.
Będą to zawody związane m.in. z projektowaniem, dekorowaniem, konserwacją dzieł sztuki. **Należą do nich m.in.:** aktor, dyrygent, grafik, kompozytor, muzyk, pisarz, plastyk, reżyser, rzeźbiarz, śpiewak, tancerz.

Wskazane cechy osobowości to: wrażliwość estetyczna, wyobraźnia artystyczna.

1.1.3. Jaki mam charakter?

W przypadku cech charakteru mówimy o tych dobrych, stanowiących naszą mocną stronę lub złych, które składają się na nasze słabe strony. Jedni są uprzejmi, uczynni, dyskretni, uczciwi, inni obojętni, nieopanowani, niecierpliwi. Również w szkole: niektórzy są pracowici, systematyczni, odpowiedzialni, dokładni i sumienni. Innym tych cech brakuje.

A Ty jaki jesteś? Zastanów się, to ważne. Cechy charakteru powinny wpływać na wybór ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

Narzędzie nr 3: Ćwiczenie: „Jaki/a jestem?"

Zaznacz „+" cechy, które najtrafniej Ciebie charakteryzują.

Cechy charakteru	Wskazania ucznia	Cechy charakteru	Wskazania ucznia
sumienny		pewny siebie	
obowiązkowy		komunikatywny	
emocjonalny		odpowiedzialny	
rozrywkowy		współczujący	
pracowity		miły	
dokładny		inteligentny	
asertywny		dociekliwy	
odważny		niezależny	
twórczy		oddany	
zaangażowany		kreatywny	
wymagający		punktualny	
przywódczy		godny zaufania	
porywczy		tolerancyjny	
leniwy		dyskretny	
uparty		rozważny	
uległy		impulsywny	
skryty		małomówny	
roztargniony		ostrożny	
niepewny siebie		spóźnialski	
inne.....		Inne.....	

Źródło: A. Mięczakowska, Zanim podejmiesz decyzję. Planer kariery, MWK OHP, Warszawa 2012, s. 7-10.

Jeśli zaznaczyłeś/aś (bądź wpisałeś/aś) charakteryzujące Ciebie cechy, określ teraz swoje mocne i słabe strony odpowiadając na poniższe pytania.

Które cechy stanowią Twoją mocną stronę?

.....

.....

.....

Które cechy stanowią Twoją słabą stronę?

.....

.....

.....

1.1.4. Jaki jest mój temperament?

Każdy z nas jest wyjątkowy, jedyny i niepowtarzalny. Zależy to od **temperamentu**, czyli stałych cech psychicznych człowieka, charakteryzujących jego życie emocjonalne, sposób reagowania na bodźce zewnętrzne, stopień pobudliwości, siły i trwałości stanów uczuciowych.

Rozpoznanie własnego temperamentu jest bardzo ważne, aby ustalić posiadane predyspozycje do wykonywania określonego zawodu.

Źródło: Słownik Języka Polskiego, PWN, Warszawa 1999, t. 3, s. 457.

Narzędzie nr 4: Ćwiczenie: „Jaki jest Twój temperament?"

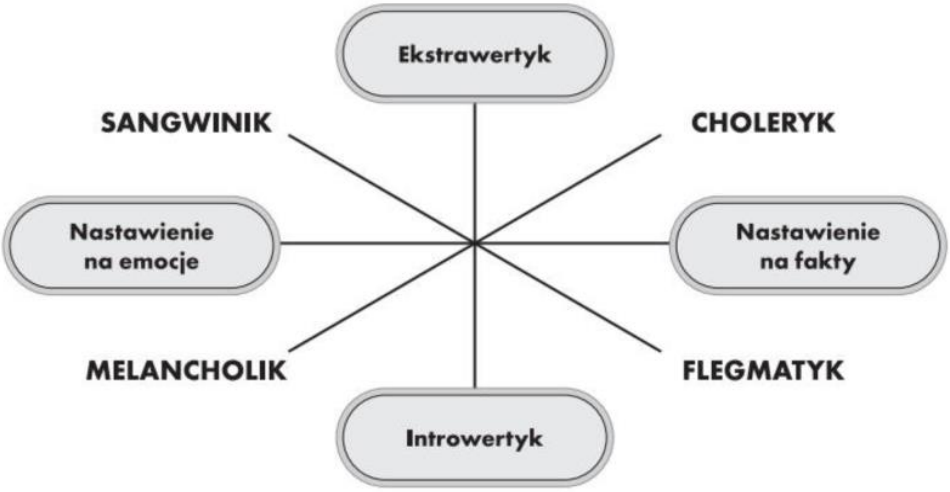
Wypełnij poniższe ćwiczenie, a poznasz cechy swojego temperamentu.

Na schemacie zaznacz kreskami cechy, z którymi się identyfikujesz (1 cecha = 1 kreska)

Sangwinik	Melancholik
1. żywy, energiczny, 2. towarzyski, lubi przebywać z ludźmi, nawiązywać nowe kontakty, 3. entuzjastyczny, 4. żyje teraźniejszością, 5. łatwo zapomina nieprzyjemne fakty, 6. ma wiele pomysłów, którymi chętnie się dzieli, 7. reaguje gwałtownie, emocjonalnie, 8. chętnie angażuje się do nowych zadań, 9. niestały, chaotyczny, roztargniony, 10. zapomina o zobowiązaniach, 11. mówi prędzej niż myśli, często przesadza, 12. lubi mówić o sobie i być w centrum uwagi 13. niezdyscyplinowany, potrzebuje stałych bodźców do pracy.	1. ma artystyczną duszę, esteta, 2. perfekcjonista, dąży do doskonałości, 3. głęboko analizuje zjawiska i sytuacje, 4. wierny przyjaciel, często poświęcający się dla dobra innych, 5. lubi pozostawać w cieniu wydarzeń, 6. wytrwały w realizacji żmudnych zadań, obowiązkowy, 7. wrażliwy, współczujący, dzieli radości i smutki przyjaciół, 8. dokładny, dobrze zorganizowany, 9. nastrojowy z przewagą nastrojów ponurych, pesymistycznych, 10. podejrzliwy, łatwo go obrazić, 11. chętnie ucieka od rzeczywistości w marzenia, 12. skłonny do zajmowania postaw obojętnych, 13. wybredny, kapryśny.

Choleryk	Flegmatyk
1. zdyscyplinowany wewnętrznie, 2. wytrwały w realizacji postawionych celów, konsekwentny, 3. praktyczny, ocenia wszystko miarą przydatności, sensowności, 4. posiada zmysł organizacyjny, 5. szybki, zdecydowany w działaniach, 6. ma pewność, że sprosta trudnościom, 7. przywódczy, stanowczy, przejmuje inicjatywę, 8. uparty, 9. gubi się w szczegółach przy organizowaniu przedsięwzięć, 10. rywalizujący, lubi wygrywać za wszelką cenę, 11. dominujący, podejmujący decyzje za siebie i innych, 12. nie chce przyznać się do popełnionych błędów, 13. niezależny, trudno poddaje się pod przywództwo innym.	1. spokojny i opanowany, 2. dobry słuchacz i doradca, 3. wyraża jedynie przemyślane opinie, 4. dobrze sprawdza się w trudnych warunkach, 5. konsekwentny i wytrwały, 6. dobry obserwator, 7. niewymagający, ugodowy, 8. powolny, bierny, 9. ma trudności z szybkim podejmowaniem decyzji, 10. nie lubi konfliktów i nie lubi ich rozwiązywać, 11. nie stawia sobie celów i nie dąży do niczego konkretnego, 12. obojętny i chłodny emocjonalnie, 13. potrafi swym specyficznym humorem dokuczyć osobom, które mu podpadną.

Źródło: T. Król (red.), Film na lekcjach „Wychowanie do życia w rodzinie". Scenariusze zajęć, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2002.



Typ temperamentu, w którym znajdziesz najwięcej swoich cech, będzie dla Ciebie dominującym.

Źródło: T. Król (red.), Film na lekcjach „Wychowanie do życia w rodzinie". Scenariusze zajęć, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2002.

Charakterystyka typów temperamentu

SANGWINIK
to dusza towarzystwa. Jest wesoły, pogodny, towarzyski i gadatliwy. Niestety jest niezorganizowany i zapominalski. Posiada charyzmę i łatwo przekonuje innych używając swego czaru. Mówi szybko, żywo, śmieje się.

MELANCHOLIK
to idealista. Jest uczuciowy, wrażliwy, dokładny i poważny. Jego wzloty są najwyższe, a dołki najniższe. Ma głębokie wnętrze. Niestety posiada skłonności do depresji. Jest nadmiernie wymagający i narzekający. Mówi z głębi serca i myśli.

CHOLERYK
to urodzony szef. Jest władczy, nie może usiedzieć w miejscu, musi działać. Jest porywczy, niewyrozumiały i niecierpliwy. Podporządkowuje sobie innych, łatwo się denerwuje. Mówi z siłą, dobitnie, dynamicznie.

FLEGMATYK
to ambasador pokoju. Jest powolny, zrównoważony i elastyczny. Unika konfliktów. Nie spieszy się, obserwuje otoczenie. Niestety odkłada sprawy na później i tworzy bałagan. Mówi powoli, delikatnie, łagodnie.

Temperament a wybór zawodu

SANGWINIK

Zawody związane z kontaktem z ludźmi, budowaniem relacji czy też rozrywką, m.in.:

aktor, nauczyciel, przedstawiciel handlowy, doradca personalny, animator kultury.

MELANCHOLIK

Zawody, w których ceni się dbałość o szczegóły oraz doskonałą organizację i zdolność analitycznego myślenia, m.in.: lekarz, księgowy, farmaceuta, bibliotekarz, prawnik, analityk, inżynier.

CHOLERYK

Zawody związane z kierowaniem ludźmi, prowadzeniem zespołów i wywieraniem wpływu., m.in.: praca w reklamie, marketingu, budownictwie, sprzedaży, dziennikarstwie.

FLEGMATYK

Zawody związane z wykonywaniem rzeczy rutynowych, powtarzalnych, umiejętnością słuchania, m.in.: administrator, mediator, negocjator, dyplomata.

1.1.5. Jakie mam zdolności?

Zdolność to łatwość nabywania umiejętności. Najwyższy stopień rozwoju uzdolnień nazywamy talentem, który umożliwia twórcze wykonywanie określonego działania. Zdolności decydują o kierunku osiągnięć zawodowych.

Źródło: T. Pilch (red.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI w., t. 4, PWN, Warszawa 2006.

Narzędzie nr 5: Kwestionariusz uzdolnień szczegółowych według H. Gardnera

Przeczytaj stwierdzenia zawarte w tabeli. Przyznaj sobie od 0 do 5 punktów w zależności od tego, w jakim stopniu dane sformułowanie do Ciebie pasuje:			
1. Lubię rozwiązywać zagadki i problemy logiczne.		*21. Jestem przekonujący i potrafię uczyć innych tego, czego się nauczyłem.*	
2. Jestem dobry w liczeniu w pamięci, szacowaniu i mierzeniu.		*22. Lubię należeć do klubów lub kółek zainteresowań.*	
3. Jestem dobry w wyszukiwaniu połączeń pomiędzy zagadnieniami.		*23. Lubię pracować w zespole i dobrze przychodzi mi uczenie się w grupie.*	
4. Lubię przedmioty ścisłe i techniczne.		*24. Łatwo zawieram przyjaźnie.*	
5. Potrafię dobrze zaplanować czas, jaki poświęcam na pracę domową i uczę się dobrze dzięki logicznym wyjaśnieniom.		*25. Mam zmysł orientacji przestrzennej i potrafię dobrze oceniać odległości.*	
6. Lubię rozwiązywać krzyżówki i zagadki słowne.		*26. Jestem dobry w wyobrażaniu sobie rzeczy w umyśle.*	
7. Łatwo uczę się z książek, Internetu i wykładów.		*27. Jestem dobrym obserwatorem – dostrzegam rzeczy, których nie zauważają inni.*	
8. Jestem dobrym rozmówcą, posługuję się bogatym słownictwem.		*28. Uczę się z wykresów, diagramów i map.*	
9. Dobrze piszę, np. opowiadania, poezję, listy, polecenia.		*29. Jestem dobry w sztuce, modelowaniu lub rzeźbieniu.*	
10. Lubię ćwiczenia fizyczne.		*30. Interesują mnie kwestie związane ze środowiskiem naturalnym.*	
11. Uczę się dobrze, gdy mogę coś wykonać.		*31. Podobają mi się programy przyrodnicze i/lub trzymam w domu zwierzęta.*	
12. Jestem dobry w sporcie i grach.		*32. Potrafię rozpoznać i nazwać wiele rodzajów kwiatów, roślin i drzew.*	
13. Mam zdolności manualne, np. potrafię sporządzać modele, majsterkować, szyć.		*33. Potrafię wyobrazić sobie siebie pracującego w rolnictwie albo, jako biologa lub astronoma.*	
14. W tańcu czuję się, jak ryba w wodzie.		*34. Interesują mnie sprawy związane ze zdrowym życiem, jedzeniem itp.*	
15. Jestem dobry w tworzeniu muzyki, śpiewaniu lub graniu na instrumentach.		*35. Jestem dobry w tworzeniu planów i określaniu swoich celów.*	
16. Z łatwością zapamiętuję wiersze, poezję i rymowanki.		*36. Lubię pracować/uczyć się samotnie i w ciszy.*	
17. Często słucham muzyki i łatwo przychodzi mi rozpoznawanie melodii.		*37. Jestem dobry w uczeniu się na swoich błędach i doświadczeniach.*	
18. Mam dobre wyczucie rytmu.		*38. Prowadzę pamiętnik lub zapiski.*	
19. Czytam nuty, umiem komponować muzykę.		*39. Przejmuję się losami naszej planety.*	
20. Jestem wrażliwy na to, co myślą i czują inni.		*40. Bardzo dobrze tańczę.*	

Tabela wyników - Twój profil wielorakiej inteligencji Howarda Gardnera

NAZWA INTELIGENCJI	1	2	3	4	5	Suma
Matematyczno – logiczna						
NAZWA INTELIGENCJI	6	7	8	9	10	**Suma**
Językowa						
NAZWA INTELIGENCJI	11	12	13	14	15	**Suma**
Ruchowa						
NAZWA INTELIGENCJI	16	17	18	19	20	**Suma**
Muzyczna						
NAZWA INTELIGENCJI	21	22	23	24	25	**Suma**
Interpersonalna						
NAZWA INTELIGENCJI	26	27	28	29	30	**Suma**
Wizualno – przestrzenna						
NAZWA INTELIGENCJI	31	32	33	34	35	**Suma**
Przyrodnicza						
NAZWA INTELIGENCJI	36	37	38	39	40	**Suma**
Intrapersonalna						

Interpretacja pomocnicza różnorakich inteligencji (uzdolnień)

Matematyczno – logiczna: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję logiczno-matematyczną lubią liczyć, rozwiązywać zagadki logiczne, eksperymentować, wyciągać wnioski. Często uczą się poprzez robienie notatek, schematów. Są to osoby zorganizowane, systematyczne, dokładne, potrafią myśleć abstrakcyjnie.

Językowa: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję językową lubią czytać, słuchać, pisać, opowiadać, przemawiać. Preferują zabawy ze słowami, nie mają problemów z ortografią. Często są systematyczne i uporządkowane.

Kinestetyczna (ruchowa): osoby, które mają rozwiniętą inteligencję ruchową lubią prace ręczne i mechaniczne. Najchętniej uczą się poprzez wykonywanie konkretnych zadań. Zapamiętują wtedy, gdy same coś wykonają, a nie wtedy, gdy o tym przeczytają lub ktoś im to pokaże. Mają szybki refleks, nie lubią siedzieć zbyt długo w jednym miejscu.

Muzyczna: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję muzyczną są wrażliwe na muzykę i dźwięki, ton głosu. Często uczą się poprzez słuchanie. Chętnie słuchają muzyki. Zdecydowanie preferują lektury w formie audiobooków. Uczą się języków obcych ze słuchu.

Wizualno – przestrzenna: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję wizualno-przestrzenną lubią rysować, rzeźbić i wytwarzać używając kolorów i rożnego typu materiałów, nie mają problemów z czytaniem map, wykresów, schematów, tabel; mają dobre wyczucie koloru. Są to osoby, które myślą obrazowo, robią notatki w formie rysunków i wykresów; myślą używając wyobraźni i obrazów. Są wrażliwe na otaczające przedmioty, kolory i wzory.

Interpersonalna: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję interpersonalną lubią być z ludźmi, chętnie uczestniczą w zajęciach grupowych, łatwo porozumiewają się z innymi. Szybko odczytują intencje innych osób, potrafią rozwiązywać konflikty, łatwo nawiązują kontakty, dobrze prowadzą negocjacje.

Intrapersonalna: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję intrapersonalną mają dobrze rozwiniętą intuicję. Nie potrzebują motywacji do działania z zewnątrz – same wiedzą, co i dlaczego chcą robić. Mają dużą wiedzę na temat samego siebie – potrafią nazwać swoje cele, aspiracje, plany, mocne strony, ale także ograniczenia. Są refleksyjne, często preferują pracę samodzielną.

Przyrodnicza: osoby, które mają rozwiniętą inteligencję przyrodniczą lubią pracę na świeżym powietrzu. Duże znaczenie ma dla nich wszystko to, co jest związane z ekologią i ochroną środowiska, hodowlą zwierząt lub uprawą roślin.

Źródło: M. Rosalska, Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego. Przewodnik dla nauczyciela i doradcy, KOWEZiU, Warszawa 2012; por. H. Gardner, Inteligencje wielorakie. Nowe horyzonty w teorii i praktyce, MT Biznes, Warszawa 2009.

1.1.6. Co mnie interesuje?

W zasadzie każdy z nas posiada pewne zainteresowania. Najlepszym rozwiązaniem byłoby to, abyś w przyszłości zajmował się na swoim stanowisku pracy takimi rzeczami, które sprawiają Tobie satysfakcję, są Twoim hobby. Nie zawsze o naszych zainteresowaniach potrafimy mówić, nie wiemy, jak wykorzystać je w kontekście przyszłej pracy. Warto się im przyjrzeć, gdyż może uda się znaleźć to „coś", co pomoże Tobie wybrać szkołę, a potem pracę, co będziesz lubił robić i uczynisz z tego sposób na życie.

Narzędzie nr 6: Test predyspozycji zawodowych

Prezentowany **test predyspozycji zawodowych** może być pomocny przy wyborze drogi zawodowej i planowaniu przyszłej kariery. Karty pracy związane z zawodowym samookreśleniem pozwalają określić ukierunkowania w wybranych przez Ciebie kręgach zainteresowań i zdolności oraz określić obszary przyszłej zawodowej działalności.

W karcie pracy przy poszczególnych pytaniach zaznacz odpowiedź „Tak" lub „Nie". Należy mieć na względzie to, że nie ma ani dobrych, ani złych odpowiedzi. Proponowane pytania mają pomóc Tobie lepiej zrozumieć samego siebie i spowodować, aby wybór zawodu nie stał się przypadkowy.

Źródło: A. Paszkowska-Rogacz, Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2002, s. 110-114.

L.p.	Kategoria	Odpowiedź	
1.	Czy chciałbyś/abyś mieć taką pracę, w której kierujesz, kontrolujesz i planujesz działanie innych pracowników?	Tak	Nie
2.	Czy bezinteresownie pomagasz innym?	Tak	Nie
3.	Czy lubisz pracować nad jednym zadaniem, dopóki go nie skończysz?	Tak	Nie
4.	Czy lubisz mieć wiele spraw na głowie?	Tak	Nie
5.	Czy lubisz konstruować i naprawiać różne rzeczy?	Tak	Nie
6.	Czy lubisz brać na siebie odpowiedzialność za zadania i wywiązywać się z nich?	Tak	Nie
7.	Czy lubisz pomagać kolegom w rozwiązywaniu problemów?	Tak	Nie
8.	Czy wolałbyś/abyś mieć taką pracę, w której zawsze będziesz miał/a pewność, czego się od Ciebie oczekuje?	Tak	Nie
9.	Czy lubisz książki i programy popularnonaukowe?	Tak	Nie
10.	Czy potrafisz projektować, wymyślać lub tworzyć różne przedmioty?	Tak	Nie
11.	Czy lubisz kierować działaniami innych ludzi?	Tak	Nie
12.	Czy jesteś w stanie pomagać ludziom, którzy są czymś zdenerwowani lub zmartwieni?	Tak	Nie
13.	Czy projekty lub inne prace wykonujesz dokładnie, krok po kroku?	Tak	Nie
14.	Czy lubisz zagłębiać się w problemy, nad którymi pracujesz?	Tak	Nie
15	Czy masz jakieś własne hobby, które Ciebie pochłania?	Tak	Nie
16.	Czy chciałbyś/abyś mieć pracę, w której byłbyś /abyś odpowiedzialny/a za podejmowane decyzje?	Tak	Nie
17.	Czy chciałbyś/abyś wykonywać pracę polegającą na pytaniu ludzi o ich opinie w sprawach różnych rzeczy lub wydarzeń?	Tak	Nie
18.	Czy chciałbyś/abyś opierać się w swojej pracy na wyraźnie określonych zasadach i regułach?	Tak	Nie
19.	Czy rozwiązując problemy chciałbyś/abyś zawsze opierać się na niepodważalnych faktach?	Tak	Nie
20.	Czy lubisz grę w szachy i inne gry wymagające logicznego myślenia?	Tak	Nie

21.	*Czy pełniłeś/łaś kiedykolwiek rolę lidera w jakimś klubie, zespole lub organizacji?*	*Tak*	*Nie*
22.	*Czy chciałbyś /abyś opiekować się ludźmi, którzy są chorzy albo mają problemy życiowe?*	*Tak*	*Nie*
23.	*Czy lubisz pracować przez dłuższy czas nad jednym zadaniem?*	*Tak*	*Nie*
24.	*Czy podobałaby się Tobie praca, w której każdy dzień niósłby nowe i różnorodne zadania?*	*Tak*	*Nie*
25.	*Czy podoba się Tobie praca wymagająca używania narzędzi lub maszyn?*	*Tak*	*Nie*
26.	*Czy jest dla Ciebie ważne, aby mieć większe osiągnięcia niż inni?*	*Tak*	*Nie*
27.	*Czy chciałbyś/abyś mieć pracę, która związana jest z poprawą warunków socjalnych?*	*Tak*	*Nie*
28.	*Czy lubisz pracować według otrzymanych wytycznych?*	*Tak*	*Nie*
29.	*Czy chciałbyś/abyś wykonywać prace badawcze?*	*Tak*	*Nie*
30.	*Czy chciałbyś /abyś pracować z takimi materiałami, jak: drewno, kamień, tkanina lub metal?*	*Tak*	*Nie*
31.	*Czy byłeś/aś kiedyś odpowiedzialny/a za taki projekt albo zadanie, które wymagało dopilnowania różnych szczegółów tak, aby mogło zostać wykonane w całości?*	*Tak*	*Nie*
32.	*Czy chciałbyś/abyś mieć pracę związaną ze służbą dla określonego środowiska?*	*Tak*	*Nie*
33.	*Czy chciałbyś/abyś mieć pracę, w której Twoje czynności są na ogół ściśle kontrolowane?*	*Tak*	*Nie*
34.	*Czy jesteś w stanie radzić sobie, gdy nieustannie dzieje się coś nowego i niespodziewanego?*	*Tak*	*Nie*
35.	*Czy chciałbyś/abyś być przez cały dzień operatorem jakiegoś urządzenia?*	*Tak*	*Nie*
36.	*Czy byłeś/aś kiedyś odpowiedzialny/a za planowanie działań, które miał realizować ktoś inny?*	*Tak*	*Nie*
37.	*Czy chciałbyś/abyś mieć stanowisko, które przez cały dzień wymaga kontaktu z ludźmi?*	*Tak*	*Nie*
38.	*Czy podejmujesz się nowych zadań dopiero wtedy, gdy skończysz poprzednie?*	*Tak*	*Nie*
39.	*Czy lubisz realizować zadania, które pozwolą Tobie odkrywać nowe fakty lub prawidłowości?*	*Tak*	*Nie*
40.	*Czy lubisz prace ręczne, takie jak: naprawa samochodu, szycie, tapetowanie?*	*Tak*	*Nie*
41.	*Czy wolisz raczej kierować pracą grupy niż być jej członkiem?*	*Tak*	*Nie*

42.	*Czy łatwo przychodzi Tobie współpraca z ludźmi?*	*Tak*	*Nie*
43.	*Czy chciałbyś/abyś mieć stanowisko, które wymaga stałego tempa pracy?*	*Tak*	*Nie*
44.	*Czy lubisz wypróbowywać różne, nawet niesprawdzone metody, aby wykonać zadanie lub rozwiązać problem?*	*Tak*	*Nie*
45.	*Czy cieszy Ciebie, kiedy dzięki książkom lub programom telewizyjnym możesz dowiedzieć się, jak działają różne urządzenia?*	*Tak*	*Nie*
46.	*Czy zwykle udaje się Tobie nakłonić ludzi, żeby robili to, czego Ty chcesz?*	*Tak*	*Nie*
47.	*Czy lubisz doglądać pracy innych ludzi?*	*Tak*	*Nie*
48.	*Czy umiesz przyjmować polecenia?*	*Tak*	*Nie*
49.	*Czy lubisz takie działania, których wynik daje się obiektywnie zmierzyć?*	*Tak*	*Nie*
50.	*Czy wolałbyś/abyś raczej pracę niewymagającą kontaktu z ludźmi?*	*Tak*	*Nie*

ARKUSZ ODPOWIEDZI

Otocz kółkiem te numery pytań, na które odpowiedziałeś/aś ,,Tak". Pomiń te, na które odpowiedziałeś/aś ,,Nie". Zsumuj liczbę kółek w szeregach. Zapisz sumy za znakiem równości.

1	6	11	16	21	26	31	36	41	46	=		**Kierownicze**
2	7	12	17	22	27	32	37	42	47	=		**Społeczne**
3	8	13	18	23	28	33	38	43	48	=		**Metodyczne**
4	9	14	19	24	29	34	39	44	49	=		**Innowacyjne**
5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	=		**Przedmiotowe**

Powyższa tabela pokazuje Twoje indywidualne predyspozycje zawodowe w wybranych zakresach działań.

Zaznacz jeden lub dwa najważniejsze wyniki, które oznaczają typ preferowanej przez Ciebie aktywności. Najniższy wynik oznacza aktywność, którą interesujesz się najmniej. Zastanów się, z jakimi zawodami wiążą się określone zainteresowania.

Typy zainteresowań są opisane poniżej. Pamiętaj, że większość zawodów wymaga kombinacji różnych zainteresowań. Na przykład dentysta pracuje z „techniką" (zainteresowania przedmiotowe), ale także z ludźmi (zainteresowania społeczne).

- **Zainteresowania kierownicze**

Osoby te lubią mieć kontrolę nad rzeczami. Są odpowiedzialne za zadania wymagające planowania, podejmowania decyzji i koordynowania pracy innych. Potrafią dawać instrukcje i wskazówki. Postrzegają siebie samych, jako osoby o dużej niezależności i samokontroli.

- **Zainteresowania społeczne**

Osoby uspołecznione lubią mieć do czynienia z ludźmi, zarówno w sytuacjach zawodowych, jak i udzielając im pomocy. Chętnie opiekują się innymi oraz pomagają w rozpoznawaniu potrzeb i rozwiązywaniu problemów. Preferują takie działania, które wymagają kontaktów międzyludzkich.

- **Zainteresowania metodyczne**

Osoby o tych zainteresowaniach lubią działać według jasnych zasad i sprawdzonych metod realizacji zadań. Preferują pracę pod kierunkiem i kontrolują innych według otrzymanych instrukcji. Pracują nad jednym zadaniem, póki go nie skończą. Wykonują to rutynowo i wolą sytuacje pozbawione niespodzianek.

- **Zainteresowania innowacyjne**

Osoby innowacyjne lubią zgłębiać problemy i eksperymentować w trakcie pracy nad rozwiązaniem kolejnych zadań. Interesuje ich inicjowanie i wymyślanie nowych oraz różnorodnych rozwiązań. Lubią przedmioty ścisłe. Przyjmują wyzwania, jakie stawiają im nowe i niespodziewane sytuacje. Łatwo przystosowują się do zmiennych warunków działania.

- **Zainteresowania przedmiotowe**

Osoby o takich zainteresowaniach chętnie pracują za pomocą narzędzi, maszyn i urządzeń technicznych. Lubią naprawiać i/lub wytwarzać przedmioty z różnych materiałów, wykorzystując w tej pracy opracowane i sprawdzone technologie. Interesuje je zasada działania i budowa różnych urządzeń.

Źródło: A. Paszkowska-Rogacz, Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2002, s. 110-114.

1.1.7. Co jest dla mnie ważne?

Cenione przez Ciebie wartości to ważne kryterium. Wskazują one te obszary na zdobyciu których bardzo Tobie zależy. Na przykład, jeśli lubisz pomagać innym, warto wybrać zawód (a może i szkołę), w którym można tę wartość realizować. Nie powinieneś wybierać zawodu sprzecznego z Twoimi preferowanymi wartościami.

Narzędzie nr 7: Kwestionariusz: „Mój system wartości a moja kariera"

(w ujęciu Edgara Schein'a)

Celem tego kwestionariusza jest zachęcenie do refleksji na temat preferowanego przez Ciebie systemu wartości. Nie ma w nim odpowiedzi dobrych i złych. **Wskazane przez Ciebie wartości mają posłużyć do opisania Twoich „kotwic kariery", a nie do ich oceniania.**

Przypisz najwyższą rangę (liczbę punktów) tym zdaniom, które najlepiej opisują Ciebie, a niską rangę (najmniejszą liczbę punktów) tym zdaniom, które do Ciebie w ogóle nie pasują. Na przykład, jeśli czytasz stwierdzenie: *„Marzę o stanowisku prezesa firmy",* możesz przypisać mu następujące rangi: **1**, jeśli to stwierdzenie zupełnie nie pasuje do Ciebie, **2** lub **3**, jeśli pasuje ono do Ciebie w niektórych sytuacjach, **4** lub **5**, jeśli to stwierdzenie w dużej mierze pasuje do Ciebie, **6**, jeśli całkowicie do Ciebie pasuje. Rangi wpisuj w kolumnie po lewej stronie stwierdzeń.

Źródło: K. Bogusz – Przybylska, po drugiej stronie lustra, http:// www. babskietabu.pl, data odczytu: 10.07.2017.

Ranga	L. p.	Wartości - kotwice kariery
	1.	Marzę o tym, żeby osiągnąć taki stopień profesjonalizmu, aby ludzie zwracali się do mnie po radę, jak do eksperta.
	2.	Najbardziej angażuje mnie praca, dzięki której mogę kierować innymi i koordynować ich wysiłki.
	3.	Marzę o karierze, która da mi wolność wyboru sposobu i czasu działania.
	4.	Bezpieczeństwo i stabilność są dla mnie ważniejsze niż niezależność i autonomia.
	5.	Jestem zawsze otwarty na pomysły, które pozwolą mi otworzyć własną firmę.
	6.	Odniosę w życiu sukces tylko wówczas, gdy będę miał poczucie, że mam swój udział w budowaniu społecznego dobra.
	7.	Marzę o takiej karierze, dzięki której będę rozwiązywać trudne problemy lub stawać wobec prawdziwych wyzwań.
	8.	Raczej porzucę firmę niż pozwolę, żeby moja praca w niej stwarzała problemy osobiste i rodzinne.
	9.	Będę czuł, że odniosłem sukces tylko wtedy, gdy uda mi się doprowadzić moje umiejętności techniczne i zarządzania do szczytowego poziomu.
	10.	Marzę o tym, żeby zarządzać wielką organizacją i podejmować decyzje mające wpływ na sytuację wielu ludzi.

	11.	Najbardziej angażuję się w pracę, kiedy mam całkowitą swobodę decydowania o zadaniu, harmonogramie i procedurach.
	12.	Z pewnością odejdę z firmy, która nie będzie dbała o moje bezpieczeństwo.
	13.	Nawet bardzo wysokie stanowisko menedżerskie w cudzej firmie nie jest dla mnie ważne w porównaniu z możliwością prowadzenia własnego biznesu.
	14.	Najbardziej odpowiada mi kariera, dzięki której będę mógł używać swoich zdolności w służbie innym ludziom.
	15.	Będę czuł, że moja kariera wiąże się z sukcesem tylko wtedy, gdy stanę twarzą w twarz z trudnymi wyzwaniami.
	16.	Marzę o takiej pracy, która pozwoli mi zaspokajać jednocześnie potrzeby natury osobistej, rodzinnej i zawodowej.
	17.	Bycie szefem i jednocześnie dobrym fachowcem w danej dziedzinie jest dla mnie bardziej atrakcyjne niż praca dyrektora wysokiego szczebla.
	18.	Praca w firmie przyniesie mi satysfakcję tylko wtedy, gdy zajmę stanowisko dyrektora wysokiego szczebla.
	19.	Praca w firmie przyniesie mi satysfakcję, gdy osiągnę wysoką autonomię i swobodę działania.
	20	Poszukuję takiej pracy, która da mi poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji.
	21.	Zaangażuję się w taką drogę zawodową, która będzie całkowicie rezultatem mojego własnego wysiłku i moich własnych pomysłów.
	22.	Zamiast osiągać wysoką pozycję menedżerską, wolę spożytkować moje umiejętności dla budowania lepszego świata.
	23.	Angażuję się w taką pracę, w której zadania na pierwszy rzut oka wydają się nie do rozwiązania.
	24.	Sukces w życiu oznacza dla mnie utrzymanie równowagi między wymaganiami życia osobistego, rodzinnego i zawodowego.
	25.	Raczej odszedłbym z firmy niż zaakceptował rotacyjny system obejmowania stanowisk, który powoduje utratę pozycji eksperta w danej dziedzinie.
	26.	Stanowisko dyrektora wysokiego szczebla jest dla mnie bardziej atrakcyjne niż menedżera – fachowca.
	27.	Własny sposób wykonywania pracy, wolny od reguł i barier znaczy dla mnie więcej niż poczucie bezpieczeństwa.
	28.	Najbardziej zaangażuję się w pracę, kiedy będę miał/a poczucie bezpieczeństwa zatrudnienia i stałe zarobki.
	29.	Odniosę sukces zawodowy tylko wtedy, kiedy uda mi się stworzyć lub zbudować coś, co będzie oparte na moim własnym pomyśle.
	30.	Marzę o karierze, która wniesie realny wkład w rozwój społeczeństwa.
	31.	Poszukuję takiej pracy, która będzie stanowiła wyzwanie dla mojej zdolności rozwiązywania problemów oraz pozwalała na zdrową rywalizację.
	32.	Utrzymanie równowagi między życiem osobistym i zawodowym jest dla mnie ważniejsze niż wysoka pozycja menedżerska.
	33.	Najchętniej poświęcam się pracy, która angażuje moje szczególne umiejętności i talenty.
	34.	Zmienię pracę, jeśli nie da mi ona szansy na otrzymanie stanowiska dyrektora wysokiego szczebla.

	35.	Odejdę z firmy, która będzie ograniczać moją wolność i autonomię.
	36.	Marzę o karierze, która da mi poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji.
	37.	Marzę o stworzeniu własnej firmy.
	38.	Jestem gotów na odejście z firmy, która nie doceni mojej umiejętności pomagania innym.
	39.	Rozwiązywanie problemów pozornie nierozwiązywalnych jest dla mnie w pracy ważniejsze niż osiąganie wysokiej pozycji menedżerskiej.
	40.	Zawsze będę poszukiwać takich możliwości pracy, które ograniczają do minimum konflikty "praca-dom".

Źródło: K. Bogusz – Przybylska, po drugiej stronie lustra, http:// www. babskietabu.pl, data odczytu: 10.07.2017.

Teraz przejrzyj jeszcze raz swoje odpowiedzi i zwróć uwagę na te, które rangowałeś/aś najwyżej. Wybierz z nich **TRZY,** które najdokładniej opisują Ciebie i do przyznanych im rang **dodaj jeszcze po cztery (4) punkty.**

Tablica wyników

Przenieś wyniki wpisane w kolumnach do tablicy klucza. Dodaj punkty wpisane w każdej kolumnie w celu obliczenia liczby punktów przypisanych poszczególnym „kotwicom kariery". Nie zapomnij o dodaniu po cztery punkty do rang najdokładniej Ciebie opisujących. Wynik każdej kolumny podziel następnie przez pięć. Otrzymasz w ten sposób średni wynik dla każdej skali, oznaczający wagę, jaką ma dla Ciebie dana **wartość – „kotwica kariery"**.

Legenda:

P – Profesjonalizm
PRZ – Przywództwo
A/N- Autonomia i Niezależność
B/S – Bezpieczeństwo i Stabilizacja
K/P – Kreatywność i Przedsiębiorczość
U/P – Usługi i Poświęcenie się innym
W – Wyzwanie
SŻ – Styl Życia

P	PRZ	A/N	B/S	K/P	U/P	W	SŻ
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
Suma:	**Suma:**	**Suma:**	**Suma:**	**Suma:**	**Suma:**	**Suma:**	**Suma:**

Źródło: K. Bogusz – Przybylska, po drugiej stronie lustra, http:// www. babskietabu.pl, data odczytu: 10.07.17.

Interpretacja wyników

1. Profesjonalizm. Towarzyszy mu dążenie do bycia fachowcem w konkretnej dziedzinie, potwierdzenie własnego mistrzostwa, awansu poziomego. Tacy ludzie najczęściej nie są zainteresowani stanowiskami kierowniczymi.

2. Przywództwo. Celem zawodowym staje się zdobycie nowych doświadczeń w zakresie zarządzania, podejmowanie decyzji, zwiększenie zakresu władzy, dążenia do sukcesu finansowego.

3. Autonomia i niezależność. Związana jest z dążeniem do poszerzenia marginesu własnej swobody, uwolnienia się z krępujących więzów i ograniczeń (np. z biurokracją i autokratyzmem przełożonych). Osoby silnie nastawione na niezależność nie poszukują stanowisk kierowniczych, ale nie chcą być jedynie wykonawcami poleceń zwierzchników. Ich celem jest bycie sobie sterem i żeglarzem, podejmowanie pracy na stanowisku samodzielnych specjalistów i związanej z nią odpowiedzialności.

4. Bezpieczeństwo i stabilizacja. Głównym motywem działania jest w tym przypadku emocjonalny związek z firmą, poczucie lojalności. Pracownicy o stosunkowo silnej potrzebie bezpieczeństwa mogą aspirować do stanowisk kierowniczych, ale najczęściej w ramach tej samej jednostki. Zwykle bronią się przed zmianami swojego środowiska, np. nie interesuje ich na ogół kariera międzynarodowa.

5. Kreatywność i przedsiębiorczość. Przejawia się w tym, że osoby twórcze chętnie posiadają wiedzę o sobie, organizacji i różnych jej podsystemach, dostrzegają problemy i rozwiązują je, dążą do wprowadzenia zmian, innowacji itd. Są one zwykle mobilne i pozytywnie nastawione do rotacji jako drogi podwyższania kwalifikacji oraz awansu poziomego. Większość z nich satysfakcjonuje stanowisko doradcy szefa. Jedną z odmian kreatywności jest także przedsiębiorczość.

6. Usługi i poświęcenie dla innych. Głównym celem w życiu staje się realizacja wartości humanistycznych, rozwiązywanie problemów politycznych, pomaganie innym, leczenie, nauczanie. Osoby wyznające te wartości chętnie angażują się w akcje społeczne, podejmują pracę jako wolontariusze.

7. Wyzwanie. Podłożem działania jest tu często chęć przeciwstawiania się trudnościom i możliwość podejmowania ryzyka. Osoby lubiące wyzwania chętnie wykonują pracę w środowisku stwarzającym okazję do walki i rywalizacji. Pola wyzwań mogą być bardzo różne, np. takie, jak ratowanie firmy od bankructwa, ale również handel czy sport.

8. Styl życia. Osoby prezentujące te wartości starają się o zachowanie proporcji i harmonii między różnymi aspektami życia, a przede wszystkim pracą i życiem osobistym. Są gotowe zrezygnować z wyższych dochodów na rzecz spędzania większej ilości czasu z bliskimi. Sukces to dla nich coś więcej niż ten zawodowy.

1.1.8. Jakie przyjmuję postawy?

Źródłem postaw jest przyjęty światopogląd, rozumiany jako zbiór osobistych doświadczeń intelektualnych i emocjonalnych, określających relację osoby do rzeczywistości. Postawa ma bezpośrednie odniesienie do możliwości poznawczych (świadomość czynu) oraz woli (dobrowolność) człowieka. Przyjmowane przez Ciebie postawy zależą od Twoich dotychczasowych doświadczeń, a te wpływają na Twoje relacje z otoczeniem. Pamiętaj, że tylko świadome i dobrowolne wybory gwarantują Ci sukces przy podejmowaniu decyzji o przyszłej karierze zawodowej. Dlatego warto stawiać na postawy aktywne i twórcze oraz na systematyczność, dokładność, wytrwałość, odpowiedzialność, obowiązkowość i ambicję. Sprawdź w poniższym ćwiczeniu, które postawy wobec pracy w domu i w szkole u Ciebie dominują.

Źródło: E. Aronson, Psychologia społeczna, Wyd. Zysk i S-ka, Warszawa 2001.

Narzędzie nr 8: Kwestionariusz ankiety do oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu

Przeczytaj uważnie każde pytanie. Swoją odpowiedź zaznacz na arkuszu odpowiedzi przekreślając ją znakiem „X":

- literę „**T**", jeśli chcesz odpowiedzieć TAK,

- literę „**N**", jeśli wybierzesz odpowiedź NIE,

- znak „**?**", jeśli nie jesteś zdecydowany, którą odpowiedź chcesz wybrać.

Uważaj, aby odpowiedź na arkuszu zgadzała się z numerem pytania. Postaraj się odpowiadać na pytania szczerze, nie namyślając się długo.

1. Czy Twoje zeszyty są czyste i starannie prowadzone?
2. Czy zawsze starasz się doprowadzić do końca zaczętą pracę, mimo że napotykasz w niej na duże trudności?
3. Czy lubisz prace trudne, wymagające myślenia?
4. Czy lekcje odrabiasz w zaplanowanym czasie?
5. Czy zdarza Ci się zrezygnować z jakiejś przyjemności dlatego, że nie odrobiłeś/aś lekcji lub nie wykonałeś/aś innej, ważnej, wcześniej zaplanowanej pracy?
6. Czy zdarza Ci się długo siedzieć nad lekcjami przed klasówką – jeżeli chcesz uzyskać lepszy stopień?
7. Czy uczysz się systematycznie?
8. Czy często zdarza Ci się nie odrobić lekcji, gdyż nie zanotowałeś/aś, co było zadane?
9. Czy starasz się pracować, uczyć najlepiej jak potrafisz?
10. Czy lekturę czytasz wcześniej, przed omawianiem jej w szkole?
11. Czy zdarza Ci się nie wykonać zadanych prac w terminie?
12. Czy w trakcie odrabiania lekcji często korzystasz ze słowników, encyklopedii i podobnych pomocy, mimo nie jest to zadane przez nauczyciela?
13. Czy w Twoich rzeczach jest zawsze ład i porządek, czy każdy przedmiot ma swoje miejsce?
14. Jeżeli nie zdążysz odrobić lekcji w przeznaczonym na to czasie, czy zdarza Ci się odrabiać je późno wieczorem lub wcześnie rano przed pójściem do szkoły?
15. Czy chętnie podejmujesz się wykonywania dodatkowych prac (gazetka, referat, itp.)?
16. Czy możesz zajmować się jedną czynnością przez dłuższy okres czasu?
17. Czy często zdarza Ci się nie odrabiać lekcji?
18. Czy wolisz prace proste, nieskomplikowane, nie wymagające długiego namysłu?
19. Czy szybko zniechęcasz się do prac monotonnych?
20. Czy bez ważnych przyczyn spóźniłeś/aś się do szkoły więcej niż trzy razy w roku?
21. Czy łatwo zrażasz się trudnościami?
22. Czy potrafisz uczyć się, pracować bez przerwy, przez dłuższy czas?
23. Czy zdarza Ci się powtarzać materiał z jakiegoś przedmiotu, mimo że nazajutrz nie jest zapowiedziany sprawdzian?
24. Czy chętnie uczysz się nowych rzeczy?
25. Czy lubisz prace precyzyjne, wymagające cierpliwości?

26. Czy zdarza Ci się, że zapominasz zabrać z domu zeszyty lub inne przybory?
27. Czy zdarza Ci się wykonywać jakieś prace kilkakrotnie, aby osiągnąć jak najlepszy wynik?
28. Czy łatwo rozpraszasz się podczas odrabiania lekcji?
29. Czy przychodzisz do szkoły, mimo niedyspozycji fizycznych, jeżeli jest zapowiedziany sprawdzian z wiadomości?
30. Czy chętnie korzystasz z pomocy innych osób (kolega, korepetytor, rodzic) w czasie odrabiania lekcji?

Arkusz odpowiedzi do ankiety oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu

1	***T***	***?***	***N***		***2***	***T***	***?***	***N***		***3***	***T***	***?***	***N***	
4	***T***	***?***	***N***		***5***	***T***	***?***	***N***		***6***	***T***	***?***	***N***	
7	***T***	***?***	***N***		***8***	***T***	***?***	***N***		***9***	***T***	***?***	***N***	
10	***T***	***?***	***N***		***11***	***T***	***?***	***N***		***12***	***T***	***?***	***N***	
13	***T***	***?***	***N***		***14***	***T***	***?***	***N***		***15***	***T***	***?***	***N***	
16	***T***	***?***	***N***		***17***	***T***	***?***	***N***		***18***	***T***	***?***	***N***	
19	***T***	***?***	***N***		***20***	***T***	***?***	***N***		***21***	***T***	***?***	***N***	
22	***T***	***?***	***N***		***23***	***T***	***?***	***N***		***24***	***T***	***?***	***N***	
25	***T***	***?***	*N*		***26***	***T***	***?***	***N***		***27***	***T***	***?***	***N***	
28	***T***	***?***	***N***		***29***	***T***	***?***	***N***		***30***	***T***	***?***	***N***	

Razem zgodnie z kluczem:

.....

Klucz do arkusza odpowiedzi

Systematyczny, dokładny, wytrwały	Odpowiedzialny, obowiązkowy	Ambitny
1. tak	***2. tak***	***3. tak***
4. tak	***5. tak***	***6. tak***
7. tak	***8. nie***	***9. tak***
10. tak	***11. nie***	***12. tak***
13. tak	***14. tak***	***15. tak***
16. tak	***17. nie***	***18. nie***
19. nie	***20. nie***	***21. nie***
22. tak	***23. tak***	***24. tak***
25. tak	***26. nie***	***27. nie***
28. nie	***29. tak***	***30. nie***

Za odpowiedź zgodną z kluczem **„TAK"** otrzymujemy 2 punkty, za odpowiedź **„?"** - 1 punkt, za odpowiedź niezgodną z kluczem **„NIE"** – 0 punktów. Warto porównać wyniki z wymaganiami różnych zawodów.

Źródło: Sołtysińska G., Woroniecka J. (red.), Przygotowanie uczniów gimnazjum do wyboru zawodu, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2006.

1.1.9. Jaką mam motywację?

Motywacja to stan gotowości do podjęcia określonego działania. **Motywem** nazwać zaś można przeżycie pobudzające człowieka do działania lub powstrzymujące go, uniemożliwiające jego wykonanie.

Źródło: na podstawie P. Zimbardo, Psychologia. Kluczowe kompetencje, t. 2., Motywacja i uczenie się, PWN, Warszawa 2010.

Narzędzie nr 9: Kwestionariusz do mierzenia motywacji osiągnięć

Po przeczytaniu każdego zdania wybierz jego dokończenie tak, aby trafnie odpowiadało Twoim cechom, przekonaniom, upodobaniom, zainteresowaniom. Każdej wypowiedzi może towarzyszyć tylko jedna odpowiedź. Proszę zaznacz ją.

1. **Najbardziej interesują mnie problemy, co do których istnieje opinia, że prawdopodobieństwo znalezienia optymalnego rozwiązania jest:**
   a) duże,
   b) dość duże,
   c) minimalne.
2. **Wolę brać udział w konkursie, w którym przewidziane są:**
   a) niewielkie nagrody, ale perspektywa otrzymania ewentualnej nagrody jest bliska w czasie,
   b) wysokie nagrody, ale perspektywa otrzymania ewentualnej nagrody jest odległa w czasie.
3. **Gdy chcę osiągnąć jakiś cel, który uważam za łatwy do osiągnięcia, ale w trakcie dążenia do niego odnoszę niepowodzenia, wówczas moje zaangażowanie w osiągnięcie tego celu:**
   a) wzrasta,
   b) maleje,
   c) utrzymuje się na tym samym poziomie.
4. **Gdy realizowanie moich osobistych celów staje się sprzeczne z interesami bliskich mi ludzi, wówczas:**
   a) zawsze rezygnuję z realizacji moich własnych celów,
   b) przeważnie rezygnuję,
   c) w połowie przypadków rezygnuję,
   d) dość rzadko rezygnuję,
   e) nigdy nie rezygnuję.
5. **Gdy z różnych względów muszę zarzucić realizację swoich planów, wówczas pamiętam o nich:**
   a) bardzo długo,
   b) długo,
   c) przez pewien czas,
   d) krótko,
   e) bardzo krótko.

6. **Uważam się za osobę:**
    a) bardzo ambitną,
    b) ambitną,
    c) przeciętnie ambitną,
    d) mało ambitną,
    e) raczej nieambitną.

7. **Czas dłuży mi się:**
    a) bardzo rzadko,
    b) rzadko,
    c) czasami,
    d) często,
    e) bardzo często.

8. **Gdy stoi przede mną jakieś nowe zadanie, towarzyszy mi niepokój (często nieuzasadniony), że nie wykonam go tak, jakby należało:**
    a) bardzo często,
    b) często,
    c) czasami,
    d) rzadko,
    e) nigdy.

9. **Każde przedsięwzięcie, do którego przywiązuję większą wagę:**
    a) planuję na długo przed jego realizacją,
    b) zwykle planuję na pewien czas naprzód,
    c) w ogóle nie planuję, a od razu przystępuję do „rzeczy”.

10. **Wolałbym pracować dla zleceniodawcy, który:**
    a) zawsze daje przeciętnie ciekawe zlecenia,
    b) czasem daje zlecenia wyjątkowo ciekawe, ale czasami wyraźnie nudne,
    c) wszystko mi jedno.

11. **Lubię pracować z ludźmi, którzy:**
    a) w taki sam sposób podchodzą do zagadnień zawodowych, jak ja,
    b) różnią się w pewnym stopniu w podejściu do zagadnień zawodowych,
    c) mają zupełnie inne podejście.

12. **O niepowodzeniach:**
    a) zapominam łatwo,
    b) zapominam dość łatwo,
    c) pamiętam pewien czas,
    d) dość długo pamiętam,
    e) bardzo długo pamiętam.

13. **Gdy mi coś nie wychodzi, wówczas**
    a) bardzo łatwo rezygnuję,
    b) łatwo rezygnuję,
    c) czasami rezygnuję,
    d) z trudem rezygnuję,
    e) nigdy nie rezygnuję.

14. **Sprawy, do których przywiązuję wagę, ale w danym momencie uważam za żmudne – odkładam na później i biorę się do przyjemniejszych rzeczy:**
    a) bardzo często,
    b) często,
    c) od czasu do czasu,
    d) rzadko,
    e) bardzo rzadko.

15. **To, do czego dążę:**
    a) zawsze mi się udaje prędzej czy później osiągnąć,
    b) przeważnie udaje mi się osiągnąć,
    c) od czasu do czasu udaje mi się osiągnąć,
    d) często nie udaje mi się osiągnąć (czasem z przyczyn zewnętrznych),
    e) mam wyraźnego pecha w realizowaniu własnych dążeń.

16. **Lubię realizować cele:**
    a) długodystansowe,
    b) średniodystansowe,
    c) krótkodystansowe.

17. **Wymagania, jakie sobie stawiam, są:**
    a) bardzo wysokie,
    b) wysokie,
    c) przeciętne,
    d) raczej niskie,
    e) niskie.

18. **O swojej przyszłości myślę:**
    a) bardzo często,
    b) często,
    c) od czasu do czasu,
    d) rzadko,
    e) bardzo rzadko.

19. **Powracam do realizacji planów, których dawniej nie mogłem(am) zrealizować:**
    a) bardzo rzadko,
    b) rzadko,
    c) czasami,
    d) często,
    e) bardzo często.

20. **Na „ekstra" przyjemności:**
    a) zwykle nie mam czasu,
    b) często nie mam czasu,
    c) czasami mam zbyt mało czasu,
    d) zazwyczaj mam dostatecznie dużo czasu,
    e) zawsze mam dość czasu.

Źródło: M. Widerszal-Bazyl, Kwestionariusz do mierzenia motywacji osiągnięć. „Przegląd Psychologiczny", t. XXI, 1978, nr 2, s. 363-366.

Klucz do obliczania wyników

1.		2.		3.		4.		5.		6.		7.		8.	
a	1	a	1	a	5	a	1	a	5	a	5	a	5	a	1
b	5	b	5	b	1	b	2	b	4	b	4	b	4	b	2
c	1			c	3	c	3	c	3	c	3	c	3	c	3
						d	4	d	2	d	2	d	2	d	4
						e	5			e	1	e	1		

9.		10.		11.		12.		13.		14.		15.		16.	
a	5	a	1	a	1	a	1	a	1	a	5	a	5	a	1
b	3	b	5	b	3	b	2	b	2	b	3	b	4	b	5
c	1	c	3	c	5	c	3	c	3	c	1	c	3	c	3
						d	4	d	4			d	2	d	1
						e	5	e	5			e	1	e	1

17.		18.		19.		20.	
a	1	a	5	a	5	a	1
b	2	b	4	b	4	b	2
c	3	c	3	c	3	c	3
d	4	d	2	d	2	d	4
e	5	e	1	e	1	e	5

WPISZ LICZBĘ PUNKTÓW

Numer Punkt	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Suma punktów
A																					
B																					
C																					
D																					
E																					
RAZEM																					

Analiza wyników ćwiczenia

Maksymalna liczba punktów: 100

Suma uzyskanych punktów: .....

$$\text{Współczynnik motywacji} = \frac{\text{suma uzyskanych punktów}}{100} \times 100\ \%$$

Twój współczynnik motywacji = ...

Im bliższy **100%** współczynnik motywacji, tym silniejsza jest w Tobie motywacja do osiągnięć. Jeżeli współczynnik motywacji oscyluje wokół **50 %** oznacza to, że sam nie wiesz, czego chcesz. Z jednej strony - masz silną potrzebę sukcesu, z drugiej, boisz się podjąć ryzyka. Im współczynnik jest mniejszy od 50%, tym bardziej przeważa u Ciebie motywacja do unikania niepowodzeń.

1.1.10. Jaki jest mój stan zdrowia?

Jeśli jesteś pod opieką specjalistycznej poradni, zapytaj lekarza o to, czy nie ma przeciwwskazań do wykonywania zawodu, który sobie wymarzyłeś. Zawód, który Ciebie interesuje, nie może być w sprzeczności z Twoim stanem zdrowia. To też jest ważne!

Narzędzie nr 10: Kwestionariusz ankiety „Mój stan zdrowia"

1) Czy przejawiasz skłonności do chorób? Jeśli tak, to do jakich?
.....

2) Czy lekarz zalecił Tobie noszenie okularów, stosowanie wkładek ortopedycznych, noszenie aparatu słuchowego, wykonywanie ćwiczeń wyrównujących wady postawy?
.....

3) Czy chorowałeś/aś na jakąś ciężką chorobę? Jeśli tak, to na jaką?
.....

4) Czy przebywałeś/aś w szpitalach lub sanatoriach? Jeśli tak, to z jakiego powodu?
.....

5) Czy jesteś pod stałą opieką lekarską? Jakiego specjalisty?
.....

6) Czy miałeś/aś i czy masz nadal jakieś ograniczenia życiowe związane z przebytą chorobą?
.....

7) Czy z powodu stanu zdrowia korzystałeś/aś lub korzystasz ze specjalnych form kształcenia, np. z nauczania indywidualnego, zwolnienia z części zajęć (np. z wychowania fizycznego)?
.....

8) Czy fakt aktualnej lub przebytej choroby, operacji, posiadania jakichś wad był już przyczyną odradzenia Tobie przez inne osoby (rodziców, nauczycieli, lekarzy) nauki w jakimś zawodzie? Jaki był to zawód?
.....

Warto pamiętać!

W przypadku odpowiedzi na **TAK**, **w co najmniej jednym punkcie**, **warto** przed podjęciem decyzji o wyborze zawodu **zasięgnąć opinii lekarza**.

Źródło: A. Mięczakowska, Zanim podejmiesz decyzję. Planer kariery, MWK OHP, Warszawa 2012, s. 14.

III. SPOSOBY POSZUKIWANIA PRACY – PLAN DZIAŁANIA PRACOWNIKÓW I PRACODAWCÓW

W trakcie poszukiwania pracy ważne jest ustalenie planu działania!

Określ pracę, jaką jesteś zainteresowana(y). Odpowiedz sobie m.in. na pytania: co lubisz robić?; w czym jesteś dobra/y?; jakie wartości cenisz? Zastanów się, jaką wiedzę i umiejętności posiadasz. Naucz się, jak szukać pracy. Sprawdź, jakie sposoby szukania pracy mogłabyś/mógłbyś wykorzystać. Naucz się, jak pisać życiorys zawodowy i list motywacyjny, tworzyć portfolio. Jeśli jeszcze tego nie wiesz, poznaj podstawowe zasady zachowania się podczas rozmowy kwalifikacyjnej.

Poniżej, prezentujemy, w jaki sposób możesz poszukiwać zatrudnienia:

1. KONTAKT BEZPOŚREDNI Z PRACODAWCĄ.

2. SIEĆ KONTAKTÓW (przyjaciele i znajomi; osoby pracujące w firmie, którą jesteś zainteresowana(y); osoby pracujące w Twoim zawodzie).

3. TARGI PRACY.

4. URZĘDY PRACY.

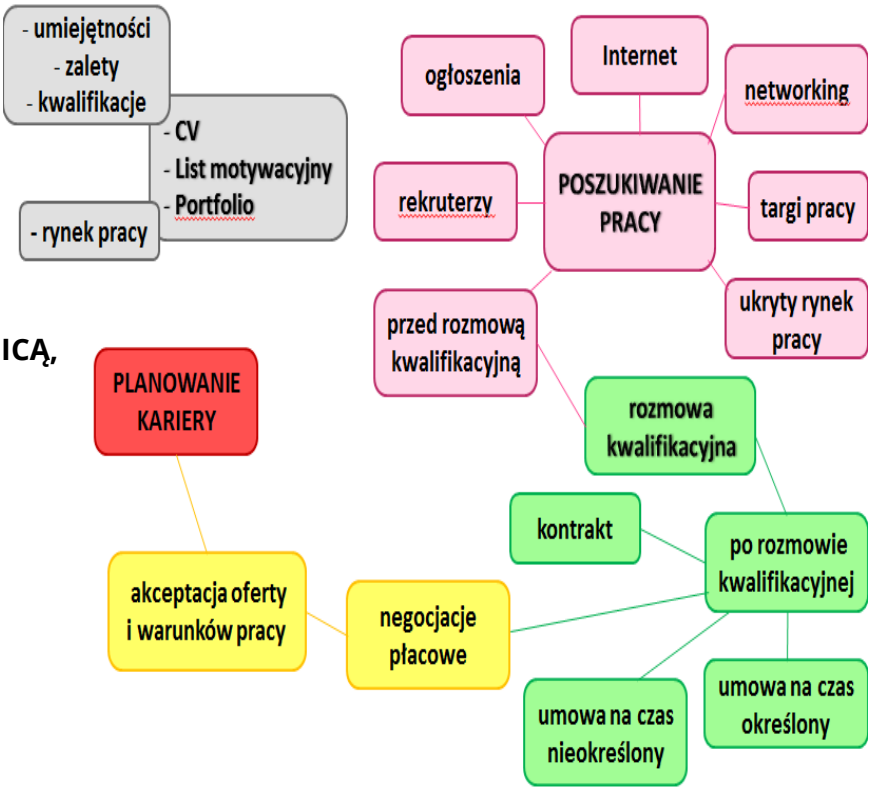
5. POŚREDNICTWO PRACY.

6. INTERNET.

7. OGŁOSZENIA PRASOWE.

8. OGŁOSZENIA WŁASNE.

9. POSZUKIWANIE PRACY ZA GRANICĄ, W TYM PRZEZ SIEĆ EURES.



Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013.

1. Dokumenty aplikacyjne (CV, list motywacyjny, portfolio)

Przyjmijmy: znalazłeś informację o tym, że pracodawca szuka kandydatów do pracy. Musi on sprawdzić, czy masz kwalifikacje i kompetencje do danej pracy. Poniżej prezentujemy najpopularniejsze metody selekcji.

Możesz zostać poproszony o wypełnienie ankiety personalnej, przesłanie Curriculum Vitae (CV), listu motywacyjnego (LM), portfolio oraz innych dokumentów, takich, jak: wyniki w nauce, świadectwa i dyplomy, certyfikaty językowe i zawodowe, dokumenty związane ze stanem zdrowia itd. Ankiety personalne wykorzystywane przez pracodawców mogą mieć formę papierową lub elektroniczną (do wydrukowania przez Ciebie albo do wypełnienia on-line). Pytania zawarte w kwestionariuszach ankiet personalnych mogą mieć charakter zamknięty, w formie pytań z podanymi wariantami odpowiedzi (ewentualnie miejscem na krótką wypowiedź), albo otwarty, tj. jako osoba wypełniająca masz za zadanie dość obszernie odpowiedzieć na zadane pytania.

Dokumenty aplikacyjne są formą wstępnej autoprezentacji, dlatego trzeba je przygotować z należytą starannością. Można o nich powiedzieć, że stanowią wizytówkę pracownika, są przepustką do spotkania z pracodawcą i podstawowym narzędziem w procesie poszukiwania pracy.

Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013.

CURRICULUM VITAE – CV

Skrót CV pochodzi od łacińskich słów curriculum vitae, które w wolnym tłumaczeniu oznaczają ,,przebieg życia". Najprościej można powiedzieć, że CV to życiorys zawodowy. Jest to pierwszy i najważniejszy dokument, jaki wysyłasz do nowego pracodawcy.

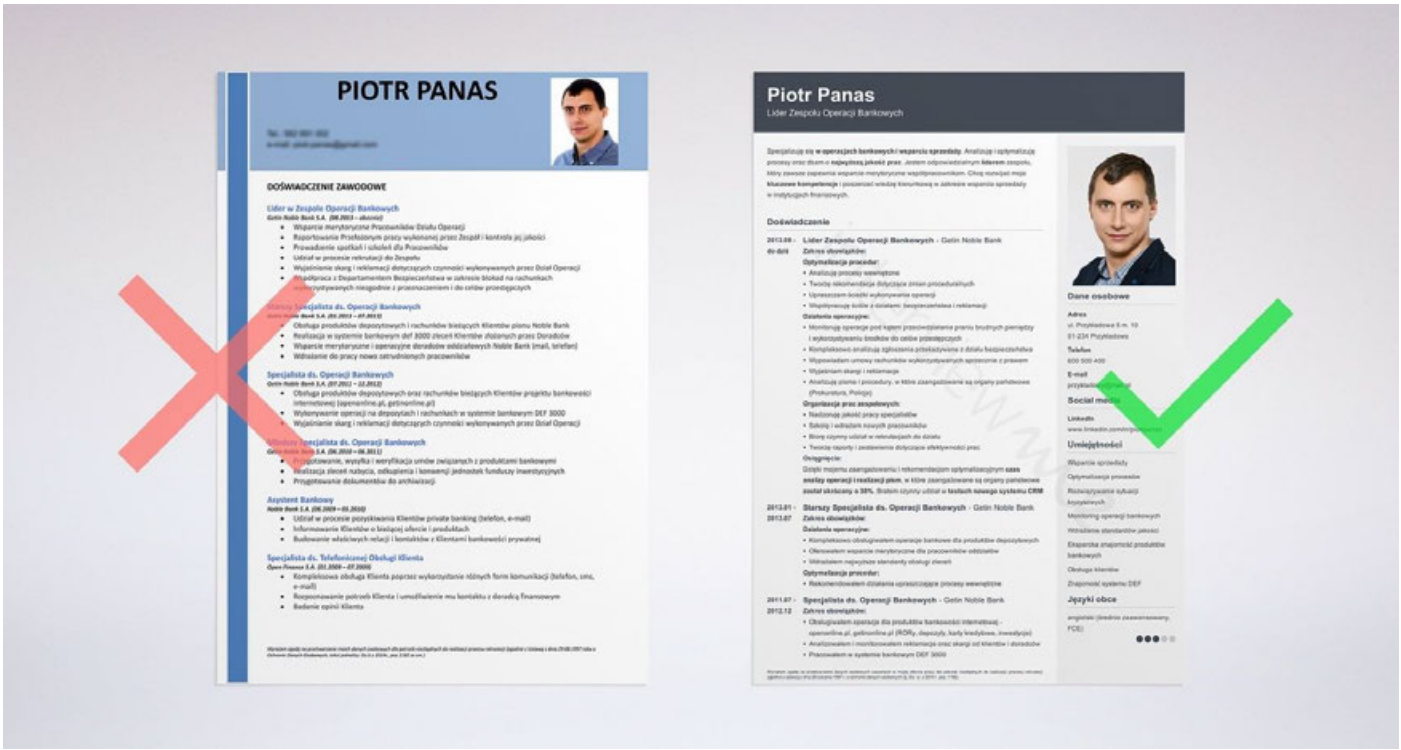
Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013, s. 98.

ZASADY TWORZENIA CV
• pisz krótko i na temat,
• podawaj wyłącznie prawdziwe informacje,
• postaraj się wzbudzić ciekawość i zainteresowanie,
• postaraj się stworzyć wrażenie osoby wiarygodnej, mającej pojęcie o tym, co i w jaki sposób pisze,
• zadbaj o estetykę dokumentu,
• zamieść klauzulę o danych osobowych.

Rekruter poświęca około 10 sekund na przejrzenie każdego CV podczas wstępnej selekcji! Jeśli chcesz, aby Twoje CV wygrało ten pojedynek, musisz unikać błędów. Poniżej znajdziesz listę najczęściej popełnianych błędów.

Najczęściej popełniane błędy w CV, to:
• błędy stylistyczne, ortograficzne, w nazwie firmy/stanowiska,
• niedokładne informacje kontaktowe,
• niedokładne daty przy okresie zatrudnienia,
• nieprofesjonalne adresy mailowe,
• nieadekwatna długość (w przypadku osób z małym doświadczeniem maksymalnie 1 strona A4),
• nieestetyczna, udziwniona forma,
• skopiowanie CV wysłanego wcześniej do innego pracodawcy, bez zmodyfikowania,
• podawanie informacji zbędnych, nic nie wnoszących,
• zdjęcie z wakacji lub zdjęcie nieaktualne,
• niewłaściwa chronologia w wykształceniu i doświadczeniu,
• podawanie nieprawdziwych informacji,
• brak klauzuli o przetwarzaniu danych osobowych.

Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013, s. 98.



WZÓR

Curriculum Vitae

Dane osobowe:
Jan Kowalski
Ul. Miła 3
00-000 Warszawa
Tel. 100 100 100

jan.kowalski@mail.eu

Adres e-mail powinien zawierać imię i nazwisko.

Wykształcenie:
2009-2011
2005-2009

Pamiętaj o odwróconej chronologii.

Policealne Studium Informatyczne w ..., tytuł technik informatyk

Liceum Ogólnokształcące im. ..... w .....

Tutaj warto wpisać profil klasy i obowiązkowo kierunek, jeśli ukończyłeś ZSZ lub technikum.

Doświadczenie:
10.2011- obecnie
05.2010 - 07.2010

ITC Consulting Grup,
Stanowisko – administrator sieci
- archiwizacja danych
- administracja sieci

Praktyka zawodowa w .....:
- serwisowanie sprzętu komputerowego
- administracja sieci

Opisuj zakres obowiązków i wykonywane zadania.

Języki obce:

Tutaj warto wpisać, jaki masz certyfikat, jeśli taki posiadasz.

- język angielski: biegła znajomość w mowie i piśmie
- język francuski: komunikatywny w mowie

Umiejętności/kursy i szkolenia:

Wpisuj dokładne nazwy certyfikatów, ta nie jest dokładna.

- bardzo dobra obsługa komputera, znajomość Microsoft Office
- certyfikat HP
- podstawy SAP
- komunikatywność i dyspozycyjność
- prawo jazdy kategorii B

Wpisuj umiejętności istotne dla pracodawcy.

Zainteresowania:

- muzyka jazzowa
- rajdy samochodowe
- nurkowanie

Pamiętaj o zasadzie:
ZAINTERESOWANIA MUSZĄ BYĆ REALNE!

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 roku o Ochronie Danych Osobowych; tekst jednolity: Dz. U. 2016 r. poz. 922).

Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013, s.101.

LIST MOTYWACYJNY

Przy pisaniu listu motywacyjnego masz więcej swobody, niż przy tworzeniu CV, ale pomimo tego dokument powinien być zwięzły, treściwy i przekonujący, napisany poprawnym stylistycznie językiem, na kartce formatu A4. Podobnie jak w CV, liczy się tu estetyka i prostota! Wyjątek może stanowić sytuacja, kiedy ubiegasz się o stanowisko, na którym pomysłowość i kreatywność są cechami niezmiernie pożądanymi przez pracodawców. Wtedy możesz sobie pozwolić na pewną swobodę.

Pamiętaj, że list motywacyjny ma być bezpośrednią odpowiedzią na kryteria, jakie pracodawca wyszczególnił w swojej ofercie pracy. Oznacza to, że swoje umiejętności i dokonania opisujesz wyłącznie w kontekście wymagań pracodawcy!

Nie powtarzaj w nim informacji z CV, możesz je najwyżej rozwinąć, jeśli są zgodne z wymogami stanowiska.

WZÓR

Miejscowość, data.....

Imię i nazwisko
Adres
Nr telefonu
e-mail

Imię i nazwisko
Stanowisko
Nazwa instytucji
Adres

Zwrot grzecznościowy,
(Szanowny Panie/Szanowna Pani – gdy wiemy, do kogo bezpośrednio kierujemy list, bądź Szanowni Państwo, jeśli podajemy tylko nazwę i adres instytucji).
Wstęp – w odpowiedzi na Państwa ogłoszenie zamieszczone w Gazecie Wyborczej z dnia ... aplikuję na stanowisko .....
Rozwinięcie – Posiadam wykształcenie bezpośrednio związane z ... oraz doświadczenie, które zdobyłem w trakcie realizacji praktyk zawodowych w .... Podczas ich realizacji byłem odpowiedzialny za .... Moją mocną stroną są .... Jestem osobą ..... Ponadto cechuje mnie ..... Zatrudniając mnie zyskacie Państwo .....
Zakończenie – wyrażenie gotowości spotkania się w celu odbycia rozmowy kwalifikacyjnej. Z przyjemnością przyjmę zaproszenie na rozmowę kwalifikacyjną, podczas której udzielę bardziej precyzyjnych informacji na swój temat.

Zwrot pożegnalny
Z poważaniem/ Z wyrazami szacunku

czytelny, odręczny podpis

Źródło: M. Rosalska, A. Wawrzonek, Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013, s. 105.

Jak dobrze przygotować portfolio?

Portfolio zawodowe, czyli katalog kompetencji zawodowych, zawiera Curriculum Vitae, potwierdzenia i świadectwa dotychczasowych osiągnięć edukacyjnych i zawodowych oraz zaświadczenia z ukończonych kursów. Wskazana jest w nim również nowa ścieżka rozwoju edukacyjnego i zawodowego.

Co należy gromadzić:

- dokumenty potwierdzające Twoje dokonania i działalność: świadectwa, certyfikaty, dyplomy, podziękowania, artykuły, itp.;

- materiały będące indywidualnym efektem pracy np. opisy, raporty, publikacje, płyty CD, informacje o współpracy z innymi partnerami, zdjęcia, itp.

Standardowy układ portfolia zawodowego:

- **Od strony technicznej:** powinno mieć formę dużego skoroszytu, podpisanego na okładce i grzbiecie, np. „Portfolio zawodowe Jana Kowalskiego". Każdy wpinany dokument w całości powinien zostać umieszczony w koszulce.
- **Strona tytułowa**: imię, nazwisko, adres zamieszkania, kontakt, zdjęcie, miejsce zatrudnienia i adres (jeśli jesteśmy zatrudnieni).
- **Dokumenty (kopie) potwierdzające kwalifikacje zawodowe**: ukończone studia, w tym podyplomowe, certyfikaty językowe, itp.
- **Dokumenty pokazujące różnorodne zainteresowania (poświadczenia zaangażowania):** np. w samorządzie szkolnym, Parlamencie Młodzieży, wolontariacie, własne projekty, itp.
- **Spektakularne wyróżnienia** np. nagrody, odznaczenia, podziękowania, dyplomy uznania, listy referencyjne, krzyże, medale, itp.
- **Dokumenty dotyczące doskonalenia zawodowego**: zaświadczenia o ukończeniu kursu/ów czy szkolenia/ń, certyfikaty, itp.
- **Publikacje**: wydawnictwa książkowe, artykuły, felietony, itp. (jeżeli są).
- **Zadania wykonywane na rzecz środowiska:** indywidualne lub wspólne z partnerami (jeżeli były).
- **Inne**: to wszystko, co nie zostało ujęte w powyższych punktach.

Źródło: http://wup-krakow.pl/uslugi-rynku-pracy/pdf, data odczytu: 17.11.17.

2. Rozmowa kwalifikacyjna

ROZMOWA KWALIFIKACYJNA = **INTERVIEW**

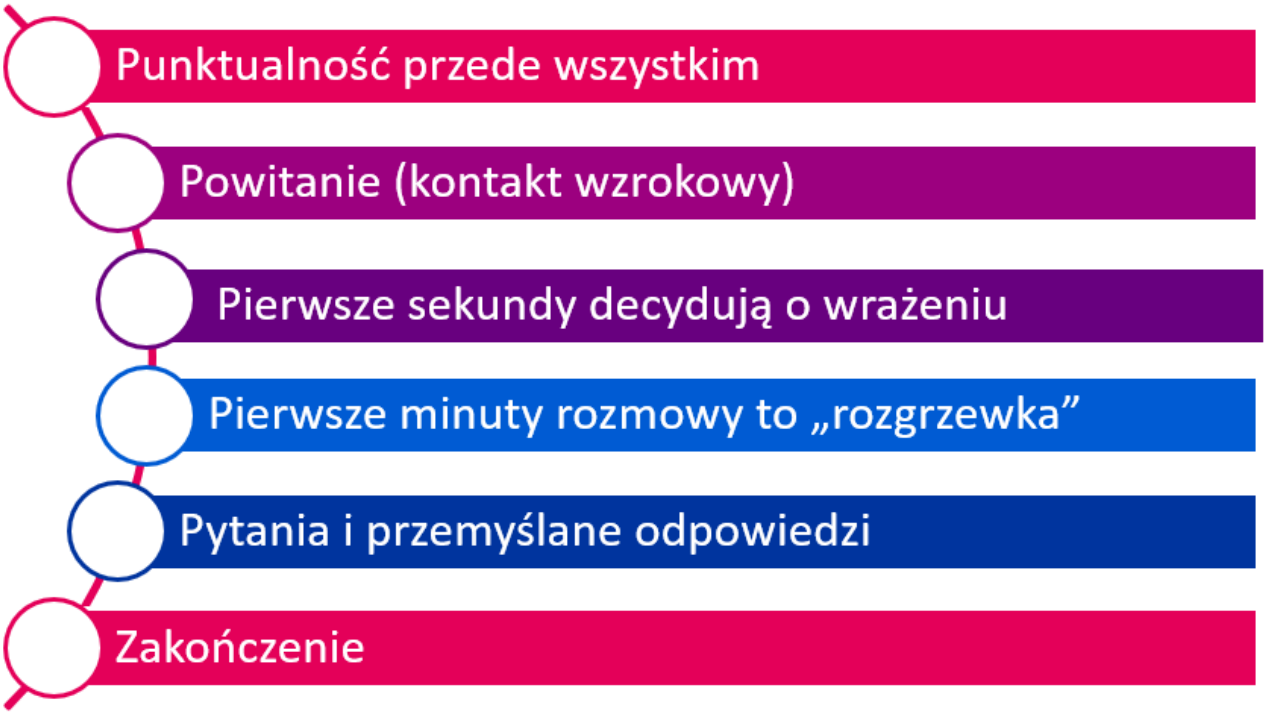
Rozmowa kwalifikacyjna to spotkanie, w trakcie którego pracodawca ocenia przydatność kandydata do pracy.

Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej?

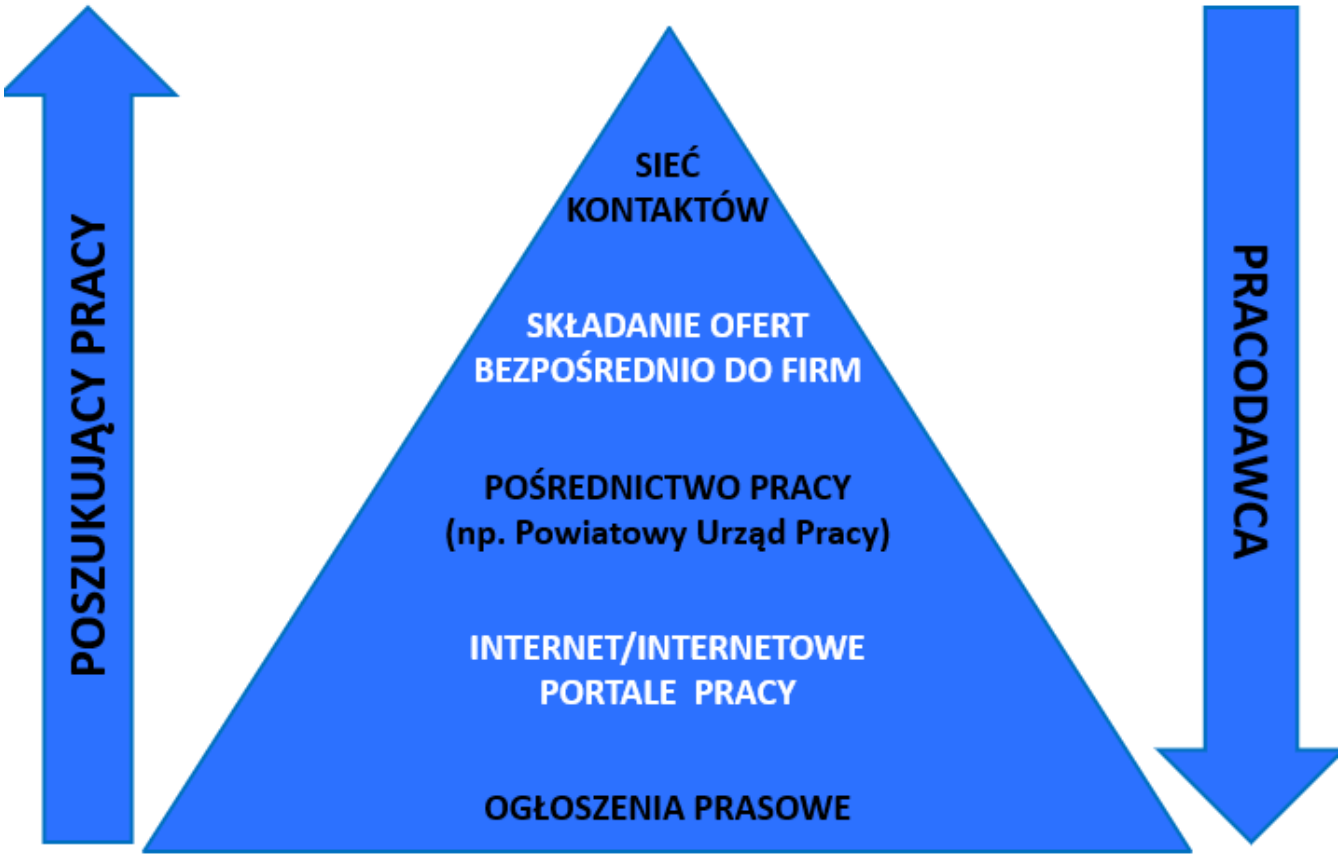
- Ponowna analiza wysłanego CV i listu motywacyjnego
- Przypomnienie treści CV i LM
  Co warto uzupełnić?
  Przygotowanie dokumentów
- Pogłębiona analiza stanowiska, na które aplikowaliśmy
- Opis stanowiska
  Wymagania pracodawcy
  Analiza własnych predyspozycji
  Przewidywanie pytań
- Zebranie i uporządkowanie informacji o potencjalnym pracodawcy
- Informacje o firmie (od kiedy istnienie, czym się zajmuje, jaką ma pozycję na rynku)
- Techniczne przygotowanie się do rozmowy
- Adres firmy i dojazd – punktualność
  Sprawdzenie kompletności dokumentów
  Odpowiednie ubranie
  Zminimalizowanie stresu - relaks

Źródło: T. Makieła, T. Rachwał, Krok w przedsiębiorczość. Podręcznik do podstaw przedsiębiorczości dla szkół ponadgimnazjalnych, Wyd. Nowa Era, Warszawa 2014.

Przebieg rozmowy kwalifikacyjnej



3. Formy rekrutacji pracowników stosowane przez pracodawców



Formy rekrutacji pracowników stosowane przez pracodawców:

a) **strony internetowe pracodawców**: niejednokrotnie jest to jedyne miejsce przedstawienia komunikatu o rozpoczęciu procesu rekrutacji. Wykorzystanie tego kanału kontaktu z kandydatami do pracy jest swego rodzaju ich filtrowaniem, bowiem tylko Ci, zainteresowani pracą u konkretnego pracodawcy, przeglądają jego stronę internetową;

b) **portale ogólne i wyspecjalizowane oraz strony internetowe** firm pośredniczących w rekrutacji;

c) **listy dyskusyjne i portale społecznościowe.** Ponieważ w dzisiejszym świecie nie jest możliwe prowadzenie biznesu bez korzystania z mediów społecznościowych takich, jak LinkedIn, Facebook, MySpace, Xing, YouTube, Twitter itp., także tam możesz znaleźć pracę (albo pracodawca znajdzie Ciebie). Uważaj więc na treści, które zamieszczasz w sieci, one na zawsze już pozostaną na danych serwerach!;

d) **współpraca pracodawcy ze szkołami bądź uczelniami wyższymi**. Najczęstszymi formami kontaktów z kandydatami do pracy są: spotkania rekrutacyjne z uczniami lub studentami, uczelniane (biura karier) lub szkolne pośrednictwo pracy (szkolne ośrodki kariery), uczelniane/szkolne targi pracy, praktyki i staże zawodowe organizowane przez pracodawców dla uczniów i studentów, stypendia przeznaczone dla wybranych uczniów i studentów.

W procesie rekrutacji pracodawcy mogą być wsparci przez **Powiatowe Urzędy Pracy** (PUP). Istotnym źródłem rekrutacji są **bazy danych** prowadzone przez pracodawców, powstałe poprzez zbieranie informacji na temat kandydatów, którzy aplikowali na wcześniejsze ogłoszenia lub zgłaszali się samoistnie. Innymi formami pozyskania pracowników są także: **targi pracy** organizowane poza szkołami i uczelniami przez władze lokalne, **instytucje rynku pracy**, organizacje pozarządowe itd., **dni otwarte w firmach**, **profesjonalnych stowarzyszeniach i organizacjach, konferencje oraz seminaria branżowe.**

Źródło: Przewodnik po szkolnictwie zawodowym dla uczniów, Wojewódzki Urząd Pracy, Mazowieckie Obserwatorium rynku Pracy, Warszawa 2012.

IV. KALEJDOSKOP MOŻLIWOŚCI - OFERTA EDUKACYJNA W MIEŚCIE OSTROŁĘKA

GŁÓWNE POWODY ZMIAN W POLSKIM SYSTEMIE EDUKACJI WPROWADZONE OD 2017 ROKU

Organizacyjne i finansowe:

1) przywrócenie czteroletnich liceów ogólnokształcących i pięcioletnich techników z uwagi na powrót do dobrego, proakademickiego kształcenia ogólnego;
2) finansowanie z budżetu Państwa oddziałów zerowych w przedszkolach i szkołach;
3) zmniejszenie liczebności klas, ograniczenie zmianowości, wzmocnienie nadzoru pedagogicznego oraz roli związków zawodowych i wychowawców;
4) ograniczenie problemów związanych z dowożeniem dzieci do szkół.

Pedagogiczne:

1) stopniowe wygaszanie gimnazjów, gdyż nie spełniały swej podstawowej roli, czyli nie wyrównywały szans edukacyjnych młodzieży;
2) w ośmioletnich szkołach podstawowych uwzględnienie: po pierwsze - możliwości intelektualnych sześciolatków, tj. zniesienie dla nich obowiązku szkolnego, wprowadzając podstawę programową już dla oddziałów zerowych; po drugie – odejście od nauczania przedmiotowego; po trzecie: powrót do kształcenia spiralnego – to, czego dzieci uczą się w szkole podstawowej, będą kontynuować w szerszym zakresie w liceum;
3) wprowadzenie trzyletnich szkół branżowych I stopnia i dwuletnich szkół branżowych II stopnia, mające na celu podniesienie poziomu kształcenia zawodowego, lepsze dopasowanie programu kształcenia do potrzeb pracodawców oraz kształtowanie etosu pracy;
4) lepszy dostęp do specjalistów w szkole: pedagoga, psychologa, logopedy, doradcy zawodowego.

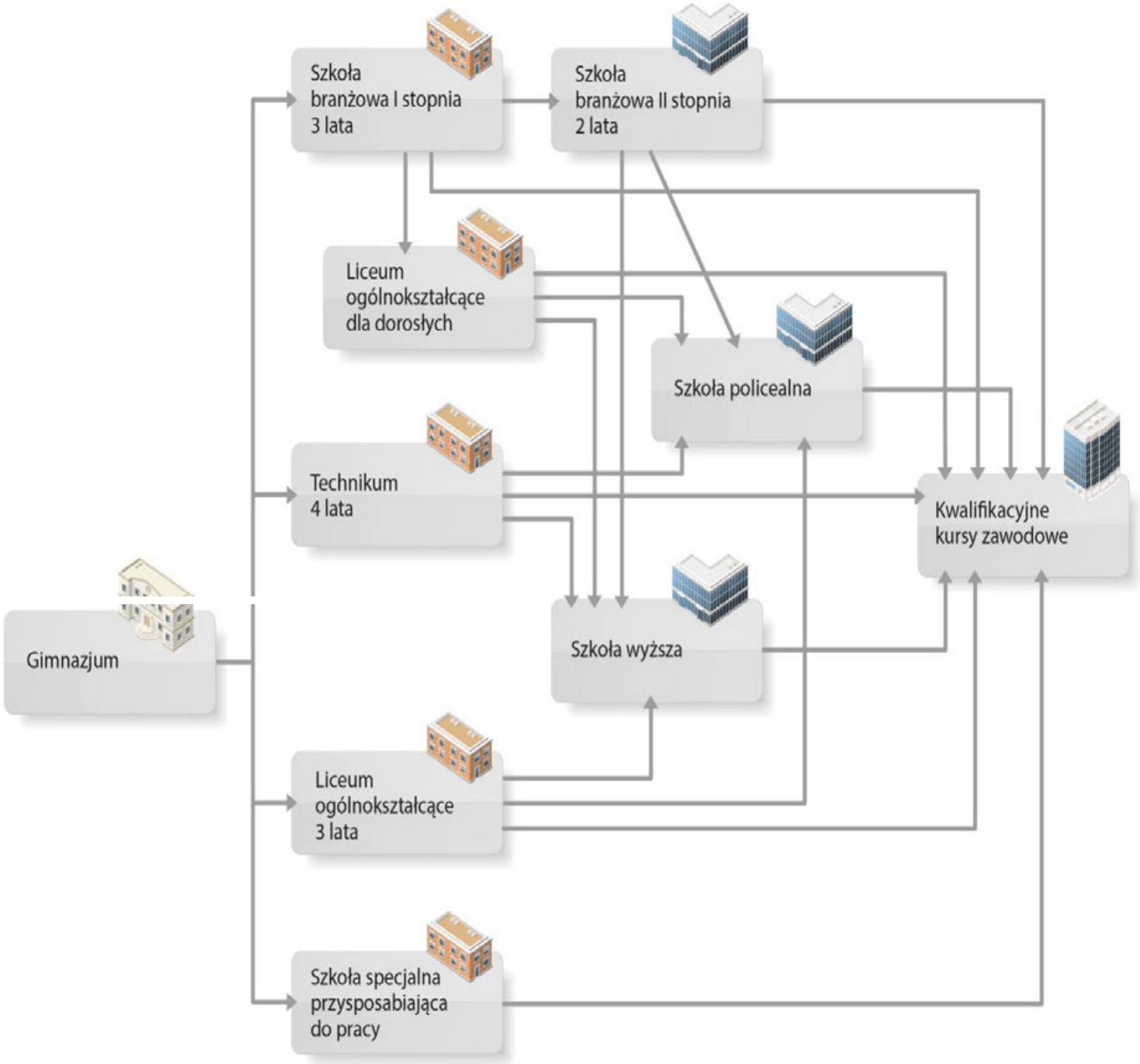
Wychowawcze:

1) położenie akcentu na proces współpracy szkoły ze środowiskiem rodzinnym ucznia (współdecydowanie rodzica o tym, w jaki sposób polska szkoła realizuje cele pedagogiczne oraz wychowawcze);
2) nadanie szczególnej rangi wychowawczej funkcji szkoły oraz wspierającej i uzupełniającej roli profilaktyki problemów dzieci i młodzieży;
3) stworzenie spójnej struktury organizacji szkół oraz wydłużenie okresu kształcenia i wychowania w jednej szkole i tej samej grupie rówieśniczej z uwagi na ograniczenie konieczności częstej adaptacji uczniów do nowych warunków uczenia się, poprawę jakości kształcenia i wzrost motywacji do nauki;
4) wyrównywanie osiągnięć szkolnych dzieci i młodzieży z różnych środowisk społecznych;
5) zwiększenie poczucia bezpieczeństwa ucznia w szkole, również w obszarze cyberprzestrzeni.

Źródło: na podstawie: http://reformaedukacji.men.gov.pl; data odczytu: 12.01.18.

ZMIANY W STRUKTURZE SYSTEMU OŚWIATY W POLSCE

OD ROKU SZKOLNEGO 2017/2018



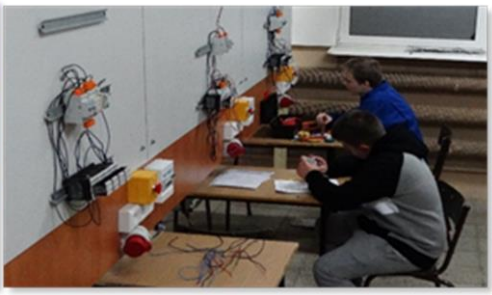
Źródło: https://www.ore.edu.pl/nowa-podstawa-programowa; data odczytu: 05.02.18.

Kierunki kształcenia na rok szkolny 2018/2019

Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce

Adres	ul. 11 Listopada 20, 07-410 Ostrołęka
Nr telefonu	029 764-68-82
Adres strony internetowej	www.zsz1ostroleka.edu.pl

Zespół Szkół Zawodowych Nr 1
im. Józefa Psarskiego
w Ostrołęce



Technikum Nr 1

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	technik geodeta	geografia, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
2.	technik elektryk	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki
3.	technik elektronik	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki
4.	technik mechanik	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki
5.	technik mechatronik	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki
6.	technik pojazdów samochodowych	fizyka, j. niemiecki	j. angielski	j. niemiecki
7.	technik logistyk	geografia, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
8.	technik informatyk	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki
9.	technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej	matematyka, fizyka	j. angielski	j. niemiecki

Branżowa Szkoła I Stopnia Nr 1

L.p.	Zawód	Język obcy I	Język obcy II
1.	mechanik pojazdów samochodowych	j. angielski	-
2.	Elektryk	j. angielski	-
3.	elektromechanik pojazdów samochodowych	j. angielski	-
4.	kierowca mechanik	j. angielski	-

Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce

Adres	ul. Czwartaków 4, 07-401 Ostrołęka
Nr telefonu	029 769-10-45
Adres strony internetowej	www.zsz2.ostroleka.edu.pl

Technikum Nr 2

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	technik informatyk - profil wojskowy	informatyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
2.	technik pojazdów samochodowych - profil wojskowy	fizyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
3.	technik budownictwa z innowacją bezpieczeństwo pożarowe	fizyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
4.	technik weterynarii	chemia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
5.	technik usług fryzjerskich	chemia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
6.	technik organizacji reklamy z innowacją projektowanie graficzne reklam i cyfrowa obróbka zdjęć	j. polski, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
7.	technik robót wykończeniowych w budownictwie z innowacją architektura wnętrz	fizyka, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki

Branżowa Szkoła I Stopnia Nr 2

L.p.	Zawód	Język obcy I	Język obcy II
1.	kierowca mechanik	j. angielski	-
2.	Oddział wielozawodowy: ślusarz, kucharz, fryzjer, monter konstrukcji budowlanych, rolnik, dekarz, monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie, stolarz, monter sieci i instalacji sanitarnych, sprzedawca, murarz-tynkarz, piekarz, lakiernik, blacharz samochodowy, mechanik pojazdów samochodowych, elektromechanik pojazdów samochodowych, elektryk, wędliniarz, cukiernik	j. angielski	-

Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce

Adres	**ul. Stefana Jaracza 5, 07-409 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 764-38-52, 029 766-52-00**
Adres strony internetowej	**www.zsz3.ostroleka.pl**

Technikum Nr 3

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	technik energetyk	fizyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
2.	technik papiernictwa	chemia, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
3.	technik agrobiznesu	biologia, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
4.	technik handlowiec z innowacją e-commerce menager	geografia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
5.	technik architektury krajobrazu	biologia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
6.	technik ekonomista	geografia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki
7. – 8.	technik informatyk	fizyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
9.	technik informatyk z innowacją e-sport	fizyka, matematyka	j. angielski	j. niemiecki

Branżowa Szkoła I Stopnia Nr 3

L.p.	Zawód	Język obcy I	Język obcy II
1.	Sprzedawca	j. angielski	-

Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce

Adres	**ul. Traugutta 10, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 764-21-27**
Adres strony internetowej	**www.zsz4-ostroleka.com**

Technikum Nr 4

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	technik hotelarstwa	j. angielski, geografia	j. angielski	j. francuski
2.	technik obsługi turystycznej	j. angielski, geografia	j. angielski	j. francuski
3. – 4.	technik żywienia i usług gastronomicznych	matematyka, chemia	j. angielski	j. niemiecki lub j. francuski
5.	technik ekonomista	matematyka, geografia	j. angielski	j. niemiecki
6.	technik handlowiec	matematyka, geografia	j. angielski	j. niemiecki
7.	kelner	matematyka, biologia	j. angielski	j. niemiecki
	technik przemysłu mody z innowacją menadżer mody	j. angielski, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
8.	technik technologii żywności specjalność cukiernik	matematyka, chemia	j. angielski	j. niemiecki
	technik technologii żywności specjalność wędliniarz	matematyka, chemia	j. angielski	j. niemiecki

Branżowa Szkoła I Stopnia Nr 4

L.p.	Zawód	Język obcy I	Język obcy II
1.	kucharz	j. angielski	-
2.	wędliniarz	j. angielski	-
	piekarz	j. angielski	-

Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy
im. ks. Jana Twardowskiego

Adres	**ul. Traugutta 9, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 760 22 37**
Adres strony internetowej	**http://sosw.ostroleka.pl**

Branżowa Szkoła I Stopnia

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim o specjalności kucharz, piekarz, cukiernik.	-	-	-

Trzyletnia Szkoła Przysposabiająca do Pracy

L.p.	Zawód	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym.	-	-	-

V. JAKI ZAWÓD WYBRAĆ?
OPIS ZAWODÓW ZGODNY Z OFERTĄ EDUKACYJNĄ W OSTROŁĘCE

Dla celów kształcenia, zgodnie z klasyfikacją zawodów szkolnictwa zawodowego w Polsce, wskazano obszary kształcenia, do których są przypisane poszczególne zawody. Obejmują one zawody zgodne z ofertą edukacyjną w Ostrołęce, pogrupowane pod względem wspólnych efektów kształcenia, wymaganych do realizacji zadań zawodowych. Uwzględniając Polską Klasyfikację Działalności (PKD) wyodrębniono 8 obszarów kształcenia:

1) administracyjno-usługowy (AU),
2) budowlany (BD),
3) elektryczno-elektroniczny (EE),
4) mechaniczny i górniczo-hutniczy (MG),
5) rolniczo - leśny z ochroną środowiska (RL),
6) turystyczno-gastronomiczny (TG),
7) medyczno-społeczny (MS),
8) artystyczny (ST).

Źródło: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 13 marca 2017r. w sprawie klasyfikacji zawodów szkolnictwa zawodowego (Dz. U. 2017, poz. 622).

Administracja i usługi

Budownictwo

Elektryka i elektronika

Mechanika

Leśnictwo z ochroną środowiska

Turystyka i gastronomia

OBSZAR ADMINISTRACYJNO – USŁUGOWY

- Technik ekonomista
- Technik handlowiec
- Technik usług fryzjerskich
- Technik organizacji reklamy
- Technik logistyk
- Technik przemysłu mody
- Fryzjer
- Sprzedawca
- Stolarz
- Ślusarz

Zawód: Technik ekonomista

Technik ekonomista prowadzi w różnych organizacjach działalność gospodarczą, sprawy kadrowo-płacowe i podatkowe oraz rachunkowość; organizuje działalność gospodarczą i oblicza podatki; dokumentuje i ewidencjonuje operacje gospodarcze, przeprowadza i rozlicza inwentaryzację także sporządza elementy planów, analizy, sprawozdania i wykonuje prace biurowe.

Kariera zawodowa: możesz pracować w instytucjach związanych z bankowością, ubezpieczeniami, podatkami oraz w miejscach, w których potrzebna jest wiedza z zakresu finansów i rachunkowości. Możesz też otworzyć swoją działalność gospodarczą.

Kariera edukacyjna: na wszystkich stanowiskach pracy technik ekonomista powinien umieć posługiwać się urządzeniami biurowymi, takimi jak: maszyna do pisania, faks, kserokopiarka i komputer. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: technik rachunkowości, technik prac biurowych, technik spedytor, technik logistyk, technik administracji. Możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik rachunkowości.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Kwalifikacje:
planowanie i prowadzenie działalności w organizacji; prowadzenie rachunkowości.

Zawód: Technik handlowiec

Technik handlowiec planuje, organizuje i realizuje transakcje zakupu-sprzedaży na różnych szczeblach obrotu towarowego; sporządza dokumentację ekonomiczno-finansową; prowadzi działania marketingowe związane ze sprzedażą oraz sprawy ekonomiczno-finansowe w przedsiębiorstwie.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: technik księgarstwa, technik usług pocztowych i finansowych. W pracy tej niezbędna jest umiejętność obsługi komputera oraz sprzętu biurowego. Atutem w tej pracy może być posiadanie prawa jazdy oraz znajomość języków obcych.

Kariera zawodowa:
możesz pracować w zespołach handlowo-marketingowych oraz instytucjach kontroli handlowej, np. Urzędzie Ochrony Konkurencji i Konsumenta. Możesz również prowadzić własną firmę, w której zatrudnisz pracowników lub sam będziesz wykonywać wszystkie czynności od zaopatrzenia, sprzedaży, do końcowych rozliczeń finansowo-ekonomicznych.

Kwalifikacje:
prowadzenie sprzedaży i działalności handlowej.

Innowacja e-commerce w ZSZ Nr 3,
to sprzedaż produktów za pośrednictwem elektronicznych, narzędzi, to e-handel, sprzedaż w internecie.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Technik usług fryzjerskich

Technik usług fryzjerskich
wykonuje zabiegi na włosach klienta dobierając sposoby, metody, techniki i technologie oraz projektuje fryzury na włosach, uwzględniając cechy indywidualne klienta; zarządza zakładem fryzjerskim.

Kwalifikacje:
wykonywanie zabiegów fryzjerskich; projektowanie fryzur.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach fryzjerskich, charakteryzatorniach – w teatrze, telewizji lub na planie filmowym, a także w zakładach perukarskich. Możesz prowadzić własny zakład fryzjerski.

Kariera edukacyjna – szkolenia podnoszące kwalifikacje:
wskazana jest umiejętność obsługi komputera oraz znajomość języków obcych.

Zawód: Technik organizacji reklamy

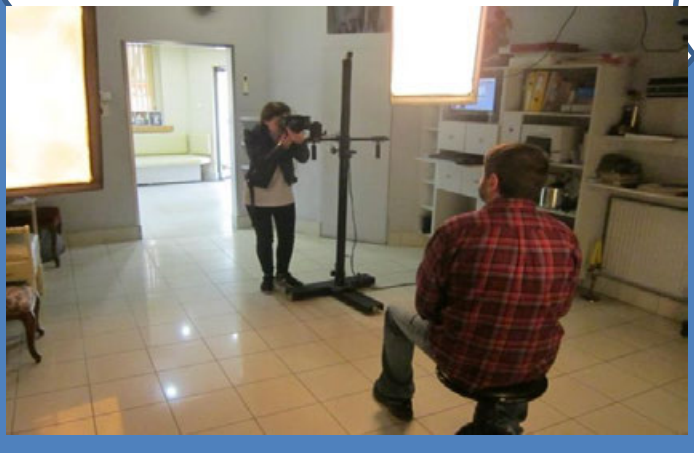
Technik organizacji reklamy:
to zawód, który umożliwia realizację własnych pomysłów. Będzie idealnym wyborem dla osób kreatywnych, komunikatywnych, otwartych na nowe doświadczenia, łatwo nawiązujących kontakty z ludźmi. Specjaliści od reklamy znajdą zatrudnienie w każdej branży, niezależnie od sektora działania.

Kariera zawodowa: możesz pracować w agencjach reklamowych, działach marketingu różnych instytucji, biurach ogłoszeń, działach promocji.

Kariera edukacyjna:
wskazana znajomość przynajmniej jednego języka obcego i dobra obsługa komputera (programy graficzne, edycyjne) oraz Internetu. Ze względu na konieczność częstych wyjazdów i dużą dyspozycyjność, wymagane jest także posiadanie prawa jazdy. Technik organizacji reklamy powinien umieć posługiwać się nowoczesnymi urządzeniami i sprzętem technicznym, w tym komputerem i specjalistycznymi programami graficznymi.

Kwalifikacje:
sprzedaż produktów i usług reklamowych; organizacja i prowadzenie kampanii reklamowej.

Innowacja: Projektowanie graficzne reklam i cyfrowa obróbka zdjęć:
- cyfrowe projektowanie reklam;
- graficzne projektowanie reklam;
- nauka fotografii cyfrowej i analogowej;
- cyfrowa obróbka zdjęć;
- grafika wektorowa reklam;
- tworzenie reklam 3D.



Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Technik logistyk

Technik logistyk organizuje i nadzoruje przepływy zasobów i informacji w procesach produkcji, dystrybucji, magazynowania i transportu oraz przepływy w jednostkach organizacyjnych i administracyjnych.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: technik ekonomista, rachunkowości administracji, handlowiec, księgarstwa. Ważna w pracy logistyka jest znajomość w stopniu dobrym języka angielskiego i obsługa komputera.

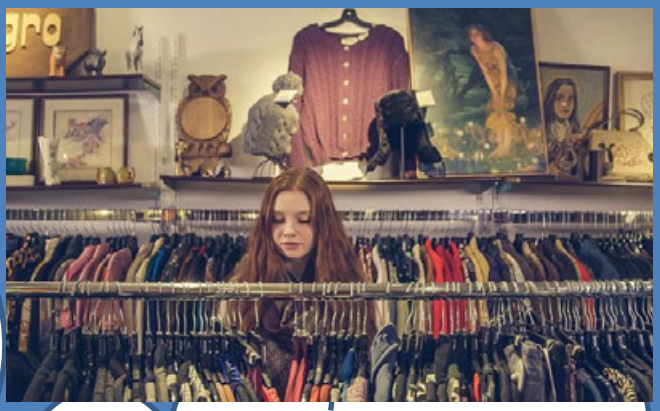
Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w większych i mniejszych firmach logistycznych, przewozowych, spedycyjnych.

Kwalifikacje:
obsługa magazynów, organizacja transportu.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik przemysłu mody



Technik przemysłu mody jest to zawód dla osób kreatywnych, otwartych na zmiany, interesujących się modą i projektowaniem odzieży. Jeśli masz uzdolnienia plastyczne, zamiłowanie do szycia, poznawania nowych technik szycia – to zdecydowanie pomyśl o tym zawodzie.

Kariera edukacyjna:
zawód ten możesz zdobyć w 4-letnim technikum. W trakcie nauki w tej szkole będziesz zdobywał dwie kwalifikacje składające się na ten zawód: projektowanie i wytwarzanie wyrobów odzieżowych oraz organizacja procesów wytwarzania wyrobów odzieżowych. Kształcenie w ramach każdej z tych kwalifikacji zakończone jest zewnętrznym egzaminem zawodowym, którego pozytywny wynik umożliwi Tobie otrzymanie dwóch świadectw potwierdzających ww. kwalifikacje, a po ukończeniu szkoły otrzymasz dodatkowo dyplom potwierdzający kwalifikacje zawodowe.

Kariera zawodowa:
technik przemysłu mody może pracować jako: projektant odzieży, konstruktor odzieży, stylista wizerunku, technolog, kierownik produkcji, sprzedawca w branży odzieżowej, dekorator wystaw sklepowych. Absolwent jest przygotowany do prowadzenia własnej działalności gospodarczej związanej z produkcją odzieży. Może także studiować i rozwijać swoje talenty.

Kwalifikacje:
projektowanie i wytwarzanie wyrobów odzieżowych; organizacja procesów wytwarzania wyrobów odzieżowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Fryzjer

Fryzjer wykonuje zabiegi na włosach, mające na celu podkreślanie cech indywidualnych klienta i ukrywające ewentualne mankamenty urody.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach fryzjerskich, charakteryzatorniach w teatrze, telewizji lub na planie filmowym. Możesz prowadzić własny zakład fryzjerski.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik usług fryzjerskich. Wskazana jest umiejętność obsługi komputera oraz znajomość języków obcych.

Kwalifikacje:
wykonywanie zabiegów fryzjerskich.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

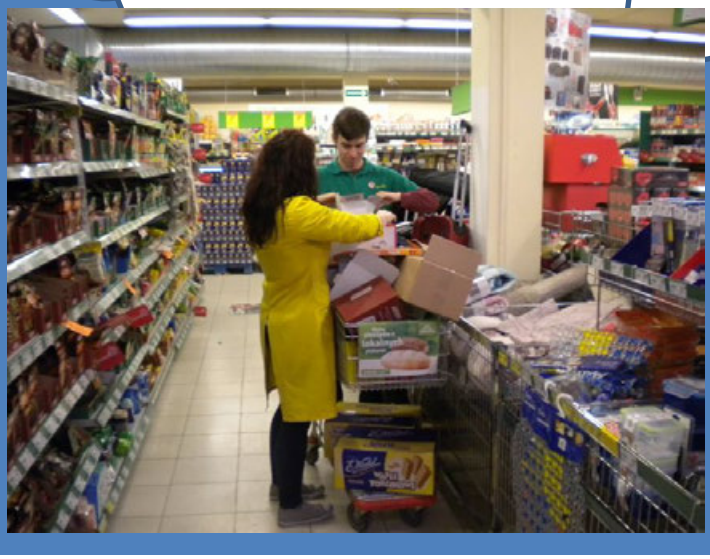
Zawód: Sprzedawca

Sprzedawca:
głównym jego zadaniem jest obsługa klienta, która powinna być prowadzona sprawnie, kompetentnie i kulturalnie.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w różnych miejscach sprzedaży detalicznej i hurtowej. Możesz również prowadzić własną firmę, w której zatrudnisz pracowników lub sam będziesz wykonywać wszystkie czynności od zaopatrzenia, sprzedaży, do końcowych rozliczeń finansowo-ekonomicznych. W pracy tej niezbędna jest umiejętność obsługi komputera oraz sprzętu biurowego. Możesz awansować na stanowisko akwizytora hurtowni lub przedstawiciela handlowego producenta w sieci detalicznej, a następnie w hurcie.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik handlowiec, księgarstwa, usług pocztowych i finansowych. Atutem w tej pracy może być posiadanie prawa jazdy, znajomość języków obcych oraz dyspozycyjność.

Kwalifikacje:
prowadzenie sprzedaży.



Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Stolarz

Stolarz wykonuje wyroby z drewna i tworzyw drzewnych, obsługuje maszyny i urządzenia stosowane w stolarstwie, wykonuje naprawy, renowacje i konserwacje wyrobów stolarskich.

Kariera zawodowa:

pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach przemysłu drzewno-meblarskiego, stolarki budowlanej, galanterii drzewnej, opakowań oraz w magazynach wyrobów. Możesz prowadzić własny zakład stolarski.

Kariera edukacyjna:

podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: tapicer, cieśla, koszykarz-plecionkarz, mechanik-operator maszyn do produkcji drzewnej, technik technologii drewna. Możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technika technologii drewna.

Kwalifikacje:

wytwarzanie wyrobów stolarskich.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

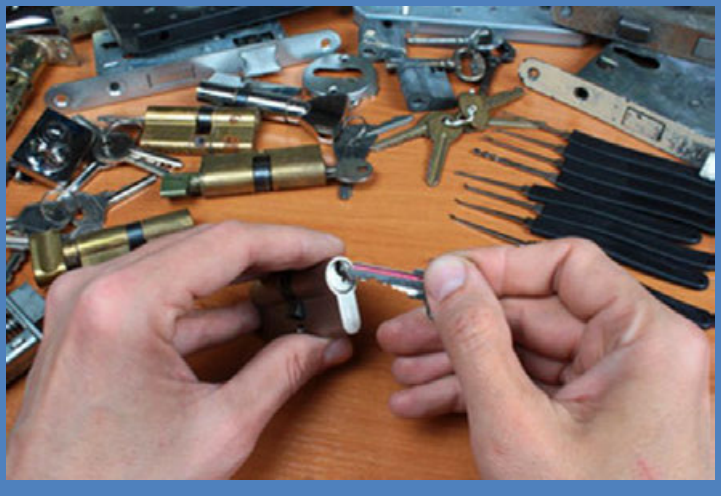
Zawód: Ślusarz

Ślusarz
zajmuje się elementami maszyn, urządzeń i narzędzi, wykonuje je, naprawia, konserwuje, wykonuje połączenia materiałów.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu: technik mechanik. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w innych zawodach należących do grupy zawodów mechanicznych, grupy zawodów hutniczo-odlewniczych i grupy zawodów górniczych. Wskazane uprawnienia w zakresie spawalnictwa gazowego i elektrycznego.

Kwalifikacje:
wykonywanie i naprawa elementów maszyn, urządzeń i narzędzi.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach usługowych naprawy sprzętu domowego, zakładach usługowych wyrobów artystycznych, zakładach przemysłowych, administracji domów mieszkalnych oraz w przedsiębiorstwach zajmujących się wytwarzaniem i eksploatacją wyrobów technicznych w branży metalowej, konserwacją i naprawą sprzętu mechanicznego. Możesz prowadzić własny warsztat ślusarski.



Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

OBSZAR BUDOWLANY

- Technik budownictwa
- Technik geodeta
- Technik robót wykończeniowych w budownictwie
- Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej
- Monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie
- Monter sieci i instalacji sanitarnych
- Murarz - tynkarz
- Monter konstrukcji budowlanych
- Dekarz

Zawód: Technik budownictwa

Technik budownictwa:
planuje, organizuje i nadzoruje prace związane z zagospodarowaniem terenu budowy, roboty ziemne, roboty budowlane stanu surowego z utrzymaniem obiektów budowlanych oraz ich przebudową i rozbiórką. Wykonuje dokumentację techniczną w programie komputerowym AutoCAD. Kieruje gospodarką materiałową i sprzętową w procesie budowlanym. Sporządza kosztorysy w programie NormaPro, przygotowuje oferty przetargowe, sporządza plany finansowe przedsięwzięć inwestycyjnych.

Kariera edukacyjna:
uczniowie zdobywają podstawową wiedzę z zakresu nowoczesnego budownictwa oraz przygotowują się zarówno do kontynuacji nauki w szkołach wyższych, jak i do uczestniczenia zawodowo w procesie budowlanym. Poznają cały cykl wykonywania dokumentacji budowlanej oraz samej budowy. Nabywają umiejętności wykonywania kosztorysów, obliczeń konstrukcyjnych oraz opracowań graficznych dokumentacji.

Innowacja Bezpieczeństwo pożarowe:
- zajęcia z bezpieczeństwa pożarowego pod patronatem KM PSP w Ostrołęce;
- pływanie z elementami ratownictwa wodnego;
- kurs udzielania pierwszej pomocy;
- ćwiczenia na torze sprawnościowym;
- karta pływacka.

Kwalifikacje:
wykonywanie i kontrolowanie robót konstrukcyjno-budowlanych; organizacja i sporządzanie kosztorysów robót budowlanych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w firmach budowlanych, spółdzielniach mieszkaniowych, urzędach gmin, biurach projektów, instytucjach naukowo-badawczych, pracowniach konserwacji zabytków, hurtowniach materiałów i maszyn budowlanych. Możesz pracować za granicą. Najważniejszym etapem Twojej kariery zawodowej będzie zdobycie uprawnień budowlanych, co pozwoli na uzyskanie pełnej samodzielności i pracę na stanowiskach kierowniczych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Technik geodeta

Technik geodeta wykonuje oraz opracowuje wyniki pomiarów sytuacyjnych, wysokościowych, realizacyjnych, inwentaryzacyjnych powykonawczych i kontrolnych oraz prac związanych z katastrem nieruchomości; współdziała z inżynierem geodetą przy prowadzeniu pomiarów satelitarnych, grawimetrycznych i fotogrametrycznych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w firmach geodezyjnych oraz jednostkach administracji państwowej i samorządowej. Pracując w administracji państwowej, musisz uzyskać status urzędnika państwowego.

Kariera edukacyjna:
w związku z postępem technicznym przy numerycznym opracowaniu wyników pomiarów przydatna jest umiejętność posługiwania się nowoczesnymi urządzeniami przetwarzania danych, konieczną umiejętnością jest również obsługa komputera. Praca w administracji wymaga umiejętności urzędniczych – musisz umieć sporządzać dokumentację urzędową, prowadzić korespondencję, obsługiwać urządzenia biurowe i komputerowe. Będziesz pracować również na podstawie przepisów prawa, stąd powinieneś śledzić zmiany w prawie geodezyjnym, administracyjnym i cywilnym. Niezbędne będzie posiadanie prawa jazdy.

Kwalifikacje:
przygotowanie sprzętu, odczynników chemicznych i próbek do badań analitycznych; wykonywanie badań analitycznych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik robót wykończeniowych w budownictwie

Technik robót wykończeniowych w budownictwie zajmuje się organizowaniem, koordynowaniem i kontrolowaniem budowlanych robót wykończeniowych prowadzonych w obiektach budowlanych, organizuje i kontroluje roboty związane z zagospodarowaniem terenu budowy, sporządza kosztorys na roboty wykończeniowe w budownictwie.

Kariera edukacyjna:
uczniowie zdobywają wiedzę i umiejętności z zakresu projektowania architektury wnętrz, umożliwiające tworzenie aranżacji z zastosowaniem nowoczesnych narzędzi, jakimi są programy graficzne. Absolwent będzie potrafił zaprojektować i zaaranżować wnętrze obiektu budowlanego mieszkalnego oraz użyteczności publicznej. Zdobędzie on umiejętności zawodowe z zakresu kształtowania przestrzeni architektonicznej tak, aby przygotować projekt od koncepcji do projektu realizacyjnego z dokumentacją techniczną, przeprowadzić poszczególne etapy realizacji projektu, korzystać z nowoczesnych materiałów i rozwiązań technologicznych, a także założyć i prowadzić własną firmę projektowo – wykonawczą.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach prowadzących kompleksowe usługi budowlane, w małych i średnich przedsiębiorstwach prowadzących usługi remontowo-budowlane, w biurach projektowych projektujących obiekty budowlane, w wytwórniach i składach materiałów budowlanych, w firmach zarządzających nieruchomościami. Możesz również samodzielnie prowadzić usługową działalność gospodarczą we własnej firmie remontowo-budowlanej.

Kwalifikacje:
wykonywanie robót montażowych, okładzinowych i wykończeniowych; organizacja, kontrola i sporządzanie kosztorysów robót budowlanych.

Innowacja Architektura wnętrz obejmuje zajęcia z:
- rysunku odręcznego;
- historii architektury;
- komputerowego projektowania wnętrz, wystaw, targów i scenografii;
- prawa autorskiego i technik prezentacji.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej

Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej organizuje i wykonuje montaż urządzeń i systemów energetyki odnawialnej oraz wykonuje zadania związane z eksploatacją urządzeń i systemów energetyki odnawialnej.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w firmach zajmujących się budową i utrzymywaniem sprawności sieci energii odnawialnej, w elektrowniach, w organizacjach, przedsiębiorstwach i instytucjach zajmujących się odnawialnymi źródłami energii, w zakładach wytwarzających, przetwarzających i przesyłających energię elektryczną, biurach projektów. Możesz prowadzić własną działalność gospodarczą.

Kariera edukacyjna: podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodzie technik energetyk.

Kwalifikacje: montaż urządzeń i systemów energetyki odnawialnej; eksploatacja urządzeń i systemów energetyki odnawialnej.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

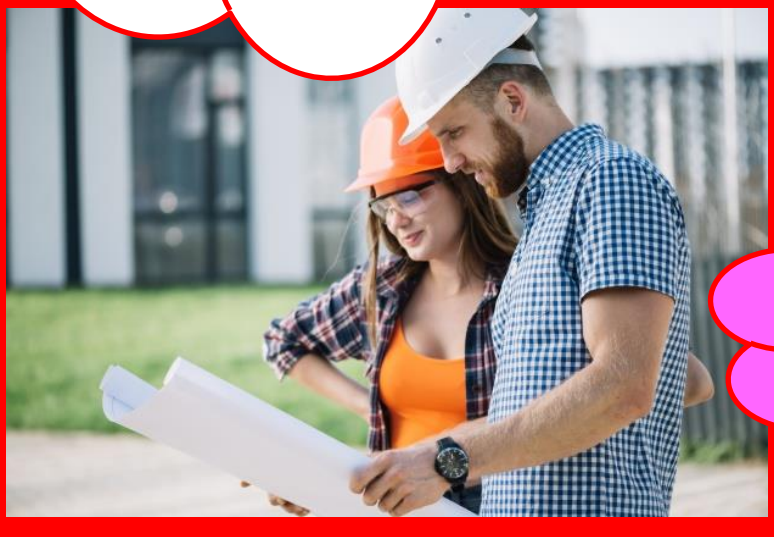
Zawód: Monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie

Monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie wykonuje montaż systemów suchej zabudowy, roboty malarsko - tapeciarskie oraz posadzkarskie i okładzinowe. To zawód bardzo wszechstronny, który daje kwalifikacje do wykonywania licznych prac budowlanych.

Kariera zawodowa: pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach prowadzących kompleksowe usługi budowlane, w małych i średnich przedsiębiorstwach prowadzących usługi remontowo-budowlane oraz w zakładach rzemieślniczych. Możesz prowadzić własną firmę remontowo-budowlaną.

Kariera edukacyjna: absolwenci są bardzo atrakcyjnymi pracownikami ze względu na szeroki zakres uprawnień do wykonywania prac budowlanych. Przydatne będą umiejętności plastyczne w zakresie malowania i rysowania.

Kwalifikacje:
wykonywanie robót montażowych, okładzinowych i wykończeniowych.



Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Monter sieci i instalacji sanitarnych

Monter sieci i instalacji sanitarnych wykonuje montaż i remonty sieci oraz instalacji wodociągowych, kanalizacyjnych i gazowych, sieci węzłów ciepłowniczych oraz instalacji grzewczych, wentylacyjnych i klimatyzacyjnych.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik urządzeń sanitarnych. Wskazane są dodatkowe kwalifikacje z zakresu spawania gazowego lub elektrycznego.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach budowlanych, instalacyjnych, warsztatach rzemieślniczych, administracji obiektów budowlanych. Możesz prowadzić własną firmę instalacyjno- montażową.

Kwalifikacje:
wykonywanie robót związanych z budową, montażem i eksploatacją sieci oraz instalacji sanitarnych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Murarz-tynkarz

Murarz-tynkarz wykonuje zaprawy budowlane i mieszanki betonowe; muruje z cegły, pustaków, bloczków i innych materiałów budowlanych konstrukcje budowlane oraz wykonuje ich remonty i rozbiórkę; wykonuje tynki oraz ich naprawy i konserwacje.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach budowlanych oraz rzemieślniczych zakładach remontowo-budowlanych. Możesz prowadzić firmę remontowo-budowlaną oraz podjąć pracę w innej miejscowości, a nawet skorzystać z ofert pracy poza granicami kraju.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik budownictwa. Wskazane jest posiadanie prawa jazdy, a także znajomość języka obcego.

Kwalifikacje:
wykonywanie robót murarskich i tynkarskich.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Monter konstrukcji budowlanych

Monter konstrukcji budowlanych montuje konstrukcje stalowe oraz prefabrykowane konstrukcje żelbetowe i drewniane.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach budowlanych, wytwórniach prefabrykatów, przedsiębiorstwach budowy dróg i mostów. Możesz prowadzić własną firmę budowlano-remontową.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik budownictwa. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: kominiarz, monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie, monter izolacji budowlanych, dekarz, cieśla, kamieniarz, zdun, betoniarz-zbrojarz, murarz- tynkarz. Wskazane jest posiadanie uprawnień spawacza.

Kwalifikacje:
montaż konstrukcji budowlanych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Dekarz

Dekarz wykonuje, montuje, remontuje i dokonuje rozbiórki pokryć dachowych oraz wykonuje obróbki dekarskie i odwodnienia połaci dachowych.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne w innych zawodach: kominiarz, monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie, monter izolacji budowlanych, kamieniarz, cieśla, zdun, betoniarz-zbrojarz, moner konstrukcji budowlanych, technik renowacji elementów architektury, technik dróg i mostów kolejowych, monter systemów rurociągowych, monter nawierzchni kolejowej. Warto rozwijać swoje umiejętności z zakresu rysunku technicznego i geometrii wykreślnej.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach budowlanych, rzemieślniczych warsztatach remontowo-budowlanych wykonujących roboty dekarskie. Możesz prowadzić własna firmę świadczącą usługi z zakresu robót dekarskich.

Kwalifikacje:
wykonywanie robót dekarskich.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

OBSZAR ELEKTRYCZNO-ELEKTRONICZNY

- **Technik elektryk**
- **Technik elektronik**
- **Technik energetyk**
- **Technik mechatronik**
- **Technik informatyk**
- **Technik informatyk – profil wojskowy**
- **Elektryk**

Zawód: Technik elektryk

Technik elektryk wykonuje instalacje elektryczne, montuje, uruchamia i eksploatuje maszyny i urządzenia elektryczne; ocenia stan techniczny instalacji, maszyn i urządzeń elektrycznych; dobiera, montuje i sprawdza działanie środków ochrony przeciwporażeniowej.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach energetycznych, elektrowniach, w zakładach przemysłu wydobywczego, hutniczego, transportu wodnego i kolejowego, w zakładach gospodarki komunalnej, w przedsiębiorstwach produkujących i eksploatujących maszyny i urządzenia elektryczne, w zakładach usługowych oraz w biurach projektowych. Możesz prowadzić własną firmę usługową.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: monter sieci i urządzeń telekomunikacyjnych, monter mechatronik, monter-elektronik, elektromechanik pojazdów samochodowych, elektromechanik, technik telekomunikacji, technik, teleinformatyk, technik, elektronik, technik awionik, technik mechatronik, elektryk, technik elektroniki i informatyki medycznej, technik pojazdów samochodowych, technik automatyk sterowania ruchem kolejowym, technik elektroenergetyk transportu szynowego. Konieczne jest uzyskanie uprawnień SEP w zakresie eksploatacji urządzeń elektroenergetycznych do 1 kV.

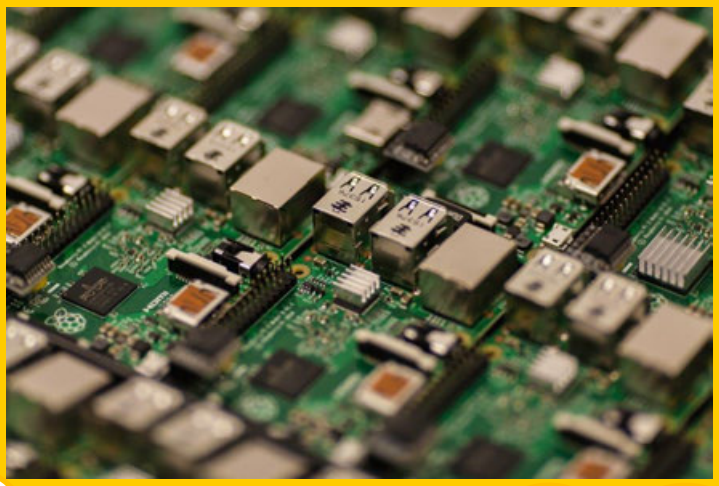
Kwalifikacje:
montaż i eksploatacja systemów komputerowych, urządzeń peryferyjnych i sieci; programowanie, tworzenie i administrowanie stronami internetowymi i bazami danych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik elektronik

Technik elektronik
montuje, uruchamia, konserwuje i naprawia urządzenia elektroniczne, programuje, uruchamia i eksploatuje układy i systemy automatyki.



Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach wytwarzających urządzenia elektroniczne, w przedsiębiorstwach instalujących urządzenia elektroniczne, w placówkach badawczo-rozwojowych, w pracowniach i biurach konstrukcyjno-technologicznych zajmujących się budową urządzeń elektronicznych. Możesz prowadzić własną działalność gospodarczą.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w innych zawodach elektryczno–elektroniczno-teleinformatycznych. Wskazana jest umiejętność obsługi komputera i programowania oraz znajomość języków obcych. Konieczne jest posiadanie prawa jazdy.

Kwalifikacje:
montaż oraz instalowanie układów i urządzeń elektronicznych, eksploatacja urządzeń.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

Zawód: TECHNIK ENERGETYK

Klasa pod patronatem

ENERGA Elektrownie Ostrołęka SA

Technik energetyk:
rozpoznaje elementy elektryczne i elektroniczne oraz instalacje i urządzenia energetyczne. Określa źródła energii konwencjonalnej i niekonwencjonalnej. Charakteryzuje procesy wytwarzania energii: elektrycznej, mechanicznej i cieplnej.
Zajęcia praktyczne uczniowie odbywają w szkolnej pracowni zawodowej, a praktyki zawodowe w zakładzie wytwarzającym energię elektryczną i cieplną w Ostrołęce. Uczniowie będą kształcić się pod okiem inżynierów i specjalistów z ENERGA Elektrownie Ostrołęka SA.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach energetycznych, elektrowniach, w zakładach przemysłu wydobywczego, hutniczego, transportu wodnego i kolejowego, w zakładach gospodarki komunalnej, w przedsiębiorstwach produkujących i eksploatujących maszyny i urządzenia elektryczne, w zakładach usługowych oraz w biurach projektowych. Możesz prowadzić własną firmę usługową.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: elektryk, elektromechanik, monter sieci i urządzeń telekomunikacyjnych, elektronik, technik telekomunikacji, technik teleinformatyk, technik elektronik, technik elektroniki i informatyki medycznej, technik szerokopasmowej komunikacji elektronicznej. Konieczne jest uzyskanie uprawnień SEP w zakresie eksploatacji urządzeń elektroenergetycznych do 1 kV.

Kwalifikacje:
eksploatacja instalacji i urządzeń wytwarzania energii cieplnej;
eksploatacja instalacji i urządzeń do wytworzenia przesyłania energii elektrycznej.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik mechatronik

Technik mechatronik montuje i demontuje, eksploatuje, projektuje i programuje urządzenia i systemy mechatroniczne.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w innych zawodach elektryczno-elektroniczno-teleinformatycznych. Wymagana jest umiejętność obsługi komputerów i programowania oraz znajomość języków obcych – angielskiego lub niemieckiego. Konieczne jest posiadanie prawa jazdy.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach o zautomatyzowanym i zrobotyzowanym procesie produkcji, warsztatach naprawczych sprzętu AGD, firmach usługowych. Możesz prowadzić własną firmę produkcyjną lub usługową.

Kwalifikacje:
montaż, uruchamianie i konserwacja urządzeń i systemów mechatronicznych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

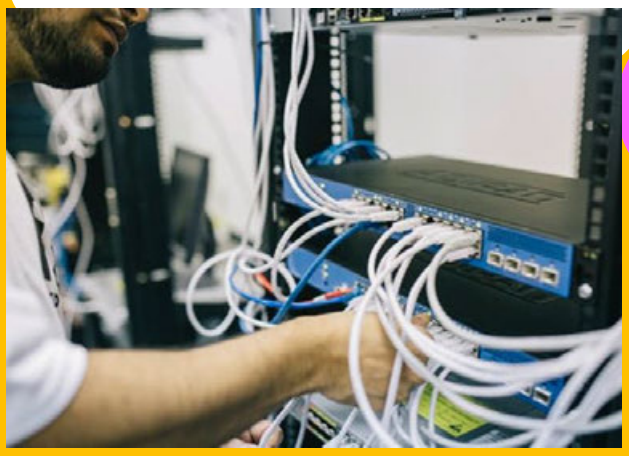
Zawód: Technik informatyk

Technik informatyk
przygotowuje stanowiska komputerowe z urządzeniami peryferyjnymi do pracy, diagnozuje je i naprawia; projektuje i administruje lokalnymi sieciami komputerowymi; tworzy i administruje strony internetowe oraz bazy danych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w wyspecjalizowanych firmach informatycznych (serwisanci, administratorzy, konserwatorzy sprzętu), urzędach (administratorzy baz danych i sieci), a nawet w domu (projektanci, graficy), we wszystkich gałęziach gospodarki narodowej, w których mają zastosowanie komputery. Możesz także prowadzić własną działalność gospodarczą.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: technik informatyk, teleinformatyk. Dodatkowym atutem są kursy specjalistyczne. Pomocna będzie dobra znajomość języka angielskiego.

Kwalifikacje:
montaż i eksploatacja systemów komputerowych, urządzeń peryferyjnych i sieci; programowanie, tworzenie i administrowanie stronami internetowymi oraz bazami danych.



Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce (profil wojskowy).

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik informatyk profil wojskowy

Klasa o profilu wojskowym umożliwia:
- przygotowanie do podjęcia dalszej nauki w szkołach i uczelniach wojskowych,
- kontynuowanie edukacji w cywilnych szkołach i uczelniach na kierunkach proobronnych,
- wybór jednostki wojskowej i rodzaju wojsk w celu odbycia zawodowej służby wojskowej.

Przygotowanie wojskowe obejmuje treści, uwzględniające, m.in.:
- zajęcia poligonowe,
- wyjazdy do jednostek wojskowych,
- ćwiczenia terenowe,
- musztrę wojskową,
- regulaminy wojskowe,
- terenoznawstwo,
- rajdy ekstremalne,
- biegi przełajowe,
- działania na sprzęcie wojskowym,
- zajęcia strzeleckie.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce (profil wojskowy).

Zawód: Elektryk

Elektryk wykonuje instalacje elektryczne, montuje, uruchamia i konserwuje maszyny oraz urządzenia elektryczne; ocenia stan techniczny instalacji, maszyn i urządzeń elektrycznych po montażu i konserwacji.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach: wytwarzających, przetwarzających i przesyłających energię elektryczną (elektrownie i zakłady energetyczne), eksploatujących energię elektryczną (huty, przemysł wydobywczy, transport kolejowy i wodny, gospodarka komunalna), produkujących maszyny i urządzenia elektroenergetyczne oraz sprzęt elektryczny powszechnego użytku (w tym zakłady rzemieślnicze), budowlanych (przy wykonywaniu instalacji elektrycznych).
Możesz prowadzić własną firmę.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu elektryk i technik elektryk.

Kwalifikacje:
montaż, uruchamianie oraz konserwacja instalacji, maszyn i urządzeń elektrycznych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

OBSZAR MECHANICZNY

- Technik mechanik
- Technik pojazdów samochodowych
- Technik pojazdów samochodowych profil wojskowy
- Mechanik pojazdów samochodowych
- Elektromechanik pojazdów samochodowych
- Blacharz samochodowy
- Kierowca mechanik
- Lakiernik

Zawód: Technik mechanik

Technik mechanik organizuje, wykonuje i nadzoruje prace związane z wytwarzaniem części maszyn oraz obsługą i konserwacją maszyn i urządzeń.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przemyśle, w budownictwie, górnictwie, komunikacji i transporcie, rolnictwie, usługach i w różnych innych dziedzinach gospodarki oraz w ich zapleczu badawczo-rozwojowym. Możesz prowadzić własny warsztat. W ramach Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Mechaników Polskich możesz zdobywać specjalizacje zawodowe oraz tytuły rzeczoznawców.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branżowej mechanicznej. Wymagana jest obsługa komputera wraz z programami wspomagania prac inżynierskich.

Kwalifikacje:
montaż i obsługa maszyn i urządzeń; użytkowanie obrabiarek skrawających; wykonywanie oraz naprawa elementów maszyn, urządzeń i narzędzi; organizacja oraz nadzorowanie procesów produkcji maszyn i urządzeń.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik pojazdów samochodowych

Technik pojazdów samochodowych organizuje i wykonuje obsługę pojazdów samochodowych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w firmach branży motoryzacyjnej, usługowych zakładach obsługowo-naprawczych. Możesz także prowadzić własną firmę obsługi i naprawy pojazdów samochodowych.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branżowej mechanicznej i elektryczno-elektronicznej. Wymagane jest posiadanie prawa jazdy. Wskazana jest umiejętność obsługi komputera i oprogramowania.

Kwalifikacje:
diagnozowanie i naprawa podzespołów i zespołów pojazdów samochodowych; obsługa, diagnozowanie oraz naprawa elektrycznych i elektronicznych układów pojazdów samochodowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce (profil wojskowy).

Zawód: Technik pojazdów samochodowych profil wojskowy

Klasa o profilu wojskowym umożliwia:

- przygotowanie do podjęcia dalszej nauki w szkołach i uczelniach wojskowych,
- kontynuowanie edukacji w cywilnych szkołach i uczelniach na kierunkach proobronnych,
- wybór jednostki wojskowej i rodzaju wojsk w celu odbycia zawodowej służby wojskowej.

Przygotowanie wojskowe obejmuje treści, uwzględniające, m.in.:

- zajęcia poligonowe,
- wyjazdy do jednostek wojskowych,
- ćwiczenia terenowe,
- musztrę wojskową,
- regulaminy wojskowe,
- terenoznawstwo,
- rajdy ekstremalne,
- biegi przełajowe,
- działania na sprzęcie wojskowym,
- zajęcia strzeleckie.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce (profil wojskowy).

Zawód: Mechanik pojazdów samochodowych

Mechanik pojazdów samochodowych wykonuje obsługę, diagnostykę i naprawę pojazdów samochodowych.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodów technik pojazdów samochodowych. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branżowej mechanicznej. Niezbędna jest umiejętność posługiwania się językiem obcym oraz obsługi komputera. Wymagane posiadanie prawa jazdy.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w warsztatach samochodowych, stacjach diagnostycznych, w przedsiębiorstwach produkujących pojazdy i ich zespoły, małych zakładach obsługowo-naprawczych. Możesz prowadzić własny warsztat. Po ukończeniu dodatkowego kursu możesz uzyskać uprawnienia rzeczoznawcy.

Kwalifikacje:
diagnozowanie i naprawa podzespołów i zespołów pojazdów samochodowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Elektromechanik pojazdów samochodowych

Elektromechanik pojazdów samochodowych
diagnozuje oraz naprawia elektryczne i elektroniczne układy pojazdów samochodowych.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branży mechanicznej. Możesz kontynuować naukę na kwalifikacyjnym kursie dla zawodu technik pojazdów samochodowych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w warsztatach samochodowych oraz fabrykach produkujących samochody. Możesz także prowadzić własny warsztat elektromechaniki pojazdowej.

Kwalifikacje:
obsługa, diagnozowanie i naprawa elektrycznych oraz elektronicznych układów pojazdów samochodowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.
-Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Blacharz samochodowy

Blacharz samochodowy
wykonuje naprawę uszkodzonych elementów nadwozi pojazdów samochodowych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w firmach branży motoryzacyjnej, rzemieślniczej zakładach naprawy samochodów, w salonach samochodowych z serwisem, w firmach zajmujących się tuningiem pojazdów. Możesz także prowadzić własny zakład usługowy blacharstwa samochodowego.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branży mechanicznej.

Kwalifikacje:
naprawa uszkodzonych nadwozi pojazdów samochodowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Kierowca mechanik

Kierowca mechanik prowadzi pojazdy samochodowe zgodnie z posiadanymi uprawnieniami oraz wykonuje obsługę i naprawę pojazdów samochodowych. Praca kierowcy mechanika polega na bezpiecznym transporcie ludzi lub towarów. Wykonuje on również czynności mające na celu utrzymanie samochodu w dobrym stanie technicznym przez cały okres jego eksploatacji. Patronat: Zrzeszenie Przewoźników Drogowych w Ostrołęce.

Kariera zawodowa:
pracę można wykonywać na rzecz pracodawcy bądź prowadzić własną działalność gospodarczą po uzyskaniu niezbędnych uprawnień, o ile takie są wymagane. Kierowca mechanik może być zatrudniony na różnych stanowiskach związanych z usługami transportowymi, tj.: kierowca samochodu osobowego, dostawczego, uprzywilejowanego, a w przypadku posiadania wyższej kategorii prawa jazdy niż kategoria B odpowiednio do kierowania tymi pojazdami.

Kariera edukacyjna:
kierowca mechanik powinien posiadać przynajmniej wykształcenie zasadnicze, preferowany kierunek samochodowy, a zwłaszcza zawody: mechanik pojazdów samochodowych lub elektromechanik pojazdów samochodowych. Powinien również posiadać prawo jazdy minimum kategorii B. W świadczeniu usług przewozowych innymi rodzajami pojazdów niezbędne mogą okazać się dodatkowe badania lekarskie lub zaświadczenia o ukończeniu specjalistycznych kursów.

Kwalifikacje:
eksploatacja środków transportu drogowego.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 1 im. Józefa Psarskiego w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Lakiernik

Lakiernik przygotowuje powierzchnie wyrobu do naniesienia powłok lakierniczych, nanosi powłoki lakiernicze.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w wytwórniach samochodów i innych pojazdów, fabrykach lotniczych, stoczniach, przedsiębiorstwach przemysłu drzewnego i metalowego, budowlanych oraz instalacyjno-remontowych. Możesz prowadzić własną firmę wykonującą usługi lakiernicze.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach z grupy branży mechanicznej. Będziesz musiał stale uzupełniać wiedzę na temat nowych technologii, lakierów i materiałów pomocniczych.

Kwalifikacje:
wykonywanie prac lakierniczych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

OBSZAR ROLNICZO – LEŚNY Z OCHRONĄ ŚRODOWISKA

- Technik papiernictwa
- Technik weterynarii
- Technik architektury krajobrazu
- Technik agrobiznesu
- Rolnik

Zawód: Technik papiernictwa

Technik papiernictwa:
prowadzi i kontroluje produkcję mas włóknistych, wytwarzanie i przetwarzanie wytworów papierniczych.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach wytwarzających papier, przetwórstwa papierniczego, laboratoriach i magazynach produktów przetwórstwa papierniczego, przedsiębiorstwach produkujących materiały biurowe. Wskazane są uprawnienia do obsługi maszyn i urządzeń elektroenergetycznych do 1 kV.

Kariera edukacyjna:
wskazana jest umiejętność obsługi komputera.

Kwalifikacje:
produkcja mas włóknistych i wytworów papierniczych; przetwórstwo wytworów papierniczych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik weterynarii

Technik weterynarii:
wykonuje czynności pomocnicze w zakresie usług weterynaryjnych i realizacji zadań Inspekcji Weterynaryjnej; prowadzi chów, hodowlę i inseminację zwierząt.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: ogrodnik, technik ogrodnik, pszczelarz, technik pszczelarz, rolnik, technik rolnik, technik architektury krajobrazu, technik hodowca koni, rybak śródlądowy, technik rybactwa śródlądowego. Naukę możesz kontynuować na różnych kierunkach studiów: medycyna, weterynaria, zootechnika, rolnictwo, prawo, historia, dziennikarstwo, wychowanie fizyczne, ekonomia, technologia żywności i inne.

Kariera zawodowa:
podstawowym miejscem pracy jest lecznica dla zwierząt. Poza gabinetami lekarskimi możesz pracować na stanowiskach lokalnych inspektorów weterynarii (np. wojewódzkich), a także w stacjach sanitarno-epidemiologicznych.

Kwalifikacje:
prowadzenie chowu i inseminacji zwierząt; wykonywanie czynności pomocniczych w zakresie usług weterynaryjnych oraz kontroli i nadzoru weterynaryjnego.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołece.

Zawód: Technik architektury krajobrazu

Technik architektury krajobrazu
inwentaryzuje i opracowuje elementy terenów zieleni na potrzeby projektów zagospodarowania obszarów zurbanizowanych i niezurbanizowanych. Planuje, organizuje i wykonuje prace z zakresu urządzania, pielęgnacji i konserwacji terenów zieleni.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: ogrodnik, technik ogrodnik, pszczelarz, technik pszczelarz, rolnik, technik rolnik, technik hodowca koni, operator maszyn leśnych, technik leśnik, rybak śródlądowy, technik rybactwa śródlądowego, technik weterynarii. Warto rozwijać zainteresowania ekologią i uzdolnienia artystyczne.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach pod nadzorem, których znajdują się tereny zieleni. Możesz być także zatrudniony w pracowniach projektujących tereny zieleni, w gminnych wydziałach architektury.

Kwalifikacje:
projektowanie, urządzanie i pielęgnacja roślinnych obiektów architektury krajobrazu; organizacja prac związanych z budową oraz konserwacją obiektów małej architektury krajobrazu.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Technik agrobiznesu

Technik agrobiznesu
organizuje i wykonuje prace związane z produkcją rolną, obsługuje pojazdy, maszyny, urządzenia, organizuje prace związane z przetwórstwem spożywczym, dystrybucją i sprzedażą produktów rolnych, prowadzi działania marketingowe.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach produkcji lub przetwórstwa żywności.

Kwalifikacje:
prowadzenie produkcji rolniczej; organizacja i prowadzenie przedsiębiorstwa w agrobiznesie.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: ogrodnik, technik ogrodnik, pszczelarz, technik pszczelarz, rolnik, technik rolnik, technik architektury krajobrazu, technik hodowca koni, operator maszyn leśnych, technik leśnik, rybak śródlądowy, technik rybactwa śródlądowego, technik weterynarii, jeździec, mechanik – operator pojazdów i maszyn rolniczych, technik mechanizacji rolnictwa i agrotroniki. Przydatna jest wiedza i umiejętności z pogranicza ekonomii, rolnictwa, marketingu, zarządzania, finansów i rachunkowości oraz prawa. Wskazana jest umiejętność obsługi komputera i znajomość języków obcych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 3 im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Ostrołęce.

Zawód: Rolnik

Rolnik prowadzi produkcję roślinną i zwierzęcą z wykorzystaniem środków technicznych oraz z zastosowaniem rachunku ekonomicznego.

Kariera zawodowa:
możesz prowadzić indywidualne gospodarstwo rolne, gospodarstwo ekologiczne lub agroturystyczne. Pracę znajdziesz także w rolniczych przedsiębiorstwach produkcyjnych i usługowych.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik rolnik oraz technik agrobiznesu. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: ogrodnik, technik ogrodnik, pszczelarz, technik pszczelarz, technik rolnik, technik architektury krajobrazu, technik hodowca koni, rybak śródlądowy, technik rybactwa śródlądowego, technik weterynarii. W pracy przydatne są uzdolnienia techniczne pozwalające na obsługę, konserwację i drobne naprawy pojazdów, maszyn i sprzętu używanego w gospodarstwie rolnym.

Kwalifikacje:
prowadzenie produkcji rolniczej.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

OBSZAR TURYSTYCZNO - GASTRONOMICZNY

- **Technik hotelarstwa**
- **Technik obsługi turystycznej**
- **Technik żywienia i usług gastronomicznych**
- **Technik technologii żywności**
- **Kelner**
- **Kucharz**
- **Piekarz**
- **Wędliniarz**

Zawód: Technik hotelarstwa

Hotelarz to zawód polegający na zorganizowaniu i udzieleniu gościny - zapewnieniu zakwaterowania, wyżywienia i usług z tym związanych na odpowiednim poziomie. Hotelarz ustala zestaw oferowanych usług hotelarskich, sposób ich świadczenia oraz opracowuje politykę handlową. Współpracuje z innymi instytucjami oferującymi usługi hotelarskie oraz zbiera opinie o preferencjach klientów, analizuje oferty konkurencji i na bieżąco obserwuje rynek hotelarski.

Kariera edukacyjna:
wymagana jest biegła znajomość języków obcych. Wskazana umiejętność obsługi komputera oraz nowoczesnego sprzętu biurowego. Zawód hotelarza daje wiele satysfakcji, ale wymaga od pracowników predyspozycji i kwalifikacji zawodowych, wiedzy i umiejętności, a także wysokiego morale i kultury osobistej. Niezbędna jest też dokładność oraz zdolność do koncentracji.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach hotelarskich, ośrodkach wypoczynkowych, zakładach uzdrowiskowych, pensjonatach, zajazdach, gościńcach, schroniskach, kwaterach prywatnych, a także w bazach ruchomych: promowej, żeglugowej, kolejowej, lotniczej, w hotelach, seatelach, flaytelach i innych instytucjach posiadających bazę noclegową. Możesz być zatrudniony w organach administracji samorządowej zajmujących się usługami hotelarskimi, a także w branżowych organizacjach i stowarzyszeniach. Możesz prowadzić własną działalność gospodarczą.

Kwalifikacje:
planowanie i realizacja usług w recepcji; obsługa gości w obiekcie świadczącym usługi hotelarskie.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Technik obsługi turystycznej

Technik obsługi turystycznej ustala, koordynuje i nadzoruje realizację obsługi turystycznej, zna wszelkie walory i atrakcje turystyczne Polski i świata, które w połączeniu ze znajomością zawodowego słownictwa języka obcego oraz zakresu usług świadczonych przez biura podróży pozwoli mu na profesjonalną obsługę klienta; prowadzi prace związane z planowaniem, organizacją, rozwojem, informacją i promocją turystyki w organach administracji rządowej, samorządowej oraz w branżowych organizacjach i stowarzyszeniach.

Kariera edukacyjna:
w tym zawodzie wymagane jest biegłe posługiwanie się językiem obcym w mowie i piśmie. Wskazane jest posiadanie prawa jazdy. Ponadto osoba taka powinna być: zorganizowana, otwarta, łatwo nawiązująca kontakty, gotowa, by dużo się przemieszczać w pracy lub nawet pracować za granicą. Umiejąca koordynować kilka spraw dziejących się w różnych miejscach.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w biurach podróży, agencjach turystycznych, ośrodkach informacji turystycznej, organach administracji samorządowej zajmujących się organizacją i promocją turystyki, ośrodkach wczasowych, jako animator czasu wolnego, działach socjalnych w zakładach pracy. Możesz prowadzić własną działalność gospodarczą w zakresie świadczenia usług turystycznych. Możesz ukończyć kurs pilota wycieczek zagranicznych.

Kwalifikacje:
planowanie i realizacja imprez i usług turystycznych; prowadzenie informacji turystycznej oraz sprzedaż usług turystycznych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Technik żywienia i usług gastronomicznych

Technik żywienia i usług gastronomicznych
dba o właściwe bezpieczeństwo zdrowotne sporządzanych potraw i napojów, przestrzegając procedur obowiązujących w gastronomii, a także zasad racjonalnego żywienia; stale aktualizuje swoją wiedzę i doskonali umiejętności zawodowe, szczególnie w zakresie towaroznawstwa żywności i nowych technologii stosowanych w gastronomii; obsługuje programy komputerowe do prowadzenia gospodarki magazynowej i do rejestrowania zamówień kelnerskich. Może sporządzać potrawy dietetyczne oraz regionalne i z kuchni innych narodów.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodzie kelner. Pożądane są zdolności plastyczne, zwłaszcza w zakresie rysunku dekoracyjnego. Zawód ten wymaga specyficznych predyspozycji oraz kompetencji społecznych, szczególnie wysokiej odporności na stres i dużego obciążenia pracą fizyczną, odpowiedzialności i rzetelności, zdolności do współpracy w grupie oraz kreatywności.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w placówkach żywienia zbiorowego: barach, restauracjach, stołówkach, pizzeriach, cukierniach, lodziarniach, przedszkolach, stołówkach, internatach, hotelach, domach wczasowych, pensjonatach. Możesz prowadzić własną firmę,

Kwalifikacje:
sporządzanie potraw i napojów; organizacja żywienia i usług gastronomicznych.

Gdzie do szkoły?:
Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Technik technologii żywności (specjalność: cukiernik i wędliniarz)

Technik technologii żywności
organizuje i nadzoruje procesy wytwarzania produktów spożywczych oraz produkcji żywności, kontroluje przebieg procesów technologicznych w przetwórstwie spożywczym, obsługuje maszyny i urządzenia. Praca odbywa się w halach produkcyjnych, magazynach, chłodniach, laboratoriach, pomieszczeniach biurowych i czasami na wolnym powietrzu.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: operator maszyn i urządzeń przemysłu spożywczego, piekarz, cukiernik, wędliniarz, technik przetwórstwa mleczarskiego, przetwórstwa ryb. Kandydat ubiegający się o pracę powinien być: zorganizowany, otwarty, zaradny w nieprzewidzianych sytuacjach. Ponadto powinien radzić sobie z negatywnymi emocjami, zarówno swoimi jak i innych, łatwo nawiązywać kontakty.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach produkcyjnych przetwórstwa spożywczego, w instytucjach prowadzących badanie i ocenę żywności, placówkach zajmujących się przechowaniem i handlem żywnością. Możesz samodzielnie prowadzić działalność gospodarczą.

Kwalifikacje:
produkcja wyrobów cukierniczych; produkcja wyrobów mięsnych i tłuszczowych.
Kwalifikacja wspólna: organizacja i nadzorowanie produkcji wyrobów spożywczych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Kelner

Kelner zajmuje się kompleksową obsługą konsumenta w zakładach gastronomicznych oraz prowadzi dokumentację sprzedaży i rozliczenia kelnerskie, serwuje potrawy i napoje; przygotowuje sale konsumpcyjną do obsługi kelnerskiej, nakrywa stoły z uwzględnieniem pory dnia i składanego zamówienia oraz z wykorzystaniem elementów dekoracyjnych (np. kompozycje kwiatowe); udziela konsumentowi informacji dotyczących jadłospisów, wartości odżywczych potraw i technologii ich przyrządzania; doradza odpowiedni asortyment potraw i napojów w zależności od wymagań dietetycznych, przyzwyczajeń i specyfiki kuchni.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: technik żywienia i usług gastronomicznych. Kandydat ubiegający się o stanowisko kelnera powinien znać języki obce, a przynajmniej jeden biegle w mowie i piśmie, co przydaje mu się w kontaktach z klientem cudzoziemcem. Dobrze jest, jeśli zna kilka podstawowych zwrotów w wielu językach. Ponadto powinien być: komunikatywny, posiadać wysoką kulturę osobistą, dyskretny i uczciwy, subtelny, mieć poczucie humoru.

Kariera zawodowa:
kelner może być zatrudniony w restauracji, kawiarni, barze lub pubie. Lokale te są placówkami samodzielnymi lub wchodzą w skład innej placówki np. hotelu, teatru. Kelnerzy mogą także pracować dla firm cateringowych.

Kwalifikacje:
wykonywanie usług kelnerskich;
organizacja usług gastronomicznych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Cukiernik

Cukiernik produkuje wyroby cukiernicze; przygotowuje różne nadzienia do ciast takie, jak kremy, polewy, galaretki; wypieka lub smaży ciasta.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym w zawodzie technik technologii żywności. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: operator maszyn i urządzeń przemysłu spożywczego.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w przedsiębiorstwach wytwarzających artykuły cukiernicze, ciasta, wyroby czekoladowe, lody, pieczywo. Możesz pracować w barach, restauracjach przy wykonywaniu deserów lub założyć własną działalność gospodarczą.

Kwalifikacje:
produkcja wyrobów cukierniczych.

Gdzie do szkoły?:
Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

Zawód: Kucharz

Kucharz zajmuje się przyrządzaniem różnego rodzaju potraw, dań, przekąsek, a nawet ciast i deserów. Kucharz pracujący na stanowisku szefa kuchni kieruje zespołem ludzi pracujących w kuchni. Jego zadaniem jest zapewnienie sprawnej organizacji funkcjonowania kuchni oraz odpowiedniej jakości podawanych potraw. W codziennej pracy realizuje on konkretne zamówienia wybrane z karty dań.

Kariera zawodowa:
typowymi miejscami pracy kucharza są wszelkiego rodzaju podmioty gospodarcze zajmujące się prowadzeniem działalności gastronomicznej, restauracje, kawiarnie, hotele, zakłady gastronomiczne, bary szybkiej obsługi, punkty małej gastronomii, jadłodajnie, gospody, zajazdy, szpitale, sanatoria, domy wypoczynkowe, szkoły, przedszkola, internaty, stołówki prowadzone przez zakłady pracy. Kucharz może być zatrudniony również w przedsiębiorstwach zajmujących się produkcją wyrobów i półproduktów spożywczych. W wyniku zdobytego doświadczenia może awansować na stanowisko szefa kuchni.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kursie kwalifikacyjnym dla zawodu technik żywienia i usług gastronomicznych. Przydatne są uzdolnienia plastyczne, które wykorzystuje się przy projektowaniu rozmieszczania potraw na półmiskach czy dekorowaniu różnorodnych wyrobów kulinarnych. Warto rozwijać swoją wiedzę z zakresu dietetyki i zdrowej żywności.

Kwalifikacje:
sporządzanie potraw i napojów.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Piekarz

Piekarz produkuje wyroby piekarskie używając odpowiednich maszyn, urządzeń i sprzętu; przygotowuje ciasta na różne rodzaje pieczywa; magazynuje surowce piekarskie; obsługuje maszyny i urządzenia występujące w piekarniach.

Kariera edukacyjna:
możesz kontynuować naukę na kwalifikacyjnym kursie dla zawodu technik technologii żywności. Podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: operator maszyn i urządzeń przemysłu spożywczego, cukiernik, wędliniarz, technik technologii żywności, technik przetwórstwa mleczarskiego.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w zakładach piekarskich, cukierniach, zakładach gastronomicznych. Możesz prowadzić własną piekarnię.

Kwalifikacje:
produkcja wyrobów piekarskich.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

Zawód: Wędliniarz

Wędliniarz przeprowadza rozbiór i wykrawanie mięsa zwierząt rzeźnych; magazynuje i przygotowuje do dystrybucji mięso; produkuje, przygotowuje do dystrybucji i magazynuje przetwory mięsne i tłuszczowe.

Kariera edukacyjna:
podobne umiejętności mogą być przydatne także w zawodach: operator maszyn i urządzeń przemysłu spożywczego, cukiernik, piekarz, technik technologii żywności, technik przetwórstwa mleczarskiego. Możesz kontynuować naukę na kwalifikacyjnym kursie dla zawodu technik technologii żywności.

Kariera zawodowa:
pracę znajdziesz w ubojniach i zakładach mięsnych, gastronomicznych i sklepach. Możesz także prowadzić własną firmę przetwórstwa mięsa.

Kwalifikacje:
produkcja przetworów mięsnych i tłuszczowych.

Gdzie do szkoły?:

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 2 im. 5 Pułku Ułanów Zasławskich w Ostrołęce.

- Zespół Szkół Zawodowych Nr 4 im. Adama Chętnika w Ostrołęce.

CENTRUM KSZTAŁCENIA PRAKTYCZNEGO W OSTROŁĘCE
OFERTA SZKOLENIOWA 2018r.

Oferujemy kształcenie praktyczne dla uczniów szkół dziennych z Ostrołęki i powiatu ostrołęckiego oraz kształcenie osób dorosłych w ramach KWALIFIKACYJNYCH KURSÓW ZAWODOWYCH (KKZ)

PROWADZIMY KSZTAŁCENIE W NASTĘPUJĄCYCH ZAWODACH

Technik elektryk
Elektryk
- zajęcia praktyczne dla uczniów.
Kwalifikacyjne kursy zawodowe dla dorosłych:
– montaż uruchamianie i konserwacja instalacji, maszyn i urządzeń elektrycznych,
– eksploatacja maszyn, urządzeń i instalacji elektrycznych.

Technik mechanik
Ślusarz
Mechanik maszyn i urządzeń
Operator obrabiarek skrawających
- zajęcia praktyczne dla uczniów.
Kwalifikacyjne kursy zawodowe dla dorosłych:
– montaż i obsługa maszyn i urządzeń,
– użytkowanie obrabiarek skrawających,
– wykonywanie i naprawa elementów maszyn, urządzeń i narzędzi,
– organizacja i nadzorowanie procesów produkcji maszyn i urządzeń.

Technik pojazdów samochodowych
Elektromechanik pojazdów samochodowych
Mechanik pojazdów samochodowych
- zajęcia praktyczne dla uczniów.
Kwalifikacyjne kursy zawodowe dla dorosłych:
- obsługa, diagnozowanie oraz naprawa elektrycznych i elektronicznych układów pojazdów samochodowych,
– diagnozowanie i naprawa podzespołów i zespołów pojazdów samochodowych,
- organizacja i prowadzenie procesu obsługi pojazdów samochodowych.

Praktyczna nauka jazdy
w ramach programu nauczania.
Kategorie: B; T; C; C+E

VI. CZEGO OCZEKUJE OD CIEBIE PRACODAWCA?

PROFIL DOBREGO PRACOWNIKA

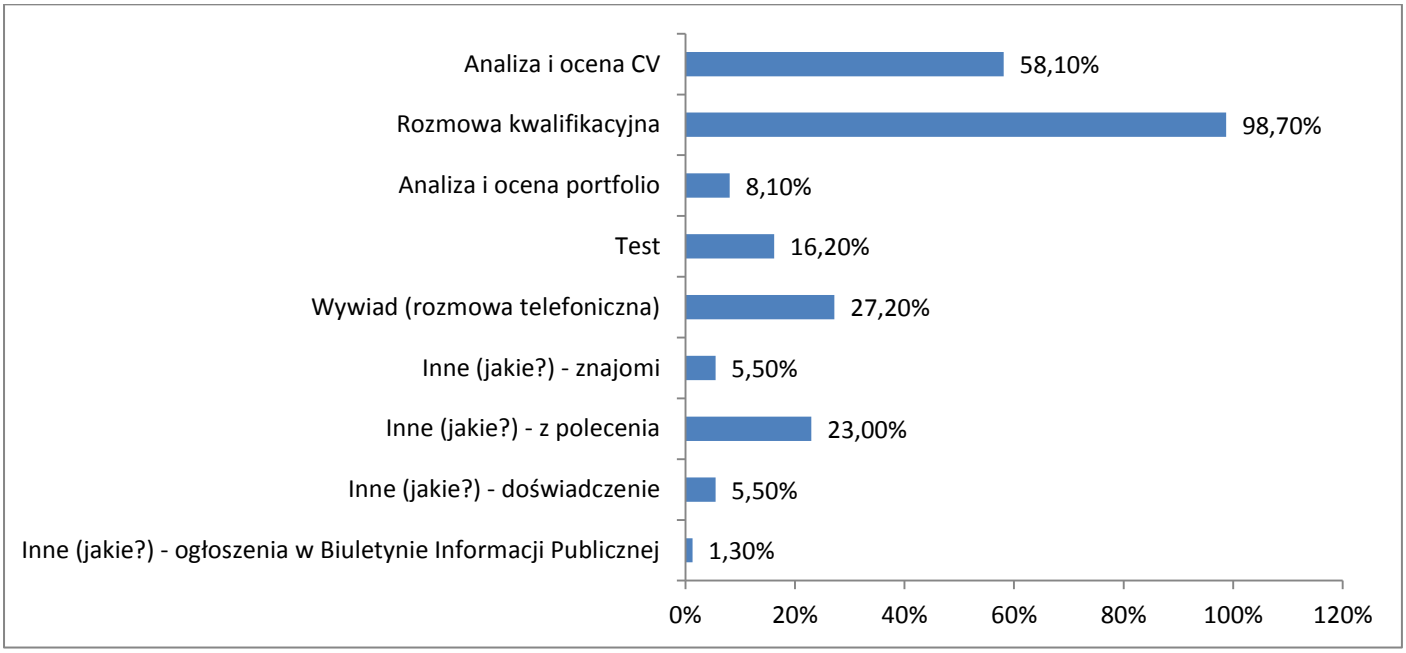
Profil dobrego pracownika

W podrozdziale tym prezentujemy wyniki badania sondażowego przeprowadzonego za pomocą kwestionariusza ankiety skierowanego do Przedsiębiorców. Jego celem było pozyskanie informacji od Pracodawców na temat ich oczekiwań wobec absolwentów szkół ponadpodstawowych w Ostrołęce przygotowujących się do wejścia na lokalny rynek pracy.

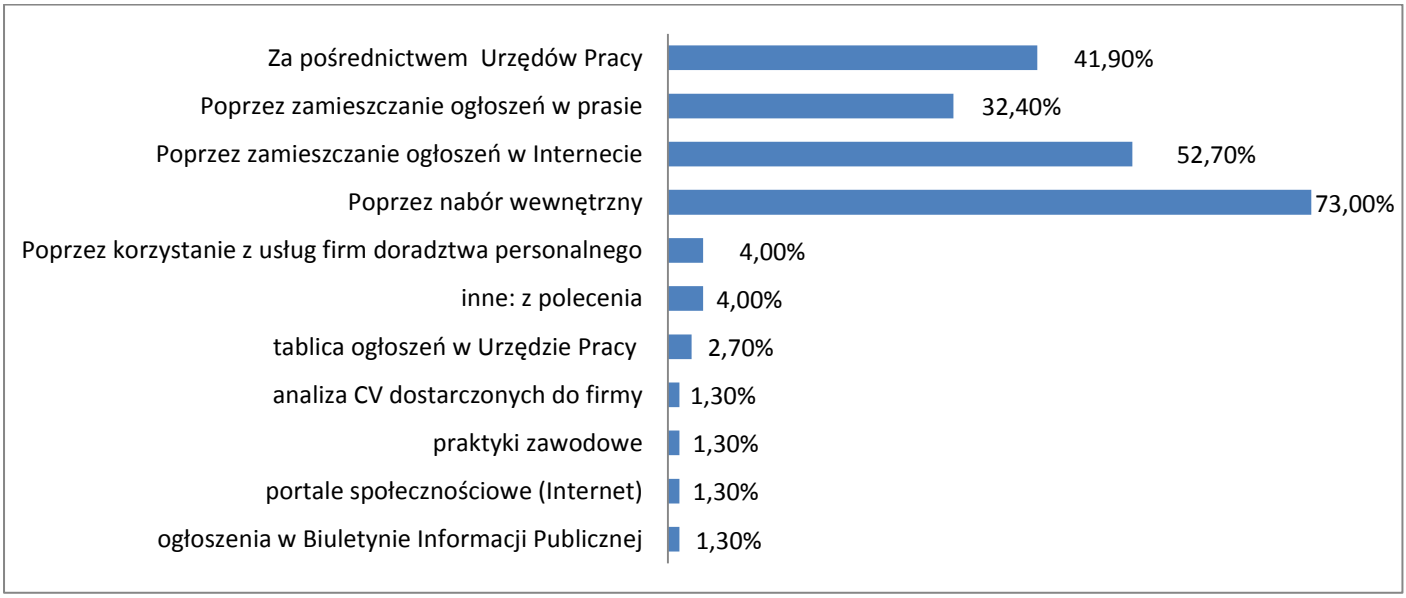
1. W jakich zawodach w swojej firmie planuje Pan(i) nowe zatrudnienia?

TECHNIKA	SZKOŁY BRANŻOWE I STOPNIA
Doradca klienta	Cieśla
Elektromechanik (w tym samochodowy)	Cukiernik
Elektronik samochodowy	Fryzjer
Elektryk (w tym samochodowy)	Kelner
Geodeta	Kierowca autobusu
Handlowiec - sprzedawca	Kierowca kat. C+E
Informatyk	Kucharz
Konsultant ds. turystyki (organizator)	Lakiernik samochodowy
Kierownik wycieczek	Magazynier
Lekarz weterynarii	Mechanik (w tym pojazdów samochodowych)
Logistyk	Mechanik maszyn, urządzeń i pojazdów rolniczych
Mechatronik	Monter instalacji i urządzeń sanitarnych
Nauczyciel zajęć praktycznych	Monter, konserwator sieci wodociągowo-kanalizacyjnych
Obsługa biurowa	Monter instalacji przemysłowych
Operator maszyn CNC	Monter instalacji wentylacyjnych
Operator sprzętu budowlanego (koparki)	Monter rurociągów
Operator urządzeń oczyszczalni ścieków	Piekarz
Operator urządzeń uzdatniania wody	Pomoc kuchenna
Pracownik administracyjny (biurowy)	Pracownik produkcji
Pracownik działu kas	Spawacz
Pracownik kancelaryjny	Sprzedawca – kasjer
Pracownik obsługi klienta	Tokarz
Pracownik do spraw ubezpieczeń	Zbrojarz
Projektant zagospodarowania ogrodów	
Recepcjonista	
Specjalista ds. turystyki	
Spedytor	
Technik obsługi ruchu turystycznego	
Technik prac biurowych	
Technik usług kosmetycznych (kosmetyczka)	
Technik weterynarii	
Teleinformatyk	
Urzędnik	

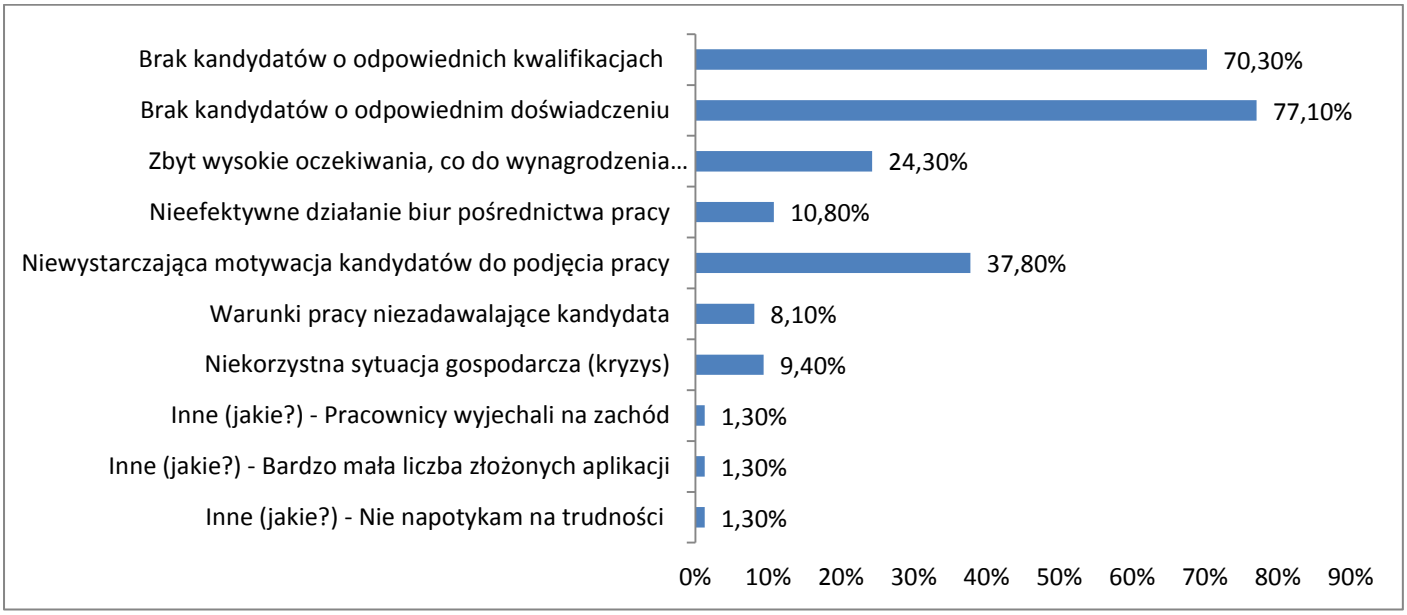
2. Na jakiej podstawie odbywa się nabór potencjalnych pracowników do Pana(i) firmy?



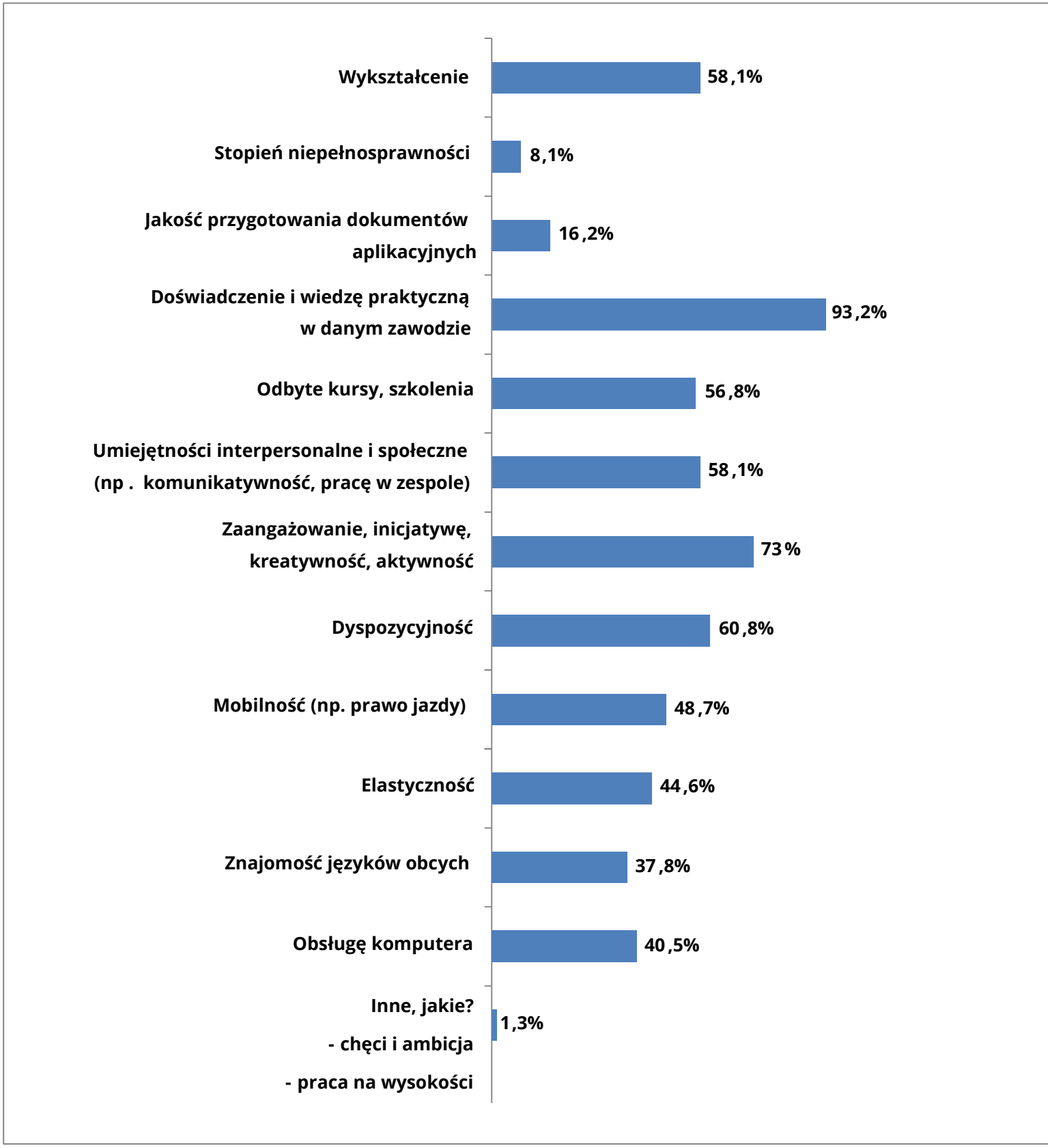
3. Za pomocą, jakich metod poszukuje Pan(i) potencjalnych pracowników?



4. Na jakie trudności napotyka Pan(i) w procesie naboru nowych pracowników?



5. **Na co zwraca Pan(i) uwagę w procesie rekrutacji nowych pracowników?**



6. **Jakie są główne Pana(i) oczekiwania wobec osób ubiegających się o stanowisko pracy w Pana(i) firmie?**

Lp.	Oczekiwania		Wskaźnik w %	
1.	Obsługa komputera		47,3%	
2.	Obsługa urządzeń biurowych		36,5%	
3.	Znajomość języków obcych	j. angielski	20,2%	22,8%
		j. niemiecki	1,3%	
		j. rosyjski	1,3%	
4.	Prawo jazdy		63,5%	
5.	Umiejętność funkcjonowania w otoczeniu międzynarodowym		16,4%	
6.	Zarządzanie wiedzą oraz infobrokerstwo (autoryzacja, pozyskiwanie oraz udostępnianie informacji)		5,4%	
7.	Znajomość technologii informatycznych i mobilnych		25,7%	
8.	Wiedza na temat ochrony własności intelektualnej		13,5%	
9.	Praca w zespole		100,0%	
10.	Komunikacja interpersonalna, autoprezentacja		59,4%	
11.	Kreatywność i przedsiębiorczość		70,2%	
12.	Mobilność, elastyczność		58,1%	
13.	Dyspozycyjność		67,6%	
14.	Inne	pracowitość, chęć rozwoju i ambicje	1,3%	
		znajomość rysunku technicznego	1,3%	
		zaangażowanie	1,3%	

Gdzie znaleźć informacje o oczekiwaniach pracodawców w stosunku do pracowników na danym stanowisku? – podsumowanie:

1) poproś pedagoga czy wychowawcę, aby zorganizował spotkania z osobami wykonującymi zawody, które interesują Ciebie i Twoich rówieśników;

2) zgłoś swojemu wychowawcy pomysł zorganizowania wycieczki do firmy, która zatrudnia osoby na interesujących Ciebie oraz Twoje koleżanki i kolegów stanowiskach;

3) wybierz się do instytucji, które zajmują się gromadzeniem i udostępnianiem zbiorów informacji zawodowej;

4) czytaj czasopisma młodzieżowe, w których można znaleźć opisy zawodów;

5) zajrzyj na przykładowe strony internetowe:

- www.koweziu.edu.pl
- www.psz.praca.gov.pl
- www.perspektywy.pl
- www.kluczdokariery.pl
- www.ohp.pl
- www.uczelnie.info.pl

6) odwiedzaj strony internetowe szkół, zawodowych (zasadniczych szkół zawodowych, szkół branżowych i techników);

7) jeśli szkoły średnie, zawodowe znajdujące się w Twojej okolicy, firmy lub instytucje organizują konkursy czy quizy związane z wiedzą o zawodach, to weź w nich udział. Będziesz mieć dobry trening w pozyskiwaniu informacji zawodowej;

8) rozmawiaj z rodziną, znajomymi o zawodach, które wykonują;

9) jeśli masz możliwość, uczestnicz w targach edukacyjnych lub targach pracy;

10) weź udział w drzwiach otwartych, akcjach promocyjnych szkół średnich, zawodowych,

11) sięgaj do informatorów szkolnych, broszur i ulotek;

12) korzystaj z mediów, w których są filmy i reportaże powiązane tematycznie;

13) odwiedzaj strony z katalogami zawodów;

14) bądź testami pomagającymi wybrać;

15) określony zawód;

16) wykorzystuj tzw. pocztę pantoflową.

VII. OFERTA PRACODAWCÓW

Grupa Energa
to możliwość
rozwoju młodzieży
Wspieramy kształcenie wykwalifikowanych kadr.
Energa Elektrownie Ostrołęka współpracuje
z lokalnymi szkołami. W nowym roku szkolnym
na uczniów będą czekać klasy zawodowe
z doposażonymi salami, a w przyszłości
atrakcyjne miejsca pracy.
www.energaostroleka.pl
Energa

www.ledin.pl

Preferowane zawody:

- **handlowiec**
- **specjalista ds. eksportu**
  (wymagana biegła znajomość w mowie i piśmie jednego z języków obcych FR, DE, IT, NL, ES)
- **specjalista ds. e-commerce**
- **specjalista ds. marketingu**
- **serwisant - elektronik**

LEDIN Sp. z o.o. Sp.k.
Kołobrzeska 15/B
07-410 Ostrołęka

☎ +48 29 764 77 00
✉ rekrutacja@ledin.pl

Kwant
hurtownie elektryczne

Obecnie zatrudniamy na stanowiska:

- Analityk,
- Specjalista ds. sprzedaży,
- Księgowy,
- Informatyk,
- Magazynier.

Kwant Hurtownie Elektryczne Sp. z o.o.
ul. Lokalna 5, 07-410 Ostrołęka
www.kwant.net.pl

Agromasz

ZATRUDNIMY NA STANOWISKO

MECHANIK

SPRZEDAWCA

MAGAZYNIER

SPECJALISTA DO SPRAW KSIĘGOWOŚCI

07-411 Rzekuń, ul. Kolonia 1A, biuro@agromasz.pl, www.agromasz.pl
tel./fax 29 761 75 39, 29 761 75 40, tel. 29 761 04 12, 29 761 75 60

THE RENEWABLE MATERIALS COMPANY

Dołącz do nas, by zmieniać świat.
Ty także się zmienisz.

Poszukujemy pracowników na stanowiska:
- pracownik produkcji, operator maszyn
- mechanik, elektryk, automatyk
- pracownik administracyjny m.in. księgowości
- handlowiec
- pracownik obsługi klienta
- pracownik logistyki - magazynier, spedytor

You are the opportunity.
Dołącz do nas. storaenso.com/careers
Stora Enso
Division Packaging Solutions
Aleja Wojska Polskiego 21
07-401 Ostrołęka
tel.: +48 29 76 40 790
e-mail: Rekrutacja.SE.Narew@storaenso.com

storaenso

KORONA HOTEL

Zatrudniamy w zawodach...

Recepcjonista ◆ Pracownik administracyjny ◆ Kelner
Kucharz ◆ Cukiernik ◆ Pracownik służby pięter
Kosmetolog

Kontakt:
E-mail: biuro@korona-hotel.pl, Tel: 29 764 70 03
Adres: ul. Nowowiejska 39, 07-415 Kruki

★ ★ ★

Augustyniak

Kuchnia NR 1 w Ostrołęce

Firma Augustyniak oferuje pięć klimatyzowanych sal, na których można zorganizować:

★wesela ★rocznice ★pożegnania ★szkolenia
★chrzciny ★imieniny emerytalne ★bale
★komunie ★urodziny ★konferencje zakładowe

CHCESZ U NAS PRACOWAĆ?

ZATRUDNIAMY W ZAWODACH:
★ KUCHARZ ★ KELNER
★ RECEPCJONISTA

POLUB NAS NA FACEBOOK'U /RestauracjaAugustyniak

PENSJONAT
ul. Krańcowa 1 B
Ostrołęka
29 767 40 19
608 578 883

RESTAURACJA CATERING
ul. Graniczna 15 • Ostrołęka
29 767 40 19
604 565 912
biuro@augustyniak.com.pl

★ Bistro ★
ul. Witosa 10
Ostrołęka
533 835 735

www.augustyniak.com.pl

CENTRUM TARGOWA
SAMSEL i SYN

Zatrudniamy w zawodach...

Sprzedawca • Kasjer • Magazynier
Kierowca • Krawiec • Operator wózka widłowego
Pracownik administracyjny

Kontakt:
E-mail: biuro@centrumtargowa.pl, Tel: 29 769 36 82
Adres: ul. Targowa 8, 07-410 Ostrołęka

POSTAW NA ROZWÓJ i KARIERĘ!

PEKPOL Ostrołęka

STABILNE ZATRUDNIENIE OD DZIŚ

OFERUJEMY:
- PRACĘ W FIRMIE O UGRUNTOWANEJ POZYCJI NA RYNKU
- STABILNE WARUNKI ZATRUDNIENIA
- KOMPLEKSOWE SZKOLENIA
- MOŻLIWOŚĆ PODNOSZENIA KWALIFIKACJI I ROZWOJU ZAWODOWEGO

ZATRUDNIMY NA STANOWISKACH:
- WĘDLINIARZ
- WAGOWY/PAKOWACZ
- MAGAZYNIER
- OPERATOR MASZYN DO PAKOWANIA
- ELEKTROMECHANIK
- KIEROWCA KAT. B i C

Zakłady Mięsne "PEKPOL Ostrołęka" S.A.
Ławy, Przemysłowa 31, 07-410 Ostrołęka
tel.: 29 764 13 03
e-mail: biuro@pekpol.pl
facebook.com/PekpolSA
www.pekpol.pl

Melvit

Dołącz do zespołu!

Poszukujemy pracowników na stanowiska:

- Automatyk
- Operator maszyn pakujących
- Kontroler jakości - Technolog żywienia
- Laborant
- Operator wózka widłowego
- Logistyk
- Handlowiec
- Księgowy
- Młynarz
- Piekarz

Kruki, ul. Nowowiejska 35, 07-415 Olszewo Borki

Ostrołęckie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji Sp. z o.o. zajmuje się ujmowaniem, uzdatnianiem i dostarczeniem wody do mieszkańców Ostrołęki oraz odbiorem i oczyszczaniem ścieków.

Zatrudniamy pracowników - fachowców w swojej branży na stanowiskach:

- operator urządzeń oczyszczalni ścieków,
- operator urządzeń stacji uzdatniania wody,
- monter, konserwator sieci wodociągowo-kanalizacyjnej,
- laborant,
- kierowca samochodu specjalnego,
- operator koparki,
- elektryk

ul. Kurpiowska 21
07-410 Ostrołęka
tel. 29 760 32 31
www.opwik.pl
sekretariat@opwik.pl

PPHU ROMEX

STACJA PALIW
RESTAURACJA
MYJNIA I PARKING TIR
STADNINA KONI

OLSZEWO-BORKI, UL.WARSZAWSKA 2
tel. 507 185 438

ZATRUDNIMY NA STANOWISKA:

Kierowca Ciągnika Siodłowego
Kierowca-mechanik
Mechanik pojazdów samochodowych
Elektromechanik pojazdów samochodowych
Elektryk samochodowy
Lakiernik samochodowy
Spawacz Spedytor Logistyk
Sprzedawca Kelner Kucharz

Szukasz pracy?
Dobrze trafiłeś! ALDO to dynamicznie rozwijająca się firma - systematycznie zwiększamy nasze zatrudnienie!

Co oferujemy?
Możliwość rozwoju zawodowego, stabilne zatrudnienie, współpracę z fajnymi ludźmi, szkolenia oraz nowoczesne narzędzia pracy.

Kogo zatrudniamy?

DZIAŁ MASZYN
- serwisanci / mechanicy
- przedstawiciele handlowi

TRANSPORT
- kierowcy C, C+E
- mechanicy

DZIAŁ PASZ
- doradcy żywieniowi
- sprzedawcy na mobilnych sklepach paszowych

fb.com/aldoagro | www.aldo.agro.pl

ALDO
TWÓJ PARTNER W BIZNESIE

SUROWE 116 gm. Czarnia
tel. 29 77 27 570 biuro@aldo.agro.pl

MYSZYNIEC ul. Prosta 1
tel. 29 77 21 980 myszyniec@aldo.agro.pl

SKLEP NARZĘDZIOWY

FIRMA HANDLOWA „LIDER" JAN FĄK I WSPÓLNICY SP.J.
ul. 11 Listopada 121 D, 07-410 Ostrołęka

LIDER

ZATRUDNIMY
4 PRACOWNIKÓW
MŁODOCIANYCH
(UCZNIÓW)
NA STANOWISKU
SPRZEDAWCA

tel. 29 760 20 70 • biuro@fh-lider.pl

---

prim MARKET

JEŚLI CHCESZ POŁĄCZYĆ MOŻLIWOŚĆ PRACY
Z NAUKĄ W SZKOLE, ZGŁOŚ SIĘ DO NAS!

ZDOBĄDŹ ZAWÓD

SPRZEDAWCA
MAGAZYNIER

OFERUJEMY:

- ✓ możliwość zdobycia doświadczenia w zawodzie w firmie będącej liderem w swojej branży
- ✓ płatne praktyki, elastyczny czas pracy
- ✓ możliwość zatrudnienia po odbyciu praktyk

Dane kontaktowe:
SPS HANDEL. SA, ul. Targowa 34, 07-410 Ostrołęka
tel. 29 760 25 61 *e-mail:* praca@spshandel.pl

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 roku o Ochronie Danych Osobowych; tekst jednolity: Dz. U. 2016 r. poz. 922).

Galeria Bursztynowa

Jeżeli poszukujesz pracy na stanowisku:
Doradca Klienta, Kasjer-sprzedawca
lub Hostessa, zachęcamy do składania CV bezpośrednio w punktach handlowych i usługowych, które znajdują się na terenie Galerii Bursztynowej i parku handlowego Bursztynowa Park.

KONTAKT
biuro@galeriabursztynowa.com.pl

/GaleriaBursztynowa
/galeria_bursztynowa

www.bursztynowa.pl

Be BEAUTY

Salon Fryzjerski Damsko - Męski

07 410 Ostrołęka
ul. A.E. Fieldorfa „NILA" 7a /2

tel 606 265 747

poszukujemy:
fryzjer damsko - męski
oraz
osoby do nauki zawodu

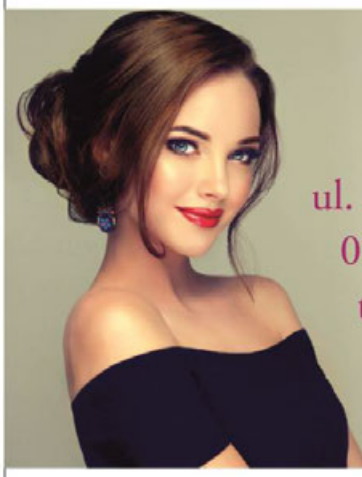
praca w miłym i doświadczonym zespole,
możliwość szkoleń oraz rozwoju

Salon Fryzjerski
DAMSKO-MĘSKI
"VENUS"
Beata Iwanowicz
Ostrołęka, ul. Stefana Okrzei 11
(osiedle Sienkiewicza)
tel. 509 184 424
Pn.-Pt. 9.00-19.00 Sob. 8.00-16.00

- strzyżenie damsko-męskie
- przedłużanie włosów
- prostowanie keratynowe
- Vacu Line - tuba odchudzająca
- solarium

Praktyki Uczniowskie

Zakład Fryzjerski
Dorota Gerwatowska



ul. Głowackiego 20
07-410 Ostrołęka
tel. 608 459 073

**PRZYJMUJEMY UCZNIÓW
ZE SZKÓŁ ZAWODOWYCH
NA PRAKTYCZNĄ NAUKĘ ZAWODU**

salon expert

Prestiżowa grupa salonów współpracujących z marką L'ORÉAL PROFESSIONNEL

Salon Fryzjersko-Kosmetyczny
Doris
Właściciel:
Dorota Mateuszczyk

ul. gen. J. Hallera 13
07-410 Ostrołęka
tel. 29 760 56 88

**PRZYJMUJEMY UCZNIÓW
ZE SZKÓŁ ZAWODOWYCH
NA PRAKTYCZNĄ NAUKĘ ZAWODU**

Beton Stal Ostrołęka

ZATRUDNIMY W ZAWODACH: Cieśla, Zbrojarz, Spawacz

Przedsiębiorstwo Budowy Elektrowni i Przemysłu
BETON-STAL OSTROŁĘKA Sp. z o.o.
ul. Elektryczna 5A, 07-401 Ostrołęka
Tel. 29 7691400, 29 7691259, fax 29 7691030
e-mail: betonstal.ostroleka.pl
www.betonstal.ostroleka.pl

Budownictwo:
- przemysłowe
- inżynieryjne
- mostowe
- ochrony środowiska
- użyteczności publicznej

oraz
- usługi zbrojarskie
- sprzedaż betonu
- prefabrykaty betonowe i żelbetowe
- wynajem szalunków

ISO 9001 ZETOM-CERT

RZETELNA Firma

URS

CITROËN

Citroën Ostrołęka
Koncesjonowany Salon i Serwis Citroena w Grabowie k. Ostrołęki
Okręgowa Stacja Kontroli Pojazdów

Jesteśmy prężnie rozwijającą się firmą działającą na rynku lokalnym i na terenie całej Polski od 2010 r. Bardzo dużą wagę przywiązujemy do jakości wykonywanych przez nas usług, starając się świadczyć pracę dla naszych Klientów na najwyższym poziomie.

Zatrudniamy pracowników na stanowiskach:
Mechanik samochodowy
Elektronik samochodowy
Diagnosta samochodowy
Doradca serwisowy
Doradca handlowy

Praca w naszym zespole umożliwia stałe podnoszenie kwalifikacji poprzez dostęp do szeregu specjalistycznych szkoleń i naukę świadczenia usług o bardzo wysokiej jakości. Zapewniamy też bardzo atrakcyjne wynagrodzenie.

Osoby zainteresowane dołączeniem do naszego zespołu serdecznie zapraszamy do współpracy:

Auto-Park sp. z o.o.
ul. Warszawska 45
07-415 Grabowo k. Ostrołęki
e-mail: autopark@citroen.ostroleka.pl
tel. 29 760 20 19.

TARGOR-TRUCK

adres: **ul. Przemysłowa 97, Ostrołęka tel. 29/765 41 00**

Funkcjonujemy na rynku transportowo-spedycyjnym od lat 70-tych, dzięki czemu zdobyliśmy wiedzę i doświadczenie.
Współpracujemy z szeroką gamą klientów z Polski i Europy.
Dynamiczny rozwój, profesjonalne zarządzanie zasobami, sprawia, że jesteśmy profesjonalnym, rzetelnym i sprawdzonym partnerem

Zatrudniamy pracowników w zawodach:

- Spedytor krajowy i międzynarodowy
- Kierowca kat. C + E w transporcie krajowym i międzynarodowym
- Mechanik samochodowy
- Elektryk samochodowy
- Blacharz samochodowy

>>> więcej o nas na stronie **www.targor-truck.pl** <<<

ap auto

Firma AP Auto Serwis Adam Pełtak
założona w 1989 r. szkoli uczniów
w zawodach:

mechanik samochodowy
blacharz samochodowy
lakiernik

Adres firmy:
ul. Leśna 20
07-416 Nowa Wieś

Kontakt:
Adam Pełtak 502 280 183
e-mail : serwis@apauto.pl

MIKO
Zmieniaj swoje otoczenie razem z nami!

Serwisujemy urządzenia przez pełen okres gwarancji oraz wykonujemy serwisy i naprawy pogwarancyjne.

Specjalizujemy się w kompleksowej obsłudze klimatyzacji, wentylacji i chłodnictwa.

Realizujemy zlecenia od początku do końca.

Potrzebujemy osób wykształconych w zawodach:
monter klimatyzacji
monter wentylacji
monter chłodnictwa

MIKO Michał Kupis
ul. Kołobrzeska 18A
07-410 Ostrołęka
Tel. 48 691 188 001
Email: biuro@miko-klima.pl

www.miko-klima.pl

"SPOŁEM" Powszechna Spółdzielnia Spożywców
w Ostrołęce

POSZUKUJEMY OSÓB WYKSZTAŁCONYCH
W ZAWODACH :

PIEKARZ

SPRZEDAWCA

Społem OSTROŁĘKA

110 LAT TRADYCJI

Adres:
ul. Skryta 15
07-410 Ostrołęka
tel: +48 (29) 764 48 03
e-mail: spolem_pss@o2.pl
www.ostroleka.spolem.org.pl

O firmie

MKW Suchecki Sp. z o.o. od roku 1984 z powodzeniem funkcjonuje w branży TSL na arenie międzynarodowej.

„Nie ma dla Nas rzeczy niemożliwych" - kierujemy się tą dewizą realizując zadania trasportowe.

Oferta

Z naszej strony gwarantujemy:

- Bogatą ofertę usług transportowo-spedycyjnych, dostosowaną do **Twoich potrzeb**, realizowaną przez kilkadziesiąt zestawów drogowych,
- Przewozy towarów na terenie **Europy i krajów trzecich**,
- Pojazdy spełniające najwyższe normy ekologiczne **Euro 5** oraz **Euro 6**,
- Realizację przewozów **pojazdami specjalistycznymi**,
- Transport towarów niebezpiecznych – **ADR**,
- Stałe monitorowanie Twojego ładunku za pomocą systemu **GPS**,
- Ubezpieczenie Odpowiedzialności Przewoźnika na kwotę **450 tys. euro** oraz Ubezpieczenie Odpowiedzialności Spedytora na kwotę **350 tys. euro,**
- Dyspozycyjność spedytorów **24/7**, przy współpracy z dużą grupą zaufanych przewoźników.

Zapraszamy do współpracy!

Mariusz Suchecki Kamil Suchecki Mieszko Suchecki

RUMET

Wacław Rudzik i Wspólnicy Sp.J.
ul. Gen. Z. Padlewskiego 86a
07-410 Ostrołęka

producent armatury sieci domowej,

elementów centralnego oraz podłogowego ogrzewania

25 LAT

dopracowane w każdym calu

www.rumet.pl

tel./fax: 0048 29 760-38-62
e-mail: rumet@rumet.pl

CHCESZ PRACOWAĆ W NASZEJ FIRMIE ?

POTRZEBUJEMY OSÓB WYKSZTAŁCONYCH W ZAWODACH:

VIII. JAK OSIĄGNĄĆ SWOJE CELE? ZAWODOWY DROGOWSKAZ

Gdy już zebrałeś informacje o własnych możliwościach, zawodach, rynku pracy, możesz podjąć decyzję o wyborze kariery zawodowej (kierunku kształcenia zawodowego). Poszukiwania możesz zobrazować w formie poniższej tabeli.

Moje możliwości		Wymagania zawodu 1	Wymagania zawodu 2	Wymagania zawodu 3
Wykształcenie				
Kursy, szkolenia				
Umiejętności				
Cechy charakteru				
Zainteresowania i zdolności				
Wartości i postawy				
Motywacja				
Stan zdrowia				
		Szanse na rynku pracy:	**Szanse na rynku pracy:**	**Szanse na rynku pracy:**
		Ile czasu trzeba się kształcić:	**Ile czasu trzeba się kształcić:**	**Ile czasu trzeba się kształcić:**

Źródło: Zakręcone kariery. Planowanie i zarządzanie karierą, cz.1, Wyd. Komenda Główna OHP, Warszawa 2016.

IX. OFERTA SAMORZĄDOWYCH LICEÓW OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH W OSTROŁĘCE

I Liceum Ogólnokształcące im. Generała Józefa Bema w Ostrołęce

Adres	**ul. Traugutta 1, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 760-20-51**
Adres strony internetowej	**www.lo1.ostroleka.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	1a	matematyka, fizyka, informatyka	j. angielski	j. niemiecki lub j. rosyjski
2.	1b	matematyka, geografia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki lub j. rosyjski
3.	1c	biologia, chemia	j. angielski	j. niemiecki
4.	1d	biologia, chemia, matematyka	j. angielski	j. francuski lub j. hiszpański
5.	1e	biologia, chemia, matematyka	j. angielski	j. niemiecki
6.	1f	j. polski, historia, j. angielski	j. angielski	j. francuski
7.	1g	historia, geografia, wos	j. angielski	j. hiszpański
8.	1h	matematyka, fizyka, j. angielski innowacja j. angielski w przedmiotach ścisłych	j. angielski	j. niemiecki

II Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana Kamila Norwida w Ostrołęce

Adres	**ul. Traugutta 2, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 764-47-13**
Adres strony internetowej	**www.lo2.ostroleka.edu.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	1a	matematyka, fizyka, informatyka	j. angielski	j. niemiecki
2.	1b	j. polski, historia, wos	j. angielski	j. niemiecki lub j. francuski
3.	1c	biologia, chemia, fizyka lub j. angielski (klasa objęta programem Szkoły Promocji Zdrowia)	j. angielski	j. niemiecki
4.	1d	matematyka, fizyka, informatyka	j. angielski	j. niemiecki lub j. francuski
5.	1e	matematyka, biologia, chemia	j. angielski	j. niemiecki
6.	1f	matematyka, j. angielski, fizyka lub geografia	j. angielski	j. niemiecki lub j. francuski
7.	1g	matematyka, geografia, wos lub informatyka	j. angielski	j. niemiecki lub j. francuski

III Liceum Ogólnokształcące w Ostrołęce

Adres	**ul. Ks. F. Blachnickiego 5, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 760-36-92**
Adres strony internetowej	**www.zs5.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	1A	matematyka, geografia lub j. polski, j. angielski	j. angielski (dodatkowo j. angielski w biznesie)	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
2.	1B	matematyka, fizyka, informatyka (w ramach przedmiotu uzupełniającego zajęcia z rysunku technicznego)	j. angielski	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
3.	1B1	matematyka, fizyka, informatyka lub j. angielski	j. angielski	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
4.	1C	biologia, chemia, matematyka	j. angielski	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
	1C1	biologia, geografia, j. angielski		
5.	1D	biologia, chemia (klasa uczestniczy w programie promocji zdrowia)	j. angielski (dodatkowo j. angielski w medycynie)	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
6.	1E	biologia, j. angielski, j. polski	j. angielski	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
	1Es	biologia, geografia, dodatkowe godziny wychowania fizycznego		
7.	1F	j. polski, historia, wos lub j. angielski	j. angielski (dodatkowo j. angielski w prawie)	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
8.	1H	historia, wos, j. angielski lub geografia	j. angielski	do wyboru: j. niemiecki, j. rosyjski, j. francuski, j. hiszpański, j. włoski
9.	1H1	matematyka, j. angielski, j. niemiecki lub j. rosyjski	j. angielski	j. niemiecki lub j. rosyjski

V Liceum Ogólnokształcące w Ostrołęce

Adres	**ul. Stefana Jaracza 5, 07-409 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 764-38-52, 029 766-52-00**
Adres strony internetowej	**www.zsz3.ostroleka.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	**LOr**	biologia, chemia, j. angielski innowacja: ratownictwo medyczne	j. angielski	j. niemiecki
2.	**LOs**	biologia, język polski, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki

VI Liceum Ogólnokształcące Mistrzostwa Sportowego

Adres	**ul. Czwartaków 4, 07-401 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 769-10-45**
Adres strony internetowej	**www.zsz2.ostroleka.edu.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.	**1 LM**	biologia, geografia, j. angielski	j. angielski	j. niemiecki

Liceum Klasyczne im. Papieża Jana Pawła II w Ostrołęce

LICEUM KLASYCZNE
W OSTROŁĘCE

Adres	**ul. Szwedzka 2, 07-410 Ostrołęka**
Nr telefonu	**029 764-89-44**
Adres strony internetowej	**www.liceumklasyczne.pl**

L.p.	Oznaczenie literowe	Przedmioty wiodące	Język obcy I	Język obcy II
1.		biologia, chemia lub wos, historia	j. angielski	j. francuski, łacina

BIBLIOGRAFIA

AKTY LEGISLACYJNE

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 13 marca 2017r. w sprawie klasyfikacji zawodów szkolnictwa zawodowego (Dz. U. 2017, poz. 622).

SŁOWNIKI I ENCYKLOPEDIE

1. Pilch T. (red.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI w., t. 4, PWN, Warszawa 2006.
2. Słownik Języka Polskiego PWN, t. 3, Warszawa 1999.

POZYCJE ZWARTE

1. Aronson E., Psychologia społeczna, Wyd. Zysk i S-ka, Warszawa 2001.
2. Gardner H., Inteligencje wielorakie. Nowe horyzonty w teorii i praktyce, MT Biznes, Warszawa 2009.
3. Król T. (red.), Film na lekcjach „Wychowanie do życia w rodzinie". Scenariusze zajęć, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2002.
4. Makieła Z, Rachwał T., Krok w przedsiębiorczość. Podręcznik do podstaw przedsiębiorczości dla szkół ponadgimnazjalnych, Wyd. Nowa Era, Warszawa 2014.
5. Mięczakowska A., Zanim podejmiesz decyzję. Planer kariery, MWK OHP, Warszawa 2012.
6. Paszkowska-Rogacz A., Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2002.
7. Pisula D., ABC doradcy zawodowego. Rozmowa doradcza. Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2010.
8. Rosalska M., Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego. Przewodnik dla nauczyciela i doradcy, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2012.
9. Rosalska M., Wawrzonek A., Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2013.
10. Sołtysińska G., Woroniecka J. (red.), Przygotowanie uczniów gimnazjum do wyboru zawodu, Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2006.
11. Zakręcone kariery. Planowanie i zarządzanie karierą, cz.1, Wyd. Komenda Główna OHP, Warszawa 2016.
12. Zimbardo P., Psychologia. Kluczowe kompetencje, t.2., Motywacja i uczenie się, PWN, Warszawa 2010.

CZASOPIŚMIENNICTWO

1. Widerszal-Bazy M., Kwestionariusz do mierzenia motywacji osiągnięć, „Przegląd Psychologiczny", t. XXI, 1978, nr 2.

INNE ŹRÓDŁA

1. Bogusz – Przybylska K., Po drugiej stronie lustra, http:// www.babskietabu.pl, data odczytu: 10.07.17.
2. Ambroziak D., Karta Kariery Ucznia, http:/www.interklasa.pl, data odczytu: 12.12.17.
3. http://reformaedukacji.men.gov.pl; data odczytu: 12.01.18.
4. *https*://www.ore.edu.pl/nowa-podstawa-programowa, data odczytu: 05.02.18.
5. http://www.edukacja.warszawa.pl/sites/edukacja/files/doradztwo-zawodowe/6386/attachments//3_-_zalacznik_2_1.doc.,data odczytu: 28.05.2017.
6. http://wup-krakow.pl/uslugi-rynku-pracy/pdf data odczytu: 17.11. 2017.
7. http://wup-krakow.pl/uslugi-rynku-pracy/pdf, data odczytu: 17.11. 2017.

Zdjęcia zamieszczone w publikacji zostały zaczerpnięte ze stron internetowych Zespołów Szkół Zawodowych w Ostrołęce.

SPIS NARZĘDZI

Narzędzie nr 1: Pomocniczy kwestionariusz do oceny poziomu szybkości przyswajania i utrwalania wiedzy s.13

Narzędzie nr 2: Kwestionariusz skłonności zawodowych.....s.14

Narzędzie nr 3: Ćwiczenie: „Jaki/a jestem?" s.19

Narzędzie nr 4: Ćwiczenie: „Jaki jest Twój temperament?" s.21

Narzędzie nr 5: Kwestionariusz uzdolnień szczegółowych według H. Gardnera s.24

Narzędzie nr 6: Test predyspozycji zawodowych.....s.27

Narzędzie nr 7: Kwestionariusz: „Mój system wartości a moja kariera " E. Schein'a s.32

Narzędzie nr 8: Kwestionariusz ankiety do oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu s.36

Narzędzie nr 9: Kwestionariusz do mierzenia motywacji osiągnięć s.38

Narzędzie nr 10: Kwestionariusz: „Mój stan zdrowia" s.42

NOTATKI

NOTATKI

NOTATKI

NOTATKI