



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

REZULTAT PROJEKTU NR 2

CZEŚĆ 5/5



# Narzędzia walidacji efektów kształcenia

SZKOLENIE PT.

Kompetencje kluczowe dla osób 50+  
w zakresie przedsiębiorczości

2021-1-PL01-KA220-ADU-000035200

**PRZYGOTOWANE PRZEZ  
KONSORCJUM PROJEKTU**

(WIODĄCY AUTOR:  
DEINDE SP. Z O.O.)

**WERSJA: POLSKA**

PUBLIKACJA DARMOWA

Zastrzeżenie: Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



**Dofinansowane przez  
Unię Europejską**



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

## Rezultat projektu nr 2

Szkolenie pt.

# Kompetencje kluczowe dla osób 50+: w zakresie przedsiębiorczości

## Część 5/5 – Narzędzia walidacji efektów kształcenia

Wersja: polska



Przygotowane przez konsorcjum projektu (wiodący autor: Deinde)

w ramach projektu 2021-1-PL01-KA220-ADU-000035200, „Kompetencje kluczowe dla osób 50+”

Projekt realizowany w ramach programu Erasmus+, od 1 lutego 2022 do 30 listopada 2023 przez konsorcjum: Deinde sp. z.o.o. (Polska), Institut Saumurois de la Communication (Francja), INERCIA DIGITAL SL (Hiszpania), Stiftelsen Mangfold i Arbeidslivet (Norwegia).



Zastrzeżenie: Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

# **Narzędzia walidacji efektów kształcenia**



## Spis treści

<b>MODUŁ 1</b> .....	5
TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 1.....	5
OPINIA TRENERA, Moduł 1 .....	9
Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 1 .....	12
TEST WIEDZY „PO”, Moduł 1 .....	14
<b>MODUŁ 2</b> .....	17
TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 2.....	17
OPINIA TRENERA, Moduł 2 .....	21
Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 2 .....	22
TEST WIEDZY „PO”, Moduł 2 .....	24
<b>MODUŁ 3</b> .....	27
TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 3.....	27
OPINIA TRENERA, Moduł 3 .....	30
Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 3 .....	33
TEST WIEDZY „PO”, Moduł 3 .....	35



## MODUŁ 1

### TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 1

Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:

\_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Liczba uzyskanych punktów: \_\_\_\_\_

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 1: Samoświadomość i kreatywność w moim życiu) składa się z 17 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar początkowej wiedzy uczestników/czek (przed rozpoczęciem kursu), dlatego zawiera również odpowiedź „Nie wiem” (Nie jestem pewny/a).

Uczestnicy/uczestniczki mają 25 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Wybraną odpowiedź (a, b, c lub d) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zaparafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

#### 1. Podaj 5 składowych inteligencji emocjonalnej:

- wrażliwość, empatia, tolerancja, dobroduszość, uczciwość.
- samoregulacja, empatia, motywacja, umiejętności społeczne, samoświadomość.
- elokwencja, wykształcenie, umiejętność słuchania, uczuciowość, uступliwość
- Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

#### 2. Wskaż poprawną odpowiedź opisującą, czym jest inteligencja emocjonalna:

- zdolność rozpoznawania przez nas uczuć naszych własnych i uczuć innych, zdolność motywowania się i kierowania emocjami zarówno naszymi własnymi, jak i osób z którymi łączą nas jakieś więzi
- zdolność kochania siebie i bliskich, udzielanie dobrych rad, rozwiązywanie problemów w sposób inteligentny
- umiejętność przekazywania uczuć, obycie towarzyskie
- Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



### 3. Wskaż definicję samoświadomości:

- a) odczuwanie tego, że żyjemy
- b) monitorowanie naszego wewnętrznego i zewnętrznego świata
- c) poznawanie własnego ego
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

### 4. Podaj 2 narzędzia do zwiększenia samoświadomości:

- a) wspinaczka, wieczory towarzyskie
- b) metoda 4P, Zmiana nawyków
- c) chodzenie do wróżbitów, pozbycie się wszelkich technologii w posiadaniu (telefon, telewizor)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

### 5. Wymień 8 filarów wewnętrznej pewności siebie

- a) przebojowość, wyniosłość, pycha, egoizm, brak tolerancji, otwartość, ambicje, odwaga
- b) zarozumiałość, bezwzględność, podejmowanie ryzyka, dynamiczność, optymizm, szczerść, upór, kreatywność
- c) samoświadomość, samoakceptacja, zadowolenie z siebie, wiara w siebie, poczucie wartości, zaufanie do siebie, odpowiedzialność za własne życie, pozytywne nastawienie
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

### 6. Podaj przekonania utrudniające skuteczne działania:

- a) „jestem zbyt stara na to”, „a co ludzie powiedzą”, „ja się do tego nie nadaję”
- b) „zawsze dam sobie radę, nie ważne co się wydarzy”, „nie można kupić miłości”, „jestem wystarczająco atrakcyjny dla kobiet”
- c) „jak kocha to poczeka”, „mogę wszystko”, „mam same zalety”
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

### 7. Zaznacz przekonania ułatwiające skuteczne działania:

- a) „będzie co ma być”, „a po co zamartwiać się na zapas”, „i tak wyjdę na swoje”
- b) „każdy jest wyjątkowy”, „jakoś się wywinę z tego”, „po burzy zawsze wychodzi słońce”
- c) „kiedy jak nie teraz”, „dam radę”, „zasługuję na wszystko co najlepsze”
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



**8. Podaj 1 narzędzie do budowania i wspierania przekonań ułatwiających skuteczne działanie:**

- a) proaktywność
- b) stworzenie własnego ogródka
- c) nordic walking
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**9. Wybierz odpowiedź przedstawiającą podstawowe cechy osobowości:**

- a) ugodowość, sumienność, ekstrawertyzm, neurotyzm, otwartość
- b) szczerłość, lojalność, otwartość, zdolność adaptacji, nadwrażliwość
- c) chodzenie na kompromisy, prostolinijność, punktualność, intelekt, komunikatywność
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**10. Czym jest osobowość? Podaj poprawną odpowiedź:**

- a) cechy charakteru jakie dziedziczymy i nabywamy w czasie całego naszego życia
- b) charakterystyczny, względnie stały sposób reagowania jednostki na środowisko społeczno-przyrodnicze, a także sposób wchodzenia z nim w interakcje
- c) coś co wypływa z wnętrza człowieka i powoduje, że dzięki temu się wyróżnia na tle społeczeństwa
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**11. Skrót „SWOT” oznacza:**

- a) **S** (small) małe; **W** (words) słowa; **O** (open) otwarte; **T** (technically) technicznie
- b) **S** (survive) przetrwać; **W** (well) dobrze; **O** (objective) obiektywne; **T** (treatment) leczenie
- c) **S** (strenghts) mocne strony; **W** (weaknesses) słabe strony; **O** (oportunities) szanse; **T** (threats) potencjalne zagrożenia
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**12. Podaj schematy twórczego myślenia:**

- a) przygotowanie, zadaj sobie pytanie, szukaj/zastanawiaj się, inkubacja, moment eureka, ocena, wdrożenie
- b) planowanie, rozpisanie/ punktowanie, analizowanie, edytowanie, działanie
- c) opracowanie, sporządzanie, przygotowanie, testowanie
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)





**13. Wybierz, która odpowiedź wskazuje ograniczenia twórczego myślenia:**

- a) wiara we własne możliwości, chęci do działania, pewność siebie
- b) pokonywanie własnych granic, otwartość na zmiany, prowadzenie pamiętnika
- c) jednostronność, nadmierna wiedza, schematy, niecierpliwość
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**14. Zaznacz, które z poniższych to narzędzia pracy twórczej:**

- a) szkolenia wprowadzające, konferencje, diagnoza
- b) symulacje, szkolenia online, wystąpienia publiczne
- c) mapa myśli, burza mózgów, metoda 635
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**15. Wskaż metody stymulujące kreatywność:**

- a) spanie do południa, brak zainteresowań, brak aktywności fizycznej
- b) zrozumienie etapów, jakimi kieruje się myślenie twórcze, chodzenie i spacerowanie na świeżym powietrzu, częste przerwy w pracy, dywersyfikacja wiedzy, czytanie, prowadzenie notatnika, tworzenie podczas snu
- c) ciągłe wypoczywanie, strach przed przebywaniem wśród ludzi, pracoholizm
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**16. Wymień zasady skutecznego pomysłu:**

- a) wskazanie celu, dyskusje, docenianie, ryzykowanie
- b) empatia, definiowanie problemu, szukanie rozwiązań, prototypowanie, testowanie
- c) zachowanie spokoju, współpraca, zaufanie, budowanie społecznej wspólnoty
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**17. Wskaż 2 narzędzia kreatywnego rozwiązywania problemów:**

- a) zamawianie diety pudełkowej, coaching
- b) „5x dlaczego”, „krzesła Disneya”
- c) wzięcie psa ze schroniska, szkolenie wojskowe
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



## OPINIA TRENERA, Moduł 1

### Opinia trenera na temat nabycia kompetencji przez uczestników/-czki

#### Kurs: Przedsiębiorczość

#### Moduł 1: „Samoświadomość i kreatywność w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji, które uczestnik/uczestniczka wg założeń powinien/powinna nabyć w trakcie kursu, w podziale na wiedzę, umiejętności i postawy. Proszę określić stopień nabycia kompetencji u uczestnika/uczestniczki, zaznaczając symbolem „X” rubrykę przy danej kompetencji: brak nabycia kompetencji, nabycie kompetencji w stopniu średnim, nabycie kompetencji w stopniu wysokim.

KOMPETENCJE:	Imię i nazwisko uczestnika/-czki:		
	_____		
UMIEJĘTNOŚCI	Brak nabycia kompetencji	Nabycie kompetencji w stopniu średnim	Nabycie kompetencji w stopniu wysokim
Rozpoznawanie własnych przekonań ograniczających lub ułatwiających skuteczne działanie			
Podjęmowanie działań mających na celu utrwalenie przekonań ułatwiających skuteczne działanie			
Identyfikowanie własnych nawyków jako utrudniających lub ułatwiających skuteczne działanie			
Podjęmowanie działań mających na celu eliminację nawyków			



przeszkadzających w skutecznym działaniu			
Podejmowanie działań mających na celu tworzenie i utrwalanie własnych nawyków ułatwiających skuteczne działanie			
Przygotowanie koła życia			
Określanie wartości i celów życiowych			
Korzystanie z metody SWOT			
Posługiwanie się narzędziami pracy twórczej			
Przekształcanie krytyki w skuteczną ocenę			
Stosowanie metod i narzędzi twórczego rozwiązywania problemów			
<b>POSTAWY</b>	<b>Brak nabycia kompetencji</b>	<b>Nabycie kompetencji w stopniu średnim</b>	<b>Nabycie kompetencji w stopniu wysokim</b>
Poczucie inicjatywy i sprawczości, proaktywność, wybieganie w przyszłość, odwaga i wytrwałość w osiąganiu celów			
Empatia i troska o ludzi i świat, a także przyjmowanie odpowiedzialności, stosowanie etycznego podejścia w całym procesie			
Umiejętność pracy indywidualnej i zespołowej, mobilizowania zasobów (ludzi i rzeczy) oraz			



podtrzymywania aktywności			
Kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję w ramach rozwijających się procesów twórczych i innowacji			

Data i podpis trenera

.....



## Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 1 Kurs: Przedsiębiorczość

### Moduł 1: „Samoświadomość i kreatywność w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji w podziale na wiedzę, umiejętności i postawy. Proszę wskazać, czy uważa Pan/Pani, że nabył/a daną kompetencję, wpisując symbol „X” w rubryce obok poszczególnych zdań. Jeśli nie jest Pan/Pani pewny/a lub uważa, że nie nabył/a danej kompetencji, proszę zostawić puste pole.

<b>KOMPETENCJE:</b>	
<b>WIEDZA</b>	<b>W tym polu wstaw „X”, jeśli uważasz, że nabyłeś/aś daną kompetencję.</b>
Wiem, czym jest samoświadomość (definicja).	
Wiem, jak można poprawić samoświadomość.	
Znam filary wewnętrznej pewności siebie.	
Mam wiedzę na temat przekonań utrudniających i ułatwiających skuteczne działanie.	
Znam nawyki, które utrudniają skuteczne działanie.	
Znam nawyki, które ułatwiają skuteczne działanie.	
Znam podstawowe cechy osobowości.	
Wiem, czym jest profil osobowości.	
Wiem, czym jest metoda SWOT.	
Mam świadomość swoich mocnych i słabych stron.	
Znam wzorce i ograniczenia twórczego myślenia.	
Znam narzędzia i zasady pracy twórczej.	



Znam metody pobudzające kreatywność.	
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>	
Rozpoznaję własne przekonania ograniczające lub ułatwiające skuteczne działanie.	
Podjęmę działania mające na celu utrwalenie przekonań ułatwiających skuteczne działanie.	
Identyfikuję własne nawyki jako utrudniające lub ułatwiające skuteczne działanie.	
Podjęmę działania mające na celu eliminację nawyków przeszkadzających w skutecznym działaniu.	
Podjęmę działania mające na celu tworzenie i utrwalanie własnych nawyków ułatwiających skuteczne działanie.	
Umiem przygotować koło życia.	
Określam swoje wartości i cele życiowe.	
Korzystam z metody SWOT.	
Posługuję się narzędziami pracy twórczej.	
Przekształcam krytykę w skuteczną ocenę.	
Stosuję metody i narzędzia twórczego rozwiązywania problemów.	
<b>POSTAWY</b>	
Mam poczucie inicjatywy i sprawczości.	
Mam proaktywną postawę.	
Jestem wytrwały/a w osiągnięciu celów.	
Wykazuję empatię i troskę o ludzi i świat, a także przyjmuję odpowiedzialność i stosuję etyczne podejście w całym procesie.	
Umiem pracować samodzielnie oraz w zespole.	
Wykazuję kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję.	



## TEST WIEDZY „PO”, Moduł 1

**Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:**

\_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_

**Liczba uzyskanych punktów:**

\_\_\_\_\_

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 1: Samoświadomość i kreatywność w moim życiu) składa się z 17 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar wiedzy końcowej uczestników/czek (po odbyciu kursu). Porównanie wyników niniejszego testu z wynikami testu początkowego pozwoli określić procentowy wzrost wiedzy danej osoby.

Uczestnicy/uczestniczki mają 25 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Poprawną odpowiedź (a, b, lub c) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zaparafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

### 1. Podaj 5 składowych inteligencji emocjonalnej:

- wrażliwość, empatia, tolerancja, dobroduszość, uczciwość.
- samoregulacja, empatia, motywacja, umiejętności społeczne, samoświadomość.
- elokwencja, wykształcenie, umiejętność słuchania, uczuciowość, ustępliwość

### 2. Wskaż poprawną odpowiedź opisującą, czym jest inteligencja emocjonalna:

- zdolność rozpoznawania przez nas uczuć naszych własnych i uczuć innych, zdolność motywowania się i kierowania emocjami zarówno naszymi własnymi, jak i osób z którymi łączą nas jakieś więzi
- zdolność kochania siebie i bliskich, udzielanie dobrych rad, rozwiązywanie problemów w sposób inteligentny
- umiejętność przekazywania uczuć, obycie towarzyskie

### 3. Wskaż definicję samoświadomości:

- odczuwanie tego, że żyjemy
- monitorowanie naszego wewnętrznego i zewnętrznego świata



c) poznawanie własnego ego

**4. Podaj 2 narzędzia do zwiększenia samoświadomości:**

- a) wspinaczka, wieczory towarzyskie
- b) metoda 4P, Zmiana nawyków
- c) chodzenie do wróżbitów, pozbycie się wszelkich technologii w posiadaniu (telefon, telewizor)

**5. Wymień 8 filarów wewnętrznej pewności siebie**

- a) przebojowość, wyniosłość, pycha, egoizm, brak tolerancji, otwartość, ambicje, odwaga
- b) zarozumiałość, bezwzględność, podejmowanie ryzyka, dynamiczność, optymizm, szczerłość, upór, kreatywność
- c) samoświadomość, samoakceptacja, zadowolenie z siebie, wiara w siebie, poczucie wartości, zaufanie do siebie, odpowiedzialność za własne życie, pozytywne nastawienie

**6. Podaj przekonania utrudniające skuteczne działania:**

- a) „jestem zbyt stara na to”, „a co ludzie powiedzą”, „ja się do tego nie nadaję”
- b) „zawsze dam sobie radę, nie ważne co się wydarzy”, „nie można kupić miłości”, „jestem wystarczająco atrakcyjny dla kobiet”
- c) „jak kocha to poczeka”, „mogę wszystko”, „mam same zalety”

**7. Zaznacz przekonania ułatwiające skuteczne działania:**

- a) „będzie co ma być”, „a po co zamartwiać się na zapas”, „i tak wyjdę na swoje”
- b) „każdy jest wyjątkowy”, „jakoś się wywinę z tego”, „po burzy zawsze wychodzi słońce”
- c) „kiedy jak nie teraz”, „dam radę”, „zasługuję na wszystko co najlepsze”

**8. Podaj 1 narzędzie do budowania i wspierania przekonań ułatwiających skuteczne działanie:**

- a) proaktywność
- b) stworzenie własnego ogródka
- c) nordic walking

**9. Wybierz odpowiedź przedstawiającą podstawowe cechy osobowości:**

- a) ugodowość, sumienność, ekstrawertyzm, neurotyzm, otwartość
- b) szczerłość, lojalność, otwartość, zdolność adaptacji, nadwrażliwość
- c) chodzenie na kompromisy, prostoliniowość, punktualność, intelekt, komunikatywność

**10. Czym jest osobowość? Podaj poprawną odpowiedź:**

- a) cechy charakteru jakie dziedziczymy i nabywamy w czasie całego naszego życia
- b) charakterystyczny, względnie stały sposób reagowania jednostki na środowisko społeczno-przyrodnicze, a także sposób wchodzenia z nim w interakcje





- c) coś co wypływa z wnętrza człowieka i powoduje, że dzięki temu się wyróżnia na tle społeczeństwa

**11. Skrót „SWOT” oznacza:**

- a) **S** (small) małe; **W** (words) słowa; **O** (open) otwarte; **T** (technically) technicznie  
b) **S** (survive) przetrwać; **W** (well) dobrze; **O** (objective) obiektywne; **T** (treatment) leczenie  
c) **S** (strengths) mocne strony; **W** (weaknesses) słabe strony; **O** (opportunities) szanse; **T** (threats) potencjalne zagrożenia

**12. Podaj schematy twórczego myślenia:**

- a) przygotowanie, zadaj sobie pytanie, szukaj/zastanawiaj się, inkubacja, moment eureka, ocena, wdrożenie  
b) planowanie, rozpisanie/ punktowanie, analizowanie, edytowanie, działanie  
c) opracowanie, sporządzanie, przygotowanie, testowanie

**13. Wybierz, która odpowiedź wskazuje ograniczenia twórczego myślenia:**

- a) wiara we własne możliwości, chęci do działania, pewność siebie  
b) pokonywanie własnych granic, otwartość na zmiany, prowadzenie pamiętnika  
c) jednostronność, nadmierna wiedza, schematy, niecierpliwość

**14. Zaznacz, które z poniższych to narzędzia pracy twórczej:**

- a) szkolenia wprowadzające, konferencje, diagnoza  
b) symulacje, szkolenia online, wystąpienia publiczne  
c) mapa myśli, burza mózgów, metoda 635

**15. Wskaż metody stymulujące kreatywność:**

- a) spanie do południa, brak zainteresowań, brak aktywności fizycznej  
b) rozumienie etapów, jakimi kieruje się myślenie twórcze, chodzenie i spacerowanie na świeżym powietrzu, częste przerwy w pracy, dywersyfikacja wiedzy, czytanie, prowadzenie notatnika, tworzenie podczas snu  
c) ciągłe wypoczywanie, strach przed przebywaniem wśród ludzi, pracoholizm

**16. Wymień zasady skutecznego pomysłu:**

- a) wskazanie celu, dyskusje, docenianie, ryzykowanie  
b) empatia, definiowanie problemu, szukanie rozwiązań, prototypowanie, testowanie  
c) zachowanie spokoju, współpraca, zaufanie, budowanie społecznej wspólnoty

**17. Wskaż 2 narzędzia kreatywnego rozwiązywania problemów:**

- d) zamawianie diety pudełkowej, coaching  
e) „5x dlaczego”, „krzesła Disneya”  
f) wzięcie psa ze schroniska, szkolenie wojskowe



## MODUŁ 2

### TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 2

Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:

\_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Liczba uzyskanych punktów: \_\_\_\_\_

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 2: Ekologia i finanse w moim życiu) składa się z 14 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar początkowej wiedzy uczestników/czek (przed rozpoczęciem kursu), dlatego zawiera również odpowiedź „Nie wiem” (Nie jestem pewny/a).

Uczestnicy/uczestniczki mają 20 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Wybraną odpowiedź (a, b, c lub d) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zaparafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

#### 1. Wskaż przejawy zjawiska, które nazywamy „zmianą klimatu”:

- a) wzrost średniej temperatury, zmniejszenie pokrywy śnieżnej, zmniejszenie średniej ilości opadów, zwiększenie opadów o charakterze nawałnym, wzrost siły wiatrów
- b) zmiana kierunków prądów oceanicznych, zmiana kierunków przemieszczania się mas powietrza
- c) prawidłowe są odpowiedzi a i b
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

#### 2. Ile gatunków roślin i zwierząt jest zagrożonych wyginięciem w związku z zanikiem bioróżnorodności:

- a) Ok. 10 tysięcy gatunków
- b) Ok. 300 tysięcy gatunków
- c) Ok. 1 mln gatunków
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

#### 3. Co wytwarza najwięcej tlenu na naszej planecie:



- a) lasy
- b) oceany
- c) powietrze
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**4. Co zapewnia około 80% bioróżnorodności na Ziemi:**

- a) las
- b) oceany
- c) tereny wiejskie
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**5. Solidarność międzypokoleniowa polegająca na znajdowaniu takich rozwiązań gwarantujących dalszy wzrost, które pozwalają na aktywne włączenie w procesy rozwojowe wszystkich grup społecznych, dając im jednocześnie możliwość czerpania korzyści ze wzrostu gospodarczego to:**

- a) zasada ekologicznego rozwoju gospodarczego
- b) zasada społecznej odpowiedzialności biznesu (CSR)
- c) zasada zrównoważonego rozwoju
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**6. Cele zrównoważonego rozwoju to m.in.:**

- a) „życie pod wodą”, „życie na lądzie”
- b) „dobre życie na ziemi”, „segregacja śmieci”
- c) „segregacja śmieci”, „odnawialna energia”
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**7. Smog to:**

- a) dym z kominów i samochodów osobowych i dostawczych zawierający C<sub>10</sub>H<sub>14</sub>N<sub>2</sub>
- b) dym wymieszany z NO<sub>2</sub> i CO<sub>2</sub>
- c) mgła zawierająca zanieczyszczenia powietrza atmosferycznego
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



**8. Co może spowodować długotrwale wdychanie smogu:**

- a) problemy z oddychaniem, kaszel, astmę, częste infekcje dróg oddechowych, podrażnienie oczu, raka płuc
- b) chorobę Alzheimera, udar mózgu, depresję
- c) prawidłowe są odpowiedzi a i b
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**9. Ile światowych zasobów wody nadaje się do picia:**

- a) mniej niż 3%
- b) około 12%
- c) ponad 30%
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**10. Zasoby wodne to:**

- a) woda w oceanach, jeziorach i rzekach
- b) wody powierzchniowe i podziemne
- c) wody podziemne, naziemne i cząstki pary wodnej znajdujące się w powietrzu
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**11. Zasada 6R dotyczy:**

- a) zmniejszania konsumpcjonizmu na świecie i redukcji śmieci
- b) rozwoju gospodarczego uwzględniającego 6 głównych potrzeb ludzi i planety
- c) ochrony wody, powietrza, gleb, zwierząt, ptaków i ryb
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**12. Gdzie należy wyrzucić styropian, który zabezpieczał sprzęt elektroniczny w pudełku?**

- a) do odpadów „zmieszanych”
- b) należy samodzielnie dostarczyć go do punktu selektywnej zbiórki odpadów
- c) do sekcji „metale i tworzywa sztuczne”
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



**13. Wskaż, które z poniższych to Greenwashing:**

- a) firma redukuje swoje koszty pod pozorem dbałości o środowisko (na przykład wysyła faktury e-mailem czy prosi o rzadsze używanie ręczników)
- b) firma, która dotychczas nie była zaangażowana ekologicznie, zaczyna używać ekologicznych opakowań, zachęca do wybierania ekologicznych produktów i często używa zielonego koloru w swojej strategii komunikacyjnej
- c) używanie na opakowaniach produktów bezpiecznych dla środowiska zielonych elementów, np. zielony listek, zielony napis: eko, symbol planety
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**14. Który produkt jest najbardziej ekonomiczny cenowo:**

- a) masło w cenie promocyjnej 8 zł (200 gram)
- b) masło, które nie jest w promocji i kosztuje standardowo 9,5 zł (250 gram)
- c) masło w cenie promocyjnej 14 zł (300 gram)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



## OPINIA TRENERA, Moduł 2

### Opinia trenera na temat nabycia kompetencji przez uczestników/-czki Kurs: Przedsiębiorczość

#### Moduł 2: „Ekologia i finanse w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji odnoszących się do postaw, które uczestnik/uczestniczka wg założeń powinien/powinna nabyć/zwiększyć w trakcie kursu. Proszę określić stopień nabycia kompetencji u uczestnika/uczestniczki, zaznaczając symbolem „X” rubrykę przy danej kompetencji: brak nabycia kompetencji, nabycie kompetencji w stopniu średnim, nabycie kompetencji w stopniu wysokim.

KOMPETENCJE:	Imię i nazwisko uczestnika/-czki:		
	_____		
POSTAWY	Brak nabycia kompetencji	Nabycie kompetencji w stopniu średnim	Nabycie kompetencji w stopniu wysokim
Poczucie inicjatywy i sprawczości, proaktywność			
Bycie zorientowanym na przyszłość, odwaga i wytrwałość w osiąganiu celów			
Empatia i dbałość o ludzi i świat			
Przyjmowanie odpowiedzialności i stosowanie etycznego podejścia w całym procesie			
Kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję			
Umiejętność pracy zarówno indywidualnej, jak i zespołowej, mobilizowania zasobów (ludzi i rzeczy) oraz podtrzymywania aktywności			

.....  
Data i podpis trenera



## Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 2

### Kurs: Przedsiębiorczość

#### Moduł 2: „Ekologia i finanse w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji w podziale na wiedzę, umiejętności i postawy. Proszę wskazać, czy uważa Pan/Pani, że nabył/a daną kompetencję, wpisując symbol „X” w rubryce obok poszczególnych zdań. Jeśli nie jest Pan/Pani pewny/a lub uważa, że nie nabył/a danej kompetencji, proszę zostawić puste pole.

<b>KOMPETENCJE:</b>	
<b>WIEDZA</b>	<b>W tym polu wstaw „X”, jeśli uważasz, że nabyłeś/aś daną kompetencję.</b>
Potrafię wymienić niektóre fakty, statystyki potwierdzające występowanie zmian klimatycznych.	
Potrafię wymienić kilka faktów, statystyk potwierdzających utratę różnorodności biologicznej.	
Potrafię zdefiniować zrównoważony rozwój.	
Potrafię wymienić niektóre cele zrównoważonego rozwoju.	
Potrafię wyjaśnić/ zdefiniować czym jest smog.	
potrafię wymienić niektóre negatywne skutki smogu dla życia i zdrowia.	
Potrafię zdefiniować pojęcie "zasoby wodne".	
potrafię wymienić negatywne zmiany w zasobach wodnych i ich wpływ na funkcjonowanie planety.	
Potrafię zdefiniować i opisać wpływ konsumpcji na zmiany klimatu.	
Potrafię wymienić metody i narzędzia ograniczania konsumpcji.	
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>	
Potrafię prawidłowo sklasyfikować sposoby segregacji odpadów.	



Potrafię prawidłowo wskazać przykłady greenwashingu.	
Potrafię zdiagnozować, w jaki sposób mógłbym skorzystać z danego działania proekologicznego w swoim domu.	
Potrafię porównać ceny towarów, uwzględniając skład, wagę itp.	
Potrafię porównać ceny usługi, uwzględniając jej zakres, użyte materiały, okres gwarancji, terminy realizacji itp.	
<b>POSTAWY</b>	
Zwiększyłem/am swoje poczucie inicjatywy i sprawczości, proaktywności.	
Zwiększyłem/am poczucie patrzenia perspektywicznego, odwagi i wytrwałości w osiąganiu celów.	
Zwiększyłem/am swoje poczucie empatii i dbania o ludzi i świat.	
Zwiększyłem/am akceptację odpowiedzialności i przyjęcie etycznego podejścia w całym procesie.	
Zwiększyłem/am swoją kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję.	
Zwiększyłem/am swoją zdolność do pracy zarówno indywidualnej, jak i zespołowej, do mobilizowania zasobów (ludzi i rzeczy) oraz do podtrzymywania aktywności.	





## TEST WIEDZY „PO”, Moduł 2

**Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:**

\_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_\_

**Liczba uzyskanych punktów:** \_\_\_\_\_

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 2: Ekologia i finanse w moim życiu) składa się z 14 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar wiedzy końcowej uczestników/czek (po odbyciu kursu). Porównanie wyników niniejszego testu z wynikami testu początkowego pozwoli określić procentowy wzrost wiedzy danej osoby. Uczestnicy/uczestniczki mają 20 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Poprawną odpowiedź (a, b, lub c) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zafarafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

### 1. Wskaż przejawy zjawiska, które nazywamy „zmianą klimatu”:

- a) wzrost średniej temperatury, zmniejszenie pokrywy śnieżnej, zmniejszenie średniej ilości opadów, zwiększenie opadów o charakterze nawałnym, wzrost siły wiatrów
- b) zmiana kierunków prądów oceanicznych, zmiana kierunków przemieszczania się mas powietrza
- c) prawidłowe są odpowiedzi a i b

### 2. Ile gatunków roślin i zwierząt jest zagrożonych wyginięciem w związku z zanikiem bioróżnorodności:

- a) Ok. 10 tysięcy gatunków
- b) Ok. 300 tysięcy gatunków
- c) Ok. 1 mln gatunków

### 3. Co wytwarza najwięcej tlenu na naszej planecie:

- a) lasy
- b) oceany



c) powietrze

**4. Co zapewnia około 80% bioróżnorodności na Ziemi:**

- a) lasy
- b) oceany
- c) tereny wiejskie

**5. Solidarność międzypokoleniowa polegająca na znajdowaniu takich rozwiązań gwarantujących dalszy wzrost, które pozwalają na aktywne włączenie w procesy rozwojowe wszystkich grup społecznych, dając im jednocześnie możliwość czerpania korzyści ze wzrostu gospodarczego to:**

- a) zasada ekologicznego rozwoju gospodarczego
- b) zasada społecznej odpowiedzialności biznesu (CSR)
- c) zasada zrównoważonego rozwoju

**6. Cele zrównoważonego rozwoju to m.in.:**

- a) „życie pod wodą”, „życie na lądzie”
- b) „dobre życie na ziemi”, „segregacja śmieci”
- c) „segregacja śmieci”, „odnawialna energia”

**7. Smog to:**

- a) dym z kominów i samochodów osobowych i dostawczych zawierający C<sub>10</sub>H<sub>14</sub>N<sub>2</sub>
- b) dym wymieszany z NO<sub>2</sub> i CO<sub>2</sub>
- c) mgła zawierająca zanieczyszczenia powietrza atmosferycznego

**8. Co może spowodować długotrwałe wdychanie smogu:**

- a) problemy z oddychaniem, kaszel, astmę, częste infekcje dróg oddechowych, podrażnienie oczu, raka płuc
- b) chorobę Alzheimera, udar mózgu, depresję
- c) prawidłowe są odpowiedzi a i b

**9. Ile światowych zasobów wody nadaje się do picia:**

- a) mniej niż 3%
- b) około 12%
- c) ponad 30%

**10. Zasoby wodne to:**

- a) woda w oceanach, jeziorach i rzekach
- b) wody powierzchniowe i podziemne
- c) wody podziemne, naziemne i cząstki pary wodnej znajdujące się w powietrzu



**11. Zasada 6R dotyczy:**

- a) zmniejszenia konsumpcjonizmu na świecie i redukcji śmieci
- b) rozwoju gospodarczego uwzględniającego 6 głównych potrzeb ludzi i planety
- c) ochrony wody, powietrza, gleb, zwierząt, ptaków i ryb

**12. Gdzie należy wyrzucić styropian, który zabezpieczał sprzęt elektroniczny w pudełku?**

- a) do odpadów „zmieszanych”
- b) należy samodzielnie dostarczyć go do punktu selektywnej zbiórki odpadów
- c) do sekcji „metale i tworzywa sztuczne”

**13. Wskaż, które z poniższych to Greenwashing:**

- a) firma redukuje swoje koszty pod pozorem dbałości o środowisko (na przykład wysyła faktury e-mailem czy prosi o rzadsze używanie ręczników)
- b) firma, która dotychczas nie była zaangażowana ekologicznie, zaczyna używać ekologicznych opakowań, zachęca do wybierania ekologicznych produktów i często używa zielonego koloru w swojej strategii komunikacyjnej
- c) używanie na opakowaniach produktów bezpiecznych dla środowiska zielonych elementów, np. zielony listek, zielony napis: eko, symbol planety

**14. Który produkt jest najbardziej ekonomiczny cenowo:**

- a) masło w cenie promocyjnej 8 zł (200 gram)
- b) masło, które nie jest w promocji i kosztuje standardowo 9,5 zł (250 gram)
- c) masło w cenie promocyjnej 14 zł (300 gram)



## MODUŁ 3

### TEST WIEDZY „PRZED”, Moduł 3

Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:

\_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Liczba uzyskanych punktów:

\_\_\_\_\_

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 3: Projekty w moim życiu) składa się z 16 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar początkowej wiedzy uczestników/czek (przed rozpoczęciem kursu), dlatego zawiera również odpowiedź „Nie wiem” (Nie jestem pewny/a).

Uczestnicy/uczestniczki mają ok. 20 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Wybraną odpowiedź (a, b, c lub d) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zafarafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

**1. W zarządzaniu projektami „projekt” to:**

- a) Schemat lub plan, jak wprowadzić pożądaną zmianę bez określonego harmonogramu czy budżetu
- b) Tymczasowe, stopniowo doprecyzowywane przedsięwzięcie, którego celem jest osiągnięcie unikalnego rezultatu lub rozwiązanie konkretnego problemu
- c) Pomysł na wprowadzenie jakiegoś działania, który nie jest określony w czasie i nie ma konkretnego celu
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**2. Litera „S” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Specific (specyficznosci, konkretny)
- b) Sensible (rozsądny)
- c) Successful (udany, pomyslny)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**3. Litera „M” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Modest (skromny)
- b) Measurable (mierzalny)



- c) Modern (nowoczesny)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**4. Litera „A” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Amazing (zdumiewający)
- b) Achievable (osiągalny)
- c) Analytical (analityczny)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**5. Litera „R” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Rare (rzadki)
- b) Redundant (niepotrzebny)
- c) Relevant (istotny, znaczący)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**6. Litera „T” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Time-bound (określony w czasie)
- b) True (prawdziwy)
- c) Trustworthy (godny zaufania)
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**7. Rezultatem projektu może być:**

- a) Przeprowadzenie warsztatów
- b) Podniesienie poziomu wiedzy i kompetencji
- c) Zamieszczenie ogłoszeń w prasie
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**8. Kierownik projektu to:**

- a) Osoba odpowiedzialna za wdrożenie pomysłu w życie.
- b) Ktoś, dla kogo realizuje się projekt.
- c) Osoba, która będzie korzystała z tego, co powstanie w wyniku działań projektu.
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**9. Zespół projektowy to:**

- a) Menedżerowie działów
- b) Klienci
- c) Członkowie grupy realizującej cel projektu
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**10. Klient w projekcie to:**

- a) Osoba odpowiedzialna za wdrożenie pomysłu w życie.
- b) Ktoś, dla kogo realizuje się projekt.



- c) Osoba, która będzie korzystała z tego, co powstanie w wyniku działań projektu.
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**11. Czego NIE zawiera wykres Gantta?**

- a) Danych finansowych projektu
- b) Dat i czasu trwania zadań w projekcie
- c) Kamieni milowych
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**12. Wskaż przykład poprawnej kwantyfikacji rezultatu projektu:**

- a) Wzrost wiedzy uczestników/czek szkolenia
- b) Podniesienie poziomu wiedzy uczestników/czek szkolenia o 40%
- c) Zmiana postaw uczestników/czek szkolenia
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**13. Czego NIE zawiera budżet projektu?**

- a) Kosztów finansowych
- b) Kosztów niekwalifikowalnych
- c) Kosztów materialnych
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**14. Do reakcji na zagrożenie/ryzyko w projekcie NIE należy:**

- a) Powiadomienie służb
- b) Redukowanie zagrożenia
- c) Przeniesienie ryzyka
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**15. Sposobem na zwiększenie swojej wewnętrznej motywacji NIE jest:**

- a) Pozytywne myślenie
- b) Zapominanie o wypoczynku
- c) Unikanie rutyny
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)

**16. Który z niżej wymienionych jest projektem osobistym?**

- a) Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 835
- b) Remont kuchni w swoim domu
- c) Remont chodnika na osiedlu
- d) Nie wiem (Nie jestem pewny/a)



## OPINIA TRENERA, Moduł 3

### Opinia trenera na temat nabycia kompetencji przez uczestników/-czki

#### Kurs: Przedsiębiorczość

#### Moduł 3: „Projekty w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji, które uczestnik/uczestniczka wg założeń powinien/powinna nabyć w trakcie kursu, w podziale na wiedzę, umiejętności i postawy. Proszę określić stopień nabycia kompetencji u uczestnika/uczestniczki, zaznaczając symbolem „X” rubrykę przy danej kompetencji: brak nabycia kompetencji, nabycie kompetencji w stopniu średnim, nabycie kompetencji w stopniu wysokim.

KOMPETENCJE:	Imię i nazwisko uczestnika/-czki:		
	_____		
UMIEJĘTNOŚCI	Brak nabycia kompetencji	Nabycie kompetencji w stopniu średnim	Nabycie kompetencji w stopniu wysokim
Korzystanie z narzędzi/metod planowania projektu			
Umiejętność tworzenia drzewa problemów i celów			
Tworzenie elementów projektu z uwzględnieniem procesów i zasobów			
Stosowanie metody SMART			
Tworzenie wykresu Gantta			
Tworzenie budżetu projektu			



Umiejętność podejmowania decyzji finansowych dotyczących kosztów i wartości			
Umiejętność tworzenia planu zarządzania ryzykiem: wyznaczania ryzyka w projekcie i jego oceny oraz planowania reakcji na ryzyko			
Stosowanie metod i narzędzi automotywacji adekwatnych do własnych potrzeb			
Tworzenie osobistych projektów z uwzględnieniem: celów, rezultatów, działań, harmonogramu, budżetu i ryzyka			
<b>POSTAWY</b>	<b>Brak</b> nabycia kompetencji	Nabycie kompetencji <b>w stopniu średnim</b>	Nabycie kompetencji <b>w stopniu wysokim</b>
Poczucie inicjatywy i sprawczości, proaktywność, wybieganie w przyszłość, odwaga i wytrwałość w osiągnięciu celów			
Empatia i troska o ludzi i świat, a także przyjmowanie odpowiedzialności, stosowanie etycznego podejścia w całym procesie			
Umiejętność pracy indywidualnej i			





zespołowej, mobilizowania zasobów (ludzi i rzeczy) oraz podtrzymywania aktywności			
Kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję w ramach rozwijających się procesów twórczych i innowacji			

Data i podpis trenera

.....



## Ankieta autoewaluacji uczestnika/uczestniczki, Moduł 3

### Kurs: Przedsiębiorczość

#### Moduł 3: „Projekty w moim życiu”

Poniżej znajduje się wykaz kompetencji w podziale na wiedzę, umiejętności i postawy. Proszę wskazać, czy uważa Pan/Pani, że nabył/a daną kompetencję, wpisując symbol „X” w rubryce obok poszczególnych zdań. Jeśli nie jest Pan/Pani pewny/a lub uważa, że nie nabył/a danej kompetencji, proszę zostawić puste pole.

<b>KOMPETENCJE:</b>	
<b>WIEDZA</b>	<b>W tym polu wstaw „X”, jeśli uważasz, że nabyłeś/aś daną kompetencję.</b>
Wiem, czym jest projekt (znam definicję).	
Wiem, jakie są etapy zarządzania projektem.	
Znam role i zadania poszczególnych osób w projekcie.	
Wiem, jak ustalić cele projektu (znam metodę SMART).	
Wiem, co powinien zawierać harmonogram projektu (wykres Gantta).	
Wiem, jakie koszty projektowe zawiera budżet projektu.	
Wiem, czym jest zarządzanie ryzykiem i znam sposoby reagowania na ryzyko w projekcie.	
Wiem, czym są rezultaty projektu i jak należy je kwantyfikować.	
Wiem, czym jest projekt osobisty.	
Znam metody i narzędzia zwiększania wewnętrznej motywacji.	
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>	
Umiem tworzyć drzewo problemów i celów.	



Umiem zastosować metodę SMART.	
Umiem stworzyć wykres Gantta.	
Umiem stworzyć budżet projektu.	
Umiem stworzyć plan zarządzania ryzykiem: wyznaczania ryzyka w projekcie i jego oceny oraz planowania reakcji na ryzyko.	
Stosuję metody i narzędzia automotywacji adekwatne do własnych potrzeb.	
Umiem stworzyć projekt osobisty z uwzględnieniem: celów, rezultatów, działań, harmonogramu, budżetu i ryzyka.	
<b>POSTAWY</b>	
Mam poczucie inicjatywy i sprawczości.	
Mam proaktywną postawę.	
Jestem wytrwały/a w osiągnięciu celów.	
Wykazuję empatię i troskę o ludzi i świat, a także przyjmuję odpowiedzialność i stosuję etyczne podejście w całym procesie.	
Umiem pracować samodzielnie oraz w zespole.	
Wykazuję kreatywność, która obejmuje wyobraźnię, myślenie strategiczne i rozwiązywanie problemów oraz krytyczną i konstruktywną refleksję.	



## TEST WIEDZY „PO”, Moduł 3

**Imię i nazwisko uczestnika/uczestniczki:**

---

**Data:**

---

---

**Liczba uzyskanych punktów:**

---

Test wiedzy z zakresu kursu dla osób 50+ w zakresie przedsiębiorczości (Moduł 3: Projekty w moim życiu) składa się z 16 pytań jednokrotnego wyboru. Celem testu jest pomiar wiedzy końcowej uczestników/czek (po odbyciu kursu). Porównanie wyników niniejszego testu z wynikami testu początkowego pozwoli określić procentowy wzrost wiedzy danej osoby.

Uczestnicy/uczestniczki mają ok. 20 minut na rozwiązanie testu. Czas ten zostanie stosownie wydłużony, jeśli dana osoba z uzasadnionych przyczyn będzie potrzebowała więcej czasu na jego wypełnienie.

Poprawną odpowiedź (a, b, lub c) należy zaznaczyć, zakreślając ją w kółko. W przypadku zmiany decyzji należy zaznaczyć znakiem koła ostateczną odpowiedź i zaparafować, a poprzednie zaznaczenie przekreślić krzyżykiem.

**1. W zarządzaniu projektami „projekt” to:**

- a) Schemat lub plan, jak wprowadzić pożądaną zmianę bez określonego harmonogramu czy budżetu
- b) Tymczasowe, stopniowo doprecyzowywane przedsięwzięcie, którego celem jest osiągnięcie unikalnego rezultatu lub rozwiązanie konkretnego problemu
- c) Pomysł na wprowadzenie jakiegoś działania, który nie jest określony w czasie i nie ma konkretnego celu

**2. Litera „S” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Specific (sprecyzowany, konkretny)
- b) Sensible (rozsądny)
- c) Successful (udany, pomyślny)

**3. Litera „M” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Modest (skromny)
- b) Measurable (mierzalny)



c) Modern (nowoczesny)

**4. Litera „A” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Amazing (zdumiewający)
- b) Achievable (osiągalny)
- c) Analytical (analityczny)

**5. Litera „R” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Rare (rzadki)
- b) Redundant (niepotrzebny)
- c) Relevant (istotny, znaczący)

**6. Litera „T” w nazwie metody SMART odpowiada słowu:**

- a) Time-bound (określony w czasie)
- b) True (prawdziwy)
- c) Trustworthy (godny zaufania)

**7. Rezultatem projektu może być:**

- a) Przeprowadzenie warsztatów
- b) Podniesienie poziomu wiedzy i kompetencji
- c) Zamieszczenie ogłoszeń w prasie

**8. Kierownik projektu to:**

- a) Osoba odpowiedzialna za wdrożenie pomysłu w życie.
- b) Ktoś, dla kogo realizuje się projekt.
- c) Osoba, która będzie korzystała z tego, co powstanie w wyniku działań projektu.

**9. Zespół projektowy to:**

- a) Menedżerowie działów
- b) Klienci
- c) Członkowie grupy realizującej cel projektu

**10. Klient w projekcie to:**

- a) Osoba odpowiedzialna za wdrożenie pomysłu w życie.
- b) Ktoś, dla kogo realizuje się projekt.
- c) Osoba, która będzie korzystała z tego, co powstanie w wyniku działań projektu.

**11. Czego NIE zawiera wykres Gantta?**

- a) Danych finansowych projektu
- b) Dat i czasu trwania zadań w projekcie
- c) Kamieni milowych



**12. Wskaż przykład poprawnej kwantyfikacji rezultatu projektu:**

- a) Wzrost wiedzy uczestników/czek szkolenia
- b) Podniesienie poziomu wiedzy uczestników/czek szkolenia o 40%
- c) Zmiana postaw uczestników/czek szkolenia

**13. Czego NIE zawiera budżet projektu?**

- a) Kosztów finansowych
- b) Kosztów niekwalifikowalnych
- c) Kosztów materialnych

**14. Do reakcji na zagrożenie/ryzyko w projekcie NIE należy:**

- a) Powiadomienie służb
- b) Redukowanie zagrożenia
- c) Przeniesienie ryzyka

**15. Sposobem na zwiększenie swojej wewnętrznej motywacji NIE jest:**

- a) Pozytywne myślenie
- b) Zapominanie o wypoczynku
- c) Unikanie rutyny

**16. Który z niżej wymienionych jest projektem osobistym?**

- a) Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 835
- b) Remont kuchni w swoim domu
- c) Remont chodnika na osiedlu



**Dofinansowane przez  
Unię Europejską**



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

Zastrzeżenie: Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



**UZNANIE AUTORSTWA–UŻYCIE  
NIEKOMERCYJNE–NA TYCH SAMYCH  
WARUNKACH  
(CC BY–NC–SA)**

Ta licencja pozwala innym remiksować, dostosowywać i budować na tym utworze w sposób niekomercyjny, pod warunkiem, że przypisują nam i udzielają licencji na swoje nowe dzieła na identycznych warunkach.

