



UNIwersYTET OTwARTY
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO



INFORMATOR KURSÓW UOUW

I TRYMESTR
ROK AKADEMICKI
2025/2026

Kursy dla wszystkich !



Spis treści

KULTURY I IDEE

KURSY ONLINE

- 10 10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs online 
- 10 Archeologia dla nie-archeologów – kurs online 
- 10 Archeologia Epoki Lodowcowej: niesamowita historia rodzaju ludzkiego – kurs online
- 11 Artystki, mecenasi, modelki i kochanki, czyli o roli kobiet w sztukach pięknych – kurs online
- 11 Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online
- 11 Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część II – kurs online
- 12 Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część III – kurs online 
- 12 Być kobietą. Herstorie dawne i współczesne – kurs online
- 12 Co robimy w grupie, czyli socjologia z wyobraźnią – kurs online
- 13 Czego o kondycji i wolności człowieka uczą nas dziś Sartre, Beauvoir i Camus? – kurs online
- 13 „Dziłość” i cywilizacja. Kolonializm, postkolonializm, neokolonializm – kurs online 
- 13 Dżuma w Wenecji, hiszpanka w Wiedniu i AIDS w San Francisco, czyli obraz słynnych chorób w kulturze – kurs online
- 14 Filozofia dni ostatnich – wiodące koncepcje XXI wieku – kurs online
- 14 Jak wieść szczęśliwe życie po stoicku – kurs online
- 14 Jaskinie z perspektywy archeologa – kurs online 
- 15 Judaizm w pigułce – kurs online
- 15 Kryminalne zagadki muzeów – część II – kurs online
- 15 Migawki z historii muzyki – część I (barok) – kurs online
- 15 Myśl i maszyna. Od filozofii umysłu do sztucznej inteligencji – kurs online
- 16 Nie tylko Inkowie – historia prekolumbijska Ameryki Południowej – kurs online
- 16 Od Bułhakowa do Solżenicyna: rosyjska literatura XX wieku – kurs online 
- 16 Od Witkacego do net artu – polska sztuka awangardowa i współczesna – kurs online
- 17 Ona i jej Barcelona – sekrety miasta (nie tylko) Gaudiego – kurs online
- 17 Paryż osobliwy – poza zwykłymi trasami turystycznymi – kurs online
- 18 Polskie artystki (XIX i XX w.) – kurs online
- 18 „Rosji rozumem nie pojmiessz”? – rosyjska kultura, dzieje i obyczaje – kurs online
- 18 Smakowita literatura francuska – kurs online 
- 19 W 30h dookoła świata z diasporą żydowską. Poznajemy historię i kulturę Żydów na całym świecie – kurs online
- 19 Wędrowki za pięknem – przewodnik po sztuce świata – kurs online
- 19 Życ w zgodzie z myślą Seneki – analiza i wcielenie w życie „Myśli” Seneki – kurs online

KURSY STACJONARNE

- 20 10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs stacjonarny
- 20 10 obrazów, 10 malarzy, 10 historii – wykłady o malarstwie nowożytnym, część I – kurs stacjonarny
- 20 A co jeszcze mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom zaawansowany) – kurs stacjonarny
- 21 Artystki, mecenasi, modelki i kochanki, czyli o roli kobiet w sztukach pięknych – kurs stacjonarny
- 21 Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom podstawowy) – kurs stacjonarny
- 21 Inna historia kina – kurs stacjonarny 
- 21 Jak gwiazdy śpiewają. Światowe kariery polskich śpiewaków operowych – kurs stacjonarny
- 22 Jak myślar kultury? O czasie, przestrzeni, prawdzie i nie tylko – kurs stacjonarny
- 22 Jak znaleźć swoich przodków: kurs dla początkujących genealogów – kurs stacjonarny 
- 22 Kulturowo-egzystencjalna interpretacja arcydzieł literatury światowej – kurs stacjonarny
- 23 Lekcje oglądania, czyli podstawy analizy filmu – kurs stacjonarny 
- 23 Literatura latynoamerykańska dla osób anglojęzycznych / Latin American literature for English speakers – kurs stacjonarny
- 23 Pseudonauka – co to jest? – kurs stacjonarny 
- 24 Symbole, mity, rytuały: podróż po kulturach dawnych i współczesnych – kurs stacjonarny
- 24 Tysiące najróżniejszych więzów. Czytamy najnowszą literaturę nordycką i odkrywamy Północ – kurs stacjonarny

JĘZYKI ŚWIATA KURSY ONLINE

Język angielski

- 25 Aktywny angielski. Mów sprawnie i poprawnie! (poziom B1/B2) – kurs online
- 25 Angielski dla tych, którzy boją się mówić (poziom A2) – kurs online
- 25 Angielski dla tych, którzy nie czują się zbyt pewnie w rozmowie (poziom B1) – kurs online nowy!
- 26 Angielski na co dzień – w domu, w pracy i w podróży. Życie w społeczeństwie XXI wieku. Kurs języka angielskiego dla ponad średnio zaawansowanych – część III (poziom B2) – kurs online
- 26 Applied Business English – język angielski w środowisku pracy (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 26 As Precise As Possible – APAP: a remedy for English "headaches" – remedialny kurs języka angielskiego – część I (poziom B2) – kurs online
- 27 Business and Financial English – Essentials (poziom B1) – kurs online
- 27 Business and Financial English – Advanced (poziom B2/C1) – kurs online
- 27 Business English (poziom B2/C1) – kurs online
- 28 Business English with Lessons from Food and Drink Industries (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 28 Co warto wiedzieć o kuchni brytyjskiej (poziom B1/B2) – kurs online
- 28 Culture, Society and the English Language: Advanced Course in Speaking and Listening / Angielski, kultura i społeczeństwo: mówienie i słuchanie na poziomie zaawansowanym (poziom C1) – kurs online nowy!
- 28 Czasy gramatyczne w języku angielskim dla początkujących (A1/A2) – kurs online
- 29 Czy podróże kształcą? Czy stresują? Angielski dla tych, którzy wyruszają w świat (poziom B1) – kurs online
- 29 Czytanie i wymowa w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs online
- 29 Down the Rabbit Hole – rozwijaj angielski z klasyką literatury dziecięcej. Słownictwo i gramatyka w praktyce (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 30 Encounters with British Universities / Spotkania z brytyjskimi uniwersytetami (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 30 English for Professional Impact: miniwarsztaty z tłumaczeń bankietowych i konferencyjnych (biznes, kultura, polityka) (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 30 English in Style – Let's Talk Fashion! Kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online nowy!
- 31 English unlocked: speak with confidence – kurs języka angielskiego z naciskiem na skuteczną komunikację (poziom B1/B2) – kurs online
- 31 Gramatyka angielska krok po kroku / Step by step – a gradual approach to good English grammar (poziom A2/B1) – kurs online
- 31 Gramatyka angielska ze słuchu (poziom A2/B1) – kurs online nowy!
- 32 Inspiracje gramatyczno-leksykalne zaczerpnięte z tekstów piosenek – kurs języka angielskiego (poziom B1) – kurs online
- 32 Komunikacja w firmie w języku angielskim (poziom B1) – kurs online
- 32 Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim – część II (poziom C1) – kurs online nowy!
- 33 Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim (poziom B2/C1) – kurs online
- 33 Let's Talk About... czyli 'Porozmawiajmy o...' – kurs języka angielskiego na poziomie zaawansowanym z wykorzystaniem artykułów z prasy (poziom C1) – kurs online
- 33 Morning English with Video: Angielski Audiowizualnie. Język angielski na poziomie średnio zaawansowanym (poziom B2) – kurs online
- 34 Mów jeszcze lepiej – kurs języka angielskiego (poziom B1/B2) – kurs online nowy!
- 34 Mów pewnie – kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online
- 34 Mów płynniej o codzienności i trendach – kurs języka angielskiego (poziom B1) – kurs online nowy!
- 35 Perfect English – Listen and Speak/Perfekcyjny angielski – rozmawiaj i słuchaj (poziom B1/B2) – kurs online
- 35 Practice Makes Perfect. Wzbogacaj słownictwo w sytuacjach codziennych. Kurs języka angielskiego (poziom B2/C1) – kurs online
- 35 Quest for English Mastery – część IV. Poglębiony kurs języka angielskiego (poziom B2) – kurs online nowy!
- 36 Road to Fluency – część IV. Praktyczny kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online nowy!
- 36 See the World 1 – A Journey to the East. Odkrywanie świata i innych kultur z językiem angielskim (poziom B2/C1) – kurs online
- 36 Small Talk, Big Chat – kurs języka angielskiego (poziom C1) – kurs online nowy!
- 37 Speak like an American! – kurs wymowy amerykańskiej odmiany języka angielskiego (poziom B2) – kurs online

- 37 The Queen's Speech – kurs wymowy standardowej odmiany języka angielskiego – część II (poziom B2) – kurs online
- 37 The Queen's Speech – kurs wymowy standardowej odmiany języka angielskiego (poziom B2) – kurs online
- 38 Timeless tales: master English through engaging short stories / Ponadczasowe opowiadania: opanuj angielski dzięki wciągającym historiom (poziom B2/C1) – kurs online
- 38 Uaktywnij swój angielski (poziom A1/A2) – kurs online
- 38 Uaktywnij swój angielski – część III (poziom A2/B1) – kurs online
- 39 Uaktywnij swój angielski – część IV (poziom B1) – kurs online
- 39 Uaktywnij swój angielski – część VI (poziom B1) – kurs online
- 39 „Uchwycić w chwili wielkości” – literackie i kulturowe dziedzictwo Jane Austen (poziom C1) – kurs online nowy!
- 40 Wystąpienia publiczne w języku angielskim (poziom B1/B2) / Public speaking in English – kurs online nowy!
- 40 YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku (poziom A1) – część I – kurs online
- 40 YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku (poziom A1) – część III – kurs online
- 41 Z angielskim za pan brat – kurs dla rozpoczynających naukę od zera (poziom A1) – kurs online
- 41 Z angielskim za pan brat – podróże kształcą – kurs językowy dla kontynuujących naukę (poziom A2) – kurs online
- 41 Zrozumieć gramatykę angielską / Understanding English Grammar (poziom B1/B2) – kurs online
- 42 Zwiedzaj świat po angielsku – miłej podróży (poziom A2) – kurs online

Język arabski

- 42 Język arabski w pigułce (poziom A1) – kurs online
- 42 Arabski bez granic (poziom A1/A2) – kurs online
- 43 Arabski bez granic (poziom A2) – kurs online

Język bułgarski

- 43 Bulgaria w walizce – o kulturze Bułgarii z elementami nauki języka bułgarskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online nowy!
- 43 Zdravej! Kak si? Język bułgarski z elementami kultury dla początkujących (poziom A1) – kurs online
- 44 Zdravej! Kak si? Język bułgarski dla początkujących z elementami kultury (poziom A1/A2) – kontynuacja – kurs online nowy!

Język francuski

- 44 A1/A2 perfectionnement, czyli szybki rajd językowy – część I (poziom A1/A2) – kurs online nowy!
- 44 A2 pour comprendre mieux, czyli francuski bez tajemnic – część I (poziom A2) – kurs online nowy!
- 45 A Paris au soleil et sous la pluie. W Paryżu w słońcu i w deszczu (poziom A2/B1) – kurs online
- 45 Avec plaisir. Mówimy po francusku i poznajemy kulturę Francji (poziom A1/A2) – kurs online
- 45 B2 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B2 (poziom B2) – kurs online
- 46 Ça va bien ! Partie 1 – kurs języka francuskiego (poziom A1) – kurs online
- 46 Ça va bien ! Partie 2 – kurs języka francuskiego (poziom A1/A2) – kurs online
- 46 Comprendre les Français – zrozumieć Francuzów – część I (poziom B1) – kurs online
- 47 Crème de la crème avec la cerise sur le gâteau, czyli co mogę zrobić (jeszcze) lepiej – część II (poziom B1/B2) – kurs online
- 47 Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online
- 47 Gramatyka francuska w kontekście – kurs gramatyki języka francuskiego (poziom A1/A2) – kurs online
- 48 Oko w oko z francuskim i kulturą francuską – kurs języka francuskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online
- 48 On communique ! Partie 1 – kurs języka francuskiego (poziom B1) – kurs online
- 48 Parler français: culture, société, politique, économie. Dyskusja o Francji i nie tylko – konwersacje z języka francuskiego (poziom B2) – kurs online nowy!
- 49 Parler français: culture, société, politique, économie/Dyskusja o Francji i nie tylko – konwersacje z języka francuskiego (poziom C1) – kurs online
- 49 Pour communiquer mieux B2 (partie I) – Po to, by mówić lepiej (poziom B2) – część I – kurs online
- 49 Złap gramatykę francuską za rogi! Czyli jak oswoić trudniejsze elementy gramatyki francuskiej (poziom B2) – kurs online

Greka

- 50 Język Ewangelii: Greka Nowego Testamentu (poziom A1) – kurs online

Hebrajski

- 50 Język hebrajski biblijny (poziom A1) – kurs online
- 50 Język hebrajski współczesny (poziom A1) – kurs online 

Język hiszpański

- 51 A mí me gusta el español / Lubię hiszpański – część II (poziom B1) – kurs online
- 51 Cuéntame más – porozmawiajmy po hiszpańsku – część IV (poziom B2/C1) – kurs online 
- 51 Hablar por los codos: rozgadam się po hiszpańsku – część I (poziom A2/B1) – kurs online 
- 52 Hiszpania i Ameryka Łacińska – język, ludzie, wydarzenia. Kurs języka hiszpańskiego (poziom B1/B2) – kurs online
- 52 Hiszpańskie zwyczaje i obyczaje, czyli saber vivir a la española (poziom A2) – kurs online
- 52 Hiszpański i sławni Hiszpanie (poziom A1) – kurs online
- 53 Hiszpański – podróż przez Hiszpanię i Amerykę Łacińską (poziom A1/A2) – kurs online
- 53 ¡Hola! ¿Cómo estás? – Hiszpański dla początkujących – część I (poziom A1) – kurs online 
- 53 ¡Hola! ¿Hablas español? – Kurs języka hiszpańskiego (poziom A2) – część III – kurs online 
- 54 ¡Hola! ¿Qué sabes de España y América? – Kurs języka hiszpańskiego (poziom A2/B1) – kurs online 
- 54 Paso a paso: hiszpański bez pośpiechu – część II (poziom A1) – kurs online 
- 54 Z Hiszpanem – po hiszpańsku! (poziom A1) – kurs online
- 55 Z Hiszpanem – po hiszpańsku – część III (poziom A2) – kurs online

Łacina

- 55 Łacina chrześcijańska (poziom A1) – kurs online

Niderlandzki

- 55 Niderlandzki w podróży, w pracy i nie tylko (poziom A1) – kurs online
- 55 Niderlandzki z kulturą i nauką w tle (poziom B2) – kurs online
- 56 Z niderlandzkim każdego dnia (poziom B1) – kurs online
- 56 Z niderlandzkim w świat (poziom A2) – kurs online

Język niemiecki

- 56 Alltagskommunikation, czyli niemiecki na co dzień (poziom A1/A2) – kurs online
- 56 Deutsche Grammatik ist cool. Łatwa teoria połączona z praktycznym treningiem (poziom A1/B1) – kurs online
- 57 Dobry start, czyli język niemiecki na co dzień – część II (poziom A2) – kurs online
- 57 Dobry start, czyli niemiecki od podstaw (poziom A1) – kurs online
- 58 Druga szansa dla języka niemieckiego – Niemiecki? To taki łatwy język! (poziom A2) – kurs online
- 58 Hallo, wie geht's? Język niemiecki dla „ponownie początkujących” (poziom A1) – kurs online
- 58 Juristisches Deutsch 1 / Niemiecki język prawniczy – część I (poziom B1/B2) – kurs online 
- 59 Kryminalno-filmowa podróż po Landach – kolejna szansa dla języka niemieckiego (poziom B1/B2) – kurs online
- 59 Niemiecki – gruntowne porządki! Uczyłeś się, ale niewiele pamiętasz? Ten kurs jest dla Ciebie! (poziom A1/A2) – kurs online
- 59 Niemiecki inaczej – czyli na luzie i na wesoło. Konwersacja i inne formy interakcji połączone z dobrym humorem oraz elementami języka zawodowego (poziom B1) – kurs online
- 60 Niemiecki – język w kulturze. Słownictwo na co dzień, w piosenkach, filmach oraz w innych wytworach kulturowych (poziom A2/B1) – kurs online
- 60 Niemiecki w biznesie (poziom A2/B1) – kurs online
- 60 Niemiecki w biznesie (poziom B2/C1) – kurs online
- 61 Niemiecki wygodnie, praktycznie, skutecznie i z humorem (poziom A2) – kurs online
- 61 Rozmowa kwalifikacyjna w języku niemieckim (poziom B1/B2) – kurs online
- 61 Szansa dla języka niemieckiego – podróże w czasie i przestrzeni. Konwersacje (poziom B1) – kurs online 
- 62 Szwajcaria, Austria i Liechtenstein obecnie (poziom B2/C1) – kurs online 
- 62 Zaawansowana gramatyka języka niemieckiego w praktyce (poziom C1/C2) – kurs online
- 62 Zielony niemiecki: język ekologii na co dzień (poziom B1/B2) – kurs online 

Nowogrecki

- 62 Język nowogrecki w dziesięciu prostych piosenkach (poziom A1) – kurs online
- 63 Kalimera Elada! Język nowogrecki dla turysty z elementami wiedzy o kulturze i o wybranych zabytkach (poziom A1) – kurs online

Język rosyjski

- 63 Aktywny dialog A1! Alfabet i podstawowe konwersacje po rosyjsku (poziom A1) – kurs online
- 63 Aktywny dialog A2! Gramatyka i konwersacje po rosyjsku (poziom A2) – kurs online

- 64 Aktywny dialog B1! Konwersacje na gorące tematy po rosyjsku (poziom B1) – kurs online
- 64 Kurs języka rosyjskiego dla przyjemności w czasach jego mniejszej popularności (poziom A2/B1) – kurs online nowy!
- 64 Pierwsze kroki z rosyjskim (poziom A1) – kurs online
- 65 Pogovorim? – ekspresowy kurs języka rosyjskiego – część I (poziom B1/B2) – kurs online
- 65 „Priwiet!?”: rosyjski od podstaw (poziom A1) – kurs online
- 65 „Priwiet!?”: rosyjski od podstaw – część II (poziom A1/A2) – kurs online
- 65 Raz, dwa, trzy, start! Zaczynamy! – rosyjski dla początkujących (poziom A1) – kurs online
- 66 Tajemnicza Rosja – część I – kurs języka rosyjskiego (poziom B1/B2) – kurs online nowy!
- 66 Z rosyjskim za pan brat – ekspresowy kurs języka rosyjskiego w życiu codziennym (poziom A2/B1) – część I – kurs online

Język serbski

- 66 Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego z elementami kultury (poziom A1) – kurs online
- 67 Dome, slatki dome! O domu i kuchni Serbów – nauka języka serbskiego (poziom A1) – kurs online

Język szwedzki

- 67 Pippi på svenska. Weekendy z językiem szwedzkim – kurs dla początkujących (poziom A1) – kurs online
- 68 Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – kurs dla początkujących – część I (poziom A1) – kurs online
- 68 Svenska på gång – część II. Język szwedzki w życiu codziennym (poziom A2) – kurs online
- 68 Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – część III (poziom A2/B1) – kurs online

Język turecki

- 69 Turkish Language Course A2. Kurs języka tureckiego (poziom A2) – kurs online
- 69 Turkish language course – Beginner level – online. Kurs języka tureckiego (poziom A1) – kurs online

Język ukraiński

- 70 „Palanyca”: język ukraiński i kultura ukraińska dla cudzoziemców (poziom A1/A2) – kurs online
- 70 „Palanyca”: język ukraiński i kultura ukraińska dla cudzoziemców (poziom B1) – kurs online nowy!

Język włoski

- 70 „Italiani si nasce”. I ty mów po włosku jak prawdziwy Włoch. Wystarczy dobry kurs języka i kultury włoskiej oraz pasja – część I (poziom A1) – kurs online nowy!
- 71 L'italiano con l'arte – capolavori artistici e cultura visiva italiana / język włoski poprzez sztukę – arcydzieła i włoska kultura wizualna (poziom B1/B2) – kurs online nowy!
- 71 L'italiano con la letteratura – kurs języka włoskiego poprzez literaturę XX wieku i współczesną (poziom B2/C1) – kurs online nowy!
- 71 L'italiano per il business – corso di italiano aziendale / Włoski dla biznesu – korporacyjny kurs języka włoskiego (poziom B1/B2) – kurs online
- 72 Lasciatemi Parlare! (poziom A2) – kurs online
- 73 Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online
- 73 Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego – część II (poziom A2) – kurs online
- 73 Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego – część III (poziom B1) – kurs online
- 74 Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część I (poziom A1) – kurs online
- 75 Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część II (poziom A1) – kurs online nowy!
- 75 Vedi Napoli e poi muori – corso di italiano per turisti / „Zobaczyć Neapol i umrzeć” – kurs języka włoskiego dla turystów (poziom A2/B1) – kurs online
- 75 Włoski poprzez kino: kurs konwersacji w języku włoskim – część II (poziom B1/B2) – kurs online nowy!

KURSY STACJONARNE

Język angielski

- 76 Artful Speaking in English – praktyczne prezentacje ustne po angielsku (poziom B2/C1) – kurs stacjonarny nowy!
- 76 Czytanie i wymowa w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs stacjonarny
- 77 Let's Read, Watch, and Discuss! Angielski klub dyskusyjny: rozmowy o memach, stand-upach i krótkich utworach literackich (poziom B2/C1) – kurs stacjonarny
- 77 Lost and Found in Translation – warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego (poziom C1) – kurs stacjonarny

- 78 ~~Translating Words and Worlds – warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego (poziom C1) – kurs stacjonarny~~ KURS WYCOFANY

Język francuski

- 78 Sous le ciel de Paris/Pod niebem Paryża. Kurs języka francuskiego dla osób, które uczyły się trochę francuskiego, tzw. fałszywych początkujących (poziom A2) – kurs stacjonarny

Język hiszpański

- 79 Coger el toro por los cuernos: hiszpańska gramatyka – część II (poziom B1/B2) – kurs stacjonarny nowy!
79 Hablar por los codos: rozgadaj się po hiszpańsku – część I (poziom A2/B1) – kurs stacjonarny nowy!
79 ¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers (poziom A1) – kurs stacjonarny
80 ¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers (poziom A2) – kurs stacjonarny nowy!

Język japoński

- 80 Hiragana, katakana, kanji – pismo japońskie dla uczących się języka japońskiego – kurs stacjonarny nowy!
81 中級中 インスタント日本語 Japoński instant – kurs średnio zaawansowany (poziom A2) – kurs stacjonarny nowy!
81 初級上 インスタント日本語 Japoński instant – kurs wyższy podstawowy (poziom A2) – kurs stacjonarny
81 インスタント日本語 Japoński instant – kurs dla początkujących skoncentrowany na rozmowie (poziom A1) – kurs stacjonarny
82 続 インスタント日本語 Japoński instant c.d. – kontynuacja kursu dla początkujących skoncentrowanego na rozmowie (poziom A1/A2) – kurs stacjonarny

Nowogrecki

- 82 Życie codzienne w Grecji. Kurs języka nowogreckiego (poziom A2) – kurs stacjonarny nowy!

Język włoski

- 83 Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część I (poziom A1) – kurs stacjonarny
83 Włoskie klimaty – nauka języka w kontekście kulturowym: zabytki, obyczaje, kuchnia i film. Język włoski dla początkujących (poziom A1) – kurs stacjonarny

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY ONLINE

- 84 AI jako asystent rozwoju kreatywności – kurs online
84 Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs online
85 Dla tych, którzy dociekają – filozoficznie o psychoterapii – kurs online nowy!
85 Filozoficzny self care, czyli filozofia w trosce o dobre i szczęśliwe życie – kurs online
85 Higiena cyfrowa – kurs online nowy!
86 Jak zadbać o siebie w komunikacji osobistej i zawodowej – kurs online nowy!
86 Komunikacja bez przemocy w pracy – warsztaty – kurs online
86 Kryptowaluty – przewodnik dla humanistów i nie tylko. Epickie historie i praktyczne warsztaty – kurs online
87 Michał Boym, wysłannik dynastii Ming – wszystko, o co baliście się zapytać – kurs online nowy!
87 Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu, 6-tygodniowy – kurs online
88 Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu – część II – kurs online
88 Najciekawsze eksperymenty w psychologii – konfrontacje – kurs online
88 Nauka przewidywania – kurs online
89 Państwo rosyjskie od Mikołaja II do Władimira Putina. Czyli krótki kurs ustroju Rosji od caratu do wojny ukraińsko-rosyjskiej – kurs online nowy!
89 Poznać i zrozumieć osoby ze spektrum autyzmu – kurs online
89 Pozyskiwanie informacji, analiza dezinformacji (fake news) i bezpieczeństwo informacyjne. Kurs Białego Wywiadu (OSINT) dla humanistów – kurs online
90 Pracuj efektywnie, żyj bardziej harmonijnie w erze AI – kurs online nowy!
90 Rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem AI – kurs online
91 Socjologia queer – osoby nienormatywne płciowo i seksualnie w społeczeństwie – kurs online nowy!
91 Techniki wywierania wpływu, perswazji oraz manipulacji – kurs online nowy!
91 Tworzenie prezentacji – myślenie wizualne i narracyjne – kurs online nowy!
92 Unia Europejska we współczesnym świecie – kurs online nowy!
92 Urban Survival – sztuka przetrwania w mieście – kurs online

KURSY STACJONARNE

- 92 Adaptacje teatralne i adaptacje filmowe wielkich dzieł literatury polskiej: dwudziestolecie doktoratu honoris causa UW dla Andrzeja Wajdy – kurs stacjonarny
- 93 Asertywność jako postawa – nie tylko „nie!” – kurs stacjonarny
- 93 Asertywność – warsztaty wzmacniające poczucie własnej wartości i satysfakcję w relacjach interpersonalnych – kurs stacjonarny
- 94 Budowanie bezpieczeństwa psychologicznego i poczucia przynależności w zespole – kurs stacjonarny
- 94 Być kobietą w Indiach – kurs stacjonarny nowy!
- 95 Chcesz być dziennikarzem? W ciągu 12 zajęć warsztatowych przekonasz się, że to jest do osiągnięcia – kurs stacjonarny nowy!
- 95 Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs stacjonarny
- 95 Jak Cię widzą..., czyli autoprezentacja na scenie i przed kamerą – kurs stacjonarny
- 96 Jak uczyć się przyjemniej i efektywniej – kurs stacjonarny
- 96 Kształtowanie kompetencji społecznych – kurs stacjonarny
- 96 Oswajam konflikt. Na drodze do spokoju i sprawczości – kurs stacjonarny nowy!
- 97 O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – część II – kurs stacjonarny
- 97 Rozwiń skrzydła – warsztaty budowania poczucia własnej wartości – kurs stacjonarny
- 97 Sztuka prowadzenia dyskusji – kurs stacjonarny
- 97 Sztuka prowadzenia dyskusji – ćwiczenia – kurs stacjonarny
- 98 Trener wewnętrzny w organizacji – kurs stacjonarny
- 98 W poszukiwaniu sensu życia – filozofia afirmacji – kurs stacjonarny
- 98 Współpraca w zespole. Budowanie zespołu i zarządzanie nim – kurs stacjonarny
- 98 Zadbaj o siebie: podróż do lepszego żywienia – kurs stacjonarny nowy!
- 99 Zapamiętuj lepiej i ucz się łatwiej: trening pamięci i koncentracji, mnemotechniki i notatki sprzyjające uczeniu się – kurs stacjonarny
- 99 Znajdź swoje szczęście. Warsztat budowania dobrostanu – kurs stacjonarny

PRAWO, BIZNES I IT

KURSY ONLINE

- 100 Agile & design mindset, kompetencje przyszłości – kurs online
- 100 Agile – zwinne zarządzanie projektami – kurs online nowy!
- 100 AI dla sceptyków: zastosowania i ograniczenia – kurs online
- 101 Analiza sprawozdań finansowych – kurs online
- 101 Biznes w sieci – strategia, technologia, sprzedaż e-commerce, marketing – kurs online
- 101 Blog internetowy, czyli jak zostać blogerem, promować i zarabiać na własnej stronie www – kurs online
- 102 Coaching kariery – strategiczne zarządzanie własną karierą zawodową – kurs online
- 102 Czy gospodarce potrzebne jest państwo? – kurs online nowy!
- 102 Dysk Google – skuteczne zarządzanie plikami w chmurze. Kurs dla początkujących – kurs online
- 103 E-Biznes i skuteczny e-marketing, czyli jak sprzedawać i promować w internecie – kurs online
- 103 Efektywna praca i nauka z aplikacjami Google. Kurs dla początkujących – kurs online nowy!
- 103 Employee Relations – kurs dla przedstawicieli działów HR, managerów, osób zarządzających zespołami – kurs online
- 104 HR mastermind – kurs online
- 104 Interaktywne wizualizacje w Pythonie – kurs online nowy!
- 104 Krytycyzm i myślenie krytyczne – kurs online
- 105 Kultura innowacji i zarządzanie zmianą – kurs online
- 105 Manager innowacji – kurs online nowy!
- 105 Marketing i promocja online w pracy zawodowej i biznesie – kurs online nowy!
- 106 Modelowanie finansowe przy użyciu MS Excel – kurs online
- 106 Niskobudżetowe strategie na sukces w mediach społecznościowych – dla przedsiębiorstw i marek osobistych – kurs online
- 106 Nowe Technologie w praktyce – kurs online
- 107 Ocena projektów inwestycyjnych – kurs online
- 107 Oszczędzanie i inwestowanie dla początkujących – kurs online
- 107 Personal branding w internecie – współpraca dziennikarzy, blogerów i influencerów z biznesem – kurs online
- 108 Podstawowe zagadnienia prawa pracy – kurs online
- 108 Podstawy inwestowania na rynku finansowym – kurs online nowy!
- 108 Podstawy rachunkowości finansowej – kurs online

- 108 Podstawy wizualizacji danych z wykorzystaniem narzędzi języka R – kurs online nowy!
- 109 Postępowanie cywilne w sprawach dotyczących nieruchomości – kurs online
- 109 Programy Mentoringowe w organizacji – od podstaw do mistrzostwa – kurs online
- 109 Python w badaniach i rozwoju (R&D) – automatyzacja, analiza, prototypowanie – kurs online nowy!
- 110 Skuteczna reklama, czyli mix strategii, wykorzystania aplikacji i systemów reklamowych oraz psychologii reklamy – kurs online
- 110 Skuteczna rekrutacja i selekcja pracowników – kurs online
- 110 Sztuczna inteligencja w biznesie, modelowanie systemów i aplikacji mobilnych – kurs online nowy!
- 111 Sztuczna inteligencja (AI) dla twórców prezentacji i videoklipów – kurs online
- 111 Tajemnice protokołu dyplomatycznego dla ciekawskich – kurs online
- 111 Witryny Google: tworzenie stron internetowych dla początkujących – kurs online
- 112 Wybrane aspekty rachunkowości finansowej – kurs online
- 112 Zarządzanie projektami w praktyce – kurs online nowy!
- 112 Zatrudnianie i zwalnianie pracowników. Analiza przepisów prawa pracy – kurs online

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY ONLINE

- 113 Big Data – Praktyczne Wprowadzenie w Pythonie – kurs online
- 113 Dieta i styl życia a zdrowie psychiczne – kurs online
- 113 Diety odchudzające – prawdy i mity – kurs online
- 114 Filozofia o nauce i pseudonauce – szum informacyjny, fake newsy a wiedza – kurs online
- 114 Filozoficznie o zwierzętach – kurs online nowy!
- 114 Holistyczna droga do zdrowia: ciało, umysł, duch – kurs online
- 115 Olejki eteryczne w fitoterapii i kosmetologii – kurs online nowy!
- 115 Pasożyty na wakacjach: kurs parazytologii tropikalnej dla każdego – kurs online
- 115 Podstawy uczenia maszynowego w Pythonie – kurs online
- 115 Rośliny w religii i sztuce – kurs online
- 116 Statystyczna analiza danych w Pythonie – kurs online

KURSY STACJONARNE

- 116 Drzewa i krzewy w mieście – praktyczny kurs rozpoznawania – kurs stacjonarny nowy!
- 116 Tajemnice radioterapii dla ciekawskich – kurs stacjonarny

REKREACJA I HOBBY

KURSY ONLINE

- 117 Automasaż – sam możesz rozluźnić swoje ciało – kurs online
- 117 Ceramika i porcelana: historia, identyfikacja, kolekcjonerstwo, wycena – kurs online nowy!
- 117 Exercises, Diet and Sport Supplements – How and Why it Works/Sport, Dieta i Suplementy – Jak i dlaczego działają? – kurs online
- 118 Kurs malarstwa – co malować? – kurs online nowy!
- 118 Montaż filmowy – podstawy – kurs online
- 118 Napisz powieść kryminalną – kurs online
- 118 O krok dalej – pisanie kreatywne – kurs online
- 119 Rysunek i malarstwo II – kurs online
- 119 Świat moimi słowami – pisanie kreatywne – kurs online

KURSY STACJONARNE

- 119 Aqua fitness and run z elementami pływania – kurs stacjonarny
- 120 Artystyczna kreatywność dla każdego – kurs stacjonarny
- 120 Brydź Sportowy – dla początkujących – kurs stacjonarny przyspieszony
- 120 Gimnastyka w wodzie – kurs stacjonarny
- 121 Graj! Myśl! Baw się dobrze! Nauka gry w znane i mniej znane gry logiczne! – kurs stacjonarny
- 121 Jak opowiadać lokalne historie? – kurs stacjonarny nowy!
- 121 Joga dla początkujących – kurs stacjonarny
- 122 Joga klasyczna – forma dostępna dla każdego! – kurs stacjonarny
- 122 Joga klasyczna – forma dostępna dla każdego! – kontynuacja – kurs stacjonarny nowy!
- 122 Joga o krok dalej – kurs stacjonarny nowy!
- 123 O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – kurs stacjonarny
- 123 Piłka siatkowa dla początkujących – kurs stacjonarny nowy!
- 123 Podstawy stretchingu w teorii i praktyce – kurs stacjonarny

- 123 Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kurs stacjonarny
- 124 Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kontynuacja – kurs stacjonarny
- 124 Scena dla każdego – warsztaty teatralne – kurs stacjonarny
- 124 Slow jogging – kurs stacjonarny
- 125 Uważność w przyrodzie – nature journaling – kurs stacjonarny
- 125 Wspinaczka na sztucznej ścianie – kurs stacjonarny
- 125 Zdrowy kręgosłup – ćwiczenia inspirowane pozycjami jogi – kurs stacjonarny
- 126 Zdrowy kręgosłup – ćwiczenia inspirowane pozycjami jogi – kontynuacja – kurs stacjonarny nowy!
- 126 Ze śpiewem przez życie – od prawidłowej wymowy do pięknego śpiewu – kurs stacjonarny

UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH

- 127 Czego nie wiemy o Starym Kontynencie? – kurs online nowy!
- 127 Nauka wokół nas – kurs online nowy!

Kultury i Idee

Kursy online

10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs online

dr Paweł Tomanek

271 zł/20 h

Podczas kursu zapoznamy się z 10 kulturami z najróżniejszych części świata – od Alaski po amazoński las deszczowy i od suchych stepów australijskich po Syberię. Każda z tych kultur jest szczególną formą dostosowania się do środowiska i pokazuje, że „człowieczeństwo” i „ludzki sposób życia” to bardzo plastyczne pojęcia. Większość omówionych kultur ulega wpływom liczniejszych i silniejszych społeczeństw rolniczych i przemysłowych. Zastanowimy się, czy ten proces jest nieunikniony i czy można mu zapobiec.

Archeologia dla nie-archeologów – kurs online

mgr Grzegorz Czajka

271 zł/20 h

Odkrycia archeologów od zawsze cieszą się dużym zainteresowaniem społeczeństwa. Znajduje to swe odzwierciedlenie w popkulturze. Czy aby na pewno praca archeologa wygląda tak, jak przedstawiają to filmy, powieści i gry komputerowe? Kurs ten przybliży Słuchaczom najważniejsze kwestie związane z pracą archeologów. Odczarowany zostanie wizerunek poszukiwacza przygód na rzecz naukowca, który odkrywa tajemnice przeszłości dzięki posiadanej wiedzy i analizom laboratoryjnym.

Archeologia Epoki Lodowcowej: niesamowita historia rodzaju ludzkiego – kurs online

dr Natalia Gryczewska

407 zł/30 h

Kurs przybliży historię początków człowieka: od momentu rozdzielenia się z linią szympanów, do momentu zakończenia plejstocenu, tj. epoki lodowcowej. Przedstawione zostaną metody współczesnej archeologii oraz znaleziska, które ukształtowały nasz obraz przeszłości. Słuchacze zapoznają się z najważniejszymi i najbardziej spornymi zagadnieniami związanymi z pojawieniem się człowieka, jego ewolucją biologiczną oraz kulturową. Na kursie poruszone zostaną zagadnienia związane z przedstawianiem epoki lodowcowej w popkulturze.

Artystki, mecenaski, modelki i kochanki, czyli o roli kobiet w sztukach pięknych – kurs online

dr Adam Tyszkiewicz

407 zł/30 h

Zaproszenie do udziału w kursie skierowane jest do Słuchaczy zainteresowanych europejskim malarstwem i rzeźbą nowożytną. Zajęcia będą dotyczyły malowideł i rzeźb, które zrewolucjonizowały sztukę na przestrzeni ostatnich kilku stuleci. Słuchacze zaznajomią się z symboliką i kompozycją wybranych obrazów oraz technikami malarskimi stosowanymi przez wybrane artystki. Słuchacze poznają również sylwetki najważniejszych malarek i rzeźbiarek oraz okoliczności powstania ich najwybitniejszych dzieł sztuki. Szczególnie duży nacisk zostanie położony na porównanie obrazów i rzeźb o tym samym temacie, powstałych w tym samym czasie, oraz na wskazanie późniejszych inspiracji.

Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online

mgr Zofia Załęska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do wszystkich Słuchaczy i Słuchaczek zainteresowanych sztuką i historią sztuki. Podczas kursu będziemy poznawać tajniki tych najbardziej (i tych nieco mniej) znanych obrazów. Do uczestnictwa zaproszone są zarówno osoby, które miały już styczność z historią sztuki, jak i osoby zupełnie w tym temacie początkujące.

Na początku zarysowana zostanie periodyzacja historii sztuki w kręgu europejskim. Następnie Słuchacze i Słuchaczki dowiedzą się, czym jest ikonografia i ikonologia, a także poznają inne dziedziny pomocne przy odczytywaniu obrazów; poruszymy też kwestię różnic pomiędzy symbolem, alegorią i personifikacją. Na kolejnych spotkaniach omówimy motywy z ikonografią różnych gatunków malarskich (obrazy religijne, historyczne, mitologiczne, portrety, martwe natury, sceny rodzajowe): kolory, zwierzęta, rośliny, atrybuty umieszczone zostaną w kontekście historycznym.

Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część II – kurs online

mgr Zofia Załęska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do osób zainteresowanych sztuką i historią sztuki, które uczestniczyły w kursie „Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online”.

Na początku przypomnimy sobie periodyzację historii sztuki, z naciskiem na temat kultywowania tradycji i sprzeciwiania się jej. Następnie Słuchacze zapoznają się z tajnikami malarstwa portretowego. Omówimy głębiej kwestię perspektywy w malarstwie, a także symbolikę związaną ze śmiercią i przemijaniem. Kurs zamknijemy zajęciami odnoszącymi się do przygód Roberta Langdona i „tajnych” symboli. Wszystkie zagadnienia zostaną osadzone w szerokim kontekście historycznym i społecznym.

By uczestniczyć w tym kursie, konieczne jest ukończenie kursu „Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online”.

Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część III

– kurs online

mgr Zofia Załęska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do osób zainteresowanych sztuką i historią sztuki, które uczestniczyły w kursie „Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online”.

Podczas kursu podejmiemy tematy związane z kategorią piękna i brzydoty, szczególnie w ruchu estetyzmu z końca XIX wieku. Poruszymy kwestię teorii feministycznych i postkolonialnych oraz wykorzystania ich we współczesnym odczytaniu dzieł sztuki. Następnie Słuchacze i Słuchaczki zapoznają się z historią grafiki jako medium artystycznego. Omówimy także problematykę pejzażu jako gatunku malarstwa. Kurs zamkniemy zajęciami dotyczącymi badań technologicznym i konserwacji obrazów, a na końcu czeka nas podsumowanie nowo zdobytej wiedzy.

Być kobietą. Herstorie dawne i współczesne – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Czy to prawda, że mężczyźni są z Marsa, a kobiety z Wenus? Feminizm ma oparcie w micie i historii czy jest zupełnie nowym dyskursem teoretycznym i społecznym? Dlaczego św. Tomasz twierdził, że: „Kobieta to mężczyzna niewydarzony”? Co sądziły średniowieczne damy o pojedynkach i uwalnianiu dziewic? Dlaczego renesans stał się czasem polowań na czarownice i stosów? Czy można zgodzić się z Napoleonem, że kobiety należą do mężczyzn tak, jak drzewo owocowe należy do ogrodnika? Czy za zdanie: „Skoro kobieta może zgodnie z prawem zawisnąć na szubienicy, winna również mieć prawo stanąć na mównicy” można było trafić pod gilotynę? Jak głos rozbitej szyby może stać się argumentem w polityce? Czy ktoś rodzi się kobietą? Płeć jest kwestią biologiczną, kulturową czy polityczną? Jak wygląda sytuacja prawna, społeczna i ekonomiczna kobiet w XXI wieku?

Na te i inne pytania poszukamy odpowiedzi na interdyscyplinarnym kursie, opowiadającym historię emancypacji kobiet.

Co robimy w grupie, czyli socjologia z wyobraźnią – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

W jaki sposób otoczenie nas kształtuje i wpływa na nasze zachowanie? Czy po zawartości naszej lodówki i sposobach spędzania wolnego czasu można orzec, do jakiej grupy społecznej należymy? Dlaczego w każdym społeczeństwie występują nierówności i konflikty? Skąd biorą się patologie społeczne? Czy można sterować ludzkim działaniem lub wpływać na nie za pomocą socjotechnik? Jak kształtują się mody i trendy? Czy społecznymi aktorami mogą być czynniki pozaludzkie? Jak zmieniają się obyczaje i czy wynalazki techniczne mogą wpływać na interakcje społeczne? Jakie zjawiska społeczne można prognozować, a jakie mają charakter nieprzewidywalny?

Kurs przedstawia więzi i interakcje społeczne na poziomie małych i wielkich grup, od rodziny, społeczności lokalnych, klas społecznych do mechanizmów globalnych.

Czego o kondycji i wolności człowieka uczą nas dziś Sartre, Beauvoir i Camus? – kurs online

mgr Magdalena Wojciechowska-Czajka

271 zł/20 h

Zajęcia poświęcone będą zagadnieniom związanym z rozwojem i założeniami XX-wiecznej francuskiej myśli egzystencjalistycznej. Celem kursu jest omówienie wybranych aspektów francuskiej filozofii egzystencjalistycznej poprzez przybliżenie sylwetek myślicieli, którzy mieli największy wpływ na jej kształtowanie. Podczas zajęć Słuchacze będą mieli możliwość zapoznania się z korpusem tekstów, w których zawarte są główne ich postulaty, a także poznania podstawowej terminologii, umożliwiającej zrozumienie poszczególnych dzieł. Równie istotnym elementem będzie zgłębienie znajomości kontekstu historyczno-kulturowego, w jakim rozwijała się francuska myśl egzystencjalistyczna.

„Dzikość” i cywilizacja. Kolonializm, postkolonializm, neokolonializm – kurs online

nowy!

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Kto wymyślił barbarzyństwo? Kiedy zaczął się kolonializm? Czym różniły się Imperium Rzymskie, imperia Inków i Azteków od Imperium Brytyjskiego? Jaka rolę w tworzeniu imperiów kolonialnych odegrał kapitalizm? Czy skolonizowany kształtuje kolonizatora? Jakie ideologie uzasadniały podbój i wyższość kolonizatora nad podbitymi ludami? Na czym polega zależność polityczna, ekonomiczna i kulturowa od metropolii? Jak zachodni imperializm łączył się z projektem oświecenia? Czy filozofia europejska może być intelektualną bronią i narzędziem opresji? W jaki sposób ekspansja kolonialna pobudzała rozwój nauki dla zarządzania „dzikością”? Czy odzyskanie autonomii jest równoznaczne z całkowitym usunięciem efektów kolonizacji? W jaki sposób zachodni nacjonalizm i komunizm zainspirowały ruchy niepodległościowe? Czy współcześnie można nadal kolonizować i wyzwalać?

Podróż śladami kolonialnych podbojów w historii, literaturze i sztuce, od starożytności po współczesność.

Dżuma w Wenecji, hiszpanka w Wiedniu i AIDS w San Francisco, czyli obraz słynnych chorób w kulturze – kurs online

dr Adam Tyszkiewicz

407 zł/30 h

Zaproszenie do udziału w kursie skierowane jest do Słuchaczy zainteresowanych aktualnym stanem wiedzy na temat najsłynniejszych chorób zakaźnych. Na kursie Słuchacze dowiedzą się, jak postrzegano słynne choroby przez pryzmat sztuki, literatury oraz filmu na przykładzie wybranych miast (Warszawy, Paryża, Wenecji, Londynu) i kontekstów historyczno-społecznych. Będzie mowa o wpływie epidemii i zaraz na demografię, historię oraz politykę. Słuchacze poznają także sylwetki najsłynniejszych władców, artystów i pisarzy, którzy zmagali się z tytułowymi dolegliwościami.

Filozofia dni ostatnich – wiodące koncepcje XXI wieku – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Podczas kursu opartego o najnowszą myśl filozoficzną i społeczną będziemy poszukiwać odpowiedzi na najważniejsze pytania i wyzwania naszych czasów:

Dlaczego niektórzy filozofowie opisują początek nowego milenium jako stan po orgii, a inni jako koniec historii? Co to: hipernowoczesność i postponowoczesność? Czym różnią się światowe cywilizacje i jakie są skutki ich zderzenia? Czy materię można definiować politycznie? Co oznacza zmierzch antropocentryzmu? Czy można podlegać procesom makdonaldyzacji, nie jedząc hamburgerów? Dlaczego terror staje się medialnym spektaklem? Co to są *nie-miejsca* i gdzie się znajdują? Na czym polega medializacja rzeczy – czy towary tworzą swój własny kod znaczeń? Istnieje uniwersalna idea sprawiedliwości, czy jest kulturowo nieprzetłumaczalna? Jak zapobiec katastrofie klimatycznej? Czy można zachować nadzieję, gdy traci się tożsamość?

Jak wieść szczęśliwe życie po stoicku – kurs online

dr Paulina Seidler

407 zł/30 h

Każdy z nas chce być szczęśliwy. Niewiele jednak osób zdaje sobie sprawę z tego, jak wiele w tej materii zależy od nas samych, naszej postawy, tego, jak prowadzimy swoje życie i jakimi wartościami się w nim kierujemy. Stoicy tysiące lat temu zaproponowali sposób na szczęśliwe i wartościowe życie, który jest zaskakująco aktualny. Wprowadzając w życie proste zasady i ćwiczenia duchowe, otwiera się przed nami ścieżka świadomego, refleksyjnego i szczęśliwego życia. Podczas kolejnych zajęć Słuchacze będą uczeni tajników tej umiejętności, pogłębiając swoją stoicką postawę.

Jaskinie z perspektywy archeologa – kurs online

mgr Grzegorz Czajka

271 zł/20 h

Jaskinie, jako miejsca ukryte i tajemnicze, od zawsze przyciągały ludzi. Cele tych wizyt zmieniały się jednakże na przestrzeni wieków. Polskie jaskinie, choć mniejsze i pozbawione spektakularnej sztuki paleolitycznej, dostarczają cennych informacji na temat przeszłości. Te mroczne przestrzenie już od XIX wieku odsłaniają swe długo skrywane tajemnice. Kurs przybliży Słuchaczom historię badań archeologicznych, prowadzonych w jaskiniach. Zapoznają się oni z najważniejszymi odkryciami, metodyką badań jaskiniowych i zróżnicowaniem funkcji tych obiektów.

Judaizm w pigułce – kurs online

mgr Hanna Grzesiak

407 zł/30 h

Kurs poświęcony jest judaizmowi. Słuchacz pozna historię myśli żydowskiej i jej reprezentantów, podstawowe pojęcia z zakresu filozofii oraz doktryny, a także zdobędzie wiedzę z zakresu obrzędów religijnych, świąt żydowskich oraz cyklu życia.

Kryminalne zagadki muzeów – część II – kurs online

mgr inż. Aleksandra Fiałkowska

271 zł/20 h

Okres II wojny światowej był niezwykle trudny dla polskiego dziedzictwa kulturowego. Wiele bezcennych eksponatów wciąż jest poszukiwana, inne powróciły z wojennej tułaczki zniszczone i zdekompletowane. W trakcie zajęć przedstawione zostaną dzieje dzieł sztuki i artystów polskich w okresie wojny. Omówione zostaną również problemy związane z odnalezieniem i odzyskaniem skradzionych eksponatów.

Migawki z historii muzyki – część I (barok) – kurs online

mgr Lidia Szpilewska

353 zł/26 h

W trakcie 13 spotkań przedstawiona zostanie koncepcja artystyczna baroku, tło historyczne epoki i zmiany w odniesieniu do poprzedzającego ją renesansu. Przyjrzymy się bliżej muzyce baroku w Italii, Niemczech, Francji, Anglii oraz Polsce, czasem skupiając się na danym kraju, innym razem traktując temat poprzez postać twórcy. Poznamy historię i budowę preludium, fugi, sonaty i koncertu oraz nazwiska najwybitniejszych twórców tych form. Przypomnimy sylwetki Vivaldiego, Pergolesiego, Lully'ego, Bacha i Haendla, Ludwika XIV, Rameau, Purcell'a i Marais.

Myśl i maszyna. Od filozofii umysłu do sztucznej inteligencji – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Mitologie przedstawiają bogów jako architektów kosmosu i konstruktorów rodzaju ludzkiego, a nowożytni myśliciele opisują świat metaforą precyzyjnie działającego mechanizmu. Maszyny często służyły filozofom za modele ludzkiego ciała i umysłu. Narzędzia były wyznacznikami cywilizacyjnego rozwoju, zmieniały sposoby życia i komunikacji społeczeństw. Czy umysł jest maszyną do myślenia? Jak działa? Czy człowieka można postrzegać jako żywe narzędzie? Jak myśli nietoperz, jak zombie, a jak robot? Maszyna jest sprzymierzeńcem czy wrogiem człowieka? W jaki sposób wynalazki techniczne rozszerzają percepcję i zwiększają wydolność ciała człowieka? W wieku XX wzorem umysłu stał się komputer. Czy można pomylić bota z człowiekiem albo zostać cyborgiem, by uniknąć ludzkich ograniczeń?

Nie tylko Inkowie – historia prekolumbijska Ameryki Południowej – kurs online

mgr Karolina Juszczyk

271 zł/20 h

Jeśli zawsze fascynowały Cię linie Nazca, zachwycaly zdjęcia z Machu Picchu, a kipu wydaje się wielką enigmą – zapraszam na podstawowy kurs z historii prekolumbijskiej Ameryki Południowej! Podczas zajęć poruszymy tematy z dziedziny geografii, historii i archeologii, a także przyjrzymy się także najnowszym odkryciom z wykorzystaniem nowych technologii.

Tematy zajęć:

1. Wprowadzenie do historii Nowego Świata.
2. Fenomeny pierwszych kultur andyjskich.
3. Epoka wielkich imperiów.
4. Państwa i państewka – późne kultury andyjskie.
5. Legendarne i faktyczne początki Inków.
6. Codzienne życie w Imperium Inków.
7. Quipu i tocapu – andyjskie systemy komunikacji graficznej.
8. Imperium Inków w przededniu przybycia Hiszpanów.
9. Konkwista Andów.
10. Świat pozaandyjski – kultury Amazonii i Karaibów.

Od Bułhakowa do Sołżenicyna: rosyjska literatura XX wieku – kurs online nowy!

mgr Edward Siech

407 zł/30 h

Kurs wprowadzi Słuchaczy w XX wiek rosyjskiej literatury, przedstawiając kluczowych autorów i nurty tego wieku, w tym realizm socjalistyczny Maksima Gorkiego, fantastykę Bułhakowa, poezję Anny Achatowej i Mariny Cwietajewej, poezję sumienia Borisa Pasternaka, dorobek Sołżenicyna, utopię Platonowa, poezję na wygnaniu Brodskiego, twórczość Nabokowa. Dzięki analizom dzieł, takich jak *Matka*, *Mistrz i Małgorzata*, *Requiem*, *Doktor Żywno*, *Jeden dzień Iwana Denisowicza*, *Kotłowan*, *Dar*, Słuchacze będą mieli okazję poznać różnorodność stylów i tematów oraz ich wpływ na współczesną kulturę. Każde zajęcia wzbogacone zostaną o prezentacje multimedialne, fragmenty filmów i inscenizacje teatralne dla pełniejszego zrozumienia kontekstu kulturowego tych arcydzieł.

Od Witkacego do net artu – polska sztuka awangardowa i współczesna – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Czym byłoby Zakopane bez Witkacego, Wrocław bez Krasnali? Jak sztuka odpowiadała na represje politycznego reżimu i jaką formę nadawała postulatowi wolnościowemu? W jaki sposób współcześni artyści odnoszą się do tradycyjnej obyczajowości i narodowych wartości? Jak wygląda portret społeczeństwa okresu transformacji, nakreślony przez sztukę krytyczną? Którzy polscy artyści zostali najbardziej docenieni w kraju i za granicą? Co wyróżnia polską sztukę współczesną na tle światowym? Jak wyglądają relacje między sztuką i kulturą masową? Czy instalacje *site specific* staną się wizytówkami polskich miast? Opowieść o tym, jak sztuka współtworzy naszą narodową tożsamość i kształtuje zbiorową wyobraźnię.

Ona i jej Barcelona – sekrety miasta (nie tylko) Gaudiego – kurs online

mgr Aneta Karasińska

298 zł/22 h

Barcelona. Miasto, o którym wiele już napisano i wiele już powiedziano. Miasto, które mimo tego wciąż skrywa wiele tajemnic i miejsc wartych poznania. Gdzie znajdują się wielkie zapalki? Kto mieszkał w starej cementowni? Jaki związek mają stare puszki ze sztuką? Dlaczego 3 kominy to tak naprawdę 6 kominów?

Podczas kursu Słuchacze będą odkrywać mało znane zakątki tego magicznego miasta, odbywając wirtualny spacer po subiektywnych atrakcjach „czarodziejki”, jak pisał o niej Carlos Ruiz Zafón.

Kurs dedykowany jest wszystkim tym, którzy chcą poznać Barcelonę, o której nie przeczytają w typowych przewodnikach turystycznych.

UWAGA! Słuchacze po każdych zajęciach otrzymają szczegółową listę omawianych miejsc wraz z dokładnymi lokalizacjami. W ten sposób będą mogli stworzyć własną spersonalizowaną mapę.

Paryż osobiwy – poza zwykłymi trasami turystycznymi – kurs online

dr hab. Ewa Kalinowska

407 zł/30 h

Słuchacze poznają wybrane okresy i wydarzenia z historii Paryża, ze szczególnym uwzględnieniem faktów mało znanych, których skutki są widoczne nawet przy standardowym zwiedzaniu Paryża.

Zaznajomią się ze szczególnymi budowlami i miejscami Paryża, dawnymi i późniejszymi niż średniowiecze, czy też XVII i XVIII wiek, aż po współczesne – szczególnie tymi, które nie należą do najczęściej odwiedzanych czy też „popularnych”. Poznają także niezwykle wiadomości o miejscach znanych, np. Pola Elizejskie jako element symbolicznej geografii Paryża, niebanalne aspekty historii i funkcjonowania metra paryskiego.

Poznają wydarzenia z wielowiekowej historii Paryża, które miały w swoim czasie duże znaczenie, co nie jest już podkreślane lub też pozostaje w „cieniu historii”, np. powódź z 1910 r. lub paryskie pobyty (oraz ich znaczenie) wielu znanych postaci, takich jak np. Oscar Wilde, Ernest Hemingway.

Słuchacze zdobędą również wiadomości praktyczne, dotyczące restauracji oraz innych miejsc związanych z konsumpcją, np. gdzie można nabyć najlepsze pieczywo w Paryżu. Dowiedzą się także, gdzie można zaopatrzyć się w różnego rodzaju publikacje (v. najlepsze i najciekawsze księgarnie w Paryżu) jak też, gdzie można znaleźć niebanalne prezenty „paryskie”, przeznaczone dla rodziny i przyjaciół.

Polskie artystki (XIX i XX w.) – kurs online

mgr inż. Aleksandra Fiałkowska

339 zł/25 h

Kobiety były obecne w sztuce od zawsze, jednak ich wkład w historię sztuki był marginalizowany, a nawet lekceważony. Przez lata artystki były stygmatyzowane, utrudniano im dostęp do edukacji artystycznej, nie stwarzano warunków, w których mogłyby rozwijać swój talent. Historia artystek to historia determinacji, siły charakteru, pokonywania trudności. Na zajęciach przedstawione zostaną sylwetki 12 wyjątkowych, polskich artystek, reprezentujących różne nurty w sztuce i różne wybory artystyczne.

„Rosji rozumem nie pojdziesz”? – rosyjska kultura, dzieje i obyczaje – kurs online

mgr Michał Kołakowski

407 zł/30 h

Kurs obejmuje podstawowe informacje z zakresu kultury, dziejów i obyczajów Rosji.

Omówimy problemy tak istotne, jak spory wokół oceny dziedzictwa systemu radzieckiego, sylwetki wybitnych twórców literackich czy różnice między katolicyzmem a prawosławiem, ale również zagadnienia dotyczące spraw bardziej przyziemnych – zwyczajów rosyjskich studentów czy współczesnej muzyki popularnej i alternatywnej.

Przede wszystkim jednak kurs będzie prezentował wiele mało znanych faktów. Słuchacze dowiedzą się m.in. dlaczego pierwszy artykuł na rosyjskiej Wikipedii informował, że „Rosja jest ojczyzną słoni”, w jaki sposób kawalki kory stały się cennym źródłem historycznym, czemu kawior był niegdyś uznawany za odpadek, kto wpadł na pomysł „pijanego budżetu”, w jaki sposób Rosja kolonizowała Syberię oraz Alaskę i dlaczego wariant języka rosyjskiego używany na Łotwie bawi większość Rosjan.

Smakowita literatura francuska – kurs online

nowy!

dr hab. Ewa Kalinowska

488 zł/36 h

Przedstawienie w prostej formie chronologii literatury Francji, z kolejnymi, najważniejszymi epokami estetyczno-literackimi i dominującymi tendencjami – od średniowiecza do pierwszych dziesięcioleci XXI wieku. Omówienie najważniejszych cech każdej z epok, ze wskazaniem najbardziej znaczących przedstawicieli, bez pomijania mniej znanych pisarzy i pisarek. Główna tematyka dzieł wybranych jako praktyczna ilustracja twórczości kolejnych epok, to kulinaria, jedzenie i posiłki. Podane będą sugestie dotyczące lektury wybranych tekstów (fragmentów tekstów), co pozwoli na ukazanie konkretnego i realnego wyrazu estetyki poszczególnych epok.

W 30h dookoła świata z diasporą żydowską. Poznajemy historię i kulturę Żydów na całym świecie – kurs online

mgr Hanna Grzesiak

407 zł/30 h

Kurs poświęcony jest judaizmowi i diasporom żydowskim na całym świecie. Podczas kursu zwrócona zostanie uwaga na czynniki społeczno-kulturowe, które wpłynęły na ich rozwój oraz zostanie przedstawiona ich historia i tradycyjne obrzędy i zwyczaje. Sluchacze i Sluchaczki zapoznają się także z historią, doktryną i odłamami judaizmu oraz poznają podstawowe pojęcia związane z tą religią.

Wędrowki za pięknem – przewodnik po sztuce świata – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Piękno świata to nie tylko wspaniałość przyrody, lecz także ludzi i ich dzieł. Sztuka odległych kultur może istotnie różnić się od europejskiej, zarówno pod względem formy, funkcji symbolicznych i społecznych – oprócz zachwyty wywołuje ciekawość. Czy każda kultura ma własne definicje sztuki i odrębne wartości estetyczne? Skąd wywodzą się odmienne style i sposoby przedstawiania? Które zabytki trzeba zobaczyć w podróży i jaka jest ich historia? W jaki sposób wpłynął na sztukę świata europejski kolonializm i jak kształtuje się współcześnie?

W erze globalizacji i unifikacji kultury znajomość sztuki różnych rejonów świata pomoże docenić odrębność postrzegania świata, lokalność i różnice kulturowe.

Życ w zgodzie z myślą Seneki – analiza i wcielenie w życie „Myśli” Seneki kurs online

dr Paulina Seidler

543 zł/30 h

Filozofia Seneki, jak przystało na filozofię stoicką, skupia się na tym, co dla nas najważniejsze, czyli na dobrym i spokojnym życiu. Seneka porusza tematy podstawowe dla stoicyzmu, takie jak praca z emocjami, podejście do trudności życiowych, medytacje nad śmiercią, które skupiają się na tym, jak nawigować się przez to, co trudne i zachować spokój. Odnajdziemy w jego tekstach także bardziej rozwiniętą teorię stoicką, dotyczącą tego, jak budować swój dobrostan i osiągnąć szczęście. Na zajęciach omówimy wszystkie te tematy i tym samym zagłębimy się w najbardziej dojrzałej formie filozoficznej troski o siebie. Rozważymy także życie Seneki i to, jak sam radził sobie z wprowadzaniem stoicyzmu w życie.

KULTURY I IDEE

KURSY STACJONARNE

10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs stacjonarny

dr Paweł Tomanek

271 zł/20 h

Podczas kursu zapoznamy się z 10 kulturami z najróżniejszych części świata – od Alaski po amazoński las deszczowy i od suchych stepów australijskich po Syberię. Każda z tych kultur jest szczególną formą dostosowania się do środowiska i pokazuje, że „człowieczeństwo” i „ludzki sposób życia” to bardzo plastyczne pojęcia. Większość omówionych kultur ulega wpływom liczniejszych i silniejszych społeczeństw rolniczych i przemysłowych. Zastanowimy się, czy ten proces jest nieunikniony i czy można mu zapobiec.

10 obrazów, 10 malarzy, 10 historii – wykłady o malarstwie nowożytnym, część I – kurs stacjonarny

dr Adam Tyszkiewicz

407 zł/30 h

Zaproszenie do udziału w kursie skierowane jest do osób zainteresowanych europejskim malarstwem nowożytnym. Zajęcia będą dotyczyć malowideł, które zrewolucjonizowały sztukę na przestrzeni ostatnich kilku stuleci. Słuchacze zaznajomią się z symboliką i kompozycją wybranych obrazów oraz technikami malarskimi stosowanymi przez artystów. Słuchacze poznają również sylwetki najważniejszych malarzy oraz okoliczności powstania ich najwybitniejszych dzieł sztuki. Szczególnie duży nacisk zostanie położony na porównanie obrazów o tym samym temacie, powstałych w tym samym czasie, oraz na wskazanie późniejszych inspiracji.

A co jeszcze mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom zaawansowany) – kurs stacjonarny

mgr Aleksandra Grzegorska

434 zł/20 h

Kurs stanowi kontynuację zajęć „Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom podstawowy)” i jest dedykowany Słuchaczom, którzy go ukończyli.

Kurs rozwija wiedzę z zakresu bioarcheologii i pozwala zgłębić metody analizy szczątków ludzkich. Słuchacze dowiedzą się m.in. jak określać wiek, płeć i wzrost na podstawie kości oraz poznają narzędzia wykorzystywane w pracy bioarcheologów. Część praktyczna obejmuje analizę materiału kostnego, umożliwiając Słuchaczom samodzielne zastosowanie zdobytej wiedzy.

Artystki, mecenaski, modelki i kochanki, czyli o roli kobiet w sztukach pięknych – kurs stacjonarny

dr Adam Tyszkiewicz

407 zł/30 h

Zaproszenie do udziału w kursie skierowane jest do Słuchaczy zainteresowanych europejskim malarstwem i rzeźbą nowożytną. Zajęcia będą dotyczyły malowideł i rzeźb, które zrewolucjonizowały sztukę na przestrzeni ostatnich kilku stuleci. Słuchacze zaznajomią się z symboliką i kompozycją wybranych obrazów oraz technikami malarskimi stosowanymi przez wybrane artystki. Słuchacze poznają również sylwetki najważniejszych malarek i rzeźbiarek oraz okoliczności powstania ich najwybitniejszych dzieł sztuki. Szczególnie duży nacisk zostanie położony na porównanie obrazów i rzeźb o tym samym temacie, powstałych w tym samym czasie, oraz na wskazanie późniejszych inspiracji.

Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom podstawowy) – kurs stacjonarny

mgr Aleksandra Grzegorska

651 zł/30 h

Kurs przybliży podstawy antropologii człowieka. Uczy etycznego postępowania ze szczątkami ludzkimi oraz jakie informacje o ludziach i życiu w przeszłości mogą dostarczyć badania bioarcheologiczne.

Inna historia kina – kurs stacjonarny

dr Bolesław Raciński

271 zł/20 h

Zajęcia adresowane są do kinomanów zainteresowanych poszerzaniem wiedzy o mniej znanych, lecz istotnych rozdziałach historii filmu. Kurs skupia się na zjawiskach i nurtach, które rzadko trafiają do podręczników, a program obejmuje m.in. produkcje z Ameryki Łacińskiej, Indii oraz Nigerii, a także marginalizowane nurty w obrębie znanych przemysłów. Wspólnie zastanowimy się również nad tym, jak i dlaczego pewne tematy trafiają do kanonu, a inne zostają z niego wykluczone.

Jak gwiazdy śpiewają. Światowe kariery polskich śpiewaków operowych – kurs stacjonarny

dr Bronisław Tumiłowicz

407 zł/30 h

W programie znajdują się: przegląd najważniejszych polskich śpiewaków znanych w świecie, przegląd głosów operowych, ich specyficznego brzmienia i prób oceny – co się podoba, przegląd polskich teatrów operowych, inicjatyw artystycznych sprzyjających wylanianiu najlepszych artystów i pomaganie w karierach, konkursów i akademii operowych, a także próby własnej oceny dobrego śpiewu operowego w roli krytyka muzycznego. Dodatkowymi elementami kursu będzie też próba debaty, konwersatorium na tematy operowe. Elementem stosowanym w miarę możliwości technicznych i zasobów nagranych będą ilustracje muzyczne pokazujące wybranych śpiewaków, nie dłuższe niż 3 minuty, a najczęściej trwające 30 sekund.

Jak myśłą kultury? O czasie, przestrzeni, prawdzie i nie tylko – kurs stacjonarny

dr Paweł Tomanek

407 zł/30 h

Filozofowie od stuleci próbowali określić podstawowe zasady ludzkiego myślenia, ale dopiero dzięki antropologom i psychologom kulturowym przekonaliśmy się, że członkowie różnych kultur bardzo odmiennie postrzegają świat. Dotyczy to nie tylko szczegółowych wyobrażeń na temat rzeczy i zjawisk, ale też najbardziej fundamentalnych kategorii, w których ujmujemy nasze doświadczenie, takich jak czas, przestrzeń czy przyczynowość. Podczas zajęć przyjrzymy się tym różnicom i odniesiemy je do sposobów życia poszczególnych społeczeństw. Prześledzimy też, jak ludzkie myślenie zmieniało się pod wpływem nowych środków komunikacji, od pisma aż po media elektroniczne.

Jak znaleźć swoich przodków: kurs dla początkujących genealogów – kurs stacjonarny

prof. dr hab. Andrzej Sikorski

407 zł/30 h

Kurs w formie warsztatów to wszechstronne wprowadzenie do odkrywania historii rodziny i badań genealogicznych. Słuchacze dowiedzą się, czym jest genealogia, jak zacząć badania oraz gdzie szukać kluczowych informacji. Program obejmuje zarówno teorię, jak i ćwiczenia praktyczne, m.in. wyszukiwanie informacji w archiwach i bazach danych oraz tworzenie drzew genealogicznych w oparciu o nie. Pokazane zostanie, jak wykorzystywać współpracę z krajowymi i międzynarodowymi społecznościami genealogów. Słuchacze zapoznają się także z metodami zarządzania danymi genealogicznymi przy użyciu dedykowanych programów, a na zakończenie zaprezentują swoje wyniki badań oraz przygotowują raporty, co pozwoli na profesjonalne podsumowanie zdobytych umiejętności.

Kulturowo-egzystencjalna interpretacja arcydzieł literatury światowej – kurs stacjonarny

dr hab. Józef L. Krakowiak

434 zł/32 h

Podczas kursu Słuchacze wraz z Wykładowcą uprawiać będą myślenie filozoficzno-egzystencjalistyczne za pomocą literatury, aby uchwycić zasadnicze przemiany europejskiej kultury, od narodzin demokracji po społeczeństwo otwarte, oraz najistotniejsze wymiary ludzkiej egzystencji, jak: miłość, lęk, trwoga, bunt, wyobrażenia, wolność, praca, ubóstwo, śmierć, tragizm, śmiech, absurd, męstwo bycia, „twarz”, prawo, pomsta i dialog. Omówione zostaną w całości lub we fragmentach takie dzieła, jak: *Oresteia*, *Uczta*, *Imię róży*, *Hamlet*, *Dżuma*, *Idiota* czy *Czekając na Godota*.

Lekcje oglądania, czyli podstawy analizy filmu – kurs stacjonarny

dr Bolesław Raciński

271 zł/20 h

Sluchacze poznają kluczowe pojęcia oraz elementy budujące tekst filmowy, a także nauczą się dostrzegać ich znaczenie w kontekście całego dzieła. Zajęcia opierają się na analizie fragmentów filmów i przygotowują do skonstruowania własnej, interesująco uzasadnionej wypowiedzi.

Literatura latynoamerykańska dla osób anglojęzycznych / Latin American literature for English speakers – kurs stacjonarny

dr Luis Milette

407 zł/30 h

PL:

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie minimum B2.

Kurs oferuje dogłębną analizę powieści z kanonu literatury latynoamerykańskiej, podkreślając ich znaczenie literackie i kontekst kulturowy. Sluchacze poznają twórczość autorów z różnych krajów, uzyskując wgląd w bogate tradycje narracyjne oraz społeczno-polityczne realia regionu Ameryki Łacińskiej.

ENG:

The course will be conducted in English. A minimum B2 level of English is required to participate in the class.

This course offers an in-depth exploration of seminal Latin American novels, emphasizing their literary significance and cultural contexts. Students will engage with works from diverse countries, gaining insights into the region's rich narrative traditions and socio-political landscapes.

Pseudonauka – co to jest? – kurs stacjonarny

prof. dr hab. Piotr Tafiłowski

271 zł/20 h

Pseudonauka, podobnie jak dezinformacja, manipulacja czy szerzenie teorii spiskowych, jest jednym z największych problemów, z jakimi mierzyć się muszą współczesne społeczeństwa. W ramach proponowanego kursu Sluchacze dowiedzą się, czym jest pseudonauka, skąd się bierze, jakie problemy wywołuje oraz jak sobie z nią radzić.

Symbole, mity, rytuały: podróż po kulturach dawnych i współczesnych – kurs stacjonarny

dr Paweł Tomanek

407 zł/30 h

Podczas zajęć przyjrzymy się najważniejszym pojęciom i tematom antropologii kultury – nauki o zróżnicowaniu ludzkich kultur i mechanizmach ich działania. Omówimy podstawowe składniki kultury – znaki, symbole, mity i rytuały – i pokażemy, jaką rolę odgrywały i odgrywają w różnych społeczeństwach. Zastanowimy się też nad tym, co wpływa na kształt kultur, dlaczego się zmieniają i czy dzisiaj można jeszcze mówić o „odrębnych kulturach”.

Tysiące najróżniejszych więzów. Czytamy najnowszą literaturę nordycką i odkrywamy Północ – kurs stacjonarny

mgr Michał Bolek

407 zł/30 h

Kurs obejmuje przeczytanie przez Słuchaczy 15 utworów z nordyckiego obszaru kulturowego, które omówimy na zajęciach w formie dyskusji otwartej i prowadzonej przez Wykładowcę, obejmującej wrażenia z lektury, poruszane problemy współczesności, przedstawione realia kulturowe, konstrukcję literacką oraz nawiązania do innych tekstów kultury.

Lista lektur, z zaznaczeniem, że w porozumieniu ze Słuchaczami może zostać zmodyfikowana przez Wykładowcę:

1. Jon Fosse, *Drugie imię. Septologia I-II*, tłum. Iwona Zimnicka, Warszawa 2023.
2. Sigríður Hagalín Björnsdóttir, *Wyspa*, tłum. Jacek Godek, Kraków 2018.
3. Tommi Kinnunen, *Powiedziała, że nie żałuje. Powieść drogi*, tłum. Sebastian Musielak, Poznań 2023.
4. Niviaq Korneliussen, *Dolina Kwiatów*, tłum. Agata Lubowicka, Wołowiec 2022.
5. Agneta Pleijel, *Wróżba. Wspomnienia dziewczynki*, tłum. Justyna Czechowska, Kraków 2016.
6. Auður Ava Ólafsdóttir, *Bliźna*, tłum. Jacek Godek, Poznań 2020.
7. Ann-Helén Laestadius, *Kradzież*, tłum. Natalia Kołaczek, Białystok 2024.
8. Roy Jacobsen, *Niewidzialni*, tłum. Iwona Zimnicka, Poznań 2024.
9. Jonas Hassen Khemiri, *Wszystko, czego nie pamiętam*, tłum. Elżbieta Frątczak-Nowotny, Warszawa 2017.
10. Jussi Valtonen, *Nie wiedzę, co czynią*, tłum. Sebastian Musielak, Warszawa 2017.
11. Jonas Eika, *Po słońcu*, tłum. Maciej Bobula, Warszawa 2023.
12. Jonas Gardell, *Nigdy nie ocieraj łez bez rękawiczek*, t. 1: *Miłość*, tłum. Katarzyna Tubylewicz, Warszawa 2014.
13. Linn Strømsborg, *Kurwa, kurwa, kurwa*, tłum. Karolina Drozdowska, Warszawa 2023.
14. Laura Lindstedt, *Oneiron. Fantazja o kilku sekundach po śmierci*, tłum. Sebastian Musielak, Poznań 2021.
15. Kim Leine, *Prorocy z nad Fiordu Wieczności*, tłum. Justyna Haber-Biały i Agata Lubowicka, Warszawa 2016.

JĘZYKI ŚWIATA

KURSY ONLINE

Aktywny angielski. Mów sprawnie i poprawnie! (poziom B1/B2) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem materiałów tekstowych i audiowizualnych. Sluchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, a następnie wykorzystują je w moderowanych dyskusjach, pracy w grupach oraz w konwersacjach w parach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

Angielski dla tych, którzy boją się mówić (poziom A2) – kurs online

mgr Klara Małowiecka

407 zł/30 h

Kurs jest dedykowany Słuchaczom, którzy posiadają już znajomość podstawowych słów i konstrukcji gramatycznych, jednak nie czują się na siłach, by samodzielnie budować wypowiedzi i brać czynny udział w rozmowach. W czasie zajęć poszerzą swój repertuar leksykalno-gramatyczny, a przede wszystkim będą mieli możliwość wykorzystania w praktyce zdobywanych umiejętności. Podczas każdego zajęcia Słuchacze będą budowali krótsze lub dłuższe wypowiedzi, poszerzając swoje kompetencje głównie w zakresie mówienia i słuchania. Nacisk będzie również położony na ćwiczenie poprawnej wymowy, zarówno na poziomie słowa, jak i intonacji całych fraz.

Angielski dla tych, którzy nie czują się zbyt pewnie w rozmowie (poziom B1) – kurs online

nowy!

mgr Klara Małowiecka

407 zł/30 h

Kurs jest kontynuacją poprzedniego kursu „Angielski dla tych, którzy boją się mówić”, ale jest otwarty także dla nowych Słuchaczy. Adresowany jest do osób na poziomie A2, które znają podstawowe słownictwo i struktury gramatyczne, lecz mają trudności z aktywnym używaniem języka, szczególnie w mówieniu.

Celem kursu jest przełamanie bariery językowej, zwiększenie pewności siebie i rozwijanie umiejętności swobodnego wypowiadania się. Tematy poruszane podczas kursu dotyczą codziennych sytuacji i zagadnień, takich jak hobby, relacje międzyludzkie, stereotypy, zwyczaje czy nietypowe święta. Każdy temat służy do wprowadzania i utrwalania nowego słownictwa oraz struktur gramatycznych, np. czasu *Present Perfect*, czasowników modalnych czy strony biernej.

Kurs kładzie nacisk na praktyczne ćwiczenia komunikacyjne, rozwijanie umiejętności mówienia i słuchania oraz poprawną wymowę i intonację. Słuchacze będą budować coraz dłuższe wypowiedzi i ćwiczyć spontaniczną rozmowę.

Angielski na co dzień – w domu, w pracy i w podróży. Życie w społeczeństwie XXI wieku. Kurs języka angielskiego dla ponad średnio zaawansowanych – część III (poziom B2) – kurs online

dr Sławomir Maskiewicz

814 zł/60 h

Kurs przewidziany jest dla Słuchaczy na poziomie nie niższym niż B1, średnio po około 500 godzinach nauki języka angielskiego. Tematyka kursu koncentruje się wokół typowych sytuacji komunikacyjnych w świecie współczesnym, zwłaszcza kontaktów zawodowych i towarzyskich (np. wymiana informacji, style życia, osiąganie sukcesu, sztuka). W trakcie kursu kształcone będą wszystkie sprawności językowe, choć główny nacisk położony będzie na sprawności mówienia i rozumienia ze słuchu w języku docelowym. Kurs przeznaczony jest dla zmotywowanych Słuchaczy, gotowych do samodzielnej pracy nad swoimi kompetencjami językowymi i regularnego wykonywania pracy domowej pod kierunkiem Wykładowcy.

Applied Business English – język angielski w środowisku pracy (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Miłosz Marcjanik

271 zł/20 h

Praktyczny kurs języka angielskiego w biznesie: negocjacje, prezentacje, e-maile, spotkania, *case studies*. Słuchacze uczą się profesjonalnej komunikacji w kontekście pracy i środowiska międzynarodowego.

As Precise As Possible – APAP: a remedy for English "headaches" – remedialny kurs języka angielskiego – część I (poziom B2) – kurs online

mgr Monika Galbarczyk

407 zł/30 h

Kurs stanowi praktyczne *vademecum* kluczowych zagadnień, określających naturę języka angielskiego, które dla polskiego użytkownika są niejednokrotnie sporym wyzwaniem w precyzyjnym komunikowaniu się, wynikającym z różnic między językiem polskim a angielskim. Kurs zawiera przegląd funkcji językowych i ich znaczenia sygnalizowanego przez struktury i formy gramatyczne w procesie komunikacji. Słuchacze będą mogli zdiagnozować stan swojej wiedzy i zweryfikować umiejętności językowe, niezbędne w postrzeganiu i opisywaniu rozmaitych przeszłych, teraźniejszych i przyszłych sytuacji i wydarzeń. Dla lepszego ich zrozumienia, a w rezultacie trafnego ich stosowania, na funkcje te będziemy spoglądać z perspektywy wyborów podejmowanych przez rodzimego użytkownika języka angielskiego.

Business and Financial English – Advanced (poziom B2/C1) – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Kurs ma na celu rozwinięcie i udoskonalenie umiejętności mówienia, rozumienia ze słuchu, rozumienia tekstu pisanego oraz pisanie w języku angielskim. W trakcie zajęć Słuchacze zapoznają się ze słownictwem biznesowym z takich obszarów jak: prowadzenie telekonferencji, przygotowywanie i wygłaszanie prezentacji, negocjacje, podejmowanie decyzji. Słuchaczom zostanie również przedstawiona terminologia z zakresu finansów.

Business and Financial English – Essentials (poziom B1) – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Kurs ma na celu rozwinięcie i udoskonalenie umiejętności mówienia, rozumienia ze słuchu, rozumienia tekstu pisanego oraz pisanie w języku angielskim. W trakcie zajęć Słuchacze zapoznają się ze słownictwem biznesowym między innymi z takich dziedzin, jak: przygotowanie i wygłaszanie prezentacji, negocjacje, przeprowadzanie rozmów telefonicznych, delegacje służbowe, pobyt w restauracji. Słuchaczom zostanie również przedstawiona w wąskim zakresie terminologia z zakresu finansów.

Business English (poziom B2/C1) – kurs online

dr Piotr Nagórka

407 zł/30 h

Zajęcia łączą konwersatorium z ćwiczeniami służącymi ugruntowaniu właściwego posługiwania się wyrażeniami specjalistycznymi i utartymi wyrażeniami stosowanymi w komunikacji biznesowej. Ćwiczenia wspomagają zarówno sprawności receptywne (słuchanie, czytanie), jak i sprawności produktywne (mówienie). Spotkania obejmują następujące obszary tematyczne:

1. Komunikacja w biznesie.
2. Produkcja przemysłowa.
3. Jakość produktów i usług.
4. Pozyskiwanie środków.
5. Zarządzanie przedsiębiorstwem.
6. Myślenie strategiczne.
7. Fuzje i przejęcia.
8. Strategie długofalowe.
9. Gospodarka rynkowa.
10. Handel i transport.
11. Relacje w pracy.
12. Sprawozdawczość społeczna.
13. Oddziaływanie na środowisko.
14. Marketing i sprzedaż.
15. Płacenie podatków.

Business English with Lessons from Food and Drink Industries **(poziom B2/C1) – kurs online**

dr Piotr Nagórka

678 zł/50 h

Zajęcia łączą konwersatorium z ćwiczeniami. Słuchacze poznają wyrażenia stosowane w anglojęzycznej komunikacji biznesowej i ćwiczą właściwe posługiwanie się nimi. Naukę komunikacji biznesowej wspierają realne przykłady zaczerpnięte z branży winiarskiej, oraz z innych działów przemysłu spożywczego.

Co warto wiedzieć o kuchni brytyjskiej (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Magdalena Richards

407 zł/30 h

Kurs prowadzony w języku angielskim na poziomie B1/B2, przeznaczony dla Słuchaczy chcących rozwinąć sprawność rozumienia ze słuchu, czytania i mówienia oraz wzbogacić swój zasób słownictwa, zdobywając jednocześnie wiedzę na temat kuchni brytyjskiej, poznając ciekawostki o brytyjskim jedzeniu oraz miejscach i ludziach z nim związanych.

Culture, Society and the English Language: Advanced Course in Speaking and Listening / Angielski, kultura i społeczeństwo: mówienie i słuchanie na poziomie zaawansowanym (poziom C1) – kurs online

dr Sławomir Maskiewicz

1954 zł/90 h

Kurs przeznaczony jest dla osób od poziomu B2 wzwyż, które chcą doskonalić mówienie i rozumienie ze słuchu w języku angielskim. Słuchacze pracują z autentycznymi i opracowanymi materiałami (artykuły, podcasty, nagrania), poruszającymi współczesne tematy społeczne, kulturowe, technologiczne i zdrowotne. Zajęcia rozwijają płynność wypowiedzi, słownictwo oraz umiejętności argumentacji i reagowania w rozmowie. Omawiane zagadnienia to m.in. tożsamość, media, zmiany społeczne, zdrowie, praca i komunikacja międzypokoleniowa. Kurs poszerza kompetencje językowe i kulturowe.

Czasy gramatyczne w języku angielskim dla początkujących (A1/A2) – kurs online

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Kurs przedstawia stosowanie i użycie czasów w języku angielskim na poziomie podstawowym. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne zagadnienia obejmujące najważniejsze elementy codziennej komunikacji na poziomie gramatycznym w języku angielskim. Słuchacze będą mogli zapoznać się z typowymi strukturami niezbędnymi do wyrażania teraźniejszości, przeszłości i przyszłości w języku angielskim, a także zaobserwować ich stosowanie w oryginalnych nagraniach i materiałach wideo. Będą mogli zrozumieć krótkie wypowiedzi pisemne i ustne na poziomie podstawowym.

Czy podróże kształcą? Czy stresują? Angielski dla tych, którzy wyruszają w świat (poziom B1) – kurs online

mgr Klara Małowiecka

271 zł/20 h

Zajęcia mają na celu przygotowanie Słuchaczy do pełniejszego doświadczania bogactwa kulturowego świata, poprzez rozwijanie ich umiejętności komunikacyjnych. Kurs dedykowany dla Słuchaczy posiadających znajomość bierną języka, ale mających trudności w komunikacji.

Dostępność informacji w języku angielskim w miejscach turystycznych ułatwia orientację i poruszanie się w nowym miejscu, a zrozumienie języka miejscowej społeczności otwiera drzwi do autentycznych doświadczeń podróży. Zajęcia koncentrują się zatem na poszerzaniu słownictwa i wyrażen przydatnych podczas podróży oraz na omawianiu różnic kulturowych w przyjaznej i bezpiecznej przestrzeni do nauki i wymiany opinii.

Czytanie i wymowa w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Beata Walesiak

407 zł/30 h

Kurs jest prowadzony w języku angielskim i jest dedykowany Słuchaczom na poziomie min. B1. Koncentruje się na rozwijaniu umiejętności czytania i poprawnej wymowy. Na zajęciach będziemy czytać na głos wybrane przez Prowadzącą angielskie teksty, analizować kłopotliwe słowa pod względem ich wymowy (wprowadzenie transkrypcji fonetycznej), wskazując na podobieństwa i różnice w słowach o podobnym zapisie/wymowie/znaczeniu.

Na zajęciach Słuchacze czytają indywidualnie, w parach i grupach, słuchają nagrań, a także wypowiadają się na głos. Proszę również o nagrywanie się i pracę własną przy pomocy aplikacji, korzystanie z chatbotów typu ChatGPT, Gemini lub Copilot oraz o przygotowanie tekstów między zajęciami.

Program został opracowany dla odmiany brytyjskiej języka angielskiego, ale zawiera odniesienia do wybranych innych odmian.

Down the Rabbit Hole – rozwijaj angielski z klasyką literatury dziecięcej. Słownictwo i gramatyka w praktyce (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Julia Wilde

407 zł/30 h

Kurs w języku angielskim dla osób na poziomie B2/C1, które chcą rozwijać umiejętności językowe poprzez lekturę klasyki literatury dziecięcej w oryginale (*Alicji w Krainie Czarów*, *Kubusia Puchatka*, *Ani z Zielonego Wzgórza* czy *Harry'ego Pottera*). Słuchacze poznają fragmenty utworów anglojęzycznych, z naciskiem na konteksty kulturowe, idiomy i zaawansowaną gramatykę. Zajęcia obejmują dyskusje, analizę językową i kulturową oraz rozwijanie słownictwa.

Encounters with British Universities / Spotkania z brytyjskimi uniwersytetami (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Magdalena Richards

407 zł/30 h

Kurs na poziomie B2/C1, prowadzony w języku angielskim, dla osób chcących poznać brytyjskie tradycje uniwersyteckie oraz wybrane aspekty życia akademickiego i jednocześnie rozwinąć sprawność rozumienia ze słuchu, czytania i mówienia oraz znacznie wzbogacić zasób słownictwa. Podczas kursu Słuchacze dowiedzą się też, które miejsca warto zwiedzić w najstarszych brytyjskich miastach uniwersyteckich.

English for Professional Impact: miniwarsztaty z tłumaczeń bankietowych i konferencyjnych (biznes, kultura, polityka) (poziom B2/C1) – kurs online

dr Piotr Nagórka

271 zł/20 h

Kurs jest przeznaczony dla osób, które pragną nauczyć się podstaw tłumaczenia ustnego. Nauka obejmuje pokazanie technik wspomagających tłumaczenie przy presji związanej z ograniczonym czasem i uzyskaniem tekstu, który będzie podany w sposób płynny, adekwatny i elokwentny. Kurs jest oparty na podawaniu Słuchaczom polsko- i anglojęzycznych tekstów audio, na próbie ich praktycznego tłumaczenia oraz na wielopoziomowej analizie dla ewentualnej korekty. Program jest dostosowany do rosnących potrzeb rynku i oczekiwań ze strony pracodawców, którzy oczekują usług tłumaczeniowych podczas spotkań biznesowo-szkoleniowych, wydarzeń kulturalnych oraz spotkań negocjacyjnych o charakterze handlowym lub politycznym. Kurs obejmuje teksty w następujących tematach:

- biznes,
- kultura,
- polityka.

English in Style – Let's Talk Fashion! Kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online

dr Renata Botwina

407 zł/30 h

English in Style – Let's Talk Fashion! to autorski kurs języka angielskiego na poziomie A2/B1, który rozwija umiejętności komunikacyjne w tematyce mody, stylu i życia codziennego. Słuchacze wzbogacą słownictwo, przećwiczą reakcje językowe w sytuacjach zakupowych i towarzyskich oraz poznają autentyczne materiały z mediów modowych. Kurs łączy naukę języka z kreatywnym podejściem do kultury i samoekspresji.

English unlocked: speak with confidence – kurs języka angielskiego z naciskiem na skuteczną komunikację (poziom B1/B2) – kurs online

dr Renata Botwina

516 zł/38 h

Kurs to propozycja dla osób, które chcą rozwijać swoje umiejętności językowe na poziomie średnio zaawansowanym wyższym (B1/B2). Zajęcia koncentrują się na rozwoju praktycznych kompetencji komunikacyjnych poprzez rozmowy na tematy związane z życiem codziennym, kulturą, społeczeństwem i zainteresowaniami Słuchaczy. Kurs obejmuje także ćwiczenia rozwijające słownictwo, poprawność gramatyczną i płynność w mówieniu.

Gramatyka angielska krok po kroku / Step by step – a gradual approach to good English grammar (poziom A2/B1) – kurs online

dr Anna Murkowska

407 zł/30 h

Celem kursu, który dotyczy gramatyki angielskiej na poziomie A2/B1, prowadzonego w języku angielskim, jest rozwijanie świadomości gramatycznej Słuchaczy w celu pogłębiania ich wiedzy gramatycznej i zdolności komunikacyjnych. Kurs jest ukierunkowany na poznawanie znaczeń, form oraz struktur gramatycznych i obejmuje listę ważnych tematów gramatycznych, takich jak czasy angielskie, czasowniki modalne, wyrażanie mnogości, użycie przedimków, zdania względne, zdania warunkowe, komplementacja czasownikowa, a także aspekty gramatyczne mowy zależnej i znaczenie konstrukcji biernych.

Gramatyka angielska ze słuchu (poziom A2/B1) – kurs online

prof. dr hab. Anna Borowska

271 zł/20 h

Kurs przedstawia stosowanie i użycie czasów oraz niezbędnych struktur gramatycznych w języku angielskim na poziomie A2/B1. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne zagadnienia obejmujące najważniejsze elementy codziennej komunikacji na poziomie gramatycznym w języku angielskim przy wsparciu oryginalnych nagrań audio. Słuchacze będą mogli zapoznać się z typowymi strukturami niezbędnymi do wyrażania teraźniejszości, przeszłości i przyszłości w języku angielskim. Będą szczególnie pracować nad rozumieniem ze słuchu, co prowadzi do usprawnienia wypowiedzi.

Inspiracje gramatyczno-leksykalne zaczerpnięte z tekstów piosenek – kurs języka angielskiego (poziom B1) – kurs online

mgr Klara Małowiecka

271 zł/20 h

Kurs jest przeznaczony dla osób na poziomie B1, które mają podstawową znajomość słownictwa i gramatyki, ale mają trudności z praktycznym wykorzystaniem tych umiejętności, zwłaszcza w mówieniu.

Podczas zajęć Słuchacze przełamują blokadę językową, zyskują pewność siebie i będą ćwiczyć aktywne wypowiadanie się. Każde zajęcie wzbogaca słownictwo i utrwala struktury gramatyczne poprzez interaktywne ćwiczenia w przyjaznej, bezstresowej atmosferze. Prowadząca wspiera i motywuje do płynnej i poprawnej komunikacji.

Materiały do nauki oparte są na piosenkach, które wprowadzają tematy i struktury gramatyczne, np. tryb przypuszczający, porównania, czasy przeszłe i teraźniejsze, wyrażanie życzeń czy przewidywanie przyszłości.

Kurs odbywa się online na platformie ZOOM, a uczestnictwo wymaga włączonej kamery i mikrofonu. Głównym celem jest rozwijanie umiejętności mówienia i słuchania, a także poprawa wymowy i intonacji w naturalnym, komunikatywnym stylu.

Komunikacja w firmie w języku angielskim (poziom B1) – kurs online

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Tematyka kursu koncentruje się wokół zagadnień związanych z komunikacją w firmie w języku angielskim. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne tematy obejmujące najważniejsze elementy codziennej pracy w biznesowym środowisku międzynarodowym lub wymagającym stosowania języka angielskiego w codziennej pracy. Słuchacze będą mogli zapoznać się z typowymi sytuacjami występującymi w codziennej komunikacji biznesowej. W trakcie kursu ćwiczone będą wszystkie sprawności językowe: mówienie, pisanie, słuchanie i rozumienie tekstu pisanego.

Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim (poziom B2/C1) – kurs online

dr Elżbieta Niewiadoma

543 zł/40 h

Kurs jest realizowany online na platformie Zoom w języku angielskim na poziomie B2/C1. Program kursu opiera się na materiałach tekstowych oraz audiowizualnych poruszających tematy, takie jak: zdrowie i dieta, nauka i technologia, sztuka i rozrywka, społeczeństwo, środowisko, podróżowanie, kosmos. Na podstawie tych zagadnień Słuchacze rozwijają kompetencje językowe związane z mówieniem i dyskutowaniem w języku angielskim na poziomie B2/C1. Jednocześnie Słuchacze zapoznają się ze słownictwem i zagadnieniami gramatycznymi istotnymi dla tematu w celu posiadania konkretnej podstawy do uczestniczenia w rozmowach i dyskusjach.

Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim – część II (poziom C1) – kurs online

dr Elżbieta Niewiadoma

868 zł/40 h

Kurs realizowany w formie zdalnej na platformie ZOOM i prowadzony w języku angielskim na poziomie C1. Program kursu opiera się o materiały tekstowe oraz audiowizualne poruszające tematy, takie jak: kultura, praca i biznes, język, natura i ochrona środowiska, etyka. Na podstawie tych zagadnień Słuchacze rozwijają kompetencje językowe związane z mówieniem i dyskutowaniem w języku angielskim na poziomie C1. Jednocześnie Słuchacze zapoznają się ze słownictwem i zagadnieniami gramatycznymi istotnymi dla tematu, w celu posiadania konkretnej podstawy do uczestniczenia w rozmowach i dyskusjach.

Let's Talk About... czyli 'Porozmawiajmy o...' – kurs języka angielskiego na poziomie zaawansowanym z wykorzystaniem artykułów z prasy (poziom C1) – kurs online

dr Sławomir Maskiewicz

1954 zł/90 h

Kurs języka angielskiego dla zaawansowanych. Celem kursu jest rozwijanie wszystkich sprawności, ze szczególnym uwzględnieniem samodzielnego czytania artykułów z prasy anglojęzycznej i dyskusowania o poruszanych w nich problemach. Teksty autentyczne będą także stanowić materiał do pracy nad poszerzaniem znajomości słownictwa i wybranych struktur gramatycznych. Artykuły zostaną zaczerpnięte głównie z takich źródeł jak *The Guardian*, *BBC*, *The Economist* i podejmować będą różnorodną aktualną tematykę społeczną, polityczną i kulturową, np. sztuczna inteligencja czy zagadnienia związane z ochroną środowiska. **UWAGA: Słuchacze będą proszeni o przeczytanie wskazanego tekstu przed zajęciami. Link do artykułu i/lub jego treść zostanie przesłana słuchaczom z tygodniowym wyprzedzeniem.**

Morning English with Video: Angielski Audiowizualnie. Język angielski na poziomie średnio zaawansowanym (poziom B2) – kurs online

dr Elżbieta Niewiadoma

488 zł/36 h

Kurs jest realizowany w formie zdalnej na platformie ZOOM i prowadzony w języku angielskim na poziomie B2. Program kursu jest oparty na tematycznych materiałach audiowizualnych, m.in. *TEDtalk*, minifilmy dokumentalne, wideo-poradniki, oraz rozmaite filmiki tematyczne, dotyczące niecodziennych tematów z obszaru m.in. technologii, pracy, społeczeństwa, kultury. Podczas zajęć Słuchacze oglądają dany filmik i zapoznają się ze słownictwem, które w nim występuje, co odbywa się m.in. za pomocą zadań sprawdzających zrozumienie danej treści. Słuchacze podejmują się dyskusji i rozmowy, dzieląc się swoimi opiniami, interpretacjami oraz analizą przedstawionego materiału. Materiały są podzielone według modułów tematycznych.

dr Katarzyna Fetlińska

434 zł/32 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy posiadają zasób słownictwa na poziomie B1 i potrafią wykorzystywać w ćwiczeniach struktury gramatyczne na poziomie średnio zaawansowanym, lecz chcą zwiększyć płynność i naturalność swoich wypowiedzi w języku angielskim.

Kurs umożliwia Słuchaczom rozwinięcie swobody komunikacyjnej, wzbogacenie zakresu słownictwa czynnego o bardziej zaawansowane wyrażenia oraz doskonalenie automatycznego stosowania struktur gramatycznych w praktyce. Celem kursu jest również kształtowanie umiejętności precyzyjnego wyrażania myśli w różnorodnych, także bardziej wymagających, sytuacjach komunikacyjnych.

Zajęcia polegają na realizacji tematów konwersacyjnych z wykorzystaniem materiałów audiowizualnych oraz praktycznych ćwiczeń z zakresu mówienia, odwzorowujących realistyczne i zróżnicowane sytuacje życia codziennego i zawodowego.

Mów pewnie – kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

434 zł/32 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy posiadają zasób słownictwa na poziomie A2 i umieją wykorzystać w ćwiczeniach podstawowe struktury gramatyczne, pozwalające im tworzyć zdania w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym, lecz nie czują się pewnie, wykorzystując tę wiedzę podczas mówienia.

Kurs umożliwia Słuchaczom nabranie pewności w wypowiadaniu się, poszerzenie zakresu słownictwa czynnego, a także automatyczne wykorzystanie struktur gramatycznych w praktyce, co ma na celu pomóc Słuchaczom w kształtowaniu umiejętności komunikacyjnych.

Zajęcia polegają na realizacji tematu konwersacyjnego z wykorzystaniem materiałów audiowizualnych i praktycznych ćwiczeń z zakresu mówienia, odwzorowujących realistyczne sytuacje.

Mów płynniej o codzienności i trendach – kurs języka angielskiego (poziom B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

434 zł/32 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy posiadają zasób słownictwa na poziomie B1 i umieją wykorzystać w ćwiczeniach struktury gramatyczne na poziomie średniozaawansowanym, pozwalające im tworzyć zdania w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym, lecz nie czują się pewnie, wykorzystując tę wiedzę podczas mówienia.

Kurs umożliwia Słuchaczom nabranie pewności w wypowiadaniu się, poszerzenie zakresu słownictwa czynnego, a także automatyczne wykorzystanie struktur gramatycznych w praktyce, co ma na celu pomóc Słuchaczom w kształtowaniu umiejętności komunikacyjnych.

Zajęcia polegają na realizacji tematu konwersacyjnego z wykorzystaniem materiałów audiowizualnych i praktycznych ćwiczeń z zakresu mówienia, odwzorowujących realistyczne sytuacje.

Perfect English – Listen and Speak/Perfekcyjny angielski – rozmawiaj i słuchaj (poziom B1/B2) – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Sluchacze podczas kursu będą ćwiczyć umiejętność słuchania ze zrozumieniem oraz mówienia w języku angielskim. W trakcie kursu poruszane będą takie tematy, jak: motywacja, podróże i turystyka, przestępstwa i kara, pogoda, miasta, sport, reklama i media oraz stereotypy. Sluchacze poszerzą słownictwo z omawianych tematów oraz będą ćwiczyć umiejętność słuchania ze zrozumieniem i mówienia w języku angielskim.

Practice Makes Perfect. Wzbogacaj słownictwo w sytuacjach codziennych. Kurs języka angielskiego (poziom B2/C1) – kurs online

dr Sławomir Maskiewicz

814 zł/60 h

Kurs języka angielskiego dla Słuchaczy na poziomie co najmniej średnio zaawansowanym, w trakcie którego kształcone będą cztery sprawności językowe. Główny nacisk położony zostanie na sprawność mówienia, w tym na rozwijanie słownictwa. Słuchacze poszerzą znajomość leksyki angielskiej w zakresie zagadnień ogólnych, takich jak wydarzenia bieżące, relacje międzyludzkie, czy zagadnienia związane z kulturą, w tym słownictwa i frazeologii na poziomie zaawansowanym oraz wybranych idiomów.

Quest for English Mastery – część IV. Pogłębiony kurs języka angielskiego (poziom B2) – kurs online

dr Marcin Sroczyński

461 zł/34 h

Kurs został stworzony z myślą o Słuchaczach, którzy pragną rozwijać umiejętności komunikacyjne i interpersonalne. Kurs stawia na praktyczne zastosowanie języka w realistycznych kontekstach, umożliwiając efektywną naukę i rozwój kompetencji językowych na poziomie B2. Zajęcia obejmują m.in. takie tematy, jak współczesne wyzwania społeczne i technologiczne, różne aspekty projektów biznesowych, relacje międzyludzkie i wrażliwość międzykulturowa, sztuki audiowizualne i przemysł filmowy. Słuchacze zdobędą umiejętności niezbędne do swobodnej komunikacji oraz rozwiązywania problemów w różnorodnych sytuacjach, poszerzając jednocześnie słownictwo i poprawiając gramatykę.

Road to Fluency – część IV. Praktyczny kurs języka angielskiego (poziom A2/B1) – kurs online

dr Marcin Sroczyński

461 zł/34 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy pragną zdobyć pewność siebie w komunikacji po angielsku na poziomie A2/B1 oraz rozwijać umiejętności językowe w przyjaznej i interaktywnej atmosferze. Tematy kursu dotyczą różnych aspektów życia codziennego, takich jak miejsce zamieszkania czy podróże, a Słuchacze uczą się opowiadać o swoich doświadczeniach, dokonywać wyborów, podejmować decyzje i wyrażać swoje preferencje.

Podczas zajęć nacisk kładziony jest na praktyczną komunikację i aktywną wymianę zdań, umożliwiając Słuchaczom rozwijanie swoich umiejętności językowych w realistycznych sytuacjach.

See the World 1 – A Journey to the East. Odkrywanie świata i innych kultur z językiem angielskim (poziom B2/C1) – kurs online

dr Marcin Sroczyński

488 zł/36 h

Słuchacze, poprzez atrakcyjne i zróżnicowane treściowo krótkie reportaże video z dziedziny podróży i stylu życia, poszerzą swoje kompetencje językowe i zdobędą wiedzę praktyczną. Słuchacze udoskonalą umiejętności rozumienia ze słuchu różnych użytkowników języka angielskiego, uczestniczenia w dyskusji oraz poszerzą zasób słownictwa dotyczącego turystyki, geografii, historii, architektury, kultury i kulinariów. Jednocześnie Słuchacze zdobędą wiedzę dotyczącą różnych regionów świata, innych kultur i ich obyczajów. Nacisk położony będzie na interakcję i aktywne wykorzystanie zdobytej wiedzy w dyskusji.

Small Talk, Big Chat – kurs języka angielskiego (poziom C1) – kurs online

dr Dorota Osińska

271 zł/20 h

Kurs rozwija płynność, swobodę i autentyczność wypowiedzi po angielsku – zarówno w codziennych, lekkich rozmowach, jak i w dyskusjach na tematy bardziej złożone i refleksyjne. Choć głównym celem jest doskonalenie mówienia, Słuchacze będą również pracować z tekstami, podcastami i krótkimi materiałami wideo. Nauczą się prowadzić rozmowy w różnych rejestrach – od casualowego small talku po głębsze dyskusje o wartościach, kulturze, społeczeństwie czy technologii.

Speak like an American! – kurs wymowy amerykańskiej odmiany języka angielskiego (poziom B2) – kurs online

mgr Aleksandra Karwacka

543 zł/40 h

Kurs wymowy standardowego akcentu amerykańskiego (ang. *General American*). Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z podstawowymi cechami najbardziej charakterystycznych dźwięków akcentu amerykańskiego oraz z najważniejszymi zagadnieniami z zakresu fonetyki angielskiej. Omówione zostaną procesy redukcji samogłoskowych, łączenia międzywyrazowego oraz kwestie związane z akcentem wyrazowym i zdaniowym. Dużo miejsca poświęcone zostanie wpływowi języka polskiego na wymowę amerykańską. Zajęcia obejmować będą omówienie danego zagadnienia przez Wykładowcę oraz praktyczne ćwiczenia mające na celu poprawę wymowy Słuchaczy.

The Queen's Speech – kurs wymowy standardowej odmiany języka angielskiego (poziom B2) – kurs online

mgr Aleksandra Karwacka

542 zł/40 h

Kurs wymowy standardowej brytyjskiej odmiany języka angielskiego (ang. *Received Pronunciation*). Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z systemem dźwięków akcentu brytyjskiego oraz z najważniejszymi zagadnieniami z zakresu fonetyki angielskiej. Omówione zostaną procesy redukcji samogłoskowych, łączenia międzywyrazowego oraz kwestie związane z akcentem wyrazowym i zdaniowym. Dużo miejsca poświęcone zostanie wpływowi języka polskiego na wymowę angielską. Zajęcia obejmować będą omówienie danego zagadnienia przez Wykładowcę oraz praktyczne ćwiczenia mające na celu poprawę wymowy Słuchaczy.

The Queen's Speech – kurs wymowy standardowej odmiany języka angielskiego – część II (poziom B2) – kurs online

mgr Aleksandra Karwacka

461 zł/34 h

Druga część kursu wymowy standardowej odmiany języka angielskiego (ang. *Received Pronunciation*) skierowana jest do Słuchaczy, którzy uczestniczyli w pierwszej części kursu „The Queen's Speech” lub posiadają podstawową wiedzę o fonetyce języka angielskiego. W czasie kursu Słuchacze będą mieli okazję utrwalić wiedzę o systemie angielskich dźwięków oraz udoskonalić ich wymowę. Wprowadzone zostaną też dodatkowe zagadnienia dotyczące akcentu wyrazowego i zdaniowego oraz procesów zachodzących w mowie szybkiej. Słuchacze doskonalić będą umiejętność odczytywania oraz tworzenia transkrypcji fonetycznej.

Timeless tales: master English through engaging short stories / Ponadczasowe opowieści: opanuj angielski dzięki wciągającym historiom (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Ladan Farah Bakhsh

407 zł/30 h

ENG:

This course is designed for those who want to improve their English while exploring the world of iconic short stories. Each week, Students will delve into a new story, examining its themes, characters, and cultural significance. Through engaging activities such as vocabulary building, guided discussions, creative writing, and storytelling exercises, participants will enhance their reading, writing, speaking, and critical thinking skills. By the end of the course, Students will not only have a stronger command of the English language but also a deeper appreciation for the power of storytelling as a means of connecting people and ideas.

PL:

Ten kurs jest przeznaczony dla osób, które chcą doskonalić swój angielski, jednocześnie odkrywając świat kultowych opowiadań. Każdego tygodnia Słuchacze zagłębią się w nową historię, analizując jej motywy, postacie i znaczenie kulturowe. Dzięki angażującym aktywnościom, takim jak rozwijanie słownictwa, moderowane dyskusje, twórcze pisanie i ćwiczenia narracyjne, Słuchacze rozwiną swoje umiejętności czytania, pisania, mówienia oraz krytycznego myślenia. Pod koniec kursu będą nie tylko lepiej władać językiem angielskim, ale także głębiej doceniać siłę opowieści jako narzędzia łączącego ludzi i idee.

Uaktywnij swój angielski (poziom A1/A2) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Każde zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem kursu jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

Uaktywnij swój angielski – część III (poziom A2/B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

Uaktywnij swój angielski – część IV (poziom B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

Uaktywnij swój angielski – część VI (poziom B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

„Uchwycić w chwili wielkości” – literackie i kulturowe dziedzictwo Jane Austen (poziom C1) – kurs online

nowy!

mgr Katarzyna Kłosińska

651 zł/30 h

W czasie kursu spróbujemy znaleźć odpowiedź na pytanie, na czym polega fenomen pisarstwa Jane Austen. Co sprawia, że miłośnicy twórczości Austen wielokrotnie wracają do jej powieści na różnych etapach swojego życia, za każdym razem odczytując je inaczej i odkrywając nowe treści i znaczenia.

Wystąpienia publiczne w języku angielskim (poziom B1/B2) / Public speaking in English – kurs online

prof. dr hab. Anna Borowska

271 zł/20 h

Program kursu obejmuje:

1. Cel wystąpień publicznych.
2. Analiza grupy odbiorców.
3. Struktura i organizacja przemówienia.
4. Materiały.
5. Język i styl.
6. Techniki prezentacji.
7. Zarządzanie stresem i budowanie pewności siebie.
8. Wykorzystanie pomocy wizualnych i multimedialnych.
9. Rodzaje przemówień.
10. Etyka i wiarygodność.
11. Praktyka i informacja zwrotna.

YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku (poziom A1) – część I – kurs online

mgr Justyna Jonatowska

271 zł/20 h

Kurs skierowany do osób, które rozpoczynają naukę języka angielskiego lub miały dłuższą przerwę w nauce i chcą przyswoić/przypomnieć sobie podstawowe zwroty i słownictwo oraz podstawowe konstrukcje gramatyczne. Zagadnienia poruszane na kursie obejmują popularne sytuacje codzienne. Głównym założeniem kursu jest przygotowanie Słuchaczy do skutecznego porozumiewania się w sytuacjach codziennych na poziomie A1. Nacisk położony będzie głównie na rozwój sprawności mówienia oraz wprowadzenie/poszerzenie przydatnego słownictwa. Formy pracy przyjęte na zajęciach pozwolą na praktyczne przećwiczenie zdobytej wiedzy i doskonalenie sprawności językowych, głównie mówienia i rozumienia wypowiedzi rozmówcy.

YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku (poziom A1) – część III – kurs online

mgr Justyna Jonatowska

271 zł/20 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy powracających do nauki po przerwie lub Słuchaczy, którzy rozpoczęli już naukę języka angielskiego i znają podstawowe sformułowania z popularnymi czasownikami: *be, can, like, live, work, have, go, meet* i potrafią opisać sytuacje związane z teraźniejszością (czasy *Present Simple* i *Present Continuous*). Zagadnienia poruszane na kursie obejmują oczywiste i popularne sytuacje codzienne i koncentrują się wokół trzech przestrzeni czasowych: teraźniejszości, przyszłości i przeszłości. Słuchacze poznają słownictwo i konteksty codziennego życia, pozwalające porozmawiać o teraźniejszości, przyszłości i przeszłości.

Z angielskim za pan brat – kurs dla rozpoczynających naukę od zera (poziom A1) – kurs online

dr Krzysztof Jeleń

814 zł/60 h

Kurs ma wprowadzić Słuchaczy do efektywnej nauki języka angielskiego. Wykonując rozmaite ćwiczenia nawiązujące do kluczowych tematów podejmowanych zazwyczaj na początkowych etapach nauki języka obcego, Słuchacze poznają podstawowe słownictwo przydatne np. podczas podróży zagranicznych i nawiązywania kontaktu z obcokrajowcami. Z kolei wprowadzane stopniowo treści gramatyczne pozwolą im na samodzielne budowanie pojedynczych zdań i bardziej złożonych wypowiedzi niezbędnych w codziennej komunikacji w języku obcym. Kurs łączy zatem elementy wiedzy teoretycznej z praktycznym sprawdzeniem zdobywanych umiejętności w sytuacji komunikacyjnej (np. nawiązywanie znajomości, rozmowa w sklepie, kawiarni, restauracji, na dworcu).

Z angielskim za pan brat – podróże kształcą – kurs językowy dla kontynuujących naukę (poziom A2) – kurs online

dr Krzysztof Jeleń

814 zł/60 h

Zajęcia mają na celu ugruntowanie wiedzy Słuchaczy zdobytej w ramach wcześniej odbywanego kursu „Z angielskim za pan brat – kurs dla rozpoczynających naukę od zera (poziom A1) – kurs online” oraz zachęcić do aktywnego posługiwania się opanowanym już zasobem słownictwa i gramatyki. Wykonując rozmaite ćwiczenia nawiązujące do motywu przewodniego kursu (podróże kształcą), Słuchacze nabiorą pewności siebie w kontaktach z obcokrajowcami, zwłaszcza w sytuacjach mogących się przytrafić podczas podróży. Z kolei stopniowo rozszerzane treści gramatyczne pozwolą im na samodzielne budowanie bardziej złożonych wypowiedzi niezbędnych w codziennej komunikacji w języku obcym. Kurs łączy zatem elementy wiedzy teoretycznej z praktycznym sprawdzeniem zdobywanych umiejętności w sytuacji komunikacyjnej (np. rozwiązywanie kłopotliwych sytuacji w podróży).

Zrozumieć gramatykę angielską / Understanding English Grammar (poziom B1/B2) – kurs online

dr Anna Murkowska

407 zł/30 h

Celem kursu, dotyczącego gramatyki angielskiej na poziomie B1/B2, prowadzonego w języku angielskim, jest rozwijanie świadomości gramatycznej Słuchaczy w celu pogłębiania ich wiedzy gramatycznej i zdolności komunikacyjnych. Wprowadzenie nowego podejścia do nauczania gramatyki, w którym formy i struktury gramatyczne postrzegane są jako system znaczeń, decydujących o wyborze poszczególnych form i struktur w danym kontekście językowym i sytuacyjnym, pozwala Słuchaczom na bardziej świadomy wybór i eliminuje błędy gramatyczne. Kurs obejmuje listę ważnych tematów gramatycznych, takich jak: czasy angielskie, czasowniki modalne, wyrażanie mnogości, użycie przedimków, zdania względne: zdania warunkowe, komplementacja czasownikowa, a także aspekty gramatyczne mowy zależnej i znaczenie konstrukcji biernych.

Zwiedzaj świat po angielsku – miłej podróży (poziom A2) – kurs online

mgr Dorota Jurczyk

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy będących na poziomie A2, chcących rozwinąć znajomość języka angielskiego od podstaw i zainteresowanych podróżami. Program kursu obejmuje rozwinięcie umiejętności komunikacyjnych w zakresie prostych rozmów w sytuacjach życia codziennego i związanych z podróżami. Zrealizowane zostaną m.in. tematy, takie jak: podróże teraz i dawniej, ulubione środki transportu, rezerwacja biletów i miejsc hotelowych, opisywanie miejsc, ubieganie się o wizę, pisanie maili, zamawianie posiłków w restauracji, czytanie regulaminów, opisywanie własnych podróży lub planów wyjazdowych.

Arabski bez granic (poziom A1/A2) – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

Kurs języka arabskiego dla początkujących (poziom docelowy zbliżony do A1/A2), stanowiący kontynuację kursu „Język arabski w pigułce (poziom A1)", realizowany na podstawie nowatorskiego podręcznika – *Al-madkhal. An introduction to spoken Arabic language*. W trakcie kursu Słuchacze będą uczyć się konwersacji po arabsku na podstawie wysokiej jakości wideoklipów zawierających dialogi oraz monologi, dotyczące różnych dziedzin życia codziennego oraz zawodowego (autoprezentacja, rodzina, przyjaciele, zainteresowania, codzienne oraz weekendowe aktywności, miejsca i usługi, uniwersytet, dom). Stopniowo wprowadzane będą niezbędne zagadnienia gramatyczne, odnoszące się do zagadnień realizowanych podczas lekcji oraz elementy translacji. Teksty dialogów będą w pełni wokalizowane, co znacznie ułatwi naukę czytania. Podczas kursu prezentowane będą również elementy arabskiej kultury masowej, ilustrowane autentycznymi materiałami video oraz fragmentami prasy arabskiej.

Arabski bez granic (poziom A2) – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

W trakcie kursu Słuchacze uczą się konwersacji po arabsku na podstawie wysokiej jakości wideoklipów, zawierających dialogi oraz monologi, dotyczące różnych dziedzin życia codziennego oraz zawodowego (autoprezentacja, rodzina, przyjaciele, zainteresowania, codzienne oraz weekendowe aktywności, miejsca i usługi, uniwersytet, dom). Stopniowo wprowadzane są niezbędne zagadnienia gramatyczne, odnoszące się do zagadnień realizowanych podczas zajęć oraz elementy translacji. Teksty dialogów są w pełni wokalizowane, co znacznie ułatwia naukę czytania. Podczas kursu prezentowane są również elementy arabskiej kultury masowej, ilustrowane autentycznymi materiałami video oraz fragmentami prasy arabskiej.

Język arabski w pigułce (poziom A1) – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

Kurs języka arabskiego dla zupełnych nowicjuszy (poziom docelowy: A1 niższy). Realizowany w oparciu o podręcznik *Alif Baa. An Introduction to Arabic Letters and Sounds*. W trakcie kursu Słuchacze stopniowo zapoznają się z alfabetem oraz wymową arabską, jednocześnie uczą się podstaw komunikacji w zakresie życia codziennego (np. powitania, nawiązywanie kontaktów, pytania o samopoczucie, najbliższą rodzinę, zajęcia, zakupy, restauracje i jedzenie, czas, wygląd zewnętrzny i odzież). Etap ten zostanie wzbogacony o materiał audio i wideo, dotyczący techniki pisania oraz zasad wymowy poszczególnych głosek, a także piosenki ułatwiające naukę słownictwa. Całość poparta będzie licznymi ćwiczeniami oraz elementami gramatyki. Cyklicznie wprowadzane elementy kultury i cywilizacji arabsko-muzułmańskiej omawiane będą z wykorzystaniem autentycznych materiałów, np. filmów. Na zakończenie zajęć przewidziane są warsztaty z kaligrafii arabskiej oraz ceremonia parzenia kawy.

Bułgaria w walizce – o kulturze Bułgarii z elementami nauki języka bułgarskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online

mgr Simeonka Veleva

650 zł/35 h

Słuchacze, którzy interesują się kulturą Bułgarii, poznają zagadnienia związane z dziedzictwem kulturowym i historią kraju, z życiem codziennym Bułgarów. Nauczą się zastosowania podstawowych reguł gramatycznych, użycia podstawowego słownictwa, by móc posługiwać się językiem bułgarskim w codziennych sytuacjach. Po ukończeniu kursu Słuchacze będą prowadzić pierwsze proste rozmowy w tym języku na poziomie początkującym.

Na zajęciach, oprócz klasycznych ćwiczeń gramatycznych z podręcznika, Słuchacze biorą aktywny udział – układają dialogi, rozwiązują quizy, słuchają bułgarskiej muzyki i rozumieją proste teksty piosenek.

Zdravej! Kak si? Język bułgarski z elementami kultury dla początkujących (poziom A1) – kurs online

mgr Simeonka Veleva

557 zł/30 h

Kurs języka bułgarskiego to kurs dla Słuchaczy, którzy chcą poznać cyrylicę i podstawowe wyrazy gramatyczne oraz podstawowy zasób słownictwa, by móc posługiwać się językiem bułgarskim w codziennych sytuacjach. Po ukończeniu kursu Słuchacze będą mogli prowadzić pierwsze proste konwersacje w tym języku. Poznają także żywy, potoczny język, którym posługują się Bułgarzy na tym poziomie nauki języka, a także kwestie kulturowe Bułgarów.

Na zajęciach, oprócz klasycznych ćwiczeń gramatycznych z podręcznika, Słuchacze biorą aktywny udział – układają dialogi, rozwiązują quizy, słuchają bułgarskiej muzyki i rozumieją proste teksty piosenek.

Zdravej! Kak si? Język bułgarski dla początkujących z elementami kultury (poziom A1/A2) – kontynuacja – kurs online

mgr Simeonka Veleva

557 zł/30 h

Kurs języka bułgarskiego na poziomie A1/A2 to kontynuacja kursu dla Słuchaczy, którzy ukończyli 30-godzinny kurs dla początkujących lub znają język bułgarski na poziomie podstawowym. Po ukończeniu tego kursu Słuchacze prowadzą proste rozmowy na tematy związane z codziennym życiem Bułgarów. Poznają żywy język potoczny na poziomie A1/A2. Opanują proste zasady gramatyczne i słownictwo.

Na zajęciach Słuchacze biorą aktywny udział: pracują w parach, w grupach, słuchają bułgarskiej muzyki, rozumieją teksty piosenek, prowadzą krótkie konwersacje na dane tematy, rozwiązują krzyżówki.

A1/A2 perfectionnement, czyli szybki rajd językowy – część I (poziom A1/A2) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

543 zł/30 h

Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienia oraz czytania, pisania i słuchania ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczom udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie A1/A2.

A2 pour comprendre mieux, czyli francuski bez tajemnic – część I (poziom A2) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

1085 zł/60 h

Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienia oraz czytania, pisania i słuchania ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczom udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie A2.

A Paris au soleil et sous la pluie. W Paryżu w słońcu i w deszczu (poziom A2/B1) – kurs online

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, geografia, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto, rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

Wykorzystując materiały z prasy i dziennika telewizyjnego, Słuchacze dostaną szansę stworzenia własnej prezentacji o charakterze informacyjno-dydaktycznym.

Avec plaisir. Mówimy po francusku i poznajemy kulturę Francji (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

B2 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B2 (poziom B2) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

651 zł/30 h

Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienie oraz czytanie, pisanie i słuchanie ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczom udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie B2.

Ça va bien ! Partie 1 – kurs języka francuskiego (poziom A1) – kurs online

mgr Arkadiusz Misiak

1002 zł/60 h

Kurs jest skierowany do Słuchaczy, którzy rozpoczynają naukę języka francuskiego i są zainteresowani kulturą Francji. W trakcie kursu nacisk kładziony jest na aktywne użycie języka. Słuchacze zdobędą podstawową wiedzę dotyczącą specyfiki języka francuskiego, nauczą się używać języka francuskiego w podstawowych sytuacjach życia codziennego: w restauracji, w sklepie, u lekarza, w pracy i życiu prywatnym.

Ça va bien ! Partie 2 – kurs języka francuskiego (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Arkadiusz Misiak

1002 zł/60 h

Kurs jest skierowany do Słuchaczy, którzy uczyli się wcześniej języka francuskiego i są zainteresowani kulturą Francji. W trakcie kursu nacisk kładziony jest na aktywne użycie języka. Słuchacze nauczą się używać języka francuskiego w rutynowych sytuacjach. Będą potrafili napisać e-mail w języku francuskim, opisać drogę, opowiadać o przeszłości i przedstawić plany na przyszłość.

Comprendre les Français – zrozumieć Francuzów – część I (poziom B1) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

814 zł/45 h

Celem kursu jest opanowanie kompetencji językowych, słownictwa oraz elementów gramatycznych z poziomu B1. Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienie oraz czytanie, pisanie i słuchanie ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczowi rozwinąć wszystkie kompetencje językowe na poziomie B1.

Crème de la crème avec la cerise sur le gâteau, czyli co mogę zrobić (jeszcze) lepiej – część II (poziom B1/B2) – kurs online

dr Dorota Nowak-Baranowska

456 zł/21 h

Kurs przeznaczony jest dla osób, które chciałyby uporządkować i udoskonalić swoje kompetencje językowe, zwłaszcza w zakresie stylistycznym i leksykalnym w ramach budowania wypowiedzi ustnej i pisemnej. Zajęcia są skierowane również do osób zainteresowanych samym językiem francuskim i zmianami, jakie w nim zachodzą.

Kurs został przygotowany jako uzupełnienie czy kontynuacja kursu *Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online*. Stanowi on jednak odrębną całość i może być traktowany zupełnie niezależnie.

Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online

dr Dorota Nowak-Baranowska

365 zł/21 h

Kurs przeznaczony jest przede wszystkim dla Słuchaczy, którzy chcą uporządkować i udoskonalić swoje umiejętności językowe, pragną „wyszlifować” trudniejsze kwestie gramatyczne oraz „przeskoczyć” na wyższy poziom zaawansowania, dzięki bardziej zaawansowanej konstrukcji zdań, używaniu bogatszego słownictwa oraz spójniejszej i przekonującej wypowiedzi.

Gramatyka francuska w kontekście – kurs gramatyki języka francuskiego (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Arkadiusz Misiak

651 zł/30 h

Kurs jest skierowany do osób, które chciałyby utrwalić wiedzę z zakresu gramatyki.

Problematyka poprawnego używania języka francuskiego usytuowana zostanie w kontekstach tematycznych, takich jak: przedmioty codziennego użytku, ubrania, jedzenie i picie, wakacje, mieszkanie, rodzina, pogoda, życie codzienne, zdrowie, sport oraz zakupy.

Zgadnienia gramatyczne omawiane w trakcie kursu to: rodzajniki nieokreślone, określone i częściowe, czas *présent*, tryb rozkazujący, zaimki wskazujące i dzierżawcze, czas *futur proche*, przyimki miejsca, czas *passé récent*, przysłowki, *passé composé*, tryb *gérondif*, czas *imparfait*, przyimki czasu, zaimki dopełnienia bliższego, zaimki dopełnienia dalszego.

Podczas kursu będą wykorzystywane materiały audio i video, piosenki, prezentacje oraz autorskie ćwiczenia gramatyczne Prowadzącego.

Oko w oko z francuskim i kulturą francuską – kurs języka francuskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, geografia, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto, rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

On communique ! Partie 1 – kurs języka francuskiego (poziom B1) – kurs online

mgr Arkadiusz Misiak

1002 zł/60 h

Kurs jest skierowany do Słuchaczy, którzy ukończyli co najmniej 180 godzin nauki języka francuskiego i pragną doskonalić swoje kompetencje językowe. Kurs daje przestrzeń do różnych działań językowych: recepcji, produkcji, interakcji oraz mediacji. Słuchacze nauczą się używać języka francuskiego w różnych sytuacjach życia codziennego: na spotkaniu, w restauracji, na urlopie, w rozmowie telefonicznej, w korespondencji mailowej.

Parler français: culture, société, politique, économie. Dyskusja o Francji i nie tylko – konwersacje z języka francuskiego (poziom B2) – kurs online

nowy!

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

651 zł/30 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie B2. Na podstawie zebranych, aktualnych materiałów (reportaż, teksty artykułów, fragmenty filmów, itp.) Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

Parler français: culture, société, politique, économie/Dyskusja o Francji i nie tylko – konwersacje z języka francuskiego (poziom C1) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

651 zł/30 h

Kurs przeznaczony jest dla osób, które ukończyły zajęcia na poziomie B2 i chcą kontynuować rozwijanie kompetencji językowych, zwłaszcza wypowiedzi ustnej na kolejnym poziomie.

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie C1 na podstawie zebranych materiałów (reportaż, teksty artykułów, fragmenty filmów, elementy różnych podręczników z poziomu C1, itp.). Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

Pour communiquer mieux B2 (partie I) – Po to, by mówić lepiej (poziom B2) – część I – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

1302 zł/60 h

Celem kursu jest opanowanie kompetencji językowych, słownictwa oraz elementów gramatycznych na poziomie B2. Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienia oraz czytania, pisanie i słuchania ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczowi rozwinąć wszystkie kompetencje językowe na poziomie B2.

Złap gramatykę francuską za rogi! Czyli jak oswoić trudniejsze elementy gramatyki francuskiej (poziom B2) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

738 zł/34 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji gramatycznych na poziomie B2. Na podstawie zebranych aktualnych materiałów Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi zagadnieniami gramatycznymi i zastosować je w praktyce.

Język Ewangelii: Greka Nowego Testamentu (poziom A1) – kurs online

dr hab. Jan Kozłowski, prof. ucz.

557 zł/30 h

W języku starogreckim (dialekt *koine*) zostały spisane teksty składające się na *Nowy Testament*, świętą księgę ponad dwóch miliardów chrześcijan. Niniejszy kurs stawia sobie za cel zbudowanie mocnego fundamentu dla dalszej nauki tego języka. Pierwsze zajęcia poświęcone będą nauce alfabetu i zdobywaniu umiejętności korzystania ze słownika. Następnie, kolejno będą wprowadzane pojęcia z zakresu gramatyki i leksyki języka greckiego. Podstawowym punktem odniesienia od samego początku będą oryginalne teksty. Kurs jest pomyślany jako ciągły wykład konwersatoryjny, urozmaicony dygresjami na tematy kulturowe, historyczne, teologiczne i filologiczne.

Język hebrajski biblijny (poziom A1) – kurs online

dr Agata Grzybowska-Wiatrak

557 zł/30 h

Sluchacze poznają następujące zagadnienia hebrajskiej gramatyki oraz składni:

- hebrajski system pisma,
- przedimek określony *ha-*,
- zdanie imienne,
- związek rzeczownika z przymiotnikiem,
- spójnik *we-* [i],
- przyimki pisane łącznie z wyrazami oraz rozłącznie,
- odmiana rzeczownika,
- wprowadzenie do hebrajskiego systemu czasownikowego,
- partykuła *et*,
- koniugacja *wayiqtol* w binjanie *qal*.

Podstawą nauki będzie lektura (teksty preparowane oraz oryginalne ustępy z Biblii). Podczas kursu Sluchacze poznają też najczęściej pojawiające się w Biblii słownictwo. Zestaw umiejętności zdobytych w pierwszym trymestrze umożliwi im odczytanie tekstu biblijnego i jego podstawowe zrozumienie.

Język hebrajski współczesny (poziom A1) – kurs online

nowy!

dr Agata Grzybowska-Wiatrak

557 zł/30 h

Angażujący kurs przeznaczony dla początkujących, bez wcześniejszego doświadczenia z nauką hebrajskiego. Wspólnie rozwijamy umiejętności czytania, pisania i komunikowania się w podstawowym współczesnym języku hebrajskim, w różnych sytuacjach codziennych i społecznych. Aby nauka była zarówno skuteczna, jak i przyjemna, korzystamy z interaktywnych metod, takich jak piosenki, klipy filmowe, quizy oraz gry teatralne. Zajęcia te pomagają opanować hebrajski system pisma, koncentrując się jednocześnie na praktycznej komunikacji.

A mí me gusta el español / Lubię hiszpański – część II (poziom B1) – kurs online

mgr Agnieszka Kowalewska

1085 zł/60 h

Kurs dla zmotywowanych i lubiących mówić po hiszpańsku słuchaczy po około 280 godzinach nauki języka. Nie jest konieczne ukończenie pierwszej części kursu. Podczas kursu skupimy się na uporządkowaniu dotychczasowej wiedzy, wzbogaceniu słownictwa i struktur gramatycznych, rozmawiając po hiszpańsku na interesujące tematy, grając i oglądając ciekawe materiały wideo. Kurs to doskonała okazja, aby spędzić popołudnie w towarzystwie osób lubiących hiszpański i kontynuować naukę tego języka.

Cuéntame más – porozmawiajmy po hiszpańsku – część IV (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Agnieszka Kowalewska

868 zł/40 h

Kurs języka hiszpańskiego na poziomie B2/C1 przeznaczony dla wielbicieli języka hiszpańskiego, którzy chcą spędzić jesienne popołudnia, dyskutując po hiszpańsku. Podczas zajęć porozmawiamy na interesujące tematy, zarówno o Hiszpanii i Ameryce Łacińskiej, jak i o nas samych oraz otaczającym nas świecie. Utrwalimy i poszerzymy słownictwo oraz gramatykę na poziomie B2 i C1. Kurs będzie także okazją do wymiany doświadczeń i nawiązania kontaktów z innymi entuzjastami języka hiszpańskiego.

Hablar por los codos: rozgadaj się po hiszpańsku – część I (poziom A2/B1) – kurs online

mgr Karolina Stępień

271 zł/20 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A2/B1 skoncentrowany na utrwaleniu słownictwa i struktur gramatycznych oraz aktywnym użyciu ich w wypowiedzi ustnej. Każdy temat składać się będzie z części teoretycznej oraz części praktycznej, obejmującej ćwiczenia w parach i grupach. W ramach zajęć kontekstowo wykorzystane zostaną materiały pochodzące z mass mediów krajów hiszpańskojęzycznych.

Hiszpania i Ameryka Łacińska – język, ludzie, wydarzenia. Kurs języka hiszpańskiego (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Agnieszka Józefowicz-Mengü

407 zł/30 h

Kurs ma w swoim programie naukę języka na poziomie B1/B2 wraz ze wszystkimi podstawowymi komponentami, czyli słownictwem, gramatyką, rozwijaniem płynności mówienia i rozumienia ze słuchu. Program kursu ma również na celu omawianie wybranych zagadnień związanych z historią i współczesnością Hiszpanii i Ameryki Łacińskiej, różnic i podobieństw na przykładzie wydarzeń i procesów historycznych, znanych i cenionych osób, tradycji, kuchni, a także geografii. Wspólnota kulturowa, ale też ogromna, wielobarwna różnorodność, są przewodnim tematem tego kursu.

Hiszpańskie zwyczaje i obyczaje, czyli saber vivir a la española (poziom A2) – kurs online

mgr Agnieszka Kowalewska

543 zł/30 h

Kurs języka hiszpańskiego dla osób po około 100-120 godzinach nauki języka lub osób pragnących powtórzyć podstawy języka. W miłej i słonecznej atmosferze porozmawiamy na ciekawe tematy dotyczące hiszpańskich zwyczajów, takie jak: rodzina, sport, czy kuchnia. Powtórzymy i rozszerzymy słownictwo oraz poznamy nowe zagadnienia gramatyczne, nie zapominając o szlifowaniu tych już znanych. Kurs dla osób, które chcą dowiedzieć się czegoś więcej o Hiszpanii i Hiszpanach i pożartować po hiszpańsku. Doskonała okazja do sprawdzenia i doszkolenia swoich umiejętności językowych przed wyjazdem na wakacje na Półwysep Iberyjski.

Hiszpański i sławni Hiszpanie (poziom A1) – kurs online

dr Łukasz Grutzmacher

678 zł/50 h

Intensywnej nauce podstaw języka hiszpańskiego będzie towarzyszyło przybliżanie postaci sławnych Hiszpanów, zajmujących ważne miejsce w hiszpańskiej kulturze.

Równolegle do rozwijania swoich kompetencji językowych, Słuchacze będą poznawali postaci sławnych Hiszpanów – zarówno tych, którzy zapisali się na kartach historii, jak i osób obecnie skupiających na sobie uwagę mediów. Zaprezentowani zostaną hiszpańscy władcy, odkrywcy, podróżnicy, malarze, kompozytorzy, pisarze, naukowcy, politycy, reżyserzy, aktorzy, piosenkarze i sportowcy.

Hiszpański – podróż przez Hiszpanię i Amerykę Łacińską (poziom A1/A2) – kurs online

dr Łukasz Grutzmacher

678 zł/50 h

Motywytem przewodnim kursu będzie podróż przez Hiszpanię i Amerykę Łacińską, a przybliżanie najważniejszych atrakcji turystycznych będzie towarzyszyło intensywnej nauce podstaw języka hiszpańskiego.

Równolegle do rozwijania swoich kompetencji językowych, Słuchacze będą poznawali geografię i kulturę Hiszpanii oraz Ameryki Łacińskiej. Podczas każdego spotkania ok. 10 minut zostanie poświęconych przedstawieniu wybranych regionów i miast hiszpańskich oraz hiszpańsko-amerykańskich – zabytkom, muzeom, lokalnym tradycjom, przyrodzie.

¡Hola! ¿Cómo estás? – Hiszpański dla początkujących – część I (poziom A1) – kurs online

mgr Katarzyna Blicharska

814 zł/60 h

Program kursu obejmuje wprowadzenie oraz utrwalenie podstaw gramatyki, słownictwa tematycznego, typowych zwrotów i struktur językowych, a także prostych wypowiedzi używanych w codziennych sytuacjach komunikacyjnych – takich jak podstawowe dialogi sytuacyjne, opisy osób, miejsc i przedmiotów. Zajęcia koncentrują się na praktycznym zastosowaniu języka oraz przybliżeniu Słuchaczom elementów codziennej kultury krajów hiszpańskojęzycznych. Obejmują m.in.: zasady przywitań, pożegnań i form grzecznościowych; zwyczaje związane z uroczystościami, wypoczynkiem i podróżami; kulturę jedzenia i picia w Hiszpanii; a także realia życia codziennego i warunki mieszkaniowe. Jednym z urozmaicających elementów zajęć będzie nauka poprzez hiszpańskojęzyczne piosenki.

¡Hola! ¿Hablas español? – Kurs języka hiszpańskiego (poziom A2) – część III – kurs online

mgr Katarzyna Blicharska

814 zł/60 h

Kurs obejmuje moduły tematyczne, takie jak:

1. Autoprezentacja i życie codzienne.
2. Podróże i turystyka.
3. Praca i doświadczenia życiowe.
4. Opisy osób, miejsc i zwyczajów.
5. Rady, instrukcje i komunikacja w mieście.
6. Technologia, Internet i zakupy online.
7. Społeczne normy w Hiszpanii i krajach Ameryki Łacińskiej.

Jednym z elementów zajęć będzie nauka z tekstów hiszpańskojęzycznych piosenek.

¡Hola! ¿Qué sabes de España y América? – Kurs języka hiszpańskiego (poziom A2/B1) – kurs online

mgr Katarzyna Blicharska

814 zł/60 h

Kurs stanowi kontynuację programu „Z Hiszpanem – po hiszpańsku – część III”, jednak jest również otwarty dla nowych Słuchaczy oraz osób powracających do nauki języka hiszpańskiego po przerwie. Zajęcia koncentrują się na rozwijaniu wszystkich sprawności językowych – rozumienia tekstów pisanych i słuchanych, mówienia oraz pisania – w oparciu o słownictwo tematyczne i materiały kulturowe.

Celem kursu jest rozwijanie kompetencji komunikacyjnych poprzez pogłębianie wiedzy na temat kultury, historii i społeczeństw Hiszpanii oraz krajów Ameryki Łacińskiej.

Paso a paso: hiszpański bez pośpiechu – część II (poziom A1) – kurs online

mgr Karolina Stępień

543 zł/40 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A1 dla osób, które chcą uczyć się języka w komfortowym tempie, bez presji i pośpiechu. Kurs skupia się na stopniowym przyswajaniu materiału, naturalnej komunikacji oraz budowaniu pewności siebie w używaniu języka. Podczas lekcji wykorzystywane będą zróżnicowane tematycznie materiały, obejmujące także teksty kultury (filmy, piosenki itp.). Zajęcia składać się będą z ćwiczeń leksykalnych, części poświęconej wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych, a także konwersacji na tematy dotyczące życia codziennego i ćwiczenia wymowy.

Z Hiszpanem – po hiszpańsku! (poziom A1) – kurs online

mgr Wiera Ignatowa

814 zł/60 h

Program obejmuje poznanie i utrwalenie podstawowego słownictwa, zwrotów i struktur językowych używanych w sytuacjach codziennych: w kontaktach towarzyskich, w podróży, podczas korzystania z usług, robienia zakupów i innych. Szczególny nacisk położony będzie na praktyczny aspekt nauki języka. Ideą kursu jest zapoznanie się z elementami życia i kultury Hiszpanii i krajów Ameryki Łacińskiej za pośrednictwem różnorodnych materiałów i ćwiczeń.

Z Hiszpanem – po hiszpańsku – część III (poziom A2) – kurs online

mgr Wiera Ignatowa

814 zł/60 h

Program kursu obejmuje bloki tematyczne, takie jak: zdrowie, pieniądze, miłość; porozumienie międzykulturowe; społeczne normy i zwyczaje w Hiszpanii i krajach Ameryki Łacińskiej; mieszkanie w Hiszpanii; kupowanie i opisywanie ubrań; praca, zawody; wiedza, umiejętności; święta, zaproszenia, życzenia, prezenty; biografie, życiorysy: F. Kahlo, D. Rivero, A. Gaudiego, S. Dalego, D. Velazqueza, F. Goi; typowe cechy narodowe, stereotypy.

Łacina chrześcijańska (poziom A1) – kurs online

dr hab. Jan Kozłowski, prof. ucz.

557 zł/30 h

Łacina to obok starożytnej greki najważniejszy język europejskiej cywilizacji. I tak np. około 70% słownictwa języka angielskiego, choć zalicza się on do języków języków germańskich, zdradza pochodzenie łacińskie. Zajęcia będą poświęcone nauce najważniejszych kategorii gramatycznych łaciny, kształceniu umiejętności efektywnego posługiwania się słownikiem oraz umiejętnemu tłumaczeniu prostych tekstów łacińskich na język polski. Materiał gramatyczny (deklinacje, koniugacje, tryby, czasy, strony czasownika) będzie wprowadzany w sposób gruntowny, metodyczny i usystematyzowany.

Niderlandzki w podróży, w pracy i nie tylko (poziom A1) – kurs online

dr Ewa Majewska

557 zł/30 h

Program obejmuje tematy związane z życiem codziennym, ze szczególnym uwzględnieniem słownictwa związanego z prezentacją własnej osoby, podróżą, pobytem w Holandii i poszukiwaniem pracy, domem, rodziną, szkołą, studiami, pracą, poszukiwaniem pracy, zawodami, umiejętnościami, nazwami krajów i języków, podróżami, środkami lokomocji, zakupami biletu, wymianą pieniędzy, załatwianiem spraw bankowych, nawiązywaniem kontaktów, przyjaźniami, zamawianiem posiłków w restauracji, zakupami, wizytą u lekarza.

Niderlandzki z kulturą i nauką w tle (poziom B2) – kurs online

dr Ewa Majewska

557 zł/30 h

Kurs zapoznaje z szeroko pojętym kulturoznawstwem, historią, geografą, literaturą i nauką w Niderlandach, ułatwiając swobodne wypowiedzi w tych kwestiach. Ponadto wprowadza w tematykę bardziej specjalistyczną, tj. język mediów, kulinaria, pojęcia z zakresu malarstwa czy muzyki.

Z niderlandzkim każdego dnia (poziom B1) – kurs online

dr Ewa Majewska

557 zł/30 h

Tematy związane z życiem codziennym i mieszkaniem w Niderlandach. Zagadnienia obejmują różne formy spędzania czasu wolnego, tj. sport, kino, nauka języków, imprezy okolicznościowe, opieka nad zwierzętami domowymi, a także zdrowie (zdrowy styl życia, kłopoty zdrowotne oraz porady medyczne), poszukiwanie pracy, relacje rodzinne, towarzyskie i sąsiedzkie, żywienie, gotowanie, robienie zakupów, planowanie urlopu oraz elementy geografii, kultury, sztuki i historii Niderlandów.

Z niderlandzkim w świat (poziom A2) – kurs online

dr Ewa Majewska

557 zł/30 h

Program obejmuje tematy związane z podróżą do Holandii oraz pobytem w tym kraju. Kurs kładzie nacisk na słownictwo związane z życiem codziennym w Holandii, np. planowaniem podróży, poszukiwaniem mieszkania i pracy, korzystaniem z różnych usług, podejmowaniem studiów, radzeniem sobie z różnymi problemami, w tym problemami zdrowotnymi.

Alltagskommunikation, czyli niemiecki na co dzień (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

543 zł/40 h

Kurs na poziomie A1/A2 prowadzony w języku polskim i niemieckim, ukierunkowany na konwersację i użycie języka potocznego. Podczas kursu zostaną poruszone tematy, takie jak: zawieranie znajomości, prowadzenie konwersacji, wypełnianie formularza, pisanie e-maila, dokonywanie wpisu na forum społecznościowym, poruszanie się po mieście i zasięganie informacji, załatwianie spraw na dworcu kolejowym czy lotnisku, bank, lekarz oraz wzywanie pomocy, apteka, hotel, restauracja, zakupy w sklepie oraz zakupy przez Internet, dokonywanie rezerwacji przez Internet, zwroty i wyrażenia grzecznościowe oraz proste życzenia i ich odwzajemnianie. Zastosowanie kolorowych plansz, tabel, gier dydaktycznych, ćwiczeń interaktywnych ułatwi zrozumienie i zapewni efektywne uczenie się.

Deutsche Grammatik ist cool. Łatwa teoria połączona z praktycznym treningiem (poziom A1/B1) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

488 zł/36 h

Kurs prowadzony w języku polskim i niemieckim z zastosowaniem pomocy oraz technik ułatwiających zrozumienie i zapamiętanie materiału. Objasnienia poszczególnych zagadnień nie zawierają zbędnej terminologii gramatycznej. Intensywny praktyczny trening prowadzi do zdobycia umiejętności sprawnego posługiwania się omawianymi strukturami. Podczas kursu poruszone zostaną następujące tematy: użycie rodzajników, odmiana i użycie różnych rodzajów czasowników, czasowniki rozdzielnie i nierozdzielnie złożone, budowa zdania oraz rodzaje zdań złożonych, prawidłowe użycie przypadków, przyimki i ich prawidłowe stosowanie, zaimek zwrotny „sich”, zastosowanie końcówek przymiotników, czasy wraz z zasadami użycia, długie złożenia wyrazowe.

Dobry start, czyli niemiecki od podstaw (poziom A1) – kurs online

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Kurs prowadzony będzie w języku polskim i niemieckim na poziomie A1, skierowany do Słuchaczy, którzy wcześniej nie uczyli się języka niemieckiego. Zrealizowane zostaną tematy, takie jak: udzielanie informacji o sobie, wyrażanie upodobań, rozmowa o sobie i swoim otoczeniu, modelach życia i rodziny. Słuchacze nauczą się porozumiewać w sytuacjach towarzyskich (kino, teatr, wystawa, przyjęcie), w supermarkecie, podczas podróży, np. w restauracji, czy w czasie wizyty u niemieckich znajomych. Poznają też zabytki, muzykę i specjały wiedeńskie. W czasie zajęć wykorzystane zostaną takie modele zadań i środki językowe, jak: udzielanie standardowych informacji; wyrażanie poglądów, planowanie; rozwiązywanie problemu; argumentowanie, nakazy, zakazy; dawanie wskazówek, wiadomości; informacje – SMS/e-mail oraz opisywanie; porównywanie; dokonywanie wyboru.

Dobry start, czyli język niemiecki na co dzień – część II (poziom A2) – kurs online

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Podczas zajęć zostaną poruszone następujące zagadnienia tematyczne i leksykalne:

- udzielanie informacji – symulacje zdarzeń i reakcje,
- wposzukiwaniu swojego miejsca zamieszkania,
- tydzień w pracy – czynności na stanowisku pracy w wybranych zawodach,
- w podróży służbowej za granicą,
- blaski i cienie życia społeczeństwa konsumpcyjnego,
- reklama – opracowanie projektu,
- wizyta u lekarza,
- podróż samolotem – pobyt na lotnisku w Niemczech,
- „Cztery pory roku” – opis i aktywne spędzanie wolnego czasu,
- opowiadanie o wydarzeniach z przeszłości,
- argumenty za i przeciw odnośnie do emigracji zarobkowej,
- możliwości aktywnego spędzania urlopu w kraju i za granicą,
- jutro..., pojutrze... – planowanie zajęć w przyszłości.

Kurs kierowany jest do osób, które znają podstawy języka niemieckiego, w tym: odmianę czasowników, deklinację rzeczowników, potrafią rozumieć i przekazywać informacje na poziomie elementarnym.

Druga szansa dla języka niemieckiego – Niemiecki? To taki łatwy język! (poziom A2) – kurs online

mgr Teresa Röhr

482 zł/30 h

Kurs prowadzony będzie w języku niemieckim na poziomie A2. Słuchacze poznają językowe zwyczaje i zwroty idiomatyczne, niezbędne w formułowaniu własnych wypowiedzi dotyczących dnia codziennego, zainteresowań, bieżących wydarzeń. Nauczą się także prowadzić konwersacje, dyskusje i klótnie, poszerzą słownictwo, a dzięki ćwiczeniom pisemnym utrwala i powtórzą poznane formy gramatyczno-leksykalne. Wykorzystane zostaną konkretne fragmenty dokumentów filmowych, dotyczących wydarzeń społecznych, co pozwoli na systematyczne ćwiczenie rozumienia ze słuchu. Z kolei zagadnienia gramatyczne, takie jak deklinacja, koniugacja i czas przeszły *Perfekt*, pozwolą na aktywne zastosowanie zdobytej wiedzy językowej. Mowa będzie także o niemieckich tradycjach świątecznych.

Hallo, wie geht's? Język niemiecki dla „ponownie początkujących” (poziom A1) – kurs online

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Kurs kierowany jest do Słuchaczy, którzy chcieliby w przyjaznej atmosferze przypomnieć, ugruntować i pogłębić wiedzę w zakresie znajomości języka niemieckiego na poziomie podstawowym. W oparciu o odpowiednio dobrane słownictwo w ujęciu tematycznym, kurs rozwinie umiejętności komunikacyjne. Nauka mówienia, rozumienia ze słuchu i rozumienia tekstu pisanego, wzbogacona ćwiczeniami leksykalnymi, gramatycznymi oraz składniowymi, umożliwi Słuchaczom wyrażanie podstawowych intencji w kontaktach interpersonalnych oraz porozumiewanie się w sytuacjach życia codziennego. Kurs przewiduje ćwiczenia interaktywne zachowań w aranżowanych (w oparciu o teksty i dialogi) sytuacjach codziennej rzeczywistości. Kurs obejmie m.in. zagadnienia, takie jak: autoprezentacja, nawiązywanie kontaktów, opis przestrzeni, organizacja dnia, zakupy, zamawianie posiłków w restauracji, przypadkowe i umówione spotkania – uzgadnianie miejsca i terminu, styl życia, czas wolny, wypoczynek, planowanie wyjazdu, czynności i aktywności podejmowane w domu i w miejscu pracy. Kurs uwzględni aspekt kulturowy krajów niemieckojęzycznych – cykl filmowy „Miasta i ludzie – podróż po Europie”.

Juristisches Deutsch 1 / Niemiecki język prawniczy – część I (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Marcin Stachurski

434 zł/20 h

Kurs rozwija podstawowe kompetencje językowe w zakresie prawa cywilnego, karnego i publicznego. Słuchacze poznają specjalistyczne słownictwo, uczą się rozumienia uproszczonych tekstów prawnych (umów, pism, kazusów), tworzą krótkie teksty formalne oraz ćwiczą wypowiedzi ustne. Zajęcia obejmują pracę z autentycznymi materiałami oraz przygotowanie do komunikacji w środowisku prawnym.

Kryminalno-filmowa podróż po Landach – kolejna szansa dla języka niemieckiego (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Teresa Röhr

407 zł/30 h

Wybrane fragmenty filmów stanowią podstawę do ćwiczeń leksykalno-gramatycznych oraz rozumienia ze słuchu. Słownictwo tematyczne oraz konkretne struktury gramatyczne ułatwiają udział w dyskusji, wyrażaniu własnego zdania, tworzeniu nowych wypowiedzi, wzbogacając kreatywność pisania.

Ćwiczenia fonetyczne doskonalą jakość i elokwencję wypowiedzi ustnych.

Niemiecki – gruntowne porządki! Uczyłeś się, ale niewiele pamiętasz? Ten kurs jest dla Ciebie! (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

543 zł/40 h

Kurs na poziomie A1/A2 prowadzony w języku niemieckim i polskim. Przeznaczony dla Słuchaczy, którzy w bliższej czy dalszej przeszłości uczyli się języka niemieckiego, jednak mają w chwili obecnej duże luki w wiedzy, uniemożliwiające czy poważnie utrudniające komunikację i interakcję nawet na poziomie podstawowym. Kurs pozwoli przypomnieć sobie zapomnianą wiedzę i umiejętności. Z jednej strony pomoże gruntownie uporządkować i uzupełnić materiał gramatyczno-leksykalny, a z drugiej strony znacznie go poszerzy. Tematyka zajęć obejmie podstawy całej gramatyki oraz takie obszary tematyczne, jak np. *savoir-vivre* czy też tematy *tabu* w krajach DACHL, radzenie sobie w sytuacjach trudnych językowo, nawiązanie kontaktów, rozpoczęcie i prowadzenie rozmowy, poruszanie się w obcym miejscu, umawianie się, załatwianie bezpośrednio i przez telefon prostych spraw związanych z problemami czy potrzebami w życiu codziennym. Na każde spotkanie składają się różnorodne interaktywne ćwiczenia, trochę muzyki i dużo dobrego humoru. Słuchacze będą uczyć się języka autentycznego, zawierającego również zwroty i wyrażenia potoczne.

Niemiecki inaczej – czyli na luzie i na wesoło. Konwersacja i inne formy interakcji połączone z dobrym humorem oraz elementami języka zawodowego (poziom B1) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

814 zł/60 h

Kurs rozwijający przede wszystkim umiejętność konwersacji oraz interakcji na poziomie B1. Aktualna, inspirująca problematyka, bieżące ciekawostki czy niezwykle wydarzenia, oryginalne teksty i nagrania, wiele dobrego humoru, jak również wielowątkowość każdego spotkania gwarantują spędzenie popołudnia w sposób efektywny i atrakcyjny. Tematyka uwzględnia takie zagadnienia, jak m.in.: mowa ciała, *savoir-vivre*, radzenie sobie w trudnych sytuacjach, wybrane utwory muzyczne oraz fragmenty filmów, tematy *tabu*, świętowanie, komunikowanie się na forum społecznościowym, efektywne uczenie się, nawiązywanie rozmowy.

Niemiecki – język w kulturze. Słownictwo na co dzień, w piosenkach, filmach oraz w innych wytworach kulturowych (poziom A2/B1) – kurs online

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Celem tego kursu jest przygotowanie Słuchaczy do posługiwania się językiem niemieckim w oparciu o słowa lub wyrażenia pojawiające się w wytworach kulturowych. Kurs będzie prowadzony głównie w języku niemieckim.

Wiedza na temat:

- najważniejszych współczesnych wydarzeń kulturalnych i społecznych w Niemczech oraz wartości reprezentowanych przez niemieckie społeczeństwo,
- wytworów kulturowych, tj. niemieckich reklam, filmów, piosenek, stron internetowych, *bestsellerów* książkowych, komiksów oraz gier komputerowych, przybliży Słuchaczom codzienność w Niemczech i uświadomi o typowym sposobie myślenia niemieckiego, które znajduje odzwierciedlenie w kulturze.

Podczas każdych zajęć planowane są konwersacje na założony temat. Po krótkiej prezentacji dotyczącej danej tematyki oraz wprowadzeniu słów i wyrażeń znajdujących się w danym kontekście, nastąpi dyskusja dotycząca pytań zadanych na początku spotkania. Pytania zachęcą Słuchaczy do zastanowienia się, dlaczego niektóre wytwory kulturowe zdobyły popularność w Niemczech i czy w Polsce również mogłyby być atrakcyjne. Skłoni to Słuchaczy do użycia słów poznanych przez nich w czasie prezentacji oraz refleksji dotyczących związku kultury z językiem.

Niemiecki w biznesie (poziom A2/B1) – kurs online

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Kurs będzie miał formę warsztatów w języku niemieckim i będzie obejmował następujące obszary: zarządzanie wizerunkiem przedsiębiorstwa, marketing, produkcję, logistykę, zarządzanie zasobami ludzkimi, finanse i bankowość, zarządzanie międzynarodowe w przedsiębiorstwach. Każdy warsztat będzie wzbogacony o materiały audiowizualne oraz autentyczne materiały biznesowe. Zostaną przeprowadzone również symulowane rozmowy kwalifikacyjne w celu rozwinięcia umiejętności negocjacyjnych i kompetencji autoprezentacji.

Niemiecki w biznesie (poziom B2/C1) – kurs online

dr Anna Jędrzejczyk

651 zł/30 h

Kurs będzie miał formę warsztatów w języku niemieckim i będzie obejmował następujące obszary: słownictwo w biurze, najsławniejsze marki w Niemczech, *small talk* w języku niemieckim, negocjacje, prawo w Niemczech, korespondencje elektroniczną w biznesie (m.in. *newslettery*), prowadzenie rozmów w ramach zarządzania personelem (np. rozmowy kwalifikacyjne), marketing, zarządzanie zasobami ludzkimi, finansami. Każdy warsztat będzie wzbogacony o materiały audiowizualne oraz autentyczne materiały biznesowe.

Niemiecki wygodnie, praktycznie, skutecznie i z humorem (poziom A2) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

543 zł/40 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy z podstawową znajomością języka niemieckiego, prowadzony zarówno w języku niemieckim, jak i polskim.

Kurs uczy radzenia sobie w kontakcie z językiem w życiu codziennym oraz na stronach internetowych. Pokazuje również, jak praktycznie radzić sobie z własnymi deficytami językowymi. Umożliwia naukę/powtórzenie wybranych zagadnień gramatycznych, czy też zwrotów i wyrażeń, występujących zarówno w niemieckojęzycznej prasie internetowej, jak i używanych w mowie potocznej.

Kurs rozwija umiejętność konwersacji oraz interakcji w życiu codziennym na poziomie A2. Słuchacze uczą się języka autentycznego, zawierającego również zwroty i wyrażenia potoczne. Tematyka zajęć obejmuje takie zagadnienia, jak np. radzenie sobie w sytuacjach trudnych językowo, nawiązywanie i prowadzenie rozmowy, *small talk* prywatnie i w życiu zawodowym, wyrażanie własnej opinii, poruszanie się po obcym mieście czy nieznanej firmie, umawianie się, załatwianie spraw osobiście i przez telefon. Na każde spotkanie składają się różnorodne interaktywne ćwiczenia, trochę muzyki i dużo dobrego humoru.

Rozmowa kwalifikacyjna w języku niemieckim (poziom B1/B2) – kurs online

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Zajęcia będą składać się z części teoretycznej oraz praktycznej. W części teoretycznej zostaną wprowadzone następujące obszary: różnice kulturowe między Polakami a Niemcami w kontekście zawodowym; strategia zarządzania zasobami ludzkimi w przedsiębiorstwach niemieckich; adekwatna analiza i interpretacja ogłoszeń o pracę w języku niemieckim, z takich branż, jak: ekonomiczna, inżynierska, medyczna; etapy rekrutacji (od przygotowania dokumentów aplikacyjnych po negocjacje). W części praktycznej spotkania, zostaną przećwiczone różne typy rozmów z ewentualnym pracodawcą, np. rozmowy kwalifikacyjne, rozmowy negocjacyjne.

Szansa dla języka niemieckiego – podróże w czasie i przestrzeni. Konwersacje (poziom B1) – kurs online

nowy!

mgr Teresa Röhr

407 zł/30 h

Kurs jest platformą dyskusyjną o zagadnieniach historycznych, społecznych i geograficznych. Znane i mniej znane wydarzenia historyczne, mające wpływ na współczesne relacje polsko-niemieckie, stanowią kanwę do wymiany poglądów i indywidualnych doświadczeń Słuchaczy. Wybrane zabytki, muzea i pomniki będące ważnym świadectwem historycznym poszerzają kontekst percepcji omawianych zagadnień.

Słuchacze mają możliwość opowiadania o swoich podróżach, bliskich i dalekich używając typowych dla języka niemieckiego konstrukcji leksykalno-gramatycznych przy zachowaniu poprawności fonetycznej.

Szwajcaria, Austria i Liechtenstein obecnie (poziom B2/C1) – kurs online

dr Elżbieta Kozłowska

434 zł/20 h

Kurs umożliwi Słuchaczom i Słuchaczkom poszerzenie wiedzy o krajach niemieckojęzycznych. Tym samym będą mieli możliwość poszerzenia znajomości zagadnień z takich dziedzin, jak: politologia, socjologia, kulturoznawstwo, językoznawstwo, literaturoznawstwo, sztuka oraz historia. Ponadto będą używali i pogłębiali słownictwo oraz struktury związane z wyżej wymienionymi tematami. Dzięki analizie informacji Słuchacze i Słuchaczki będą mogli zrozumieć genezę i znaczenie aktualnych wydarzeń w krajach niemieckojęzycznych.

Zaawansowana gramatyka języka niemieckiego w praktyce (poziom C1/C2) – kurs online

dr Anna Jędrzejczyk

651 zł/30 h

Kurs ukazuje gramatyczne ciekawostki w języku niemieckim, które są nauczane na poziomach zaawansowanych. Słuchacz zaznajomi się z następującymi tematami: rodzajniki w języku niemieckim, szyk wyrazów w zdaniu, czasowniki modalne w obiektywnym i subiektywnym znaczeniu, czasowniki rozdzielnie i nierozdzielnie złożone, czasowniki w czasie przeszłym Perfekt i Präteritum, tryb przypuszczający (Konjunktiv II), mowa zależna (Konjunktiv I), strona bierna w trybie oznajmującym i przypuszczającym, urzeczownikowienie czasownika. Dzięki nawiązywaniu do fragmentów filmów lub artykułów internetowych Słuchacz zobaczy również, że te obszary gramatyki są często stosowane w różnych kontekstach.

Zielony niemiecki: język ekologii na co dzień (poziom B1/B2) – kurs online

dr hab. Paweł Piszczatowski, prof. ucz.

407 zł/30 h

Kurs języka niemieckiego dla osób zainteresowanych ekologią, naturą i współczesnymi problemami środowiskowymi. Słuchacze poznają praktyczne słownictwo i struktury językowe poprzez pracę z autentycznymi materiałami: artykułami prasowymi, filmami, podcastami i infografikami. Zajęcia rozwijają umiejętność mówienia, rozumienia ze słuchu i czytania ze zrozumieniem. Kurs prowadzony jest w przyjaznej atmosferze, z naciskiem na codzienną komunikację, aktualne tematy i pracę warsztatową. Poziom B1/B2.

Język nowogrecki w dziesięciu prostych piosenkach (poziom A1) – kurs online

dr hab. Przemysław Kordos, prof. ucz.

371 zł/20 h

Kurs wykorzystuje współczesną grecką muzykę, która łączy tradycje wschodnie i zachodnie, oferując unikalne brzmienie. Grecy cenią dotyk poezji w tekstach piosenek, które są autentyczne, wzruszające i rzadko banalne. Podczas zajęć Słuchacze poznają 10-12 prostych, znanych utworów, m.in. Mikisa Teodorakisa, Manosa Chadzidakisa czy Mariny Sati. Piosenki stanowią bazę do nauki słownictwa, gramatyki, do dialogów i ćwiczeń, a także wprowadzają w świat greckich emocji, relacji międzyludzkich i życia codziennego. To będzie skuteczny i angażujący sposób nauki języka i kultury.

Kalimera Elada! Język nowogrecki dla turysty z elementami wiedzy o kulturze i o wybranych zabytkach (poziom A1) – kurs online

dr hab. Przemysław Kordos, prof. ucz.

371 zł/20 h

Chociaż z początku język nowogrecki brzmi dziwnie i obco, niepodobnie do innych języków, które znamy, w rzeczywistości ma sporo wspólnego z tym, co już wiemy. Im dłużej się go uczymy, tym będzie nam łatwiej. Najtrudniejsze są początki: alfabet, podstawy ortografii i wymowy, pierwsze kilkadziesiąt słów. I z tymi wyzwaniami zmierzą się Słuchacze kursu. Jest on tak pomyślany, by przekazać podstawowy pakiet językowy, ale obudowany modulem turystycznym i kulturowym.

Aktywny dialog A1! Alfabet i podstawowe konwersacje po rosyjsku (poziom A1) – kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs pozwoli Słuchaczom nauczyć się mówienia, pisania, czytania oraz rozumienia ze słuchu w języku rosyjskim. Na początku wspólnej podróży omówiony zostanie alfabet rosyjski – Słuchacze nauczą się czytać i pisać cyrylicą. W dalszej kolejności, dzięki konwersacjom, poznają rosyjskie tradycje i kulturę, a przy okazji nauczą się podstaw rosyjskiej gramatyki. Podczas kursu Słuchacze opanują podstawy języka rosyjskiego, które będą mogły być wykorzystane w codziennych sytuacjach, takich jak: zakupy, podróże, wizyta u lekarza czy w restauracji. Kurs skierowany jest do Słuchaczy wszystkich narodowości – także tych nieznających języka polskiego czy angielskiego. Kurs w całości prowadzony będzie w języku rosyjskim, co ułatwi Słuchaczom przyswajanie wiedzy. All nationalities are welcome!

Aktywny dialog A2! Gramatyka i konwersacje po rosyjsku (poziom A2) – kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy, którzy wcześniej uczyli się języka rosyjskiego na poziomie A1. Podczas kursu kontynuowana będzie wirtualna podróż przez Rosję oraz przygoda z językiem rosyjskim. Słuchacze nauczą się płynnie czytać i rozumieć proste przekazy oraz pisać podstawowe teksty. Omówione zostaną m.in. zagadnienia, takie jak: opis wyglądu, upodobań, zainteresowań; zawody, CV, rozmowy o pracę; codzienne czynności, życie nocne, praca i wypoczynek, zdrowie oraz jedzenie, diety, tradycyjne potrawy, domowa kuchnia, restauracje. Kurs może być traktowany jako kontynuacja kursu „Rosyjski z Rosjanką (poziom A1)” lub „Aktywny dialog A1”. Zajęcia prowadzone będą w języku rosyjskim.

Aktywny dialog B1! Konwersacje na gorące tematy po rosyjsku (poziom B1) – kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy, którzy chcą podnieść swoją znajomość języka rosyjskiego do poziomu B1. W trakcie kursu przypomniana zostanie gramatyka oraz uzupełnione zostaną jej ewentualne braki. Duży nacisk położony będzie na ćwiczenia związane z prawidłową wymową i akcentacją wyrazów. Kurs będzie prowadzony od początku po rosyjsku, co pozwoli na lepsze zapoznanie się z językiem już od pierwszych zajęć, a także ułatwi pokonanie barier przed swobodnym wypowiadaniem się w języku obcym. Proponowane zagadnienia do dyskusji obejmują takie tematy, jak: wiek (młodość i starość), sztuka konwersacji, język ciała, uroda i atrakcyjność fizyczna, ubrania i moda, bezpieczeństwo.

Kurs języka rosyjskiego dla przyjemności w czasach jego mniejszej popularności (poziom A2/B1) – kurs online

mgr Monika Piotrowska

407 zł/30 h

Ćwiczenia będą skupione głównie wokół zagadnień:

1. Zwroty grzecznościowe w najróżniejszych sytuacjach, czyli życie codzienne.
2. Rozmowy „o pogodzie”, czyli tematy, które zawsze są na miejscu i nie krepują.
3. Spotkanie na niwie zawodowej, czyli dialogi m.in w windzie i sekretariacie.
4. Wspólny czas – wakacje, kino, spotkanie ze znajomymi.
5. Media – o czym nas informują i w co wierzyć.
6. Spotkanie z literaturą, muzyką, sztuką. Kulturalne rozmowy o wielkich dziełach.
7. Wielcy Rosjanie w świecie nauki, o których nie można zapomnieć. A może... O kim należałoby zapomnieć.
8. Z nadzieją w przyszłość – nasze marzenia o podróżach tam, gdzie kiedyś będzie spokojnie i pokojowo.

Pierwsze kroki z rosyjskim (poziom A1) – kurs online

mgr Edward Siech

407 zł/30 h

Kurs podzielony będzie na dwa rodzaje zajęć: gramatyczne i konwersatoryjno-leksykalne. Zajęcia gramatyczne obejmować będą zagadnienia z poziomu A1, takie jak np.: odmiana czasownika w czasie teraźniejszym, ustalanie rodzaju rzeczownika. Zajęcia konwersacyjno-leksykalne obejmować będą: poznanie alfabetu, powitanie, opis rodziny, określenia czasu, zawieranie znajomości oraz podstawowy opis człowieka. Podczas kursu wykorzystywane będą piosenki, filmy animowane oraz wiersze i krótkie teksty, pochodzące z życia codziennego.

Pogovorim? – ekspresowy kurs języka rosyjskiego – część I (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Dmitrii Dolmatov

407 zł/30 h

W trakcie zajęć będziemy poznawali słownictwo z zakresu najważniejszych tematów związanych z życiem codziennym, takich jak: praca i wypoczynek, relacje z kolegami z pracy, tryb życia i charakter, rodzina, ślub i dzieci, podróże i wakacje itd. Oprócz tego będziemy omawiali zagadnienia gramatyczne: czasowniki regularne i nieregularne, forma dokonana i niedokonana czasowników, czasowniki zwrotne, czasowniki ruchu, odmiana liczebników, liczebniki zbiorowe, imiesłów przymiotnikowy i przysłówkowy.

„Priwiet!”: rosyjski od podstaw (poziom A1) – kurs online

mgr Michał Kołakowski

407 zł/30 h

Kurs rosyjskiego w formie online dla początkujących i „wiecznie początkujących”. Nauka alfabetu i podstawowych zwrotów przydatnych w codziennych sytuacjach. Nowoczesne ćwiczenia językowe uzupełnione niebanalnymi ciekawostkami i zadaniami interaktywnymi.

„Priwiet!”: rosyjski od podstaw – część II (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Michał Kołakowski

651 zł/30 h

Druga część kursu rosyjskiego w formie online dla początkujących i „wiecznie początkujących”. Rozwój podstawowych umiejętności gramatycznych i leksykalnych związanych z codziennymi sytuacjami. Nowoczesne ćwiczenia językowe uzupełnione niebanalnymi ciekawostkami i zadaniami interaktywnymi.

Raz, dwa, trzy, start! Zaczynamy! – rosyjski dla początkujących (poziom A1) – kurs online

mgr Dmitrii Dolmatov

407 zł/30 h

Zakres tematów:

- alfabet i wymowa, rodzaje,
- odmiana czasowników regularnych,
- zaimki osobowe i dzierżawcze,
- rzeczowniki w liczbie mnogiej,
- liczebniki główne i określenie czasu,
- czas przeszły, przymiotniki i przysłówki,
- słownictwo: zawody, rodzina i krewni, pogoda, opis wyglądu zewnętrznego *etc.*

Tajemnicza Rosja – część I – kurs języka rosyjskiego (poziom B1/B2)

– kurs online 

mgr Edward Siech

407 zł/30 h

Kurs obejmuje sześć tematów różnorodnych tematów związanych z Rosją. Słuchacze poznają twórczość Siergieja Jesienina, historię eksploracji Arktyki, biografię i dorobek Awwakuma Pietrowa, tajemnice opery Czajkowskiego „Dama Pikowa”, historię pierwszego międzynarodowego turnieju szachowego w Moskwie, a także życie na wsi. Kurs łączy elementy kultury, historii i języka rosyjskiego, wspierając rozwój umiejętności gramatycznych na poziomie B1/B2.

Z rosyjskim za pan brat – ekspresowy kurs języka rosyjskiego w życiu codziennym (poziom A2/B1) – część I – kurs online

mgr Dmitrii Dolmatov

407 zł/30 h

W trakcie zajęć będziemy poznawali słownictwo z zakresu najważniejszych tematów związanych z życiem codziennym, takich jak: miasta i podróże, dom oraz wyposażenie domu, sklep i zakupy, transport, odpoczynek, zawody. Oprócz tego będziemy omawiali zagadnienia gramatyczne: czasowniki regularne i nieregularne, forma dokonana i niedokonana czasowników, czasowniki zwrotne, czasowniki ruchu, odmiana liczebników, liczebniki zbiorowe, imiesłów przymiotnikowy i przysłówkowy.

Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego z elementami kultury (poziom A1) – kurs online

mgr Jolanta Ambroziak

557 zł/30 h

Kurs języka serbskiego przeznaczony jest dla Słuchaczy, którzy chcą w krótkim czasie opanować zagadnienia gramatyczne i zasób słów pozwalający im na odbywanie pierwszych konwersacji w języku. Nie są to klasyczne zajęcia opierające się tylko na pracy z podręcznikiem – Słuchacze biorą w nich aktywny udział, rozwiązując *quizy*, układając dialogi, tłumacząc krótkie materiały prasowe i teksty piosenek. Podczas kursu Słuchacze poznają nie tylko gramatykę i wybrane zagadnienia leksykalne, lecz także różne kwestie związane z życiem codziennym Serbów i ich kulturą.

Dome, slatki dome! O domu i kuchni Serbów – nauka języka serbskiego (poziom A1) – kurs online

mgr Jolanta Ambroziak

557 zł/30 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy opanowali podstawy gramatyki języka serbskiego lub uczestniczyli w 30-godzinny kursie „Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego”. W trakcie zajęć Słuchacze nauczą się opisywać po serbsku poszczególne części mieszkania i opowiadać o swoich domach. Dowiedzą się też, jak wyglądały domy w Serbii w przeszłości, a jak dzisiaj. Nauczą się rezerwować pokój lub kupować mieszkanie. Poznają sekrety kuchni serbskiej i dowiedzą się, jak przygotować prawdziwy burek oraz sarmę. Zajrzą do kultowych restauracji na Skadarlije i dowiedzą się, czym jest roštiljijada. Podczas kursu nie zabraknie muzyki tradycyjnej i rockowej oraz interaktywnych gier.

Pippi på svenska. Weekendy z językiem szwedzkim – kurs dla początkujących (poziom A1) – kurs online

dr Robert Parowenko

1114 zł/60 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy nie uczyli się wcześniej języka szwedzkiego, a chcieliby opanować go w stopniu umożliwiającym porozumiewanie się w typowych sytuacjach. Poza dydaktyką języka, program kursu obejmuje wybrane zagadnienia z zakresu wiedzy o Szwecji.

Poruszymy m.in. następujące tematy:

1. Przedstawianie się, zawieranie znajomości, stopnie pokrewieństwa.
2. Określanie daty, godziny, pory dnia.
3. Prowadzenie rozmowy telefonicznej.
4. Opisywanie pomieszczeń, nazwy mebli, określanie położenia.
5. Nauka i praca w Szwecji.
6. Orientacja w terenie, pytanie o drogę, środki lokomocji.
7. Aktywny wypoczynek, atrakcje turystyczne Szwecji.

Nazwy potraw, zakupy, zamawianie posiłku w restauracji.

Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – kurs dla początkujących – część I (poziom A1) – kurs online

dr Robert Parowenko

1114 zł/60 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy rozpoczynających naukę języka szwedzkiego „od zera”. Przewiduje się kontynuację kursu na wyższych poziomach.

Wybrane tematy zajęć:

1. Jak nawiązać kontakt i zawrzeć znajomość ze Szwedem? Jak się umówić na spotkanie?
2. Bliscy i dalecy krewni.
3. Edukacja i praca.
4. Mieszkanie w szwedzkim stylu.
5. Co oznaczają nazwy mebli z IKEA?
6. Uppsala? A gdzie to jest?
7. Jedziemy na wycieczkę. Jak się poruszać w nieznanym terenie?
8. Szwedzki stół.

Svenska på gång – część II. Język szwedzki w życiu codziennym (poziom A2) – kurs online

dr Robert Parowenko

1114 zł/60 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy już uczyli się języka szwedzkiego, osiągnęli poziom A1 i chcieliby opanować umiejętność bardziej skutecznej, poprawnej komunikacji w tym języku. Poza dydaktyką języka, program kursu obejmuje wybrane zagadnienia z zakresu wiedzy o Szwecji. Słuchacze dowiedzą się m.in.: jak zrobić zakupy i zareklamować towar, napisać e-maila lub list, poprosić o pomoc czy uniknąć gafy na przyjęciu. Omówione zostaną sytuacje życia codziennego, np. w banku, na poczcie, u lekarza czy w aptece. Pojawiają się także tematy podróżnicze, takie jak: turysta w Szwecji, wycieczka do Sztokholmu czy orientacja w terenie i strony świata. Słuchacze nauczą się też mówić o ubraniach i pogodzie oraz poznają przepisy kulinarne.

Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – część III (poziom A2/B1) – kurs online

dr Robert Parowenko

1114 zł/60 h

Kurs prowadzony w języku szwedzkim i polskim na poziomie A2/B1. Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy, którzy uczyli się języka szwedzkiego przez około 120 godzin akademickich – na przykład dla Słuchaczy, którzy ukończyli kurs języka szwedzkiego „Svenska på gang – część II”. Poruszymy między innymi następujące tematy: *Hur lär du dig ett nytt språk?*, czyli jak się uczyć, żeby się nauczyć; *Vem talar svenska?*, czyli z Chińczykiem po szwedzku; *Kvinnor och män*, czyli rodzina a „szwedzki model”; *För Sverige – i tiden*, czyli Królestwo Szwecji; *Det är farligt att vara polis*, czyli kto wymyśla kryminały; *Alla vi barn i Bullerbyn*, czyli świat Astrid Lindgren; *Nordens sjökrigare*, czyli Śladami Wikingów oraz *Sista brevet till Sverige*, czyli szwedzcy emigranci.

Turkish language course – Beginner level – online. Kurs języka tureckiego (poziom A1) – kurs online

M.A. Nigora Mamadaminova

668 zł/36 h

ENG:

This course is designed for beginners who have no prior knowledge of the Turkish language. Students will learn basic grammar, vocabulary, and sentence structures to communicate in everyday situations. Students will have a chance to learn a new language while also getting to know a new culture.

PL:

Ten kurs jest przeznaczony dla początkujących, którzy nie znają wcześniej języka tureckiego. Słuchacze poznają podstawową gramatykę, słownictwo i struktury zdań, aby komunikować się w codziennych sytuacjach. Słuchacze będą mieli okazję nauczyć się nowego języka, poznając jednocześnie nową kulturę.

Turkish Language Course A2. Kurs języka tureckiego (poziom A2) – kurs online

M.A. Nigora Mamadaminova

464 zł/25 h

ENG:

This Turkish language course at the A2 level will focus on building upon more complex vocabulary and grammar skills to improve fluency and communication in everyday situations.

2. Students will learn to express themselves in more complex sentences, engage in conversations, and understand simple texts and audio materials.
3. By the end of the course, students will have a solid foundation in the Turkish language and be able to confidently navigate common social and practical situations.

PL:

Ten kurs języka tureckiego na poziomie A2 będzie skupiał się na rozwijaniu bardziej złożonego słownictwa i umiejętności gramatycznych, aby poprawić płynność i komunikację w codziennych sytuacjach. Słuchacze nauczą się wypowiadać bardziej złożonymi zdaniami, prowadzić rozmowy, rozumieć proste teksty i materiały audio. Pod koniec kursu Słuchacze będą mieli solidne podstawy w posługiwaniu się językiem tureckim i będą w stanie pewnie poruszać się w typowych sytuacjach społecznych i praktycznych.

„Palanyca”: język ukraiński i kultura ukraińska dla cudzoziemców (poziom A1/A2) – kurs online

doc. dr Nataliia Shcherbii

817 zł/44 h

W trakcie kursu nauczysz się współczesnego, praktycznego języka ukraińskiego od *native speakers*, znającego język polski, co pozwoli uczyć się języka w sposób porównawczy; poznasz solidne podstawy gramatyki (odmiana czasowników w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym. Liczebniki. Zaimki osobowe i dzierżawcze. Rzeczowniki i przymiotniki w mianowniku, bierniku, narzędniku, miejscowniku liczby pojedynczej i mnogiej. Stopniowanie przymiotników. Konstrukcje bezosobowe). Przećwiczysz słownictwo niezbędne do porozumiewania się w codziennych sytuacjach według następujących tematów: *Алфавіт* / Alfabet; *Перша зустріч* / Pierwsze spotkanie; *Звідки ти?* – Skąd jesteś; *Моя сім'я* / Moja rodzina; *Мій день* / Mój dzień; *У магазині* / W sklepie; *У ресторані* / W restauracji; *У магазині косметики* / W drogerii; *На роботі* / W pracy; *Які в тебе плани?* / Jakie masz plany?; *Житло* / Mieszkanie; *Здоров'я* / Zdrowie; *Зовнішність* / Wygląd zewnętrzny; *Свята* / Święta; *Місто* / Miasto; *На кордоні* / Na granicy.

„Palanyca”: język ukraiński i kultura ukraińska dla cudzoziemców (poziom B1) – kurs online

doc. dr Nataliia Shcherbii

817 zł/44 h

W trakcie kursu nauczysz się współczesnego, praktycznego języka ukraińskiego od *native speakers*, znającego język polski, co pozwoli uczyć się języka w sposób porównawczy; poznasz solidne podstawy gramatyki (odmiana czasowników w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym; liczebniki główne i porządkowe; zaimki pytające i wskazujące; rzeczowniki i przymiotniki w miejscowniku i wołacz liczby pojedynczej i mnogiej; stopniowanie przymiotników; aspekt czasowników; tryb warunkowy i rozkazujący). Przećwiczysz słownictwo niezbędne do porozumiewania się w codziennych sytuacjach według następujących tematów: 1. *Я і моя сім'я* / Ja i moja rodzina. 2. *Житло* / Mieszkanie. 3. *Мій робочий день* / Mój plan dnia. 4. *Ресторан* / Restauracja. 5. *Покупки* / Zakupy. 6. *Готель* / Hotel. 7. *Пошта* / Poczta. 8. *У лікаря* / U lekarza. 9. *Вокзал* / Na dworcu. 10. *Перукарня* / U fryzjera. 11. *Банк* / Bank. 12. *Місто* / Miasto.

Oprócz tradycyjnych umiejętności związanych z gramatyką i słownictwem, Słuchacze poznają wiele ciekawostek z zakresu kultury Ukrainy, mianowicie: współczesne piosenki, muzykę i kulturę ludową, zabytki kulturowe, święta i tradycje, atrakcje turystyczne.

„Italiani si nasce”. I ty mów po włosku jak prawdziwy Włoch. Wystarczy dobry kurs języka i kultury włoskiej oraz pasja – część I (poziom A1) – kurs online

mgr Jolanta Morytz

407 zł/30 h

Kurs jest realizowany w formie zdalnej i skierowany do osób, które uczą się języka włoskiego od podstaw. Kurs jest prowadzony w języku włoskim i polskim.

L'italiano con l'arte – capolavori artistici e cultura visiva italiana / język włoski poprzez sztukę – arcydzieła i włoska kultura wizualna (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Kurs języka włoskiego (poziom B1/B2) integrujący naukę języka z odkrywaniem włoskiego dziedzictwa artystycznego, od Giotto po Street Art. Piętnaście zagadnień tematycznych skoncentrowanych na obserwacji arcydzieł pod kierunkiem lektora, mających na celu rozwój słownictwa opisowego, płynności wypowiedzi ustnej oraz umiejętności krytycznej analizy. Kurs promuje interakcję i porównanie międzykulturowe (Włochy-Polska), przygotowując do bardziej świadomego i efektywnego posługiwania się językiem włoskim w kontekstach kulturowych.

L'italiano con la letteratura – kurs języka włoskiego poprzez literaturę XX wieku i współczesną (poziom B2/C1) – kurs online

mgr Francesco Antonio Lanzetta

434 zł/20 h

Zaawansowany kurs języka włoskiego B2/C1 ukierunkowany na pogłębienie znajomości języka poprzez kontakt z autentyczną literaturą włoską XX wieku i współczesną (m.in. Buzzati, Ginzburg, Ferrante, Pasolini). Program zakłada rozwój złożonych kompetencji językowych, w tym wzbogacenie słownictwa, doskonalenie płynności i poprawności wypowiedzi ustnych. Aktywna analiza opowiadań i fragmentów dzieł literackich pod kierunkiem lektora, połączona z interakcją grupową, stymuluje również rozumienie międzykulturowe (Włochy-Polska). Literatura staje się tu kluczem do świadomego i efektywnego posługiwania się językiem włoskim.

L'italiano per il business – corso di italiano aziendale / Włoski dla biznesu – korporacyjny kurs języka włoskiego (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Kurs jest skierowany do profesjonalistów współpracujących z włoskimi firmami lub pracujących w polskich oddziałach włoskich przedsiębiorstw oraz do wszystkich, którzy chcą używać języka włoskiego w kontekstach zawodowych.

Proponowany kurs obejmuje słownictwo i treści, które sprawiają, że kurs jest odpowiedni zarówno do nauki języka branżowego, jak i jako wsparcie w pogłębianiu już zdobytych umiejętności językowych.

Materiały w trakcie kursu zostaną wzbogacone o prezentacje Google Slides zawierające materiał stworzony przez Wykładowcę oraz dodatkowe interaktywne ćwiczenia do wykonania na platformach takich jak Wordwall lub podobnych.

Kurs porusza kluczowe tematy dotyczące języka biznesowego, w tym: otwarcie działalności gospodarczej (partita IVA), rodzaje włoskich spółek, zakładanie startupów, zarządzanie spotkaniami oraz pisanie komunikatów biznesowych. Omówione zostaną również zagadnienia związane z marketingiem, małe i średnie przedsiębiorstwa (PMI) we Włoszech, turystyka i usługi bankowości internetowej. Z punktu widzenia gramatycznego kurs koncentruje się na użyciu trybu congiuntivo, trybu condizionale, stopniowania przymiotników, zaimków względnych, a także czasowników modalnych i partykuł.

Omawiane piosenki:

- *24 mila baci*
- *24000 baci*
- *Acqua e sale*
- *Amore no*
- *Azzurro*
- *Canzone*
- *Che t'aggia di*
- *Chi non lavora non fa l'amore*
- *Ciao ragazzi*
- *Ciao ti dirò*
- *Confessa*
- *Il conformista*
- *Il ragazzo della via Gluck*
- *Il tempo se ne va*
- *Il tuo bacio è come un rock*
- *Impazzivo per te*
- *Ja tiebia liubliu*
- *L'arcobaleno*
- *L'emozione non ha voce*
- *La coppia più bella del mondo*
- *La mezza luna*
- *La storia di Serafino*
- *Ma Perke*
- *Nata per me*
- *Non so più cosa fare*
- *Non succederà più*
- *Per averti*
- *Preguerò*
- *Ragazzo della via Gluck*
- *Scende la pioggia*
- *Soli*
- *Sotto le lenzuola*
- *Susanna*
- *Svalutation*
- *Ti penso e cambia il mondo*
- *Un albero di trenta piani*
- *Una carezza in pugno*
- *Una festa sui prati*

Frammenti wybranych wywiadów, programów telewizyjnych oraz filmów: *Qua la mano*, *Innamorato pazzo*, *Segni particolari*, *Bingo Bongo*.

Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online

mgr Anna Zięba

814 zł/60 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy rozpoczynających naukę języka włoskiego. Słuchacze będą zapoznawali się z podstawami języka włoskiego umożliwiającymi porozumiewanie się w codziennych sytuacjach (np. w sklepie, hotelu, itp.), ze szczególnym nakierowaniem na komunikowanie się w celach turystycznych. Wśród tematów znajdują się zarówno te związane bezpośrednio z sytuacjami w podróży (np. pytanie o drogę, przedstawianie się, stacja, bar, hotel, restauracja), jak i wybrane zagadnienia z kultury włoskiej, dzięki którym Słuchacze pogłębią swoją wiedzę na temat kraju i jego mieszkańców.

Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego – część II (poziom A2) – kurs online

mgr Anna Zięba

814 zł/60 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy kontynuujących naukę włoskiego, prowadzony w języku włoskim (na poziomie wyższym podstawowym A2) i – w miarę potrzeby – w języku polskim. Słuchacze będą uczyli się w oparciu o materiały wybrane przez Wykładowcę, w dużej mierze autentyczne. Będą poznawali zagadnienia gramatyczne w kontekście konkretnych sytuacji życia codziennego, będą rozwijali sprawności językowe umożliwiające porozumiewanie się w sytuacjach codziennych i w podróży po Włoszech, zapoznają się też z wybranymi aspektami kultury włoskiej. Kurs umożliwi rozwijanie wszystkich sprawności językowych, ze szczególnym nakierowaniem na komunikację. Wśród tematów, m.in.: sytuacje w hotelu, sklepie, urzędach, ciekawe miejsca we Włoszech, mentalność Włochów, muzyka i kuchnia włoska.

Migawki z Włoch – kurs języka włoskiego – część III (poziom B1) – kurs online

mgr Anna Zięba

407 zł/30 h

Kurs na poziomie B1 adresowany do Słuchaczy kontynuujących naukę języka włoskiego. Kurs ma na celu zapoznanie Słuchaczy z wybranymi aspektami rzeczywistości włoskiej i rozwijanie poszczególnych sprawności językowych, ze szczególnym akcentem na mówienie, usprawnia zdolność komunikacyjną w sytuacjach codziennych, rozwija płynność i poprawność językową w oparciu o autentyczne i adaptowane materiały.

Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część I (poziom A1) – kurs online

mgr Lidia Szpilewska

543 zł/40 h

Komunikacja i słownictwo:

1. Tożsamość, język, pochodzenie.
2. Upodobania i przyzwyczajenia.
3. Cechy fizyczne i psychiczne.
4. Dlaczego kogoś lubimy, a co nas drażni?
5. Części ciała, wyrażanie bólu i jego przyczyny.
6. Czego potrzebujemy, czego się boimy, na co się zgadzamy, na co mamy ochotę.

Zagadnienia gramatyczne:

1. Pisownia a wymowa.
2. Rzeczowniki regularne, rodzajniki.
3. Zaimki osobowe zwrotne, biernika i celownika.
4. Podstawowe przymiotniki.
5. Przysłówki czasu, częstotliwości, miejsca, sposobu, potwierdzenia i negacji.
6. Zaimki przymiotne i przysłówne.
7. Liczebniki, działania matematyczne.
8. Przyimki proste i połączone z rodzajnikami.
9. Wybrane czasowniki regularne i nieregularne.
10. Stawianie pytań.
11. Czas przeszły bliski – wprowadzenie.

Komponent kulturowy – piosenki na poziomie A1:

- *Ancora, ancora, ancora,*
- *Averti addosso,*
- *Basta chiudere gli occhi,*
- *Che cosa c'è,*
- *Ciao Italy,*
- *E ti vengo a cercare,*
- *Felicità,*
- *Fotomodelle,*
- *Ho voglia di innamorarmi,*
- *Il cielo in una stanza,*
- *Lo shampoo,*
- *Nella fantasia,*
- *Piccolo amore,*
- *Pura ambra,*
- *Quando finisce un amore,*
- *Rapsodia,*
- *Sapore di sale,*
- *Ti lascio un canzone,*
- *Un'ora sola ti vorrei,*
- *Uno per tutte.*

Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część II (poziom A1) – kurs online

mgr Lidia Szpilewska

543 zł/40 h

1. Członkowie rodziny – opis postaci.
2. Wyrażanie i uzasadnianie swojego zdania – dialogi na tematy codzienne (dom, związki, nauka, praca, czas wolny).
3. Upodobania kulinarne.
4. Zamawianie w barze i restauracji.
5. Dialogi w podróży.

"Vedi Napoli e poi muori" – corso di italiano per turisti / „Zobaczyć Neapol i umrzeć” – kurs języka włoskiego dla turystów (poziom A2/B1) – kurs online

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Ten kurs języka włoskiego na poziomie A2/B1 oferuje immersyjne doświadczenie kultury neapolitańskiej, oparte na różnych materiałach dydaktycznych. Z perspektywy kulturowej zajęcia będą badać symboliczne miejsca, takie jak Museo Archeologico, Cappella San Severo, Spaccanapoli, Vesuvio i katakumby, koncentrując się na lokalnych tradycjach i wielu innych aspektach.

Równolegle Słuchacze zdobędą praktyczne umiejętności komunikacyjne w języku włoskim, wykonując różnorodne ćwiczenia dydaktyczne mające na celu wyobrażenie sobie interakcji z mieszkańcami, zakupy na rynku, organizowanie wizyt oraz rezerwacji na miejscu i wiele innych. Kurs kończy się symulacją, która integruje zdobytą wiedzę językową i kulturową.

Włoski poprzez kino: kurs konwersacji w języku włoskim – część II (poziom B1/B2) – kurs online

mgr Francesco Antonio Lanzetta

271 zł/20 h

Kurs rozwija umiejętności komunikacyjne Słuchaczy na poziomie B1/B2 poprzez dyskusje o filmach włoskich. Słuchacze doskonalą kompetencje językowe, uczą się myślenia krytycznego i aktywnie uczestniczą w debatach prowadzonych przez Wykładowcę z wykorzystaniem *Google Slides* i interaktywnych ćwiczeń. Zajęcia obejmują weryfikację słownictwa z poprzednich lekcji, wprowadzenie nowych słów z artykułu tematycznego oraz prezentację z zadaniami wspierającymi dyskusje o kulturze i filmach. Na przykład, analizując twórczość Federica Felliniego poprzez film „Słodkie życie” (*La dolce vita*), Słuchacze zgłębią między innymi tematykę krytyki społeczeństwa spektaklu, kryzysu wartości we Włoszech okresu boomu gospodarczego oraz poszukiwania sensu we współczesnej egzystencji. Słuchacze uczestniczą w zajęciach indywidualnie, w parach oraz grupach na platformie Zoom.

JĘZYKI ŚWIATA

KURSY STACJONARNE

Artful Speaking in English – praktyczne prezentacje ustne po angielsku (poziom B2/C1) – kurs stacjonarny

mgr Miłosz Marcjanik

271 zł/20 h

Kurs rozwija umiejętności prowadzenia prezentacji ustnych w języku angielskim w kontekstach formalnych i zawodowych. Słuchacze poznają zasady planowania, strukturyzowania i wygłaszania prezentacji, uczą się stosować techniki storytellingowe oraz ćwiczą reagowanie na pytania Słuchaczy. Kurs przewiduje wystąpienia próbne z omówieniem oraz praktyczne przygotowanie do prezentacji finałowej.

Czytanie i wymowa w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs stacjonarny

mgr Beata Walesiak

407 zł/30 h

Kurs jest prowadzony w języku angielskim i jest dedykowany Słuchaczom na poziomie min. B1. Koncentruje się na rozwijaniu umiejętności czytania i poprawnej wymowy. Na zajęciach będziemy czytać na głos wybrane przez Prowadzącą angielskie teksty, analizować kłopotliwe słowa pod względem ich wymowy (wprowadzenie transkrypcji fonetycznej), wskazując na podobieństwa i różnice w słowach o podobnym zapisie/wymowie/znaczeniu.

Na zajęciach Słuchacze czytają indywidualnie, w parach i grupach, słuchają nagrań, a także wypowiadają się na głos. Proszę również o nagrywanie się i pracę własną przy pomocy aplikacji, korzystanie z chatbotów typu ChatGPT, Gemini lub Copilot oraz o przygotowanie tekstów między zajęciami.

Program został opracowany dla odmiany brytyjskiej języka angielskiego, ale zawiera odniesienia do wybranych innych odmian.

Let's Read, Watch, and Discuss! Angielski klub dyskusyjny: rozmowy o memach, stand-upach i krótkich utworach literackich (poziom B2/C1) – kurs stacjonarny

dr Weronika Sztorc

407 zł/30 h

Zajęcia będą polegały na czytaniu i oglądaniu wybranych utworów w języku angielskim i wspólnym dyskutowaniu o nich. Podczas zajęć będziemy omawiali problematykę poruszaną w utworach, odnosząc się do dodatkowych kontekstów. Zapoznamy się z różnymi materiałami: od drobiazgów z serii Loesje przez graffiti, rysunki satyryczne, memy, skecze, stand-upy i piosenki po wykłady Ted i krótkie opowiadania - każdy znajdzie coś dla siebie. Zaproponowane utwory będą inspiracją do wymiany myśli podczas zajęć. Porozmawiamy o tym, co nas śmieszy i dlaczego, zastanowimy się nad siłą obyczaju i tradycji, zmierzmy się z montypythonowskim absurdem i filozoficznymi rozważaniami zamkniętymi w kilkuwyrazowych mikrotekstach, a może nawet wymyślimy własne. Niewykluczone, że dyskusja potoczy się w zupełnie nieoczekiwanym kierunku.

Ponadto elementem zajęć będzie powtórzenie (lub omówienie) niektórych bardziej złożonych zagadnień gramatycznych, które pojawiają się w utworach. Słuchacze poznają dodatkowe słownictwo związane z wybranymi tekstami – będzie to więc doskonała okazja do odświeżenia znajomości angielskiego na poziomie B2/C1.

Lost and Found in Translation – warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego (poziom C1) – kurs stacjonarny

dr Weronika Sztorc

651 zł/30 h

W czasie kursu porozmawiamy o tym: co to znaczy, że przekład to ekwiwalent oryginału, czemu poza wiernością tłumacz powinien wykazać się lojalnością, kto potrzebuje ponad dwudziestu *Hamletów*.

W czasie warsztatów Słuchacze będą analizowali angielskie teksty, planowali strategię przekładową, omawiali przygotowane w domu tłumaczenia oraz dyskutowali nad możliwymi rozwiązaniami z uwzględnieniem nie tylko treści, ale i różnych stylów językowych.

Podczas kursu przyjrzymy się literackim nazwom własnym, zdobędziemy prawdziwych przyjaciół wśród *false friends*, sprawdzimy, jakie nowe wyrazy pojawiają się w języku angielskim i nauczymy się pisać pożyteczne przypisy do przekładu.

Zaproponowane teksty: od przepisów kulinarnych przez przewodniki turystyczne po fragmenty dzieł literackich.

UWAGA: Jest to jeden z dwóch (obok *Words, Words, Words...*) proponowanych przez Prowadzącą kursów tłumaczeniowych. Są one od siebie niezależne – omówione zostaną innego typu teksty i inne zagadnienia związane z przekładem. Można uczestniczyć w obydwu (w dowolnej kolejności) lub tylko w jednym wybranym.

Translating Words and Worlds—warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego (poziom C1)—kurs stacjonarny

dr Weronika Sztore

651 zł/30 h

W czasie kursu porozmawiamy m.in. o granicach wolności w przekładzie, o tym, co potrafi przekład maszynowy, a pod jakimi względami jeszcze niedomaga, a także o praktycznych aspektach pracy tłumacza. W czasie warsztatów będziemy analizowali teksty pod kątem m.in. funkcji, stylu i potrzeb odbiorców, planowali strategię tłumaczeniową i dobierali odpowiednie techniki, a także omawiali przygotowane w domu przekłady. Poszerzymy zasób słownictwa i struktur gramatycznych w języku angielskim oraz powtórzymy wiedzę o poprawności w języku polskim i oswoiśmy najnowszą reformę ortografii. I wreszcie... najzwyczajniej w świecie będziemy czerpali przyjemność z tłumaczenia tekstów, pokonywania trudności językowych i kulturowych oraz szukania twórczych rozwiązań.

Zaproponowane teksty: od krótkich tekstów reklamowych przez teksty akademickie po fragmenty utworów literackich (w tym komiksów). Większość będziemy tłumaczyli z języka angielskiego na polski, ale zmierzymy się również z tłumaczeniem w odwrotnym kierunku — z polskiego na angielski.

UWAGA: Jest to jeden z trzech (obok *Words, Words, Words...* oraz *Lost and Found in Translation*) proponowanych przez Prowadzącą kursów tłumaczeniowych. Są one od siebie niezależne — omówione zostaną innego typu teksty i inne zagadnienia związane z przekładem. Można uczestniczyć we wszystkich kursach (w dowolnej kolejności) lub tylko w jednym wybranym.

Sous le ciel de Paris/Pod niebem Paryża. Kurs języka francuskiego dla osób, które uczyły się trochę francuskiego, tzw. fałszywych początkujących (poziom A2) – kurs stacjonarny

mgr Alicja Wójcik-Wawrzyniak

407 zł/30 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy uczyli się już języka francuskiego (przez co najmniej 60 godzin) i chcą kontynuować naukę lub wracają do niej po przerwie. Program kursu obejmuje poznanie i utrwalenie podstawowego słownictwa, zwrotów i struktur językowych, używanych w codziennych sytuacjach, takich jak np.: zwiedzanie miasta, korzystanie z komunikacji, robienie zakupów, pójście do restauracji itp. Szczególny nacisk położony będzie na komunikację i praktyczny aspekt języka, poprzez ćwiczenie krótkich wypowiedzi, nawiązanie interakcji z innymi Słuchaczami, wymianę zdań i opinii. Kurs przewiduje również wprowadzenie wybranych zagadnień gramatycznych. Pozwoli też na poznanie wybranych tematów dotyczących kultury i cywilizacji Francji oraz jej zabytków.

Coger el toro por los cuernos: hiszpańska gramatyka – część II (poziom B1/B2) – kurs stacjonarny

mgr Karolina Stępień

271 zł/20 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie B1/B2 skoncentrowany na utrwaleniu i wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych oraz aktywnym użyciu ich w kontekście, przede wszystkim w wypowiedzi ustnej. Każdy temat składać się będzie z części teoretycznej oraz części praktycznej, obejmującej ćwiczenia w parach i grupach. W ramach zajęć kontekstowo wykorzystane zostaną materiały pochodzące z mass mediów krajów hiszpańskojęzycznych; wprowadzane i powtarzane będzie również potrzebne w danym kontekście słownictwo.

Hablar por los codos: rozgadaj się po hiszpańsku – część I (poziom A2/B1) – kurs stacjonarny

mgr Karolina Stępień

271 zł/20 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A2/B1 skoncentrowany na utrwaleniu słownictwa i struktur gramatycznych oraz aktywnym użyciu ich w wypowiedzi ustnej. Każdy temat składać się będzie z części teoretycznej oraz części praktycznej, obejmującej ćwiczenia w parach i grupach. W ramach zajęć kontekstowo wykorzystane zostaną materiały pochodzące z mass mediów krajów hiszpańskojęzycznych.

¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers (poziom A1) – kurs stacjonarny

dr Luis Milette

407 zł/30 h

ENG:

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie minimum B2.

Kurs języka hiszpańskiego dla początkujących wprowadza podstawowe słownictwo, gramatykę i umiejętności komunikacyjne przydatne w codziennych interakcjach. Słuchacze nauczą się witać, prowadzić proste rozmowy i pisać krótkie akapity, jednocześnie opanowując kluczowe struktury gramatyczne, takie jak koniugacje czasowników i zaimki. Program obejmuje interaktywne zajęcia, zanurzenie się w kulturze i sytuacje z życia wzięte, aby rozwijać umiejętności słuchania, mówienia, czytania i pisanie.

PL:

The course will be conducted in English. A minimum B2 level of English is required to participate in the course.

This beginner Spanish course introduces essential vocabulary, grammar, and communication skills for everyday interactions. Participants will learn to greet, hold simple conversations, and write short paragraphs while mastering key grammatical structures like verb conjugations and pronouns. The program incorporates interactive activities, cultural immersion, and real-life practice to develop listening, speaking, reading, and writing skills.

¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers (poziom A2) – kurs stacjonarny

dr Luis Miletti

407 zł/30 h

PL:

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie minimum B2.

Jest to druga część kursu języka hiszpańskiego dla początkujących, wprowadza niezbędne słownictwo, gramatykę i umiejętności komunikacyjne potrzebne do codziennych interakcji. Słuchacze nauczą się rozmawiać na różne tematy, używając kilku czasów i pisać krótkie akapity, jednocześnie opanowując kluczowe struktury gramatyczne, takie jak koniugacje czasowników i zaimki. Program obejmuje interaktywne zajęcia, zanurzenie w kulturze i praktykę z życia wziętą, aby rozwijać umiejętności słuchania, mówienia, czytania i pisanie.

ENG:

The course will be conducted in English. A minimum B2 level of English is required to participate in the course.

This second part of the beginner Spanish course introduces essential vocabulary, grammar, and communication skills for everyday interactions. Participants will learn to converse in different tenses on a broad array of topics and write short paragraphs while mastering key grammatical structures. The program incorporates interactive activities, cultural immersion, and real-life practice to develop listening, speaking, reading, and writing skills.

Hiragana, katakana, kanji – pismo japońskie dla uczących się języka japońskiego – kurs stacjonarny

dr Aleksandra Wąsowicz-Peinado

407 zł/30 h

Zajęcia w języku polskim, poświęcone biernemu i czynnemu opanowaniu dwóch sylabariuszy (*hiragana* i *katakana*) oraz 100 znaków sinojapońskich *kanji*, wchodzących w skład systemu pisma japońskiego. Zajęcia dla osób uczących się języka japońskiego na dowolnym poziomie (od zupełnie początkującego do bardziej zaawansowanego), bez którego poznawane wyrazy, zdania i pojęcia będą zupełnie niezrozumiałe. Kurs może być doskonałym wsparciem nauki samego języka, którą Uniwersytet Otwarty UW oferuje pod nazwą *Japoński instant*.

**インスタント日本語 Japoński instant – kurs dla początkujących
skoncentrowany na rozmowie (poziom A1) – kurs stacjonarny**

dr Yuka Hattori dr Aleksandra Wąsowicz-Peinado

557 zł/30 h

Podstawowe bloki zajęciowe:

1. Różnice między językiem polskim a japońskim.
2. Najczęściej używane zwroty.
3. Struktura zdania japońskiego.
4. Japoński system pisma.
5. Najczęściej spotykane wzorce dialogowe.
6. Sposób myślenia Japończyków.

**続 インスタント日本語 Japoński instant c.d. – kontynuacja kursu
dla początkujących skoncentrowanego na rozmowie (poziom A1/A2)
– kurs stacjonarny**

dr Yuka Hattori, dr Aleksandra Wąsowicz-Peinado

557 zł/30 h

Podstawowe bloki zajęciowe obejmą m.in.:

1. Zwroty niezbędne w sytuacjach codziennych/w podróży po Japonii/podczas współpracy z Japończykami.
2. Struktura zdania japońskiego.
3. Japoński system pisma (Słuchacz powinien przed rozpoczęciem kursu znać *hiraganę* i *katakana* przynajmniej w stopniu biernym).
4. Najczęściej spotykane wzorce dialogowe.
5. Sposób myślenia Japończyków i wynikające z niego konsekwencje językowe.

**中級中 インスタント日本語 Japoński instant – kurs średnio
zaawansowany (poziom A2) – kurs stacjonarny**

dr Yuka Hattori, dr Aleksandra Wąsowicz-Peinado

557 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy mających ugruntowaną znajomość podstaw języka japońskiego na poziomie co najmniej A1/A2, co równa się czterem semestrom wcześniejszej nauki na UOUW. W zakresie pisma Słuchacz musi posługiwać się biernie i czynnie oboma sylabariuszami (*hiragana* i *katakana*). Znajomość ideogramów *kanji* nie jest wymagana.

Każde zajęcia obejmą wykład z zagadnień gramatycznych, ćwiczenia konwersacyjne, ćwiczenie z tłumaczenia PL-JP-PL oraz zadania mające na celu utrwalanie poprawnej prozodii.

Wśród zagadnień gramatycznych znajdują się m.in.: przysłówki, czasownik *naru*, czasownik *suru* w różnych znaczeniach, wyrazy *dake* i *shika* oraz zdania podrzędne dopełnieniowe etc.

初級上 インスタント日本語 Japoński instant – kurs wyższy podstawowy (poziom A2) – kurs stacjonarny

dr Yuka Hattori, dr Aleksandra Wąsowicz-Peinado

557 zł/30 h

Kurs realizowany w formie stacjonarnej w języku polskim i japońskim na poziomie A2.

Kurs przeznaczony dla osób mających ugruntowaną znajomość podstaw języka japońskiego na poziomie co najmniej A1. W zakresie pisma Słuchacz musi posługiwać się biernie i czynnie oboma sylabariuszami (hiragana i katakana). Znajomość ideogramów kanji nie jest wymagana.

Treści zajęć obejmą następujące zagadnienia: rozmaite formy wyrażania woli i pragnień, opisywanie czynności trwających lub mających trwały skutek, opisywanie czynności w ich kolejności chronologicznej, opisywanie czynności dawania i otrzymywania (przedmiotów i usług), wprowadzenie do zagadnienia honoryfikatywności i benefaktywności.

Każde zajęcia obejmą ćwiczenia poprawnej wymowy, konwersacji, przekładania zdań (JP-PL-JP) oraz przedstawienie kilku wybranych, najczęściej występujących znaków ideograficznych *kanji*.

Życie codzienne w Grecji. Kurs języka nowogreckiego (poziom A2) – kurs stacjonarny

M.A. Daniil Ampatzis

371 zł/20 h

Ważnym i interesującym elementem zajęć będą zajęcia z native speakerem języka greckiego, który w sposób naturalny przekaże wiedzę na temat języka popartą metodyką. Dzięki temu zajęcia będą autentyczne i Słuchacze będą mieli szansę na żywe ćwiczenia pięknego greckiego języka. Lekcje są zaprojektowane tak, aby Słuchacze osiągnęli zadowalający poziom komunikacji w języku pisanim i mówionym przy użyciu odpowiednich strategii.

Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek – część I (poziom A1) – kurs stacjonarny

mgr Lidia Szpilewska

543 zł/40 h

Komunikacja i słownictwo:

1. Tożsamość, język, pochodzenie.
2. Upodobania i przyzwyczajenia.
3. Cechy fizyczne i psychiczne.
4. Dlaczego kogoś lubimy, a co nas drażni?
5. Części ciała, wyrażanie bólu i jego przyczyny
6. Czego potrzebujemy, czego się boimy, na co się zgadzamy, na co mamy ochotę.

Zagadnienia gramatyczne:

1. Pisownia a wymowa.
2. Rzeczowniki regularne, rodzajniki.
3. Zaimki osobowe zwrotne, biernika i celownika.
4. Podstawowe przymiotniki.
5. Przysłowki czasu, częstotliwości, miejsca, sposobu, potwierdzenia i negacji.
6. Zaimki przymiotne i przysłówne.
7. Liczebniki, działania matematyczne.
8. Przyimki proste i połączone z rodzajnikami.
9. Wybrane czasowniki regularne i nieregularne.
10. Stawianie pytań.
11. Czas przeszły bliski – wprowadzenie.

Komponent kulturowy – piosenki na poziomie A1 wybrane z repertuaru:

Francesco Baccini, Joe Barbieri, Franco Battiato, Andrea Bocelli, Riccardo Cocciante, Il Divo, Giorgia, Giorgio Gaber, Mimmo Locasciulli, Mina, Ricchi e poveri, Gino Paoli, Romina Power e Al Bano.

Włoskie klimaty – nauka języka w kontekście kulturowym: zabytki, obyczaje, kuchnia i film. Język włoski dla początkujących (poziom A1) – kurs stacjonarny

mgr Elwira Piotrowska

814 zł/60 h

Sluchacze będą uczyć się języka na poziomie podstawowym, w oparciu o autentyczne i adaptowane materiały dotyczące zagadnień gramatyczno-leksykalnych oraz wybranych elementów kulturowych Italii i jej mieszkańców.

1. Jak się przywitać, przedstawić, opowiedzieć o sobie i o rodzinie. Informacje nt. pochodzenia języka włoskiego.
2. Jak zamówić ulubioną kawę w barze oraz typowe menu barowe? Informacje w formie multimedialnej pt. „Słynne *caffetterie* we Włoszech”.
3. Jak zarezerwować odpowiedni pokój w hotelu i dowiedzieć się o położenie pokoju, rodzaj i godziny posiłków, sposoby płatności? Informacje w formie multimedialnej dotyczące atrakcji turystycznych w Apulii.
4. Gdzie szukać ofert wakacyjnych i jak napisać maila w sprawie rezerwacji pokoju lub mieszkania? Informacje w formie multimedialnej dotyczące podstawowych gestów, część 1.
5. Jak zapytać o drogę w formie grzecznościowej i co kupujemy u *tabaccaio*? Informacje w formie multimedialnej nt. Federico Felliniego i fragment filmu pt. „La dolce Vita”.
6. Jak i gdzie zrobić zakupy odzieżowe oraz jak wyrażać pozytywne i negatywne opinie o ubiorze? Informacje w formie multimedialnej dotyczące podstawowych gestów, część 2.
7. Jak robić zakupy żywnościowe na bazarach i co warto kupować? Przepis popularnego dania: Melanzane alla parmigiana.
8. Jakie mety wakacyjne wybierają Włosi w okresie *ferragosto* i jakie preferują sposoby spędzania wolnego czasu? Informacje w formie multimedialnej na temat kuchni toskańskiej.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY ONLINE

AI jako asystent rozwoju kreatywności – kurs online

dr Maciej Słomczyński

271 zł/20 h

W ramach zajęć omówimy możliwości wykorzystania dostępnych narzędzi sztucznej inteligencji do twórczej inspiracji, kreatywnej zabawy i treningu twórczości.

Kurs obejmuje następujące tematy:

- wiedza: zdolności i cechy twórczego myślenia,
- ćwiczenia: przykłady dobrane do zdolności i narzędzi AI,
- technologia: porównanie ludzkiej kreatywności z możliwościami AI,
- dyskusje: Jak AI zmienia świat? Czy człowiek traci zdolność do twórczego myślenia? Rewolucja AI – szansa czy zagrożenie?
- metodyka XXI w.: trening na podstawie graficznych i tekstowych inspiracji AI (zagadki i baza wyjściowa),
- zasoby rynkowe: przykłady gier planszowych wspierających rozwój twórczego myślenia.

Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs online

mgr Katarzyna Osior-Szot

592 zł/30 h

Podczas kursu „Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów” będziemy wspólnie przyglądać się różnym aspektom języka i komunikacji.

Zajmiemy się między innymi:

- metaforami kognitywnymi,
- opowiadaniem historii (*storytellingiem*),
- prostym językiem,
- wybranymi teoriami komunikacji (modelem komunikacji według R. Jakobsona, barierami komunikacyjnymi, komunikacją opartą na empatii, stylami komunikacji zależnymi od osobowości).

Na początku każdego spotkania będziemy dyskutować na różne tematy związane z polszczyzną (takie jak np.: regionalizmy, język młodzieżowy, archaizmy, grzeczność językowa).

Dla tych, którzy dociekają – filozoficznie o psychoterapii – kurs online

mgr Martyna Iwanicka-Kabat, mgr Anna Sterna

271 zł/20 h

Jak zdefiniować to, co jest psychoterapią, a co nią nie jest? Jakie koncepcje człowieka stoją za głównymi podejściami terapeutycznymi? Czy diagnoza jest odzwierciedleniem trudności, czy podzielanych w kulturze wartości? Kurs podejmuje filozoficzne pytania o granice normalności, miejsce subiektywnego doświadczenia, społeczne funkcje terapii i ostatnie wpływy technologii na nią. Dla tych, którzy chcą spojrzeć na zdrowie psychiczne szerzej niż przez pryzmat objawów i interwencji.

Filozoficzny self care, czyli filozofia w trosce o dobre i szczęśliwe życie – kurs online

dr Paulina Seidler

597 zł/33 h

Od zarania dziejów filozofowie rozważają, czym jest dobre życie i co robić, by takie wieść. Aż szkoda nie stanąć na ramionach filozoficznych gigantów, by spojrzeć na życie raz jeszcze z ich perspektywy. Na kursie zostaną przedstawione wybrane filozoficzne koncepcje troski o siebie i dobre życie. Słuchacze zostaną nauczeni ćwiczeń duchowych, czyli metod pozwalających opanować emocje, poznać i zrozumieć siebie. Natomiast w szerszej perspektywie zwiększyć samoświadomość, wypracować odpowiednią postawę życiową, umożliwiającą osiągnięcie spokojnego, szczęśliwego oraz wartościowego życia. Na kursie zostaną poruszone takie tematy, jak filozoficzne techniki pracy nad sobą i troski o siebie, drogi do osiągnięcia szczęścia, śmierć jako zagadnienie ważne dla życia, sens i wartość życia.

Higiena cyfrowa – kurs online

Filip Dębowski, dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Jak ekrany i sztuczna inteligencja zmieniają nasz mózg, nawyki i sposób pracy?

Kurs analizuje wpływ technologii na układ nerwowy, procesy poznawcze i dobrostan psychiczny. Bazując na badaniach z zakresu neuronauk, psychologii poznawczej i socjologii, omawiamy m.in. *deskilling*, *overreliance*, *cognitive debt*, *FOMO*, cyfrową demencję, technostres i uzależnienie od AI. Słuchacze poznają dobre praktyki cyfrowej higieny, zasady bezpiecznej współpracy z algorytmami oraz nowe modele pracy w środowisku zdominowanym przez generatywną AI. Kurs bazuje na aktualnych badaniach i studiach przypadków – dla tych, którzy chcą świadomie kształtować relację z technologią.

mgr Kinga Borzęcka-Wojciechewicz

407 zł/30 h

Kurs rozwija praktyczne kompetencje komunikacyjne w duchu Porozumienia bez Przemocy (NVC), łącząc pracę nad relacjami z rozwojem osobistym i budowaniem własnej rezyliencji psychicznej. Uczy jak rozmawiać z większą uważnością, jasno wyrażać swoje potrzeby i budować porozumienie bez rezygnowania z siebie, uwzględniając granice swoje i innych. Podejście oparte na empatii i samoświadomości wspiera tworzenie relacji opartych na autonomii i wzajemnym szacunku – zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym.

Komunikacja bez przemocy w pracy – warsztaty – kurs online

dr Karolina Czapska-Małecka

434 zł/20 h

Porozumienie bez Przemocy (*Non-Violent Communication*) to model komunikacji stworzony przez amerykańskiego psychologa, Marshalla B. Rosenberga. Polega on na budowaniu empatycznego komunikatu w oparciu o fakty, uczucia, potrzeby i prośby oraz bazuje na empatycznym słuchaniu. Model ten znajduje bardzo dobre zastosowanie w sytuacjach trudnych, w szczególności w pracy. Dzięki stosowaniu tego modelu komunikacji możliwe jest wygaszanie potencjalnych konfliktów w pracy, przy jednoczesnym zadbaniu o potrzeby własne i drugiej osoby. W trakcie kursu Słuchacze zdobędą potrzebną wiedzę i umiejętności, by nauczyć się komunikować w sposób, który prowadzi do porozumienia i satysfakcji obu stron. Kurs także pozwoli na dostrzeżenie i ukształtowanie postawy asertywnej w sytuacji konfliktu w pracy.

Kryptowaluty – przewodnik dla humanistów i nie tylko. Epickie historie i praktyczne warsztaty – kurs online

mgr Katarzyna Kupka, dr hab. Daniel Mider

781 zł/36 h

Program kursu obejmuje kompleksowe wprowadzenie do świata kryptowalut i *blockchaina*. Słuchacze kursu zdobędą wiedzę na temat różnic między kryptowalutami a tradycyjnymi pieniędzmi, zrozumieją podstawy technologii *blockchain* oraz zrozumieją mechanizm powstawania kryptowalut i transakcji z ich użyciem. Kurs obejmuje również analizę różnych rodzajów kryptowalut, w tym Bitcoin, altcoiny i stablecoiny, a także zagłębia się w tematykę bezpieczeństwa, anonimizacji transakcji i wykorzystania kryptowalut w cyberświatach. Ponadto, Słuchacze poznają narzędzia do analizy transakcji w sieciach Bitcoin i Ethereum oraz zdobędą umiejętności praktyczne związane z zarządzaniem portfelami kryptowalutowymi i wykorzystaniem technologii *blockchain* w różnych aplikacjach. **Kurs kierujemy do początkujących Słuchaczy.**

Słuchacze zapoznają się z podstawowym zestawem pojęć używanych w środowisku kryptowalut oraz ustawodawstwem, regulacjami prawnymi i ograniczeniami w zakresie obrotu kryptoaktywami.

Słuchacze zrozumieją podstawy funkcjonowania świata kryptoaktywów, będą znać i identyfikować zagrożenia wynikające z obrotu kryptowalutami, a także nabędą umiejętności pozwalające na identyfikowanie potencjalnych oszustw związanych z inwestycjami w kryptowaluty, czy też ich zakupem lub sprzedażą.

Michał Boym, wysłannik dynastii Ming – wszystko, o co baliście się zapytać – kurs online

mgr Maria Maciejewska

271 zł/20 h

Kurs kierowany jest do Słuchaczy zainteresowanych historią Kościoła, losami wybitnych Polaków, jak również ogólnie epoką nowożytną i początkami globalizacji. Na kursie szeroko omówione zostaną postać i piśmiennictwo Michała Boyma SJ (1612-1659), jezuitę ze Lwowa, który został posłańcem władców z dynastii Ming.

Boym to pretekst do zapoznania Słuchaczy z działalnością Towarzystwa Jezusowego, wczesnymi misjami chrystianizacyjnymi i sytuacją polityczną w XVII-wiecznej Europie. Szczególna uwaga zostanie poświęcona najbardziej znanemu dziełu Boyma – „Florze Chińskiej”.

Kurs będzie szeroko korzystał ze źródeł, od oryginalnych rękopisów i starodruków, aż po filmy hollywoodzkie i bajkę dla dzieci. Słuchacze będą mieli okazję posłuchać ciekawych gości, dowiedzieć się co nieco o humanistyce cyfrowej, a nawet poznać praktyczne zasady pracy w archiwum.

Mile widziana (choć niekonieczna) znajomość łaciny.

Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu, 6-tygodniowy – kurs online

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Główną ideą kursu jest zapoznanie Słuchaczy z praktyką *Mindfulness* i zastosowaniem uważności w codziennym życiu tak, by szczęśliwiej i świadomiej funkcjonować. Wiedza będzie oparta na koncepcjach Jon Kabat-Zinna, Zindela Segala i Johna Teasdale’a.

Kurs będzie się składał z 7 części:

1. Wprowadzenie do *Mindfulness*: zrozumienie idei oraz krótka historia.
2. Korzyści płynące z praktyki uważności.
3. Jak praktykować *Mindfulness* w życiu codziennym?
4. Funkcjonowanie na autopilocie: jak to zmienić?
5. Skupienie na teraźniejszość: jak być tu i teraz?
6. Medytacja: mając ciało na uwadze.
7. Twój własny schemat praktyki uważności: indywidualny plan własnej praktyki na podstawie weryfikacji własnych potrzeb.

Celem tego kursu jest pokazanie Słuchaczom, jak prosta praktyka, opierająca się na świadomym funkcjonowaniu oraz medytacji, może pomóc nam bezpieczniejszej, pewniejszej, szczęśliwiej funkcjonować.

Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu – część II – kurs online

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Kurs ma na celu pogłębienie praktyki *Mindfulness* w codziennym życiu Słuchaczy. Dzięki spotkaniom, które łączą głównie dyskusje z praktycznymi ćwiczeniami, Słuchacze będą mieli okazję lepiej zrozumieć, jak stosować *Mindfulness* w różnych aspektach codzienności. Słuchacze będą mieli przede wszystkim przestrzeń na to, by podzielić się różnymi aspektami, w których wdrażanie *Mindfulness* może być pomocne. Te spotkania oparte są głównie na aktywności Słuchaczy.

1. Wprowadzenie: zapoznanie się Słuchaczy, przypomnienie założeń *Mindfulness*.
2. Uważność w relacjach.
3. Zarządzanie stresem i emocjami z użyciem technik *Mindfulness*.
4. *Mindfulness* a podejmowanie decyzji i wdzięczność.
5. Świadomość ciała.
6. Podsumowanie i refleksja.

Najciekawsze eksperymenty w psychologii – konfrontacje – kurs online

dr Maciej Słomczyński

434 zł/30 h

Kurs poświęcony jest odkryciom naukowym w psychologii, które wywołały falę ożywionej dyskusji na całym świecie. Kurs jest adresowany do Słuchaczy otwartych na rozwój, którzy pragną ćwiczyć sztukę dyskusowania w atmosferze szacunku względem odmienności poglądów na temat natury ludzkiej. W ramach kursu przedstawione zostaną eksperymenty m.in. takich badaczy, jak Philip Zimbardo (eksperyment więzienny), Stanley Milgram (badanie posłuszeństwa wobec autorytetów) czy Walter Mischel (tzw. *test marshmallow*). Tym samym, tematyka kursu poszerzy wiedzę Słuchaczy z zakresu psychologii, a możliwość wymiany poglądów pozwoli rozwinąć kompetencje społeczne. Omówione zostaną także granice interpretacyjne oraz niektóre zastrzeżenia natury metodologicznej zaprezentowanych badań.

Nauka przewidywania – kurs online

dr Maciej Słomczyński

407 zł/30 h

W ramach zajęć wprowadzone zostaną pojęcia i zagadnienia z obszaru psychologii w ramach toku problemowego. Słuchacze będą próbowali przewidzieć wyniki kilkudziesięciu badań z zakresu psychologii poprzez wykorzystanie narzędzi do zdalnego głosowania. Po prezentacji rzeczywistych wyników, Słuchacze będą mieli możliwość ich przedyskutowania w celu odkrycia zjawisk charakterystycznych dla ludzkiej natury. Refleksje Słuchaczy zostaną skonfrontowane z formalną interpretacją badań oraz wprowadzone zostaną wybrane pojęcia z zakresu psychologii, takie jak: torowanie, efekt posiadania, efekt sformułowania (*framing*), myślenie kontrfaktyczne, próżniactwo społeczne, instrukcja maskująca (*decepcja*) czy reaktancja psychologiczna.

Państwo rosyjskie od Mikołaja II do Władimira Putina. Czyli krótki kurs ustroju Rosji od caratu do wojny ukraińsko-rosyjskiej – kurs online

dr Michał Sadłowski

271 zł/20 h

Program zajęć obejmuje omówienie podstawowych zagadnień ustrojowych, zaczynając od rządów cara Mikołaja II oraz upadku Imperium Rosyjskiego, poprzez rewolucje 1917 r., czasy stalinowskie, okres powojenny, po próby demokratyzacji w latach 90. XX w. i objęcia rządów przez Władimira Putina. W każdym z tych okresów zostaną omówione podstawowe zjawiska z zakresu ustroju (w nawiązaniu do okresu średniowiecza i nowożytności), prawa (zwłaszcza konstytucyjnego), gospodarki, kultury i społeczeństwa. Dzięki temu Słuchacz pozna najnowsze dzieje państwowości rosyjskiej od końca XIX w. do XXI w. oraz jej specyfikę. Pozwoli to lepiej rozumieć odmienności ustrojowe, jakie istnieją między Rosją a państwami z kręgu zachodnioeuropejskiej tradycji ustrojowej i prawnej.

Poznać i zrozumieć osoby ze spektrum autyzmu – kurs online

mgr Hanna Grzesiak

407 zł/30 h

Kurs jest wprowadzeniem do zagadnień związanych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Podczas zajęć Słuchacz pozna metody pracy z osobami ze spektrum autyzmu, będzie rozumiał jak funkcjonują te osoby oraz jak należy je wspierać.

Zajęcia prowadzone będą w formie wykładu z elementami konwersatorium. Do każdego tematu załączona będzie literatura. Zajęcia będą prowadzone przez komunikator ZOOM.

Pozyskiwanie informacji, analiza dezinformacji (fake news) i bezpieczeństwo informacyjne. Kurs Białego Wywiadu (OSINT) dla humanistów – kurs online

**dr Bartosz Biderman, mgr Katarzyna Kupka, mgr Konrad Kuźma,
dr hab. Daniel Mider, mgr Marcin Żółtowski**

678 zł/50 h

Kurs stanowi autorski, praktyczny zbiór metod i sposobów pozyskiwania i ewaluacji informacji, wykorzystujących wybrane metody psychologii, kryminalistyki, statystyki i informatyki. Słuchacz zapoznaje się z jawnymi źródłami informacji oraz metodyką efektywnego korzystania z nich, uczy się oceniać wiarygodność pozyskanych informacji, a także zostaje zapoznany z technikami dezinformacyjnymi. Przedmiotem kursu jest także metodyka systematycznego pozyskiwania wiedzy i analizy informacji. Słuchacz zostanie również zapoznany z ryzykiem ulotu informacji. Tematykę merytoryczną zamyka praktyczny, wyczerpujący instruktaż eksploracji Internetu Rzeczy oraz krótki warsztat umożliwiający zweryfikowanie i utrwalenie nabytych podczas kursu informacji.

Pracuj efektywnie, żyj bardziej harmonijnie w erze AI – kurs online

dr Agata Kociadr Grażyna Szymańska

407 zł/30 h

Kurs jest przeznaczony dla Słuchaczy, którzy chcą rozwijać wiedzę, jak i praktyczne umiejętności wspomagające rozwój osobisty i zawodowy w kontekście zarządzania sobą. W trakcie kursu zostaną poruszone takie zagadnienia jak:

- usprawnienie zarządzania czasem własnym, w tym metody planowania i priorytetyzacji zadań,
- zasady zarządzania efektywnością, w tym analiza efektywności,
- zrozumienie pojęcia prokrastynacja i strategię walki z nią,
- wdrożenie efektywnej pracy zdalnej przy użyciu odpowiednich narzędzi (w tym narzędzi AI), biorąc pod uwagę budowanie więzi z osobami współpracującymi zdalnie,
- omówienie technik budowania odporności na stres i radzenia sobie z presją czasu,
- opracowanie skutecznych wiadomości tekstowych wysyłanych przez różne kanały,
- sposób udzielania skutecznej informacji zwrotnej i radzenie sobie z nierzetelną informacją zwrotną,
- budowanie umiejętności wzmacniania relacji międzyludzkich w erze AI.

Rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem AI – kurs online

dr Maciej Słomczyński

271 zł/20 h

W ramach kursu omówimy możliwości wykorzystania powszechnie dostępnych narzędzi sztucznej inteligencji do identyfikacji i analizy problemów, eksploracji możliwych strategii rozwiązania czy oceny opracowanego rozwiązania. Zajęcia obejmują następujące treści kształcenia:

- wiedza: terminy, problem, sytuacja problemowa, rozwiązanie problemu, fazy i ogólne strategie, kryteria i problemy decyzyjne,
- ćwiczenia: generowanie i ocenianie rozwiązań, analiza morfologiczna, synektyka, lamigłówki i zagadki,
- technologia: możliwości i ograniczenia AI – identyfikacja i analiza problemu i szukanie słabych punktów (kruszenie),
- dyskusje: czy problemy są nam potrzebne? Kiedy problem jest nierozwiązywalny? Jak zmieni się rynek pracy?,
- zasoby rynkowe: przegląd wybranych narzędzi AI.

Socjologia queer – osoby nienormatywne płciowo i seksualnie w społeczeństwie – kurs online

dr hab. Jacek Kochanowski, prof. ucz.

407 zł/30 h

Kurs obejmuje wprowadzenie do socjologii queer, to znaczy do socjologicznych badań nad płciową i seksualną nienormatywnością. Obejmuje moduły: podstawy socjologii seksualności, filozoficzne i socjologiczne źródła badań queer; podstawowe koncepcje w ramach socjologii queer; wybrane zagadnienia socjologii queer.

Zajęcia odbywają się w trzygodzinnych blokach (BEZ ścisłego podziału na część wykładową i ćwiczeniową), obejmują:

- materiał wideo i dyskusję,
- część wykładową z pytaniami,
- część konwersacyjno-ćwiczeniową.

Na początku zajęć zostanie przedstawiony aktualny program (z datami) wraz z wykazem materiałów audiowizualnych oraz lekturami na poszczególne zajęcia.

Techniki wywierania wpływu, perswazji oraz manipulacji – kurs online

mgr Mikołaj Rogalewicz

407 zł/30 h

Kurs obejmuje szeroki zakres zagadnień dotyczących wywierania wpływu, perswazji i manipulacji w komunikacji interpersonalnej, społecznej i medialnej. Sluchacze poznają definicje i funkcje tych zjawisk, uczą się zasad skutecznej perswazji z wykorzystaniem języka, emocji, argumentacji i autorytetu. Przedstawione zostają klasyczne i współczesne techniki wpływu społecznego oraz storytelling jako narzędzie perswazji. Kurs analizuje manipulację w życiu codziennym, mediach tradycyjnych i społecznościowych, kłamstwo, dezinformację, oszustwa finansowe i socjotechnikę. Omawia również psychologiczne mechanizmy podatności na manipulację i sposoby jej rozpoznawania oraz przeciwdziałania.

Tworzenie prezentacji – myślenie wizualne i narracyjne – kurs online

dr Tomasz Olczyk

271 zł/20 h

Kurs uczy projektowania prezentacji opartych na psychologii percepcji, narracji i myśleniu wizualnym. Sluchacze poznają zasady skutecznego przekazu: jak unikać schematyczności i monotonii, budować narrację, kierować uwagę odbiorcy i wizualizować informacje. Zdobędą praktyczne umiejętności tworzenia prezentacji angażujących poznawczo i emocjonalnie, z użyciem technik retorycznych, modeli wizualnych i struktur opowieści.

mgr Mikołaj Rogalewicz

407 zł/30 h

Kurs oferuje przekrojową analizę funkcjonowania Unii Europejskiej w kontekście historycznym, instytucjonalnym, prawnym, gospodarczym i politycznym. Sluchacze zapoznają się z procesem integracji europejskiej, kluczowymi traktatami oraz strukturą instytucji UE i mechanizmami podejmowania decyzji. Omawiane są podstawy prawa unijnego, jego relacja z prawem krajowym oraz sposoby jego stosowania. Kurs obejmuje również najważniejsze polityki publiczne UE. Na zakończenie omawiana jest globalna pozycja UE oraz główne wyzwania stojące przed Unią w XXI wieku, wraz z możliwymi scenariuszami jej dalszego rozwoju.

Urban Survival – sztuka przetrwania w mieście – kurs online

**inż. Mateusz Dworakowski, mgr Katarzyna Kupka, mgr Konrad Kuźma,
dr hab. Daniel Mider, mgr inż. Paweł Tomczyk, mgr Marcin Żółtowski**

760 zł/35 h

Zajęcia z „Urban Survival” zapewniają kompleksowe przygotowanie do życia w ekstremalnych warunkach miejskich. Sluchacze poznają systematykę zagrożeń, skupiając się na ewaluacji i prewencji. Zajmują się analizą przestępczości, od kradzieży kieszonkowej po cyberprzestępczość, ucząc się jak rozpoznawać fałszywych funkcjonariuszy i unikać potencjalnych przestępców. Kurs przekazuje także wiedzę z zakresu biologicznych i naturalnych zagrożeń w środowisku miejskim oraz instruuje, jak skutecznie bronić się przed nimi, zachowując zgodność z prawem. Sluchacze dowiedzą się, jak przetrwać ataki terrorystyczne, sytuacje zakładnicze, a nawet okupację i wojnę. Na koniec, zdobywają umiejętności związane z przetrwaniem w najtrudniejszych warunkach – od zdobywania żywności i wody, po (samo)ewakuację i orientację w terenie.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY STACJONARNE

**Adaptacje teatralne i adaptacje filmowe wielkich dzieł literatury polskiej:
dwudziestolecie doktoratu honoris causa UW dla Andrzeja Wajdy
– kurs stacjonarny**

dr Waleria Szydłowska-Hmissi

271 zł/20 h

„Jest pewna zasada, której adaptator powinien trzymać się za wszelką cenę. Czytelnik najlepiej przecież pamięta początek i koniec przeczytanej powieści i wydawałoby się, że te powinny w filmie zostać niezmienione. Cóż z tego... ostatnie słowa „Popiołu i diamentu” wypowiedziane do umierającego Maćka przez ścigających go żołnierzy ludowego wojska brzmią: – Po coś uciekał, człowieku? Tak napisał Andrzejewski. W 1957 r. robiąc film wiedziałem już dobrze, dlaczego Maciek ucieka i co mogło go czekać po schwytaniu przez UB. Dlatego skreśliłem te słowa, a bohater filmu umiera w samotności na podmiejskim śmietniku” – powiedział między innymi Andrzej Wajda, przyjmując w 2005 roku doktorat honoris causa Uniwersytetu Warszawskiego.

To właśnie będzie programem zajęć – obejrzyć fragmenty kolejnych słynnych tytułów Wajdy i odnieść je do literackich pierwowzorów. Teorię adaptacji Wajdy porównamy do teorii francuskiego autora Patrice'a Pavisa. Zajmiemy się pytaniem o udaną adaptację „Dziadów” na ekranie i/lub na scenie; omówimy nowe realizacje Kleczewskiej. Do głównego tematu adaptacji dodamy komentarz antropologiczny i polemikę: Burszta i Napiórkowski pomogą zrozumieć główne cechy współczesnej kultury, które widać na ekranie i w teatrze.

Asertywność jako postawa – nie tylko „nie!” – kurs stacjonarny

dr Alicja Gniewek

724 zł/30 h

Asertywność to nie tylko umiejętność powiedzenia „nie”. Asertywność to sposób bycia i komunikowania się. Kurs ma przede wszystkim na celu rozwijanie asertywnej postawy życiowej. W ten zakres wchodzi m.in.: umiejętność wyrażania własnego zdania, czy własnych poglądów, przyjmowania krytyki, a także zdolność do akceptacji praw, zarówno własnych, jak i innych ludzi. Praca podczas kursu będzie opierała się na metodzie warsztatowej, tzn. Słuchacze będą ćwiczyć i korzystać z doświadczeń oraz wiedzy grupy. Zaplanowane są dyskusje, praca w grupach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum.

Asertywność – warsztaty wzmacniające poczucie własnej wartości i satysfakcję w relacjach interpersonalnych – kurs stacjonarny

dr Anna Marianowska

271 zł/20 h

Jeśli w Twoim otoczeniu znajdują się osoby, które swoim zachowaniem i słowami sprawiają, że czujesz się źle, a na dodatek odczuwasz „pustkę w głowie”, ponieważ trudno Ci odpowiedzieć lub zachować się w taki sposób, aby czuć się dobrze z samym sobą, to zapraszam Cię na warsztaty asertywności. Poznasz, zrozumiesz swoje prawa i rozwiniesz kompetencje w zakresie formułowania oczekiwań i wyrażania niezadowolenia względem innych. Rozwiniesz także kompetencje w zakresie adekwatnego reagowania w sytuacjach trudnych oraz sytuacjach pozytywnych dotyczących, np. przyjmowania pochwał.

W trakcie zajęć warsztatowych poznasz metody i narzędzia, które pozwolą Ci wzmocnić poczucie własnej wartości i asertywnie – z poszanowaniem praw drugiej osoby – zareagować na niszczącą krytykę, ocenę lub manipulację.

Kurs zaplanowany został w taki sposób, aby Słuchacze doświadczyli wielu różnorodnych sytuacji, zrozumieli mechanizmy manipulacji i agresji oraz wyćwiczyli umiejętność obrony i przedstawiania własnego zdania w sposób stanowczy i uczciwy.

Budowanie bezpieczeństwa psychologicznego i poczucia przynależności w zespole – kurs stacjonarny

M.A. Marta Skrzydelska

735 zł/30 h

Bycie w zespole ze wspólnym poczuciem bezpieczeństwa psychologicznego i przynależności jest satysfakcjonującym doświadczeniem, a badania pokazują, że te zespoły są również najbardziej produktywne i innowacyjne. Gdy pracownicy czują się włączeni do swojej organizacji i mogą być autentyczni w pracy, są bardziej zaangażowani i kreatywni, a ich organizacja szybciej się uczy.

Bezpieczeństwo psychologiczne to przekonanie, że nikt nie zostanie ukarany ani upokorzony za zgłaszanie pomysłów, pytań, wątpliwości lub błędów. To definicja profesor Amy Edmondson z Harvard Business School, która od ponad 25 lat bada wpływ bezpieczeństwa psychologicznego, a raczej jego braku, na wydajność i efektywność zespołów i organizacji.

Ten kurs jest dla Ciebie, jeśli:

- chcesz wspierać poczucie integracji i przynależności w swoim zespole,
- chcesz pomóc stworzyć normy i praktyki zespołowe, by Twoje miejsce pracy było bardziej inkluzywne,
- chcesz edukować swoich pracowników w zakresie norm i najlepszych praktyk wspierających integrację i przynależność w miejscu pracy.

Kurs odbywać się będzie w trzech 8-godzinnych blokach. Zajęcia będą prowadzone metodą warsztatową. Istotnym elementem zajęć będą ćwiczenia, zapraszanie do indywidualnej refleksji, a także wymiana doświadczeń i wiedzy. Metody pracy: praca w grupach i parach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum. Kurs jest prowadzony przez certyfikowaną trenerkę Fearless Organization.

Program:

1. Bezpieczeństwo psychologiczne – fakty i mity.
2. Cztery kluczowe wymiary bezpieczeństwa psychologicznego.
3. Jak wiedza o autonomicznym układzie nerwowym wspomaga efektywność indywidualną i zespołową?
4. Zespół i jego dynamika.
5. Budowanie dialogu – trening zaawansowanych umiejętności komunikacyjnych.
6. Przydatne strategie.
7. Bezpieczeństwo psychologiczne – diagnoza i co dalej?

**Program może ulec zmianie, w zależności od potrzeb Słuchaczy kursu.*

Być kobietą w Indiach – kurs stacjonarny

dr Zuzanna Kann-Skorupska

271 zł/20 h

Na zajęciach Słuchacze będą mieli możliwość zaznajomić się z podstawową wiedzą dotyczącą roli kobiety w indyjskiej kulturze. Poszczególne postaci kobiece, takie jak tancerki, aktorki, boginie, prostytutki, będą stanowić punkt wyjścia do szerszego omówienia wybranego aspektu kulturowego i społecznego, wprowadzenia podstawowych pojęć, zagadnień i symboli.

Nie będzie to wykład indologiczny, ale interdyscyplinarny, z dużym naciskiem na perspektywę kulturoznawczą.

Chcesz być dziennikarzem? W ciągu 12 zajęć warsztatowych przekonasz się, że to jest do osiągnięcia – kurs stacjonarny

dr Bronisław Tumiłowicz

271 zł/20 h

Zapoznanie się z najważniejszymi formami dziennikarskimi i przećwiczenie praktyczne sposobów ich wykonania głównie w gatunku dziennikarza piszącego, prasowego, internetowego.

Orientacyjne zaprezentowanie specyfiki dziennikarstwa radiowego i telewizyjnego. Podstawowe sposoby przygotowania wywiadów i reportaży, w formie skróconej i rozbudowanej. Umiejętność selekcji zebranego materiału dziennikarskiego. Korekta stylistyczna i ortograficzna.

Skupienie się na mechanizmach zdobywania informacji i jej prezentowania, komunikatywność dziennikarskiej relacji, zwięzłość i prostota. Wyzbycie się pedagogicznej i moralizatorskiej maniery. Dbanie o kulturalny, etyczny sposób narracji.

Prace własne w celu doskonalenia warsztatu dziennikarskiego – przygotowanie własnego reportażu (nawet tylko ustalenie tematu i kolejnych elementów tekstu). Przygotowanie dziennikarskiego wywiadu bądź sondy dziennikarskiej (temat i propozycje rozmówców), przygotowanie felietonu (temat, użyte środki literackie), recenzji (dziedzina, w której autor czuje się kompetentny).

Poznanie najwybitniejszych przedstawicieli zawodu dziennikarskiego, reportażyistów, autorów wywiadów, felietonistów, recenzentów, polemistów i komentatorów.

Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs stacjonarny

mgr Katarzyna Osior-Szot

592 zł/30 h

Podczas kursu będziemy wspólnie przyglądać się różnym aspektom języka i komunikacji.

Zajmiemy się między innymi:

- metaforami kognitywnymi,
- opowiadaniem historii (*storytellingiem*),
- prostym językiem,
- wybranymi teoriami komunikacji (modelem komunikacji według R. Jakobsona, barierami komunikacyjnymi, komunikacją opartą na empatii, stylami komunikacji zależnymi od osobowości).

Na początku każdego spotkania będziemy dyskutować na różne tematy związane z polszczyzną (takie jak np.: regionalizmy, język młodzieżowy, archaizmy, grzeczność językowa).

Jak Cię widzą..., czyli autoprezentacja na scenie i przed kamerą – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Program obejmuje praktyczne ćwiczenia, prowadzące do świadomego kształtowania własnego wizerunku przed kamerami i na scenie. Poprzez warsztaty Słuchacze poznają siebie i będą mieli okazję zweryfikować własne wyobrażenia o mowie ciała z tym, jak odbierają ich inni. Słuchacze poznają techniki prezentacji. Będą pracowali nad warsztatem mowy i ciała, poznają zasady autoprezentacji na scenie i przed kamerami. Świadomość, jakiej nabierze Słuchacz kursu, będzie prowadzić do wzmocnienia własnej samooceny i nabrania pewności siebie, co w efekcie prowadzi do poprawy jego pozycji zawodowej i społecznej.

Jak uczyć się przyjemniej i efektywniej – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

271 zł/20 h

Człowiek uczy się przez całe życie. Dobrze jest zatem uświadomić sobie swoje możliwości i predyspozycje, jeśli chodzi o uczenie się, poznać techniki i narzędzia, które uczynią naukę bardziej efektywną oraz nauczyć się tak organizować swoją naukę, aby była ona przyjemna i stanowiła integralną część życia. Kurs ma charakter warsztatowy. Słuchacze będą odnosić zdobytą wiedzę do własnych doświadczeń, ćwiczyć umiejętności, pracować indywidualnie, w parach i grupach. Podczas kursu zostaną poruszone zagadnienia, takie jak m.in. rozpoznawanie własnego stylu uczenia się, ustanawianie celów związanych z nauką, motywacja wewnętrzna i zewnętrzna, zarządzanie sobą w czasie w kontekście nauki, styl życia a nauka, strategie uczenia się, czy sztuka zdawania egzaminów.

Kształtowanie kompetencji społecznych – kurs stacjonarny

dr Anna Marianowska

814 zł/60 h

Kurs podzielony jest na trzy moduły. W ramach modułu I (*Komunikacja i autoprezentacja*) Słuchacze poznają style komunikowania się i dokonają autodiagnozy, poruszone zostaną też tematy, takie jak nieśmiałość, stres, komunikacja w aspekcie werbalnym i pozawerbalnym oraz temperament w procesach komunikowania się. Moduł II (*Wystąpienia publiczne i budowanie autorytetu*) obejmie zasady wystąpień publicznych przed audytorium dorosłych uczestników, rozwiązywanie sytuacji trudnych podczas wystąpień publicznych, budowanie autorytetu oraz style uczenia się i efektywność wystąpień. Moduł III (*Negocjacje i techniki rozwiązywania konfliktów*) skoncentruje się na błędach i pułapkach oraz taktykach i technikach negocjacyjnych, stylach reakcji na konflikt oraz technikach rozwiązywania konfliktów.

Oswajam konflikt. Na drodze do spokoju i sprawczości – kurs stacjonarny nowy!

mgr Katarzyna Nowak-Kawałowska

760 zł/28 h

Konflikt oswojony już nie taki straszny. Na tej drodze odkryjesz, czego pragnie Twoje serce i jaką Ty grasz rolę w konfliktach. Uznając swoje emocje, potrzeby oraz swój udział, odkryjesz, że osobiście bierzesz odpowiedzialność za siebie. Dlatego możesz poczuć się bezpiecznie. Tak obudzisz spokój i sprawczość, nawet jeżeli oswojony konflikt okaże się nierozwiązywalny.

O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – część II – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Sluchacze otrzymują praktyczne ćwiczenia dykcyjne i emisyjne, które prowadzą do znacznego usprawnienia aparatu mowy i lepszego odbioru na płaszczyźnie zawodowej i prywatnej. Poznają także zasady prawidłowej wymowy oraz operowania głosem. Nacisk położony jest na mówienie szerokie, na samogłoskach, poprawne akcentowanie, a także odnalezienie własnej, bezpiecznej średnicy głosu.

Zajęcia odbywają się na poziomie zaawansowanym i mają charakter warsztatowy.

Rozwiń skrzydła – warsztaty budowania poczucia własnej wartości – kurs stacjonarny

M.A. Marta Skrzydelska

669 zł/30 h

W trakcie kursu Sluchacze odpowiedzą sobie na następujące pytania: „Jak chcę się komunikować?” – Sluchacze nauczą się wykorzystywać techniki poznane na zajęciach do podniesienia efektywności swojej codziennej komunikacji; „Jakie są moje zasoby?” – Sluchacze poznają swoje mocne i słabe strony, zdiagnozują obszary, w których chcą się rozwijać; „Co mnie hamuje i ogranicza?” – Sluchacze zdiagnozują przekonania, które mogą być dla nich ograniczeniem, dowiedzą się, jak zamienić je na takie, które mogą być dla nich użyteczne. Zmierzą się również z „wewnętrznym krytykiem” i poznają sposoby na jego oswojenie; „Dokąd zmierzam?” – Sluchacze określają, jakie są ich bliższe oraz dalsze cele i nauczą się wyznaczać je w taki sposób, by były spójne z wartościami, którymi chcą kierować się w życiu.

Sztuka prowadzenia dyskusji – kurs stacjonarny

dr Maciej Słomczyński

521 zł/30 h

Sluchacz pozna różne taktyki argumentacyjne, które pozwalają zorientować się, jaki jest cel adwersarza i jaką podjąć strategię rozmowy w danych okolicznościach. Opracowane ćwiczenia pomogą opanować podstawy konstruowania argumentu, a omawiane zasady prowadzenia dyskusji ułatwią kontrolowanie ich przebiegu. Z kolei poznanie wybranych mechanizmów obronnych i błędów poznawczych oraz uwarunkowań sporów pozwoli niwelować własne ograniczenia oraz nie dopuszczać do eskalacji konfliktu. Analiza typowych technik manipulacyjnych rozwinie umiejętność diagnozowania chwytów manipulacyjnych i reagowania stosownie do sytuacji w obliczu sporu erystycznego.

Sztuka prowadzenia dyskusji – ćwiczenia – kurs stacjonarny

dr Maciej Słomczyński

521 zł/30 h

Kurs składa się z czterech spotkań, podczas których zostaną omówione następujące zagadnienia: definiowanie tematu dyskusji oraz konstruowanie i ocena argumentów; metody prowadzenia dyskusji (porządkujące, twórcze, problemowe); formy prowadzenia dyskusji (aspekty organizacyjne); analiza sytuacji (poziom społeczny i psychologiczny, strategia argumentacji) i obrona przed manipulacją.

Trener wewnętrzny w organizacji – kurs stacjonarny

dr Patryk Makulski

651 zł/30 h

Kurs to praktyczny program rozwoju dla Słuchaczy, którzy chcą skutecznie wspierać rozwój pracowników w organizacjach. Łączy podstawy pracy trenerskiej z nowoczesnymi metodami, takimi jak *storytelling*, *Design Thinking* czy facylitacja grup. Słuchacze nauczą się projektowania programów szkoleniowych, dostosowanych do rzeczywistych potrzeb organizacji, zarządzania trudnymi sytuacjami oraz wykorzystywania technologii i narzędzi cyfrowych w pracy trenera.

W poszukiwaniu sensu życia – filozofia afirmacji – kurs stacjonarny

dr hab. Józef L. Krakowiak

407 zł/30 h

Omawiana będzie bardzo szeroko pojmowana współczesna filozofia życia, bo oprócz filozofii życia *sensu stricto*, także elementy psychoanalizy, egzystencjalizmu, hermeneutyki i ekologii. Wyakcentowane będą irracjonalne parametry ludzkiej egzystencji: wola, popędy, pragnienia a potrzeby, lęk a trwoga oraz różnorodne emocje – ale po to, aby nauczyć się nad nimi panować. Akcent uporczywie padać będzie na sens ludzkiej egzystencji, czyli ukazywanie ludzkiego i osobistego miejsca w ramach różnego rodzaju całości.

Współpraca w zespole. Budowanie zespołu i zarządzanie nim – kurs stacjonarny

dr Alicja Gniewek

724 zł/30 h

Kurs ma na celu przyjrzenie się różnym działaniom zespołu, zarówno w kontekście indywidualnych osób, jak i grupy jako całości. Podczas kursu Słuchacze będą m.in. ćwiczyć efektywną komunikację pomiędzy członkami zespołu, zastanawiać się, jak organizować pracę tak, by każdy był zadowolony. Rozpatrzą i doświadczą różnych stylów przywództwa oraz przeanalizują aspekty, które wpływają na większą efektywność pracy zespołowej. Praca podczas zajęć będzie opierała się na metodzie warsztatowej – Słuchacze będą ćwiczyć i korzystać z doświadczeń oraz wiedzy grupy. Zaplanowane są dyskusje, praca w grupach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum.

Zadbaj o siebie: podróż do lepszego żywienia – kurs stacjonarny

mgr Jakub Krawczyk

407 zł/30 h

Kompleksowy kurs dla dorosłych zainteresowanych zdrowym żywieniem i profilaktyką chorób cywilizacyjnych. Słuchacze dowiedzą się, jak dieta wpływa na zdrowie serca, odporność, masę ciała i ryzyko nowotworów, a także jak komponować codzienne posiłki, by wspierać zdrowie w każdym wieku.

Zapamiętuj lepiej i ucz się łatwiej: trening pamięci i koncentracji, mnemotechniki i notatki sprzyjające uczeniu się – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

407 zł/30 h

Szybkie i łatwe zapamiętywanie to umiejętność przydatna w codziennym życiu, a także podczas nauki. Dzięki zastosowaniu właściwych technik i narzędzi, można sobie ułatwić naukę, zapamiętywać szybciej i na dłużej, a także wykonywać notatki, które będą atrakcyjne wizualnie i jednocześnie pozostaną w pamięci na długo. Kurs ma charakter warsztatowy i bardzo praktyczny. Po zapoznaniu się z teorią dotyczącą funkcjonowania pamięci, Słuchacze będą ćwiczyć techniki zwiększające koncentrację oraz usprawniające myślenie i zapamiętywanie. Poznają i aktywnie przećwiczą podstawowe mnemotechniki. Słuchacze samodzielnie stworzą notatki sprzyjające uczeniu się i lepszemu zapamiętywaniu.

Znajdź swoje szczęście. Warsztat budowania dobrostanu – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze przejdą drogę w kierunku szczęścia w rozumieniu psychologii pozytywnej. Szczęście, które rozumiane jest jako dobrostan.

Podczas kursu poruszane będą następujące kwestie: przekonania i ich wpływ na postrzeganie świata, poczucie własnej wartości, koncentracja na pozytywności i pozytywnych emocjach, zaangażowanie i odczuwanie *flow*, tworzenie i pielęgnowanie dobrych relacji, odnalezienie swojego celu i poczucia sensu, mocne strony i ich wykorzystanie w życiu.

Kurs ma formę warsztatu, Słuchacze będą brać udział w ćwiczeniach i dyskusjach. Słuchacze skonfrontują się z tym, jak czuć się szczęśliwym i spełnionym, nie czekając aż zmienią się okoliczności, jak przeżywać życie zgodnie z własnymi potrzebami, szacunkiem dla siebie i swoich uczuć.

PRAWO, BIZNES I IT

KURSY ONLINE

Agile & design mindset, kompetencje przyszłości – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Jak zadbać o jakość życia w świecie permanentnej zmiany? W jaki samorozwój warto inwestować, aby nam maszyny nie zabrały pracy? Jak kształtować postawy i jakie kompetencje? Jak uczynić naszą organizację uczącą się, zwinną oraz antykruchą? Czego uczyć naszych pracowników, a czego ich oduczać? Co wyróżnia liderów i jak o nich zadbać?

Celem tego kursu będzie analiza, systematyzacja oraz przećwiczenie w praktyce nieautomatyzowalnych kompetencji przyszłości. Kurs będzie podzielony na dwa weekendy – podczas pierwszego skupimy się na porządkowaniu zamieszania wokół kluczowych pojęć, a podczas drugiego na warsztatowaniu z wykorzystaniem elementów improwizacji i grywalizacji.

Agile – zwinne zarządzanie projektami – kurs online

dr Jakub Tomczak

434 zł/20 h

Program kursu przygotowuje Słuchaczy do efektywnego wdrażania metod zwinnych w zarządzaniu projektami. W trakcie zajęć poznają fundamenty *Agile*, zasady *Scrum* i *Lean*, a także nauczą się organizacji pracy zespołu i szybkiego dostarczania wartości. Kluczowe elementy kursu obejmują eliminację barier wdrożeniowych, optymalizację procesów oraz obsługę narzędzi, takich jak *Jira*, *Confluence* i *Miro*. Słuchacze rozwijają umiejętności estymacji, planowania oraz efektywnej współpracy zespołowej, co pozwoli im skutecznie stosować *Agile* w praktyce i zwiększać wartość realizowanych projektów.

AI dla sceptyków: zastosowania i ograniczenia – kurs online

inż. Mariusz Wziętek, dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Celem kursu jest przyswojenie praktycznych podstaw AI oraz zrozumienie ograniczeń tej technologii. Podczas intensywnych warsztatów online Słuchacze nauczą się korzystać z najbardziej popularnych serwisów AI (m.in. Chat GPT, Midjourney, Google AI Studio, NotebookLM). Kurs łączy podejście praktyczne z krytycznym, koncentrując się m.in. na analizie podstawowych modeli architektury AI i podstawowych modeli uczenia maszynowego, ograniczeniach tychże z uwagi na udział człowieka i dostępność zasobów, zastosowaniach najbardziej popularnych narzędzi AI oraz przemianach w organizacji pracy wynikających z postępującej automatyzacji. Program obejmuje m.in. definiowanie zadań i procesów podatnych oraz niepodatnych na automatyzację oraz praktyczne wykorzystanie modeli RAG i LSTM.

Analiza sprawozdań finansowych – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z ogólnymi zasadami sprawozdawczości finansowej, uwypukleniem roli poprawnej analizy raportów finansowych w podejmowaniu decyzji inwestycyjnych, w szczególności podstawowych dokumentów (rachunku wyników, bilansu, rachunku przepływów pieniężnych oraz sprawozdania ze zmian w kapitale własnym), które pozwalają analitykom finansowym na śledzenie trendów w działalności przedsiębiorstw. Słuchacze zostaną zapoznani z praktycznym zastosowaniem sprawozdań finansowych, a także zostanie przedstawiona analiza wskaźnikowa i metoda oceny Du Ponta.

Biznes w sieci – strategia, technologia, sprzedaż e-commerce, marketing – kurs online

dr Przemysław Jóskowiak

543 zł/40 h

Celem kursu jest nabycie wiedzy (etapy, zasady, narzędzia) i praktycznych umiejętności do uruchomienia, realizacji oraz optymalizacji działalności w sieci jako biznes, firma, organizacja niekomercyjna, instytucja lub innego rodzaju podmiot. Kluczowe punkty programu to: strategia biznesowo-marketingowa dla działalności w sieci, technologia do wykorzystania dla swojej prezencji w sieci (czyli strony internetowej), instrumenty sprzedaży e-commerce, marketing i promocja w działalności online. Kurs zakłada wspólną analizę wybranych wzorcowych przykładów komercyjnych i niekomercyjnych z Polski i zagranicy pokazujących, na czym polega skuteczna współczesna działalność w sieci. Każde z 11 spotkań to inny *case* do analizy i omówienia.

Blog internetowy, czyli jak zostać blogerem, promować i zarabiać na własnej stronie www – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Marzysz, by zostać autorem popularnego bloga, budować zasięgi, zarabiać na tworzonych treściach? Masz pasję, nietypowe hobby albo po prostu jesteś w czymś dobry i chciałbyś dzielić się wiedzą? Jeśli tak, to trafiłeś pod właściwy adres. Blogowanie – bo o nim będzie mowa – może być zarówno świetną zabawą, ale, jak pokazują statystyki, jeszcze lepszym źródłem zysków. Czy musisz być programistą? Nie! Grafikiem? Nie! Dziennikarzem? Oczywiście również nie! Wszystkie informacje oraz narzędzia, które poznasz w ciągu naszych 10 spotkań, całkowicie wystarczą do samodzielnego stworzenia własnego bloga... ba, będziemy go robić w Wordpressie krok po kroku! Gdy całość będzie już gotowa, porozmawiamy o sposobach promocji oraz innych możliwościach, jakie kryją się na kartach internetu.

Coaching kariery – strategiczne zarządzanie własną karierą zawodową – kurs online

mgr Monika Lejk

271 zł/20 h

Coaching kariery jest doskonałym narzędziem, które wspiera naszą skuteczność w budowaniu kariery zawodowej, przeprowadzając nas przez zagadnienia, takie jak: motywacja, samoświadomość, adaptacja do zmian, bez których nie można osiągnąć sukcesu. Zagadnienia te to również kluczowe kompetencje przyszłości opublikowane w *Raporcie World Economic Forum, Future of Jobs 2025*. Program zajęć jest wielowątkowy i interdyscyplinarny, bazuje na polskich i zagranicznych narzędziach, modelach i badaniach z tej dziedziny oraz bogatym doświadczeniu autorki.

Czy gospodarce potrzebne jest państwo? – kurs online

prof. dr hab. Urszula Żuławska

271 zł/20 h

Na przestrzeni wieków relacje pomiędzy państwem a gospodarką układały się różnie. Centralny planista, ale i średniowieczny król, mieli nieomal nieograniczoną władzę w stosunku do gospodarki, zwolennicy rozwiązań neoliberalnych najchętniej zakazaliby jakiegokolwiek ingerencji państwa w gospodarkę. Najczęściej występują jednak rozwiązania pośrednie, gdy państwo ingeruje w stopniu ograniczonym, ale określa warunki działalności gospodarczej. Które z tych rozwiązań okazują się najkorzystniejsze?

Dysk Google – skuteczne zarządzanie plikami w chmurze. Kurs dla początkujących – kurs online

dr Michał Kozdra

271 zł/20 h

Kurs jest idealnym rozwiązaniem dla osób początkujących, które chcą opanować funkcje Dysku Google – popularnego narzędzia do przechowywania danych. W prosty i przystępny sposób Słuchacze nauczą się, jak zarządzać dokumentami, bezpiecznie przechowywać pliki oraz mieć do nich dostęp z różnych urządzeń, w tym z telefonu. Kurs pomoże również poznać bardziej zaawansowane funkcje Dysku Google, takie jak synchronizacja plików między urządzeniami oraz rozpoznawanie tekstu w plikach graficznych. Dzięki zdobytym umiejętnościom, Słuchacze poczują się pewniej w cyfrowym świecie, a ich codzienna praca stanie się prostsza i bardziej efektywna. Kurs jest także doskonałą okazją, aby uporządkować dotychczasową wiedzę i poznać nowe możliwości platformy.

E-Biznes i skuteczny e-marketing, czyli jak sprzedawać i promować w internecie – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Czy internet zmienia świat? Czy już tam jesteś? Jeśli nie, to czas najwyższy! Budżety w zastraszającym tempie przesuwane są na działania marketingowe, reklamę oraz promocję właśnie online. Dla wielu firm obecność „w necie”, zasięgi, generowanie *leadów* to już codzienność. Umiejętne korzystanie z nowoczesnej technologii oraz coraz bardziej wyspecjalizowanych narzędzi nie tylko przynosi wymierne korzyści, ale często jest podstawą egzystencji – zarówno biznesowych gigantów, jak i osób, które, dzięki obecności w social mediach, kreują siebie jako markę własną. *Influencer marketing*, blogowanie, kampanie w mediach społecznościowych, e-PR i wreszcie e-biznes... To i jeszcze wiele innych zagadnień będzie tematem naszych rozmów. Przede wszystkim jednak przyjrzymy się najnowszym aplikacjom wspomagającym sprzedaż oraz marketing produktów i usług w internecie.

Efektywna praca i nauka z aplikacjami Google. Kurs dla początkujących – kurs online

nowy!

dr Michał Kozdra

271 zł/20 h

Program kursu obejmuje naukę obsługi najważniejszych narzędzi Google przydatnych w codziennej pracy i komunikacji: Dokumenty i Prezentacje, Meet, Chat, Grupy Dyskusyjne, Gmail, Kalendarz oraz Keep. Słuchacze dowiedzą się, jak zintegrować te aplikacje, aby efektywnie planować spotkania, zarządzać pocztą elektroniczną, tworzyć i porządkować notatki oraz współdzielić materiały z zespołem. Każdy moduł zawiera część praktyczną z ćwiczeniami utrwalającymi zdobytą wiedzę.

Employee Relations – kurs dla przedstawicieli działów HR, managerów, osób zarządzających zespołami – kurs online

dr Karolina Czapska-Małecka

651 zł/30 h

Employee Relations to działania podejmowane przez firmy, pracodawców i osoby zarządzające zespołami, które mają na celu tworzenie pozytywnych relacji między pracodawcami a pracownikami. Dziedzina ta podejmuje zagadnienia, które prowadzą do zapewnienia bezpieczeństwa psychologicznego pracowników, czyli poczucia bezpieczeństwa, szacunku i wsparcia. Wśród obszarów tworzących Employee Relations znajdują się: zarządzanie z empatią – czyli umiejętność rozumienia i szanowania potrzeb pracowników, prawidłowa komunikacja, dbałość o dobrostan psychiczny i fizyczny pracowników oraz przeciwdziałanie zjawiskom negatywnym w środowisku pracy. W trakcie kursu Słuchacze zdobędą wiedzę na temat odpowiednich przepisów prawa pracy oraz praktyczne umiejętności komunikacyjne, dzięki którym możliwe będzie wdrożenie Employee Relations w życiu organizacji.

HR mastermind – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Kurs skierowany jest do praktyków zarządzania, przywództwa i organizacji pracy, w tym specjalistów HR oraz liderów zmiany, którzy rozumieją strategiczną rolę „miękkiego HR” („People & Culture”) i są zainteresowani rozwojem niezbędnych ku temu tzw. kompetencji miękkich (kadra kierownicza, trenerzy i doradcy biznesu, scrum masterzy i agile coache itp.). Podczas dwóch intensywnych weekendowych sesji online Słuchacze będą analizować szczególnie ciekawe przypadki wdrożeniowe, dzielić się doświadczeniami w zakresie dobrych i złych praktyk oraz wspierać w rozwoju kompetencji niezbędnych do efektywnego wdrażania innowacji i zarządzania zmianą. Ostateczny program zajęć zostanie dostosowany do potrzeb Słuchaczy, obejmując przegląd najnowszych trendów w zarządzaniu, przywództwie i organizacji pracy (m.in. *skill-based organizations*, projektowanie EX, DEIB, AI w HR, *managing-up*, praca na oporze).

Interaktywne wizualizacje w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

Praktyczny kurs wizualizacji danych z użyciem Seaborn, Plotly, Dash i Tableau. Słuchacze poznają zasady projektowania wykresów, budowy interaktywnych dashboardów, wizualizacji danych przestrzennych oraz data storytellingu. Zajęcia zakończą się projektem indywidualnym – stworzeniem własnego dashboardu lub raportu interaktywnego.

Krytycyzm i myślenie krytyczne – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Intensywne warsztaty online skupione na analizie i systematyzacji kluczowych postaw i kompetencji krytycznych (*mindset & skillset*) oraz ćwiczeniu myślenia krytycznego w praktyce współpracy, przywództwa i zarządzania. Powadzone w modelu uczenia partnerskiego (*peer-to-peer learning*), wymagać będą od uczestników aktywnej współpracy. Przeanalizujemy różnice między krytycyzmem a krytykanctwem, omówimy genezę myślenia krytycznego i jego związki z naukowym racjonalizmem, alternatywne podejścia krytyczne oraz ich znaczenie w świecie VUCA/BANI. Skupimy się na roli myślenia krytycznego w procesach zarządzania zmianą, w szczególności w procesach *problem finding* i *problem solving* oraz na uwarunkowaniach społecznych, poznawczych i technologicznych warunkujących lub hamujących krytycyzm w organizacjach.

Kultura innowacji i zarządzanie zmianą – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Kurs będzie miał postać intensywnych seminariów online, skupionych na analizie i systematyzacji (a) czynników kultury organizacyjnej warunkujących efektywność procesów innowacji oraz (b) modeli efektywnego zarządzania zmianą tj. dobrych praktyk transformacji postaw, relacji, procesów i kompetencji w organizacjach biznesowych. Spotkania będziemy realizować w modelu uczenia partnerskiego (*peer-to-peer learning*) zorientowanego na rozwój kompetencji poprzez interakcję w oparciu o lektury, *case studies* oraz doświadczenia zawodowe Słuchaczy.

Manager innowacji – kurs online

dr Jakub Tomczak

434 zł/20 h

Kurs rozwija kompetencje w zakresie zarządzania innowacjami i wdrażania nowatorskich rozwiązań w biznesie. Słuchacze poznają podstawy **innowacyjności**, będą analizować różne typy innowacji oraz nauczą się stosować **design thinking** do kreowania produktów i usług. Program obejmuje ocenę działalności innowacyjnej przedsiębiorstw, metody zarządzania procesem innowacji oraz pomiar potencjału biznesowego. Zajęcia łączą teorię z praktyką, a Słuchacze zdobywają umiejętności obsługi nowoczesnych narzędzi, takich jak **Miro** i **Confluence**, wspierających kreatywność i współpracę zespołową. Kurs przygotowuje do efektywnego wdrażania innowacji i budowania przewagi konkurencyjnej w dynamicznym środowisku biznesowym.

Marketing i promocja online w pracy zawodowej i biznesie – kurs online

dr Przemysław Jóskowiak

543 zł/40 h

Celem kursu jest nabycie wiedzy (etapy, zasady, narzędzia) o funkcjonowaniu współczesnego systemu promocyjnego w sieci, jak i pozyskanie praktycznych umiejętności związanych z realizacją oraz optymalizacją szerokiej działalności marketingowo-promocyjnej online w ramach biznesu, firmy, organizacji niekomercyjnej, instytucji lub innego rodzaju podmiotu. Kluczowe punkty programu to: strategia marketingowo-promocyjna w sieci, cele marketingowo-promocyjne, funkcjonowanie systemu promocyjnego z kanałem własnym i zewnętrznymi (*social media*, *newsletter* itp.), wykorzystanie sztucznej inteligencji (AI), tworzenie przekazów multimedialnych (*copywriting*, działania SEO i inne), przygotowanie i uruchomienie kampanii promocyjnej (*Meta* i *Google*), analityka i optymalizacja działalności marketingowo-promocyjnej.

Modelowanie finansowe przy użyciu MS Excel – kurs online

dr Agata Kocia

543 zł/40 h

W trakcie zajęć zaplanowane są cztery moduły tematyczne:

1. Stworzenie modelu finansowego w oparciu o rachunek wyników (model biznesowy przedsiębiorstwa, nakłady inwestycyjne).
2. Stworzenie modelu finansowego w oparciu o bilans (odniesienie kategorii wynikowych na stany bilansowe).
3. Analiza finansowa (rentowność i płynność modelu finansowego oraz zastosowanie wsk. NPV, IRR, PI).
4. Wycena przedsiębiorstwa (zastosowanie metody DCF oraz metod wyceny księgowej).

Każdy z tych elementów będzie ćwiczony w grupach lub indywidualnie przez Słuchaczy. Podczas zajęć część czasu będzie poświęcona na pracę własną, ale może okazać się konieczna praca również poza zajęciami.

Niskobudżetowe strategie na sukces w mediach społecznościowych – dla przedsiębiorstw i marek osobistych – kurs online

mgr Angelika Barczak

814 zł/60 h

Wyobraźmy sobie pokój pełen ludzi i rozmów – a pośród tego tłumu marka, która chce zostać zauważona – jak się wyróżnić, gdy każdy coś mówi? Większość kursów uczy podstaw, takich jak zakładanie profilu czy używanie hashtagów, ale ten kurs oferuje coś więcej. W ciągu 60 godzin akademickich Słuchacze poznają strategie zarządzania marką w social media, by zwiększać efektywność działań bez zwiększania budżetu. Słuchacze nauczą się tworzyć dla odbiorców, a nie dla algorytmu, budować społeczności oraz reagować na kryzysy, wykorzystując narzędzia, jak Canva czy ChatGPT.

Nowe Technologie w praktyce – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

407 zł/30 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy zainteresowanych twórczym wykorzystaniem wybranych nowoczesnych technologii chmurowych SaaS w realizacji swoich pasji oraz wyzwań zawodowych i prywatnych. Podczas kursu każdy ze Słuchaczy/każda ze Słuchaczek będzie miał/miała możliwość: poznania narzędzi do zarządzania czasem, przepływem pracy oraz pracą zdalną; stworzenia interaktywnej witryny internetowej; skorzystania z aplikacji edukacyjnych, np. do nauki języków obcych i innych; zaprojektowania reklamy w stylu kreskówki; notowania za pomocą mapy mentalnej; zmontowania podcastu na Spotify i wideoklipu na TikToku; tworzenia dokumentów biurowych i grafiki użytkowej w nowoczesnej oprawie, a także mówiącego awatara, quizu czy infografiki. Dzięki temu pozna metody twórczej pracy w sieci, wspierające zarówno autonomię uczącego się, jak i wykorzystanie zalet coraz popularniejszej sztucznej inteligencji (AI). Całość zostanie zrealizowana na platformie ZOOM oraz Google Classroom.

Ocena projektów inwestycyjnych – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze poznają podstawowe pojęcia w zakresie finansów – zwrotu i ryzyka oraz sposobów ich oceny w kontekście różnych instrumentów finansowych (obligacje, akcje). Słuchacze zostaną zapoznani z metodami wyceny instrumentów rynku pieniężnego, bankowego i kapitałowego, której to podstawą jest kapitalizacja prosta i złożona. Podczas zajęć zaprezentowane zostaną również metody oceny projektów inwestycyjnych, w szczególności NPV, IRR, PI.

Oszczędzanie i inwestowanie dla początkujących – kurs online

dr hab. Grzegorz Gołębiowski

407 zł/30 h

Program zajęć koncentruje się na ukazaniu istoty oszczędzania i konieczności inwestowania. W trakcie zajęć omówione zostaną najczęściej wykorzystywane klasy aktywów inwestycyjnych, takie jak akcje, obligacje, nieruchomości, surowce, a także oparte na nich fundusze inwestycyjne oraz ETFy. Istotą inwestowania jest poszukiwanie rozwiązań ograniczających koszty przedsięwzięć inwestycyjnych i osiąganie oczekiwanych stóp zwrotu. W tym względzie omówione zostaną tzw. opakowania emerytalne IKE, IKZE czy PPK. Analizie wszystkich klas aktywów towarzyszyć będą zagadnienia związane z ryzykiem, czynnikami doboru aktywów do portfela, rozpatrując różne kryteria, a także sytuację inwestora czy kwestie podatkowe. Przedstawienie profili i strategii inwestycyjnych będzie podstawą do budowy własnych strategii inwestycyjnych przez Słuchaczy. W ramach zajęć zaprezentowane zostaną przykładowe narzędzia informatyczne wspomagające proces inwestycyjny.

Personal branding w internecie; współpraca dziennikarzy, blogerów i influencerów z biznesem – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Czy zastanawiałaś/eś się kiedyś, jak zbudować własną markę w internecie i stać się autorytetem jako dziennikarz, bloger czy influencer? Jakie narzędzia i strategie mogą pomóc osiągnąć ogromne zasięgi i skutecznie komunikować się z biznesem? Podczas tych zajęć dowiesz się, jak analizować portale informacyjne, blogi i media społecznościowe pod kątem popularności poszczególnych twórców i prowadzonych kampanii. Dowiesz się, jakie są skuteczne formy komunikowania i budowania relacji w nowoczesnym świecie mediów online, poznasz narzędzia, takie jak Brand24, Semrush czy Sotrender, które pomogą Ci w monitoringu i zarządzaniu działaniami w internecie. Porozmawiamy o wyzwaniach etycznych i o tym, jak radzić sobie z kryzysami komunikacyjnymi w mediach społecznościowych.

Podstawowe zagadnienia prawa pracy – kurs online

dr hab. Grażyna Spytek-Bandurska

407 zł/30 h

Prawo pracy jest jedną z gałęzi prawa obejmującą ogół norm regulujących stosunki społeczne związane z pracą, które zachodzą między podmiotami (tj. pracodawcą i pracownikiem) o odmiennych interesach i pozycji prawnej. Poznanie podstawowych zagadnień prawa pracy jest przydatne w życiu zawodowym, gdyż ułatwia zrozumienie pewnych zjawisk i pozwala zapobiec pojawieniu się różnych niepożądanych konsekwencji w sferze zatrudnienia, wynikających z niewiedzy lub braku umiejętności właściwego zachowania.

Celem kursu jest przedstawienie Słuchaczom zagadnień dotyczących podstawowych praw i obowiązków pracodawców i pracowników w zakresie: stosunku pracy i jego ochrony, wynagrodzeń, czasu pracy, urlopów, rodzicielstwa, zasad bezpieczeństwa i higieny pracy. Zdobyta wiedza ma ułatwić Słuchaczom dostosowanie się do wyzwań współczesnego rynku pracy i sprzyjać zapewnieniu bezpieczeństwa socjalnego.

Podstawy inwestowania na rynku finansowym – kurs online

mgr Mikołaj Rogalewicz

407 zł/30 h

Kurs wprowadza Słuchaczy w świat rynku kapitałowego, prezentując kluczowe zasady inwestowania i działania systemu finansowego. Obejmuje zagadnienia związane z inwestowaniem w obligacje i akcje, budową portfela inwestycyjnego oraz analizą techniczną i fundamentalną. Słuchacze poznają także instrumenty pochodne, takie jak kontrakty terminowe i opcje, a także typy zleceń giełdowych. Kurs porusza tematykę finansów behawioralnych i psychologii inwestowania oraz uczy, jak rozpoznawać oszustwa i nadużycia na rynku finansowym.

Podstawy rachunkowości finansowej – kurs online

dr Agata Kocia, mgr Marzena Maselewska

407 zł/30 h

Celem kursu jest zapoznanie Słuchaczy z podstawowymi elementami systemu informacyjnego rachunkowości finansowej, odzwierciedlającymi majątek przedsiębiorstwa, źródła jego finansowania oraz wyniki działalności gospodarczej. Przedstawione zostaną podstawowe rodzaje dokumentów znajdujących się w obrocie gospodarczym, możliwość ich wykorzystania w ewidencji księgowej i wpływ operacji gospodarczych na pozycje bilansu i rachunku zysków i strat.

Podstawy wizualizacji danych z wykorzystaniem narzędzi języka R – kurs online

dr Tomasz Olczyk

271 zł/20 h

Program obejmuje zapoznanie z działaniem środowiska programistycznego R i programu *RStudio*, importowanie i przekształcanie danych, zagadnienia teorii grafiki informacyjnej i jej implementacji w pakietach środowiska R. Dalsza część kursu koncentruje się na tworzeniu różnych typów wykresów i ich interaktywnych wersji.

Postępowanie cywilne w sprawach dotyczących nieruchomości – kurs online

dr Cezary Dzierzbicki

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z problematyką nieruchomości, rozpoznawanych w postępowaniu cywilnym przez polskie sądy, podstawowymi pojęciami, instytucjami prawnymi, jak również z różnymi dowodami, orzeczeniami i środkami zaskarżenia wyróżnianymi i stosowanymi w tych sprawach. Poza tym, podczas kursu zostanie przedstawione orzecznictwo. Przedstawione będą też poszczególne rodzaje spraw dotyczące nieruchomości, rozpoznawane w procesie i w postępowaniu nieprocesowym, z dokładnym określeniem ich odrębności. Kurs prowadzi do wykształcenia u Słuchaczy umiejętności sporządzenia podstawowych pism procesowych i ogólnej znajomości regulacji w tym zakresie.

Programy Mentoringowe w organizacji – od podstaw do mistrzostwa – kurs online

mgr Monika Lejk

271 zł/20 h

Jak wynika z *Raportu World Economic Forum, Future of Jobs Report 2025*, kompetencje, takie jak: umiejętność analitycznego myślenia, zwinność, kreatywność, współpraca z AI, przywództwo, to kompetencje przyszłości. Można je przyswajać w różny sposób. Jednym z nich jest profesjonalny mentoring w formie programów oferowanych przez organizacje, w których pracujemy.

- W jaki sposób przygotować taki program w organizacji efektywnie i optymalnie?
- Jak przekonać do niego biznes?
- Jak wyznaczyć KPI?
- W jaki sposób dobrać pary mentoringowe?

Uczestnicząc w tym kursie, Słuchacze odnajdą odpowiedź na powyższe pytania oraz rozwiną wiedzę teoretyczną i praktyczną w temacie budowania programów mentoringowych.

Zakres kursu jest wielowątkowy i interdyscyplinarny. Łączy praktyczną wiedzę z teoretyczną oraz warsztatami.

Python w badaniach i rozwoju (R&D) – automatyzacja, analiza, prototypowanie – kurs online

mgr Marcin Wierziński

965 zł/40 h

Praktyczne wprowadzenie do wykorzystania Pythona w pracy R&D. Analiza danych, automatyzacja, wizualizacje, raportowanie i tworzenie narzędzi wspierających eksperymenty i projekty badawcze.

Skuteczna reklama, czyli mix strategii, wykorzystania aplikacji i systemów reklamowych oraz psychologii reklamy – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Kurs obejmuje przybliżenie definicji i historii reklamy, kluczowe teorie psychologiczne, mechanizmy percepcji, rolę uwagi, emocji i motywacji. Słuchacze poznają procesy poznawcze, formowanie postaw, identyfikację z marką, role społeczne i techniki perswazyjne. Analizie poddane zostaną media reklamowe, segmentacja rynku, targetowanie, percepcja ceny, techniki promocji oraz etyka reklamy. Słuchacze uzyskają informacje na temat wpływu nowych technologii, mediów społecznościowych, personalizacji, big data i sztucznej inteligencji. Poznają systemy reklamowe z 16 podstawowych mediów społecznościowych, dwóch najważniejszych wyszukiwarek internetowych, dowiedzą się, czym jest reklama natywna, *marketing performance* oraz *marketing automation*.

Skuteczna rekrutacja i selekcja pracowników – kurs online

dr Agata Kocia, mgr Kinga Rogala Gutowska

407 zł/30 h

Zajęcia 1: Przedstawienie podstaw ekonomicznych funkcjonowania rynku pracy.
Zajęcia 2: *Personal branding* w pracy rekrutera. LinkedIn w budowaniu marki osobistej rekrutera.
Zajęcia 3/4: Badanie potrzeb rekrutacyjnych organizacji. Przygotowanie opisu profilu kandydata oraz ogłoszenia o pracę. Sztuczna inteligencja w procesie rekrutacji.
Zajęcia 5: Rola RODO w ochronie danych osobowych, w szczególności podczas procesu rekrutacyjnego.
Zajęcia 6: Źródła pozyskiwania kandydatów do pracy. Nowoczesne narzędzia do pozyskiwania kandydatów z rynku. Rola portali z ogłoszeniami (*job-boardy*).
Zajęcia 7: Omówienie etapów procesu rekrutacyjnego, od rozmowy kwalifikacyjnej do finalnego zatrudnienia kandydata w organizacji.
Zajęcia 8: Omówienie znaczenia informacji zwrotnej (*feedback*) w procesie rekrutacyjnym.
Zajęcia 9: Omówienie roli skutecznej rekrutacji w rozwoju organizacji. Znaczenie skutecznej rekrutacji w rozwoju firmy.
Zajęcia 10: Podsumowanie tematów. Warsztaty praktyczne.

Sztuczna inteligencja w biznesie, modelowanie systemów i aplikacji mobilnych – kurs online

nowy!

dr Jakub Tomczak

271 zł/20 h

Zajęcia skupiają się na identyfikacji potrzeb organizacji oraz projektowaniu rozwiązań informatycznych, które przynoszą realną wartość interesariuszom, klientom oraz użytkownikom. W trakcie zajęć przedstawiane są techniki oraz metody wykorzystania sztucznej inteligencji w modelowaniu procesów biznesowych. Zajęcia obejmują kluczowe aspekty analizy biznesowej, takie jak definiowanie i zbieranie wymagań biznesowych, modelowanie procesów, analiza danych, tworzenie modeli biznesowych, wizualizacja i prototypowanie systemów i aplikacji. Zajęcia mają praktyczny charakter.

Sztuczna inteligencja (AI) dla twórców prezentacji i wideoklipów – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

407 zł/30 h

Sztuczna inteligencja to potężne narzędzie, które zmienia świat. Ten kurs nauczy Cię, jak wykorzystać AI do tworzenia kreatywnych i praktycznych projektów. Dowiesz się, jak wykorzystać AI do poprawy jakości i atrakcyjności swoich prezentacji i wideoklipów. Poznasz podstawowe pojęcia AI, narzędzia i techniki AI do tworzenia prezentacji i wideoklipów, a także praktyczne zastosowanie AI w komunikacji wizualnej w różnych dziedzinach.

Kurs składa się z 5 modułów:

1. Wprowadzenie do AI.
2. AI w prezentacji.
3. AI w wideoklipach.
4. Praktyczne zastosowania AI.
5. Etyka i przyszłość AI.

Kurs realizowany zdalnie na platformie ZOOM oraz Google Classroom. Wymagane posiadanie konta Gmail.

Tajemnice protokołu dyplomatycznego dla ciekawskich – kurs online

dr hab. Dobromir Dziewulak, prof. ucz.

407 zł/30 h

Program kursu łączy w sobie rzeczową informację o protokole dyplomatycznym i praktykę ceremoniału oraz etykiety. Podczas kursu poruszone zostaną zagadnienia, takie jak: pojęcia i zadania protokołu dyplomatycznego, precedencja, ceremoniał (organizacja i przebieg uroczystości), etykieta, organizacja przyjęć (typy przyjęć, rozsadzanie przy stole, dobór, sposób jedzenia itp.), typy strojów i zasady ich doboru, korespondencja oraz bilety wizytowe.

Witryny Google: tworzenie stron internetowych dla początkujących – kurs online

dr Michał Kozdra

271 zł/20 h

Kurs rozpoczyna się od wprowadzenia do Google Sites, podczas którego Słuchacze zapoznają się z interfejsem i możliwościami aplikacji. Następnie skupimy się na tworzeniu struktury witryny oraz projektowaniu treści, takich jak teksty, obrazy i multimedia. Kolejnym etapem będzie integracja Google Sites z innymi aplikacjami Google, umożliwiającą wzbogacenie strony o dynamiczne elementy, takie jak kalendarz, prezentacje czy formularze. Na zakończenie omówimy proces publikacji i zarządzania witryną, w tym ustawienia widoczności oraz aktualizację treści.

Wybrane aspekty rachunkowości finansowej – kurs online

dr Agata Kocia, mgr Marzena Maselewska

407 zł/30 h

Zajęcia mają na celu przedstawienie Słuchaczom zarówno w teorii, jak i w praktyce, wybranych elementów systemu rachunkowości:

- przyczyny i sposoby rozliczania międzyokresowego kosztów oraz przychodów,
- identyfikacja potrzeby naliczenia podatku odroczonego i księgowanie odpowiednich operacji,
- metody wyceny rozchodu zapasów oraz konsekwencje zastosowania każdej z nich,
- efekty wyceny rozrachunków pod kątem księgowym i podatkowym,
- wprowadzenie do ksiąg inwestycji oraz konieczność dostosowania ich wartości do cen rynkowych,
- sposoby ujęcia w księgach rachunkowych leasingu operacyjnego oraz finansowego.

Zarządzanie projektami w praktyce – kurs online

mgr Małgorzata Jakubiak

326 zł/24 h

Kurs obejmuje kluczowe zagadnienia z zakresu zarządzania projektami, w tym definiowanie celów, analizę ryzyka, metody pracy zespołowej oraz organizację efektywnych spotkań. Szczególna uwaga poświęcona jest projektom współfinansowanym ze środków Unii Europejskiej, gdzie Słuchacze poznają zasady kwalifikowalności wydatków oraz obowiązki informacyjno-promocyjne. Zajęcia prowadzone są w formule online i łączą wykład z praktycznymi warsztatami i analizą przypadków. Kurs zakończy się podsumowującą rozmową ze Słuchaczami.

Zatrudnianie i zwalnianie pracowników. Analiza przepisów prawa pracy – kurs online

dr hab. Grażyna Spytek-Bandurska

407 zł/30 h

Celem kursu jest przedstawienie Słuchaczom zagadnień dotyczących praw i obowiązków stron w zakresie zatrudniania i zwalniania pracowników. W szczególności celem kursu jest omówienie zagadnień dotyczących: stosowania różnych podstaw zatrudnienia pracowników, przebiegu rekrutacji, równego traktowania, ochrony danych osobowych, gromadzenia dokumentów, obowiązków pracodawcy dotyczących rozwiązania stosunku pracy z uwzględnieniem różnic między umowami terminowymi i umową o pracę na czas nieokreślony, zwolnień grupowych i indywidualnych z przyczyn niedotyczących pracowników, szczególnej ochrony wybranych grup pracowników przed zwolnieniem z pracy, zakazu konkurencji, wystawiania świadectwa pracy i innych dokumentów, wygaśnięcia umowy o pracę, rozstrzygania sporów ze stosunku pracy na drodze polubownej i przed sądem pracy. Podczas kursu Słuchacz pozna zasady, pojęcia i instytucje prawa pracy oraz szczegółowe regulacje prawne dotyczące zatrudniania i zwalniania pracowników, nabędzie wiedzę o prawach i obowiązkach stron podejmujących zatrudnienie i ustalających jego warunki, a także pozna przyczyny, przebieg i skutki zwolnienia z pracy.

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY ONLINE

Big Data – Praktyczne Wprowadzenie w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbiński

965 zł/40 h

W trakcie kursu Słuchacze uczą się efektywnie zarządzać dużymi zbiorami danych za pomocą narzędzi, takich jak Apache Spark, Apache Kafka, Google BigQuery, Dask i Ray. Poznają podstawy współbieżności i równoległości, przetwarzania wsadowego oraz strumieniowego. Program kursu obejmuje praktyczne ćwiczenia z równoległego przetwarzania zapytań w BigQuery, współbieżności w Pythonie (asyncio, aiohttp), przetwarzania w Dask i Spark, a także strumieniowania danych z Kafki. Kurs kończy się budową pipeline'u Big Data i optymalizacją wydajności.

Dieta i styl życia a zdrowie psychiczne – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aneta Jachnis-Morzy

298 zł/22 h

Kurs składa się z kilku modułów, umożliwiających przekazanie Słuchaczom elementarnych informacji, dotyczących źródła i znaczenia poszczególnych składników pokarmowych w odniesieniu do zdrowia psychicznego człowieka. Zajęcia zawierają także skondensowane informacje o pozostałych czynnikach, mających wpływ na samopoczucie, m.in.: wpływ aktywności fizycznej, snu, używek, nieprawidłowego przechowywania, czy przygotowywania potraw, w tym substancji szkodliwych, które zagrażają zdrowiu psychicznemu. Wykładowca przybliży Słuchaczom związek pomiędzy kondycją jelit a funkcjonowaniem mózgu, wyjaśniając rolę probiotyków i suplementów w profilaktyce i leczeniu chorób psychicznych. Zajęcia pomogą zrozumieć wpływ stresu na nasz umysł. Na koniec kursu Słuchacze wspólnie z Wykładowcą spróbują stworzyć zalecenia, które pozwolą im wprowadzić zdrowe nawyki do życia codziennego, a tym samym także poprawić nastrój.

Diety odchudzające – prawdy i mity – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aleksandra Kozłowska

326 zł/24 h

Kurs ma na celu pogłębienie wiedzy na temat odchudzania i wpływu diet na zdrowie. Słuchacze poznają definicje oraz klasyfikacje otyłości, a także dane epidemiologiczne i wytyczne dotyczące jej leczenia. Kurs skupia się na poznaniu zasad żywienia w kontekście profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych oraz skutecznych strategii planowania diety redukcyjnej. Słuchacze zdobędą wiedzę na temat substancji modyfikujących apetyt, ich wpływu na organizm oraz znaczenia aktywności fizycznej w procesie odchudzania. Ponadto, kurs demaskuje popularne mity dotyczące diet oraz podkreśla rolę współpracy między dietetykiem a lekarzem w zarządzaniu zdrowiem pacjentów. Kurs pozwala zrozumieć zarówno naukowe podstawy odchudzania, jak i praktyczne aspekty zdrowego stylu życia.

Filozofia o nauce i pseudonauce – szum informacyjny, fake newsy a wiedza – kurs online

dr Paulina Seidler

651 zł/30 h

W dzisiejszych czasach zdajemy sobie sprawę jak cenne są fakty i informacje. Zawierzaliśmy w tej kwestii nauce i mediom. Nauka wyraża pragnienie zdobycia wiedzy pewnej, dlatego też wydaje się dziedziną ludzkiego działania wolną od irracjonalności. Większość ludzi bierze wszystko co naukowe za pewne. Czy faktycznie nauka jest taka jaką ją postrzegamy, czy myśląc o nauce wyobrażamy sobie raczej pewien jej ideał? Czy wszystkie informacje, które do nas docierają są pewne i mogą być nazwane naukowymi? Czym jest nauka a czym pseudonauka? Filozofia odpowiada na te pytania oraz wiele innych. Daje pełniejszy obraz nauki. Na zajęciach zostaną poruszone m.in. następujące tematy: nauka a pseudonauka – kryteria naukowości, rozwój i cel nauki, klęski nauki, etyka naukowa.

Filozoficznie o zwierzętach – kurs online

dr Paulina Selmaj-Pomaska

271 zł/20 h

Kurs obejmuje przegląd najważniejszych filozoficznych koncepcji dotyczących relacji ludzi i zwierząt na przestrzeni dziejów – od stanowisk starożytnych i średniowiecznych po nowożytne oraz współczesne. Omawiane są zarówno tradycyjne poglądy (np. Arystotelesa, Tomasza z Akwinu, Kanta, Descarta's), jak i nowoczesne podejścia w etyce zwierząt (Peter Singer, Tom Regan) oraz eko-filozofii (Aldo Leopold). Słuchacze zapoznają się także z praktycznymi konsekwencjami tych poglądów, takimi jak prawa zwierząt, dylematy związane z dietą czy przemysłową hodowlą. Kurs pozwala zrozumieć, jak filozofia kształtuje nasze postępowanie wobec zwierząt i wpływa na prawo oraz społeczeństwo.

Holistyczna droga do zdrowia: ciało, umysł, duch – kurs online

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Kurs rozpocznie się od wyjaśnienia, czym jest holistyczne zdrowie i jakie są jego kluczowe założenia. Następnie Słuchacze dowiedzą się, jak wspierać swoje ciało. Kolejnym poruszonym aspektem będzie psychika i emocje jako fundament dobrego samopoczucia – Słuchacze poznają sposoby radzenia sobie ze stresem oraz techniki pracy z myślami i emocjami. W dalszej części kursu omówiona zostanie rola świadomości i duchowości w kształtowaniu zdrowia, a także wpływ wartości i przekonań na codzienne wybory. Słuchacze przyjrzą się również znaczeniu relacji społecznych dla dobrostanu. Na zakończenie kursu omówiony zostanie wpływ środowiska na zdrowie, a Słuchacze podsumują zdobytą wiedzę, finalizując swój Indywidualny Plan Zmian.

dr Agnieszka Mroczek

543 zł/40 h

Olejki eteryczne od tysiącleci wykorzystywane są do leczenia chorób, pielęgnacji ciała i aromatyzowania pożywienia. Na kursie Słuchacze otrzymają szeroki przegląd wiedzy dotyczącej bezpiecznego i efektywnego używania olejków eterycznych, odnoszący się zarówno na tradycyjnych czy domowych zastosowań olejków eterycznych, jak i aktualnych badań naukowych. Na wykładach skupimy się na tych potwierdzonych naukowo biologicznych, farmakologicznych oraz kosmetologicznych właściwościach olejków eterycznych. Poznamy także badania dotyczące psychologicznego działania zapachu. Słuchacze dowiedzą się także w jaki sposób komponować perfumy czy tworzyć kosmetyki z udziałem olejków. Zastanowimy się także nad bezpieczeństwem stosowania tych niezwykle stężonych, jeśli chodzi o zawartość aktywnych metabolitów wtórnych, preparatów.

Pasożyty na wakacjach: kurs parazytologii tropikalnej dla każdego – kurs online

dr Mohammed Alsarraf, dr Dorota Dwużnik-Szarek

407 zł/30 h

Kurs ma na celu poszerzenie wiedzy o pasożytach, wirusach oraz innych patogenach, które podróżni mogą napotkać w odległych regionach świata. Przedstawia zagrożenia związane z różnymi drogami zakażenia, m.in. poprzez ukąszenia owadów (np. komary), kontakt z zanieczyszczoną wodą, glebą czy żywnością (nicienie, tasiemce i pierwotniaki). Wykłady obejmują również patogeny przenoszone przez ślimaki czy kleszcze. Kurs omawia diagnostykę i profilaktykę chorób wywoływanych przez niebezpieczne pasożyty m.in. malarii, leishmaniozy, śloniowacizny, ślepoty rzecznej. Słuchacze zdobędą praktyczne informacje o ochronie zdrowia podczas wyjazdów w regiony endemiczne dla parazytoz tropikalnych, ze szczególnym uwzględnieniem chorób z grupy *Neglected Tropical Diseases*.

Podstawy uczenia maszynowego w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

Wprowadzenie do Pythona i podstawowych bibliotek tego języka używanych w uczeniu maszynowym. Wprowadzenie do podstawowych pojęć statystyki ze wspomaganiami komputerowym. Obróbka danych i użycie odpowiedniego narzędzia w celu analizy. Prognozowanie danych z wykorzystaniem Pythona i środowiska colab. Wprowadzenie do uczenia maszynowego i rozumienie pojęcia sieci neuronowej.

Rośliny w religii i sztuce – kurs online

dr hab. Halina Galera

407 zł/30 h

Rośliny jako podmiot i przedmiot kultu religijnego. Pochodzenie i rozwój wybranych zjawisk kulturowych związanych z roślinami.

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

Program kursu obejmuje:

1. Streszczenia danych z nauką o miarach położenia i rozrzutu, boxploty, miary bliskości i zależności między cechami.
2. Estymacja gęstości z histogramami i estymatorami jądrowymi.
3. Redukcja wymiaru cech przez analizę składowych głównych i skalowanie wielowymiarowe.
4. Klasteryzacja z metodami relokacyjnymi i hierarchicznymi.
5. Obsługa obserwacji odstających i brakujących danych.
6. Predykcja i klasyfikacja z regresją, metoda k-najbliższych sąsiadów i ocena błędów predykcji.

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY STACJONARNE

Drzewa i krzewy w mieście – praktyczny kurs rozpoznawania
– kurs stacjonarny 

mgr Wojciech Doroszewicz

271 zł/20 h

Warsztatowy kurs terenowy, którego główną częścią będą spacery dendrologiczne w wybranych warszawskich terenach zielonych: parkach i zieleńcach oraz w lasach. Podczas spacerów zajmiemy się praktycznym rozpoznawaniem gatunków drzew i krzewów, rosnących w lasach i na terenach półdzikich Warszawy oraz gatunków i odmian sadzonych w parkach, zieleńcach oraz przy ulicach miasta.

Tajemnice radioterapii dla ciekawskich – kurs stacjonarny

dr hab. Beata Brzozowska, dr hab. Zygmunt Szepliński

271 zł/20 h

Kurs o metodach leczenia pacjentów ze zdiagnozowanymi nowotworami przeznaczony jest dla Słuchaczy, dla których radioterapia jest tajemniczą procedurą stosowaną przez lekarzy onkologów. W ramach tego przedmiotu odpowiemy na pytanie, dlaczego lekarz onkolog współpracuje z fizykami medycznymi oraz jak wygląda przygotowanie szczegółowego planu radioterapii nowotworu. Kurs zawiera informacje o promieniowaniu jonizującym, jego oddziaływaniu z materią i skutkach biologicznych. Poznamy metody niszczenia nowotworów, a w szczególności metody stosujące promieniowanie jonizujące. Dowiemy się, jakie akceleratorzy są używane we współczesnej onkologii i jak wyniki badań podstawowych przenikają do zastosowań medycznych oraz jak osiągnięcia współczesnej fizyki zmieniają metody leczenia. Słuchacze dowiedzą się, dlaczego w leczeniu metodą teleradioterapii stosuje się frakcjonowanie dawki.

REKREACJA I HOBBY

KURSY ONLINE

Automasaż – sam możesz rozluźnić swoje ciało – kurs online

dr Anna Kraśkiewicz-Wasiluk

482 zł/30 h

Stres, pośpiech, siedzący tryb życia, nieustanna gonitwa myśli oraz negatywne emocje, których współczesny człowiek doświadcza każdego dnia, w bardzo niekorzystny sposób wpływają na stan psychofizyczny. Z pomocą mogą przyjść automasaż (masaż napiętych mięśni) oraz *stretching* (rozciąganie mięśni przykurczonych). Praktykowanie tych metod nie tylko umożliwia zrelaksowanie ciała, ale również przyspiesza powrót do zdrowia.

Kurs odbywa się na wygodnej w obsłudze i bezpiecznej platformie do kursów online.

Na platformie znajdują się nagrania ćwiczeń i wykładów, dzięki czemu każdy Słuchacz może przerabiać materiał kursu w dogodnym dla siebie czasie i miejscu. Podczas kursu będziemy prowadzić dyskusje za pośrednictwem czatu oraz komentarzy do lekcji. Odbędzie się również sesja pytań i odpowiedzi na żywo za pośrednictwem platformy ZOOM.

Ceramika i porcelana: historia, identyfikacja, kolekcjonerstwo, wycena – kurs online

dr inż. Marek Kruczek

407 zł/30 h

Zajęcia z historii i identyfikacji ceramiki artystycznej i porcelany. Program obejmuje omówienie technik produkcji i zdobienia ceramiki od starożytności po współczesność, ze szczególnym uwzględnieniem wytwórni europejskich i polskich. Słuchacze poznają terminologię, rodzaje ceramiki, techniki zdobienia oraz nauczą się odczytywać sygnatury, rozpoznawać fałszerstwa i oceniać wartość obiektów.

Exercises, Diet and Sport Supplements – How and Why it Works/Sport, Dieta i Suplementy – Jak i dlaczego działają? – kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

PL: W trakcie kursu Słuchacze zrozumieją, jak działa organizm podczas wysiłku fizycznego oraz jaki wpływ na zdrowie ma regularna aktywność fizyczna i uprawianie sportu. Tematy te omówione zostaną od mechanizmów działania pojedynczych komórek po sposób funkcjonowania ciała w całości. Wszystkie skomplikowane procesy biochemiczne zostaną wyjaśnione za pomocą prostych słów i schematów. Głównym celem kursu jest zdobycie przez Słuchaczy wiedzy na temat wpływu pracy fizycznej na funkcjonowanie organizmu człowieka i umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej w praktyce. Chętni będą mieć okazję zastosować zdobytą wiedzę teoretyczną w praktyce, więc proszę być przygotowanym na krótką, kilkusekundową aktywność, np. podskoki, krótkie biegi, wejścia po schodach itp. Kurs prowadzony w języku angielskim.

ENG: In the course you will gain a strong understanding how the body works during exercise, and how sport and physical activity promote health from cellular to whole body perspectives. All sophisticated biochemical processes will be explained by simple words and schemes. The aim of the course is to use the learned knowledge to assist performance enhancement and we will check the theory on the practice, so be prepared to jump and run (optionally). The course will be held in English.

Kurs malarstwa – co malować? – kurs online

dr Anna Sieradzka-Kubacka

475 zł/35 h

Podczas kursu Słuchacze w sposób praktyczny będą pracować nad następującymi zagadnieniami:

1. Inspiracja a kopia – interpretacja wybranego obrazu.
2. Co skrywa falda – jak namalować ukryte?
3. Cień jako główny motyw obrazu.
4. GPS Art – malarstwo z lotu ptaka, szablony i mapy jako źródło inspiracji.
5. Kadr i skala.
6. Malarstwo hiperrealistyczne – codzienne przedmioty w malarstwie.

Montaż filmowy – podstawy – kurs online

mgr Łukasz Kamiński

814 zł/30 h

W pierwszej części kursu Słuchacze/Słuchaczki otrzymają wiedzę teoretyczną z zakresu podstaw sztuki filmowej i podstaw montażu filmowego oraz obsługi programu do montażu filmowego. Słuchacze/Słuchaczki kursu będą mieć możliwość sprawdzenia w praktyce, jak wygląda i działa program do edycji filmu. Następnie będą mogli/mogły sprawdzić praktyczne zastosowanie programu poprzez realizację zadań ćwiczeniowych. Słuchacze/Słuchaczki będą montować krótkie i proste zadanie montażowe na podstawie gotowych materiałów filmowych. Pod koniec cyklu zajęć zadania będą omawiane grupowo tak, by Słuchacze/Słuchaczki otrzymali/otrzymały informacje zwrotne związane z odbiorem utworów. Ponadto w czasie trwania kursu będziemy oglądać krótkie filmy pod kątem analizy montażowej.

Napisz powieść kryminalną – kurs online

mgr Edyta Pętkowska-Grabowska

339 zł/25 h

Kurs łączy elementy warsztatu i wykładu. Słuchaczki/Słuchacze poznają informacje na temat dziejów i odmian gatunku, jego współczesnej kondycji oraz podstawowej terminologii z nim związanej. Poszerzają też informacje o prekursorach i współczesnych twórcach kryminalów. Zapoznają się wreszcie z przykładami z literatury dawniejszej i najnowszej, a także indywidualnie wykonują ćwiczenia pisarskie, polegające na zapisywaniu własnych pomysłów, scen oraz refleksji na tematy związane z historią, teraźniejszością i tworzeniem powieści kryminalnej.

O krok dalej – pisanie kreatywne – kurs online

mgr Edyta Pętkowska-Grabowska

339 zł/25 h

Forma pracy podczas kursu to wykład i warsztaty, ale ważne będą także nasze wspólne dyskusje oraz dzielenie się swoją wiedzą i doświadczeniem. Słuchaczki i Słuchacze wykonują ćwiczenia pisarskie, polegające na zapisywaniu własnych pomysłów oraz fragmentów tekstu. Rozmawiają też o tym, nad czym aktualnie pracują bądź chcieliby tworzyć w przyszłości. Kurs kończy się dyskusją na temat możliwości rozwijania swoich umiejętności i przygotowania się do dalszej pracy z napisanym już utworem.

Rysunek i malarstwo II – kurs online

dr Anna Sieradzka-Kubacka

475 zł/35 h

1. Rysunek tuszem – kontrast w kompozycji.
2. Pejzaż wykonany tuszem.
3. Zasady kompozycji obrazu – rytm i akcent w kompozycji.
4. Portret suchą pastelą.
5. Studium rysunkowe wybranej rośliny – ołówek, cienkopis i kredki ołówkowe.
6. Kompozycja statyczna i dynamiczna.
7. Technika kolażu – sztuka łączenia różnych elementów.
8. Ćwiczenia wprowadzające do wykonania studium postaci – szkice poszczególnych części ciała.
9. Rysunek postaci.

Świat moimi słowami – pisanie kreatywne – kurs online

mgr Edyta Pętkowska-Grabowska

339 zł/25 h

Wiedza teoretyczna podczas kursu jest przekazywana podczas części wykładowej.

Aby ją przećwiczyć i utrwalić Słuchacze wykonują ćwiczenia pisarskie, polegające na zapisywaniu własnych pomysłów i refleksji, pisaniu scen.

REKREACJA I HOBBY

KURSY STACJONARNE

Aqua fitness and run z elementami pływania – kurs stacjonarny

mgr Ilona Kozłowska

830 zł/30 h

Pierwsza część zajęć, mająca charakter rozgrzewki, będzie odbywała się w wodzie płytkiej. Zajęcia będą miały charakter integracyjny. Proste gry i zabawy z wykorzystaniem przyborów. Druga część to marsz i bieg w wodzie poprawiające sprężystość skóry, a także poprawę kondycji i wzmocnienie wytrzymałości. Trzecia część to poprawa techniki pływania na grzbiecie, kraulem oraz żabką ze zwróceniem szczególnej uwagi na prawidłowy wydech do wody. Skoki do wody na życzenie z różnych pozycji ciała.

Artystyczna kreatywność dla każdego – kurs stacjonarny

mgr Alicja Łukomska

407 zł/30 h

W dzisiejszym świecie naturalna kreatywność człowieka jest często tłumiona lub wręcz zabijana przez wdrażanie od najmłodszych lat w określone z góry schematy i role życiowe. Kurs ma charakter uniwersalny i jest skierowany do wszystkich zainteresowanych Słuchaczy, niezależnie od tego, czy pragną się rozwijać artystycznie, czy tylko pobudzić swoją kreatywność, a przez to w pełni wykorzystać swój potencjał twórczy. Podczas kursu Słuchacze dowiedzą się, czym są kreatywne osobowości i kreatywne nauczanie, nauczą się pracować nad rolą i tekstem, będą też wykonywać ćwiczenia pobudzające kreatywność. Słuchacze kursu poznają rodzaje muzyki wspierającej kreatywność oraz nauczą się radzić sobie z krytyką i ze stresem podczas występów publicznych, scenicznych.

Brydż Sportowy – dla początkujących – kurs stacjonarny przyspieszony

Piotr Dybicz

543 zł/40 h

Zajęcia są przeznaczone dla Słuchaczy, którzy nie mieli styczności z brydżem oraz dla amatorów, chcących poprawić swoje umiejętności. Główny nacisk na zajęciach będzie skierowany na nauczanie poprawnego rozumowania, dlatego do minimum ograniczona zostanie praca pamięciowa. Na zajęciach używany będzie najnowocześniejszy sprzęt: stoliki z przesłonami, pudełka licytacyjne, kodowane karty symetryczne, pokazy multimedialne, urządzenia *bridge made II* i robot do układania kart. Zajęcia prowadzone będą przez głównego trenera sekcji. Sekcja brydża AZS UW jest jedną z najlepszych na świecie, a jej zawodnicy, w wieku od 6 do 83 lat, co roku zdobywają medale na MP, ME, MŚ, reprezentując nasz kraj na wszystkich kontynentach.

Gimnastyka w wodzie – kurs stacjonarny

mgr Ewa Morończyk

935 zł/30 h

Podczas wykonywania ćwiczeń gimnastycznych w wodzie będzie kładziony nacisk na wdrażanie nawyku prawidłowej postawy oraz wzmacnianie mięśni posturalnych obręczy barkowej, biodrowej, kończyn górnych i dolnych. Słuchacze będą wykonywać ćwiczenia biežno-kondycyjne na małym i dużym basenie, ćwiczenia rozciągające mięśnie przykurczone, ćwiczenia relaksująco-odprężające, ćwiczenia głębokościowe, skocznościowe. W czasie zajęć wykorzystane zostaną m.in. następujące przyrządy: makarony, ciężarki gąbkowe, pasy, rękawice, deski, gymsticki czy piłki, zapewniające odciążenie stawów, kończyn i kręgosłupa oraz modulujące obciążenia treningowe.

Graj! Myśl! Baw się dobrze! Nauka gry w znane i mniej znane gry logiczne! – kurs stacjonarny

Piotr Dybicz

543 zł/40 h

W obecnym świecie w coraz większym stopniu o sukcesie lub porażce decyduje nie siła mięśni, a potęga umysłu. Szybkość i skuteczność rozwiązywania problemów logicznych ułatwia nam zarówno życie codzienne, jak i zawodowe, dlatego też w każdym wieku niezwykle istotny jest trening umysłu. Najlepszą oraz najprzyjemniejszą metodą jest uprawianie gier i sportów umysłowych, które, poza rozwojem intelektualnym, dają możliwość kontaktu z ludźmi, uczą współpracy i zapobiegają wykluczeniu społecznemu. Sporty umysłowe to również świetny most międzypokoleniowy, który przy planszach do gry łączy ludzi młodych i starych. A jak skuteczny jest trening umysłu poprzez sporty umysłowe najlepiej świadczą badania naukowców z Albert Einstein College of Medicine w Nowym Jorku, którzy wyliczyli, że np. brydż aż o 74% redukuje ryzyko zachorowań na Alzheimera i inne choroby demencji starczej.

Warto pomyśleć o tym już teraz, by móc do końca życia cieszyć się zdrowiem psychicznym i sprawnością intelektualną.

Jak opowiadać lokalne historie? – kurs stacjonarny

dr Agnieszka Szurek

407 zł/30 h

Kurs ma charakter warsztatowy i jest poświęcony sztuce opowiadania lokalnych historii – inspirowanych dokumentami życia codziennego, kronikami, wspomnieniami czy zabytkami, głównie z terenu Mazowsza. Słuchacze nauczą się, jak tworzyć narracje oparte na lokalnym dziedzictwie: dobierać perspektywę, język i formę, konstruować postacie oraz budować opowieść dostosowaną do różnych odbiorców.

Zajęcia łączą elementy analizy tekstów oddolnych z praktyką pisarską (*creative writing*). Prowadzone są w formie aktywnej – poprzez dyskusję, pisanie, wzajemne komentowanie tekstów. Efektem końcowym kursu będzie autorska krótka historia lokalna, zaprezentowana przez Słuchaczy na zakończenie.

Joga dla początkujących – kurs stacjonarny

dr Magdalena Kubarek

485 zł/20 h

Kurs adresowany jest głównie do osób początkujących, ale także do tych, które mają już doświadczenie w praktyce jogi. Podczas kursu zostanie przekazana teoretyczna i praktyczna wiedza na temat bezpiecznego i samodzielnego wykonywania pozycji jogi (asan). Program kursu koncentruje się na stopniowym poznawaniu poszczególnych asan oraz opanowaniu techniki poprawnego wchodzenia, trwania i wychodzenia z pozycji. Ważnym elementem szkolenia jest także poznanie podstawowych technik oddechowych i relaksacyjnych. Słuchacze zyskują świadomość właściwego ułożenia ciała oraz wykonywania ruchu w trzech płaszczyznach. Wykorzystywane są pomoce, które mają służyć modyfikowaniu poszczególnych asan, zgodnie z potrzebami Słuchaczy.

Joga klasyczna – forma dostępna dla każdego! – kurs stacjonarny

mgr Dorota Naruszewicz-Wrona

490 zł/30 h

Joga oznacza zjednoczenie i integralny rozwój ciała, umysłu i ducha.

Ćwiczenie jogi ma wpływ na wszystkie części ciała, zwiększa ruchomość stawów, mięśni, więzadeł i ścięgien oraz pobudza krążenie. Poprawia ruchomość kręgosłupa i sprawia, że plecy stają się mocniejsze i bardziej elastyczne.

Kształtujące postawę efekty *asan* poprawiają świadomość ciała i komunikację układu nerwowego ze wszystkimi innymi układami wewnętrznymi.

Asany masują narządy wewnętrzne i optymalizują ich funkcjonowanie. Wykonywane powoli i świadomie pozycje jogi są również ćwiczeniem koncentracji. Praktyka jogi klasycznej jest możliwa dla każdego, bez względu na stopień zaawansowania i obecną sprawność fizyczną – praktyka zawsze widocznie ją poprawia.

Joga klasyczna – forma dostępna dla każdego! – kontynuacja – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Dorota Naruszewicz-Wrona

490 zł/30 h

Joga oznacza zjednoczenie i integralny rozwój ciała, umysłu i ducha.

Ćwiczenie jogi ma wpływ na wszystkie części ciała, zwiększa ruchomość stawów, mięśni, więzadeł i ścięgien oraz pobudza krążenie. Poprawia ruchomość kręgosłupa i sprawia, że plecy stają się mocniejsze i bardziej elastyczne.

Kształtujące postawę efekty *asan* poprawiają świadomość ciała i komunikację układu nerwowego ze wszystkimi innymi układami wewnętrznymi.

Asany w swoisty sposób masują narządy wewnętrzne i optymalizują ich funkcjonowanie. Wykonywane powoli i świadomie pozycje jogi są również ćwiczeniem koncentracji. Praktyka jogi klasycznej zawsze widocznie poprawia sprawność fizyczną oraz – wpływając na układ nerwowy – samopoczucie.

Joga o krok dalej – kurs stacjonarny

nowy!

dr Magdalena Kubarek

485 zł/20 h

Podczas kursu zostanie przekazana pogłębiona teoretyczna i praktyczna wiedza na temat bezpiecznego i samodzielnego wykonywania pozycji jogi (*asan*). Program kursu koncentruje się na stopniowym doskonaleniu techniki wykonania poszczególnych *asan* oraz technik oddechowych i relaksacyjnych. Słuchacze, przechodząc od *asan* podstawowych do bardziej zaawansowanych wariantów, zyskują pogłębioną świadomość właściwego ułożenia ciała oraz wykonywania ruchu w trzech płaszczyznach.

O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Sluchacz kursu otrzyma praktyczne ćwiczenia usprawniające i rozwijające aparat mowy, głos, wymowę, sposób mówienia, zmierzające do lepszego odbioru Sluchacza na płaszczyźnie zawodowej i prywatnej. Sluchacze proszeni są o przyniesienie wygodnego stroju i maty lub koca (nieforsujące ćwiczenia w poziomie, pozwalające na uświadomienie sobie prawidłowego toru oddechowego) oraz małego lusterka.

Piłka siatkowa dla początkujących – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Łukasz Kleczaj

775 zł/28 h

Kurs przeznaczony jest dla osób rozpoczynających swoją przygodę z siatkówką. Kurs obejmuje teoretyczne i praktyczne zajęcia z zakresu zasad gry, techniki i taktyki oraz treningu ogólnorozwojowego. Zajęcia praktyczne skupiają się na nauce i doskonaleniu podstawowych elementów gry – odbywają się raz w tygodniu i trwają 90 minut. Kurs kończy się sprawdzeniem nabytych umiejętności i wiedzy.

Podstawy stretchingu w teorii i praktyce – kurs stacjonarny

mgr Katarzyna Koćmierowska

570 zł/20 h

Kurs składa się z ćwiczeń mających na celu poprawę elastyczności ciała, ogólnej sprawności fizycznej i samopoczucia. W trakcie kursu Sluchacze dowiedzą się, jak rozciągać się skutecznie i w bezpieczny sposób.

Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kurs stacjonarny

mgr Roman Kwaterski

725 zł/40 h

Celem kursu jest wyćwiczenie technik obronnych niezbędnych w sytuacji zagrożenia. Te sytuacje najczęściej przychodzą nagle i niespodziewanie. Chodzi o to, żeby wtedy nie ulec panice, lecz podjąć właściwą decyzję. Nawet znacznie słabszy może pokonać silniejszego, dzięki użyciu właściwej techniki obronnej w myśl zasady: **najlepszą obroną jest atak!**

Z pomocą przyjdą nam wybrane elementy technik ze sztuk walki, takich jak: judo, ju-jitsu, kravmaga, karate, boks, które będą nauczane na tym kursie. Trenując je, poprawimy także swoją kondycję fizyczną. Sluchacze przyswoją sobie również w stopniu podstawowym sztukę padania. Jest ona niezwykle użyteczna, gdyż może przyjsć z pomocą w wielu innych sytuacjach życiowych, jak chociażby upadek z roweru, na nartach, ze schodów etc.

Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kontynuacja – kurs stacjonarny

mgr Roman Kwaterski

725 zł/40 h

Celem kursu jest dalsze ćwiczenie, poznanych wcześniej technik obronnych niezbędnych w sytuacji zagrożenia. Te sytuacje najczęściej przychodzą nagle i niespodziewanie. Chodzi o to, żeby wtedy nie ulec panice, lecz podjąć właściwą decyzję. Nawet znacznie słabszy może pokonać silniejszego, dzięki użyciu właściwej techniki obronnej w myśl zasady: **najlepszą obroną jest atak!**

Z pomocą przyjdą nam wybrane elementy technik ze sztuk walki, takich jak:

- judo – rzut przez biodro, chwyt za nogi, duże podcięcie zewnętrzne i rzut przez bark,
- ju-jitsu – dźwignia na staw łokciowy, dźwignia na bark, dźwignia na kolano,
- krav-maga – obrona przed nożem poprzez dźwignie, duszenia, kopnięcia,
- karate – kopnięcia,
- boks – blokowanie uderzeń i wyprowadzanie ciosów.

Trenując je, poprawimy także swoją kondycję fizyczną.

Sluchacze przyswoją sobie również w stopniu podstawowym sztukę padania. Jest ona niezwykle użyteczna, gdyż może przyjąć z pomocą w wielu innych sytuacjach życiowych, jak chociażby upadek z roweru, na nartach, ze schodów etc.

Scena dla każdego – warsztaty teatralne – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Warsztaty teatralne są skierowane do wszystkich Słuchaczy, którzy chcą nabrać większej świadomości siebie podczas występów. Odbija się to poprzez poznanie technik pracy aktora i pogłębienie swoich umiejętności teatralnych. Słuchacze poznają metody tworzenia roli. Praca nad fragmentami ze sztuk pozwala im na naukę partnerowania i zasad pracy na scenie, a także rozwija wyobraźnię, uczy improwizacji, zwiększa kreatywność.

Słuchacze proszeni są o zaprezentowanie z pamięci na pierwszym spotkaniu fragmentu prozy (najlepiej pisanej w pierwszej osobie), który trwa ok. 2-3 minuty.

Slow jogging – kurs stacjonarny

mgr Tomasz Tokarz

488 zł/36 h

Trening *Slow Jogging* to nauka techniki wolnego biegu w aspektach: prawidłowej postawy (wyprostowana sylwetka), kroku (krótki krok, lądowanie na śródstopiu), oddechu (naturalny oddech przeponą). Ważne jest pozytywne nastawienie psychiczne (uśmiech, brak pośpiechu) oraz stopniowa zmiana złych nawyków żywieniowych. Podczas kursu Słuchacze wdrożą także inne zasady dyscypliny, takie jak: rozgrzewka ogólnorozwojowa na początku treningu i rozciąganie mięśni na koniec, kierowanie wzroku na linię horyzontu (postawa zwycięzcy) czy regularność treningów.

Uważność w przyrodzie – nature journaling – kurs stacjonarny

dr Monika Klejman

543 zł/20 h

Kurs umożliwia zdobycie umiejętności prowadzenia dziennika przyrodniczego (*nature journaling*). Słuchacze będą mieli okazję zanurzyć się w przyrodzie, aby uważnie się jej przyglądać i zapisywać lub rysować swoje obserwacje. Spotkania będą odbywać się w formie stacjonarnej, w terenie, w parku lub w sali, gdzie realizowane będą różnorodne zadania i aktywności, które pozwolą pogłębić wiedzę przyrodniczą, spostrzegawczość, rozwinąć kreatywność i rozbudzić ciekawość. Przebywanie w otoczeniu przyrody będzie także formą relaksu i odprężenia, stworzy przestrzeń do zachwycania się pięknem przyrody, kształtując postawę troski i odpowiedzialności za przyrodę. Kurs skierowany jest do wszystkich zainteresowanych Słuchaczy i nie jest wymagana wiedza przyrodnicza ani zdolności plastyczne.

Wspinaczka na sztucznej ścianie – kurs stacjonarny

mgr Tomasz Tokarz

775 zł/36 h

Słuchacze poznają podstawowy sprzęt wspinaczkowy (lina, uprząż, przyrządy asekuracyjne, ekspresy) i zasady jego stosowania, nauczą się asekuracji górnej i dolnej, techniki wpinek, blokowania liny w przyrządzie asekuracyjnym, wykorzystania stopni i chwytów, elementów techniki frontalnej i skrętnej, przechwytów statycznych i dynamicznych, przyjmowania pozycji spoczynkowych. Poznają też techniki pokonywania różnych formacji (plyta, zacięcie, rysa, przewieszenia, okap) oraz nabędą ogólne wiadomości o zasadach uprawiania wspinaczki, możliwościach dalszego szkolenia i doskonalenia umiejętności wspinaczkowych. Każdy trening poprzedzony będzie rozgrzewką ogólnorozwojową i specjalistyczną. Słuchacze na pierwszym spotkaniu podpiszą oświadczenia o braku przeciwwskazań do korzystania ze ścianki.

Zdrowy kręgosłup – ćwiczenia inspirowane pozycjami jogi – kurs stacjonarny

mgr Dorota Naruszewicz-Wrona

490 zł/30 h

Głównym celem kursu jest poprawa kondycji kręgosłupa i wzmocnienie pleców, uśmierzenie bólu pleców oraz skorygowanie wad postawy. W czasie ćwiczenia zwracana jest uwaga na pogłębiony oddech.

Ćwiczenia wykonywane są zawsze zgodnie z możliwościami ciała, dlatego poziom wykonywania ćwiczeń uwzględnia każdy stopień zaawansowania.

Zajęcia rozpoczyna spokojnie wykonana rozgrzewka w postaci cyklu Powitania Słońca, następnie na przemian wykonuje się pozycje wyginające plecy do przodu i do tyłu, skręty kręgosłupa oraz wygięcia do boku. W miarę zaawansowania zastosowane będą także pozycje odwrócone. Zajęcia kończy kilkuminutowa relaksacja wpływająca dobrze na układ nerwowy i sprawiająca, że Słuchacze wychodzą z zajęć wypoczęci, wyciszeni i w bardzo dobrym nastroju.

Zdrowy kręgosłup – ćwiczenia inspirowane pozycjami jogi – kontynuacja – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Dorota Naruszewicz-Wrona

490 zł/30 h

Głównym celem kursu jest poprawa kondycji kręgosłupa i wzmocnienie pleców, uśmierzenie bólu pleców oraz skorygowanie wad postawy. W czasie ćwiczenia zwracana jest uwaga na pogłębiony oddech.

Zajęcia rozpoczyna znana Słuchaczom rozgrzewka w postaci cyklu Powitania Słońca. Następnie wykonywane są pozycje odwrócone, czyli cykl świecy. Kolejne ćwiczenia to na przemian wykonywane wygięcia do przodu i do tyłu. Skręty kręgosłupa oraz wygięcia do boku to pozycje kończące zajęcia, a zarazem wyczerpujące wszystkie możliwości ćwiczenia kręgosłupa. Zajęcia kończy kilkuminutowa relaksacja wpływająca dobrze na układ nerwowy i sprawiająca, że Słuchacze wychodzą z zajęć wypoczęci, wyciszeni i w bardzo dobrym nastroju.

Ze śpiewem przez życie – od prawidłowej wymowy do pięknego śpiewu – kurs stacjonarny

mgr Alicja Łukomska

407 zł/30 h

Program kursu ma za zadanie przeprowadzić Słuchacza przez cały proces pracy twórczej nad utworem, od dobrej dykcji, przez prawidłowy oddech, znajomość linii melodycznej utworu, po jego pełną interpretację. Słuchacz będzie wykonywać praktyczne ćwiczenia z dykcji, pracy nad oddechem oraz ćwiczenia wokalne pozwalające w przyszłości na samodzielną pracę nad utworem wokalnym od początku do końca.

UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH KURSY ONLINE

Czego nie wiemy o Starym Kontynencie? – kurs online

**mgr Kamil Całus, dr Sylwia Hlebowicz, mgr Adam Jarniewski,
dr Jolanta Kawa, dr hab. Aniela Korzeniowska prof. ucz.,
dr hab. Katarzyna Mirgos prof. ucz., dr hab. Roman Szul prof. ucz.,
dr Joanna Talewicz-Kwiatkowska**

407 zł/30 h

W kolejnym kursie z cyklu „Ucz się od najlepszych!” zaprosimy Państwa w podróż po Europie. Nie będzie to jednak wędrówka po utartych, klasycznych szlakach, które wszyscy doskonale znamy. Kurs będzie okazją do poznania miejsc i kultur mniej znanych, pozostających na uboczu czy w mniejszości, a nawet bardzo odległych. Przyjrzymy się najstarszym społecznościom Starego Kontynentu, odwiedzimy jej najmłodsze oraz jedyne nieuznawane na arenie międzynarodowej państwo. Zastanowimy się także jaka przyszłość czeka Europę w kontekście współczesnych migracji i niesionych przez nie zmian.

Nauka wokół nas – kurs online

**dr hab. Adam Babiński, dr Stanisław Bajtlik, dr inż. Piotr Firek,
dr hab. Renata Godlewska, prof. dr hab. Piotr Kossacki,
prof. dr hab. Agnieszka Mostowska, prof. dr hab. Andrzej Wyszmołek,
prof. dr hab. n. med. Jarosław Wysocki**

407 zł/30 h

Cykl popularnonaukowych spotkań ma pokazać, że nauka to nie podręczniki i trudne teorie, ale codzienność – kuchnia, łazienka, plac zabaw czy smartfon. W prosty i przystępny sposób łączymy wiedzę z ciekawością, zachęcając do samodzielnego myślenia i odkrywania, jak nauka przenika nasze życie. To propozycja dla wszystkich, niezależnie od wieku i wykształcenia.