



# Teczka porady nauki alpha

Poradnictwo w zakresie uczenia się zorientowane na przestrzeń społeczną dla osób dorosłych o niskim poziomie wykształcenia, ze środowisk migracyjnych lub bez takich środowisk

Materiały w języku  
**Polskim**  
w zakresie poradnictwa edukacyjnego

## Poradnictwo: Co to jest?



1



Mam problem z nauką.

### Poradnik i ja:

Rozmawiamy o moim problemie.

Rozmawiamy na poradzie.



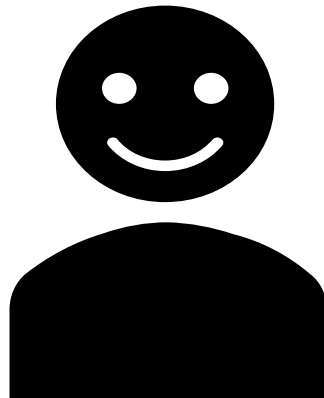
Znajduję moje rozwiązanie.

## Poradnictwo: Jakie mamy zadania?



1

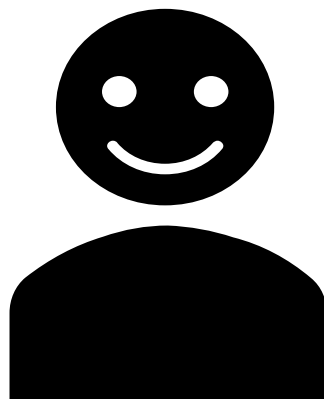
Chcę znaleźć  
rozwiązanie.



JA

Chcę wypróbować  
rozwiązanie.

Podaję przykłady.



PORADNIK

Zadaje dużo pytań.  
Pomagam.

Znajdziemy rozwiązanie.

## Umowa: Czy szukamy rozwiązań?



1



bez lekcji



dobrowolnie



za darmo



wspólnie

Chcę rozwiązać mój problem z nauką.



tak

nie

\_\_\_\_\_

# Spotkanie: Kto i gdzie?



Kto?



ja

Gdzie?



poradnik



Ważne:

--- · --- · --- ✓

# Terminy: Kiedy się spotkamy?

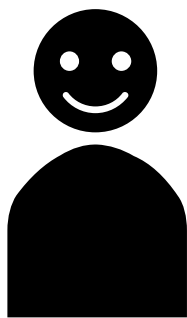


--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---
--- · --- · ---	--- · ---

## Osoby: Kim jestem?



2



JA

Moje imię to:

\_\_\_\_\_.

Moje nazwisko to:

\_\_\_\_\_.

Mam \_\_\_\_\_ lat.

Pochodzę z

\_\_\_\_\_.

Mieszkam teraz w

\_\_\_\_\_.



## Miejsca: Gdzie byłem?



Byłem już w:

\_\_\_\_\_.



Byłem już w:

\_\_\_\_\_.







Byłem już w:

\_\_\_\_\_.



# Miejsca: Gdzie byłem?


--- · --- · --- ✓

## Miejsca: Gdzie byłem?



2

# Moje życie: Co jest ważne?



TERAZ



Kiedy?

---

Co?

---



Kiedy?

---

Co?

---



Kiedy?

---

Co?

---



Kiedy?

---

Co?

---



Kiedy?

---

Co?

---

--- · --- · --- ✓

## Moje życie: Co jest ważne?



TERAZ



2

## Moje życie: Co jest ważne?

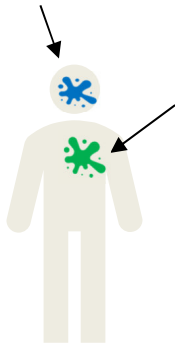





2

--- · --- · --- ✓

## Moje języki: W jakich mówię?



2

JA

## Moje wykształcenie, mój zawód:

Gdzie byłem?



szkoła



Gdzie? \_\_\_\_\_



Jak długo? \_\_\_\_\_



To było dobre: \_\_\_\_\_



2

zawód



Gdzie? \_\_\_\_\_



Czego się nauczyłem? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



To było dobre: \_\_\_\_\_



## Moja praca: Co robię?



Moja praca teraz to: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Co jest dobre? \_\_\_\_\_



Co nie jest dobre? \_\_\_\_\_



2

To czytam w pracy:



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

To piszę w pracy:



\_\_\_\_\_






\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

**Czytanie i pisanie:**  
Gdzie się tego nauczyłem?










	dom	<input type="checkbox"/>
	szkoła	<input type="checkbox"/>
	praca	<input type="checkbox"/>

Z kim?

	nauczyciel	<input type="checkbox"/>
	sam	<input type="checkbox"/>
	rodzina	<input type="checkbox"/>
	przyjaciele	<input type="checkbox"/>
	koledzy z pracy	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>


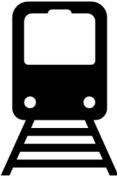



**Problem:** Dlaczego tu jestem?



		✓
	listy maile	
	rozkład jazdy	
	rachunki	
	pomoc dzieciom	
	praca	
	umowy	
	lekarz	



**Problem:** Dlaczego tu jestem?



	listy maile
	rozkład jazdy
	rachunki
	pomoc dzieciom
	praca

**Problem:** Dlaczego tu jestem?



	umowy
	lekarz

**Problem:** Dlaczego tu jestem?



Dlatego tu jestem:




2

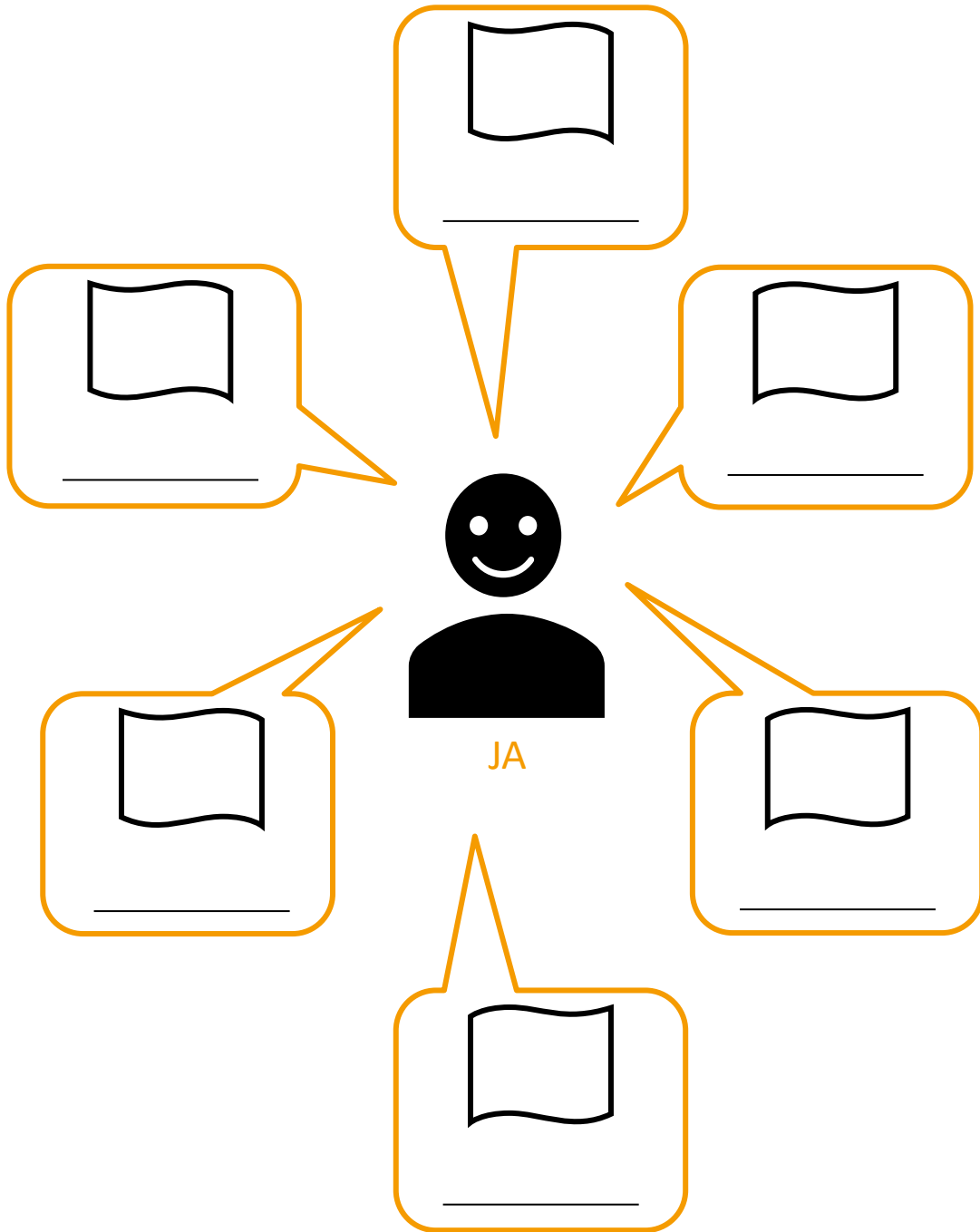
Chcę coś zmienić!



tak

nie

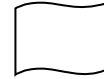
# Moje języki: W jakich mówię?



# Moje języki: Co dobrze umiem?



Mój język to: \_\_\_\_\_



Umiem...



	rozumieć					
	mówić					
	czytać					
	pisać					



## Czytanie: Jak dobrze to umiem?



Umiem czytać wyrazy.

dom, samochód,  
jedzenie, pociąg



Umiem czytać zdania.

To jest zdanie.



Umiem czytać tekst.

To jest tekst. W tekście  
jest dużo zdań. W tym  
tekście są cztery zdania.  
A w tym tekście jest 26  
słów.



## Czytanie głośno: Jak dobrze to umiem?



Umiem czytać wyrazy.

dom, samochód,  
jedzenie, pociąg



Umiem czytać zdania.

To jest zdanie.



Umiem czytać tekst.

To jest tekst. W tekście  
jest dużo zdań. W tym  
tekście są cztery zdania.  
A w tym tekście jest 26  
słów.



## Czytanie słów: Jak dobrze to umiem?



3

Lejek kosztuje 2,50 euro.

Zgubiłem plecak.

W zimie ubieram moje rękawiczki.

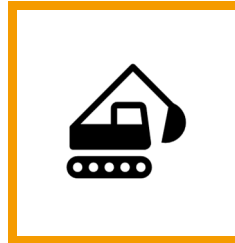
Mam nowy wózek inwalidzki.

I jak poszło?



lejek, plecak rękawiczki, wózek, inwalidzki

## Czytanie tekstu: Jak dobrze to umiem?



Biorę ślub w przyszłym roku. Jest wcześniej, ale już teraz chcę wszystko przygotować. Gdzie jest uroczystość? Musimy jeszcze wybrać obrączki. Muszę mieć listę gości. Ile osób mogę zaprosić...

W lecie lecę do Grecji. W zeszłym roku byłem tam i podróżowałem z moim plecakiem. W tym roku tak nie chcę. Poszukam spokojnego hotelu i zabiorę moją walizkę. Tam zostanę całe dwa tygodnie...

Moja córka lubi budowy. Nie wiem dlaczego. Ale kocha koparki i dźwigi. Lubię chodzić z nią na budowy. Czasem mówi mi, gdzie są budowy. Wtedy idę z nią tam...

Od miesiący nie sprzątałem w piwnicy. Wczoraj tam byłem. Szukałem narzędzi. To było trochę straszne. Wszędzie pajęczyny, a podłoga lepiej nie wygląda. W weekend trochę posprzątam. Pomożesz mi przy tym?

I jak poszło?



obraczki, walizk, koparka, pajęczyna

## Przepisywanie: Jak dobrze to umiem?



Umiem przepisać słowa.

dom	_____
samochód	_____
jedzenie	_____
pociąg	_____

--	--	--	--	--



Umiem przepisać zdania.

To jest zdanie.
_____

--	--	--	--	--

Umiem przepisać tekst.

To jest tekst. W tekście jest dużo zdań. W tym tekście są cztery zdania. A w tym tekście jest 26 słów.
--





_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

--	--	--	--	--

**Pisanie:** Jak dobrze to umiem?



Umiem napisać słowa.

	_____
	_____
	_____
	_____

				
---	---	--	---	---



Umiem napisać słowo.

_____
_____

				
---	---	--	---	---



Umiem napisać tekst.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

				
---	---	--	---	---



# Pisanie słów: Jak dobrze to umiem?



		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____

I jak poszło?



królik, lew, sukienka, koszyk, zamek, piłka, lejek, małpa  
Hase, Löwe, Kleid, Korb, Schloss, Ball, Trichter, klatschen, Schlüssel, Affe

# Pisanie słów: Jak dobrze to umiem?



		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____

I jak poszło?



Rosnąć, ciastka, nauczyciel, koszyk, waga, domy, jabłka  
wachsen, Kekse, Lehrer, Korb, Waage, Häuser, Äpfel



## Pisanie słów i krótkich zdań:

Jak dobrze to umiem?



		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____
		_____

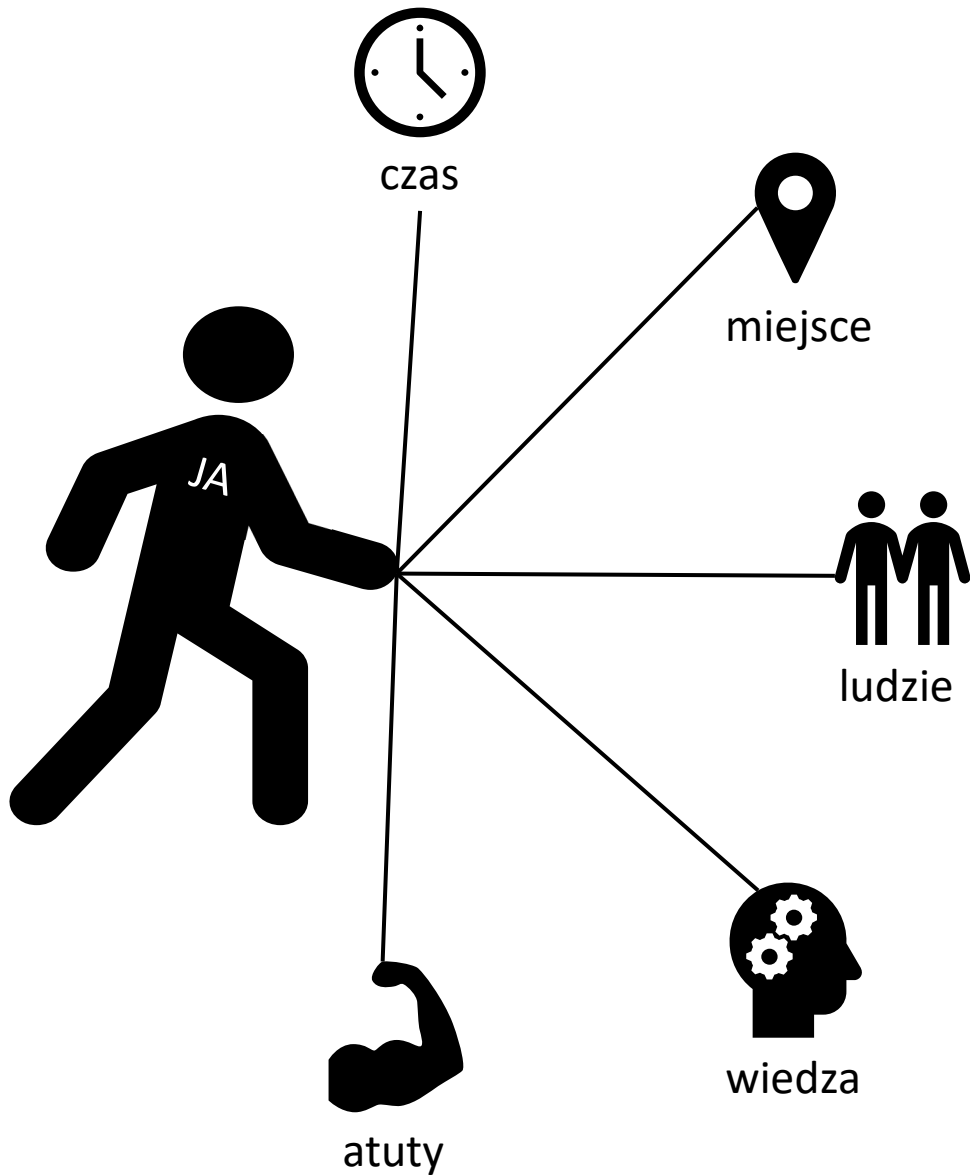
I jak poszło?



motocykl, rower, zabronione, poślubić, choinkar, wózek, na zakupy, dziecko się śmieje, pan słucha muzyki

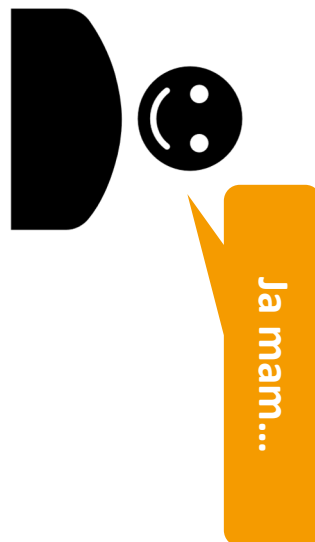
Motorrad, Fahrrad, verboten, verheiratet, Weihnachtsbaum, Einkaufswagen Das Baby lacht Der Mann hört Musik

# Możliwości: Co mam?



--- · --- · --- ✓

**Możliwości:** Jakie mam?



4

# Możliwości: Jakie mam?




## Możliwości: Jakie mam?



czas	wiedza	zainteresowania
rodzina	cele	przyjaciele
atuty	koledzy	motywacja
miejsca	sukcesy	idole
uczniowie	nauczyciel	umiejętności



--- · --- · --- ✓

## Atuty: Jaki jestem?



ciekawy

zmowytowany

skoncentrowany

kreatywny



pomocny

samodzielny

zdyscyplinowany

komunikatywny



4



**Atuty:** Co dobrze umiem?





## Atuty: Co dobrze umiem?



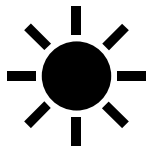


--- · --- · --- ✓

## Czas: Kiedy dobrze się uczyć?



rano



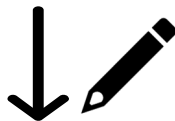
w południe



wieczorem



w nocy



Kiedy dobrze się uczyć?

\_\_ : \_\_

do

\_\_ : \_\_



\_\_ : \_\_

do

\_\_ : \_\_



4

--- · --- · --- ✓

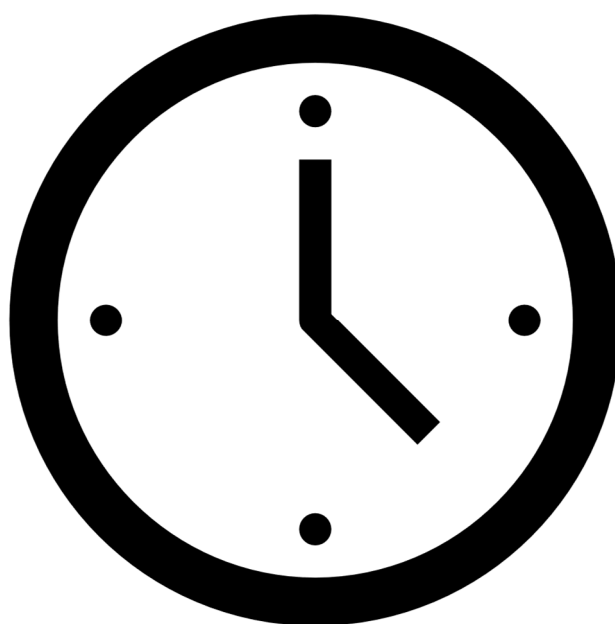
**Czas:** Kiedy dobrze się uczyć?



Uczę się	rano	<input type="checkbox"/>
	po południu	<input type="checkbox"/>
	wieczorem	<input type="checkbox"/>



4



**Nauka:** Jak się uczyć?

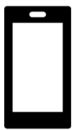


	z celem	
	z strukturą	
	sam	
	z pomocą	
	w grupie	
	z planem	
<del></del>	bez planu	

**Materiały:** Co mi pomaga?



książka



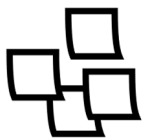
aplikacja



internet



obrazki



karteczki



filmik



**Miejsce:** Gdzie się uczyć?



w domu



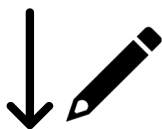
na lekcji



w autobusie



na dworze



Gdzie dobrze się uczyć?










\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Ludzie: Kto pomaga?

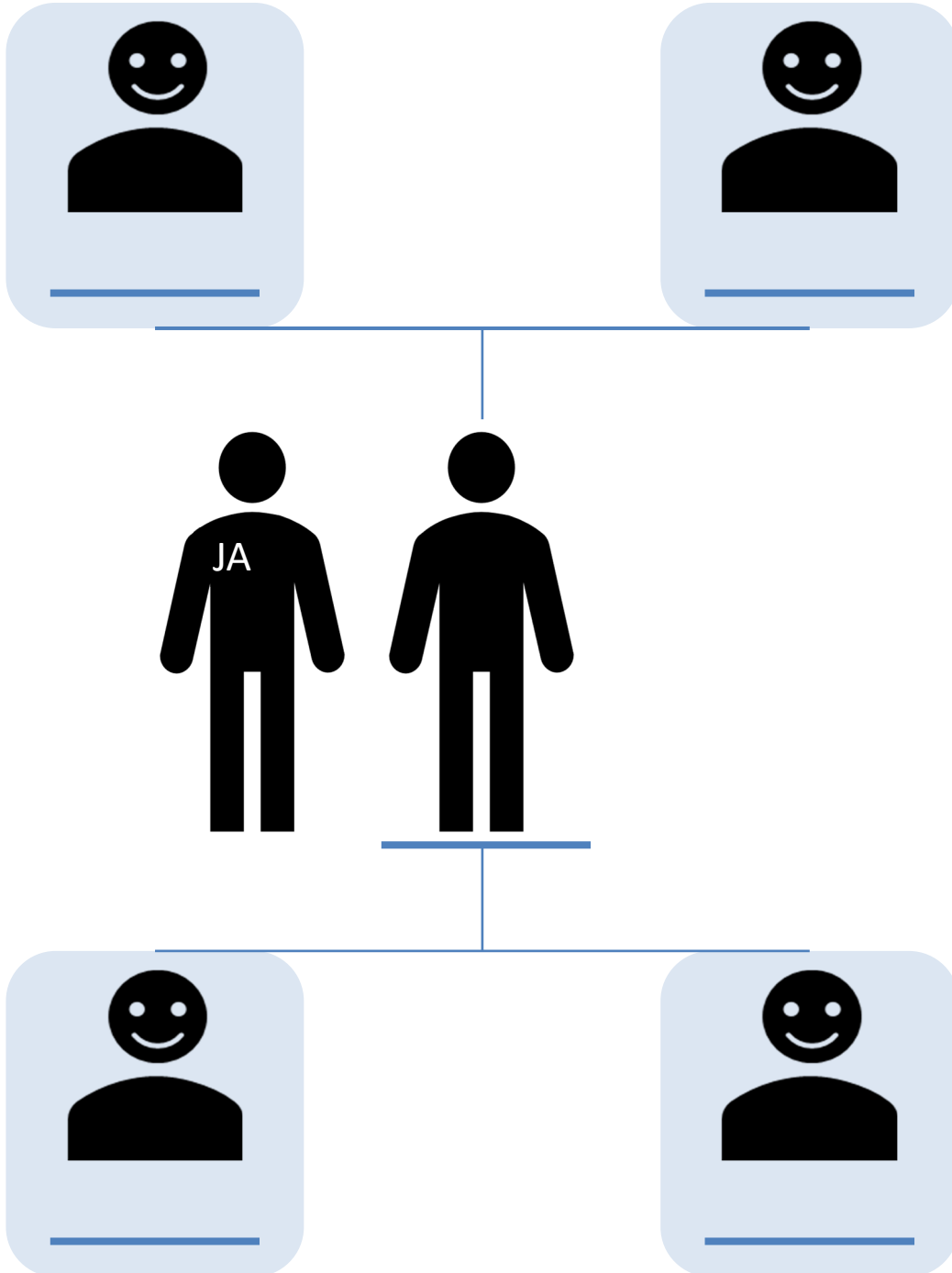


		✓
	rodzina	
	przyjaciele	
	koledzy	
	uczniowie	
	partner w nauce	
	nauczyciel	
	sędzi	





**Ludzie:** Z kim dobrze się uczyć?



## Moje miejsce do nauki: Gdzie dobrze się uczyć?



4

To moje ulubione miejsce do nauki.



## Miejsca do nauki: Gdzie się spotykamy?



Mieszkam tutaj:

\_\_\_\_\_



Mój partner mieszka tutaj:

\_\_\_\_\_



Uczymy się tutaj:

\_\_\_\_\_


Lub tutaj:

\_\_\_\_\_




## Możliwości i pomoce: Co umiem? Co mi pomaga?



Taki jestem: 


---

---

Tak się uczę: 


---

---

Tu dobrze się uczę: 

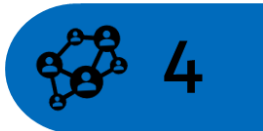
---


---

Dobrze się uczę by: 

---


---



To moi partner w nauce: 

---

---




To mi pomaga: 

---

---

## Nauka: Tak to robię!

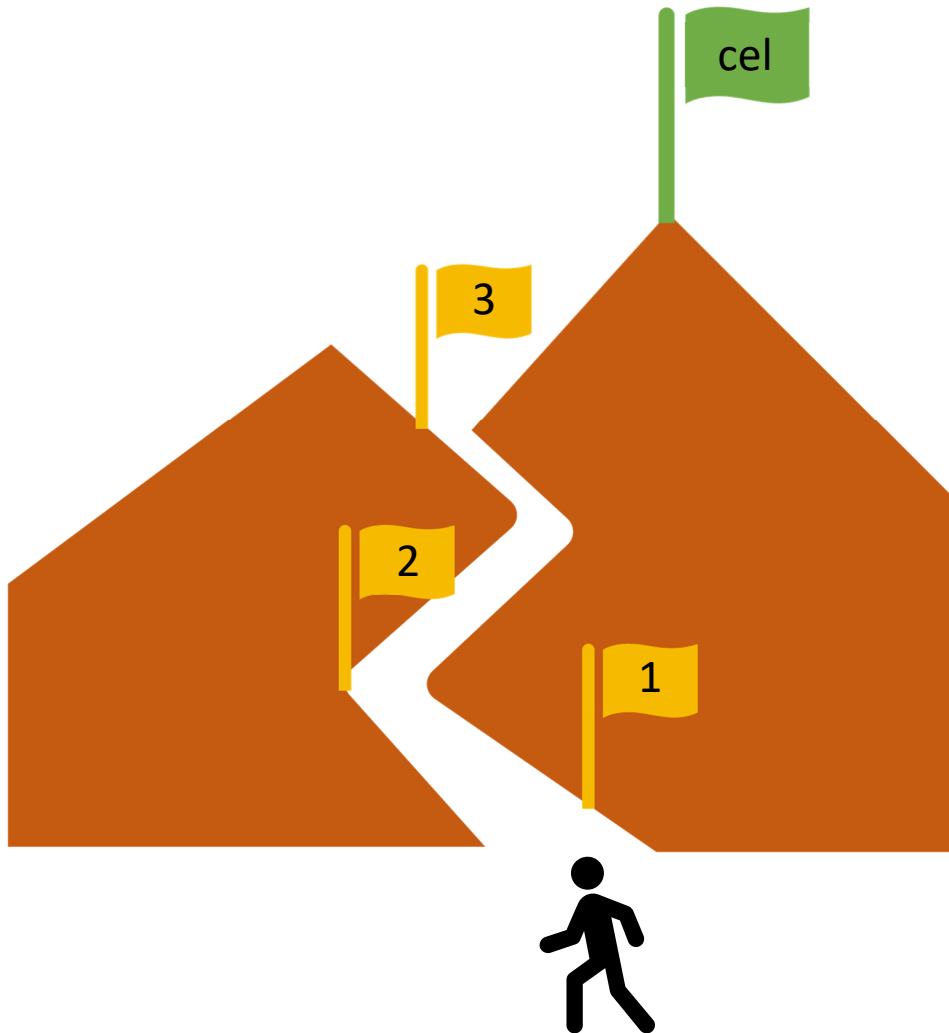


	Kiedy się uczę? _____
	Gdzie się uczę? _____
	Kto pomaga? _____
	Co pomaga? _____
	Co dobrze umiem? _____
	Jak się uczę? _____



--- · --- · --- ✓

**Moje cele:** Jaka jest moja droga do celu?



5

Jaki jest **mój** cel?

Jaka jest moja **droga** tam?

## Moje cele: Jak uczyć się czytać i pisać?



Tu jestem.



start



Tu chcę być.



cel

w pracy		na zakupach		w internecie		w urzędzie		w mieście	
czytanie:	😊 😐 😞	czytanie:	😊 😐 😞	czytanie:	😊 😐 😞	czytanie:	😊 😐 😞	czytanie:	😊 😐 😞
pisanie:	😊 😐 😞	pisanie:	😊 😐 😞	pisanie:	😊 😐 😞	pisanie:	😊 😐 😞	pisanie:	😊 😐 😞
To jest dla mnie ważne:		To jest dla mnie ważne:		To jest dla mnie ważne:		To jest dla mnie ważne:		To jest dla mnie ważne:	



## Moje cele: O jakich celach myślę?



cele

marzenia


## Marzenia: Jakie są moje cele?

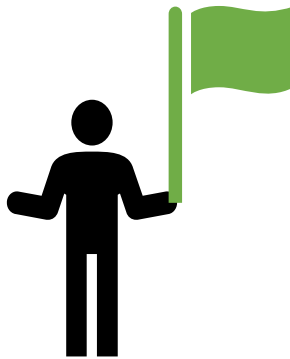


marzenie

mój wymarzony cel  
mój ideał

niemożliwe

nie do zrobienia

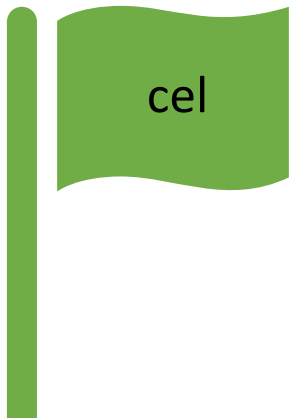
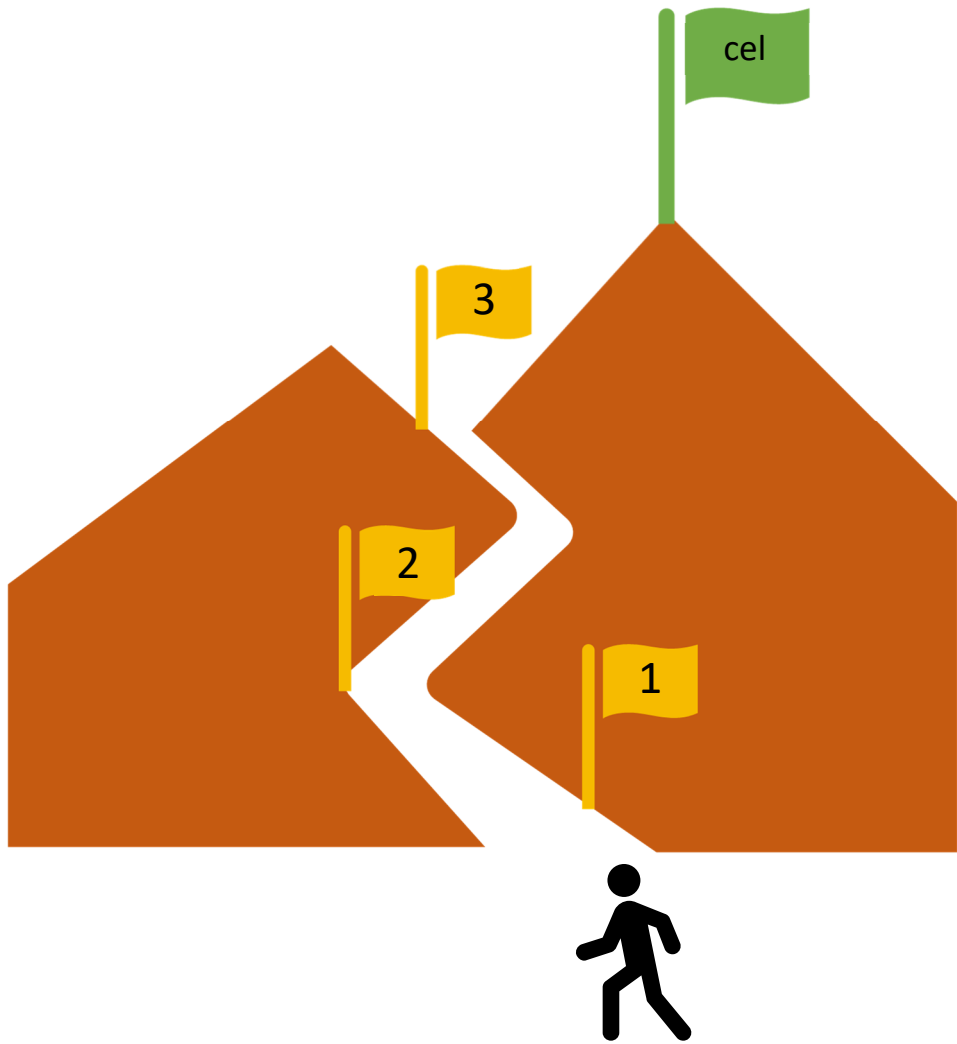


ja

nastawienie  
zachowanie

inne osoby

moje otoczenie  
warunki zewnętrzne



**Moje cele:**

Jaki jest mój realny cel?



---

---



**Moje cele:** Co potem się stanie?

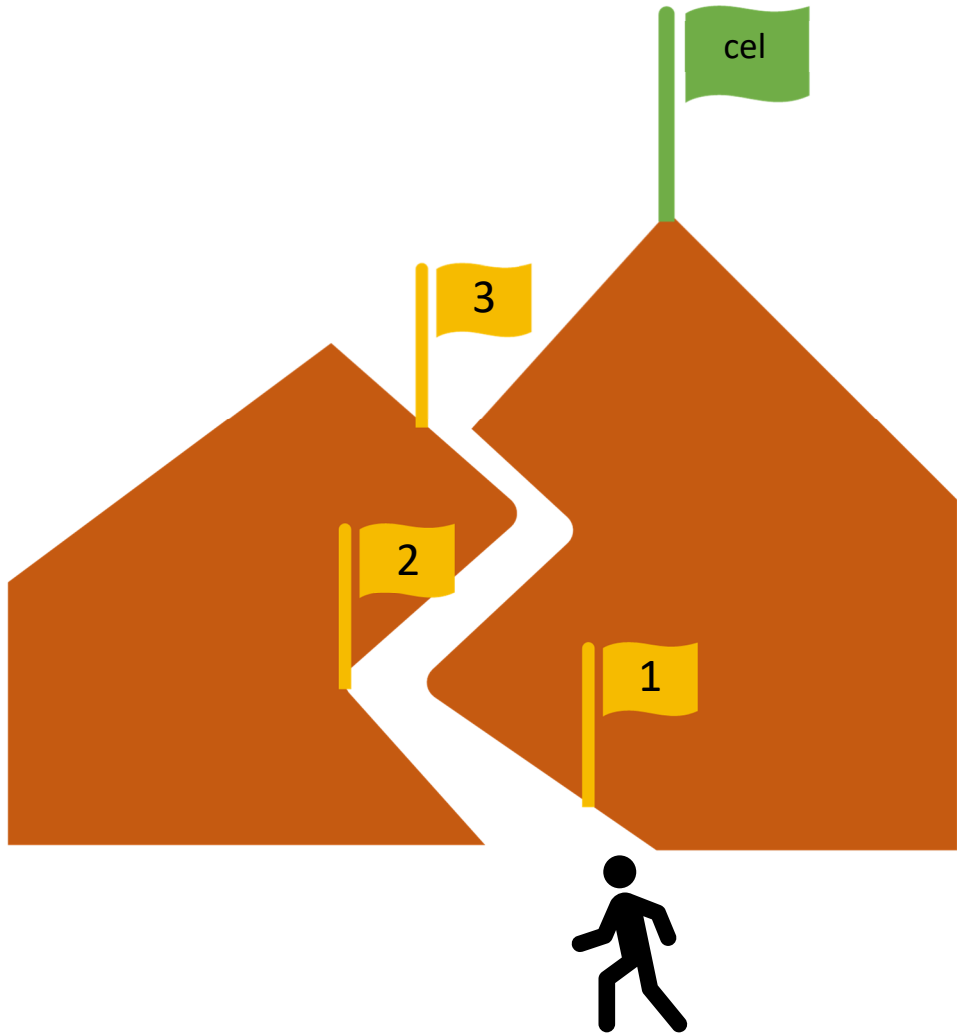


Wygram...



Przegram...

**Moje cele:** Jakie są małe cele na mojej drodze?



cel	1	
cel	2	
cel	3	

### Moje cele:

Jakie małe cele są na mojej drodze?



Tu jestem.



start



Tu chcę być.



cel

1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		

--- · --- · --- ✓

## Moja droga: Co robię?



krok 1:



--- · --- · --- ✓



krok 2:

--- · --- · --- ✓



krok 3:

--- · --- · --- ✓



\_\_\_\_\_

--- · --- · --- ✓

# Moje cele: Ile muszę przejść kroków?



Tu jestem.



start



Tu chcę być



cel



Cel etapowy:

- 1. krok
- 2. krok
- 3. krok

---

---

---



Cel etapowy:

- 1. krok
- 2. krok
- 3. krok

---

---

---



Cel etapowy:

- 1. krok
- 2. krok
- 3. krok

---

---

---



Cel etapowy:

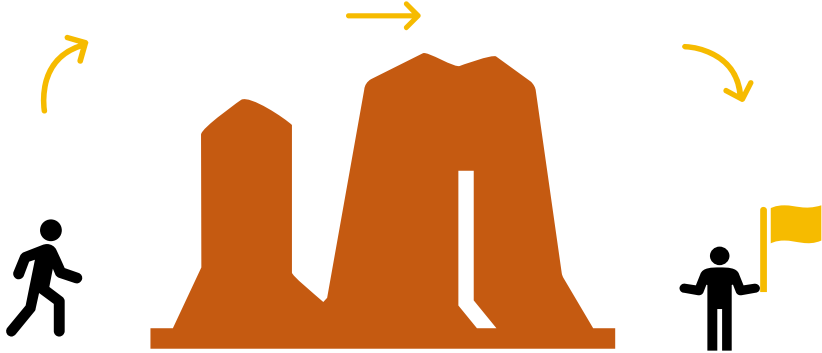
- 1. krok
- 2. krok
- 3. krok




---

---

---

# Moja droga: Jakie są problemy?



























cel 	
Jakie widzę problemy? 	
Co robię przeciwko temu? 	

## Plan tygodniowy:

Czego nauczę się w tym tygodniu? Przykład.

👁️👁️ Tak może wyglądać mój plan tygodnia.

data	Co?	Z kim?	Jak?	Jak długo?	Jak było?
---	pisanie 	z rodziną 	na komputerze 	10 min.	
---	czytać książki 	samemu 		30 min.	
---	iść na kurs 	z innymi 		3 godziny	
---	czytać słowa 	z dziećmi 	podczas zabawy 	1 godzina	
---	czytanie notatek 	samemu 	podczas zakupów 	1 godzina	
---	pisanie listów 	z moim tatą 		30 min.	
---	powtarzanie liter A B C	samemu 	z muzyką 	1 godzina	



## Plan tygodniowy:

Czego nauczę się w tym tygodniu?

Moje imię: \_\_\_\_\_

Tydzień od \_\_\_\_\_ do \_\_\_\_\_



data	Co?	Z kim?	Jak?	Jak długo?	Jak było?
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					
-----					



**Ocena:** Jaka była porada?



Moje imię to: \_\_\_\_\_

Jak nazywa się poradnik? \_\_\_\_\_

Czego się nauczyłem? Co zapamiętam?



Dlaczego podobały mi się spotkania?




**Ocena:** Jaka była porada?




Moje imię to:	_____
Jak nazywa się poradnik?	_____

Co było wyjątkowo fajne?


---

Co było wyjątkowo trudne?


---




**Ocena:** Jaka była porada?




Moje imię to:	_____
Jak nazywa się poradnik?	_____

Do czego służyła porada?


---




Czy chcę dalej pracować nad moimi celami?


---



## Zakończenie: Jaka była porada?



















-  Jestem zadowolony.
-  Taka sobie.
-  Trzeba ją poprawić.

	Co jest częścią porady?	Jak to było?		
--	-------------------------	--------------	--	--















### Poradnik...

	...był miły i grzeczny.			
	...mówił powoli. Wszystko rozumiałem.			
	...zawsze mi pomagał.			
	...dużo mówił. Nie mogłem nic powiedzieć.			






### Pytania...

	...zawsze je rozumiałem.			
	...pasowały do moich problemów z nauką.			
	...umiałem na nie odpowiedzieć.			

## Koniec: Jaka była porada?















-  Jestem zadowolony.
-  Taka sobie.
-  Trzeba ją poprawić.

Co jest częścią porady?	Jak to było?
-------------------------	--------------















### Pokój...

	...był cichy. Mogliśmy spokojnie rozmawiać.			
	...był ładny. Dobrze się czułem.			
	...łatwo go było znaleźć.			






### Terminy...

	...ustalaliśmy wspólnie.			
	...zawsze mi się podobały.			
	...odbywały się u mnie w pobliżu.			

## Koniec: Jaka była porada?









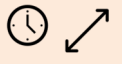



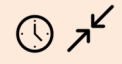





-  Jestem zadowolony.
-  Taka sobie.
-  Trzeba ją poprawić.

Co jest częścią porady?	Jak to było?
-------------------------	--------------















### Rozmowy...

	...były zawsze fajne. Chętnie przychodziłem.			
	...były takie, jakie sobie życzyłem.			
	...były za długie.			
	...były za krótkie.			



### Rozwiązanie...

	...znalazłem.			
	...podał mi poradnik.			
	...jest dobre. Jestem zadowolony.			

## Koniec: Jaka była porada?



- Jestem zadowolony.
- Taka sobie.
- Trzeba ją poprawić.

Co jest częścią porady?	Jak to było?		
<b>Poradnik...</b>			
...był miły i grzeczny.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...mówił powoli. Wszystko rozumiałem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...zawsze mi pomagał.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...dużo mówił. Nie mogłem nic powiedzieć.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Pytania...</b>			
...zawsze je rozumiałem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...pasowały do moich problemów z nauką.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...umiałem na nie odpowiedzieć.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Pokój...</b>			
...był cichy. Mogliśmy spokojnie rozmawiać.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...był ładny. Dobrze się czułem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...łatwo go było znaleźć.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Terminy...</b>			
...ustalaliśmy wspólnie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...zawsze mi się podobały.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...odbywały się u mnie w pobliżu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Rozmowy...</b>			
...były zawsze fajne. Chętnie przychodziłem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...były takie, jakie sobie życzyłem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...były za długie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...były za krótkie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Rozwiązanie...</b>			
...znalazłem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...podał mi poradnik.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...jest dobre. Jestem zadowolony.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Impressum

**Stand:** Dezember 2020

**Zitiervorschlag:** Bechauf, Carina; Böddeker, Judith; David, Monika; Feldmeier García, Alexis; Krömer, Lea; Wind, Sonja (2020): Alphalernberatungsportfolio. Theorie und Materialien für den Beratungsprozess. Alphalernberatung – Sozialraumorientierte Lernberatung für gering literalisierte Erwachsene mit/ohne Migrationshintergrund. Materialien in Polnisch für die Lernberatung. (AWO KV Bielefeld e.V. / WWU Münster). Bielefeld, Münster. Lizenz: CC BY-NC-ND 4.0.

### **Layout:**

Judith Böddeker  
Alexis Feldmeier García  
Lea Krömer  
Annegret Lemmel

### **Entwurf-Projektlogo:**

Anna Dammers

### **Lizenz:**



Weiternutzung als OER ausdrücklich erlaubt: Dieses Werk und dessen Inhalte sind - sofern nicht anders angegeben - lizenziert unter CC BY-NC-ND 4.0. Nennung bitte wie oben unter Zitiervorschlag angegeben. Der Lizenzvertrag ist hier abrufbar:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

Das Projekt Alphalernberatung – *Sozialraumorientierte Lernberatung für gering literalisierte Erwachsene mit/ohne Migrationshintergrund* ist ein Kooperationsprojekt zwischen der Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Bielefeld e. V. und dem Germanistischen Institut der Westfälischen Wilhelm-Universität Münster. Es wird im Rahmen der AlphaDekade des Bundes (2016-2026) vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert. Förderzeitraum: Oktober 2018 bis September 2021.

**Nähere Informationen zum Projekt Alphalernberatung** finden Sie auf den Projektseiten der Projektpartner:

- <https://alphalernberatung-bielefeld.de/>
- <https://www.uni-muenster.de/Germanistik/alphalernberatung/>

**Nähere Informationen zur AlphaDekade des Bundes** finden Sie unter:

- <https://www.alphadekade.de/>



ARBEITERWOHLFAHRT  
Kreisverband Bielefeld e.V.



