

PRZYGOTUJ SIĘ DO
**OLIMPIADY
WIEDZY O ŻYWIENIU**

Oferta przygotowań

czyli czym jest **Indeks w Kieszce**, dlaczego warto przygotowywać się wspólnie z nami oraz plan, dzięki któremu zostaniesz Olimpijczykiem!

Kim jesteśmy?

Indeks w Kieszeni to ogólnopolska inicjatywa edukacyjna skierowana do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Zajmujemy się kompleksowym przygotowaniem i wsparciem młodych ludzi szukających swojej indywidualnej ścieżki rozwoju.

Mając ponad 10-letnie doświadczenie na rynku edukacyjnym możemy poszczycić się **najlepszą w Polsce skutecznością w przygotowywaniu do olimpiad tematycznych** w formie kursów stacjonarnych, webinarowych oraz e-learningowych.



Misja

Wierzymy, że olimpiady tematyczne to najlepsza możliwa droga do dostania się przez ucznia szkoły średniej na **wymarzoną uczelnię**.

Pragniemy przyczyniać się do pomyślnej **realizacji ambicji młodych ludzi**, podnosić poziom ich wiedzy oraz poprzez naszą działalność otwierać im nowe, niedostępne do tej pory możliwości.



Nasze sukcesy

W ciągu ponad 10 lat działalności nasi uczniowie zdobyli łącznie:

- **28 tytułów zwycięzcy**
- **ponad 790 tytułów laureata**
- **ponad 2000 tytułów finalisty**



Prowadzący

W skład naszego zespołu wchodzi **zwycięzcy i laureaci najwyższych miejsc Olimpiad ogólnopolskich oraz międzynarodowych!**

Łączy nas pasja do nauki oraz przekazywania wiedzy. Prowadzący Indeksu w Kieszce posiadają bogate doświadczenie dydaktyczne i potrafią w efektywny i profesjonalny sposób tłumaczyć nawet najbardziej zawiłe zagadnienia.



Dlaczego Indeks w Kieszce to dobry wybór?

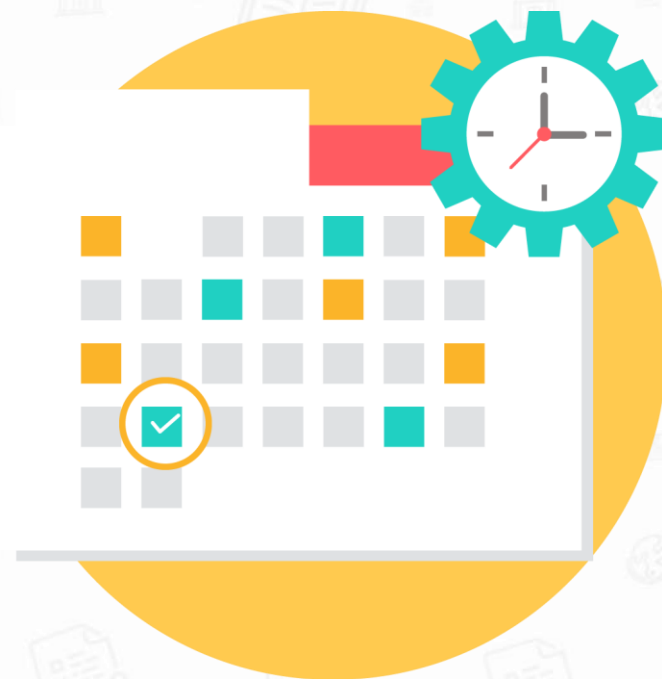


Twoja nauka jest dużo bardziej efektywna

Materiał olimpijski jest tak **obszerny**, że jego zupełne opanowanie graniczy z niemożliwością.

Właśnie dlatego wyselekcjonowaliśmy te zagadnienia, które z punktu widzenia danego etapu pozwolą **zmaksymalizować szanse awansu do kolejnej części zmagania**.

Autorami kursu są **laureaci najwyższych miejsc** poprzednich edycji olimpiady – masz pewność, że Twoja nauka leży w dobrych rękach i jest elementem profesjonalnego planu!



Zdobycie tytułu finalisty połączysz z innymi obowiązkami: szkołą, znajomymi, hobby

Zajęcia webinarowe gwarantują, że **każdy, nawet najtrudniejszy materiał** zostanie dokładnie wytłumaczony przez prowadzących!

Jeśli zdarzy Ci się, że z powodu choroby, wyjazdu, czy zwyczajnie innych aktywności pozaszkolnych opuścisz któreś spotkanie – żaden problem! **Wszystkie zrealizowane materiały będą na Ciebie czekać na grupie.** Możesz je nadrobić w dowolnym momencie, a pytania do nich zadać bezpośrednio swoim nauczycielom.



Skupisz się wyłącznie na zdobywaniu wiedzy zamiast na szukaniu materiałów, książek

Książki, mimo że stanowią najobszerniejsze źródło wiedzy, **nie zawsze** są dobrym wyborem do nauki.

Niektóre rozdziały z podręczników sugerowanych przez organizatorów, na olimpiadzie traktowane są po macoszemu czy nawet **zwyczajnie pomijane**.

Nasze prezentacje to najważniejsze informacje wybrane z **CAŁEJ** literatury zalecanej do Olimpiady. Podane w czytelny i zrozumiały sposób, wraz z ilustracjami i dodatkowym komentarzem.



Jak wygląda nauka z Indeksem w Kieszcei?



Specjalistyczna platforma Clickmeeting

Oprogramowanie, z którego korzystamy do przeprowadzania naszych zajęć zdalnych pozwala na **całkowite oddanie warunków występujących w sali zajęciowej.**

Uczniowie w każdej chwili mogą zabrać głos, zadając pytanie lub włączając się do prowadzonego wykładu. Prowadzący z wykorzystaniem funkcjonalności tablicy i rozwiązują przykładowe zadania.



Jedne zajęcia w tygodniu trwające 2 godziny zegarowe

Taka częstotliwość nauki połączona z sumiennym odrabianiem prac domowych i powtórkami pozwala osiągać **olimpijskie laury**.

Na zajęciach oprócz części wykładowej uczniowie otrzymują wydrukowane lub **cyfrowe materiały**, takie jak: kartkówki, skrypty, czy karty pracy.

Atmosfera panująca na zajęciach grupowych jest niezwykle przyjazna i zachęca do wzajemnego motywowania się do dalszego zdobywania wiedzy.



Problemy w nauce? – pytaj swoich Prowadzących po zajęciach!

Do dyspozycji wszystkich uczniów przekazujemy **zajęciową grupę na Facebooku**. Służy ona do komunikacji z Prowadzącymi kurs oraz w razie potrzeby również z innymi uczniami uczestniczącymi w zajęciach.

Co ważne – jeśli po zajęciach czujesz, że jakieś konkretne zagadnienie sprawia Ci problem, potrzebujesz dodatkowych informacji na jego temat – **wystarczy że poprosisz Prowadzących o pomoc**, a niedługo później ich odpowiedź znajdzie się na grupie wraz z niezbędnym wyjaśnieniem lub dodatkowymi materiałami.



Najczęstsze wątpliwości dotyczące nauki do olimpiady



Obawiasz się, że kurs będzie za trudny?

Spokojnie – naukę z nami może rozpocząć każdy **niezależnie od już posiadanej wiedzy**.

Mile widziana będzie znajomość podstawy programowej, jednak jeśli dopiero zaczynasz swoją przygodę z danym przedmiotem – mamy przygotowane **suplementy**, które pozwolą Ci nadgonić materiał i realizować go równoległe z naszymi stricte olimpijskimi materiałami.

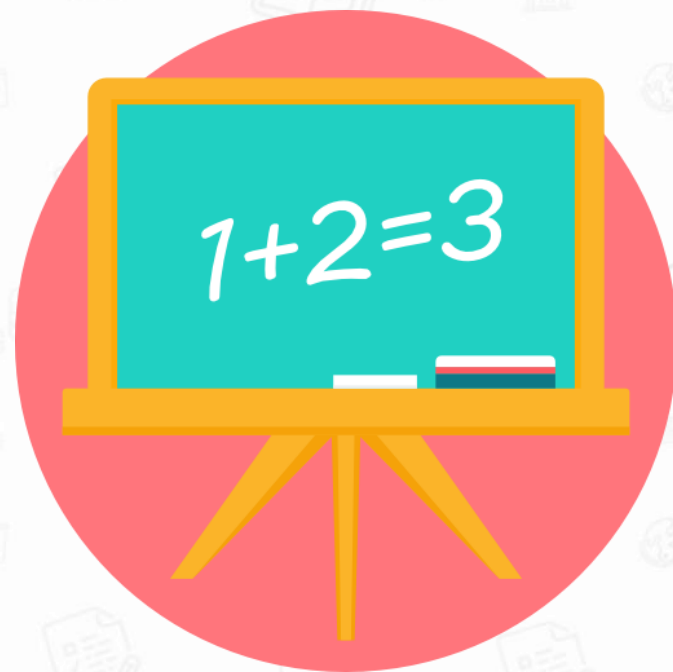
Dodatkowo każdy uczeń ma możliwość wzięcia udziału w **dodatkowych lekcjach indywidualnych** celem szybszego wyrównania poziomu.



... a może wręcz przeciwnie – za łatwy?

Znaczną część naszych uczniów z każdej olimpiady stanowią **finaliści**, którzy podczas swojej nauki np. w drugiej czy trzeciej klasie liceum zwyczajnie nie wiedzieli o Indeksie w Kieszce.

Zgłaszają się oni do nas by **poprawić swój wynik i osiągnąć pewny tytuł laureata** – wspomniana wcześniej indywidualizacja kursu jest na tyle daleko, że bardzo wątpliwe jest zaistnienie sytuacji gdy uczeń nie ma z czego się uczyć lub nudzi się na zajęciach.



2 godziny w tygodniu wydają Ci się zbyt ambitnym planem?

Perspektywa spędzania dodatkowo na nauce do olimpiady sporej części czasu wolnego może brzmieć nieprzekonująco, jednak pamiętaj, że **uczysz się tego, co jest Twoją pasją!**

Nasze zajęcia niczym nie przypominają tych znanych ze szkoły. Są dynamiczne, prowadzący opowiadają z pasją oraz starają się angażować swoich podopiecznych gdy zauważają spadki koncentracji. Dodatkowym atutem są **niewielkie grupy** – najczęściej kilku lub kilkunastoosobowe.



4 najgorsze przekonania zniechęcające do startu w olimpiadach



„Olimpiady są nie dla mnie”

Tak naprawdę nie wiesz tego, dopóki nie spróbujesz. Fakt, że nie startowałaś wcześniej w konkursach czy nie udzielałaś się w żadnych pozaszkolnych przedsięwzięciach nie oznacza, że tak musi być zawsze, bo nie zostałeś do czegoś „stworzony”.

Nasze wieloletnie doświadczenie wskazuje, że to nie predyspozycje, czy wcześniej posiadana (np. z okresu podstawówki) wiedza jest kluczowa dla osiągnięcia sukcesów olimpijskich. **Liczy się przede wszystkim determinacja i regularna praca.**

Warto więc próbować nowych wyzwań niż żałować potem, że czegoś się nie spróbowało.



„Materiał jest za trudny”

Olimpiady muszą wykraczać poza program edukacyjny, gdyż przeznaczone są dla najlepszych osób, szczególnie zainteresowanych danym zagadnieniem. Nic więc dziwnego, że zakres tematyczny często jest bardzo szeroki i zwłaszcza na początku może być przytłaczający.

Nie oznacza to jednak, że od razu trzeba opanować cały materiał w 100%. Problem z wieloma zagadnieniami mają także inni uczestnicy z całej Polski, nie tylko Ty. Z kolei wysoki poziom merytoryczny zawodów sprawia, że **do awansu do następnego etapu czasem wystarczy zaledwie połowa punktów!**



„Mam jeszcze czas”

Tak zwykle uważają uczniowie pierwszych, a nawet drugich klas! Prawda jest jednak taka, że nie ma co odkładać startu na ostatni rok, w którym piszecie przecież **maturę**.

Najlepszym rozwiązaniem jest **rozpoczęcie przygotowań już w pierwszej klasie**, mimo iż różnica w poziomie konkursów kuratorskich oraz olimpiad szkół podstawowych i licealnych może wydawać się nie do przeskokowania.

Poświęcenie czasu na przygotowania na początku liceum pozwala na bardziej **efektywne rozplanowanie aktywności na przestrzeni kolejnych lat**, co oznacza czas zarówno na naukę jak i na zabawę.



„Przez olimpiady nie pójdzie mi na maturze”

Najlepszym sposobem na pogodzenie wszystkich zadań jest **odpowiednio wczesne rozpoczęcie startu w olimpiadach**, aczkolwiek mieliśmy okazję pracować z wieloma maturzystami, którzy bez problemu poradzili sobie z maturą, jednocześnie zdobywając olimpijskie laury.

Kalendarz zawodów jest na szczęście rozplanowany w taki sposób, że można pogodzić przygotowania do olimpiady, a potem skupić się na maturze.

Tak naprawdę, dużo częściej sprawdza się odwrotna zależność: dzięki olimpiadom, **matura to dla mnie pestka!**



Opinie naszych kursantów



Piotr Lorek

8 opinii · 1 zdjęcie

★★★★★ rok temu

Polecam kurs do olimpiady biologicznej



Cezary Wieszczyński

1 opinia

★★★★★ 11 miesięcy temu

Bardzo polecam przygotowania do Olimpiady Wiedzy Ekonomicznej z IwK, a w szczególności kurs e-learningowy. Można sobie samemu zaplanować sposób i czas na naukę, a w prezentacjach od IwK jest praktycznie wszystko co jest potrzebne potem na olimpiadzie. Wielkim plusem jest także wsparcie ze strony prowadzących. Materiału jest na tyle dużo i jest on na tyle specjalistyczny, że często trudno znaleźć wyjaśnienia niektórych niejasności w internecie. Mój prowadzący na wszystkie wątpliwości odpowiadał w sposób szybki i jasny. Dzięki IwK udało mi się uzyskać tytuł laureata OWE.



Marta Dubiel

2 opinie

★★★★★ rok temu

Jeśli szukacie naprawdę dobrych kursów maturalnych, przygotowujących na studia lub do olimpiady, to szczerze polecam tę platformę.





Krzysztof Ryłow

2 opinie

★★★★★ 2 lata temu

Indeks w Kieszeni to idealne miejsce dla ambitnych licealistów marzących o sukcesach w olimpiadach przedmiotowych lub wysokich wynikach egzaminu dojrzałości. Gorąco polecam!



Michał Ladykowski

3 opinie

★★★★★ 3 tygodnie temu **NOWA**

Zdecydowanie polecam kurs przygotowujący do olimpiady z lwk każdemu, kto jest zainteresowany poszerzeniem swojej wiedzy oraz kompetencji. Uważam, że zdecydowanie się na zajęcia pomogło mi niesamowicie w osiągnięciu sukcesu. Nauczyciele w sposób bardzo klarowny oraz w przyjaznej atmosferze przekazywali wiedzę. Jeśli wahasz się nad wyborem korepetytorów, to miejsce jest zdecydowanie odpowiednie dla Ciebie. Moim zdaniem lepszego miejsca do zdobycia wiedzy nie ma w całej Warszawie.



Andrzej Fijał

3 opinie

★★★★★ rok temu

Polecam KURS DO OLIMPIADY Z GEOGRAFI, mega pomocne





Piotr Kaczynski

3 opinie

★★★★★ rok temu

Współpraca z IwK umożliwiła mi osiągnięcie sukcesów w olimpiadach zarówno na polskim, jak i międzynarodowym szczeblu. Bardzo polecam.

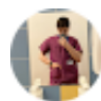


Mateusz Stachowicz

2 opinie

★★★★★ miesiąc temu

Podczas mojego przygotowania do matury korzystałem z e-learningowych kursów Indeksu w Kieszni, które były bardzo przejrzyste, uporządkowane oraz zawierały najważniejsze informacje. Dzięki możliwości kontaktowania się z prowadzącym kurs mogłem w każdej chwili zadać pytanie, które nasunęło mi się podczas nauki. Kursy Indeksu w Kieszni zdecydowanie pomogły mi zdać maturę na wysokim poziomie, a co za tym idzie, mieć szeroki wybór jeżeli chodzi o uczelnie w kwestii rozpoczęcia studiów. Bardzo polecam!



Hubert Kochański

1 opinia

★★★★★ 3 lata temu

Polecam każdemu, kto poważnie myśli o sukcesie w Olimpiadzie Chemicznej!





Kinga Gruszka

1 opinia

★★★★★ 2 lata temu

Przygotowania z lwK to najprostsza i najprzyjemniejsza droga na wymarzone studia!



JanBoniński

7 opinii

★★★★★ tydzień temu **NOWA**

Skorzystałem z kursu przygotowującego do olimpiady filozoficznej, wybrałem obie formy przygotowania na raz, czyli zajęcia w grupie i e-learning. I nie mam żadnych zastrzeżeń, zajęcia były prowadzone w super atmosferze oraz prowadzący bardzo skutecznie przekazywał wiedzę. E-learning również był bardzo pomocny, prowadzący pomagał mi opanować każdy materiał, który sprawił mi trudność oraz karty pracy naprawdę porządkowały wiedzę. Nieocenione były również materiały przygotowane specjalnie pod olimpiadę, było w nich wszystko co niezbędne w przystępnej formie. To wszystko pomogło mi zdobyć indeks na studia oraz 100% na maturze, serdecznie polecam.



Edek Drzymała

5 opinii

★★★★★ 3 lata temu

Polecam serdecznie! Najlepszy sposób na naukę do Olimpiady 😊



**Przechodząc do sedna:
ucząc się w Indeksie
w Kieszceńi otrzymujesz...**



Oferta zajęć grupowych

1) **Komplet materiałów (prezentacje, skrypty, testy i wiele innych)** niezbędnych by dostać się do finału. Podzielony na **moduły tematyczne** wraz ze zindywidualizowanymi formami sprawdzania wiedzy i postępów w nauce!



Oferta zajęć grupowych

2) Zajęcia w **małych grupach** o podobnym poziomie zaawansowania za **pośrednictwem platformy webinarowej**.

Oprócz tego **grupa na facebooku** na której można utrzymywać **stały kontakt z prowadzącym**.



Oferta zajęć grupowych

3) Rozwiązujesz przygotowane przez nas **Próbne Olimpiady** – które pozwalają Ci się zmierzyć z podobnym testem jak na Olimpiadzie – jest to szczególnie przydatne gdy startujesz pierwszy raz – dzięki temu wiesz jak rozplanować czas i nad czym jeszcze więcej popracować.

Jest to niezwykle cenne, powie to każdy maturzysta!



Oferta zajęć grupowych

4) Możliwość uczestnictwa w specjalnych **warsztatach przed etapem okręgowym** po obniżonej cenie:

~~699zł~~ → 299zł

Podczas **kilkunastogodzinnych warsztatów** (sobota i niedziela) w planach:

- Rozwiązanie próbnego arkusza olimpijskiego
- Najtrudniejsze zagadnienia przed II etapem
- Powtórki oraz utrwalenie już zdobytej wiedzy



Co możesz zyskać?

Finalista lub laureat ma zagwarantowany wstęp lub ułatwione postępowanie rekrutacyjne na wiele kierunków 33 różnych uczelni w całym kraju! W tym m.in.:

Warszawa:

- SGGW – dietetyka, technologia żywności i żywienie człowieka (laureaci)
- UW – matematyka, socjologia stosowana (laureaci)



Gdańsk:

- UM – dietetyka, techniki dentystyczne (laureaci i finaliści)
- Politechnika – biotechnologia, chemia (laureaci i finaliści)

Poznań:

- UE – towaroznawstwo, zarządzanie i inżynieria produkcji (laureaci i finaliści)
- UM – 100 % z biologii na dietetykę (laureaci i finaliści)

Pełna lista uprawnień finalistów i laureatów olimpiady znajduje się pod linkiem:

<http://www.olimpiadawiedzyozywieniu.pl/uprawnienia.html>



A ponadto...!

- **Stypendia:**
 - Stypendium Prezesa Rady Ministrów
 - Stypendium Minister Edukacji Narodowej
 - Stypendium za szczególne osiągnięcia naukowe na uczelni na którą trafisz
- Nagrody rzeczowe i finansowe
- Poznanie fantastycznych ludzi, dzielających Twoje zainteresowania 😊



Kariera po Olimpiadzie Wiedzy o Żywieniu

Znakomita większość uczniów startujących w OWoŻ łączy swą przyszłość zawodową z profesjami dotyczącymi nauki o żywieniu, a także społecznymi.

Jednakże szeroka pula indeksów z uczelni o różnych profilach wskazuje na otwartą drogę w przyszłość finalisty lub laureata, związaną z dużym prestiżem i szacunkiem społecznym.



IWK to nie tylko kurs, ale przynależność do elitarnej społeczności!

Wspólnie wybieramy przedmioty uczelniane, integrujemy się podczas obozów „zerówkowych” przed rozpoczęciem studiów, czy nawet angażujemy się w projekty biznesowe i naukowe!

Nie ma drugiej takiej inicjatywy jak Indeks w Kieszce – zdobyte podczas kursu kontakty pozwolą Ci łatwiej wejść w życie studenta oraz kontynuować swoją karierę.



Nie czekaj!

Zapisz się już dziś i zrób pierwszy krok by zostać Olimpijczykiem 😊



Cennik przygotowań

5 zajęć po 2h, raz w tygodniu

699 zł za 10h → ok. 65 zł/h

10 zajęć po 2h, raz w tygodniu

1299 zł za 20h → ok. 60 zł/h



Kontakt z nami

Jeszcze się wahasz? Masz jakieś pytania, wątpliwości – skontaktuj się z nami! Ciężko zawrzeć wszystko w tak krótkiej prezentacji, ale z przyjemnością przekazemy Ci szczegóły osobiście 😊



kontakt@indekswkieszeni.pl



<https://www.facebook.com/indekswkieszeni>



(+48) 574 481 099



**Interesuje Cię nie tylko
żywienie?**

**Znasz kogoś, kto chciałby
wziąć udział w zajęciach tak
jak Ty, ale z innego
przedmiotu?**

**Napisz do nas i uzyskaj
korzystne rabaty z tytułu
polecenia!**



**Sprawdź, do jakich
jeszcze olimpiad
przygotowujemy!**





**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY CHEMICZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY FIZYCZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY WIEDZY
O POLSCE I ŚWIECIE
WSPÓŁCZESNYM



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY WIEDZY
EKONOMICZNEJ i OLIMPIADY
PRZEDSIĘBIORCZOŚCI



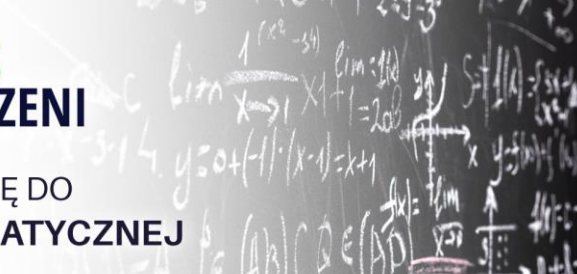
**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY GEOGRAFICZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY MATEMATYCZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY INFORMATYCZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY
WIEDZY O PRAWIE



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY FILOZOFICZNEJ



**INDEKS
W KIESZENI**

PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY HISTORYCZNEJ

