



JKR TRAINING
SZKOLENIA &
DORADZTWO
SPÓŁKA JAWNA
IWONA
MAZELANIK, JAROS
ŁAW DRZAZGA

Brak ocen dla tego dostawcy

Szkolenie - Praktyczne zastosowanie sztucznej inteligencji w biznesie – zwiększanie produktywności i kompetencji cyfrowych

Numer usługi 2026/02/03/182360/3304205

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 28.02.2026 do 28.02.2026

725,70 PLN brutto

590,00 PLN netto

80,63 PLN brutto/h

65,56 PLN netto/h

115,83 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Organizacja
Grupa docelowa usługi	Pracownicy firm, menedżerowie, specjaliści, administracja, osoby chcące zwiększyć produktywność i efektywność pracy dzięki wykorzystaniu sztucznej inteligencji.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	21-02-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	9
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego wykorzystywania sztucznej inteligencji do realizacji zadań zawodowych, automatyzacji pracy oraz tworzenia treści i multimediów z zachowaniem zasad etycznych i bezpieczeństwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozumie czym jest sztuczna inteligencja i modele językowe.	Uczestnik wyjaśnia pojęcie AI, opisuje działanie modeli językowych oraz wskazuje przykłady zastosowań w biznesie.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi wykorzystywać AI do zwiększania produktywności osobistej.	Uczestnik planuje zadania z wykorzystaniem AI, automatyzuje wybrane czynności i wskazuje obszary usprawnień w swojej pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna zasady skutecznego promptowania.	Uczestnik buduje poprawne prompty zawierające rolę, kontekst, cel i format odpowiedzi oraz koryguje błędne polecenia.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi generować treści biznesowe z użyciem AI.	Uczestnik przygotowuje mail, raport, tabelę i podsumowanie dokumentu z wykorzystaniem AI zgodnie z założonym celem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi wykorzystywać AI w zadaniach zawodowych.	Uczestnik dobiera narzędzie AI do problemu biznesowego i proponuje rozwiązanie z jego użyciem.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi tworzyć materiały graficzne i multimedialne z użyciem AI.	Uczestnik generuje grafikę, fragment prezentacji lub video z wykorzystaniem narzędzi AI.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna zasady bezpiecznego i etycznego korzystania z AI.	Uczestnik identyfikuje ryzyka, stosuje zasady ochrony danych i poprawnie reaguje w sytuacjach problemowych.	Test teoretyczny
Uczestnik wykorzystuje AI do wspierania kompetencji zielonych.	Uczestnik wskazuje możliwości optymalizacji procesów, redukcji zużycia papieru i zasobów dzięki AI.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie odbywa się w grupach od 6 do 16 zdalnie w czasie rzeczywistym na platformie MS Teams. Uczestnicy przed szkoleniem otrzymują link do udziału w szkoleniu.

Szkolenie trwa 9 godzin dydaktycznych.

W harmonogramie uwzględniono przerwy, które nie wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Wymiar przerw 2 x 15 min i 1x30min / 1 dzień szkoleniowy.

Walidacja wliczona jest do czasu trwania szkolenia.

Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną:

- Zajęcia teoretyczne trwają 1,5 godz. dydaktycznej
- Zajęcia praktyczne wynoszą 7,5 godz. dydaktycznych
- w tym walidacja 1 godz. dydaktyczna

przerwy 1 godz. zegarowa

Moduł 1 – Czym jest sztuczna inteligencja? (1h)

- Definicja AI i modele językowe.
- Jak działa ChatGPT i inne narzędzia.
- Przykłady zastosowań w biznesie.
- AI a kompetencje cyfrowe i zielone.
- Szanse i ograniczenia technologii.

Moduł 2 – Produktywność osobista z AI (1h)

- Automatyzacja codziennych zadań.
- Zarządzanie czasem z pomocą AI.
- Organizacja pracy i planowanie.
- AI jako osobisty asystent.

Moduł 3 – Podstawy skutecznego promptowania (1h)

- Czym jest prompt.
- Struktura dobrego polecenia.
- Techniki: role, kontekst, format, styl.
- Najczęstsze błędy.

Moduł 4 – Wykorzystanie AI w pracy zawodowej (1h)

- Przykłady zastosowań w różnych branżach.
- Obsługa klienta.
- Marketing, HR, administracja, sprzedaż.
- Wspomaganie decyzji.

Moduł 5 – Generowanie treści (1h)

- Pisanie maili i raportów.
- Tworzenie tabel i zestawień.
- Podsumowania dokumentów.
- Redagowanie i korekta tekstów.

Moduł 6 – Bezpieczne i etyczne korzystanie z AI (0,5h)

- Ochrona danych.
- Prywatność i RODO.
- Odpowiedzialne użycie AI.
- Ryzyka i dobre praktyki.

Moduł 7 – Generowanie obrazów i multimediów (1,5h)

- Tworzenie grafik (ChatGPT, Canva).
- Projektowanie wizualne.
- Generowanie animacji i wideo ze zdjęć.
- Awatary AI i filmy prezentacyjne.

Moduł 8 – Prezentacje i narzędzia AI w biznesie (1h)

- Generowanie prezentacji.
- Automatyzacja slajdów.
- Przegląd narzędzi AI.
- Chatboty wspierające kontakt z klientem.

Moduł 9 – Walidacja (1h)

- Test teoretyczny.
- Podsumowanie szkolenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Moduł 1 – Czym jest sztuczna inteligencja?	Iwona Mazelanik	28-02-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 12 Moduł 2 – Produktywność osobista z AI	Iwona Mazelanik	28-02-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 12 Przerwa	Iwona Mazelanik	28-02-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 12 Moduł 3 – Podstawy skutecznego promptowania	Iwona Mazelanik	28-02-2026	10:45	11:30	00:45
5 z 12 Moduł 4 – Wykorzystanie AI w pracy zawodowej	Iwona Mazelanik	28-02-2026	11:30	12:15	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 12 Moduł 5 – Generowanie treści	Iwona Mazelanik	28-02-2026	12:15	13:00	00:45
7 z 12 Przerwa	Iwona Mazelanik	28-02-2026	13:00	13:30	00:30
8 z 12 Moduł 6 – Bezpieczne i etyczne korzystanie z AI	Iwona Mazelanik	28-02-2026	13:30	14:00	00:30
9 z 12 Moduł 7 – Generowanie obrazów i multimedialnych	Iwona Mazelanik	28-02-2026	14:00	15:00	01:00
10 z 12 Przerwa	Iwona Mazelanik	28-02-2026	15:00	15:15	00:15
11 z 12 Moduł 8 – Prezentacje i narzędzia AI w biznesie	Iwona Mazelanik	28-02-2026	15:15	16:00	00:45
12 z 12 Moduł 9 Walidacja	Iwona Mazelanik	28-02-2026	16:00	16:45	00:45

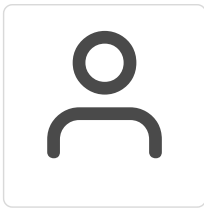
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	725,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	590,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	80,63 PLN
Koszt osobogodziny netto	65,56 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Iwona Mazelanik

Doświadczenie zawodowe

- 25 lat doświadczenia w obszarze HR, jako specjalista i praktyk w zakresie czasu pracy, organizacji szkoleń, prowadzenia rekrutacji oraz obsługi kadrowej i płacowej; w tym:

4 lata - doradca w obszarze HR - praca na stanowisku HR Biznes Partnera

4 lata - doświadczenie menedżerskie – praca na stanowisku kierownika w obszarze HR

- 22 lata doświadczenia jako trener kompetencji menadżerskich i miękkich

- 17 lat doświadczenia jako współnik spółki jawnej zajmującej się szkoleniem i doradztwem w zakresie rozwoju pracowników

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu zarządzania, wykorzystania AI w zarządzaniu czasem, motywowania pracowników, komunikacji w zespole, budowania zespołu, asertywności, radzenia sobie ze stresem oraz przeciwdziałania mobbingowi w miejscu pracy, prawa pracy, czasu pracy i czasu pracy kierowców. Zrealizowała ponad 1500 godzin szkoleniowych w ciągu ostatnich 5 lat i przeszkoliła ponad 1200 osób.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Uczestnicy otrzymują skrypt z materiałami do samodzielnego utrwalenia materiału wraz z zadaniem wdrożeniowym

Warunki uczestnictwa

Wymogi unijne związane z realizacją szkolenia z dofinansowaniem:

- Logowanie się pełnym imieniem i nazwiskiem
- Włączona kamera oraz dostęp do mikrofonu
- Fakt uczestnictwa w usłudze rozwojowej zostanie potwierdzony raportem z logowania

Niespełnienie powyższych może skutkować brakiem dofinansowania

- Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% - 100% (w zależności od programu dofinansowania i podpisanej umowy z Operatorem) zajęć usługi rozwojowej
- W ramach realizacji usług szkoleniowych, Organizator utrzuwa wizerunek Uczestników w formie nagrań wideo, fotografii lub innych materiałów audiowizualnych wyłącznie w celach archiwizacyjnych, kontrolnych oraz dokumentacyjnych związanych z projektem dofinansowanym.
- Uczestnik zapisując się na szkolenie wyraża zgodę na utrwalenie i wykorzystanie jego wizerunku w wyżej wymienionych celach.
- Organizator nie udostępnia nagrań Uczestnikom po szkoleniu.

Informacje dodatkowe

PODSTAWA ZWOLNIENIA Z VAT (w przypadku szkoleń z dofinansowaniem):

Podstawa prawna zwolnienia to art.43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2011 r. Nr 177, poz. 1054, z późn. zm.) w zw. z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z dnia 31 grudnia 2013 r. Poz. 1722).

Jeżeli usługa szkoleniowa ma charakter kształcenia zawodowego lub służy przekwalifikowaniu zawodowemu pracowników oraz jest finansowana przynajmniej w 70% ze środków publicznych, jest możliwość zastosowania zwolnienia z podatku VAT zgodnie z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług.

Warunki techniczne

MINIMALNE WYMAGANIA SPRZĘTOWE I WYMAGANIA DOTYCZĄCE PARAMETRÓW ŁĄCZA SIECIOWEGO

Zajęcia prowadzone są w formie zdalnej na żywo.

Do prowadzenia zajęć wykorzystywany jest MS Teams.

Uczestnik szkolenia może korzystać z komputera, laptopa, tabletu lub smartfona.

Urządzenie powinno posiadać głośnik lub słuchawki, mikrofon, kamerę.

Biorąc udział w szkoleniu online uczestnik ma stały i bezpośredni kontakt z trenerem oraz możliwość zadawania na bieżąco pytań na czacie lub za pomocą mikrofonu.

Przed szkoleniem uczestnicy otrzymują link do szkolenia.

Aby uczestniczyć w zajęciach i mieć dostęp do prezentowanych treści i materiałów nie ma potrzeby posiadania lub instalowania żadnego dodatkowego specjalnego oprogramowania, można skorzystać z przeglądarki.

Wymagania sprzętowe

Wymagania sprzętowe, jakie powinno spełniać urządzenie (np. komputer, laptop, tablet) lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji (specyfikacja techniczna):

- 2 GHz procesor dual-core lub lepszy (preferowany 4-rdzeniowy).
- 2 GB pamięci RAM (rekomendujemy 4 GB lub więcej).
- System operacyjny: Windows 8 (rekomendowany Windows 10), Mac OS 10.13 (rekomendowana jest najnowsza wersja), Linux, Chrome OS.
- Najnowsze oficjalne wersje Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge, Opera.

Wymagania dotyczące łącza internetowego

Polecamy korzystanie ze stałego łącza internetowe. Jeśli to możliwe należy stosować połączenie kablowe Ethernet zamiast Wi-Fi. Internet powinien charakteryzować się minimalną prędkością pobierania 2 Mb/s.

Wymagania przepustowości: audio: 256 kbps, audio i wideo: 512 kbps, audio, wideo i udostępnianie pulpitu: 1024 kbps.

Kontakt



Iwona Mazelanik

E-mail iwona.mazelanik@jkrtraining.pl

Telefon (+48) 608 052 658