



AI od podstaw - jak świadomie korzystać ze sztucznej inteligencji w pracy zawodowej i zwiększyć efektywność działań?

Numer usługi 2026/02/04/8282/3306623

1 955,70 PLN brutto
1 590,00 PLN netto
162,98 PLN brutto/h
132,50 PLN netto/h
157,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum Organizacji
Szkoleń i
Konferencji SEMPER
Magdalena
Wolniewicz-Kesaria

📄 Usługa szkoleniowa
📺 zdalna w czasie rzeczywistym

★★★★☆ 4,5 / 5

🕒 12:00 h

3 024 oceny

📅 07.12.2026 do 08.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Programowanie

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest przeznaczone dla szerokiego grona odbiorców z różnych sektorów i poziomów zaawansowania technologicznego. Adresowane do pracowników sektora publicznego (urzędów, administracji, instytucji kultury i edukacji), sektora prywatnego (menedżerów, specjalistów HR, marketingu, sprzedaży, IT), organizacji pozarządowych (NGO), mikroprzedsiębiorców, freelancerów oraz osób planujących zmianę zawodową. Uczestnicy chcą poznać działanie AI, usprawnić codzienne obowiązki, efektywniej komunikować się i automatyzować zadania. Szkolenie nie wymaga wcześniejszej wiedzy technicznej i jest dostosowane do różnych potrzeb, pomagając bezpiecznie korzystać z narzędzi sztucznej inteligencji.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

04-12-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

12

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Zapoznanie uczestników z podstawami działania sztucznej inteligencji (AI) i jej zastosowaniami w pracy zawodowej. Uświadomienie potencjału narzędzi AI w różnych branżach i sektorach - zarówno publicznych, jak i prywatnych. Przekazanie wiedzy na temat odpowiedzialnego i świadomego korzystania z AI - etyka, bezpieczeństwo, prywatność. Nauka praktycznego wykorzystania AI w codziennych zadaniach zawodowych (tworzenie treści, analizy danych, automatyzacja procesów).

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
-	-	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

Dzień I

Fundamenty AI i jej zastosowanie w pracy

1. Wprowadzenie do sztucznej inteligencji.
2. Czym jest AI - wyjaśnienie pojęć: AI, ML, NLP, generatywna AI.
3. Krótkie spojrzenie na historię i rozwój AI.
4. Jak działa AI w praktyce - na czym opierają się algorytmy?
5. Mity i fakty na temat AI.
6. AI w życiu zawodowym - przegląd zastosowań.
7. Gdzie już dziś używamy AI w pracy (świadomie i nieświadomie).
8. Przykłady z różnych branż: edukacja, administracja, HR, marketing, finanse, analiza danych, obsługa klienta.
9. Możliwości zwiększenia efektywności i oszczędności czasu.

10. Świadome i odpowiedzialne korzystanie z AI.
11. Aspekty etyczne i prawne - prywatność, ochrona danych, błędy AI.
12. Czym jest AI bias i jak go rozpoznać?
13. Bezpieczne korzystanie z narzędzi AI - dobre praktyki.
14. Czy AI zabierze nam pracę? Rola człowieka w erze sztucznej inteligencji.
15. Praktyka - pierwsze kroki z AI.
16. Praca z ChatGPT - pisanie, redagowanie, tłumaczenia, analiza treści.
17. Jak „rozmawiać” z AI - tworzenie efektywnych promptów (prompt engineering).
18. Case study: automatyzacja raportowania lub pisania maili.

Dzień II

AI w działaniu: warsztaty praktyczne i wdrożenie

1. Narzędzia AI - przegląd i praktyka.
2. Generowanie treści: ChatGPT, Claude, Gemini.
3. Generowanie obrazów: Canva AI, DALL-E, Midjourney (omówienie działania).
4. Rozpoznawanie mowy i transkrypcja: Otter.ai, Whisper.
5. Narzędzia do analizy danych: Excel z AI, Power BI, Looker Studio z AI.
6. AI w pracy zespołowej: Notion AI, Microsoft Copilot, Google Duet AI.
7. AI w organizacji - praktyczne zastosowania.
8. Tworzenie treści marketingowych, opisów produktów, newsletterów.
9. Budowanie prezentacji, analiz, podsumowań spotkań.
10. Przykłady automatyzacji procesów administracyjnych.
11. Praca z dokumentami: podsumowania, streszczenia, ekstrakcja danych.
12. **Ćwiczenia praktyczne -praca w grupach. Uczestnicy tworzą rozwiązania z wykorzystaniem narzędzi AI dla swoich potrzeb (np. scenariusz szkolenia, raport, analiza dokumentu, plan kampanii).**
13. Wspólna prezentacja rozwiązań - feedback i analiza.
14. Strategia wdrażania AI w miejscu pracy.
15. Od czego zacząć wdrażanie AI - analiza potrzeb i zasobów.
16. Jak szkolić zespół i budować kulturę AI w organizacji.
17. Rekomendowane działania na start - checklisty i zasoby.
18. Podsumowanie szkolenia oraz indywidualne pytania i konsultacje.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 2

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 2 AI od podstaw - jak świadomie korzystać ze sztucznej inteligencji w pracy zawodowej i zwiększyć efektywność działań?	Trener SEMPER	07-12-2026	08:30	14:30	06:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 2 AI od podstaw - jak świadomie korzystać ze sztucznej inteligencji w pracy zawodowej i zwiększyć efektywność działań?	Trener SEMPER	08-12-2026	08:30	14:30	06:00

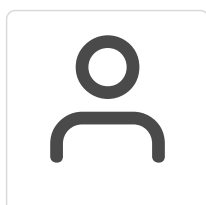
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 955,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 590,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	162,98 PLN
Koszt osobogodziny netto	132,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Trener SEMPER

Ekspert SEMPER

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- otrzymujesz certyfikat wydany przez jedną z wiodących firm szkoleniowych w Polsce
 - materiały szkoleniowe w wersji elektronicznej
 - masz dostęp do konsultacji poszkoleniowych w formie e-mail do 4 tygodni po zrealizowanym szkoleniu
 - otrzymujesz indywidualną kartę rabatową upoważniającą do 10% zniżki na wszystkie kolejne szkolenia stacjonarne i online organizowane przez Centrum Organizacji Szkoleń i Konferencji SEMPER

Warunki uczestnictwa

ZGŁOSZENIE NA USŁUGĘ

Rezerwacji miejsca szkoleniowego można dokonać za pośrednictwem BUR.

Informacje dodatkowe

Wygodna forma szkolenia - wystarczy dostęp do urządzenia z Internetem (komputer, tablet, telefon), słuchawki lub głośniki i ulubiony fotel

- szkolenie realizowane jest w nowoczesnej formie w wirtualnym pokoju konferencyjnym i kameralnej grupie uczestników
- bierzesz udział w pełnowartościowym szkoleniu - Trener prowadzi zajęcia "na żywo" - widzisz go i słyszysz
- pokaz prezentacji, ankiet i ćwiczeń widzisz na ekranie swojego komputera w czasie rzeczywistym.
- podczas szkolenia Trener aktywizuje uczestników zadając pytania, na które można odpowiedzieć w czasie rzeczywistym
- otrzymujesz certyfikat wydany przez jedną z wiodących firm szkoleniowych w Polsce
- masz dostęp do konsultacji poszkoleniowych w formie e-mail do 4 tygodni po zrealizowanym szkoleniu
- otrzymujesz indywidualną kartę rabatową upoważniającą do 10% zniżki na wszystkie kolejne szkolenia stacjonarne i online organizowane przez Centrum Organizacji Szkoleń i Konferencji SEMPER

Warunki techniczne

Platforma /rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa - Platforma Zoom (<https://zoom-video.pl/>)

Wymagania sprzętowe:

Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji - komputer, laptop lub inne urządzenie z dostępem do internetu

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik - minimalna prędkość łącza: 512 KB/sek

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów - komputer, laptop lub inne urządzenie z dostępem do internetu. Nie ma potrzeby instalowania specjalnego oprogramowania.

Okres ważności linku umożliwiającego uczestnictwo w spotkaniu on-line - od momentu rozpoczęcia szkolenia do momentu zakończenia szkolenia

Potrzebna jest zainstalowana najbardziej aktualna oficjalna wersja jednej z przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge lub Opera. Procesor dwurdzeniowy 2GHz lub lepszy (zalecany czterordzeniowy); 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB lub więcej); System operacyjny taki jak Windows 8 (zalecany Windows 10), Mac OS wersja 10.13 (zalecana najnowsza wersja), Linux, Chrome OS. Łącze internetowe o minimalnej przepustowości do zapewnienia transmisji dźwięku 512Kb/s, zalecane min. 2 Mb/s oraz min. 1 Mb/s do zapewnienia transmisji łącznie dźwięku i wizji, zalecane min. 2,5 Mb/s.

Kontakt



Angelika Poznańska

E-mail a.poznanska@szkolenia-semper.pl

Telefon (+48) 570 590 060