



## Wprowadzenie do sztucznej inteligencji (AI) w praktyce – narzędzia, promptowanie i bezpieczne zastosowania - kurs

Numer usługi 2026/03/18/30963/3415503

720,00 PLN brutto  
 720,00 PLN netto  
 90,00 PLN brutto/h  
 90,00 PLN netto/h  
 183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

OŚRODEK  
 SZKOLENIA  
 DOKSZTAŁCANIA I  
 DOSKONALENIA  
 KADR KURSOR  
 SPÓŁKA Z  
 OGRANICZONĄ  
 ODPOWIEDZIALNOŚ  
 CIĄ

★★★★★ 4,5 / 5

775 ocen

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 08:00 h
- 📅 02.10.2026 do 08.10.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

### Grupa docelowa usługi

- osoby z podstawową znajomością obsługi komputera, zainteresowane praktycznym wykorzystaniem sztucznej inteligencji w pracy i życiu codziennym,
- pracownicy biurowi, administracyjni, marketingowi, sprzedaży i usługowi, którzy chcą rozwijać kompetencje cyfrowe,
- przedsiębiorcy i osoby prowadzące działalność gospodarczą, chcące poznać możliwości wykorzystania AI do usprawnienia procesów i komunikacji,
- osoby rozpoczynające pracę z narzędziami AI i chcące korzystać z nich w sposób świadomy, uporządkowany i bezpieczny.

**Usługa jest dostępna dla wszystkich zainteresowanych – zarówno osób indywidualnych, jak i kierowanych przez urzędy, firmy, instytucje oraz wszystkich operatorów.**

**Mogą w niej uczestniczyć także osoby z programów regionalnych, w tym m.in.**

- Kierunek - Rozwój WUP Toruń
- Usługi rozwojowe województwa śląskiego
- Małopolski pociąg do kariery – sezon 1,
- Nowy start w Małopolsce z EURESem

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji	28-09-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	8
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do świadomego i bezpiecznego korzystania z podstawowych narzędzi sztucznej inteligencji, rozróżniania ich zastosowań, oceny korzyści i ograniczeń AI, formułowania skutecznych promptów oraz wykorzystywania rozwiązań cyfrowych wspierających efektywność pracy i bardziej zasobooszczędne działania.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawowe pojęcia związane ze sztuczną inteligencją, w tym AI, machine learning, deep learning i NLP.	definiuje podstawowe pojęcia związane z AI; rozróżnia obszary działania poszczególnych technologii; wskazuje przykłady ich zastosowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje etapy rozwoju sztucznej inteligencji oraz główne kierunki jej wykorzystania.  Rozróżnia obszary zastosowania AI w pracy biurowej, biznesie, komunikacji i analizie informacji.	identyfikuje główne etapy rozwoju AI; rozróżnia historyczne i współczesne zastosowania AI; wskazuje kierunki rozwoju tej technologii  wskazuje przykłady wykorzystania AI w różnych branżach; rozróżnia zastosowania AI w pracy indywidualnej i zespołowej; identyfikuje sytuacje, w których AI wspiera efektywność działań	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie  Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje zasady bezpiecznego, etycznego i bardziej zrównoważonego korzystania z narzędzi AI.	rozróżnia korzyści i ryzyka stosowania AI; wskazuje zasady ochrony danych i prywatności; identyfikuje działania wspierające odpowiedzialne i zasobooszczędne korzystanie z narzędzi cyfrowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Dobiera narzędzia AI do rodzaju zadania i celu zawodowego.	dobiera właściwe narzędzie AI do opisanego przypadku; wskazuje zastosowanie narzędzi tekstowych i graficznych; identyfikuje poprawny wybór rozwiązania do celu pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera poprawne elementy promptu do uzyskania oczekiwanego wyniku.	rozdziela elementy skutecznego promptu; wskazuje poprawne sformułowania dla określonego celu; dobiera sposób doprecyzowania zapytania do oczekiwanego rezultatu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Dobiera sposoby oceny jakości treści generowanych przez AI.	wskazuje kryteria oceny poprawności odpowiedzi AI; rozdziela treści trafne i wymagające korekty; identyfikuje błędy lub ograniczenia wygenerowanych wyników	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Dobiera rozwiązania wspierające bezpieczne i uporządkowane wykorzystywanie AI w pracy.	wskazuje działania zwiększające bezpieczeństwo pracy z AI; dobiera poprawne praktyki dotyczące danych i prywatności; identyfikuje rozwiązania ograniczające niepotrzebne zużycie czasu i zasobów cyfrowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Ocenia znaczenie odpowiedzialnego korzystania z AI w środowisku zawodowym.	wskazuje skutki nieprawidłowego wykorzystania AI; rozdziela działania odpowiedzialne i nieodpowiedzialne; wybiera rozwiązania wspierające świadome użycie technologii	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uzasadnia potrzebę weryfikowania treści generowanych przez sztuczną inteligencję.	wskazuje ryzyka związane z bezkrytycznym korzystaniem z odpowiedzi AI; rozdziela informacje wymagające sprawdzenia; wybiera poprawne praktyki kontroli jakości treści	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Ocenia zasadność stosowania rozwiązań AI wspierających cyfrowe i zielone kwalifikacje.	wskazuje korzyści z wykorzystania AI dla usprawnienia pracy; rozdziela działania wspierające ograniczenie zbędnych zasobów i czynności; wybiera rozwiązania promujące bardziej efektywną i odpowiedzialną pracę cyfrową	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

### Korzyści dla uczestnika

- uporządkowanie podstawowej wiedzy o sztucznej inteligencji,
- poznanie najważniejszych narzędzi AI i ich praktycznych zastosowań,
- rozwój kompetencji cyfrowych przydatnych w codziennej pracy,
- zdobycie umiejętności tworzenia lepszych promptów,
- większa świadomość korzyści, ograniczeń i ryzyk związanych z AI,
- poznanie zasad bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z narzędzi AI,
- lepsze przygotowanie do pracy w środowisku wykorzystującym nowoczesne technologie.

### Dlaczego warto skorzystać z naszej usługi:

#### Kompleksowa wiedza teoretyczna i praktyczna:

- Szkolenie obejmuje podstawy merytoryczne połączone z praktycznymi ćwiczeniami, dzięki czemu uczestnicy nie tylko poznają, czym jest sztuczna inteligencja, ale również nauczą się samodzielnie korzystać z wybranych narzędzi AI.

#### Interaktywna forma zdalna:

- Szkolenie odbywa się w formie zdalnej, w czasie rzeczywistym, za pomocą platformy Zoom. Umożliwia to uczestnictwo z dowolnego miejsca, oszczędzając czas i koszty związane z dojazdami. Interaktywne sesje wideo, współdzielenie ekranu i chat pozwalają na aktywny udział i bieżącą komunikację z prowadzącymi oraz innymi uczestnikami.

#### Dostępność kurs do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami

- **Wsparcie techniczne:** Zapewniamy wsparcie techniczne dla uczestników, którzy mogą potrzebować pomocy w obsłudze platformy szkoleniowej lub dostępu do materiałów.
- **Sesje Q&A:** sesje pytań i odpowiedzi, gdzie uczestnicy mogą zadawać pytania w czasie rzeczywistym, również poprzez czat tekstowy, co jest pomocne dla osób, które mogą mieć trudności z komunikacją werbalną.
- platforma ZOOM, na której prowadzone jest szkolenie, jest zgodna z międzynarodowymi standardami dostępności,
- takimi jak WCAG 2.1.
- elastyczny harmonogram szkolenia, aby dostosować tempo nauki do indywidualnych możliwości uczestników.

#### Godziny realizacji szkolenia:

- Szkolenie obejmuje 8 godzin zajęć edukacyjnych tj. 6 godzin zegarowych.
- Każda godzina szkolenia obejmuje 45 minut.
- Walidacja wliczona jest w czas trwania usługi.

#### Przerwy:

- Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

#### Metody pracy:

- Zajęcia prowadzone są metodą ćwiczeniową, połączoną z rozmową na żywo oraz współdzieleniem ekranu. Warunkiem niezbędnym do osiągnięcia celu szkolenia jest samodzielne wykonanie wszystkich ćwiczeń zadanych przez trenera.

#### Harmonogram szkolenia:

Szczegółowy harmonogram zajęć, uwzględniający podział na dni i godziny oraz przerwy, zostanie ustalony i uzupełniony na 6 dni przed rozpoczęciem szkolenia, zgodnie z regulaminem BUR. Będzie on dostosowany do preferencji czasowych uczestników.

### Osoby zainteresowane udziałem w szkoleniu prosimy o kontakt w celu określenia preferowanych godzin szkolenia

- Szkolenie może być realizowane zarówno raz jak i kilka razy w tygodniu w trybie dziennym, umożliwiając intensywną naukę i skoncentrowane zajęcia lub popołudniowym, co pozwala uczestnikom z innymi obowiązkami dostęp do wartościowej edukacji.
- Dodatkowo, istnieje opcja organizacji zajęć w formie weekendowej, co sprawia, że szkolenie staje się bardziej elastyczne i dostosowane do różnych harmonogramów życia.
- Harmonogram szkolenia może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu, zależnie od czasu potrzebnego na wykonanie poszczególnych ćwiczeń i zdolności przyswajania materiału przez uczestników, zgodnie z ich indywidualnym tempem nauki

### Doświadczeni prowadzący:

- Zajęcia prowadzi ekspert z wieloletnim doświadczeniem w zakresie funduszy unijnych, który przekazuje nie tylko wiedzę teoretyczną, ale także praktyczne wskazówki i najlepsze praktyki. Uczestnicy mają możliwość czerpania z ich wiedzy i doświadczeń.
- Informacje o osobach prowadzących szkolenie, w tym imiona, nazwiska, kwalifikacje oraz doświadczenie, zostaną podane na 6 dni przed rozpoczęciem szkolenia, zgodnie z wymogami regulaminu BUR. Trenera prowadzący usługę będzie posiadała doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat lub kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

### Certyfikat ukończenia:

- Zaświadczenie wydane na podstawie § 23 ust. 4 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 6 października 2023 r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych (Dz. U. poz. 2175).

### Weryfikacja efektów uczenia się:

- Program obejmuje weryfikację efektów uczenia się poprzez test teoretyczny, który pozwala na ocenę zdobytej wiedzy i umiejętności. Taki system oceny gwarantuje, że uczestnicy faktycznie przyswoili potrzebne informacje i są gotowi do ich praktycznego zastosowania.

### Program

#### Moduł 1. Wprowadzenie do sztucznej inteligencji

- definicja sztucznej inteligencji,
- podstawowe pojęcia: machine learning, deep learning, NLP,
- historia rozwoju AI,
- kierunki rozwoju sztucznej inteligencji,
- przykłady obecności AI w codziennym życiu i pracy.

#### Moduł 2. AI w praktyce zawodowej i biznesowej

- najczęstsze zastosowania AI w różnych branżach,
- wykorzystanie AI do usprawniania pracy biurowej i organizacyjnej,
- AI jako wsparcie efektywności, automatyzacji i porządkowania procesów,
- rozwiązania wspierające ograniczanie strat czasu i zasobów,
- przykłady użycia AI w środowisku pracy.

#### Moduł 3. Narzędzia AI dostępne online

- przegląd popularnych narzędzi AI,
- narzędzia tekstowe i ich zastosowania,
- narzędzia do generowania obrazów i materiałów wizualnych,
- możliwości i ograniczenia bezpłatnych oraz popularnych rozwiązań,
- zasady korzystania z narzędzi AI w praktyce.

#### Moduł 4. Promptowanie – podstawy i dobre praktyki

- czym jest prompt i jak wpływa na jakość wyniku,
- struktura skutecznego promptu,
- sposoby doprecyzowywania zapytań,
- najczęstsze błędy w promptowaniu,
- praktyczne przykłady tworzenia zapytań do modeli językowych.

#### Moduł 5. Ocena jakości wyników generowanych przez AI

- analiza odpowiedzi i treści generowanych przez AI,
- rozpoznawanie błędów, uproszczeń i nieścisłości,
- zasady weryfikowania informacji,
- ocena dopasowania wyniku do celu użytkownika,
- krytyczne podejście do treści tworzonych przez AI.

#### Moduł 6. Bezpieczeństwo, etyka i odpowiedzialne korzystanie z AI

- zagrożenia związane z korzystaniem z AI,
- prywatność, bezpieczeństwo danych i dobre praktyki cyfrowe,
- etyczne aspekty stosowania sztucznej inteligencji,
- odpowiedzialne użycie AI w komunikacji i pracy,
- zielone i cyfrowe kwalifikacje w kontekście korzystania z narzędzi AI.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	720,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	720,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	90,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	90,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

uczestnicy otrzymają materiały dydaktyczne w formie elektronicznej. Zostaną one przesłane w postaci plików i dokumentów (np. PDF, prezentacje, arkusze informacyjne, linków, inne)

## Warunki uczestnictwa

Aby skorzystać ze szkolenia "Wprowadzenie do sztucznej inteligencji (AI) – praktyczne podstawy dla każdego", uczestnik powinien znać podstawy obsługi komputera.

## Informacje dodatkowe

Podczas szkolenia obowiązkowe jest korzystanie z kamery internetowej przez uczestników - w uzasadnionych przypadkach możliwe ustalenie alternatywy.

**Obowiązek uczestnictwa w co najmniej 80% zajęć** – czas zalogowania w platformie Zoom.

Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia.

**Zawarto umowę WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek - Rozwój**

**„Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” i projektu „Nowy start w Małopolsce z EURESem” został obustronnie podpisany regulamin współpracy i rozliczenia usług z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu.**

# Warunki techniczne

## Warunki techniczne szkolenia na platformie Zoom:

### 1. Sprzęt komputerowy:

- Wymagany komputer z dostępem do internetu wraz z kamerą oraz kamerą.

### 1. Przeglądarka internetowa

- Zalecane przeglądarki: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

### 1. Stabilne połączenie internetowe:

### 2. Platforma Zoom:

- Konieczne pobranie i zainstalowanie najnowszej wersji aplikacji Zoom przed szkoleniem.
- Aktywne konto Zoom (możliwość utworzenia bezpłatnego konta).

### 1. Dźwięk i słuchawki:

- Zalecane użycie słuchawek z mikrofonem dla lepszej jakości dźwięku.
- Sprawdzenie działania dźwięku przed rozpoczęciem szkolenia.

### 1. Przygotowanie przed sesją:

- Testowanie sprzętu i połączenia przed planowanym szkoleniem.
- Zapewnienie cichego miejsca pracy dla minimalizacji zakłóceń.

### 1. Zaplanowane przerwy:

- Uwzględnienie krótkich przerw w grafiku dla odpoczynku uczestnika

Zapewnienie powyższych warunków technicznych umożliwi płynny przebieg szkolenia na platformie Zoom, zminimalizuje zakłócenia i zagwarantuje efektywną interakcję między prowadzącym a uczestnikiem

## Kontakt



**Aleksandra Wróbel**

**E-mail** [szkolenia.zamosc@kursor.edu.pl](mailto:szkolenia.zamosc@kursor.edu.pl)

**Telefon** (+48) 535 170 007