



KursyOsteopatyczne.pl

## Nowoczesne kompetencje cyfrowe i organizacja pracy zawodowej z wykorzystaniem AI.

Numer usługi 2026/03/23/202181/3427458

2 800,00 PLN brutto

2 800,00 PLN netto

280,00 PLN brutto/h

280,00 PLN netto/h

233,33 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM  
LECZENIA I  
EDUKACJI  
MEDYCZNEJ  
TALAGA SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,7 / 5

3 oceny

- 📍 Warszawa
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
- 🕒 10:00 h
- 📅 29.08.2026 do 30.08.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Internet

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, które chcą rozwinąć kompetencje cyfrowe oraz nauczyć się praktycznego wykorzystania narzędzi sztucznej inteligencji (AI) w pracy zawodowej.

Uczestnikami mogą być zarówno osoby pracujące, jak i poszukujące zatrudnienia, które chcą zwiększyć swoją efektywność, usprawnić realizację zadań oraz uporządkować sposób pracy z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych.

Szkolenie przeznaczone jest dla osób na poziomie podstawowym i średniozaawansowanym, w tym dla osób rozpoczynających pracę z narzędziami AI.

Usługa stanowi podstawę do dalszego rozwoju kompetencji w obszarze wykorzystania sztucznej inteligencji w różnych branżach i specjalizacjach zawodowych.

### Minimalna liczba uczestników

5

### Maksymalna liczba uczestników

15

### Data zakończenia rekrutacji

28-08-2026

### Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

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

Celem usługi jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego i efektywnego wykorzystania narzędzi cyfrowych oraz sztucznej inteligencji (AI) w pracy zawodowej.

Uczestnik nabeździe umiejętności formułowania poleceń do narzędzi AI, tworzenia treści, analizy informacji oraz organizowania pracy z wykorzystaniem dostępnych narzędzi cyfrowych.

Efektom szkolenia jest zdolność do wykorzystania AI w realizacji zadań zawodowych oraz usprawnienia organizacji własnej pracy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się narzędziami cyfrowymi w organizacji pracy	korzysta z przeglądarki internetowej i wyszukiwarki tworzy i zapisuje dokumenty w środowisku cyfrowym porządkuje pliki i informacje	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykorzystuje narzędzia sztucznej inteligencji do realizacji prostych zadań	formułuje polecenia do narzędzi AI adekwatne do celu wykorzystuje AI do tworzenia treści (np. tekst, prezentacja, e-mail) poprawia i modyfikuje uzyskane wyniki	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykorzystuje AI do rozwiązywania problemów i nauki nowych narzędzi	wyszukuje rozwiązania problemów przy użyciu AI analizuje otrzymane odpowiedzi i wybiera właściwe rozwiązania stosuje wskazówki AI w praktycznym działaniu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik organizuje swoją pracę z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i AI	planuje zadania z użyciem narzędzi cyfrowych wykorzystuje AI do usprawnienia pracy tworzy uporządkowany sposób działania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik tworzy i testuje rozwiązania z wykorzystaniem narzędzi sztucznej inteligencji wspierające realizację zadań	– określa cel rozwiązania – przygotowuje strukturę działania – testuje działanie rozwiązania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik tworzy i testuje rozwiązania z wykorzystaniem narzędzi sztucznej inteligencji wspierające realizację zadań	określa cel działania asystenta przygotowuje strukturę działania wykorzystuje asystenta do wykonania zadania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik stosuje zasady bezpiecznego i świadomego korzystania z technologii	rozpoznaje podstawowe zasady bezpieczeństwa stosuje dobre praktyki w pracy z danymi korzysta z narzędzi w sposób odpowiedzialny	Wywiad ustrukturyzowany

## 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

### ◆ BLOK 1 (ONLINE – 2h)

#### Wprowadzenie do pracy z narzędziami cyfrowymi i AI

Omówienie programu szkolenia, zasad pracy oraz sposobu realizacji zajęć.

Wprowadzenie do wykorzystania narzędzi cyfrowych i sztucznej inteligencji w pracy zawodowej.

Przygotowanie środowiska pracy – konfiguracja narzędzi i organizacja przestrzeni roboczej.

### ◆ BLOK 2 (ONLINE – 2h)

#### Podstawy pracy z narzędziami AI i formułowanie poleceń

Zasady działania narzędzi sztucznej inteligencji.

Tworzenie poleceń (promptów) oraz ich modyfikacja.

Generowanie i edycja treści z wykorzystaniem AI.

## ◆ BLOK 3 (STACJONARNY – 1,5h)

### Zastosowanie AI w zadaniach praktycznych

Wykorzystanie narzędzi AI do rozwiązywania problemów i realizacji zadań.

Analiza wyników pracy narzędzi oraz ich dostosowanie do potrzeb użytkownika.

## ◆ BLOK 4 (STACJONARNY – 1,25h)

### Organizacja pracy z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i AI

Planowanie i porządkowanie zadań.

Wykorzystanie AI do usprawnienia pracy i organizacji działań.

## ◆ BLOK 5 (STACJONARNY – 1,25h)

### Przygotowanie materiałów i danych do pracy z AI

Zbieranie, selekcja i porządkowanie materiałów.

Przygotowanie danych do wykorzystania w zadaniach praktycznych.

## ◆ BLOK 6 (STACJONARNY – 2h)

### Tworzenie i testowanie rozwiązania z wykorzystaniem AI

Projektowanie prostego rozwiązania wspierającego realizację zadania.

Tworzenie i testowanie rozwiązania z wykorzystaniem narzędzi AI.

Podsumowanie pracy, omówienie efektów oraz zasad świadomego korzystania z technologii.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>1 z 8</b> Wprowadzenie do kursu: poznanie uczestników, omówienie programu i zasad pracy	Maja Konecka	29-08-2026	10:00	11:00	01:00	Nie

---

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>2 z 8</b> Konfiguracja narzędzi i przygotowanie środowiska pracy (konta, przeglądarka, organizacja plików)	Maja Konecka	29-08-2026	11:45	12:15	00:30	Nie
<b>3 z 8</b> Podstawy pracy z AI: tworzenie poleceń, generowanie treści, pierwsze zastosowania	Maja Konecka	29-08-2026	12:30	13:30	01:00	Nie
<b>4 z 8</b> Wykorzystanie AI do rozwiązywania problemów i przygotowanie do pracy projektowej	Maja Konecka	29-08-2026	13:45	14:45	01:00	Nie
<b>5 z 8</b> Organizacja wiedzy oraz przygotowanie struktury działania asystenta AI	Maja Konecka	30-08-2026	09:30	11:00	01:30	Tak
<b>6 z 8</b> Zbieranie materiałów i przygotowanie danych do projektu	Maja Konecka	30-08-2026	11:15	12:30	01:15	Tak
<b>7 z 8</b> Organizacja wiedzy i przygotowanie struktury działania asystenta	Maja Konecka	30-08-2026	12:45	14:00	01:15	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
8 z 8 Tworzenie asystenta AI, testowanie i wykorzystanie w praktyce	Maja Konecka	30-08-2026	15:00	17:00	02:00	Tak

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	2 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	2 800,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	280,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	280,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Maja Konecka

Maja Konecka – edukatorka cyfrowa i trenerka sztucznej inteligencji, specjalizująca się w upraszczaniu technologii oraz praktycznym wdrażaniu narzędzi cyfrowych i AI w codziennej pracy. Posiada certyfikat ECDL (European Computer Driving Licence) potwierdzający kompetencje w zakresie obsługi narzędzi komputerowych oraz kwalifikację HNC in Business uzyskaną w North East Scotland College (Wielka Brytania).

W trakcie kształcenia zdobyła praktyczne umiejętności w obszarze researchu, zarządzania projektami oraz rozwiązywania problemów w środowisku biznesowym, ze szczególnym naciskiem na wykorzystanie narzędzi i podejście zadaniowe.

Na co dzień wspiera osoby bez zaplecza technicznego w rozwijaniu kompetencji cyfrowych – od podstaw obsługi narzędzi po praktyczne wykorzystanie sztucznej inteligencji w pracy i organizacji działań.

Jej podejście dydaktyczne koncentruje się na praktyce, zrozumieniu i samodzielności uczestników. Zamiast nauki opartej na zapamiętywaniu, skupia się na rozwijaniu umiejętności korzystania z narzędzi oraz rozwiązywania realnych problemów z wykorzystaniem technologii.

W swojej pracy łączy wiedzę z zakresu biznesu i technologii, przekładając ją na proste, uporządkowane metody działania, które uczestnicy mogą wdrożyć bezpośrednio po szkoleniu.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Przed rozpoczęciem kursu uczestnicy otrzymują ankietę dotyczącą poziomu kompetencji cyfrowych, której wypełnienie jest wymagane w celu dostosowania programu zajęć do potrzeb grupy.

Uczestnicy mogą korzystać z bezpłatnych wersji narzędzi wykorzystywanych podczas szkolenia. Dla pełniejszego wykorzystania możliwości pracy z narzędziami sztucznej inteligencji zalecane jest korzystanie z wersji płatnej ChatGPT, jednak nie jest to wymagane do udziału w szkoleniu.

Podczas części stacjonarnej istnieje możliwość skorzystania z komputera zapewnionego przez organizatora po wcześniejszym zgłoszeniu takiej potrzeby.

## Warunki uczestnictwa

Warunkiem ukończenia szkolenia jest udział w minimum 80% zajęć oraz aktywne uczestnictwo w części praktycznej.

Uczestnik zobowiązany jest do wykonania zadania praktycznego polegającego na opracowaniu wybranego procesu z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i sztucznej inteligencji oraz stworzeniu prostego asystenta AI wspierającego realizację tego zadania.

Po spełnieniu powyższych warunków uczestnik otrzymuje imienny certyfikat ukończenia kursu oraz zaświadczenie o ukończeniu usługi szkoleniowej zgodnie z wymogami Bazy Usług Rozwojowych.

## Informacje dodatkowe

Przed rozpoczęciem kursu uczestnicy otrzymują ankietę dotyczącą poziomu kompetencji cyfrowych, której wypełnienie jest wymagane w celu dostosowania programu zajęć do potrzeb grupy.

Uczestnicy mogą korzystać z bezpłatnych wersji narzędzi wykorzystywanych podczas szkolenia. Dla pełniejszego wykorzystania możliwości pracy z narzędziami sztucznej inteligencji zalecane jest korzystanie z wersji płatnej ChatGPT, jednak nie jest to wymagane do udziału w szkoleniu.

Podczas części stacjonarnej istnieje możliwość skorzystania z komputera zapewnionego przez organizatora po wcześniejszym zgłoszeniu takiej potrzeby.

## Warunki techniczne

Udział w części online szkolenia odbywa się za pośrednictwem platformy Zoom.

W celu prawidłowego i pełnego uczestnictwa w zajęciach Uczestnik powinien dysponować:

- urządzeniem z dostępem do Internetu (komputer, laptop lub tablet),
- stabilnym łączem internetowym, umożliwiającym transmisję obrazu i dźwięku,
- działającym mikrofonem oraz kamerą,
- zainstalowaną aplikacją Zoom lub dostępem przez przeglądarkę internetową.

Uczestnik zobowiązany jest do logowania się na zajęcia z użyciem imienia i nazwiska oraz do włączonej kamery, co umożliwi weryfikację obecności i aktywny udział w szkoleniu.

Link do spotkania online zostanie przesłany uczestnikom przed rozpoczęciem szkolenia na wskazany adres e-mail.

Na część stacjonarną o charakterze praktycznym zalecane jest przyniesienie własnego laptopa. W przypadku braku takiej możliwości uczestnik powinien zgłosić potrzebę zapewnienia sprzętu w ankiecie przesyłanej przed rozpoczęciem kursu.

# Adres

Warszawa 2

04-510 Warszawa

woj. mazowieckie

Szkolenie realizowane jest w Centrum Konferencyjno-Szkoleniowym Natura Tour, zapewniającym odpowiednie warunki do prowadzenia zajęć edukacyjnych i praktycznych. Obiekt dysponuje salami szkoleniowymi wyposażonymi w nowoczesne kozetki do pracy terapeutycznej, sprzęt multimedialny (rzutnik, projektor) oraz niezbędne zaplecze dydaktyczne, umożliwiające komfortową realizację zajęć w formie mieszanej (stacjonarnej oraz zdalnej w czasie rzeczywistym).

Centrum jest dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Uczestnicy mają dostęp do zaplecza noclegowego oraz wyżywienia, w tym serwisu kawowego. Przestrzeń sprzyja pracy indywidualnej i w grupach oraz realizacji ćwiczeń praktycznych.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Obiekt dysponuje częścią hotelową, umożliwiającą komfortowe zakwaterowanie uczestników szkolenia.

# Kontakt



**Katarzyna Talaga**

**E-mail** [ktalaga@int.pl](mailto:ktalaga@int.pl)

**Telefon** (+48) 504 500 227