



Expose Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

198 ocen

Szkolenie Sztuczna inteligencja (AI) w pracy biurowej.

Numer usługi 2026/07/24/7782/3708461

🏠 Usługa szkoleniowa

💻 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 08:00 h

📅 09.09.2026 do 09.09.2026

1 340,70 PLN brutto

1 090,00 PLN netto

167,59 PLN brutto/h

136,25 PLN netto/h

332,00 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Administracja IT i systemy komputerowe
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracowników biurowych, administracyjnych oraz specjalistów wykonujących zadania związane z przetwarzaniem informacji, komunikacją i tworzeniem treści. Uczestnikami mogą być osoby wykorzystujące narzędzia cyfrowe w codziennej pracy, w tym osoby odpowiedzialne za analizę danych, zarządzanie dokumentacją oraz komunikację wewnętrzną i zewnętrzną. Wymagane jest podstawowe doświadczenie w pracy biurowej oraz znajomość obsługi komputera.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	02-09-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna 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 szkolenia jest nauczenie uczestnika praktycznego wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji do automatyzacji zadań, tworzenia treści i zwiększania efektywności pracy biurowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawowe pojęcia oraz zastosowania sztucznej inteligencji w pracy biurowej.	rozróżnia pojęcia związane z AI wskazuje przykłady zastosowań AI w pracy biurowej identyfikuje obszary wykorzystania AI w różnych dziedzinach rozpoznaje podstawowe aspekty prawne i etyczne stosowania AI	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozróżnia zasady tworzenia efektywnych zapytań (promptów) w narzędziach AI.	definiuje pojęcie prompt engineering wskazuje elementy poprawnie skonstruowanego promptu rozróżnia rodzaje zapytań stosowanych w narzędziach AI identyfikuje różnice między skutecznymi i nieskutecznymi promptami	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Identyfikuje możliwości zastosowania narzędzi AI do automatyzacji procesów biurowych.	wskazuje procesy biurowe możliwe do automatyzacji rozróżnia zastosowania AI w analizie danych, tworzeniu treści i grafiki identyfikuje funkcjonalności narzędzi AI wspierających pracę biurową rozpoznaje przykłady wykorzystania AI w komunikacji i zarządzaniu informacją	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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Informacje organizacyjne:

- Szkolenie odbywa się w formie zdalnej w czasie rzeczywistym.
- Walidacja poprzez test z wynikiem generowanym automatycznie zostanie przeprowadzona w ostatnich 20 minutach szkolenia. Na początku szkolenia zostanie przeprowadzony pre-test.
- Liczba godzin teoretycznych: 1
- Liczba godzin praktycznych: 7

Metody interaktywne i aktywizujące:

- Metoda warsztatowa (learning by doing) – samodzielna praca uczestników na każdym etapie szkolenia
- Ćwiczenia praktyczne na realnych danych
- Metoda problemowa (case study) – rozwiązywanie rzeczywistych problemów
- Praca projektowa – mini-projekty modułowe
- Demonstracja trenera + odtwarzanie krok po kroku
- Dyskusja moderowana i wymiana doświadczeń
- Samodzielna praca z bieżącym feedbackiem

Program szkolenia - zakres tematyczny:

1. Wprowadzenie

- Czym jest AI – wprowadzenie
- Przykłady zastosowań AI w różnych dziedzinach
- AI w świetle prawa i bezpieczeństwo danych
- Etyka i odpowiedzialność w stosowaniu AI

2. Agenci GPT

- Podstawy prompt engineering
- Co to jest prompt engineering i dlaczego jest ważny
- Tworzenie efektywnych zapytań (promptów)
- Agenci GPT – narzędzia darmowe i licencjonowane
- Różnice między darmowymi a licencjonowanymi narzędziami

3. Narzędzia AI

- Automatyzacja zadań biurowych
- Przykłady procesów biurowych, które można zautomatyzować
- AI w analizie danych, tworzeniu treści i grafik

4. Podsumowanie

- Definicja i cel analizy SWOT
- Analiza SWOT wykorzystania AI w mojej pracy
- Burza mózgów i podsumowanie szkolenia
- Dyskusja na temat wyzwań i możliwości związanych z AI
- Podsumowanie kluczowych punktów szkolenia
- Q&A z prowadzącym szkolenie

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 -	Walidacja	-	09-09-2026	08:00	08:20	00:20
2 z 9 1. Wprowadzenie	Zajęcia	Paweł Wysocki	09-09-2026	08:20	09:30	01:10
3 z 9 -	Przerwa	-	09-09-2026	09:30	09:45	00:15
4 z 9 2. Agenci GPT	Zajęcia	Paweł Wysocki	09-09-2026	09:45	11:15	01:30
5 z 9 -	Przerwa	-	09-09-2026	11:15	11:30	00:15
6 z 9 3. Narzędzia AI	Zajęcia	Paweł Wysocki	09-09-2026	11:30	13:00	01:30
7 z 9 -	Przerwa	-	09-09-2026	13:00	13:30	00:30
8 z 9 4. Podsumowanie	Zajęcia	Paweł Wysocki	09-09-2026	13:30	15:40	02:10
9 z 9 -	Walidacja	-	09-09-2026	15:40	16:00	00:20

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:20
w tym suma godzin walidacji	00:40
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeżeli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 340,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 090,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	167,59 PLN
Koszt osobogodziny netto	136,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Wysocki

Trener z 5 letnim doświadczeniem. Szkolenia realizowane dla takich klientów jak: Puro Hotels, Scanmed, Intercity, Formel D Polska, GLS, Ministerstwo Edukacji i Nauki, Polska Organizacja Turystyczna, Instytut Pamięci Narodowej, Poczta Polska, ING, PCO, Instytut Fizyki Jądrowej im. Henryka Niewodniczańskiego Polskiej Akademii Nauk, Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Warszawie, Polskie Elektronie Jądrowe.

Wykształcenie
2012-2017 r. – Politechnika Warszawska, wydział Fizyki w Warszawie, kierunek Fizyka Techniczna specjalność – fizyka komputerowa, obszar kształcenia – nauki techniczne i nauki ścisłe.

Doświadczenie:
• 2016–2020 – Edukator - Centrum Nauki Kopernik w Warszawie

- 2018-2022 – Trener z fizyki, elektroniki, teorii obwodów, opracowania danych doświadczalnych, języka Python, Akademicki Obóz Naukowy w Warszawie
- 2020-2023 – Trener kadry pedagogicznej z zakresu nowych technologii, Skriware w Warszawie
- 2023 – obecnie – Trener, szkoleniowiec Expose z zakresu MS Office na wszystkich poziomach zaawansowania

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Po szkoleniu uczestnik otrzyma zaświadczenie zgodne ze wzorem MEN.

Warunki uczestnictwa

Wymagane jest podstawowe doświadczenie w pracy biurowej oraz znajomość obsługi komputera.

Informacje dodatkowe

Koszt usługi będzie zwolniony z podatku VAT jeśli: Usługa zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (t.j. Dz. U z 2025, poz. 685 ze zm.)

Szkolenia mogą zostać zrealizowane z pojęć:

- Małopolski Pociąg do kariery
- Kierunek - Rozwój
- Nowy start w Małopolsce z EURESEM
- Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
- i inne projekty

Warunki techniczne

Tryb online:

Szkolenie realizowane jest a pomocą aplikacji MS Teams. Link umożliwiający dołączenie do szkolenia wysłany będzie na kilka dni przed startem szkolenia. Link będzie ważny przez cały okres szkolenia.

Wymagania sprzętowe:

1. Komputer z dostępem do Internetu.
2. Szkolenie realizowane jest dla systemu operacyjnego Microsoft Windows. W przypadku posiadania innego systemu typu Mac iOS, proszę o informację.
3. Przeglądarka internetowa (dowolna przeglądarka internetowa: Edge, Chrome, Firefox, Safari, Internet Explorer itp.)
4. Głośniki lub słuchawki
5. Drugi monitor. Na jednym ekranie wyświetlasz obraz udostępniany przez trenera, a na drugim uczestnik pracuje samodzielnie. Do wyświetlania ekranu udostępnionego przez trenera można również wykorzystać telefon lub TV.

Kontakt

MARLENA KRZTOŃ

E-mail marlena.krzton@expose.pl



Telefon (+48) 536 410 252