



Expose Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

207 ocen

Kurs AI: Sztuczna inteligencja w praktyce

Numer usługi 2026/09/09/7782/3798590

1 832,70 PLN brutto

1 490,00 PLN netto

114,54 PLN brutto/h

93,13 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

📍 Warszawa

🏢 Usługa szkoleniowa

📅 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 29.10.2026 do 30.10.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest przeznaczone dla osób, które chcą świadomie wykorzystywać generatywną sztuczną inteligencję w pracy, niezależnie od zajmowanego stanowiska. Jest odpowiednie dla pracowników biurowych, specjalistów, menedżerów i przedsiębiorców; nie wymaga wiedzy programistycznej.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
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

Po szkoleniu uczestnik będzie rozumiał możliwości i ograniczenia generatywnej AI oraz różnice między popularnymi modelami językowymi. Będzie potrafił formułować skuteczne polecenia, dobierać narzędzie do zadania, wykorzystywać

AI do pracy z tekstem, informacją i pomysłami oraz oceniać jakość odpowiedzi i korzystać z nich w sposób odpowiedzialny.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje podstawy działania generatywnej sztucznej inteligencji i modeli językowych.	Rozróżnia podstawowe pojęcia AI, LLM i NLP oraz wskazuje możliwości i ograniczenia modeli.	Test teoretyczny
Uczestnik dobiera zasady konstruowania promptów do określonych zadań.	Wskazuje elementy skutecznego promptu i dobiera sposób formułowania zapytania.	Test teoretyczny
Uczestnik rozróżnia narzędzia i zastosowania AI w codziennej pracy.	Wskazuje zastosowania AI w tworzeniu treści, analizie, automatyzacji i organizacji pracy.	Test teoretyczny
Uczestnik identyfikuje zasady bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z AI.	Rozpoznaje ryzyka dotyczące prywatności, bezpieczeństwa, etyki i jakości odpowiedzi.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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

Szkolenie odbywa się w formie mieszanej: stacjonarnej połączonej z usługą zdalną w czasie rzeczywistym.

Walidacja poprzez test teoretyczny zostanie przeprowadzona w pierwszych 20 minutach oraz ostatnich 20 minutach szkolenia.

Czas trwania według programu szkolenia: 2 dni (16 godzin).

Metody interaktywne i aktywizujące:

1. metoda warsztatowa i samodzielna praca uczestników;
2. ćwiczenia praktyczne;
3. demonstracja trenera i odtwarzanie krok po kroku;
4. dyskusja moderowana oraz bieżąca informacja zwrotna.

Program szkolenia – zakres tematyczny:

1. Wprowadzenie do AI i ChatGPT

1. Historia i rozwój sztucznej inteligencji
2. Co to jest ChatGPT? Omówienie AI i jego możliwości
3. Wprowadzenie do LLM (GPT-3, GPT-4)
4. Ograniczenia i wyzwania współczesnych LLM

2. Podstawy AI i uczenia maszynowego

1. Miary jakości
2. Natural Language Processing (NLP)
3. Przegląd interfejsu użytkownika ChatGPT
4. Tokeny – jak wygenerować oraz czym jest przestrzeń tokenów
5. Zasady bezpieczeństwa i prywatności przy korzystaniu z AI
6. Etyczne i prawne aspekty sztucznej inteligencji

3. Efektywne korzystanie z ChatGPT w pracy biurowej

1. Automatyzacja codziennych zadań
2. Organizacja spotkań i zarządzanie kalendarzem
3. Tłumaczenia i korekta tekstów
4. Tworzenie własnych wirtualnych asystentów

4. Integracje z innymi modelami AI i usługami

1. DALL-E (generowanie obrazów)
2. Whisper (mowa)
3. Narzędzia AI do generowania filmów

5. Porównanie różnych modeli językowych

1. ChatGPT, Gemini, Bert, LaMDA, Copilot, BING
2. Mocne i słabe strony różnych modeli językowych w różnych zadaniach

6. Generatywna Sztuczna Inteligencja

1. Sposób na idealny prompt
2. Ciekawe prompty dla ChatGPT
3. Pluginy do ChatGPT
4. Alternatywy dla ChatGPT
5. Generowanie obrazu i dźwięku
6. Inne przydatne narzędzia oparte o AI

7. Wydajne korzystanie z AI

1. Symulacja ChatGPT jako pracownika firmy
2. Gotowe addony i zapytania oraz skrypty w Excelu
3. Jak zbudować idealny prompt?
4. Wykorzystanie ChatGPT w SEO, marketingu, poprawie tekstów, języków obcych, wystąpień, wykresów, kodu, social mediów
5. Inne wtyczki związane z ChatGPT warto poznać

8. Przyszłość AI

1. Zagrożenia i ograniczenia związane z AI – z perspektywy korporacji

- 2. AI jako cyfrowy bliźniak
- 3. Etyka, bezpieczeństwo, strategia wdrażania

9. Warsztaty praktyczne

- 1. Ćwiczenia interaktywne: symulacja zadań biurowych z wykorzystaniem ChatGPT
- 2. Analiza przypadków, gdzie ChatGPT może zwiększyć efektywność pracy

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 17 -	Walidacja	-	29-10-2026	08:00	08:20	00:20	Tak
2 z 17 1. Wprowadzenie do AI i ChatGPT	Zajęcia	Paweł Wysocki	29-10-2026	08:20	10:30	02:10	Tak
3 z 17 -	Przerwa	-	29-10-2026	10:30	10:45	00:15	Tak
4 z 17 2. Podstawy AI i uczenia maszynowego	Zajęcia	Paweł Wysocki	29-10-2026	10:45	12:15	01:30	Tak
5 z 17 -	Przerwa	-	29-10-2026	12:15	12:45	00:30	Tak
6 z 17 3. Efektywne korzystanie z ChatGPT w pracy biurowej	Zajęcia	Paweł Wysocki	29-10-2026	12:45	14:15	01:30	Tak
7 z 17 -	Przerwa	-	29-10-2026	14:15	14:30	00:15	Tak
8 z 17 4. Integracje z innymi modelami AI i usługami	Zajęcia	Paweł Wysocki	29-10-2026	14:30	16:00	01:30	Tak
9 z 17 5. Porównanie różnych modeli językowych	Zajęcia	Paweł Wysocki	30-10-2026	08:00	10:30	02:30	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
10 z 17 -	Przerwa	-	30-10-2026	10:30	10:45	00:15	Tak
11 z 17 6. Generatywna Sztuczna Inteligencja	Zajęcia	Paweł Wysocki	30-10-2026	10:45	12:15	01:30	Tak
12 z 17 -	Przerwa	-	30-10-2026	12:15	12:45	00:30	Tak
13 z 17 7. Wydajne korzystanie z AI	Zajęcia	Paweł Wysocki	30-10-2026	12:45	14:15	01:30	Tak
14 z 17 -	Przerwa	-	30-10-2026	14:15	14:30	00:15	Tak
15 z 17 8. Przyszłość AI	Zajęcia	Paweł Wysocki	30-10-2026	14:30	15:05	00:35	Tak
16 z 17 9. Warsztaty praktyczne	Zajęcia	Paweł Wysocki	30-10-2026	15:05	15:40	00:35	Tak
17 z 17 -	Walidacja	-	30-10-2026	15:40	16:00	00:20	Tak

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:20
w tym suma godzin walidacji	00:40
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

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, jeśli 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	1 832,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 490,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	114,54 PLN
Koszt osobogodziny netto	93,13 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Wysocki

Certyfikowany Trener Microsoft
Trener i konsultant specjalizujący się w Microsoft Excel oraz praktycznym wykorzystaniu narzędzi sztucznej inteligencji w pracy. Prowadzi szkolenia z programu Excel na poziomie podstawowym, średnio zaawansowanym i zaawansowanym, a także szkolenia dotyczące zastosowania AI w codziennych zadaniach zawodowych.
Z Expose związany od 2023 roku. Wcześniejsze doświadczenie szkoleniowe zdobywał m.in. jako edukator w Centrum Nauki Kopernik oraz trener z zakresu nowych technologii, programowania w Pythonie, elektroniki i analizy danych doświadczalnych. Dzięki połączeniu doświadczenia technicznego i dydaktycznego koncentruje się na praktycznym przekazywaniu wiedzy i pracy na przykładach możliwych do wykorzystania przez uczestników w ich codziennych obowiązkach.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- 1. Zapewniamy autorskie materiały szkoleniowe w PDF, obejmujące część teoretyczną i praktyczną.

2. Uczestnicy otrzymują pliki elektroniczne do ćwiczeń podczas szkolenia.
3. Po szkoleniu uczestnik otrzyma zaświadczenie ukończenia szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. podstawowa obsługa komputera i przeglądarki internetowej;
2. komputer z dostępem do Internetu;
3. możliwość korzystania z narzędzi AI omawianych podczas szkolenia;
4. minimalny poziom frekwencji: 80%.

Przy szkoleniach stacjonarnych stanowisko komputerowe z niezbędnym oprogramowaniem zapewnia Expose.

Warunki techniczne

Adres

ul. Skierniewicka 10A

01-230 Warszawa

woj. mazowieckie

Budynek Adgar Renaissance Tower

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Ewelina Mańka

E-mail ewelina.manka@expose.pl

Telefon (+48) 570 405 585