



TZ-Consultans
Tadeusz
Zawistowski

Brak ocen dla tego dostawcy

Kompetencje AI w pracy. Jak szybko usprawnić codzienne zadania?

Numer usługi 2026/08/11/7026/3740413

- 🗂 Usługa szkoleniowa
- 💻 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 06:00 h
- 📅 03.11.2026 do 03.11.2026

848,70 PLN brutto
690,00 PLN netto
141,45 PLN brutto/h
115,00 PLN netto/h
233,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Internet
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest przeznaczone dla osób początkujących (tj. nie posiadających doświadczenia lub mających podstawowe doświadczenie w wykorzystaniu narzędzi sztucznej inteligencji), które chcą usprawnić swoją pracę przy zachowaniu wysokich standardów jakości i bezpieczeństwa.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	27-10-2026
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

Po zakończeniu szkolenia uczestnik dobiera i wykorzystuje narzędzia sztucznej inteligencji do realizacji typowych zadań zawodowych, formułuje skuteczne polecenia, analizuje i weryfikuje wyniki generowane przez AI oraz stosuje zasady bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania ze sztucznej inteligencji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia podstawowe zastosowania i ograniczenia narzędzi AI w pracy zawodowej	• wskazuje przykłady zastosowania AI w zadaniach zawodowych; • rozróżnia podstawowe funkcje wybranych narzędzi AI; • identyfikuje ograniczenia modeli generatywnych, w tym ryzyko halucynacji; • dobiera narzędzie AI do rodzaju zadania.	Test teoretyczny
Stosuje zasady bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z AI	• identyfikuje ryzyka związane z przekazywaniem AI danych osobowych, poufnych i chronionych; • rozróżnia sytuacje wymagające dodatkowej kontroli człowieka; • wskazuje zasady bezpiecznego korzystania z AI; • ocenia ryzyko wykorzystania AI w określonym zadaniu zawodowym	Test teoretyczny
Formułuje polecenia dla narzędzi AI adekwatnie do celu zadania	• określa cel i kontekst polecenia; • wskazuje oczekiwany zakres i format odpowiedzi; • modyfikuje polecenie w celu poprawy jakości rezultatu; • dobiera sposób sformułowania promptu do rodzaju zadania	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje AI do opracowywania treści i dokumentów zawodowych	• przygotowuje projekt pisma, wiadomości, dokumentu, wystąpienia lub pogłębionego raportu; • dostosowuje treść do celu i odbiorcy; • ocenia rezultat wygenerowany przez AI; • wprowadza niezbędne korekty przed wykorzystaniem materiału	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyszukuje i weryfikuje informacje z wykorzystaniem AI	• formułuje zapytanie odpowiadające celowi wyszukiwania; • dobiera narzędzie do wyszukiwania informacji; • identyfikuje źródła wskazane przez AI; • weryfikuje kluczowe informacje przed ich wykorzystaniem; • rozpoznaje ryzyko halucynacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Analizuje dokumenty przy pomocy AI	• formułuje polecenie dotyczące streszczenia, analizy lub wyszukania informacji; • wyodrębnia informacje istotne dla zadania; • porównuje odpowiedź AI z treścią dokumentu źródłowego; • ocenia poprawność uzyskanego rezultatu	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykorzystuje AI pomocniczo w zadaniach wymagających zwiększonej ostrożności	• identyfikuje sytuacje, w których AI nie powinno zastępować oceny człowieka; • wskazuje konieczność weryfikacji informacji prawnych i innych informacji wysokiego ryzyka; • odróżnia sugestie AI od informacji wymagającej potwierdzenia w wiarygodnym źródle	Test teoretyczny
Generuje materiały graficzne z wykorzystaniem AI	• formułuje polecenie opisujące oczekiwany materiał graficzny; • dostosowuje polecenie do przeznaczenia materiału; • ocenia zgodność rezultatu z założonym celem; • identyfikuje ryzyka związane z wykorzystaniem wygenerowanego obrazu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera narzędzia AI do określonych zadań zawodowych	• porównuje podstawowe zastosowania omawianych narzędzi; • wskazuje narzędzie odpowiednie do rodzaju zadania; • uzasadnia wybór narzędzia; • wskazuje zadania zawodowe, które mogą zostać usprawnione z wykorzystaniem AI	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

1. Przywitanie uczestników, prezentacja celu szkolenia, sprawy organizacyjne.

2. Pre-test

3. Sesja techniczna

• sposoby udostępniania konwersacji z AI (ćwiczenie)

• prezentacja najważniejszych funkcji Chat GPT, Perplexity i Gemini.
1. Teoria: wprowadzenie do AI

• Czy sztuczna inteligencja myśli?

• Szanse i ryzyka związane z wykorzystaniem AI na Twoim stanowisku pracy.

• Zasady odpowiedzialnego korzystania z AI. Wytyczne Ministerstwa Cyfryzacji.

• AI i prawa autorskie. Czy możemy wykorzystywać teksty, obrazy, filmy i kod komputerowy napisany przez sztuczną inteligencję?

• Techniki efektywnego promptowania – czyli jak pisać komendy, aby otrzymać wartościowe rezultaty?
1. Praktyka: część warsztatowa – praca własna pod kierunkiem trenera (ćwiczenia):

• AI jako doradca w trudnych lub delikatnych sprawach służbowych.

• Opracowanie pism i wzorów dokumentów, e-maili i wystąpień.

• Inteligentna wyszukiwarka. Znajdź informacje, które nie pojawiają się w zwykłych wyszukiwarkach.

• Opracowanie pogłębionych raportów. Problem halucynacji i jak mu zaradzić?

• Pomoc w sprawach prawnych. Dlaczego trzeba zachować najwyższą ostrożność?

• Praca na dokumentach dostarczonych AI. Streszczenia, analizy, wyłuskiwanie informacji.

• Generowanie obrazów dla różnych potrzeb służbowych.
1. Prezentacja innych przydatnych modeli

• Notebook

• Claude

• Copilot

• Bielik

• PLLuM

• Deep-I
1. Post-test

2. Podsumowanie i dyskusja

Walidacja szkolenia - w formie testu teoretycznego (pre i post test), które zostaną przekazane po rozpoczęciu się szkolenia oraz przed jego zakończeniem. W trakcie szkolenia obserwacja w warunkach symulowanych (praktyczne ćwiczenia).

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 -	Walidacja	LUIZA JANKIEWICZ	03-11-2026	09:00	09:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 9 Sposoby udostępniania konwersacji z AI (ćwiczenie); prezentacja najważniejszych funkcji Chat GPT, Perplexity i Gemini.	Zajęcia	Maciej Wnuk	03-11-2026	09:15	10:15	01:00
3 z 9 -	Przerwa	-	03-11-2026	10:15	10:30	00:15
4 z 9 Wprowadzenie do AI	Zajęcia	Maciej Wnuk	03-11-2026	10:30	11:45	01:15
5 z 9 -	Przerwa	-	03-11-2026	11:45	12:00	00:15
6 z 9 Praktyka: część warsztatowa – praca własna pod kierunkiem trenera (ćwiczenia)	Zajęcia	Maciej Wnuk	03-11-2026	12:00	13:15	01:15
7 z 9 -	Przerwa	-	03-11-2026	13:15	13:45	00:30
8 z 9 cd Praktyka: część warsztatowa – praca własna pod kierunkiem trenera (ćwiczenia). Prezentacja innych przydatnych modeli	Zajęcia	Maciej Wnuk	03-11-2026	13:45	14:50	01:05
9 z 9 -	Walidacja	LUIZA JANKIEWICZ	03-11-2026	14:50	15:00	00:10

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	06:00
w tym suma godzin zajęć	04:35
w tym suma godzin walidacji	00:25
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	06:30

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, 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	848,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	690,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	141,45 PLN
Koszt osobogodziny netto	115,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	06:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Maciej Wnuk

Osoba prowadząca usługę

Trener: Maciej Wnuk

Autor „Dekalogu wykorzystania sztucznej inteligencji w pracy”.

Entuzjasta nowoczesnych narzędzi, przy jednoczesnym zwracaniu uwagi na przestrzeganie obowiązujących przepisów i zasad. Wykorzystuje dostępne narzędzia AI w swojej działalności. Bada szanse i ryzyka ich wykorzystania w pracy sektora publicznego i prywatnego na poziomie indywidualnego pracownika.

Ukończył intensywne kursy:

- GenAI Code zorganizowany przez Elephant AI,
- Umiejętności Jutra AI zorganizowany przez Google,
- Agenci AI No-Code zorganizowany przez Elephant AI.

Przeprowadził kilkadziesiąt szkoleń z podstaw wykorzystania AI w pracy, bardzo dobrze ocenionych przez uczestników.

Potrafi prosto przekazać umiejętności także osobom nietechnicznym.



2 z 2

LUIZA JANKIEWICZ

Osoba prowadząca walidację

Organizacja szkoleń od ponad 10 lat.

Osoba odpowiedzialna za walidację przeprowadzi ocenę efektów uczenia się z wykorzystaniem testu wiedzy w formule pre-testu i post-testu. Po rozpoczęciu szkolenia przekaze uczestnikom link do pre-test przygotowany przez prowadzącego szkolenie oraz będzie sprawować nadzór nad jego wypełnianiem. Po zakończeniu testu zbierze wypełnione arkusze.

Przed zakończeniem szkolenia przekaze uczestnikom link do post-test, również przygotowany przez prowadzącego szkolenie, będzie nadzorować jego wypełnianie, a następnie zbierze wypełnione testy. Zebrane pre-testy i post-testy zostaną przekazane prowadzącemu szkolenie do sprawdzenia i porównania wyników w celu oceny osiągnięcia efektów uczenia się przez uczestników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników:

1. Prezentacja.
2. Spis wykonanych zadań z otrzymanymi wynikami.
3. Lista zadań do samodzielnego doskonalenia.

Warunki techniczne

Szkolenie będzie realizowane zdalnie w czasie rzeczywistym za pośrednictwem platformy Microsoft Teams. Uczestnik powinien dysponować komputerem stacjonarnym lub laptopem (zalecane) albo urządzeniem mobilnym z dostępem do Internetu. Urządzenie powinno być wyposażone w aktualną wersję przeglądarki internetowej (np. Microsoft Edge, Google Chrome, Mozilla Firefox) lub zainstalowaną bezpłatną aplikację Microsoft Teams. Wymagane jest stabilne łącze internetowe, umożliwiające płynny odbiór obrazu i dźwięku. Uczestnik powinien posiadać sprawny głośnik lub słuchawki oraz mikrofon. Przed rozpoczęciem szkolenia uczestnik otrzyma link umożliwiający dołączenie do spotkania oraz niezbędne informacje organizacyjne. Materiały szkoleniowe będą udostępniane w formie elektronicznej.

Kontakt



LUIZA JANKIEWICZ

E-mail l.jankiewicz@tz-c.pl

Telefon (+48) 662 296 948

Wersje

Dane wersji aktualnej	
Imię i nazwisko	LUIZA JANKIEWICZ
Numer wersji	2
Status	opublikowana
Data utworzenia	18-08-2026, 10:19:58