



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



GENEROWANIE TREŚCI Z WYKORZYSTANIEM SZTUCZNEJ INTELIGENCJI (AI)

Szkolenie online dla uczestnicy projektu – 2 godziny

Cele szkolenia

Po szkoleniu uczestnik:

- rozumie, czym jest generowanie treści przez AI,
- wie, jakie rodzaje treści można tworzyć z pomocą AI,
- potrafi formułować proste i skuteczne polecenia,
- umie poprawiać i weryfikować treści wygenerowane przez AI,
- zna zasady bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z AI.

Forma szkolenia

- spotkanie online
- krótkie ćwiczenia praktyczne,
- pytania uczestników w trakcie szkolenia.

PRZEBIEG SZKOLENIA – 2 GODZINY

1. Wprowadzenie – 10 minut

- Powitanie uczestników.
- Krótkie pytanie otwierające:
„Jakie treści tworzą Państwo na co dzień – e-maile, ogłoszenia, dokumenty?”
- Omówienie celu szkolenia.
- Podkreślenie:
AI jest narzędziem wspierającym – treść zawsze odpowiada człowiek.

2. Czym jest generowanie treści przez AI – 15 minut

Wyjaśnienie prostym językiem

- AI analizuje ogromne ilości tekstów,
- na tej podstawie tworzy nowe treści,
- nie „rozumie” treści jak człowiek, lecz przewiduje kolejne słowa.

Rodzaje treści generowanych przez AI

- teksty,
- obrazy,



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



- streszczenia,
- listy, plany, instrukcje.

. Jakie treści można tworzyć z pomocą AI – 20 minut

Przykłady zastosowań

- e-maile prywatne i służbowe,
- ogłoszenia i opisy,
- posty do mediów społecznościowych,
- notatki i podsumowania,
- proste instrukcje,
- treści edukacyjne.

Czego AI nie powinna robić samodzielnie

- decyzji prawnych,
- diagnoz medycznych,
- treści poufnych.

4. Jak pisać dobre polecenia (prompty) – 25 minut

Zasady skutecznych poleceń

- jasno określ cel,
- podaj kontekst (dla kogo, po co),
- określ formę i długość,
- poproś o prosty język.

Przykład

Zamiast:

„Napisz maila”

Lepiej:

„Napisz krótki, uprzejmy e-mail do urzędu z prośbą o informację, prostym językiem.”

5. Przerwa – 5 minut

6. Pokaz generowania treści – 20 minut

Instruktor pokazuje:

- tworzenie e-maila,



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



- poprawę stylu tekstu,
- skracanie i upraszczanie treści,
- poprawianie błędów językowych.

Omówienie:

- co było trafne,
- co wymagało korekty,
- jak poprawić polecenie.

7. Ćwiczenie praktyczne – 20 minut

Ćwiczenie (wspólne lub indywidualne)

Uczestnicy:

- formułują proste polecenie,
- generują krótki tekst,
- poprawiają treść (styl, długość, jasność),
- porównują efekty.

Prowadzący omawia przykłady.

8. Weryfikacja i odpowiedzialność – 15 minut

Dlaczego trzeba sprawdzać treści AI

- mogą zawierać błędy,
- mogą być nieaktualne,
- mogą brzmieć dobrze, ale być nieprecyzyjne.

Zasada

„AI pisze – człowiek zatwierdza.”

9. Bezpieczeństwo i etyka – 15 minut

Zasady bezpiecznego korzystania

- nie wklejamy danych osobowych,
- nie podajemy haseł i numerów dokumentów,
- nie kopiujemy treści bez refleksji.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Etyka

- informowanie, gdy treść powstała z pomocą AI,
- odpowiedzialność za publikowane treści.

10. Podsumowanie i pytania – 10 minut

Najważniejsze wnioski

- AI może znacznie ułatwić tworzenie treści,
- dobre polecenie to klucz do jakości,
- treści zawsze wymagają kontroli.

Czas na pytania uczestników.

Materiały dla uczestników (opcjonalnie)

- ściągą: „Jak pisać dobre polecenia do AI”,
- przykłady zastosowań,
- lista zasad bezpieczeństwa.