



## Szkolenie - Praktyczne zastosowanie sztucznej inteligencji w biznesie – zwiększanie produktywności i kompetencji cyfrowych

Numer usługi 2026/06/08/182360/3612580

1 107,00 PLN brutto  
 900,00 PLN netto  
 105,43 PLN brutto/h  
 85,71 PLN netto/h  
 154,44 PLN cena rynkowa ⓘ

JKR TRAINING  
 SZKOLENIA &  
 DORADZTWO  
 SPÓŁKA JAWNA

IWONA  
 MAZELANIK, JAROS  
 ŁAW DRZAZGA

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

- 🗉 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 10:30 h
- 📅 19.08.2026 do 20.08.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Biznes / Organizacja
<b>Identyfikatory projektów</b>	Małopolski Pociąg do kariery
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Pracownicy firm, menedżerowie, specjaliści, administracja, osoby chcące zwiększyć produktywność i efektywność pracy dzięki wykorzystaniu sztucznej inteligencji.  Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	4
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	12-08-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego wykorzystywania sztucznej inteligencji do realizacji zadań zawodowych, automatyzacji pracy oraz tworzenia treści i multimediów z zachowaniem zasad etycznych i bezpieczeństwa.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozumie czym jest sztuczna inteligencja i modele językowe.	Uczestnik wyjaśnia pojęcie AI, opisuje działanie modeli językowych oraz wskazuje przykłady zastosowań w biznesie.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi wykorzystywać AI do zwiększania produktywności osobistej.	Uczestnik planuje zadania z wykorzystaniem AI, automatyzuje wybrane czynności i wskazuje obszary usprawnień w swojej pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna zasady skutecznego promptowania.	Uczestnik buduje poprawne prompty zawierające rolę, kontekst, cel i format odpowiedzi oraz koryguje błędne polecenia.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi generować treści biznesowe z użyciem AI.	Uczestnik przygotowuje mail, raport, tabelę i podsumowanie dokumentu z wykorzystaniem AI zgodnie z założonym celem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi wykorzystywać AI w zadaniach zawodowych.	Uczestnik dobiera narzędzie AI do problemu biznesowego i proponuje rozwiązanie z jego użyciem.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi tworzyć materiały graficzne i multimedialne z użyciem AI.	Uczestnik generuje grafikę, fragment prezentacji lub wideo z wykorzystaniem narzędzi AI.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna zasady bezpiecznego i etycznego korzystania z AI.	Uczestnik identyfikuje ryzyka, stosuje zasady ochrony danych i poprawnie reaguje w sytuacjach problemowych.	Test teoretyczny
Uczestnik wykorzystuje AI do wspierania kompetencji zielonych.	Uczestnik wskazuje możliwości optymalizacji procesów, redukcji zużycia papieru i zasobów dzięki AI.	Test teoretyczny

## 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 wyraźnie 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 grupach od 4 do 20 osób zdalnie w czasie rzeczywistym na platformie MS Teams. Uczestnicy przed szkoleniem otrzymują link do udziału w szkoleniu.

**Szkolenie trwa 10,50 godzin zegarowych.**

W harmonogramie uwzględniono przerwy, które wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Wymiar przerw 2 x 15 min/ 1 dzień szkoleniowy.

Walidacja wliczona jest do czasu trwania szkolenia.

**Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną:**

- Zajęcia teoretyczne trwają 2,5 godzin zegarowych
- Zajęcia praktyczne wynoszą 6,5 godzin zegarowych
- w tym walidacja 1 godzina zegarowa
- przerwy 1,5 godziny zegarowej

**Moduł 1 – Czym jest sztuczna inteligencja? (1h)**

- Definicja AI i modele językowe.
- Jak działa ChatGPT i inne narzędzia.
- Przykłady zastosowań w biznesie.
- AI a kompetencje cyfrowe i zielone.
- Szanse i ograniczenia technologii.

**Moduł 2 – Produktywność osobista z AI (1h)**

- Automatyzacja codziennych zadań.
- Zarządzanie czasem z pomocą AI.
- Organizacja pracy i planowanie.
- AI jako osobisty asystent.

**Moduł 3 – Podstawy skutecznego promptowania (1h)**

- Czym jest prompt.
- Struktura dobrego polecenia.
- Techniki: role, kontekst, format, styl.
- Najczęstsze błędy.

**Moduł 4 – Wykorzystanie AI w pracy zawodowej (1h)**

- Przykłady zastosowań w różnych branżach.
- Obsługa klienta.
- Marketing, HR, administracja, sprzedaż.

- Wspomaganie decyzji.

#### Moduł 5 – Generowanie treści (1h)

- Pisanie maili i raportów.
- Tworzenie tabel i zestawień.
- Podsumowania dokumentów.
- Redagowanie i korekta tekstów.

#### Moduł 6 – Bezpieczne i etyczne korzystanie z AI (0,5h)

- Ochrona danych.
- Prywatność i RODO.
- Odpowiedzialne użycie AI.
- Ryzyka i dobre praktyki.

#### Moduł 7 – Generowanie obrazów i multimediiów (1,5h)

- Tworzenie grafik (ChatGPT, Canva).
- Projektowanie wizualne.
- Generowanie animacji i wideo ze zdjęć.
- Awatary AI i filmy prezentacyjne.

#### Moduł 8 – Prezentacje i narzędzia AI w biznesie (1h)

- Generowanie prezentacji.
- Automatyzacja slajdów.
- Przegląd narzędzi AI.
- Chatboty wspierające kontakt z klientem.

#### Moduł 9 – Walidacja (1h)

- Test teoretyczny.
- Podsumowanie szkolenia

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 18

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 18</b> Moduł 1 – Czym jest sztuczna inteligencja?	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	16:00	17:00	01:00
<b>2 z 18</b> Moduł 2 – Produktywność osobista z AI	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	17:00	17:30	00:30
<b>3 z 18</b> -	Przerwa	-	19-08-2026	17:30	17:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 18 Moduł 2 – Produktywność osobista z AI	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	17:45	18:15	00:30
5 z 18 Moduł 3 – Podstawy skutecznego promptowania	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	18:15	18:45	00:30
6 z 18 -	Przerwa	-	19-08-2026	18:45	19:00	00:15
7 z 18 Moduł 3 – Podstawy skutecznego promptowania	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	19:00	19:30	00:30
8 z 18 Moduł 4 – Wykorzystanie AI w pracy zawodowej	Zajęcia	Iwona Mazelanik	19-08-2026	19:30	20:30	01:00
9 z 18 Moduł 5 – Generowanie treści	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	15:30	16:30	01:00
10 z 18 Moduł 6 – Bezpieczne i etyczne korzystanie z AI	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	16:30	17:00	00:30
11 z 18 -	Przerwa	-	20-08-2026	17:00	17:15	00:15
12 z 18 Moduł 6 – Bezpieczne i etyczne korzystanie z AI	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	17:15	17:45	00:30
13 z 18 Moduł 7 – Generowanie obrazów i multimediów	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	17:45	18:15	00:30
14 z 18 -	Przerwa	-	20-08-2026	18:15	18:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>15 z 18</b> Moduł 7 – Generowanie obrazów i multimediów	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	18:45	19:15	00:30
<b>16 z 18</b> Moduł 8 – Prezentacje i narzędzia AI w biznesie	Zajęcia	Iwona Mazelanik	20-08-2026	19:15	20:15	01:00
<b>17 z 18</b> -	Przerwa	-	20-08-2026	20:15	20:30	00:15
<b>18 z 18</b> -	Walidacja	-	20-08-2026	20:30	21:30	01:00

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	10:30
w tym suma godzin zajęć	08:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	01:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	12:00

## 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	1 107,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	105,43 PLN
Koszt osobogodziny netto	85,71 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	10:30

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Iwona Mazelanik

Doświadczenie zawodowe

- 25 lat doświadczenia w obszarze HR, jako specjalista i praktyk w zakresie czasu pracy, organizacji szkoleń, prowadzenia rekrutacji oraz obsługi kadrowej i płacowej; w tym:

4 lata - doradca w obszarze HR - praca na stanowisku HR Biznes Partnera

4 lata - doświadczenie menedżerskie – praca na stanowisku kierownika w obszarze HR

- 22 lata doświadczenia jako trener kompetencji menadżerskich i miękkich

- 17 lat doświadczenia jako współlnk spółki jawnej zajmującej się szkoleniem i doradztwem w zakresie rozwoju pracowników

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu zarządzania, wykorzystania AI w zarządzaniu czasem, motywowania pracowników, komunikacji w zespole, budowania zespołu, asertywności, radzenia sobie ze stresem oraz przeciwdziałania mobbingowi w miejscu pracy, prawa pracy, czasu pracy i czasu pracy kierowców. Zrealizowała ponad 1500 godzin szkoleniowych w ciągu ostatnich 5 lat i przeszkoliła ponad 1200 osób.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Uczestnicy otrzymują skrypt z materiałami do samodzielnego utrwalenia materiału wraz z zadaniem wdrożeniowym

### Warunki uczestnictwa

Wymogi unijne związane z realizacją szkolenia z dofinansowaniem:

- Logowanie się pełnym imieniem i nazwiskiem
- Włączona kamera oraz dostęp do mikrofonu
- Fakt uczestnictwa w usłudze rozwojowej zostanie potwierdzony raportem z logowania

Niespełnienie powyższych może skutkować brakiem dofinansowania

- Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% - 100% (w zależności od programu dofinansowania i podpisanej umowy z Operatorem) zajęć usługi rozwojowej
- W ramach realizacji usług szkoleniowych, Organizator utrwała wizerunek Uczestników w formie nagrań wideo, fotografii lub innych materiałów audiowizualnych wyłącznie w celach archiwizacyjnych, kontrolnych oraz dokumentacyjnych związanych z projektem dofinansowanym.
- Uczestnik zapisując się na szkolenie wyraża zgodę na utrwalenie i wykorzystanie jego wizerunku w wyżej wymienionych celach.
- Organizator nie udostępnia nagrań Uczestnikom po szkoleniu.

## Informacje dodatkowe

PODSTAWA ZWOLNIENIA Z VAT (w przypadku szkoleń z dofinansowaniem):

Podstawa prawna zwolnienia to art.43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2011 r. Nr 177, poz. 1054, z późn. zm.) w zw. z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z dnia 31 grudnia 2013 r. Poz. 1722).

Jeżeli usługa szkoleniowa ma charakter kształcenia zawodowego lub służy przekwalifikowaniu zawodowemu pracowników oraz jest finansowana przynajmniej w 70% ze środków publicznych, jest możliwość zastosowania zwolnienia z podatku VAT zgodnie z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług.

**Możemy przygotować szkolenie zamknięte, w którym wezmą udział pracownicy tylko jednej firmy, a program szkolenia może zostać dostosowany do indywidualnych potrzeb zamawiającego.**

## Warunki techniczne

### MINIMALNE WYMAGANIA SPRZĘTOWE I WYMAGANIA DOTYCZĄCE PARAMETRÓW ŁĄCZA SIECIOWEGO

Zajęcia prowadzone są w formie zdalnej na żywo.

Do prowadzenia zajęć wykorzystywany jest MS Teams.

Uczestnik szkolenia może korzystać z komputera, laptopa, tabletu lub smartfona.

Urządzenie powinno posiadać głośnik lub słuchawki, mikrofon, kamerę.

Biorąc udział w szkoleniu online uczestnik ma stały i bezpośredni kontakt z trenerem oraz możliwość zadawania na bieżąco pytań na czacie lub za pomocą mikrofonu.

Przed szkoleniem uczestnicy otrzymują link do szkolenia - osobny link na każdy dzień szkolenia.

Aby uczestniczyć w zajęciach i mieć dostęp do prezentowanych treści i materiałów nie ma potrzeby posiadania lub instalowania żadnego dodatkowego specjalnego oprogramowania, można skorzystać z przeglądarki.

### Wymagania sprzętowe

Wymagania sprzętowe, jakie powinno spełniać urządzenie (np. komputer, laptop, tablet) lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji (specyfikacja techniczna):

- 2 GHz procesor dual-core lub lepszy (preferowany 4-rdzeniowy).
- 2 GB pamięci RAM (rekomendujemy 4 GB lub więcej).
- System operacyjny: Windows 8 (rekomendowany Windows 10), Mac OS 10.13 (rekomendowana jest najnowsza wersja), Linux, Chrome OS.
- Najnowsze oficjalne wersje Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge, Opera.

### Wymagania dotyczące łącza internetowego

Polecamy korzystanie ze stałego łącza internetowe. Jeśli to możliwe należy stosować połączenie kablowe Ethernet zamiast Wi-Fi. Internet powinien charakteryzować się minimalną prędkością pobierania 2 Mb/s.

Wymagania przepustowości: audio: 256 kbps, audio i wideo: 512 kbps, audio, wideo i udostępnianie pulpitu: 1024 kbps.

# Kontakt



**Iwona Mazelanik**

**E-mail** [iwona.mazelanik@jkrtraining.pl](mailto:iwona.mazelanik@jkrtraining.pl)

**Telefon** (+48) 608 052 658