

ИИ как инструмент мышления

Научитесь писать сильные запросы к ChatGPT, Claude и Perplexity, проверять ответы, анализировать документы и внедрять ИИ в реальные задачи — без технического бэкграунда.

15

уроков

4

модуля

~3.5 часа видео 5 000 ₽

видео

СТОИМОСТЬ

КОМУ ЭТО НУЖНО

Любому специалисту, который хочет работать с ИИ системно — без программирования.

ЧТО ВНУТРИ

Видеоуроки с ИИ-аватаром + слайды

- 15 видеоуроков, 4 модуля, ~3,5 часа
- 10+ готовых промтов и шаблонов
- Чек-лист проверки фактов и карта инструментов
- Демо-урок и preview-слайды

Страница курса: <https://hr-s.ru/courses/ai-thinking/>

ЧТО ВЫ ПОЛУЧИТЕ

Материалы остаются у вас навсегда

Доступ к урокам открыт 30 дней, но всё, что скачано, продолжает работать и после.

10+ шаблонов промтов

Для типовых задач: письма, отчёты, анализ документов, презентации. Копируете, адаптируете — работает.

Чек-лист проверки фактов

Пошаговая инструкция: как убедиться, что ответ ИИ правильный, прежде чем использовать.

Карта выбора инструмента

Наглядная схема: какой ИИ для какой задачи. ChatGPT, Claude, Perplexity — каждому своё.

План внедрения на 30 дней

Составите на последнем уроке: 3 задачи, настроенные инструменты и чек-лист готовности.

РЕЗУЛЬТАТЫ: ЧТО ВЫ БУДЕТЕ УМЕТЬ ПОСЛЕ КУРСА

Писать запросы, которые работают с первого раза

Формула РЗКФО: роль, задача, контекст, формат, ограничения.

Черновик документа за 5 минут вместо часа.

Проверять ответы ИИ за 30 секунд

Три вопроса, которые сразу покажут, можно ли доверять ответу.

Никаких галлюцинаций в ваших документах.

Выбирать правильный инструмент под задачу

ChatGPT для генерации, Claude для анализа, Perplexity для исследований — каждому инструменту своё место.

Разбирать PDF и договоры через ИИ

Загрузили документ → задали вопрос → получили ответ с цитатами.

Не нужно вычитывать 50 страниц вручную.

Собрать свой рабочий AI-процесс

Проект с контекстом, промтами и памятью.

К каждому уроку — раздатка

Не слайды и не стенограмма: конспект урока с кадрами из него, фактами и источниками. У этого курса раздатки по 17–32 страницы на урок — их можно читать вместо видео и возвращаться к ним потом.



Полный материал урока

Введение: почему этот урок первый?

Когда вы впервые слышите про ИИ, в голове возникают две крайности. С одной стороны, появились новостные заголовки про то, как ИИ заменит все профессии. С другой — сложилось впечатление, что это очередная «игрушка» для развлечения. На самом деле, истина находится посередине.

ИИ в 2026 году — это мощный инструмент, похожий на калькулятор или интернет. Калькулятор не решает математические задачи вместо вас; он позволяет вам решить больше задач быстрее. Интернет не заменил писателей; он дал каждому писателю доступ к информации. Так же и ИИ: он не заменит вашу экспертизу, но он может её многократно усилить.

Вот почему урок 1 — это именно о том, что ИИ умеет и не умеет. Вы должны реалистично оценить возможности инструмента. Переоценка приведёт к разочарованию; недооценка — к упущенным возможностям.

Две крайности восприятия ИИ

«ИИ заменит всех!» Панель ИИ займёт все рабочие места, но все уйдет, профессии исчезнут. Пессимизм — разочарование	«Просто игрушка» Сильные интеллектуальные технологии не помогут и забыть, ничего серьёзного. Надоедание — упущенные возможности
--	--

Истина — посередине
 ИИ — это мощный инструмент, как калькулятор или интернет. Он не заменит экспертов, но многократно их усилит.

Формула эффективности

Мы много раз вернёмся к этой формуле:

Эффективность = Ваша экспертиза × Потенциал ИИ

Что это значит на практике? Рассмотрим два примера.

Что на странице

- Аннотация урока — о чём он и зачем
- Кадр из урока, а не пересказ словами
- Блок «Кратко» — факты с источником и датой
- Промты и чек-листы отдельными файлами

На развороте — вторая страница раздатки первого урока.

15 уроков в 4 модуля

М1. Фундамент

~40 минут

Понимание реальных возможностей ИИ, правила безопасной работы и ориентация в инструментах

- 01 Что ИИ умеет и чего не умеет
- 02 Правила безопасности
- 03 Ландшафт инструментов

ПРАКТИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ

После модуля вы будете точно знать, какой инструмент выбрать под задачу и что можно безопасно отправлять в ИИ

М2. Промтинг

~55 минут

Учимся говорить с ИИ так, чтобы он понимал с первого раза

- 01 Анатомия хорошего промта
- 02 Итерация и «думай вслух»
- 03 Работа с документами и данными
- 04 Факты, а не фабрикация

ПРАКТИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ

После модуля вы сможете писать запросы, которые дают нормальный, а не случайный результат

М3. Инструменты в глубину

~1 час 15 минут

Глубокое погружение в каждый ключевой инструмент

- 01 ChatGPT в глубину
- 02 Claude: проекты и артефакты
- 03 Claude Cowork и Chrome
- 04 Perplexity: Deep Research и Spaces
- 05 Генерация контента

ПРАКТИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ

После модуля вы освоите продвинутые функции ChatGPT, Claude и Perplexity, которые не знает большинство

М4. От навыка к системе

~40 минут

Переход от разовых запросов к постоянной системе работы с ИИ

- 01 Проекты, память, контекст
- 02 Агенты: три уровня
- 03 Ваш план на понедельник

ПРАКТИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ

После модуля у вас будет готовая система и персональный план внедрения, который начнёт работать с понедельника

Вопросы, которые задают чаще всего

Нужен ли технический бэкграунд?

Нет. Курс для всех специалистов, начинаем с самых основ. Программирование не требуется.

Когда я получу доступ?

Сразу после оплаты. Нет расписания, потоков и дедлайнов — учитесь в своём темпе.

Можно ли купить отдельный модуль?

Да, каждый из 4 модулей доступен отдельно. Но полный курс за 5 000 ₽ выгоднее, чем 9 000 ₽ за все модули по отдельности.

Сколько длится доступ?

30 дней. Достаточно, чтобы пройти курс дважды — каждый урок 10–20 минут, весь курс можно пройти за 2–3 вечера.

Выдаётся ли сертификат?

По итогам освоения программы и прохождения итогового контроля выдаётся сертификат об обучении по образцу, установленному организацией. Все ученики получают его автоматически.

Курсом целиком или по одному модулю

Полный курс

5 000 ₽

Все 15 уроков и 4 модуля. После курса вы будете писать сильные запросы, проверять ответы ИИ и работать с документами через ChatGPT, Claude и Perplexity. Окупается, если сэкономит вам хотя бы 2 часа работы.

М1. Фундамент

1 000 ₽

Возможности ИИ, безопасность и обзор инструментов.

М2. Промтинг

2 000 ₽

Формула промта, итерация, документы и галлюцинации.

М3. Инструменты

3 000 ₽

ChatGPT, Claude, Perplexity — продвинутые функции.

М4. Система

3 000 ₽

Проекты, агенты и персональный план внедрения.

Оплатить и начать

Наведите камеру на код или откройте страницу курса — оплата и доступ на той же странице.

<https://hr-s.ru/courses/ai-thinking/>

