

Excel Podstawowy z wykorzystaniem AI



Szkolenie 2-dniowe (16 h)

Charakter szkolenia

Szkolenie „Excel Podstawowy z wykorzystaniem AI” ma charakter praktyczny i nowoczesny, **łącząc naukę obsługi Excela z wykorzystaniem narzędzi sztucznej inteligencji**. Jego głównym celem jest pokazanie, jak dzięki AI można przyspieszyć wykonywanie zadań, zautomatyzować powtarzalne czynności i szybciej rozwiązywać problemy w arkuszach. Uczestnicy uczą się nie tylko **obsługi programu**, ale także skutecznego formułowania **poleceń dla modeli AI**, takich jak ChatGPT. Szkolenie rozwija umiejętność samodzielnego korzystania z AI w pracy biurowej, analitycznej i administracyjnej, zwiększając efektywność codziennej pracy z Excelem.

Adresaci szkolenia

Szkolenie adresowane jest do osób, które dopiero **rozpoczynają pracę z Excelem** lub korzystają z niego w podstawowym zakresie, a jednocześnie chcą poznać praktyczne zastosowania sztucznej inteligencji w **codziennych zadaniach biurowych**, analizie danych, raportowaniu i automatyzacji **prostych procesów**, niezależnie od branży i stanowiska.

Czego się nauczysz

- ✓ Zrozumiesz, czym jest sztuczna inteligencja i jak może **wspierać** pracę w Excelu.
- ✓ Nauczysz się tworzyć **skuteczne prompty**, dzięki którym AI podpowie rozwiązania problemów w arkuszu.
- ✓ Poznasz zasady **bezpiecznego** korzystania z AI i anonimizacji danych zgodnie z RODO.
- ✓ Opanujesz tworzenie **szablonów arkuszy**, budżetów, harmonogramów przy wsparciu AI.
- ✓ Dowiesz się, jak wykorzystywać AI do tworzenia i analizowania **formuł** w Excelu.
- ✓ Przećwiczysz filtrowanie, **wyszukiwanie** i **czyszczenie danych** z pomocą narzędzi AI.
- ✓ Nauczą się tworzyć **wykresy** i **interpretować dane**, wykorzystując wskazówki generowane przez AI.

Program szkolenia

Microsoft Excel Poziom Podstawowy z wykorzystaniem AI



16 h dydaktycznych (12 h zegarowych)

01 Wprowadzenie do Excela z AI

Co to jest model AI (np. ChatGPT) i jak działa?
Czym jest NLP i jakie ma zastosowanie przy użyciu AI?
Różnica między korzystaniem z AI, a korzystaniem z przeglądarki internetowej
W jaki sposób AI może ułatwić i przyspieszyć korzystanie z Excela
Ograniczenia w korzystaniu z AI w pracy z Excelem



30 min

02 Bezpieczeństwo danych i ich anonimizacja

Jakie dane są poufne?
RODO / GDPR a ChatGPT
Jak pracować z AI wydajnie, nie narażając się na wyciek danych
Czym jest anonimizacja danych?

- różnica między anonimizacją a pseudonimizacją
- dane osobowe vs dane wrażliwe

Dlaczego anonimizacja jest ważna?

- ryzyko wycieku danych
- zgodność z RODO / GDPR

Jak przygotować dane przed wystaniem do ChatGPT?

- zamiana danych na dane fikcyjne
- usuwanie niepotrzebnych kolumn
- użycie funkcji Excel do anonimizacji: ZASTĄP, LOS.ZAKR

Jak opisać strukturę danych zamiast przesyłać plik?



40 min

03 Tworzenie promptów do pracy z Excelem

Czym jest prompt i jak go budować
Struktura dobrego promptu
Przykłady dobrych i złych promptów
Jak mówić do AI językiem człowieka
Postępowanie się narzędziem do przechowywania promptów



40 min

04 Skróty klawiszowe

Skróty do przeglądania arkusza
Skróty dostępu do narzędzi
Skróty dotyczące wprowadzania formuł oraz danych
Skróty dotyczące zaznaczania
Skróty do postępowania się modelem AI



15 min

05 Szukanie i dostosowanie opcji Excela (z AI)

Przed wykorzystaniem AI do wyszukiwania opcji Excela, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Interfejsu Excela
- Działania menu z narzędziami w Excelu

Szukanie potrzebnych narzędzi z użyciem AI

Dodawanie skrótów w menu do najczęściej używanych narzędzi z użyciem AI

Ustawienie opcji poprawiania pisowni i autokorekty z użyciem AI

Ustawienie opcji zapisywania z użyciem AI



40
min

06 Formatowanie komórek (z AI)

Przed wykorzystaniem AI do pracy z formatowaniem komórek, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Narzędzi grupy "Czcionka", w zakładce "Narzędzia główne"
- Narzędzi grupy "Wyrównanie", w zakładce "Narzędzia główne"
- Zagadnienia scalania komórek
- Koncepcji "Formatów danych", czyli sposób prezentowania liczb i dat

Nadawanie oczekiwanego formatowania (wyglądu) komórek z użyciem AI

Rozwiązywanie problemów z formatowaniem komórek przy pomocy AI

Nadawanie danych właściwego formatu, z użyciem AI

Zmiana formatu z błędnego na prawidłowy, z użyciem AI



60
min

07 Tworzenie szablonów arkuszy (z AI)

Przed tworzeniem szablonów z AI, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Kopiowania i wklejania danych, wycinania danych, przeciągania komórek
- Wprowadzania serii danych, kolejnych liczb, kolejnych dat
- Wstawiania i usuwania wierszy oraz kolumn
- Ukrywania i odkrywania wierszy oraz kolumn
- Zmiany szerokości i wysokości kolumn i wierszy
- Ustawienia widoku arkusza (blokowanie wierszy/kolumn)

Zasady projektowania przejrzystych i funkcjonalnych arkuszy

Budowanie układów tabel z AI

Szablony budżetów, harmonogramów, planów projektowych i innych, przy użyciu AI

Organizacja arkuszy i formatowanie tabel, z użyciem AI

Rozszerzanie szablonów o formuły, przy pomocy AI

Przykłady zastosowania AI do tworzenia szablonów użytecznych w codziennych zadaniach



150
min

08 Tworzenie formuł (z AI)

Przed zastosowaniem AI do tworzenia formuł, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Adresowania komórek w Excelu – czyli odwołania ze znakiem \$ lub bez znaku \$.
- Zasady przeciągania formuł.
- Wskazywanie komórek w innych arkuszach i plikach
- Tworzenie z zakresu danych „Tabeli automatycznej”.
- Wprowadzanie formuły do komórki
- Używanie argumentów funkcji
- Zasady działania wybranych funkcji: SUMA, ŚREDNIA, MAX, MIN, ZAOKR, JEŻELI i inne.



100
min

W jaki sposób AI pomaga przy tworzeniu formuł?

Poprawne opisywanie danych dla AI, aby otrzymać właściwą formułę.

Tworzenie prostych formuł za pomocą AI.

Tworzenie formuł logicznych za pomocą AI (funkcje JEŻELI, ORAZ, LUB).

Tworzenie podstawowych formuł zagnieżdżanych.

Budowanie formuł krok po kroku, z AI

Wyjaśnianie działania istniejących formuł, z AI

Wyjaśnianie błędów i ich naprawa, z AI

09 Filtrowanie i wyszukiwanie (z AI)

Przed zastosowaniem AI do wyszukiwania i filtrowania danych, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Wstawiania i używania autofiltru
- Sortowania danych
- Korzystania z narzędzi „Znajdź” (CTRL + F) oraz „Zamień” (CTRL + H)
- Działania, budowy i zastosowania funkcji WYSZUKAJ.PIONOWO, X.WYSZUKAJ



60
min

Skuteczne filtrowanie i sortowanie tabel, z użyciem AI.

Efektywne wyszukiwanie za pomocą „Znajdź”, z użyciem AI.

Budowanie formuł wyszukiwujących (np. z użyciem WYSZUKAJ.PIONOWO), z użyciem AI

Tworzenie prosty raportów i analiz, przy pomocy narzędzi wyszukiwania, z użyciem AI.

Rozwiązywanie problemów z wyszukiwaniem danych, z użyciem AI.

10 Czyszczenie danych (z AI)

Przed zastosowaniem AI do oczyszczania danych, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Wklejania specjalnie
- Filtrowania i sortowania danych
- Narzędzia „Tekst jako kolumny”
- Formatów danych
- Zasady tworzenia formuł



80
min

Zmiana formatów danych na prawidłowe, przy użyciu AI

Zarządzanie sytuacjami braku pewnych danych, przy użyciu AI
Korekta błędnych wartości, przy użyciu AI
Usuwanie zbędnych znaków (również niewidocznych), przy użyciu AI
Standaryzacja wielkości znaków, przy użyciu AI

11 Graficzne wyróżnianie danych (z AI)

Przed zastosowaniem AI do graficznego wyróżniania danych, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Formatowania warunkowego i jego obsługi

Wybór odpowiedniego sposobu formatowania danych, z użyciem AI

Tworzenie prostych formuł do formatowania warunkowego, z użyciem AI

Wyróżnianie wartości zduplikowanych, unikatowych, krytycznych, z użyciem AI

Ustawienie priorytetów reguł formatowania, z użyciem AI



45
min

12 Wykresy i wyciąganie wniosków z danych (z AI)

Przed zastosowaniem AI do pracy z wykresami, przekazana zostanie podstawowa wiedza na temat:

- Zasad tworzenia wykresu i wskazywania mu danych
- Elementów składających się na wykres

Wybór odpowiedniego typu wykresu, przy użyciu AI

Tworzenie wykresu krok po kroku, przy użyciu AI

Modyfikowanie i dostosowywanie wykresów, przy użyciu AI

Analiza danych i wykresów, przy pomocy AI



60
min