

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Чанышева Оксана Анатольевна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 15.05.2026 09:34:39  
Уникальный программный ключ:  
1473121deb7e9f15c2d64846204f926bf9a29aea



**Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Центр профессиональной подготовки кадров»**

Утверждаю:  
Директор АНО ДПО «ЦППК»

\_\_\_\_\_ О.А. Чанышева  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Нейросети 3.0 практические инструменты для работы и жизни»**

г. Уфа – 2025 г.

## **Аннотация**

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Нейросети 3.0 практические инструменты для работы и жизни» направлена на формирование и развитие компетенций в области практического применения современных нейросетевых технологий (Большие Языковые Модели, генеративные модели) для автоматизации рутинных задач, генерации контента, оптимизации бизнес-процессов и повышения персональной эффективности. Программа разработана с учетом требований цифровой экономики и нацелена на освоение слушателями навыков эффективного взаимодействия с искусственным интеллектом через продвинутые техники промптинга (промпт-инженеринг), анализа результатов и интеграции ИИ-инструментов в профессиональную деятельность.

Программа разработана учебно-методическим отделом АНО ДПО «ЦППК».

Нормативный срок освоения программы – 16 часов при очно-заочной форме обучения.

## Оглавление

Аннотация .....	2
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
1. Общие положения .....	4
2. Учебно-тематический план.....	6
3. Календарный учебный график.....	7
4. Содержание программы .....	7
5. Организационно-педагогические условия .....	9
6. Оценка качества освоения программы .....	10
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	11
Приложение №1 .....	12

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1. Общие положения

Программа «Нейросети 3.0: практические инструменты для работы и жизни» разработана для специалистов, менеджеров и руководителей, стремящихся повысить эффективность работы за счет внедрения инструментов искусственного интеллекта. Программа соответствует требованиям профессиональных стандартов в области цифровых компетенций, управления и администрирования.

### **Нормативные правовые основания:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1.07.2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

**Цель программы:** Формирование у слушателей системных знаний и практических навыков применения нейросетевых технологий для решения профессиональных задач, повышения продуктивности и автоматизации процессов.

### **Задачи программы:**

- Сформировать понимание архитектуры, возможностей и ограничений современных Large Language Models (LLM) и генеративных нейросетей.
- Обучить основам и продвинутым техникам промптинга (формулировки запросов) для получения точных и релевантных результатов от ИИ.
- Освоить практику применения нейросетей для генерации текстового и визуального контента, анализа данных.
- Научить проектировать и внедрять решения по автоматизации рутинных бизнес-процессов с использованием ИИ-инструментов.
- Сформировать компетенции по этичному, безопасному и критическому использованию технологий ИИ.

**Категория слушателей:** лица, имеющие среднее профессиональное и/или высшее образование, базовые навыки работы с ПК и интернетом.

Нормативная трудоемкость программы составляет 16 часов при очно-заочной форме подготовки (с использованием дистанционных технологий), включая все виды аудиторной учебной работы слушателя.

В очной части обучения используются следующие интерактивные методы:

- лекции;
- тренинги
- семинарские занятия;
- практические упражнения;
- кейсы.

Заочная часть программы обучения проводится на базе автоматизированной информационной системы "Компетенция", состоящей в реестре отечественного ПО, (реестровая запись №18664). Платформа позволяет организовать обучение персонала без отрыва от производства, отслеживать прогресс обучения, формировать отчеты. Платформа доступна в режиме 24/7, адаптирована под мобильные устройства,

## **Планируемые результаты обучения**

В результате освоения содержания программы слушатели должны **знать**:

1. Требования к результатам, содержанию и организации деятельности с использованием ИИ-инструментов, отраженные в документах:
  - стратегии цифровой трансформации организации;
  - должностных инструкциях, дополненных цифровыми компетенциями;
  - регламентах по созданию и публикации контента;
  - стандартах и процедурах бизнес-процессов, подлежащих автоматизации.
2. Этические принципы, корпоративные ценности и правила, регулирующие использование искусственного интеллекта, в том числе в части авторского права, конфиденциальности и раскрытия информации о применении ИИ.
3. Основы кибербезопасности при работе с облачными сервисами и ИИ-платформами, требования к защите персональных и коммерческих данных (в соответствии с ФЗ-152 «О персональных данных»).
4. Принципы планирования и внедрения цифровых инструментов в рабочие процессы для повышения эффективности.
5. Особенности адаптации классических бизнес-процессов к работе с использованием технологий искусственного интеллекта.
6. Виды и методы мотивации, применяемые для внедрения новых цифровых практик и преодоления сопротивления изменениям в коллективе.
7. Методы организации, контроля и оценки результатов работы, выполняемой с применением ИИ-инструментов (валидация, факт-чекинг, оценка качества).
8. Программные средства и платформы (ChatGPT, Gemini, Шедеврум, DeepSeek, QWEN, Claude), используемые для генерации контента, анализа данных и автоматизации задач.

### **Уметь:**

1. Применять и эффективно использовать инструменты искусственного интеллекта для оптимизации личной и командной продуктивности.
2. Применять управленческие навыки (управление задачами, коммуникацией) в условиях гибридной работы с ИИ-ассистентами.
3. Проводить аудит рутинных операций в зоне своей ответственности на предмет возможности их автоматизации с помощью нейросетей.
4. Анализировать бизнес-процессы и документы (отчеты, инструкции, потоки данных) для выявления задач, подходящих для делегирования ИИ, и формулирования требований к автоматизации.

5. Оценивать качество и пригодность результатов, сгенерированных нейросетью (текстов, кода, изображений, аналитических выкладок), на основе заданных критериев и предметной экспертизы.

6. Определять промежуточные контрольные точки и метрики успешности при выполнении сложных задач с помощью цепочек промптов или последовательности действий с ИИ.

7. Определять задачи, которые могут быть делегированы ИИ, их корректную последовательность, требуемый объем входных данных и критерии качества результата с учетом ограничений выбранной нейросетевой модели.

8. Определять оптимальные формы, методы и периодичность взаимодействия с ИИ-инструментами (разовые запросы, непрерывный диалог) для решения профессиональных задач с учетом их сложности и срочности.

9. Грамотно вести и структурировать рабочую документацию, включая библиотеки эффективных промптов, журналы экспериментов с ИИ и отчеты по результатам автоматизации процессов.

## 2. Учебно-тематический план программы профессиональной подготовки «Нейросети 3.0: практические инструменты для работы и жизни»

Наименование учебных дисциплин (модулей)	Трудоемкость, час				Формы аттестации
	Итого	Виды занятий, в т.ч.			
		Л очно	ПЗ, СЗ <sup>1</sup> очно	Лек. в СДО	
<b>Модуль 1. Нейронные сети: от понимания к внедрению</b>					Практическое задание
Базовая часть: Ваш первый разговор с ИИ. Промптинг: контекст, фреймворк, непрерывность диалога.	2	1	1	-	-
Продвинутая часть: Механика работы нейросетей	1	-	-	1	-
<b>Модуль 2. Выбор нейросети: от множества к точному выбору</b>					Практическое задание
Базовая часть: Краткая история развития нейросетей от начала до настоящего времени. Сравнительный анализ нейросетей.	2	1	1	-	
Продвинутая часть: История и архитектура нейросетей	1	-	-	1	
<b>Модуль 3. Нейросети: этика и юридическая ответственность</b>					Практическое задание
Базовая часть: безопасность и ограничения. Этичная работа с сгенерированным контентом.	2	1	1	-	
Продвинутая часть: Правовой фундамент: чем регулируются нейросети в России	1	-	-	1	

<sup>1</sup> СЗ – занятия семинарского типа: семинары, вебинары, круглые столы, коллоквиумы, мастер-классы и др.

<b>Модуль 4. Интеграция нейросети в рабочие процессы</b>					Практическое задание
Базовая часть: Возможности ИИ: генерация, редактирование, анализ	2	1	1	-	
Продвинутая часть: Специализация нейронных сетей	1	-	-	1	
<b>Модуль 5. Генерация видео и изображений.</b>					Практическое задание
Базовая часть: Изображения, видео, схемы. Инфографика.	2	1	1	-	
Продвинутая часть: Механика работы визуальных нейросетей	1	-	-	1	
<b>Итоговая аттестация</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>		<b>Итоговое тестирование</b>
<b>Всего. часов</b>	<b>16</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>-</b>

### 3. Календарный учебный график<sup>2</sup>

Наименование разделов (модулей) и тем <sup>3</sup>	Количество дней /час										Итого	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Модуль 1. Нейронные сети: от понимания к внедрению												<b>3</b>
Модуль 2. Выбор нейросети: от множества к точному выбору												<b>3</b>
Модуль 3. Нейросети: этика и юридическая ответственность												<b>3</b>
Модуль 4. Интеграция нейросети в рабочие процессы												<b>3</b>
Модуль 5. Генерация видео и изображений.												<b>3</b>
<b>Итоговая аттестация</b>												<b>1</b>
<b>Всего часов</b>												<b>16</b>

### 4. Содержание программы

#### Модуль 1. Нейронные сети: от понимания к внедрению

Принцип работы современных языковых моделей на основе предсказания последовательностей. Обзор интерфейса и ключевых функций на примере платформы DeepSeek (режим DeepThink, поиск). Формирование базового навыка написания

<sup>2</sup> Календарный учебный график может уточняться в расписании занятий с учетом рекомендаций заказчика профессиональной программы (без изменения объема часов разделов, тем).

<sup>3</sup> Содержание разделов (модулей) и тем в календарном учебном графике должно включать все разделы (модули) и темы, указанные в учебном плане.

эффективных запросов, раскрытие понятий: контекст, фреймворк, непрерывность диалога.  
Механика работы нейросетей: что важно знать в 2026 году.

## **Модуль 2. Выбор нейросети: от множества к точному выбору**

История развития нейросетей. Критерии выбора подходящего инструмента: задача, бюджет, качество и региональная доступность. Обзор и сравнительный анализ актуальных мультимодальных платформ для работы с текстом, изображениями и видео. Механика работы нейросетей. Раскрытие понятий: датасет, токен, контекстное окно.

## **Модуль 3. Нейросети: этика и юридическая ответственность**

Определение границ этичного и безопасного использования публичных нейросетей. Правила работы с конфиденциальной информацией. Ответственность за создаваемый контент как эксперта. Анализ текущей правоприменительной практики в России.

## **Модуль 4. Интеграция нейросети в рабочие процессы**

Практическое применение больших языковых моделей для автоматизации работы с документами в Word, Excel и PowerPoint. Навыки постановки задач ИИ для генерации, анализа, редактирования текстов и создания структурированных материалов. Использование интент-триггеров. Специализация нейронных сетей.

## **Модуль 5. Генерация видео и изображений.**

Принципы работы генеративных моделей. Обзор доступных платформ для создания и обработки изображений. Формирование базового навыка создания изображения по текстовому промпту. Методы итеративного улучшения результатов.

### **Итоговая аттестация.**

Итоговая аттестация проходит в форме итогового тестирования.

Количество предлагаемых слушателю вопросов составляет не менее 20.

В вопросах со множественным выбором (тестовые вопросы со множественным выбором ответа предполагают выбор нескольких правильных ответов из ряда предложенных) верным будет считаться ответ, если указаны все правильные ответы. (Примерные вопросы для выполнения итогового тестирования представлены в Приложении № 1).

## 5. Организационно-педагогические условия

Реализация Программы обеспечивается научно-педагогическими специалистами организации, осуществляющей образовательную деятельность. При реализации Программы могут привлекаться действующие работники высших учебных заведений технической направленности, специалисты, занимающиеся преподавательской деятельностью по профилю Программы.

<b>Наименование специализированных учебных помещений</b>	<b>Вид занятий</b>	<b>Наименование оборудования, программного обеспечения</b>
Учебный класс	Лекции Практические занятия	Мультимедийное оборудование, компьютеры.
Кабинет для проведения видеоконференцсвязи (ВКС)	Лекции (ВКС)	Высокоскоростной канал связи с резервированием, ноутбук, видеокамера, микрофон
Компьютерный класс	Самоподготовка, промежуточный и итоговый контроль. Лекции (самоподготовка), промежуточный и итоговый контроль.	АИС «Компетенция», <a href="https://sb.docppk.ru/">https://sb.docppk.ru/</a> , возможность проведения обучения и проверки знаний, проведения тестирования и анализ результатов и др. Интеграция данных об обученности персонала в существующую базу данных Заказчика
Компьютерный класс, мобильный учебно-аттестационный класс	Входной, промежуточный и итоговый контроль	АИС «Компетенция», возможность проведения обучения и проверки знаний, проведения тестирования и анализ результатов и др.

## **6. Оценка качества освоения программы**

6.1. Оценка качества освоения Программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по каждому учебному модулю учебной программы и итоговую аттестацию.

6.2. Освоение Программы завершается итоговой аттестацией, которая направлена на определение теоретической и практической подготовленности слушателей.

6.3. В соответствии с [частью 15](#) статьи 76 Федерального закона N 273-ФЗ лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ о квалификации (удостоверение о повышении квалификации), оформляемый на бланке, установленном АНО ДПО «ЦППК».

6.4. В соответствии с частью 12 статьи 60 Федерального закона N 273-ФЗ лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть Программы и (или) отчисленным из АНО ДПО «ЦППК», выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому АНО ДПО «ЦППК».

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Литература программы находится в электронной библиотеке ресурса <https://sb.docppk.ru/> и содержит разделы с источниками, записями лекций и вебинаров, роликами по всем дисциплинам модулей.

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993г.).
2. Гражданский кодекс Российской Федерации. Часть первая от 30.11.1994 г. № 51-ФЗ. Часть вторая от 26.01.2001 г. № 14-ФЗ. Часть третья от 26.11.2001 г. № 146-ФЗ. Часть четвертая от 18.12.2006 г. № 230-ФЗ.
3. Уголовный кодекс Российской Федерации 13.06.1996 г. № 63-ФЗ.
4. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ.
5. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 г. № 195-ФЗ.
6. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
7. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. N 266 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»

Контрольно-измерительные материалы

**1. Основным принципом работы современных языковых моделей (LLM)**

**является:**

- а) Поиск информации в интернете по ключевым словам
- б) Предсказание наиболее вероятного следующего токена в последовательности**
- в) Выполнение математических расчетов по заданному алгоритму
- г) Анализ эмоциональной окраски текста

**2. Какая технология позволяет нейросети использовать актуальные данные из интернета или ваших документов?**

- а) DeepThink
- б) Трансформер-архитектура
- в) RAG (Retrieval-Augmented Generation)**
- г) Промптинг

**3. Какой из этих элементов НЕ является одним из «трёх китов» хорошего промта?**

- а) Контекст (роль, цель, аудитория)
- б) Фреймворк (структура запроса)
- в) Скорость ответа**
- г) Непрерывность диалога

**4. В чём главное практическое преимущество поддержания непрерывности диалога с ИИ?**

- а) Это экономит токены
- б) ИИ сохраняет контекст, что позволяет уточнять и развивать тему без повторений**
- в) Это ускоряет генерацию ответа
- г) Так ответы всегда получаются более креативными

**5. Что из перечисленного НИКОГДА нельзя загружать в публичную нейросеть?**

- а) Агрегированные маркетинговые данные
- б) Обезличенный отчёт по продажам
- в) Документ с паспортными данными клиентов и номерами телефонов**
- г) Публично доступную новостную статью

**6. Как называется явление, когда нейросеть уверенно приводит вымышленные факты или данные?**

- а) SLOP
- б) Интент-триггер
- в) Галлюцинация**
- г) RAG

**7. Какой главный вопрос должен задавать себе эксперт, чтобы избежать создания низкокачественного контента (SLOP)?**

- а) «Насколько быстро я получил этот ответ?»

- б) «Смогу ли я скрыть, что это сделал ИИ?»
- в) «**Какую уникальную ценность и экспертизу я добавляю в этот черновик?**»
- г) «Соответствует ли ответ всем пунктам моего промта?»

**8. Что такое «интент-триггер» в контексте работы с нейросетями?**

- а) Секретная команда для взлома ИИ
- б) **Ключевое слово или фраза, запускающая определённый режим или стиль ответа**
- в) Технический параметр, влияющий на скорость генерации
- г) Ошибка в работе модели

**9. Что из перечисленного является этичным и безопасным способом запроса анализа данных?**

- а) «Вот файл с ФИО и зарплатами сотрудников. Проанализируй.»
- б) «**Вот обезличенная таблица, где сотрудники обозначены кодами. Проанализируй динамику выплат по отделам.**»
- в) «Напиши положительный отзыв на наш продукт от имени вымышленного клиента.»
- г) «Создай реалистичное фото человека по описанию его паспортных данных.»

**10. Согласно российскому законодательству, авторское право на контент, созданный с помощью ИИ, возникает, если:**

- а) ИИ указан как соавтор
- б) Контент был сгенерирован на платной платформе
- в) **Человек внёс значительный творческий вклад и переработку**
- г) Контент не был проверен системой «Антиплагиат»

**11. Что такое «диффузионная модель» в контексте визуальных нейросетей?**

- а) Модель для анализа и классификации изображений
- б) **Модель, которая создаёт изображение, постепенно убирая «шум» из случайной точки**
- в) Модель для поиска изображений в интернете
- г) Архитектура, лежащая в основе всех языковых моделей

**12. Для чего в промте к генератору изображений используют «негативный промт»?**

- а) Чтобы сделать запрос длиннее
- б) **Чтобы явно указать, какие элементы или стили НЕ должны появляться в результате**
- в) Чтобы снизить стоимость генерации
- г) Чтобы скрыть запрос от других пользователей

**13. Какой основной этический риск связан с генерацией фотореалистичных изображений людей?**

- а) Высокая стоимость вычислений
- б) **Создание глубоких фейков (deepfakes) для введения в заблуждение**
- в) Несовершенство анатомии в изображениях
- г) Нарушение патентов на стиль

**14. Если вы хотите получить от ИИ не просто ответ, а подробное пошаговое рассуждение с проверкой, какой режим работы предпочтительнее?**

- а) Режим быстрого ответа (Fast Mode)
- б) Режим поиска (Search/RAG)
- в) **Режим глубокого анализа (например, DeepThink)**
- г) Создание нового чата (New Chat)

**15. Для решения сложной аналитической задачи вы загрузили в нейросеть файл с данными и получили подробный отчёт с цифрами. Ваша следующая обязательная действия:**

- а) Немедленно отправить отчёт руководству, так как ИИ не ошибается.
- б) Сохранить отчёт и промт для повторного использования в будущем.
- в) **Перепроверить ключевые выводы, даты и расчёты по исходным данным или авторитетным источникам.**
- г) Попросить ту же нейросеть подтвердить достоверность своего же отчёта.