

# Aplikované AI zručnosti: Od teórie k praxi

**ReSkill45+ e-learningový kurz pre dospelých 45+  
Ovládnutie AI nástrojov pre každodenné a pracovné úlohy**

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť.



# Vitajte na svojej AI vzdelávacej ceste



## Pre koho je tento kurz určený

Vitajte! Tento kurz s vlastným tempom je súčasťou programu **ReSkill45+**, zameraného na rekvalifikáciu dospelých vo veku **45+** pre moderný trh práce. Naším cieľom je zlepšiť vašu digitálnu gramotnosť a posilniť Vašu sebadôveru pri používaní AI nástrojov.

### Tento kurz je pre vás ideálny, ak:

- ste dospelý účastník (45+)
- máte základné znalosti o umelej inteligencii
- chcete AI používať v **praktických, každodenných situáciách**
- máte nízke až stredné digitálne zručnosti - **to je úplne v poriadku**, žiadne pokročilé technické znalosti nie sú potrebné

Postupujete vlastným tempom. Každá časť vysvetľuje pojmy jasne a zrozumiteľne, aby ste sa mohli učiť samostatne. Reflexívne otázky a praktické príklady Vám pomôžu aktívne sa zapojiť.

# Prečo sa učiť aplikované AI zručnosti?

## AI je všade

V roku 2025 sa AI stala nevyhnutnou súčasťou každodenného života. Nástroje ako ChatGPT, Google Bard (Gemini) a Microsoft Copilot sú súčasťou bežného používania technológií. Aj keď sa snažíte AI vyhýbať, pravdepodobne ju používate každý deň (napríklad automatické opravy textu alebo hlasový asistent vo vašom telefóne).

## Zostaňte aktuálni a sebavedomí

Tento kurz vám pomôže pochopiť a efektívne využívať AI, aby ste nezostali pozadu v dôsledku technologických zmien. AI zručnosti môžu zvýšiť Vašu produktivitu, kreativitu a schopnosť riešiť problémy v osobnom aj pracovnom živote.

## Osobné a profesionálne

výhody AI dokáže ušetriť čas pri rutinných úlohách (plánovanie, e-mail) a otvoriť nové príležitosti (učenie sa nových zručností, rozvoj kreativity). Osvojenie si týchto nástrojov môže zlepšiť Vašu zamestnateľnosť a schopnosť prispôbiť sa v dnešnom digitálnom svete.

# Čo zvládnete na konci kurzu

01

Identifikovať AI nástroje

Rozpoznať AI používanú v každodennom živote aj v práci a pochopiť jej účel

02

Používať AI v každodenných úlohách

Využívať AI asistentov (ChatGPT, hlasových asistentov) na písanie, plánovanie, učenie sa a kreatívne koníčky

03

Zvýšiť produktivitu

Používať nástroje na zhrnutie textu, automatizáciu jednoduchých úloh, preklad a tvorbu prezentácií

04

Orientovať sa v etických otázkach

Porozumieť témam súkromia, presnosti a zaujatosti a používať AI zodpovedne a bezpečne

05

Budovať praktické zručnosti

Riešiť mini-výzvy pomocou AI nástrojov (tvorba správ, zhrnutie textu) na posilnenie sebadôvery

# Vaša vzdelávacia mapa



# AI všade okolo vás – každodenné príklady

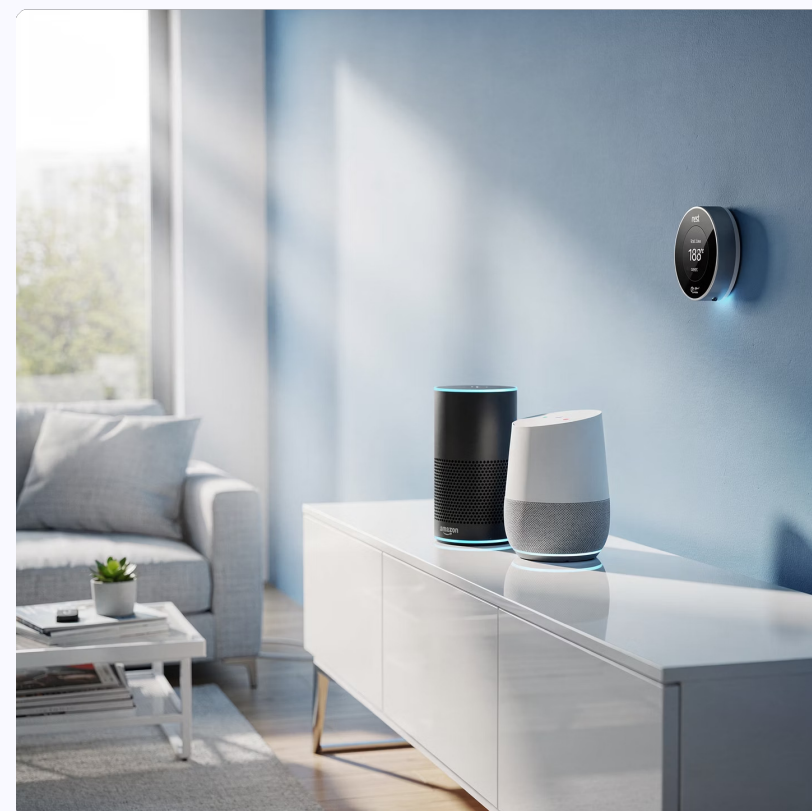
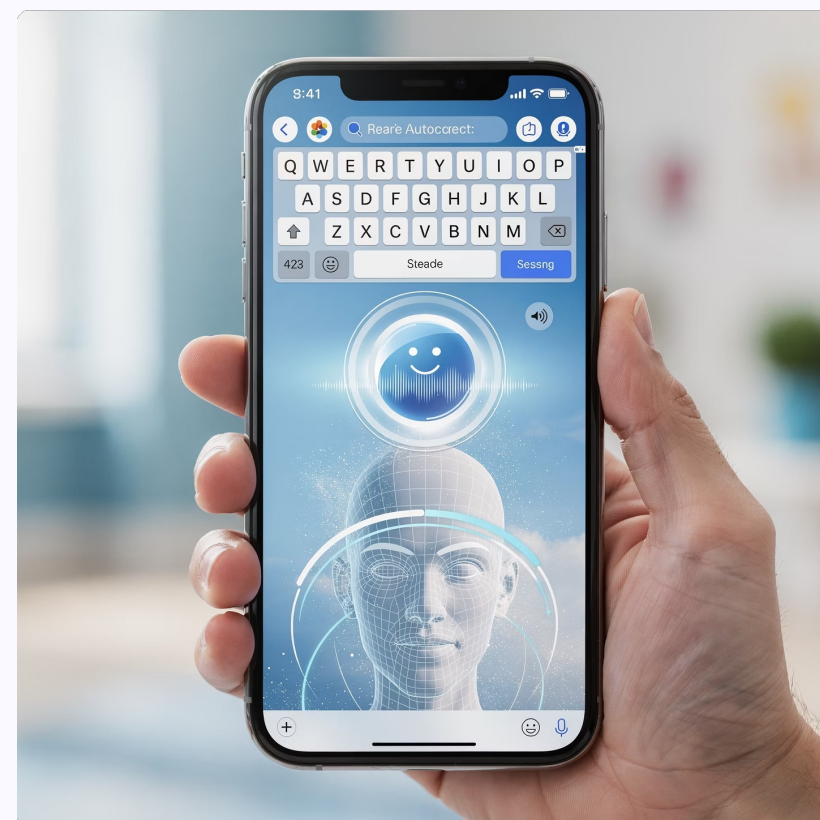
## AI nie je futuristická – je tu už dnes

Umelá inteligencia nie je len sci-fi - je súčasťou každodenného života v mnohých nenápadných podobách. Od odomykania telefónu pomocou rozpoznávania tváre až po odporúčania filmov na Netflix - AI pracuje v pozadí a uľahčuje vám život..

Kde už dnes používate AI:

- **Navigačné aplikácie** využívajú AI na riadenie dopravy v reálnom čase a hľadanie najrýchlejších trás
- **Smartfóny** používajú AI na automatické opravy textu, hlasové zadávanie a prediktívne písanie
- **Sociálne siete** využívajú AI na filtrovanie obsahu a odporúčanie ľudí, ktorých môžete poznať
- **Inteligentné spotrebiče** ako termostaty či robotické vysávače majú zabudované AI funkcie

Možno Vás prekvapí, ako často sa už dnes spoliehate na AI - v osobnom živote aj v práci!



# AI vo vašom osobnom živote



## Digitálni hlasoví asistenti

Zariadenia ako Amazon Alexa, Google Assistant a Siri reagujú na hlasové príkazy, odpovedajú na otázky, prehrávajú hudbu alebo nastavujú pripomienky. Využívajú AI (spracovanie prirodzeného jazyka), aby porozumeli Vaším požiadavkám a splnili ich.



## Inteligentné odporúčania

Keď vám Netflix odporúča seriál alebo Amazon produkt, ide o AI, ktorá analyzuje Vaše predchádzajúce voľby a predpovedá, čo by sa Vám mohlo páčiť. Sociálne siete využívajú AI na výber obsahu a odporúčanie priateľov.



## Funkcie smartfónu

Odomykanie telefónu pomocou Face ID alebo používanie zábavných filtrov fotoaparátu je založené na AI rozpoznávaní tváre. Automatické opravy a prediktívne písanie v správach a e-mailoch používajú AI na navrhovanie alebo opravovanie slov počas písania.



## Inteligentné zariadenia v domácnosti

Učiace sa termostaty (napr. Nest) sa prispôbujú Vaším preferenciám a optimalizujú teplotu. Robotické vysávače mapujú Vašu domácnosť, aby upratovali efektívnejšie - AI pomáha týmto zariadeniam prispôbiť sa Vášmu životnému štýlu.

# AI v práci – profesionálne využitie



## Ako AI podporuje Váš pracovný deň

- Filtre nevyžiadanej pošty (spam)

Vaša e-mailová služba využíva AI na automatické triedenie spamu a nevyžiadanej pošty. Učí sa z miliónov príkladov, aby dokázala rozpoznať podozrivé správy a ochránila Vašu schránku.

- Pomocníci pri písaní a gramatike

Grammarly a podobné nástroje používajú AI na kontrolu gramatiky, štýlu a tónu textu. Pomáhajú Vám písať jasné e-maily a dokumenty bez chýb. Editor v Microsoft Wordde využíva AI na dopĺňanie viet a opravu chýb.

- Chatboty zákazníckej podpory

Mnohé firemné webstránky používajú chatboty, ktoré odpovedajú na často kladené otázky alebo pomáhajú zákazníkom 24/7. Tieto AI chatboty riešia v prirodzenom jazyku základné požiadavky, ako je stav objednávky alebo plánovanie termínov.

- Nástroje na analýzu dát

Na pracoviskách AI pomáha analyzovať veľké objemy dát a odhaľovať trendy a vzorce. Funkcia „Nápady“ v Exceli využíva AI na automatické zhrnutie údajov z tabuliek do prehľadných poznatkov a grafov.



# Populárne AI nástroje, ktoré budete používať



## ChatGPT

Konverzačný AI chatbot, ktorý odpovedá na otázky, píše texty a pomáha s množstvom rôznych úloh v bežnom jazyku. Počas tohto kurzu ho budeme často používať na praktických príkladoch.



## Google Bard (Gemini)

Googlov ekvivalent ChatGPT. Ide o chatbota integrovaného so službami Google, ktorý využíva aktuálne informácie z vyhľadávania Google a dokáže pracovať s Gmailom či Diskom na sumarizáciu alebo tvorbu obsahu.



## Microsoft Copilot

AI asistent integrovaný do aplikácií Microsoft 365 (Word, Excel, Outlook). Copilot dokáže písať e-maily, sumarizovať stretnutia, vytvárať dokumenty alebo prezentácie na základe Vašich pokynov - funguje ako "kopilot" pre vyššiu navigáciu.



## Canva AI

Dizajnový nástroj Canva obsahuje AI funkcie ako Magic Write (generovanie textu), Magic Design (automatické vytváranie grafiky alebo prezentácií na základe zadania) a generovanie obrázkov pomocou AI - aj pre ľudí bez dizajnerských skúseností..



## Grammarly

AI asistent na písanie, ktorý kontroluje gramatiku, pravopis, zrozumiteľnosť a tón textu. Funguje v prehliadačoch aj aplikáciách, zvýrazňuje chyby a navrhuje zlepšenia v reálnom čase.



## AI asistenti na plánovanie

Nástroje ako Clara alebo Reclaim AI dokážu automaticky koordinovať termíny stretnutí a spravovať Váš kalendár. Šetria čas tým, že odstraňujú zdĺhavú e-mailovú komunikáciu pri dohadovaní termínov

# Pochopenie kategórií AI nástrojov

Krátke zopakovanie z úvodného AI kurzu, ktoré vytvára kontext pre praktické využitie:



## Chatboty a asistenti

Tieto AI nástroje komunikujú v prirodzenom jazyku a vykonávajú úlohy (ChatGPT, Bard, Alexa). Využívajú veľké jazykové modely (LLM), ktoré sú trénované na obrovskom množstve textových dát, aby dokázali generovať odpovede podobné ľudským.



## Generatívna AI pre tvorbu obsahu

AI, ktorá vytvára nový obsah - texty, obrázky alebo dokonca hudbu. Príklady: ChatGPT generuje príbehy alebo kód; DALL·E / Canva generujú obrázky; Copilot vytvára návrhy dokumentov alebo prezentácií na základe zadania



## Analytická AI

Tieto systémy analyzujú dáta alebo vytvárajú predpovede na pozadí. Napríklad AI na detekciu podvodov pri platbách kartou označí nezvyčajné transakcie, alebo odporúčací systém navrhne produkty na základe vášho správania.



## AI v zariadeniach

Zahŕňa počítačové videnie (rozpoznávanie tváre v kamerách), rozpoznávanie reči (prevod hlasu na text alebo hlasoví asistenti) a rozhodovacie algoritmy (napríklad plánovanie trás v navigácii).

**Kľúčový bod:** Nemusíte poznať technické detaily. Naším cieľom je praktické využitie - vedieť, čo pre vás AI dokáže urobiť.. Predstavte si AI ako softvér, ktorý sa „učí“ vzory z dát, aby pomáhal s úlohami, ktoré by inak vyžadovali ľudskú inteligenciu..

# Reflexia: Rozpoznávanie AI počas týždňa

 Zastavte sa na chvíľu a zamyslite sa

**Viete identifikovať dva príklady AI, s ktorými ste sa stretli počas uplynulého týždňa?**

Tip: Zamyslite sa nad tým, čo ste používali na telefóne, počítači alebo v online službách - objavili sa odporúčania, hlasové zadávanie alebo automatické opravy textu?

Otázky na zamyslenie:

- Pred týmto kurzom, uvedomovali ste si, že tieto funkcie boli poháňané umelou inteligenciou?
- AI často funguje „na pozadí“ - ako komfortne sa cítite, keď viete, že tieto každodenné funkcie využívajú AI?
- Čo Vás najviac prekvapilo na prítomnosti AI vo Vašej každodennej rutine?

Táto reflexia je len pre Vás - uvedomenie si prítomnosti AI vo Vašom živote pomáha budovať sebadôveru a zvedavosť, keď prechádzame k cielenejšiemu používaniu týchto nástrojov..

**Pamätajte:** Uvedomenie je prvým krokom k zvládnutiu. Už ste na správnej ceste!