# Zeszyt ćwiczeń

## AI dla studentów: jak uczyć się, pisać prace i szukać źródeł z ChatGPT i Claude

Kurs VITA: vita.edu.pl/courses/ai-dla-studentow

24 ćwiczenia, po jednym do każdej lekcji. Na końcu znajdziesz przykładowe odpowiedzi. Najpierw spróbuj odpowiedzieć samodzielnie, dopiero potem zajrzyj do wzorów. Postacie i sytuacje w ćwiczeniach są przykładowe. Zeszyt jest materiałem edukacyjnym, nie poradą prawną ani konsultacją specjalisty, i nie zastępuje prawnika, promotora ani zasad Twojej uczelni. Stan prawny i narzędzi: listopad 2026.

# Ćwiczenia

## Moduł 1. AI na studiach: co jest uczciwe, regulaminy uczelni i polityki promotorów

### Lekcja 1.1. AI na studiach: co wolno, kto o tym decyduje i dlaczego odpowiedź brzmi "to zależy"

Wypisz pięć miejsc, w których na Twojej uczelni mogą znajdować się zasady dotyczące AI (od dokumentu najogólniejszego do osoby, która ocenia konkretne zadanie). Przy każdym zapisz, gdzie je znajdziesz albo kogo zapytasz, i co zrobisz, jeśli nic tam nie ma.

### Lekcja 1.2. Jak sprawdzić zasady: regulamin studiów, sylabus, zarządzenie, rozmowa z prowadzącym

Napisz e-mail do prowadzącego jednego ze swoich przedmiotów (rzeczywistego albo wymyślonego). Zapytaj o zasady użycia AI w jednym konkretnym zadaniu zaliczeniowym. Wiadomość ma mieć temat, dwa lub trzy konkretne pytania i prośbę o odpowiedź na piśmie.

### Lekcja 1.3. Trzy sytuacje graniczne krok po kroku: tłumaczenie, streszczenie lektury, szkic wstępu

Wybierz jedną sytuację ze swoich studiów, w której nie wiesz, czy użycie AI jest dozwolone (może to być praca domowa, referat lub fragment pracy dyplomowej). Opisz ją w czterech krokach: co zrobi narzędzie, jakie zasady da się znaleźć, kogo zapytasz i gdzie zapiszesz odpowiedź.

## Moduł 2. Uczenie się z AI: notatki, fiszki, trudne pojęcia i quizy do powtórek

### Lekcja 2.1. Jak uczyć się z ChatGPT: AI jako korepetytor, nie ściąga

Wybierz jedno pojęcie z aktualnego przedmiotu i przeprowadź 10-minutową rozmowę według promptu z lekcji. Po

rozmowie zapisz trzy rzeczy: czego narzędzie Cię nie nauczyło, który fragment sprawdzono w źródle i co było niepewne. Jeśli możesz, zrób to w trybie "Study and learn" albo poleceniem w zwykłym czacie.

#### Lekcja 2.2. Notatki i fiszki z własnych materiałów: prompty do skopiowania

Weź własną notatkę z jednego wykładu (150-300 słów). Użyj promptu 1, a potem promptu 2. Przejrzyj wszystkie fiszki, porównaj je z notatką i zapisz, ile z nich zostawiasz, ile poprawiasz i ile usuwasz oraz z jakiego powodu.

#### Lekcja 2.3. Trudne pojęcia i quizy do powtórek: wyjaśnianie na kilku poziomach, sprawdzanie przez AI, przypadek błędu w wyjaśnieniu

Wybierz trudne pojęcie z aktualnego przedmiotu. Poproś AI o wyjaśnienie na trzech poziomach, napisz własne wyjaśnienie i poproś o wskazanie luk. Następnie sprawdź jedno zdanie z odpowiedzi AI w skrypcie i zapisz wynik oraz datę pierwszej powtórki.

## Moduł 3. Szukanie źródeł i literatury: Google Scholar, Perplexity i weryfikacja cytowań

#### Lekcja 3.1. Jak szukać źródeł z AI: od pytania badawczego do słów kluczowych i Google Scholar

Weź własne pytanie badawcze (lub fikcyjne, jeśli jeszcze go nie masz) i wykonaj trzy kroki. Najpierw poproś czat promptem z lekcji o 15 haseł. Potem wybierz pięć, wpisz je po kolei do Google Scholar i przy każdym zapisz, ile z pierwszych dziesięciu wyników pasuje do tematu. Na końcu wybierz jeden dobrze pasujący tekst i wypisz z jego bibliografii trzy pozycje do sprawdzenia.

### Lekcja 3.2. Wyszukiwarki z cytowaniami: jak czytać przypisy i czemu link nie jest dowodem

Zadaj wyszukiwarce z cytowaniami pytanie z dziedziny Twoich studiów, na które znasz część odpowiedzi. Wybierz trzy przypisy i dla każdego odpowiedz na cztery pytania z lekcji: czy link działa, czy źródło zawiera to zdanie, kto jest autorem i gdzie opublikowano, czy to źródło pierwotne. Na końcu zdecyduj: cytuję, szukam źródła pierwotnego, odrzucam.

### Lekcja 3.3. Halucynowane źródła i weryfikacja cytowań: procedura w pięciu krokach

Poproś czat o trzy pozycje literatury do tematu ze swoich studiów (lub użyj fikcyjnego) (w lekcji 3.1 odradzano takie prośby, ale tu ćwiczysz samo sprawdzanie). Dla każdej pozycji przejdź kroki 1 do 5 i wpisz do tabeli: istnieje, dane zgodne, tekst otwarty, fragment znaleziony. Podsumuj, ile pozycji przeszło wszystkie kroki.

## Moduł 4. Pisanie pracy zaliczeniowej, licencjackiej i magisterskiej bez oddawania autorstwa

### Lekcja 4.1. Plan pracy i pytanie badawcze z AI: konspekt, który zatwierdzi promotor

Napisz własnymi słowami wstępny temat pracy. Użyj promptu do zawężania i odpowiedz na osiem pytań. Spisz wybrane pytanie badawcze oraz konspekt złożony z czterech do sześciu rozdziałów. Przy każdym rozdziale dopisz jedno zdanie, na które część pytania badawczego odpowiada. Zaznacz dwa miejsca, które wymagają decyzji promotora.

### Lekcja 4.2. Szkice i redakcja: co AI może poprawić, a czego nie wolno oddać

Weź jeden akapit własnego tekstu (około 100 słów) i użyj promptu do redakcji. Porównaj wynik z oryginałem zdanie po zdaniu. Oznacz każdą zmianę jako językową albo merytoryczną. Merytoryczne odrzuć i zapisz, które z językowych przyjmujesz.

### Lekcja 4.3. Trudna sytuacja: AI zmieniło sens, promotor pyta o fragment, obrona i egzamin dyplomowy

Załóż plik "Dziennik pracy" z kolumnami: data, fragment, zadanie dla narzędzia, co przyjęto, co sprawdzono. Wpisz do niego trzy ostatnie użycia narzędzia AI przy pracy (lub fikcyjne). Potem wybierz jeden wpis i napisz w trzech zdaniach odpowiedź na pytanie promotora: "Skąd to zdanie i co zostało sprawdzone w źródle?".

## Moduł 5. Antyplagiat, wykrywacze AI i prawo autorskie: JSA, fałszywe alarmy, ujawnianie użycia AI

### Lekcja 5.1. Jednolity System Antyplagiatowy: co mówi ustawa, jak wygląda sprawdzanie pracy

Przygotuj dla swojej pracy (lub planowanej pracy) listę pięciu pytań o sprawdzanie w JSA, na które odpowiedzi znajdziesz w regulaminie studiów albo u promotora. Przy każdym pytaniu zapisz, gdzie sprawdzisz odpowiedź i kiedy to zrobisz.

### Lekcja 5.2. Wykrywacze AI i fałszywe alarmy: co mówią źródła, jak się chronić dokumentacją

Zbuduj własny zestaw dokumentacji do pracy zaliczeniowej, nad którą teraz pracujesz. Wypisz pięć rzeczy, które możesz pokazać, gdyby ktoś zakwestionował samodzielność tekstu, i przy każdej zapisz, gdzie ją przechowujesz oraz jak będziesz ją aktualizować.

### Lekcja 5.3. Prawo autorskie, cytowanie i ujawnianie użycia AI

Napisz własną informację o użyciu AI do pracy, nad którą pracujesz, w czterech zdaniach: narzędzie i data, cel użycia, jak sprawdzono wynik, kto odpowiada za tekst. Jeśli jeszcze nie używasz AI, napisz wersję na wypadek użycia jednego narzędzia do wyjaśnienia pojęć.

## Moduł 6. Dane i prywatność: co nie trafia do czatu i jak ustawić konto

### Lekcja 6.1. Co nie trafia do czatu: dane osobowe, cudze prace, dane z badań

Weź trzy materiały, które mogłyby się znaleźć w Twojej pracy (na przykład wiadomość od promotora, transkrypcja wywiadu, fragment pracy koleżanki). Dla każdego zapisz: jaki to rodzaj materiału, co w nim jest wrażliwe, co zrobisz przed wklejeniem i kogo zapytasz, jeśli masz wątpliwość.

### Lekcja 6.2. Ustawienia kont w ChatGPT, Claude i Gemini: co sprawdzić w listopadzie 2026

Wykonaj przegląd ustawień w narzędziach, z których korzystasz. Dla każdego zapisz: gdzie jest ustawienie treningu, czy jest włączone, czy jest tryb czatu tymczasowego i jak go uruchomić oraz datę przeglądu. Jeśli nie masz któregoś konta, wpisz "brak konta".

### Lekcja 6.3. Przypadek: ankiety, wywiady i praca grupowa, czyli anonimizacja przed wklejeniem

Zanonimizuj poniższą wypowiedź respondentki do wklejenia do czatu: "Pracuję jako pielęgniarka na oddziale okulistycznym w szpitalu w Częstochowie od 2019 roku. W marcu odeszła nasza kierowniczka, Ewa Michalska, i od tego czasu zmiany układa się chaotycznie." Zapisz wersję do czatu i klucz kodów, który zostaje u Ciebie.

## Moduł 7. AI w nauce przedmiotów: matematyka, programowanie, języki, egzaminy ustne i sesja

### Lekcja 7.1. Matematyka, statystyka i programowanie: najpierw własna próba, potem AI

Weź jedno zadanie z aktualnego przedmiotu ścisłego lub z programowania (z listy zadań, z poprzedniego kolokwium, ze skryptu). Rozwiąż je w 20 minut bez czatu i zapisz każdy krok. Potem użyj promptu z lekcji, żeby uzyskać jedną wskazówkę, popraw zapis, sprawdź wynik jedną metodą i zapisz, którą. Na koniec rozwiąż zadanie bliźniacze, w którym zmieniasz dane liczbowe, bez żadnej pomocy.

### Lekcja 7.2. Języki obce i egzamin ustny: trening rozmowy, korekta, symulacja pytań komisji

Wybierz język, którego uczysz się na studiach, i temat z zakresu ustnego zaliczenia. Napisz prompt, który ustawia czat jako egzaminatora: poziom, temat, liczba pytań, zakaz poprawiania w trakcie i prośba o listę błędów na końcu. Odpowiedz na trzy pytania na głos po minucie i zapisz trzy najważniejsze błędy do dziennika.

### Lekcja 7.3. Sesja: plan powtórek, symulacja egzaminu, kierunki z wysoką stawką błędu

Wybierz jeden egzamin z najbliższej sesji. Napisz prompt, który zamieni zakres z sylabusa w harmonogram powtórek na 14 dni z datami. Potem wklej fragment swoich notatek (bez cudzych danych osobowych) i poproś o pięć pytań sprawdzających. Odpowiedz bez zaglądania, a w razie liczb, przepisów lub wartości zapisz, gdzie je potwierdzasz.

## Moduł 8. Projekt końcowy: zasada pracy z AI na studiach, plan pracy dyplomowej i egzamin

### Lekcja 8.1. Projekt, część 1: moja zasada pracy z AI na studiach

Napisz własny dokument "Moja zasada pracy z AI na studiach" na jednej stronie według siedmiu pól (diagram pokazuje

sześć obszarów, siódme to kontakt i data przeglądu): zasady uczelni, do czego używam, czego nie robię, dane, weryfikacja, dokumentacja, kontakt i data przeglądu. Wpisuj tylko to, co faktycznie zamierzasz stosować. Jeśli na jakieś pole nie masz odpowiedzi, zapisz, kogo zapytasz.

### Lekcja 8.2. Projekt, część 2: plan pracy dyplomowej z AI

Ułóż własny plan pracy dyplomowej na 12 tygodni według tabeli: tydzień, zadanie, rola AI (bez AI, pomoc, po zgodzie promotora), punkt kontaktu z promotorem, dokument lub dowód wykonania. Zaznacz cztery punkty kontaktu i przy każdym wpisz, co wyślesz promotorowi przed spotkaniem. Zadbaj, żeby ostatni tydzień zawierał tylko sprawdzanie i oddanie.

### Lekcja 8.3. Studium przypadku i powtórka przed egzaminem

Przeczytaj przypadek Julii jeszcze raz i znajdź trzy decyzje, które chroniły ją przed problemem, oraz jedną rzecz, którą mogłaby zrobić dodatkowo. Dla każdej decyzji podaj moduł kursu, z którego wynika. Potem wypisz, co z tego przeniesiesz do własnej zasady z lekcji 8.1.

# Przykładowe odpowiedzi

## Moduł 1. AI na studiach: co jest uczciwe, regulaminy uczelni i polityki promotorów

### Lekcja 1.1. AI na studiach: co wolno, kto o tym decyduje i dlaczego odpowiedź brzmi "to zależy"

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, student Marek, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach. 1) Ustawa: tu nie szukam zasad o AI, bo nie ma w niej przepisu o AI, ale art. 76 ust. 2 przypomina o samodzielności pracy dyplomowej. 2) Regulamin studiów: pobieram z BIP lub strony uczelni i szukam słów "sztuczna inteligencja", "samodzielność", "plagiat". 3) Sylabus przedmiotu: sprawdzam punkt o zaliczeniu i dozwolonych pomocach. 4) Prowadzący zajęcia: pytam e-mailem przed pierwszym zadaniem. 5) Promotor: pytam na pierwszych konsultacjach i proszę o odpowiedź na piśmie. Gdy nigdzie nic nie ma, pytam osobę oceniającą zadanie i zapisuję jej odpowiedź.

### Lekcja 1.2. Jak sprawdzić zasady: regulamin studiów, sylabus, zarządzenie, rozmowa z prowadzącym

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach, dr Piotr Kowalski, historia wychowania. Temat: Pytanie o zasady przy referacie z 12 grudnia. Dzień dobry Panie Doktorze, przygotowuję referat o szkolnictwie w Galicji. Chciałbym zapytać o trzy sprawy: czy mogę używać AI do wyjaśniania nieznanych pojęć z lektur, czy mogę prosić o poprawę stylu własnego tekstu referatu oraz czy należy dopisać informację o użyciu narzędzia w przypisie lub na slajdzie końcowym. Będę wdzięczny za krótką odpowiedź mailową, żebym wiedział, jak postępować. Pozdrawiam, Marek Zieliński.

### Lekcja 1.3. Trzy sytuacje graniczne krok po kroku: tłumaczenie, streszczenie lektury, szkic wstępu

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, Natalia, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach, esej z filozofii. Krok 1: chcę poprosić AI o wskazanie braków logicznych w moim gotowym eseju, bez dopisywania treści. Krok 2: w sylabusie zaliczenie opisano jako "samodzielny esej", w regulaminie studiów nic o narzędziach nie znalazłam. Krok 3: piszę do dr. Jana Mazura z pytaniem, czy takie zastosowanie jest dozwolone i czy mam o nim poinformować. Krok 4: odpowiedź zapiszę w folderze "AI na studiach" z datą. Do czasu odpowiedzi sprawdzam logikę sama.

## Moduł 2. Uczenie się z AI: notatki, fiszki, trudne pojęcia i quizy do powtórek

### Lekcja 2.1. Jak uczyć się z ChatGPT: AI jako korepetytor, nie ściąga

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, Natalia, studentka psychologii w Krakowie, pojęcie: warunkowanie sprawcze. 1) Narzędzie nie wyjaśniło różnicy między wzmocnieniem negatywnym a karą, więc poprosiłam o przykład z życia studenta i zapisałam go. 2) Definicję wzmocnienia sprawdziłam w podręczniku z listy lektur, str. 112. 3) Niepewne było zdanie o zastosowaniu w terapii, bo nie znalazłam go w skrypcie, więc zapytam prowadzącą na ćwiczeniach.

### Lekcja 2.2. Notatki i fiszki z własnych materiałów: prompty do skopiowania

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, Tomasz, prawo, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach, notatka o rodzajach umów (250 słów). Z 10 fiszek zostawiam 7, bo odpowiedzi zgadzają się z notatką. Poprawiam jedną, ponieważ narzędzie pominęło warunek, który zapisałem na wykładzie. Usuwam dwie: jedna zawierała definicję, której nie ma w notatce, druga była zbyt ogólna. W sekcji "Luki" znalazły się dwa pojęcia do sprawdzenia w skrypcie.

### Lekcja 2.3. Trudne pojęcia i quizy do powtórek: wyjaśnianie na kilku poziomach, sprawdzanie przez AI, przypadek błędu w wyjaśnieniu

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, Zuzanna, pedagogika, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach, pojęcie: wzmocnienie pozytywne. Poziom licealisty: nagroda po zachowaniu zwiększa szansę, że zachowanie się powtórzy. Poziom studenta: to konsekwencja, która zwiększa częstość zachowania. Poziom kierunkowy: definicja zgodna ze skryptem dr Anny Wrońskiej. Moje wyjaśnienie dostało uwagę, że pominęłam rozróżnienie od nagrody. Sprawdziłam definicję w skrypcie, str. 34: zgadza się. Pierwsza powtórka: 22.11, drugi quiz: 25.11.

## Moduł 3. Szukanie źródeł i literatury: Google Scholar, Perplexity i

## weryfikacja cytowań

### Lekcja 3.1. Jak szukać źródeł z AI: od pytania badawczego do słów kluczowych i Google Scholar

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny. Marta Zielińska, pedagogika w Uniwersytecie Przykładowym w Kielcach, pyta: "Jak studenci pierwszego roku radzą sobie ze stresem przed sesją". Czat podaje m.in. "stres akademicki", "strategie radzenia sobie", "coping", "academic stress". W Google Scholar fraza "stres akademicki" daje większość trafnych wyników, "coping" w jej wypadku daje głównie literaturę z psychologii klinicznej i odpada. Z bibliografii jednego przeglądu zapisuje trzy pozycje i dopisuje datę wyszukiwania oraz użyte hasła do dziennika szukania.

### Lekcja 3.2. Wyszukiwarki z cytowaniami: jak czytać przypisy i czemu link nie jest dowodem

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, kierunek pielęgniarstwo, Uniwersytet Przykładowy w Białymstoku. Przypis 1: link działa, to wytyczne instytucji publicznej, zdanie z odpowiedzi jest w tekście, autor instytucjonalny, dokument pierwotny. Decyzja: cytuję, zapisuję rok wydania. Przypis 2: link działa, ale to poradnik na stronie handlowej, bez autora i bez daty. Decyzja: odrzucam jako źródło, zostawiam jako trop. Przypis 3: link nieaktywny. Decyzja: wyszukuję tytuł w Google Scholar, a jeśli go nie znajdę, odrzucam.

### Lekcja 3.3. Halucynowane źródła i weryfikacja cytowań: procedura w pięciu krokach

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, tabela dla trzech pozycji z tematu "zarządzanie czasem studentów". Pozycja A: istnieje, rok inny niż u czatu, tekst otwarty z biblioteki, fragment znaleziony, cytuję z poprawionym rokiem. Pozycja B: istnieje, tekst otwarty, ale zdanie przypisane przez czat nie występuje, więc nie cytuję i zapisuję w dzienniku. Pozycja C: nie znaleziono w Google Scholar ani w katalogu biblioteki, odrzucam. Wynik: jedna z trzech pozycji przeszła wszystkie kroki.

## Moduł 4. Pisanie pracy zaliczeniowej, licencjackiej i magisterskiej bez oddawania autorstwa

### Lekcja 4.1. Plan pracy i pytanie badawcze z AI: konspekt, który zatwierdzi promotor

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny. Paweł Lis, ekonomia, studia pierwszego stopnia, Uniwersytet Przykładowy w Opolu. Temat wstępny: "Pieniądze studentów". Po odpowiedzi na pytania czatu zostaje pytanie: "Jak studenci ekonomii z Opola dzielą miesięczny budżet na mieszkanie, jedzenie i dojazdy?". Konspekt: 1. Wstęp i cel. 2. Przegląd literatury o budżetach gospodarstw domowych (rozdział do napisania po wyszukaniu źródeł). 3. Metoda: ankieta wśród studentów jednego rocznika. 4. Wyniki. 5. Wnioski i ograniczenia. Do decyzji promotora: wielkość próby i zgoda na ankietę w murach uczelni.

### Lekcja 4.2. Szkice i redakcja: co AI może poprawić, a czego nie wolno oddać

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, akapit o rozmowie z seniorami. Oryginał: "Rozmówcy zwykle chętnie opowiadali o pracy, choć kilku odmówiło odpowiedzi." Wynik czatu: "Wszyscy rozmówcy chętnie opowiadali o pracy." Zmiana merytoryczna: zniknęły "zwykle" i informacja o odmowach, więc odrzucam całą wersję zdania. Zmiana językowa: skrócenie "opowiadali o swojej pracy" do "opowiadali o pracy", tę zmianę przyjmuję.

### Lekcja 4.3. Trudna sytuacja: AI zmieniło sens, promotor pyta o fragment, obrona i egzamin dyplomowy

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny. Wpis: 12.03, rozdział 2, akapit o ankiecie, "poprawa interpunkcji i skrócenie o jedną trzecią", przyjęto 5 poprawek, odrzucono zmianę "sugerują" na "dowodzą", sprawdzono w arkuszu z wynikami. Odpowiedź dla promotora: "To zdanie opiera się na wynikach z arkusza, tabela 3. Czat skrócił akapit, ale zmienił sformułowanie na zbyt mocne, więc przywrócona została moja wersja. Mam zapis zmian w dzienniku z 12.03."

## Moduł 5. Antyplagiat, wykrywacze AI i prawo autorskie: JSA, fałszywe alarmy, ujawnianie użycia AI

### Lekcja 5.1. Jednolity System Antyplagiatowy: co mówi ustawa, jak wygląda sprawdzanie pracy

Przykładowa odpowiedź: 1) Kiedy uczelnia sprawdza pracę przed egzaminem? Sprawdzę w regulaminie studiów i zapytam w dziekanacie, do piątku. 2) Czy dostanę wynik sprawdzenia przed obroną? Zapytam promotora na najbliższych konsultacjach. 3) Co robię z fragmentami oznaczonymi jako zbieżne z innymi pracami? Zapytam promotora, jak je omawia. 4) Czy wydział ma własne zasady o narzędziach AI? Przeczytam zarządzenie dziekana i

sylabus seminarium. 5) Do kiedy oddaję ostateczny plik? Sprawdzę harmonogram dyplomowania na stronie wydziału.

### Lekcja 5.2. Wykrywacze AI i fałszywe alarmy: co mówią źródła, jak się chronić dokumentacją

Przykładowa odpowiedź: 1) Wersje robocze: folder "Esej-wersje" z plikami nazwanymi datą, kopia raz na dwa dni. 2) Notatki z lektur: zeszyt z numerami stron cytowanych fragmentów. 3) Lista źródeł: arkusz z linkami i datą dostępu, uzupełniany po każdej lekturze. 4) Historia rozmów z narzędziem AI: zapisuję pytania i najważniejsze odpowiedzi w osobnym pliku, kopiując je raz w tygodniu. 5) Korespondencja z prowadzącą: zachowuję maile z uzgodnieniami dotyczącymi tematu i zasad użycia narzędzi.

### Lekcja 5.3. Prawo autorskie, cytowanie i ujawnianie użycia AI

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, praca zaliczeniowa z socjologii, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach. "Do pracy zaliczeniowej z socjologii miasta używano Claude w październiku: do wyjaśnienia pojęcia segregacji przestrzennej i do sprawdzenia logiki konspektu. Definicja została zweryfikowana w podręczniku wskazanym w sylabusie i to podręcznik jest cytowany. Odpowiadam za całość tekstu, plik z rozmową jest dołączony."

## Moduł 6. Dane i prywatność: co nie trafia do czatu i jak ustawić konto

### Lekcja 6.1. Co nie trafia do czatu: dane osobowe, cudze prace, dane z badań

Przykładowa odpowiedź: 1) Mail od dr. Pawła Zawadzkiego z uwagami do rozdziału: cudza praca i dane osobowe (nazwisko, adres e-mail). Przed wklejeniem usunę nagłówek i podpis, wkleję same uwagi do rozdziału; jeśli promotor nie chce, nie wklejam. 2) Transkrypcja wywiadu z pracownicą ośrodka kultury: dane z badań. Zamienię nazwę ośrodka i imię na "R2", wkleję jeden akapit, a zgodę uczestniczki sprawdzę w formularzu. 3) Fragment pracy koleżanki Ewy: cudza praca. Zapytam Ewę, czy się zgadza, i bez jej zgody nie wklejam.

### Lekcja 6.2. Ustawienia kont w ChatGPT, Claude i Gemini: co sprawdzić w listopadzie 2026

Przykładowa odpowiedź: Przegląd z 20.11.2026. ChatGPT: Ustawienia, Data controls, opcja "Improve the model for everyone" była włączona, wyłączono ją; Temporary chat jest dostępny, używam go przy rozmowach z fragmentami własnych danych. Claude: Privacy Settings, zgoda na ulepszanie modeli wyłączona; Incognito jest dostępny, używam go przy tych samych rozmowach. Gemini: brak konta. Kolejna kontrola za trzy miesiące albo po zmianie interfejsu. Nazwy opcji zapisano z ekranu na dzień przeglądu i mogą się różnić na innym koncie.

### Lekcja 6.3. Przypadek: ankiety, wywiady i praca grupowa, czyli anonimizacja przed wklejeniem

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny. Wersja do czatu: "Pracuję jako pielęgniarka w szpitalu od kilku lat. W ostatnich miesiącach odeszła nasza kierowniczka, K1, i od tego czasu zmiany układa się chaotycznie." Klucz (plik poza czatem): R3 to pielęgniarka z wywiadu, K1 to jej była kierowniczka. Usunięto: oddział, miasto, rok rozpoczęcia pracy, nazwisko kierowniczki i miesiąc odejścia, bo razem mogą wskazywać konkretną osobę.

## Moduł 7. AI w nauce przedmiotów: matematyka, programowanie, języki, egzaminy ustne i sesja

### Lekcja 7.1. Matematyka, statystyka i programowanie: najpierw własna próba, potem AI

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, statystyka na Uniwersytecie Przykładowym w Kielcach. Zadanie: porównać średnie wyniki dwóch grup po 12 osób. Moja próba: test dla dwóch prób niezależnych, średnie i odchylenia policzone ręcznie, p większe od 0,05. Wskazówka czatu: "Czy grupy są niezależne? Kto był mierzony?". Okazało się, że te same osoby zmierzono dwa razy, więc test powinien dotyczyć prób zależnych. Zapis poprawiony. Sprawdzenie: różnice indywidualne policzone osobno w arkuszu, wynik zgodny z poprawionym testem. Zadanie bliźniacze: te same dane o pomiarach, inne liczby, rozwiązane bez pomocy w 15 minut. Wniosek na przyszłość: przed wyborem testu zapisać, czy pomiary są niezależne.

### Lekcja 7.2. Języki obce i egzamin ustny: trening rozmowy, korekta, symulacja pytań komisji

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, hiszpański B1, lektorat na uczelni w Lublinie. Prompt: "Jesteś egzaminatorem ustnym z hiszpańskiego na poziomie B1. Temat: moje miasto i podróże. Zadaj mi pięć pytań po kolei, po jednym, i czekaj na odpowiedź. Nie poprawiaj mnie w trakcie. Po piątej odpowiedzi podaj listę błędów: moje zdanie, poprawna wersja, krótka reguła. Na końcu oceń odpowiedzi w trzech kryteriach: słownictwo, gramatyka, spójność, po jednym zdaniu." Dziennik po sesji: 1) "Estoy de Lublin" zamiast "Soy de Lublin" (wybór między "ser" i "estar"), 2) brak zgody przymiotnika w rodzaju, 3) "pensar de" zamiast "pensar en". Powtórka za trzy dni: po trzy własne zdania do

każdej reguły.

### Lekcja 7.3. Sesja: plan powtórek, symulacja egzaminu, kierunki z wysoką stawką błędu

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, fizjologia, pierwszy rok studiów w Gdańsku. Prompt: "Egzamin z fizjologii za 14 dni. Zakres z sylabusa: układ krążenia, oddychanie, nerki, układ nerwowy. Uczę się 90 minut dziennie od poniedziałku do soboty. Ułóż harmonogram z datami od 21.11 do 4.12, każdy dział ma wrócić dwa razy, ostatnie dwa dni to powtórki i pytania. Podaj w tabeli." Pytania sprawdzające po wklejeniu notatek o nerkach: pięć pytań wyłącznie z mojego tekstu, bez nowych faktów. Odpowiedzi zapisane z pamięci, potem porównane z notatkami. Wartości referencyjne w jednym z pytań nie zgadzały się z podręcznikiem: poprawiona wartość wpisana do fiszki z numerem strony podręcznika.

## Moduł 8. Projekt końcowy: zasada pracy z AI na studiach, plan pracy dyplomowej i egzamin

### Lekcja 8.1. Projekt, część 1: moja zasada pracy z AI na studiach

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny.

MOJA ZASADA PRACY Z AI NA STUDIACH

Kamil Zieliński, pedagogika, I stopień, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach. Data: 20.11.2026.

1. Zasady uczelni. Sprawdzone: regulamin studiów, sylabus seminarium licencjackiego. Ustalone z promotorem, dr Anną Wrońską, na konsultacji 12.11.2026: AI wolno używać do wyszukiwania słów kluczowych i redakcji językowej, z zapisem w dzienniku. Niejasne: AI przy streszczaniu lektur. Zapytam na konsultacji 3.12.2026.

2. Do czego używam. Pytania do powtórek z własnych notatek. Słowa kluczowe do wyszukiwania w Google Scholar. Wskazanie błędów językowych w moim szkicu, z listą poprawek.

3. Czego nie robię. Nie wklejam wygenerowanych akapitów do pracy jako własnych. Nie proszę o źródła i nie przepisuję ich bez sprawdzenia w katalogu biblioteki. Nie używam AI do zadań, przy których prowadzący tego zabronił.

4. Dane. Do czatu nie trafiają dane osobowe, cudze prace ani niezanonimizowane wyniki mojej ankiety. Ustawienia kont sprawdzam co semestr.

5. Weryfikacja. Każde źródło z AI sprawdzam w oryginale: autor, tytuł, rok, strona. Liczby i cytaty porównuję z oryginałem.

6. Dokumentacja. Po każdej sesji dopisuję w dzienniku: data, narzędzie, cel, co z tego trafiło do pracy. Do pracy dołączam informację o użyciu AI, jeśli wymaga tego promotor lub regulamin.

7. Kontakt i przegląd. Wątpliwości: dr Wrońska, e-mail lub konsultacje. Przegląd zasady: 1.03.2027 i po każdej zmianie regulaminu.

### Lekcja 8.2. Projekt, część 2: plan pracy dyplomowej z AI

Przykładowa odpowiedź: Przykład fikcyjny, praca licencjacka z pedagogiki, Uniwersytet Przykładowy w Kielcach, promotor dr Anna Wrońska.

PLAN PRACY DYPLOMOWEJ Z AI

Autor: Kamil Zieliński. Temat roboczy: Motywacja uczniów klas 7-8 w czasie nauki zdalnej. Data początku: 23.11.2026. Termin złożenia pracy: według regulaminu studiów i dziekanatu.

Tydzień 1: wybór pytania badawczego. Rola AI: bez AI (pytanie ma być moje). Kontakt: spotkanie z dr Wrońską, wcześniej wysyłam trzy propozycje pytań i pytanie o zasady AI. Dowód: zatwierdzone pytanie w mailu.

Tydzień 2: wyszukiwanie literatury w katalogu biblioteki i Google Scholar. Rola AI: pomoc, tylko słowa kluczowe. Kontakt: brak. Dowód: lista 15 źródeł z linkami.

Tydzień 3: weryfikacja źródeł w oryginale, notatki. Rola AI: bez AI. Kontakt: brak. Dowód: tabela autor, tytuł, rok, strona.

Tydzień 4: konspekt. Rola AI: pomoc, pytania do konspektu. Kontakt: konsultacja, wysyłam konspekt dwa dni wcześniej. Dowód: konspekt z uwagami promotora.

Tygodnie 5-7: rozdziały 1 i 2 (teoria). Rola AI: bez AI przy pisaniu, pomoc przy pytaniach do tekstu. Kontakt: brak. Dowód: szkic rozdziałów.

Tydzień 8: omówienie rozdziałów. Rola AI: po zgodzie promotora (redakcja językowa). Kontakt: konsultacja, wysyłam rozdziały i dziennik użycia AI. Dowód: uwagi promotora.

Tygodnie 9-10: rozdział 3 (badanie) i wnioski. Rola AI: bez AI. Kontakt: krótki mail ze stanem pracy. Dowód: komplet

rozdziałów.

Tydzień 11: redakcja, bibliografia, kontrola cytatów. Rola AI: po zgodzie promotora (lista poprawek językowych). Kontakt: brak. Dowód: poprawiona wersja i dziennik.

Tydzień 12: lista kontrolna, ostatnia konsultacja, oddanie. Rola AI: bez AI. Kontakt: konsultacja z listą kontrolną i dziennikiem. Dowód: praca złożona zgodnie z wymogami uczelni.

### Lekcja 8.3. Studium przypadku i powtórka przed egzaminem

Przykładowa odpowiedź: 1) Zapis ustaleń z promotorką w mailu: moduł 1, daje dowód, co zostało uzgodnione. 2) Sprawdzenie źródeł w katalogu, odrzucenie czterech nieistniejących: moduł 3, w pracy nie ma pozycji, których nie można znaleźć. 3) Porównanie skróconego akapitu z oryginałem: moduł 4, wniosek został taki, jak wynikał z jej analizy. Rzecz dodatkowa: przed wklejeniem akapitu do czatu sprawdzić, czy zawiera dane osobowe uczestników badania (moduł 6). Do mojej zasady przenoszę: zapis ustaleń w mailu, sprawdzanie każdego źródła w oryginale, porównywanie wersji po redakcji.