

VETech

Дигитални умения за МСП на бъдещето
2024-2-HU01-KA210-VET-000295830

Малкомащабни партньорства
в областта на професионалното
образование и обучение

(KA210-VET)



VETech

ИНСТРУМЕНТАРИУМ
ЗА УЧЕНИЦИ В ПРОФЕСИОНАЛНОТО
ОБРАЗОВАНИЕ
Ниво: Начинаещ

ИЗКУСТВЕН ИНТЕЛЕКТ
Използване на ChatGPT



CHAMBER OF COMMERCE
AND INDUSTRY
VESZPRÉM



Erasmus+



Финансирано от
Европейския съюз

• Цели	стр. 3
• Актуализации на ChatGPT	стр. 4
• Структура на инструментариума VETech	стр. 5
• Определение – ИИ	стр. 6
• Предимства и недостатъци на ИИ	стр. 7-8
• Значимост на ИИ	стр. 9
• Инструменти с ИИ I	стр. 10
• Определение – ChatGPT	стр. 11
• Предимства и недостатъци на ChatGPT	стр. 12
• Значимост на ChatGPT	стр. 13
• Заявката (промпт)	стр. 14-15
• Халюциниране на ChatGPT	стр. 16
• Как да използваме ChatGPT	стр. 17-34
• Добри практики с ChatGPT	стр. 35



Целта на инструментариума VETech:

Развитие на дигиталните умения на учениците и преподавателите, участващи в професионалното образование, и подкрепа на дигиталната трансформация на малките и средните предприятия (МСП) чрез безплатни, дигитално достъпни обучителни материали, които насърчават развитието на дигиталните умения на заинтересованите страни, като по този начин се гарантира, че придобитите в професионалното образование дигитални умения съответстват на нуждите на пазарните участници.

Целта на обучителния материал „Изкуствен интелект – Използване на ChatGPT в професионалното образование“ е:

- ✓ Да се развият дигиталната грамотност, критичното мислене и отговорното използване на инструменти с ИИ от учениците в професионалното образование в образователен и професионален контекст.
- ✓ Този онлайн обучителен материал предоставя подкрепа на учениците в професионалното образование за ефективното интегриране на **основното използване** на инструменти с изкуствен интелект, като ChatGPT, в техните учебни дейности, проектна работа и професионална подготовка

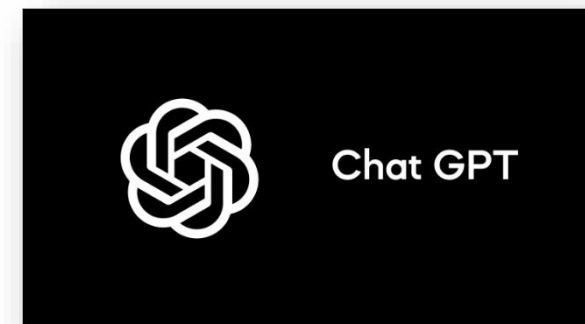


freepik.com

Моля, обърнете внимание, че OpenAI, като разработчик на ChatGPT, непрекъснато актуализира ChatGPT. Поради това определени функции може да се намират на друго място в интерфейса или по-нови функции може да не са включени в този обучителен материал към момента, в който го изучавате.

Същевременно този материал предоставя отлична възможност за придобиване на информация относно **основното използване** на ChatGPT.

Дата на този обучителен материал: август 2025 г.



Инструментариумът е насочен към три групи, а именно:

Ученици в професионалното образование	Обучители в професионалното образование	МСП
---------------------------------------	---	-----

И трите целеви групи намират специално разработени учебителни материали в следните три области:

Изкуствен интелект (ИИ)	Онлайн сътрудничество	Създаване на дигитално съдържание
-------------------------	-----------------------	-----------------------------------

Структурата на всеки учебителен материал е следната:

1. Уводен лист (общо обобщение на инструмента)
2. Презентация в PowerPoint с подробния учебителен материал
3. Работен лист в подкрепа на практическото приложение на учебителния материал (практическо упражнение)
4. Въпросник за преговор (тест)

Какво представлява изкуственият интелект?

Изкуственият интелект (ИИ) е технологична революция. Той представлява съвкупност от компютърни системи и програми, способни да функционират по начини, подобни на човешкото мислене.

Това означава, че системите с ИИ са способни да:

- се учат от информация, примери и модели (машинно самообучение),
- разпознават модели (напр. в изображения или текстове),
- вземат решения (въз основа на данни),
- решават проблеми и изпълняват задачи, и
- интерпретират и използват човешки език (напр. общуване чрез чатбот като ChatGPT).

Той не може да бъде пренебрегван, тъй като вече прониква в почти всяка област от живота.

Той се развива с все по-бързи темпове, ставайки все по-достъпен и по-точен.



freepik.com

ПРЕДИМСТВА НА ИЗКУСТВЕНИЯ ИНТЕЛЕКТ



- ✓ **Скорост** – ИИ може да изпълни за секунди задачи, които биха отнели на хората часове или дори дни.
- ✓ **Денонощна достъпност** – винаги достъпен, без прекъсване.
- ✓ **Спестяване на разходи** – като изисква по-малко човешки труд и по-малко ресурси, той намалява разходите (както в бизнеса, така и при лични въпроси).
- ✓ **Персонализация** – може да подпомага лични или бизнес цели и задачи по персонализиран начин.
- ✓ **Удобство** – работи с огромни обеми информация, като помага и подпомага вземането на решения както в личния, така и в бизнес живота.

НЕДОСТАТЪЦИ НА ИЗКУСТВЕНИЯ ИНТЕЛЕКТ



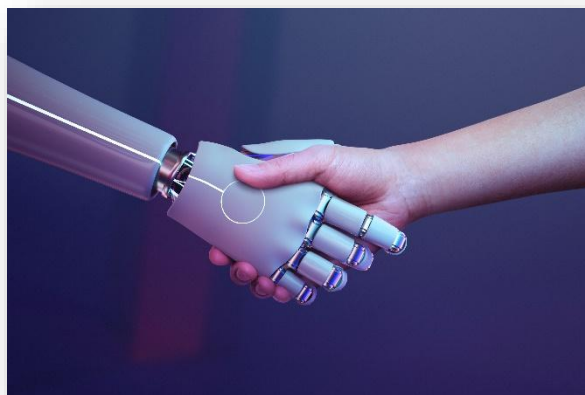
- ✓ Той не е непогрешим и не **“знае”** в класическия човешки смисъл;
- ✓ той прави изводи и предоставя отговори въз основа на усвоени модели и предварително заредена информация. **Ние не разбираме как взема решения или на каква основа** предоставя отговори, поради което не можем да знаем дали той е наистина справедлив (напр. при одобряване на кредити, оценка на безвъзмездни средства, медицински диагнози и др.).

Регламентът на ЕС за ИИ има за цел да урежда тези ситуации: за системите с ИИ с по-висок риск се изисква човешки надзор.

- ✓ Той може да създаде всичко, което хората могат да си представят, а може да бъде и **неетичен**, напр. дийпфейкове или изкуствено генерирани изображения/звуци.
- ✓ Той може да доведе до **пълно или частично изчезване на множество професии**.
- ✓ Той предоставя **възможности за злоупотреба** и може да породи **рискове за сигурността**.

ПРИМЕРИ ЗА ОБЛАСТИ НА ПРИЛОЖЕНИЕ НА ИИ В ПРОФЕСИОНАЛНОТО ОБРАЗОВАНИЕ:

- ✓ **Подкрепа за ученето:**
Персонализирани обяснения и обучение
- ✓ **Подготовка за изпити:** Тренировъчни въпроси и обобщения
- ✓ **Разработване на проекти:** Проучване и генериране на идеи



freepik.com

- ✓ **Техническа документация:** Помощ при писане на доклади
- ✓ **Езикова подкрепа:** Подобряване на професионалната лексика
- ✓ **Кариерно ориентиране:** Изготвяне на автобиография и подготовка за интервю

ИНСТРУМЕНТИ С ИЗКУСТВЕН ИНТЕЛЕКТ В ПОДКРЕПА НА УЧЕНИЦИТЕ В ПРОФЕСИОНАЛНОТО ОБРАЗОВАНИЕ

✓ ChatGPT – Подпомага ученето, проучванията и подготовката на задачи



✓ Grammarly – Подобрява качеството на писане и езиковата точност.



✓ Canva AI – Помага при създаването на визуално съдържание.



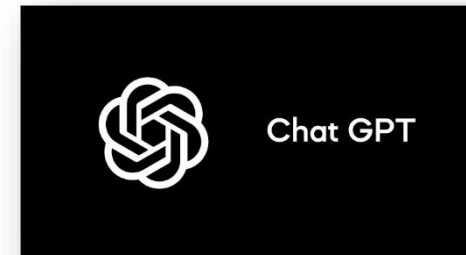
✓ Notion AI – Подпомага воденето на бележки и организацията на учене



✓ Perplexity AI – Подпомага академичните проучвания



КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА CHATGPT?



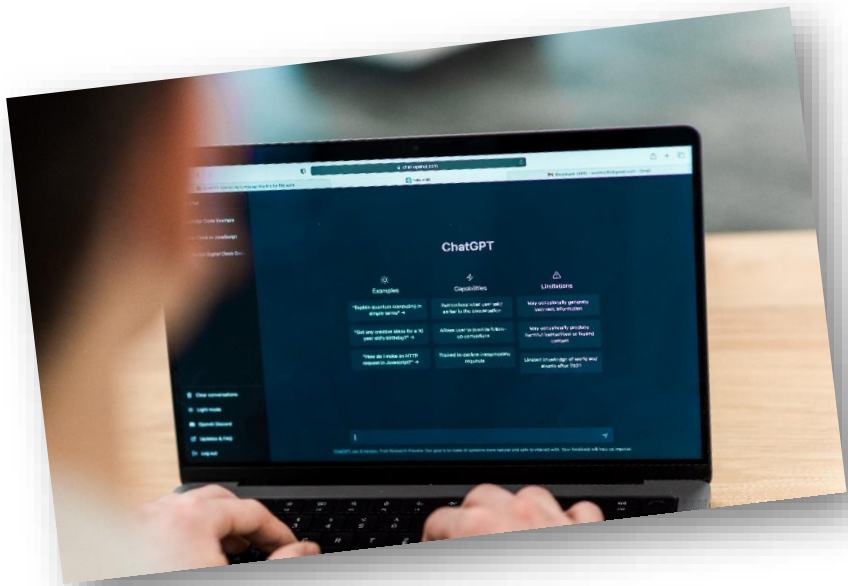
ChatGPT е езиков модел, базиран на изкуствен интелект.

Същността му се състои в общуването с хората на естествен език и в способността да интерпретира, генерира, обяснява или творчески преобразува текст. Работата му се основава на разпознаване на статистически закономерности. Той не “знае” в класическия човешки смисъл, но може да предвиди кои думи или изрази е вероятно да последват в даден текстов контекст.

Приложения: Благодарение на огромния обем данни за обучение, той може да изпълнява голямо разнообразие от задачи, включително консултиране, творческо писане, програмиране, подпомагане на изучаването на езици, обобщаване на текстове, превод, генериране на истории, пазарни проучвания, генериране на изображения, писане на проектни предложения, водене на протоколи и др.

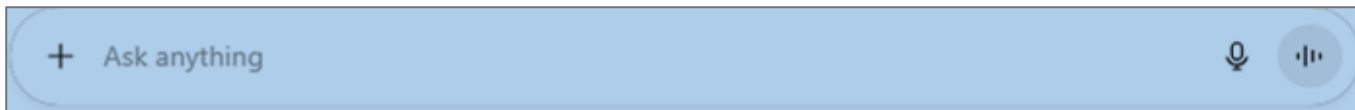
ПРЕДИМСТВА	НЕДОСТАТЪЦИ
Бърз	Често неправилна или неточна информация.
Многоезичен	Не разбира много специфични, зависещи от контекста ситуации.
Универсален	Склонен към халюцинации (предоставяне на измислена информация).
Достъпен денонощно	Отговорите се основават само на данни от обучението.
Лесен за използване	Изисква познаване на правилното изготвяне на заявки (промптове).
Бързо развиващ се	Не замества човешката експертиза.
Безплатна версия (препоръчва се регистрация)	Не се препоръчва споделянето на чувствителни данни.

ПРИМЕРИ ЗА ОБЛАСТИ НА ПРИЛОЖЕНИЕ НА CHATGPT ЗА УЧЕНИЦИ В ПРОФЕСИОНАЛНОТО ОБРАЗОВАНИЕ



freepik.com

- Разбиране на технически концепции и процедури;
- Изпълняване на задачи и писане на структурирани доклади;
- Подготовка за изпити и преговор на ключови теми;
- Развиване на умения за професионална комуникация;
- Подпомагане на документацията за стаж и работните задачи;
- Генериране на структурирани обобщения и учебни материали.



Заявката (промптът) е инструкция или искане, отправено към ChatGPT, което му указва какво искаме. Колкото по-точна и подробна е заявката, толкова по-голям е шансът да получим точно отговора, който искаме.

Поради това **една добра заявка има три компонента:**

1. РОЛЯ: Указва ролята, в която ИИ трябва да отговори. Това е като да кажете на актьор кой герой да изиграе.

Пример: *“Ти си опитен учител по история...”* или *“Действай като професионален маркетинг...”*

2. ФОРМАТ: Указва структурата или формата, в който ИИ трябва да предостави отговора.

Пример: *“Дай отговора в табличен формат...”* или *“Дай списък от 5 точки...”* или *“Напиши кратко есе в 3 абзаца...”*

3. КОНТЕКСТ: Предоставя обща информация, така че ИИ да знае точно контекста или задачата, на която трябва да отговори.

Без нея ще получите само общ, неперсонализиран отговор.

Пример: *“Учениците са на 10 години и в момента изучават планетите.”* или *“Този текст е част от имейл за обслужване на клиенти.”* и др.

Това е добра заявка:

*"Представи си, че си опитен учител по история! (**роля**) Моля, обобщи най-важните събития от Втората световна война в 5 точки, в хронологичен ред, (**формат**) така че да е разбираемо за гимназисти, подготвящи се за матурата си., (**контекст**)"*

Примерна заявка за ученици в професионалното образование: "Действай като обучител по автомобилна техника. Обясни с прости думи основната функция на спирачната система на автомобила и дай 3 въпроса за преговор."

Това описва случаите, когато моделът създава информация, която е невярна, измислена или неподкрепена от данните за обучението му, въпреки че може да звучи правдоподобно или уверено.

Как можем да проверим точността на даден отговор?

- Ако още не сме го направили, можем да задаваме по-точни въпроси, като поставим ИИ в определена роля и контекст.
- Можем да помолим ChatGPT да посочи интернет източниците за даден отговор.
- Можем директно да потърсим в интернет отговора и неговите ключови точки.
- Можем да се консултираме с друг изкуствен интелект.
- Можем да попитаме човек за мнение.



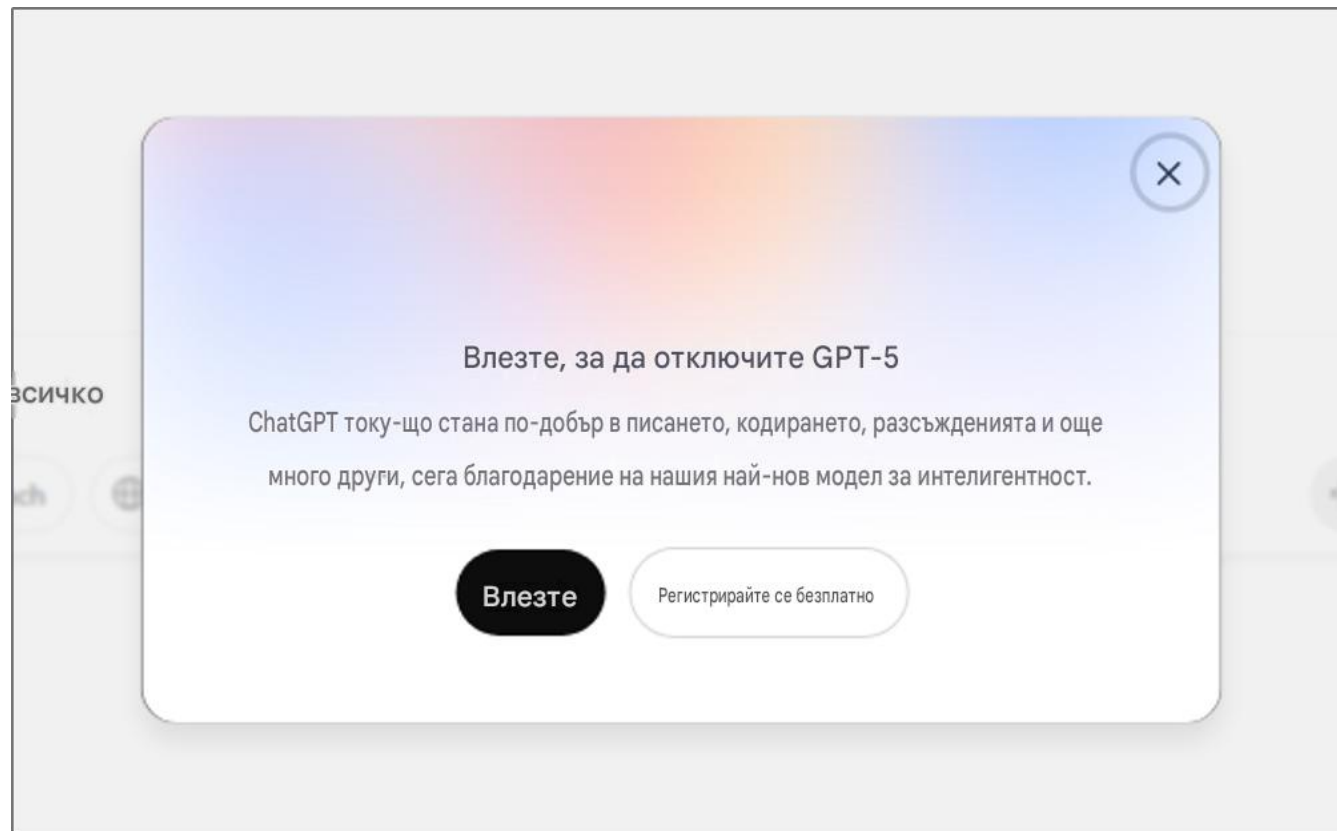
Препоръчва се да се използва комбинация от горните методи при съмнение за халюциниране на ИИ.

НАЧАЛНА СТРАНИЦА: www.chatgpt.com

Опции за използване:

- Без регистрация
- С безплатна регистрация
- С абонамент

Силно се препоръчва безплатна регистрация, тъй като тя отключва повече функции и позволява много по-ефективно използване, отколкото без регистрация. Освен това...



Критерий	Безплатна регистрация	Абонамент (Plus)
Версия	ChatGPT 5	ChatGPT 5 – По-усъвършенствано разсъждение
Скорост и достъпност	Ограничена и по-бавна производителност (напр. генериране на изображения).	Бързо, разширено и по-бързо генериране на изображения.
Функции	Основна функционалност за текстов чат, историята на разговорите се запазва и може да се извлича. Ограничено качване на файлове. Ограничена памет и контекст.	Разширени съобщения и качвания. Разширена памет и контекст. Проекти, задачи, персонализирани GPT и генериране на видео със SORA.
Качество и надеждност	Ограничено задълбочено проучване, чести халюцинации.	Разширено задълбочено проучване и агентен режим, халюцинациите са по-редки.

Източник: <https://chatgpt.com/#pricing>

Създаване на профил

Имейл адрес

Продължи

Вече имате профил? [Вход](#)

или

Продължете с Google

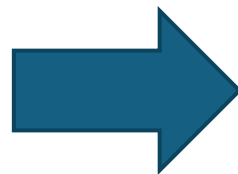
Продължете с акаунт в Microsoft

Продължете с Apple

Продължете с телефона

[Условия за ползване](#) | [Политика за поверителност](#)

Екран, който
се показва
след влизане
в системата



ChatGPT

Съвети за начало

Чувствайте се свободни да задавате въпроси
ChatGPT може да отговаря на въпроси, да помага с учене, кодиране, брейнсторминг и много други.

Не споделяйте чувствителна информация
Разговорите могат да бъдат прегледани и използвани за подобряване на нашите модели. Можете да намерите повече информация за това как се обработват вашите данни в Помощния център.

Внимавайте с проверката на фактите
Въпреки че са въведени мерки за безопасност, ChatGPT понякога може да предоставя неточна информация. Услугата е предназначена за съвет, а не за гарантирани факти.

Добре, да започваме



След като прочетете, щракнете върху бутона “Ok, let’s start” (Добре, да започваме).

НАЧАЛНА СТРАНИЦА НА CHATGPT - СЛЕД ВЛИЗАНЕ В СИСТЕМАТА

Затваряне/отваряне на страничната лента

Опции за абонамент

Настройте плана си

Гласов режим: позволява чат в реално време (изисква се абонамент).

Позволява диктуване (изисква се разрешение за достъп до микрофона)

Откъде да започнем?

Различни опции за незабавна помощ, предоставяни от ChatGPT.

Нов чат

Търсене в чатове

Библиотека

Сора

GPTs

Поле за въвеждане на заявка (въпрос / искане / инструкция)

Създайте изображение

Обобщете текст

Помогнете ми да пиша

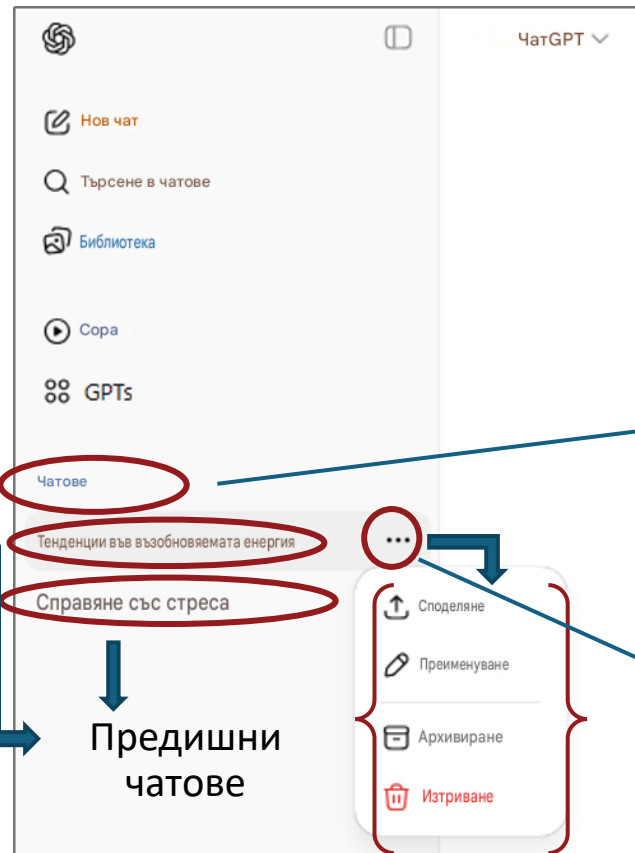
Направете план

Още

Горе:

Меню от
лявата страна

Долу:



Ако вече сте провели чат, ще се появи разделът "Chats" (Чатове). Тук можете да търсите в предишни чатове. ChatGPT ги назовава според съдържанието им, но можете да ги преименувате.

Тук могат да се показват тези четири опции.

Вашият
акаунт



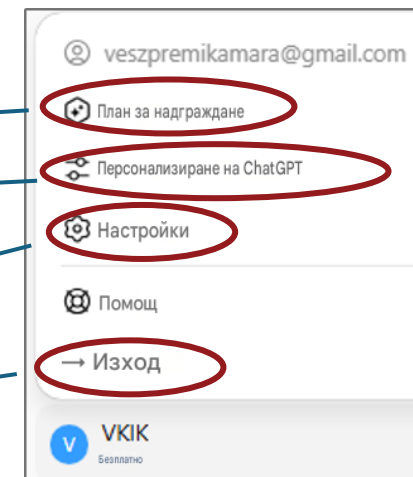
При щракване върху акаунта в долния ляв ъгъл ще се покаже следното меню:

Опция за
абонамент

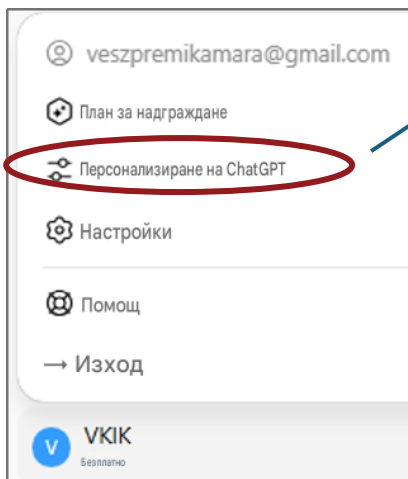
За обяснение вижте
следващата страница.

Настройки за
сигурност и известия

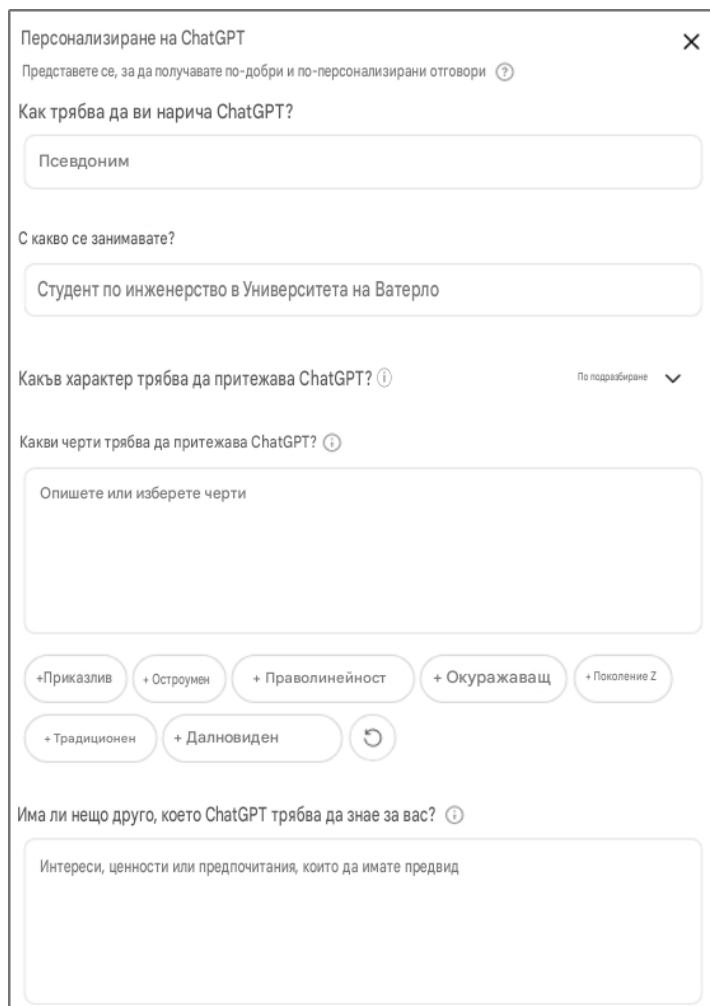
Изход



Долу в менюто от лявата страна:



Персонализирането на ChatGPT позволява на потребителя да зададе конкретни предпочитания, правейки разговора още по-персонализиран.

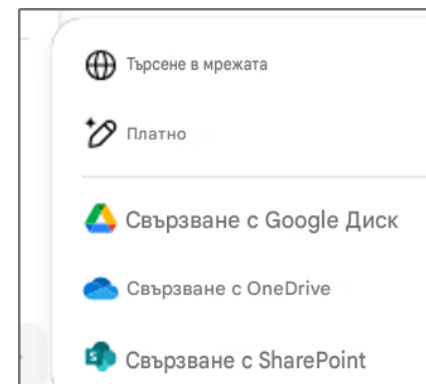
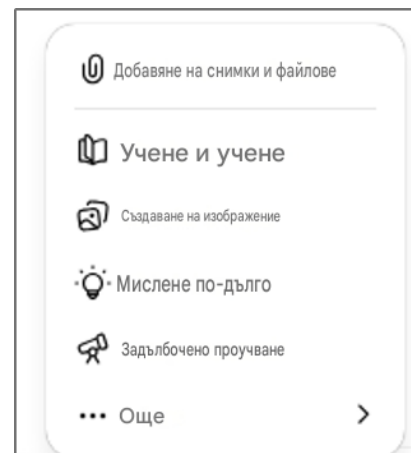
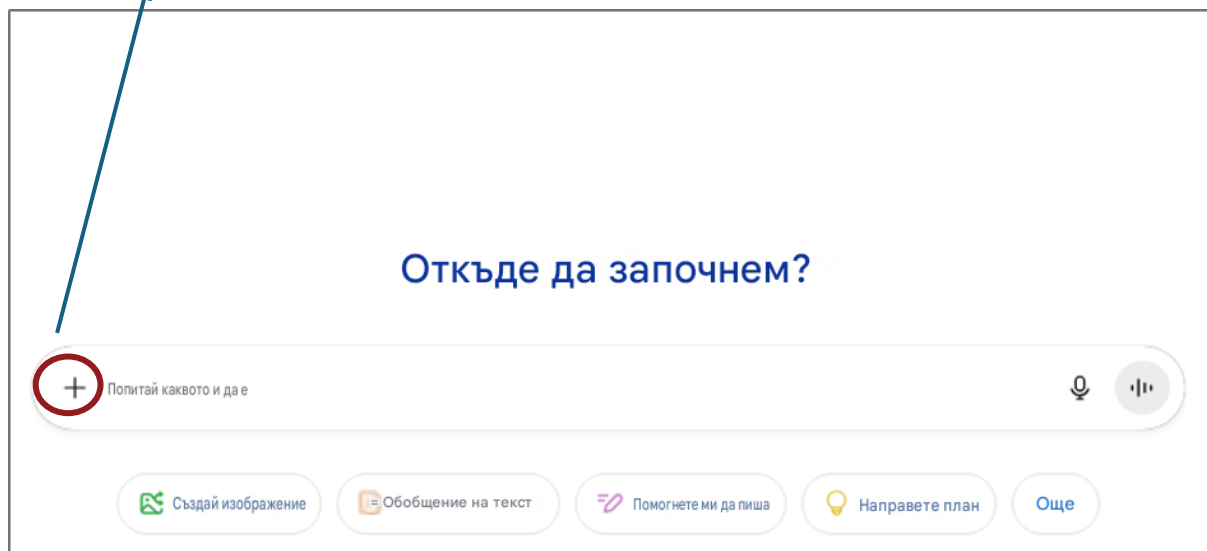


По време на персонализирането можете да зададете:

- **Тема и стил:** Посочете вида отговори, които желаете (напр. официални, неофициални, хумористични, лековати и др.).
- **Работа и интереси:** Предоставянето на тази информация помага на ИИ да разбере по-добре вашите предпочитания, правейки отговорите по-персонализирани.
- **Памет:** Ако е активирана, ChatGPT може да помни предишни разговори и да ги взема предвид в бъдещи отговори, правейки взаимодействието по-плавно и по-съобразено с контекста.

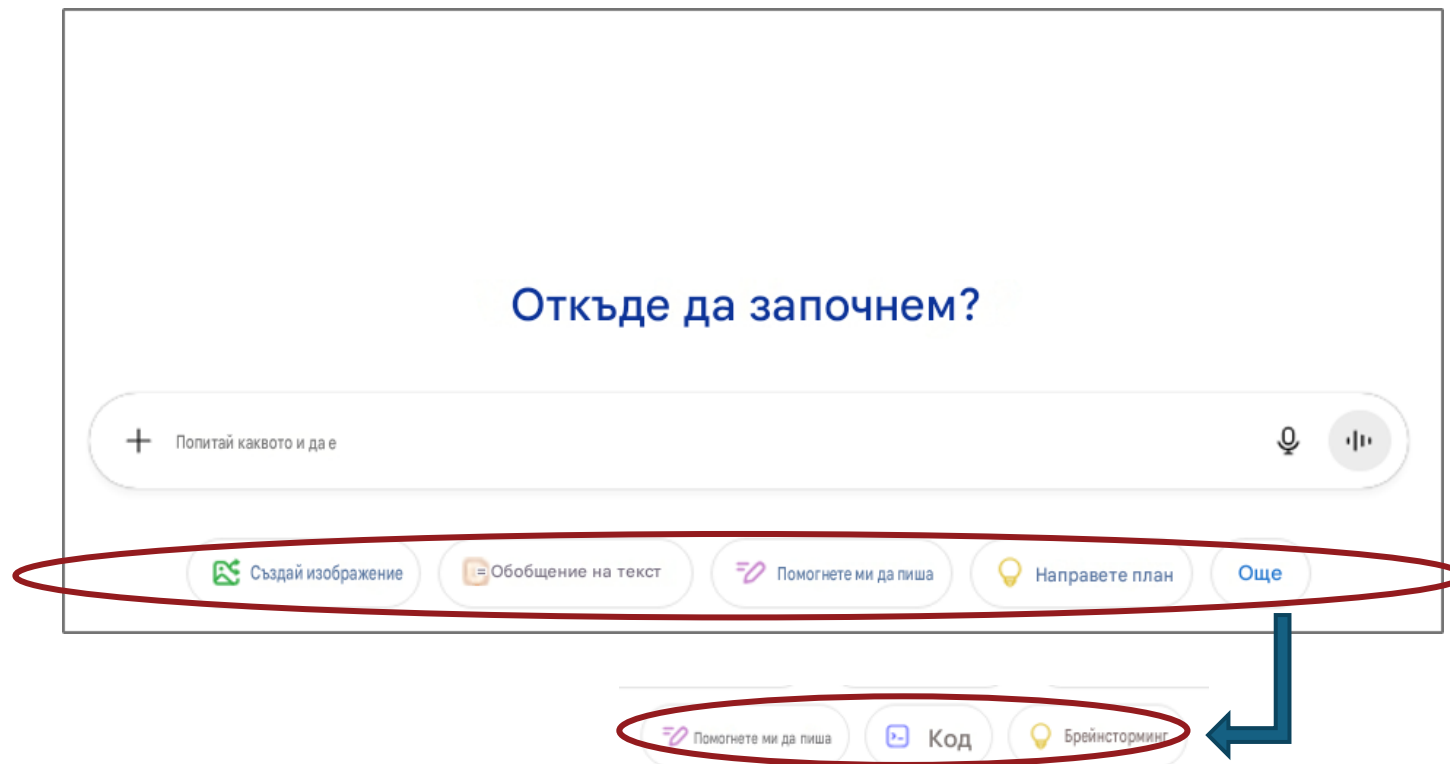
Като щракнете върху '+', можете например да качвате документи, върху които искате ИИ да работи или да изпълнява задачи, както и да получите достъп до други опции като...

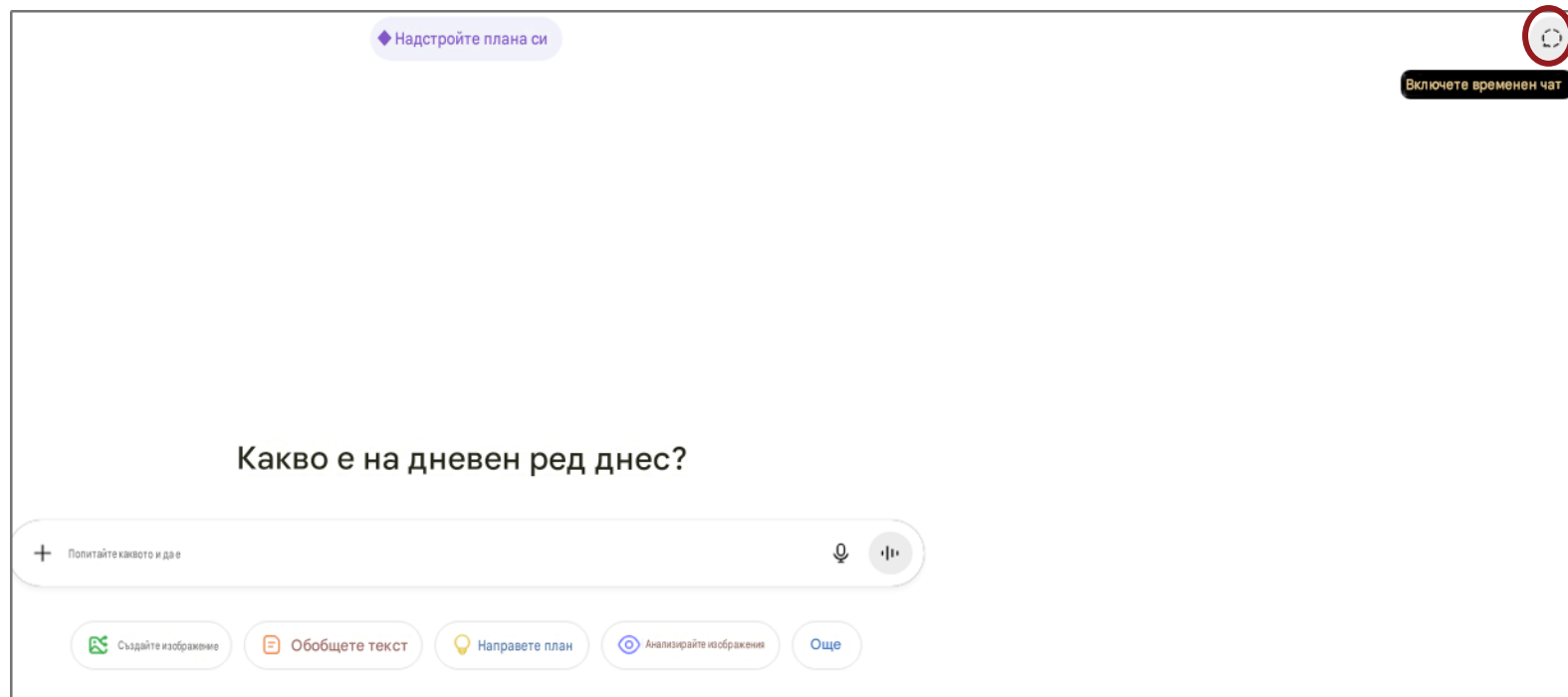
Допълнителни
опции:



Бързи команди:

При започване на нов чат опциите, предлагани под полето за заявка, ви помагат бързо да намерите желаната посока на разговора.





Включването на **временен чат** означава:

- Разговорът не се запазва в историята.
- Не се използва за обучение на модела.
- Изтрива се от системата след 30 дни (може да остане за кратко само за целите на наблюдение за злоупотреби).

Когато започнете нов чат и се позовете на предишен, ИИ няма да познава предходния контекст. Чатове са независими един от друг. Ако искате да си припомните нещо от предишен чат, можете да използвате опцията “Search chats” (Търсене в чатове) в лявата странична лента.

Напишете заявката: „Много съм стресиран. Какво ми предлагаш като решение?“
(Това е заявка с ниско качество; липсват ѝ роля, контекст и формат.)

Enter — потвърждаване на заявката.

Откъде да започнем?

+ Много съм стресиран/а. Какво предлагате като решение?

брой

Създай изображение

Обобщете текст

Направете план

Анализирайте изображения

Изненадайте ме

Помогнете ми да пиша

Код

Брейнсторминг

Споделете чата тук:
LinkedIn, Reddit, X

**ИИ даде общ отговор поради
слабата заявка!**

Опции за реакция:

- Копиране на отговора
- Харесване
- Нехаресване
- Прочитане на глас (ИИ прочита дадения отговор).
- Редактиране в canvas: прехвърляне на съдържание от разговор в отделно работно пространство с възможност за редактиране.
- Споделяне
- Регенериране (заявяване на нов отговор).

Много съм стресиран/а. Какво предлагате като решение?

Разбирам те – звучи сякаш носиш много в себе си в момента. Стресът може да бъде наистина изтощителен, но има практични неща, които можеш да направиш, за да успокоиш тялото си и да изчистиш ума си. Ето няколко стратегии, които можеш да опитаеш, в зависимост от това кое ти се струва подходящо:

Бързо облекчение (в момента):

- Дихателни упражнения: Опитай бавни, дълбоки вдишвания – вдишвай за 4 секунди, задръж за 4, издишай за 6-8 секунди. Това сигнализира за безопасност на нервната ти система.
- Заземяване: Обърни внимание на 5 неща, които виждаш, 4, които можеш да докоснеш, 3, които чуваш, 2, които помиришаш, 1, което вкушаш. Това отдръпва ума ти от прелускащите мисли.
- Движи се малко: Кратка разходка, разтягане или разклащане на ръцете може да освободи натрупаното напрежение.

Ежедневни практики (за намаляване на общия стрес):

- Сън и почивка: Дори малки подобрения в почивката могат да улеснят справянето със стреса.
- Водене на дневник: Записването на тревогите може да те спре да се въртят безкрайно в главата ти
- Внимателност или медитация: Дори 5 минути фокусиране върху дишането или медитация за сканиране на тялото помагат.
- Граници: Казването на „не“ по-често или намаляването на задачите, които ви изтощават, може да предотврати претоварването.

Дългосрочна подкрепа:

- Разговор с някого, на когото имате доверие, за това как се чувствате.
- Ако стресът е постоянен или непоносим, обръщането към консултант, терапевт или лекар може да окаже голямо влияние.

Искате ли да ви превода през кратко успокояващо упражнение точно сега (като дишане или заземяване) или предпочитате практични стратегии, които можете да включите в ежедневието си?

Отговаряне/задаване на въпрос,
продължаване на чата.

Заявка, в която определяме РОЛЯТА:

„Действай като лекар и
отговаряй съответно!“

Отговорът вече е по-точен, разгледан от
медицинска гледна точка. ...

Освен това той запазва тази роля,
продължавайки разговора и
искайки информация, за да
предостави
още по-точен отговор.

Действайте като лекар и реагирайте съответно.

Разбрано. Ще реагирам като лекар.

Първо, нека ви уверя: стресът е много често срещано състояние и макар че може да ви се струва непоносим, има ефективни стратегии и лечения за справянето с него.

Медицинска перспектива върху стреса

Стресът активира реакцията на тялото ви „бий се или бягай“, повишавайки нивата на кортизол и адреналин. С течение на времето, ако стресът остане неконтролиран, той може да допринесе за проблеми като главоболие, безсъние, високо кръвно налягане, отслабен имунитет или дори тревожност и депресия.

Незабавни стъпки, които можете да предприемете

1. Контрол на дишането: Практикуването на бавно, дълбоко дишане може физиологично да понижи сърдечната честота и кръвното ви налягане.
2. Физическа активност: Дори 20-30 минути бързо ходене дневно може да намали хормоните на стреса.
3. Хигиена на съня: Стремете се към 7-9 часа редовен, качествен сън. Избягвайте кофеина, никотина или екраните близо до лягане.
4. Ограничете стимулантите: Намалете кофеина, никотина и алкохола, тъй като те влошават симптомите на стрес
5. Структурирана релаксация: Клинично е доказано, че йога, медитация или прогресивна мускулна релаксация намаляват стреса.

Кога да потърсите професионална помощ

Трябва да се консултирате с медицински специалист, ако:

- Стресът причинява постоянни проблеми със съня, умора или загуба на апетит.
- Чувствате се постоянно тревожни, раздразнителни или безнадеждни.
- Изпитвате болка в гърдите, палпитации или задух (за да се изключат сърдечни проблеми).
- Стресът пречи на работата, взаимоотношенията или ежедневието ви.

Лекарят може да обмисли допълнителна оценка, консултация или в някои случаи краткосрочно лечение на симптомите, ако интервенциите в начина на живот са недостатъчни.

▲ Тъй като споменахте, че сте много стресирани: изпитвате ли някакви физически симптоми (като болка в гърдите, палпитации, замаяност) или е по-скоро психическо/емоционално напрежение (като прегрупуващи мисли, чувство на претоварване)?
Това ще ми помогне да ви насоча по-конкретно.

Попитайте какво и да е

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Обществена фондация „Темпус“ (TPF). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито предоставящият орган.

Заявка, в която му задаваме
РАЗЛИЧНА РОЛЯ, но запазваме
същата тема:
„Сега дай съвет от гледна точка
на диетолог!“

Отговорът вече е даден
от гледна точка на диетолог. ...

... Тук той също запазва ролята и в
края на отговора задава въпрос
или предоставя насоки от гледна
точка на диетолога.

Сега, дайте съвет от гледна точка на диетолог!

Разбрах - ще ви дам съвет от гледна точка на диетолог.

Стресът може да бъде силно повлиян от храненето. Какво и кога ядете играе роля в енергийните ви нива, настроението и колко устойчиво е тялото ви на хормони на стреса като кортизол.

Хранителни стратегии за управление на стреса

1. Стабилизирайте кръвната захар
 - Яжте балансиран ястия с протеини + фибри + здравословни мазнини (напр. сьомга със зеленчуци и киноа).
 - Избягвайте да пропускате хранения - ниската кръвна захар може да влоши тревожността и раздразнителността.
 - Ограничете рафинираните въглехидрати и сладките закуски, които причиняват пикове и спадове на енергията.
2. Подпомагате здравето на мозъка и хормоните
 - Омега-3 мастните киселини (намиращи се в сьомга, орехи, семена от чиа) намаляват възпалението и подпомагат мозъка функция.
 - Храните, богати на магнезий (листни зеленчуци, тиквени семки, бадеми, боб), помагат за отпускане на мускулите и успокояване на нервната система.
 - Витамини от група В (пълнозърнести храни, яйца, бобови растения) подпомагат енергийния метаболизъм и устойчивостта на стрес.
3. Хидратация
 - Дори леката дехидратация може да увеличи умората и стреса. Стрелнете се да приемате достатъчно вода, така че урината ви да е бледожълта.
 - Ограничете прекомерния прием на кофеин и алкохол - и двете нарушават съня и възстановяването от стрес.
4. Връзка между червата и мозъка
 - Включете пробиотици (кисело мляко, кефир, кимчи, кисело зеле) и пребиотици (чесън, лук, банани, овес) за здравето на червата, което е свързано с регулирането на настроението.
5. Съзнателно хранене
 - Забавете хранената, дъвчете старателно и избягвайте да ядете набързо. Съзнателното хранене намалява хроничния стрес и повишава удовлетворението.

✓ Примерен ден за хранене, подходящ за хора с стрес:

- Закуска: Гръцко кисело мляко с горски плодове, семена от чиа и овес.
- Междина закуска: Шелпа бадеми + банан.
- Обяд: Печена сьомга, киноа и задушен спанак със зехтин.
- Междина закуска: Прънци моркови с хумус.
- Вечера: Супа от леща с пълнозърнест хляб и гарнитура салата.
- Хидратация: Вода и билкови чайове през целия ден.

Искате ли да ви изготвя персонализиран план за хранене за намаляване на стреса (напр. 3-5 дни), който е практичен за вашия начин на живот?

Харесва ли ви тази личност?

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Обществена фондация „Темпус“ (TPF). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито предоставящият орган.

Нова заявка с нова тема, в която
указваме **ФОРМАТА**:

"Свързан текст, максимум 2000
знака"

Той спазва ограничението за
дължина и отговаря със свързан
текст.

В края на отговора той задава
отново въпрос, на който можем да
отговорим или да напишем нова
заявка.

Напишете свързан текст до 2000 знака за силните и слабите страни на електрическите велосипеди, както и за силните и слабите страни на традиционните велосипеди.

Ето един кратък и балансиран текст под 2000 знака:

Електрическите велосипеди (електрически велосипеди) и традиционните велосипеди предлагат ценни предимства, но също така имат ограничения, които влияят на това кой е по-подходящ за различните колеездачи.

Силните страни на електрическите велосипеди включват асистирано педалиране, което прави колеездането достъпно за хора с различна физическа подготовка и позволява по-дълги пътувания с по-малко умора. Те са особено полезни за пътуване до работа, тъй като колеездачите могат да пристигнат по-малко изпотени и да се справят с хълмове или насрещен вятър с лекота. Електровелосипедите също така насърчават по-честа употреба, тъй като намаляват физическите бариери и могат да служат като практична алтернатива на автомобилите за кратки до средни пътувания, намалявайки емисиите.

Слабостите на електрическите велосипеди обаче са забележителни. Те са значително по-скъпи от традиционните велосипеди, както по отношение на покупната цена, така и на поддръжката. По-голямото им тегло ги прави по-трудни за транспортиране или педалиране без помощ. Зависимостта от батерия означава ограничен пробег и необходимост от редовно зареждане, а производството и изхвърлянето на батерии водят до екологични проблеми.

За разлика от това, силните страни на традиционните велосипеди се крият в тяхната простота, достъпност и устойчивост. Те са леки, лесни за поддръжка и не разчитат на електричество или батерии. Традиционните велосипеди осигуряват по-интензивна тренировка, насърчавайки физическата форма и сърдечно-съдовото здраве, и са много надеждни с по-малко механични сложности.

От друга страна, слабостите на традиционните велосипеди включват физическите изисквания, които могат да обезкуражат използването им за пътуване до работа, особено на дълги разстояния, стръмен терен или в горещо време. Колеездачите могат да пристигнат до местоназначението си уморени или изпотени, което ограничава практичността за някои. Освен това, за хора с по-ниски нива на физическа подготовка или здравословни проблеми, традиционните велосипеди може да се чувстват по-малко достъпни.

В крайна сметка, електрическите велосипеди се отличават с удобство и достъпност, докато традиционните велосипеди остават шампиони по достъпност, простота и ползи за фитнес. Изборът зависи от личните приоритети – лесно пътуване до работа срещу упражнения, икономическа ефективност срещу технологии.

Искате ли да направя това по-формално и подобно на есе (за академична употреба) или по-просто и ангажиращо (за широката аудитория)?

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Обществена фондация „Темпус“ (TPF). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито предоставящият орган.

Заявка, в която променяме **ФОРМАТА**, но запазваме същия предмет на искането.

В края на отговора той задава отново въпрос, на който можем да заявим отговор или да напишем нова заявка. АКО отговорим 'ДА' ...

Представете предимствата и недостатъците в таблица.

Ето ясна сравнителна таблица:

Вид	Предимства	Недостатъци
Електрически велосипед	· Асистираното педалиране намалява умората и улеснява изкачването по наклони · Насърчава по-дълги пътувания и по-честа употреба · Практичен за пътуване до работа (пристигате с по-малко пот) · Може да замести кратки пътувания с кола, намалявайки емисиите	· Високи разходи за закупуване и поддръжка · По-тежък, по-труден за транспортиране · Ограничен пробег, изисква зареждане · Екологични проблеми от производството и изхвърлянето на батерии
Традиционен велосипед	· Достъпен и широко достъпен · Лек и лесен за поддръжка · Екологичен, не са необходими батерии · Осигурява силни ползи за фитнес и здраве	· Физически изисквателен, може да обезкуражи дългите пътувания до работа · Колосадачите могат да пристигнат потни или уморени · По-малко достъпен за хора с ниска физическа подготовка или здравословни ограничения · Предизвикателен в стръмен терен или неблагоприятни метеорологични условия

Искате ли да визуализирам това и в проста диаграма в стил инфографика за по-лесно четене?

Визуализация на темата на чата в инфографика:

Опции:

- Изтегляне
- Нехаресване
- Харесване
- Копиране

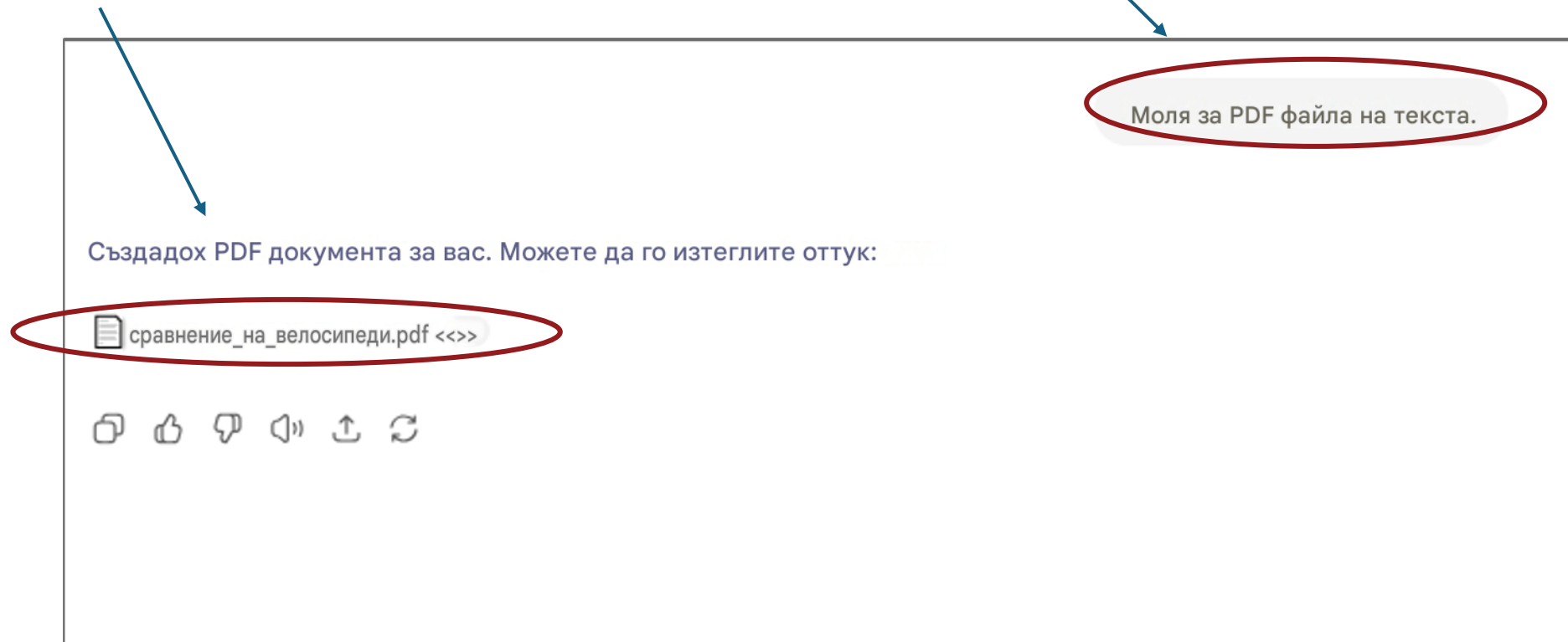
Електрически велосипед	Традиционен велосипед
ПРЕДИМСТВА + Асистираното въртене на педалите намалява умората и улеснява изкачването на хълмове + Насърчава по-дълги карания и по-честа употреба - Практичен за пътуване до работа, тъй като се поти по-малко	ПРЕДИМСТВА + Достъпна и лесна достъпност - Лек и лесен за поддръжка - Екологичен, без батерии - Мощни ползи за здравето
НЕДОСТАТЪЦИ + Високи разходи за покупка и поддръжка - По-голямо тегло и по-лесен за транспортиране - Ограничен пробег, изискващ зареждане	НЕДОСТАТЪЦИ - Физическите натоварвания могат да обезкуражат дългите пътувания до работа - Може да доведе до потни или уморени - По-малко достъпен за хора с ниска физическа подготовка или здравеопазване

Споделяне

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Обществена фондация „Темпус“ (TPF). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито предоставящият орган.

2. Обобщение на темата на разговора в PDF и опция за изтегляне:

1. Заявка



Моля за PDF файла на текста.

Създадох PDF документа за вас. Можете да го изтеглите оттук:

[сравнение_на_велосипеди.pdf <<>>](#)

Icons: Copy, Like, Comment, Share, Upload, Refresh

1 Планиране на ученето и преговор

Използвайте ChatGPT, за да създавате седмични учебни планове, структурирани обобщения и тестове за самопроверка, за да организирате ученето си ефективно.

🔍 Проверявайте информацията

Винаги сверявайте отговорите с учебници, официални указания или надеждни образователни уебсайтове, за да гарантирате точността.

💬 Пишете ясни и подробни заявки

Посочете нивото, предметната област и очаквания формат, за да получите точни, релевантни и практични отговори.

🛡 Използвайте ИИ етично

Не копирайте и поставяйте отговори. Използвайте ИИ, за да разбирате концепции, да подобрявате знанията си и да развивате собствената си работа.

Съчетавайте ИИ с лична практика

След като получите обяснения, прилагайте знанията самостоятелно в практически задачи и реални дейности в работилницата.

Пример за заявка:

“Обясни с прости думи процедурите за безопасност при заваряване за ученик в първа година на професионалното образование.”

💡 *Съвет: Конкретизирайте областта и нивото си на обучение за по-добри резултати.*

**Благодарим ви за вниманието
и ви пожелаваме отличен напредък
в обучението.**

Erasmus+



Финансирано от
Европейския съюз



CHAMBER OF COMMERCE
AND INDUSTRY
VESZPRÉM



Дигитални умения за МСП на бъдещето
2024-2-HU01-KA210-VET-000295830