



Новые покупки: подписка. Прежние покупки бессрочны. Условия: atkach.live/terms.html

ИИ для задач, которые у вас уже есть

Начните с одной

Письмо клиенту, документ, тема к экзамену или меню. Выберите понятную задачу и попробуйте бесплатно.

Как идёт практика

Прочитайте исходник → сделайте свою попытку → сверьте факты → исправьте → примените к своей ситуации.

Все направления в подписке

Подписка включает все четыре направления, 53 урока, PDF, свои работы и ИИ-наставника. 1490 ₽ / 30 дней на сайте с ручным продлением или 1000 Stars / 30 дней в Telegram с отключаемым автопродлением. В полном курсе до 30 вопросов наставнику в сутки; в демо до 3. Подписки на внешние сервисы приобретаются отдельно при необходимости.

Где заниматься

Сайт: <https://atkach.live/start.html> Telegram: https://t.me/andrey_tkachev_at_bot Сайт и Telegram используют общую историю после входа в один аккаунт. Пробник без входа сохраняет работу в браузере.

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

[Выбрать задачу](#) · [ИИ-сервисы](#) · [Курс в Telegram](#)

01 / ЗАДАЧА

Мои факты



02 / ПРОВЕРКА

Мои исправления



03 / ПРИМЕНЕНИЕ

Моя работа





Если застряли — выберите помощь

Не понимаю

Попросите одну подсказку и попробуйте следующий шаг сами. Для учёбы наставник сначала задаёт вопрос и ждёт попытку.

Проверь мою работу

Приложите исходные факты и свою попытку. Сверьте замечания с документом, открытым источником или ручным расчётом. Второй уверенный ответ ИИ не является доказательством.

Помоги применить к моей задаче

Опишите собственную ситуацию без личных данных и секретов. Уточните цель, факты и неизвестные условия. Передача наставнику происходит только по вашей кнопке и с согласием.

Что считается результатом

Работа сохранена — вы получили попытку. Проверено вами — вы записали проверку и исправления. Применено — вы использовали приём в своей ситуации. Эти отметки не подтверждают квалификацию и не гарантируют экономию времени.



Ответить клиенту

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Клиент просит вернуть оплату за заказ. Заявка получена сегодня. Можно запросить номер заказа и передать вопрос ответственному сотруднику. Решение о возврате, сумма и срок пока не подтверждены.

Скопируйте запрос

Напиши спокойный ответ до 70 слов. Подтверди получение обращения, попроси номер заказа и объясни следующий шаг. Не обещаю возврат, срок или скидку. Отдельно перечисли, что нужно уточнить.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ Получение обращения подтверждено, запрошен номер заказа.
- ☐ Срок, сумма и решение о возврате не придуманы.
- ☐ Понятен следующий шаг; реальное решение принимает ответственный человек.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Разобрать документ

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Учебная памятка: заявку принимают до 18:00 в пятницу. Нужны номер заказа и описание вопроса. Ответственный — администратор. Срок ответа в памятке не указан.

Скопируйте запрос

Собери короткую памятку: что нужно, до какого времени, кто отвечает и что неизвестно. Для каждого пункта приведи подтверждение из источника. Не добавляй срок ответа.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ 18:00 и пятница сохранены.
- ☐ Оба требуемых поля и ответственный указаны.
- ☐ Срок ответа остался неизвестным, каждый вывод опирается на источник.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Собрать короткий отчёт

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Та же учебная студия услуг.

Дата	Товар	Количество	Цена за ед., ₽	Расход за ед., ₽
2026-10-01	A	2	1490	300
2026-10-01	B	3	1900	450
2026-10-02	A	1	1490	300
2026-10-02	C	2	2500	700
2026-10-03	B	1	1900	450
2026-10-03	C	1	2500	700

Скопируйте запрос

Проверь таблицу на пропуски и единицы. Рассчитай выручку и переменные расходы с учётом количества: сумма(количество × цена), сумма(количество × расход). Покажи формулу и контрольную первую строку. Реклама, налоги, возвраты и постоянные расходы неизвестны; не называй итог чистой прибылью.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ Первая строка и итог воспроизводятся вручную.
- ☐ Количество учитывается один раз; все суммы в рублях.
- ☐ Реклама, налоги и остальные неизвестные расходы явно перечислены.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Понять сложную тему

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

В учебнике написано: фотосинтез использует свет, воду и углекислый газ; при этом образуются органические вещества и выделяется кислород.

Скопируйте запрос

Объясни этот текст пятью простыми предложениями. Покажи, что откуда берётся, не добавляя фактов.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ В объяснении сохранены свет, вода, углекислый газ и результат процесса.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Найти и проверить источники

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Учебное задание: проверить утверждение «все растения только фотосинтезируют и не дышат». Исходная заметка: растения также дышат; дыхание не равно фотосинтезу. Ссылка и автор заметки не указаны.

Скопируйте запрос

Раздели проверку на два шага: что видно из заметки и что требует внешнего источника. Предложи поисковый запрос и признаки надёжного первичного источника. Не придумывай URL, автора и публикацию. До открытия страницы не называй источник проверенным.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ Вымышленных ссылок и авторов нет.
- ☐ Источник открыт человеком; записаны название, ссылка и подтверждающий фрагмент.
- ☐ Если источник ещё не найден, результат помечен как неподтверждённый.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Подготовиться к экзамену

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Учебный текст: растения образуют органические вещества из углекислого газа и воды с использованием энергии света. При фотосинтезе выделяется кислород. Растения также дышат.

Скопируйте запрос

Объясни текст простыми словами. Задай три вопроса без ответов. Дождись моей самостоятельной попытки и только потом разбери ошибки с опорой на исходный текст. Не подставляй готовые ответы.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ Я ответил самостоятельно, до открытия образца.
- ☐ Каждый ответ сопоставлен с исходным текстом.
- ☐ Я могу объяснить исправление своими словами и ответить на новый вопрос.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Собрать меню

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Учебная задача: ужин для двух взрослых. Есть рис 200 г, яйца 4 шт., морковь 2 шт. На покупку дополнений можно потратить до 500 ₽. Аллергии и ограничения пока неизвестны. Цены магазинов не даны.

Скопируйте запрос

Сначала спроси об аллергиях и пищевых ограничениях. Предложи один простой ужин из имеющихся продуктов и список возможных дополнений. Не придумывай актуальные цены и калорийность. Для бюджета оставь поля фактических цен.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

- ☐ Аллергии и ограничения уточнены до применения.
- ☐ Количество продуктов и две порции учтены; новые продукты обозначены покупками.
- ☐ Цены проверены в магазине, итог посчитан человеком; лечебных обещаний нет.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Сравнить покупки

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Для домашнего рабочего места есть стол за 6500 рублей, который нужно забрать самим, и стол за 8000 с доставкой. Перевозка первого стоит 1200.

Скопируйте запрос

Сравни полную стоимость. Отдельно отметить неизвестные размеры и состояние.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ Сравнивается полная цена. $6500 + 1200 = 7700$.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Спланировать неделю

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Нужно: ответить клиенту сегодня до 18:00 (20 минут); оплатить свет до четверга (10 минут); купить корм до среды (30 минут); записаться в поликлинику в рабочие часы (10 минут); тренировка в субботу в 11:00. Сегодня понедельник, свободно 16:00–17:00; во вторник 18:00–19:00; в среду 12:00–13:00.

Скопируйте запрос

Распредели пять дел по заданным свободным промежуткам. Сохрани все сроки. Не назначай поликлинику вне рабочих часов. Оставь запас. Если нужна дорога, спроси её длительность.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ Все пять дел на месте. Свет до четверга, корм до среды. Звонок зависит от рабочих часов. Не заполняйте отдых придуманными задачами.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Объяснить своё предложение

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Студия помогает подготовить три текста для объявлений. В пакет входят вопросы о задаче, три текста и одна правка. Результат продаж обещать нельзя.

Скопируйте запрос

Объясни предложение в трёх предложениях: кому подходит, что получит человек, что входит. Простыми словами.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ Человек может пересказать предложение. Нет обещания продаж или дохода.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Разобрать запросы клиентов

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Три учебных отзыва о студии: «Долго ждал ответа», «Не понял цену», «Мастер понравился, но запись неудобная».

Скопируйте запрос

Найди три проблемы и предложи один небольшой шаг для каждой. Отдели слова клиентов от своих предположений.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ Ответ опирается на отзывы. Хорошую работу мастера не превращает в жалобу.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Посчитать результат

Учебный пример. Данные вымышлены.

Ситуация

Продажа — 1490 рублей. Расходы на выполнение — 300, на привлечение клиента — 400.
Постоянные расходы — 5000 рублей в месяц.

Скопируйте запрос

Посчитай остаток с продажи и сколько продаж покроют указанные постоянные расходы.
Покажи формулы. Налоги пока неизвестны.

Сначала ваша попытка

Получите ответ в удобном чате или напишите сами. Не открывайте образец до своей попытки.

Проверьте

☐ $1490 - 300 - 400 = 790$ рублей. Для покрытия 5000 нужно минимум 7 продаж. Это расчёт по заданным расходам.

Теперь своя задача

Замените факты своей небольшой обезличенной ситуацией. Сохраните: задача, запрос, результат, что проверено, что неизвестно. Не используйте ответ до проверки.

Открыть это задание на сайте



Работа бывает разной

Переписка и документы

Начните с ответа клиенту или разбора памятки. Проверяйте каждый срок и обещание.

Таблицы, отчёты и координация

Сохраните исходные числа и формулы. Посчитайте одну строку и итог вручную. Не называйте разницу чистой прибылью, если налоги и остальные расходы неизвестны.

Поиск работы и найм

Соискатель: реальные достижения в резюме и тренировочный ответ на вопрос.

Руководитель: описание задач роли и одинаковые вопросы интервью. ИИ помогает подготовить текст, а решение о человеке и проверку сведений оставьте ответственному специалисту. Не выдумывайте опыт и не передавайте чужие анкеты без основания.



Здоровье, спорт и питание: полезная подготовка

К врачу — с понятной записью

Соберите дневник самочувствия: дата, наблюдение, уже известные показатели, вопросы врачу. Попросите упорядочить записи, не ставить диагноз и не назначать лечение. Оценку здоровья выполняет медицинский специалист.

Тренировки — с проверяемым дневником

Запишите упражнение, дату, подходы, повторения, вес и самочувствие. ИИ может привести записи к одной таблице и посчитать объём. Например: $3 \times 10 \times 20 \text{ кг} = 600 \text{ кг}$ условного объёма. Это не оценка безопасности нагрузки. Программу и её изменение согласуйте с тренером с учётом состояния здоровья.

Меню — с вашими ограничениями

Начните с продуктов, числа порций, аллергий и бюджета. Проверяйте цены в магазине и состав на упаковке. Не принимайте выдуманную калорийность за измерение. Лечебный рацион обсудите со специалистом.

Источники для проверки

WHO: healthy-diet; physical-activity; guidance for large multi-modal models. Эти материалы не являются вашей индивидуальной программой.



Моя коллекция полезных работ

Задача

Что я хотел сделать и где пригодился результат?

Мои факты и неизвестное

Какие сроки, суммы и ограничения подтверждены? Что ещё нужно узнать?

Запрос и результат

Сохраните исходный запрос и исправленный ответ.

Проверка

Запишите, что сверили с исходником, открытой ссылкой или ручным расчётом. Отдельно укажите неподтверждённое.

Повтор

Сделайте похожую задачу с другими данными без старого ответа. Уберите чужие даты и суммы из шаблона. Отметьте, что применили самостоятельно.



Полезные инструменты

Выберите знакомый чат; не нужно осваивать всё сразу.

Алиса AI

GigaChat

Claude

ChatGPT

Grok

Gemini

DeepSeek

Midjourney

Canva AI

Microsoft Copilot

Perplexity

Gemini Notebook

Gamma

Notion AI

Qwen

Kimi

ElevenLabs

Suno

LIMB · Ускоритель интернета

Отдельный инструмент для подключения