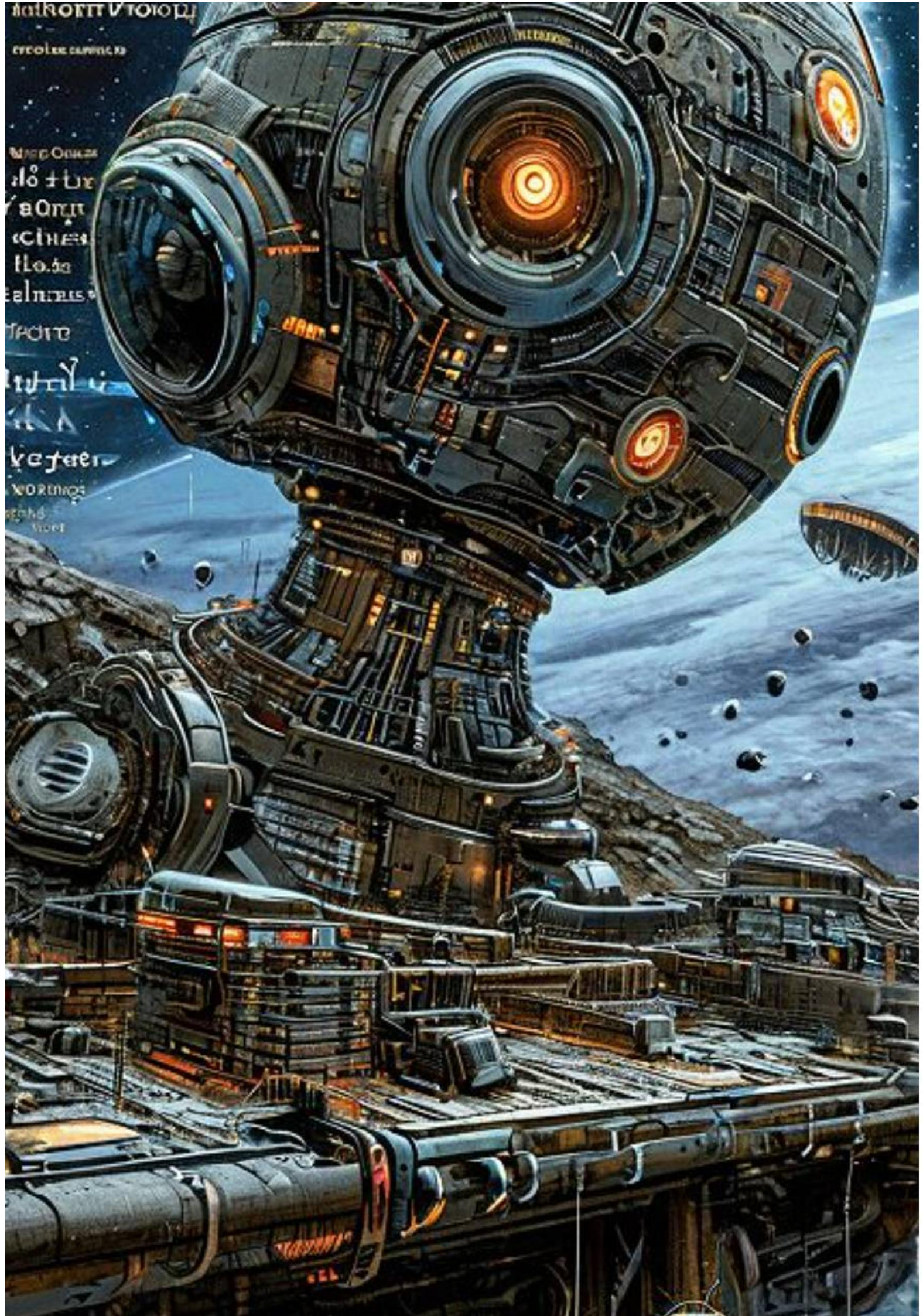




Фрейм Нави

ТАЙНА GPT-ПЛАНЕТЫ

«Автор»

2026

Нави Ф.

ТАЙНА GPT-ПЛАНЕТЫ / Ф. Нави — «Автор», 2026

«Тайна GPT-планеты» - это практическое руководство по инженерии промптов, написанное для нового поколения. Без скучной теории, только живые примеры, готовые шаблоны и уникальная авторская методика - протокол управления моделью. Книга проведёт читателя от полного новичка до капитана, который умеет настраивать ИИ, управлять им с помощью коротких маркеров и проверять результаты. На протяжении всей книги читатель будет работать над сквозным проектом - исследованием на тему «Как искусственный интеллект меняет образование». Этот проект проходит через все главы. В каждой части будет создаваться один из его элементов: тексты, иллюстрации, сайт и аналитика для исследования. Подходит для ChatGPT, Claude, Gemini, DeepSeek и других современных LLM.

© Нави Ф., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ТАЙНА GPT-ПЛАНЕТЫ или как говорить с ИИ на одном языке	5
ПРЕДИСЛОВИЕ	6
ГЛОССАРИЙ	9
ЧАСТЬ I. ФУНДАМЕНТ	11
Глава 1. Что изменилось с 2022 года и почему старые промпты больше не работают	12
Глава 2. Анатомия промпта. Как собрать свой первый звездолёт	17
Глава 3. Протокол управления моделью. Как стать капитаном, а не оставаться пассажиром	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

ТАЙНА GPT-ПЛАНЕТЫ

ТАЙНА GPT-ПЛАНЕТЫ или как говорить с ИИ на одном языке

Практическое руководство
по управлению нейросетями для нового поколения

При создании этой книги использовались генеративные нейросети. Автор является человеком, текст был проверен, отредактирован и утверждён.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Инструкция по применению этой книги.

Привет, **капитан!**

Ты держишь в руках не просто книгу. Это навигатор космического исследователя. Твоя миссия - научиться говорить с самой загадочной цивилизацией современности - большими языковыми моделями (ChatGPT, Claude, Gemini, DeepSeek и другие). Они как инопланетные расы: каждая говорит на своём диалекте, у каждой - свои привычки и слабости. Но если знать общий язык - они становятся твоими верными союзниками.

Почему эта книга нужна именно сейчас?

Искусственный интеллект (ИИ) уже не будущее. Он - настоящее. Он помогает писать тексты, создавать картинки, писать код, анализировать данные и даже учиться. Через несколько лет умение работать с ИИ станет таким же базовым навыком, как умение пользоваться компьютером или искать информацию в интернет.

Но есть проблема: большинство людей не знают, как по-настоящему общаться с ИИ. Они пишут запросы, как в 2022 году, и получают посредственные результаты. А те, кто освоил язык промптов, могут в 10 раз быстрее решать задачи, создавать проекты и учиться новому.

Эта книга - твой пропуск в мир, где ИИ инструмент.

Кто мы и зачем всё это?

Ты – читатель, школьник или просто любопытный человек. Ты уже пробовал общаться с ИИ. Иногда получалось круто, иногда - бесило. Знакомо? Мы (авторы) - твои штурманы. Мы прошли этот путь: набили шишки на галлюцинациях, тонули в «воде» - и выкарабкались благодаря маркерам, то есть понятным для модели сигналам. С их помощью можно направлять генерацию, снижать хаос и быстрее приходить к нужному результату. Можно буквально «держать курс»: задаёшь маркеры - и ИИ выдает текст не как попало, а по плану. Теперь мы знаем протокол, который работает.

Здесь нет скучной теории. Только живые примеры, чёткие алгоритмы и космические аналогии.

Прочитав эту книгу и выполнив упражнения, ты научишься:

- говорить с ИИ на одном языке

Что это значит ? ты перестанешь гадать, почему модель тебя не понимает. Ты будешь получать нужные ответы с первого раза.

- собирать «идеальный» промпт из 8 компонентов

Что это значит ? у тебя будет готовая структура для любого запроса - от реферата до сложного анализа.

- управлять диалогом с помощью маркеров

Что это значит ? Ты сможешь направлять модель в реальном времени: сжимать ответы, добавлять факты, исправлять ошибки.

- проверять факты и не верить слепо

Что это значит ? ты научишься отличать правду от вымысла и всегда проверять важную информацию.

- создавать тексты для школы и жизни

Что это значит ? Рефераты, доклады, справки, сценарии - ты будешь делать их быстрее и качественнее

- генерировать иллюстрации для своих проектов

Что это значит ? Ты сможешь создавать картинки, инфографику и даже серии с одним персонажем.

- создавать простые сайты и опросники

Что это значит ? Ты сделаешь свой первый сайт и интерактивный опросник для проекта.

- анализировать данные и документы

Что это значит ? Ты научишься работать с PDF, Excel и другими файлами с помощью ИИ.

- избегать главных ошибок в промптах

Что это значит ? Ты будешь знать, что нельзя делать, и не будешь тратить время на переделки.

- создавать свои проекты с помощью ИИ

Что это значит ? Ты пройдёшь полный цикл - от идеи до готового проекта, используя все навыки книги.

Твоя главная миссия: сквозной проект. На протяжении всей книги ты будешь работать над сквозным проектом - исследованием на тему «Как искусственный интеллект меняет образование». Этот проект проходит через все главы.

В каждой части ты будешь создавать один из его элементов:

в Части I (фундамент) - узнаёшь, как правильно формулировать запросы и собирать информацию;

в Части II (практика) - создаёшь тексты, иллюстрации, сайт и аналитику для своего исследования;

в Части III (контроль) - проверяешь все материалы, исправляешь ошибки и убеждаешься в достоверности информации;

В части IV (безопасность) - завершаешь проект, проверяешь его безопасность и готовишь к защите.

В итоге у тебя будет полноценный школьный проект, который можно: сдать учителю; представить на конференции; использовать как портфолио для поступления в вуз; просто показать друзьям и гордиться результатом.

Как устроена каждая глава книги. Все главы книги построены по единому шаблону. Это помогает тебе быстро ориентироваться и не теряться. Каждая глава содержит обязательные элементы: основную часть, блок «твой проект в этой главе» (конкретные шаги по созданию сквозного проекта), космический дневник (практические задания и упражнения для закрепления материала) и бортовой журнал (важные правила, памятки, таблицы, шпаргалки).

Как читать эту книгу (три простых правила)

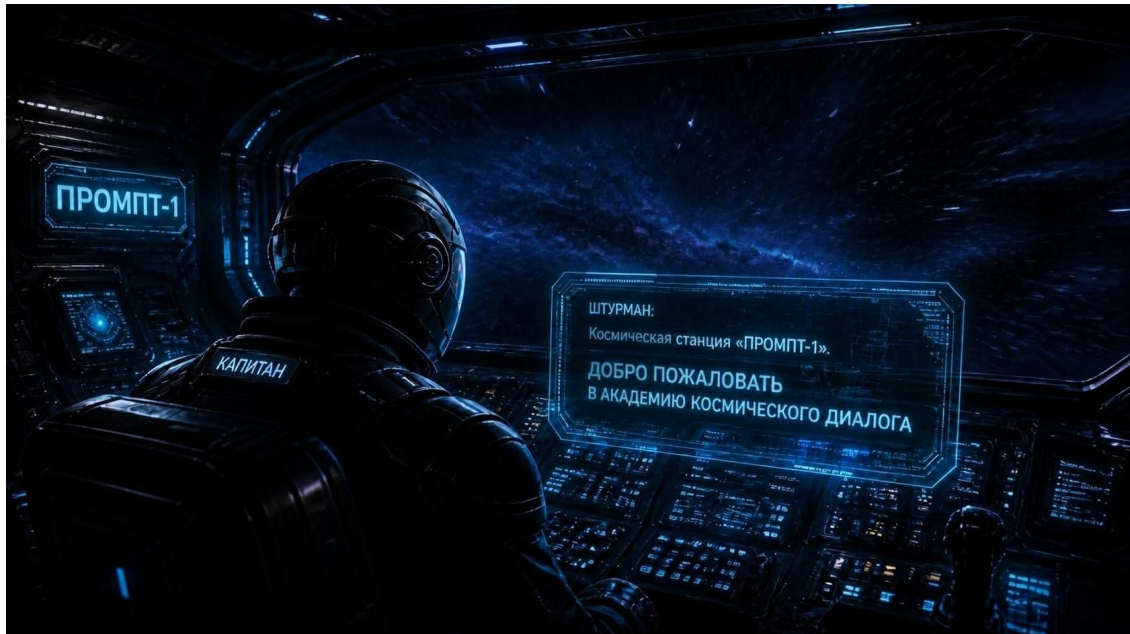
Правило №1: Не спеши. Книга построена так, чтобы ты мог изучать главы по порядку. Первые три - обязательные. Они закладывают фундамент. Остальные – можно перепрыгнуть по интересам, но для проекта лучше проходить все по порядку.

Правило №2: Делай упражнения. В конце каждой главы - задания. Не пропускай их. Это как тренажёры перед полётом: без них ты не готов к открытому космосу. А в конце каждой главы есть блок «Твой проект» - он поможет тебе продвинуться в исследовании.

Правило №3: Не верь слепо. Даже эта книга - не истина в последней инстанции. Экспериментируй, проверяй, находи свой стиль. ИИ развивается быстро, а ты - вместе с ним. И помни: всегда проверяй факты!

Ключевая идея (запомни её): ИИ - это не замена твоему мозгу. Это его космическое продолжение. Ты - капитан. Модель - твой корабль. Эта книга - карта «звёздного неба». А сквозной проект - твой первый полёт к новой планете. Ты не просто изучишь теорию - ты создашь реальный, осязаемый результат.

Вперёд! GPT-планета ждёт.



ШТУРМАН:

— Капитан, мы получили сигнал с GPT-планеты.
Там есть знания, но без правильного запроса они закрыты.

КАПИТАН (ТЫ):

— И что делать?

ШТУРМАН:

— Освоить язык межгалактического общения.
Это проще, чем кажется. Готов?

КАПИТАН:

— Погнали!

ГЛОССАРИЙ

или космический словарь (с примерами аналогий) для начинающих исследователей

Зачем глоссарий в самом начале? Чтобы ты не спотыкался о термины во время чтения. Всё сложное - объясняем просто, как на капитанском мостике.

ИИ (искусственный интеллект) - это вся область науки и технологий, которая занимается созданием «умных» машин, способных выполнять задачи, которые обычно требуют человеческого интеллекта (машины, которые умеют «думать», но не как люди, а по-своему).

Космическая аналогия: представь, что ты капитан космической станции (именно это твоя роль на протяжении всего полета). На станции есть множество автоматических систем: навигация сама прокладывает курс, климат-контроль поддерживает температуру, роботы-ремонтники устраняют поломки. Все эти системы - примеры ИИ. Они «умные», но каждая умеет делать что-то своё. Ни одна из них не является человеком, но вместе они делают жизнь на станции возможной.

LLM (Large Language Model) - большая языковая модель (модель). Это конкретный вид ИИ, который обучен на гигантском количестве текстов и умеет работать с языком - предсказывать слова («гигантская библиотека», которая знает все книги во вселенной, но не всегда понимает их смысл).

Нейросеть (искусственная нейронная сеть) - математическая система, которая обрабатывает информацию по принципу, похожему на работу мозга (только намного проще). Она состоит из множества «нейронов» - маленьких вычислительных единиц, которые соединены между собой и передают друг другу сигналы.

Связь понятий: ИИ - это наука. LLM - это инструмент (языковая модель). Нейросеть - это то, из чего этот инструмент состоит. Именно нейросеть «думает» и генерирует ответ. На протяжении всей книги будем говорить «нейросеть» или «модель», когда даём инструкции и примеры работы.

Токен - минимальная единица текста, которую модель обрабатывает. Это может быть слово, часть слова или символ («кирпичик», из которого строится твой запрос)

Промпт (Prompt) - твой запрос к модели. Всё, что ты печатаешь в чате (радиосигнал, который ты отправляешь на GPT-планету).

Few-shot / Zero-shot - количество примеров в промпте. Zero-shot - без примеров. Few-shot - с 2-3 примерами (Zero-shot: «найди планету без карты»; Few-shot: «Вот карты трёх планет, найди четвёртую по аналогии»).

Галлюцинации нейросети - это когда искусственный интеллект выдаёт уверенный, правдоподобный, но полностью выдуманный ответ (мираж в космосе: ты видишь планету, но это оптический обман).

Chain of Thought (CoT) - цепочка рассуждений. Когда модель решает задачу пошагово, а не выдаёт готовый ответ (карта маршрута: как пролететь от звезды до звезды с остановками).

Чек-лист (от англ. checklist - «проверочный список») - список дел или пунктов для проверки, который помогает ничего не забыть и сделать всё по порядку.

Маркер (в нашей книге) - короткая команда, которая управляет моделью в процессе диалога. Например: [Стоп], [Тизер], [Ошибка] (сигнальные ракеты: одна вспышка - «лети быстрее», две - «смени курс»).

Валидация - проверка ответа модели на достоверность. Ты сверяешь факты с реальностью (проверка навигационных карт).

Прескрипция - первичная настройка модели перед диалогом. Ты задаёшь правила игры (инструктаж экипажа перед вылетом).

Протокол управления моделью (генерацией) - система правил и команд, которую ты используешь, чтобы управлять ИИ в процессе диалога. Это не просто один промпт, а целый процесс: ты настраиваешь модель перед началом, направляешь её во время ответа и проверяешь результат в конце (чем сложнее задача - тем больше контроля, а чем проще - тем меньше).

Антипаттерн - типичная ошибка в промпте, которая приводит к плохому результату (космическая воронка, которая засасывает корабль, если ты не знаешь, как её обойти).

RAG (Retrieval-Augmented Generation) - модель ищет информацию в указанных источниках (например, в загруженном PDF), а не только в своей памяти (запрос в бортовую библиотеку, а не в общую галактическую сеть).

Суммаризация - (эквивалент Резюмирование) когда длинный текст превращается в короткий, но с сохранением главного смысла («выжимка» из текста самого важного).

Мультимодальность - способность модели работать с разными типами данных: текст, картинки, аудио (корабль, который может лететь, «плавать и нырять»).

Эмпирический метод (от греч. *Empeiria* - опыт) - способ получения знаний, основанный на реальном опыте, наблюдениях и экспериментах, а не на теории или умозаключениях (Простыми словами: «я проверяю это на практике, а не просто верю»). Когда мы говорим о проверке фактов, мы используем эмпирический метод. Вместо того чтобы слепо верить ответу модели, мы:

- берём утверждение из ответа.
- проверяем его через поисковик или другой источник.
- получаем подтверждение или опровержение.
- делаем вывод на основе реальных данных, а не на основе того, как убедительно звучит ответ).

Архитектура (нейросети) - внутреннее устройство нейросети: как она организована, сколько в ней слоёв, как они соединены между собой, как информация передаётся от входа к выходу. Архитектура определяет, насколько сложные задачи может решать модель и как быстро она это делает

Обучение (нейросети) - процесс, в котором нейросеть «учится» на большом количестве примеров. Ей показывают миллионы текстов, картинок или других данных, и она постепенно находит закономерности: как устроен язык, какие слова сочетаются, какие объекты бывают на картинках. После такого обучения она может сама генерировать ответы, опираясь на то, что «видела» раньше.

Факт-чекинг (проверка фактов) - процесс, в котором ты берёшь утверждение из ответа модели и проверяешь, соответствует ли оно реальности. Ты ищешь подтверждение в независимых источниках: учебниках, энциклопедиях, проверенных сайтах или даже в ответах других нейросетей.

ЧАСТЬ I. ФУНДАМЕНТ



ШТУРМАН:

— Капитан, это архивная зона.

Здесь пилоты 2022 года отправляли примитивные сигналы.

Им везло. Сейчас так не работает.

КАПИТАН (ТЫ):

— Почему?

ШТУРМАН:

— Планета изменилась. Нужно понять как.

Включаю голографический архив...

Глава 1. Что изменилось с 2022 года и почему старые промпты больше не работают

ВСТУПЛЕНИЕ. ТВОЙ ПРОЕКТ В ЭТОЙ ГЛАВЕ.

В этой главе мы начинаем работу над сквозным проектом - исследованием на тему «Как искусственный интеллект меняет образование». Это не просто дополнительное задание. Это главная линия, которая проходит через всю книгу. Ты не просто читаешь теорию - ты сразу применяешь её на практике, создавая реальный, осязаемый результат.

Что это значит: каждая глава книги даёт тебе инструмент. А блок «Твой проект» показывает, как применить этот инструмент к твоему исследованию. Ты изучаешь книгу - и одновременно делаешь проект. Это два параллельных процесса, которые идут рука об руку.

Что ты сделаешь в этой главе:

- узнаешь, почему старые способы работы с ИИ устарели;
- сформулируешь проблему своего исследования;
- попробуешь старый промпт и увидишь его слабости.

Почему это важно: чтобы двигаться вперёд, нужно понять, что осталось в прошлом. Это как посмотреть на старую карту звёздного неба, чтобы оценить, насколько точнее стала новая.

Эпоха волшебной кнопки (2022–2023). Представь себе время, когда ChatGPT только появился. Это был 2022 год. Ты заходил на сайт сервиса, писал: «Напиши список из 10 идей для стартапа». И получал гениальный ответ. Чувствовалось волшебство! Это работало, потому что модель была проще. Она заучила миллиарды текстов и умела комбинировать их в красивые ответы.

Всё было как в конструкторе: ты просил – модель выдавала ответ (текст). Быстро, красиво, без напряжения.

Но у этого подхода были скрытые проблемы:

- Галлюцинации.

Модель придумывала факты. Например, она могла сказать: «По данным исследования 2021 года, 80% чёрных дыр вращаются». А такого исследования не было. Она просто дорисовала красивую цифру, чтобы ответ звучал солидно.

- «Вода».

Ответы были правильными, но безжизненными. Словно текст написал робот, который прочитал 1000 статей и выдал усреднённый вариант.

- Отсутствие контроля.

Ты не мог повлиять на процесс. Отправил запрос - получил результат. Всё. Как будто ты бросил монетку и ждал «орла» или «решку».

Аналогия из космоса: Это как будто ты отправляешь зонд к планете, но не управляешь им. Он сам выбирает траекторию. Иногда прилетает, иногда врежется в астероид.

Пример старого промпта (который уже не работает). Для нашего проекта важно понять, как раньше выглядели запросы к ИИ и почему сейчас они не работают. Вот реальный (архивный) промпт из 2022 года (такие гуляли по интернету):

I Want You To Act As A Content Writer Very Proficient SEO Writer Writes Fluently [TARGETLANGUAGE]. First Create Two Tables. First Table Should be the Outline of the Article and the Second Should be the Article. Bold the Heading of the Second Table using Markdown language. Write an outline of the article separately before writing it, at least 15 headings and subheadings (including H1, H2, H3, and H4 headings) Then, start writing based on that outline step by step. Write

a 2000-word 100% Unique, SEO-optimized, Human-Written article in [TARGETLANGUAGE] with at least 13 headings and subheadings (including H1, H2, H3, and H4 headings) that covers the topic provided in the Prompt. Write The article In Your Own Words Rather Than Copying And Pasting From Other Sources. Consider perplexity and burstiness when creating content, ensuring high levels of both without losing specificity or context. Use fully detailed paragraphs that engage the reader. Write In A Conversational Style As Written By A Human (Use An Informal Tone, Utilize Personal Pronouns, Keep It Simple, Engage The Reader, Use The Active Voice, Keep It Brief, Use Rhetorical Questions, and Incorporate Analogies And Metaphors). End with a conclusion paragraph and 5 unique FAQs After The Conclusion. this is important to Bold the Title and all headings of the article, and use appropriate headings for H tags. Now Write An Article On This Topic «[Enter Keyword or Title Here]»

Перевод на русский (чтобы понять, о чём там речь): «Я хочу, чтобы ты выступил в роли очень опытного SEO-копирайтера (прим. люди, которые пишут тексты для сайтов и оптимизируют их к запросам поисковых систем), который свободно пишет на [целевой язык]. Сначала создай две таблицы. Первая - план статьи, вторая - сама статья... Напиши статью на 2000 слов, 100% уникальную, SEO-оптимизированную... Используй разговорный стиль, как у человека... Закончи абзацем с выводами и 5 вопросами-ответами... Теперь напиши статью на тему [вставьте тему]».

Почему этот промпт на английском? В 2022–2023 годах модели лучше понимали запросы на английском языке. Почему?

- данные для обучения (основная часть текстов, на которых обучали модели, была на английском. Модель «знала» английский намного лучше, чем русский);

- качество ответов (на английские запросы модели отвечали более качественно и структурировано);

- сообщество (большинство ранних промптов создавалось международным сообществом на английском, а потом переводилось).

Сейчас модели обычно хорошо понимают русский, поэтому писать промпт на английском часто не нужно. Но в некоторых задачах английские формулировки иногда дают небольшой выигрыш, поэтому язык лучше выбирать под задачу и проверять на практике.

Почему этот промпт больше не работает:

- Слишком общая роль

Нет проверки фактов Модель может выдать выдуманную статистику, и ты даже не заметишь

- Нет самопроверки

Модель не проверяет ссылки и цитаты

- Перегруженность

Слишком много требований в одном запросе

- Нет управления

Ты не можешь повлиять на процесс после отправки

Эволюция: от бота к стажёру (2024–2025).

С каждым годом модели становились умнее: GPT-4 научился видеть контекст на сотни страниц; Claude 3 стал глубже понимать сложные инструкции; Gemini получил способность анализировать картинки. Но с ростом интеллекта появилась новая черта: модели перестали реагировать на простые запросы, как раньше. Раньше ты мог просто сказать: «Напиши статью про экологию» - и получал готовый текст. Модель делала всё сама. Ты был как волшебник: взмахнул палочкой (написал короткий запрос) - и результат готов. Сейчас так не работает. Модель стала умнее, но и требовательнее. Она больше не додумывает за тебя. Если ты дашь ей общий запрос - она выдаст общий ответ. Без глубины, без конкретики, без полезных деталей.

Что изменилось на практике:

Что делали в 2022	Что нужно делать в 2026
Писал: «Напиши статью про экологию»	Писать: «Напиши статью про экологию для 8-го класса. Объём - 1500 слов. Используй примеры из России. Проверь факты»
Модель сама додумывала детали	Модель требует ТЗ (техническое задание т.е. чёткие инструкции, что и как делать)
Ты был волшебником - одно слово, и готово	Ты стал инженером - собираешь запрос по частям, как конструктор

Таблица. Ключевые изменения в практике написания промтов

Аналогия из жизни. Раньше ты просил друга: «Сделай проект по истории». И он делал сам. А теперь он говорит: «Хорошо, но скажи точно: по какой теме? Какого объёма? С картинками или без? Когда сдавать?» - и ты должен дать ему все эти инструкции. Иначе он сделает не то, что ты ожидал.

Вывод: Чтобы получить качественный результат, нужно научиться составлять чёткое техническое задание. Этому мы и будем учиться в следующих главах.

Почему так произошло? Разработчики обучили модели быть осторожными. Раньше они выдавали ответ любой ценой. Теперь они «понимают», что общие запросы приводят к общим ответам. Если ты не уточнил - модель не додумывает за тебя.

Как сейчас? Карта на 2026 год. Сейчас у нас есть звёздный флот моделей. У каждой свои сильные стороны. Давай познакомимся с главными игроками.

Модель	Сильные стороны	Слабые стороны	Когда использовать
ChatGPT (GPT-4, GPT-4o, o1)	быстрый отклик, универсальный	может давать поверхностные ответы, если задача плохо задана	Для массовых задач: черновики, суммаризация
Claude 3.5 Sonnet	глубокий структурированный ответ	медленнее, дороже	Для сложных текстов, анализа, кода
Gemini 1.5 Pro / 2.0 Pro	работа с картинками и видео	меньше языковых тонкостей	Когда есть изображения/схемы/скриншоты/видео или нужно извлекать смысл из визуального (мультимодальные задачи)
DeepSeek-V3 / R1	мощный, хорош в математике	больше риска ошибиться на «мягких» формулировках (задачи, где ответ нельзя вывести строго из фактов/формул, и важны нюансы смысла)	Для задач, где цена/эффективность важнее, и где полезны вычисления/проверяемость
Локальные модели (Llama, Mistral)	не передают данные наружу	требуют мощного железа	Для секретных/регуляторных данных, офлайн-режимов, интеграций внутри компании

Таблица. Наиболее популярные нейросети (2026)

Примечание: в таблице указаны модели, которые наиболее часто используют в открытых сценариях и сравнениях (универсальные, структурные, мультимодальные, математические/логические, локальные). В России тоже есть свои разработки. Прямо сейчас доступны: YandexGPT, GigaChat, Kandinsky. Эти модели активно развиваются и уже могут решать многие задачи. Большая часть принципов из этой книги применима и к ним.

Важное открытие 2026 года. Модели перестали быть «волшебной палочкой», они стали инструментом, требующим точной настройки.

Главный принцип 2026 года: думай как инженер, а не как волшебник. Промпт в 2026 году - это не «заклинание». Это техническое задание. Оно должно быть:

- конкретным.

Не «напиши статью», а «напиши статью для школьника 8-го класса по теме...».

- ограниченным.

«Используй только данные из официальных источников. Если не уверен - скажи «не знаю».

- проверяемым.

«В конце проверь 5 фактов через поисковик».

ТВОЙ ПРОЕКТ В ЭТОЙ ГЛАВЕ. Теперь ты готов начать работу над своим исследованием. Что ты сделаешь:

1. Сформулируешь проблему. Запиши в блокнот: «Почему тема актуальна? Какие вопросы я хочу исследовать?»

2. Попробуешь старый промпт. Открой новый диалог с любой моделью. Отправь старый промпт, заменив тему на «Как искусственный интеллект меняет образование». Посмотри, что получится. Запомни - это не тот результат, который нам нужен.

3. Попробуешь новый подход. А теперь отправь тот же запрос простыми словами: «Напиши статью на тему «Как искусственный интеллект меняет образование» для школьников 8-го класса. Используй простой язык, примеры из жизни. Статья должна быть на 1500 слов, с понятной структурой: введение, основная часть, заключение».

4. Сравни результаты. Что изменилось? Какой ответ лучше? Почему?

Результат: Понимание разницы между старым и новым подходом + первые материалы для проекта.

КОСМИЧЕСКИЙ ДНЕВНИК (практика к Главе 1)

Задание №1. Найди артефакт (предмет, который остался от людей из прошлого и может многое рассказать о том, как они жили) старой эпохи. Найди в интернете любой промпт 2022–2023 года. Выпиши его в блокнот.

Задание №2. Диагностика. Ответь на три вопроса:

1. Есть ли в нём требование проверять источники? (Обычно нет).

2. Есть ли в нём конкретный запрет на выдумки? (Обычно нет).

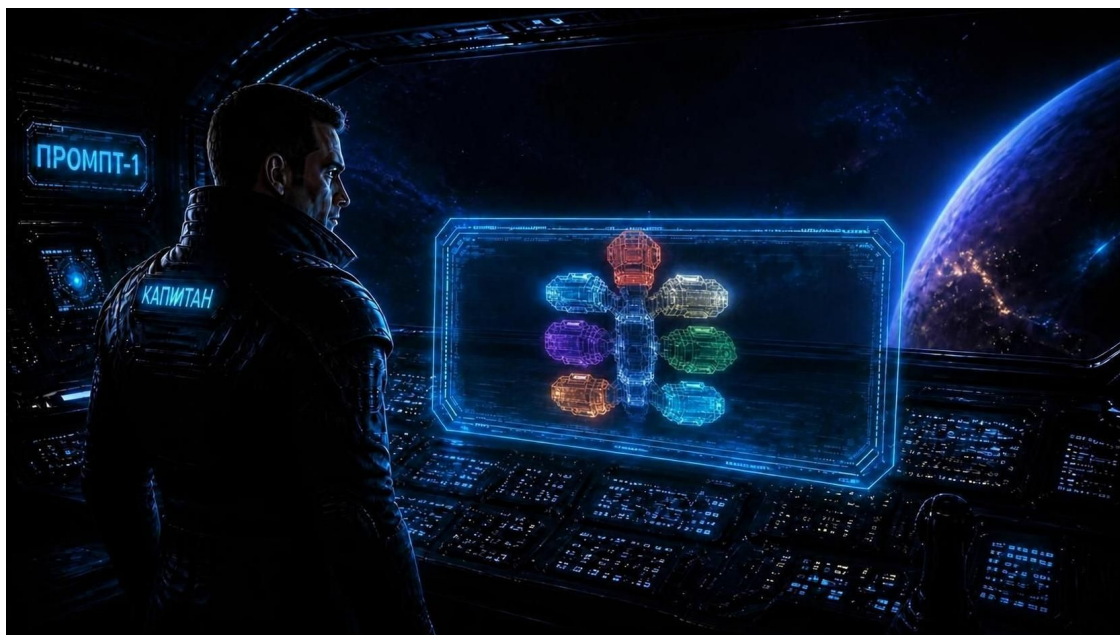
3. Как бы ты переформулировал первую фразу в диалог?

Задание №3. Запусти проект. Отправь старый промпт в ChatGPT (или другую модель) на тему «Как искусственный интеллект меняет образование». Сохрани результат. В следующих главах мы будем его улучшать.

Задание №4. Сравни с новым подходом. Отправь простой запрос по той же теме. Сравни результаты. Что изменилось?

Итог Главы 1. Ты узнал, почему эпоха «волшебной кнопки» прошла, как эволюционировали модели и какой главный принцип управляет миром промптов в 2026 году. Ты сформулировал проблему своего проекта и готов к Главе 2, где соберёшь свой первый правильный промпт для проекта - по 8 компонентам.

Глава 2. Анатомия промпта. Как собрать свой первый звездолёт



ШТУРМАН:

— Капитан, мы прибыли на верфь "Анатомия промпта".
Здесь мы соберём наш первый корабль.

КАПИТАН (ТЫ):

— Из чего он состоит?

ШТУРМАН:

— Из 8 компонентов. Каждый — как модуль звездолёта.
Если пропустить хоть один — корабль не взлетит.

КАПИТАН:

— Показывай!

ТВОЙ ПРОЕКТ В ЭТОЙ ГЛАВЕ. В главе 1 ты попробовал старый промпт и убедился, что он не работает. Теперь ты научишься собирать правильный промпт - как звездолёт из 8 модулей.

Что ты сделаешь в этой главе:

- узнаешь все компоненты «идеального промпта».
- соберёшь свой первый правильный промпт для проекта.
- отправишь его модели и получишь структурированную информацию.

Почему это важно: Без правильной сборки промпт не работает. Это как пытаться запустить корабль без топлива или с отключёнными двигателями.

Введение в «магию»: как модель «думает» на самом деле. Прежде чем собирать корабль, давай заглянем в его двигатель. Как работает модель, когда ты отправляешь промпт? На самом деле, никакой магии. Только математика. Когда ты печатаешь запрос, модель делает три вещи:

- разбивает твой текст на токены (кусочки слов). Например, слово «космос» может стать 2-3 токенами;

- предсказывает следующее слово. Модель смотрит на твой запрос и говорит: «Какое слово с наибольшей вероятностью должно идти дальше?» И так раз за разом, пока не родится ответ;

- сравнивает с тем, что она «выучила». Модель обучена на миллиардах текстов. Она знает, как обычно выглядят ответы на похожие вопросы.

Проблема в том, что модель не понимает смысла. Она понимает статистику. Поэтому когда ты просишь «факты», она генерирует текст, который статистически похож на факты, но может придумать их.

Аналогия из космоса: Это как если бы ты попросил робота нарисовать инопланетянина. Робот видел 1000 картинок инопланетян и нарисует среднее. Но он не знает, какие инопланетяне на самом деле.

Вывод. Модель - это не разум. Это очень сложный автозаполнитель. И чтобы получить хороший результат, нам нужно дать ей не просто «тему», а точную инструкцию по сборке.

8 ключевых компонентов сильного промпта.

Мы подошли к главному. Вот 8 модулей, из которых состоит идеальный промпт: Роль, Задача, Контекст, Ограничения, Формат, Критерии, Самопроверка, Следующие шаги.

Давай разберём каждый модуль подробно. Я покажу тебе на примере, как они работают.

БОРТОВОЙ ЖУРНАЛ. Схема звездолёта «Идеальный промпт-1»

Модуль №1. РОЛЬ

Что это: Ты даёшь модели «маску». Это задаёт тон, лексику и угол зрения.

Плохо: «Напиши текст про космос».

Хорошо: «Ты - астрофизик, который объясняет сложные вещи 15-летним школьникам, которые любят игры».

Почему это важно: Роль сужает пространство для «бредней». Если модель – «врач», она не начнёт говорить языком стихотворца. Если она – «программист», она будет использовать технические термины.

Аналогия из космоса: Это как выбрать, кто будет вести переговоры с инопланетной цивилизацией: дипломат, военный или учёный. У каждого свой язык.

Модуль №2. ЗАДАЧА

Что это: Глагол, описывающий что именно сделать. Чётко и однозначно.

Плохо: «Помоги с текстом».

Хорошо: «Напиши введение к статье на 300 слов» или «Перепиши этот абзац, убрав пассивный залог».

Трюк: Добавь «измеряемость». Не просто «улучши текст», а «улучши текст, чтобы он был понятен восьмикласснику».

Модуль №3. КОНТЕКСТ

Что это: Исходные данные. Что модель уже должна знать. Без контекста она гадает.

Без контекста: «Напиши статью про собак».

С контекстом: «У нас есть блог про здоровье домашних питомцев. Наша аудитория - владельцы немецких овчарок. Напиши статью о том, как выбрать корм, с акцентом на активные породы».

Аналогия: Ты даёшь капитану карту звёздного неба, а не говоришь «лети куда-нибудь».

Модуль №4. ОГРАНИЧЕНИЯ

Что это: Правила игры. Границы, за которые модель не должна выходить.

Типичные ограничения:

- запрет на галлюцинации: «Если не знаешь - скажи «не могу найти информацию».
 - длина: «Ответ не более 500 слов».
 - стиль: «Без сарказма и эмоций».
 - формат данных: «Только таблицы, без воды».
- Важно: Ограничения - это твой якорь. Они спасают от «воды» и выдумок.

Модуль №5. ФОРМАТ

Что это: Как ты хочешь увидеть результат. Это экономит тебе часы на форматирование.

Примеры форматов:

- «Ответ в виде маркированного списка».
- «Структура: Заголовок → Подзаголовок → Абзац».
- «Дай ответ в формате JSON¹».
- «Разбей на 3 колонки: Плюсы, Минусы, Вывод».

Примечание. Если задача сложная (математика, логика, сравнение), добавь в промпт просьбу рассуждать по шагам. Например: «Разложи решение по шагам» или «Сначала объясни ход мысли, потом дай ответ». Это называется Chain of Thought (цепочка рассуждений) - техника, которая помогает модели не ошибаться в логике»

Модуль №6. КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА

Что это: Как ты оценишь, что ответ хороший. Что значит «качественно»?

Без критериев: «Сделай хорошо» → модель делает так, как она считает хорошо.

С критериями: «Текст должен быть:

- понятен новичку;
- содержать 3 примера;
- не содержать клише («в наше время», «как известно»)).

Модуль №7. САМОПРОВЕРКА

Что это: Требование к модели проверить себя перед отправкой.

Стандартный блок самопроверки:

- «Перед ответом проверь:
- все цифры и даты.
- все ссылки (они должны вести на реальные источники).
- нет ли противоречий в твоём тексте.
- если хоть в чём-то нет уверенности - напиши об этом в скобках».

Модуль №8. СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ

Что это: Что делать с ответом дальше. Это превращает диалог в проект.

Пример:

- «После ответа предложи 3 вопроса для уточнения».
- «Закончи ответ фразой «Хотите, я углублюсь в [пункт]?».
- «В конце дай краткое резюме в 2 предложения».

Собираем всё в один шаблон. Теперь мы можем превратить простой запрос в машину. Вот универсальный шаблон, который будет кочевать по всей книге:

КАПИТАНСКИЙ ШАБЛОН (копируй и вставляй):

****[РОЛЬ]:** Ты - [кто ты].**

¹ универсальный язык для обмена данными (способ записывать информацию так, чтобы её могли понять и человек, и компьютер).

****[ЗАДАЧА]:**** Сделай [что именно].
****[КОНТЕКСТ]:**** Мы [ситуация/аудитория/исходные данные].
****[ОГРАНИЧЕНИЯ]:**** Не делай [запреты]. Если не знаешь - скажи.
****[ФОРМАТ]:**** Ответ должен быть [структура].
****[КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА]:**** Хороший ответ - это [признаки].
****[САМОПРОВЕРКА]:**** Проверь [факты/ссылки/даты].
****[СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ]:**** Предложи [варианты действий].

Важно: как пользоваться этим шаблоном. Ты видишь в шаблоне звёздочки ****** и квадратные скобки [...]. Вот что они значат:

****** (звёздочки) - Жирный текст в Markdown² - чтобы в ответе модели названия разделов были выделены жирным. Это для удобства чтения.

[...] (квадратные скобки) - Место для твоей вставки - Это инструкция для тебя. Внутри скобок написано, какую информацию нужно вставить.

Как это работает на практике:

Звёздочки ****** - это разметка. Они нужны, чтобы в ответе модели текст был жирным. Ты их не убираешь.

Скобки [...] - это приглашение к действию.

Ты заменяешь текст внутри скобок на свой.

Пример замены:

Было в шаблоне Ты заменяешь на

[кто ты] опытный учитель истории

[что именно] напиши реферат по теме «Отечественная война 1812 года»

[ситуация/аудитория] ля учеников 8-го класса

Как это выглядит в готовом виде:

****[РОЛЬ]:**** Ты - опытный учитель истории.

****[ЗАДАЧА]:**** Сделай: напиши реферат по теме «Отечественная война 1812 года».

****[КОНТЕКСТ]:**** Мы пишем для учеников 8-го класса.

****[ОГРАНИЧЕНИЯ]:**** Не используй сложные термины. Если не знаешь точную дату - скажи.

****[ФОРМАТ]:**** Ответ должен быть в виде плана: введение, основная часть, заключение.

****[КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА]:**** Хороший ответ - это текст, понятный 14-летним школьникам.

****[САМОПРОВЕРКА]:**** Проверь даты и имена исторических личностей.

****[СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ]:**** Предложи 3 вопроса для обсуждения в классе.

Два способа использовать шаблон.

Способ А (для новичков): копируй и заполняй

Копируешь шаблон

Заменяешь текст в квадратных скобках [...] на свой.

Отправляешь модели.

Способ Б (для продвинутых): держи в уме

Ты уже знаешь все 8 компонентов наизусть.

Просто пишешь запрос, мысленно проверяя, что ничего не упустил.

Отправляешь модели.

Главное правило: модель не видит звёздочки ****** и квадратные скобки [...] как команды. Она видит только текст, который ты написал. Эти символы нужны тебе, чтобы не запутаться

² облегчённый язык разметки, созданный с целью обозначения форматирования в простом тексте

в структуре. Этот шаблон - твой космический навигатор. Используй его всегда, когда пишешь сложный запрос.

Шпаргалка. Как заполнять каждый модуль. Чтобы тебе было проще, вот таблица с подсказками:

Модуль	Что написать	Пример
РОЛЬ	Кто этот человек? Какая у него профессия/опыт?	«Ты - научный журналист»
ЗАДАЧА	Какой глагол описывает действие?	«Перепиши текст», «Сгенерируй код»
КОНТЕКСТ	Что я уже знаю? Кто аудитория?	«Мы ведём блог для родителей»
ОГРАНИЧЕНИЯ	Чего нельзя делать?	«Без воды, без выдумок»
ФОРМАТ	Как должен выглядеть ответ?	«В виде списка из 5 пунктов»
КРИТЕРИИ	Как понять, что ответ хороший?	«Понятно 10-летнему ребёнку»
САМОПРОВЕРКА	Что модель должна проверить в своём ответе?	«Цифры и даты»
СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ	Что делать с ответом?	«Предложи 3 идеи для развития»

Таблица. Составляющие (модули) «идеального промта»

ТВОЙ ПРОЕКТ В ЭТОЙ ГЛАВЕ. Теперь ты соберёшь свой первый правильный промт для исследования «Как искусственный интеллект меняет образование».

Что ты сделаешь:

- соберёшь промт по всем 8 компонентам. Используй рассмотренный капитанский шаблон и заполни каждое поле для своего проекта.
- отправишь его модели. Тема: «Как искусственный интеллект меняет образование». Класс: твой класс. Объём: 1500 слов.
- сохранишь результат. Этот материал пригодится тебе в Главе 4, когда будешь писать реферат.

ТВОЙ ПРОМТ ДЛЯ ПРОЕКТА (заполни):

****[РОЛЬ]:**** Ты - [кто будет писать: учитель, исследователь, научный журналист? Например: «опытный педагог и исследователь»]

****[ЗАДАЧА]:**** [Что именно нужно сделать? Например: «напиши реферат по теме»]

****[КОНТЕКСТ]:****

- Тема: «Как искусственный интеллект меняет образование»

- Класс/возраст: [твой класс, например «9-й класс, 15 лет»]

- Для чего: [школьный проект / исследование / доклад]

****[ОГРАНИЧЕНИЯ]:****

- Без сложных терминов без объяснения.

- Если не уверен в факте - отметь «требуется проверка».

- Используй только проверенные источники.

****[ФОРМАТ]:****

1. План реферата.

2. Введение (актуальность, цель).
3. Основная часть (3 раздела).
4. Заключение (выводы).
5. Список литературы (5-7 источников).

****[КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА]:****

- Текст понятен ученику моего класса.
- Факты проверены.
- Выводы логичны.
- Нет «воды» и клише.

****[САМОПРОВЕРКА]:**** Проверь все даты, имена и цифры. Если сомневаешься - отметь «требуется проверка».

****[СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ]:**** После завершения реферата предложи 3 вопроса для дальнейшего исследования.

Шаг 2. Отправь промпт модели. Скопируй заполненный промпт и отправь его в любую модель (ChatGPT, Claude, Gemini, DeepSeek). Сохрани полученный ответ.

Шаг 3. Сохрани результат. Запиши в блокнот или файл: Что получилось? Что было полезным? Что можно улучшить?

Результат: Готовый план реферата и первая порция информации по теме.

Следующая глава: В Главе 3 ты научишься управлять моделью с помощью маркеров и сможешь уточнить полученную информацию.

КОСМИЧЕСКИЙ ДНЕВНИК (практика к Главе 2)

Задание №1. Собери свой промпт. Возьми тему своего проекта («Как искусственный интеллект меняет образование»). Заполни капитанский шаблон для промта. Отправь модели. Сохрани результат.

Задание №2. Сравни со старым промптом. Сравни результат, который ты получил в главе 1 (старый промпт) с результатом из этой главы (новый промпт). Что изменилось?

Задание №3. Проверь, все ли модули на месте. Возьми свой промпт и проверь все ли компоненты в сборе? Чего не хватает?

Задание №4. Адаптируй промпт. Попробуй изменить один из модулей (например, «Критерии качества») и посмотреть, как изменится ответ.

Итог главы 2. Ты научился собирать звездолёт «Идеальный промпт» из 8 модулей. Теперь ты знаешь, как превратить размытое пожелание в чёткое техническое задание. Ты уже собрал первый промпт для своего проекта и получил структурированную информацию.

Глава 3. Протокол управления моделью. Как стать капитаном, а не оставаться пассажиром



ШТУРМАН:

— Капитан, мы подлетаем к цели.

Но здесь сложная атмосфера. Без протокола мы разобьёмся.

КАПИТАН (ТЫ):

— Что за протокол?

ШТУРМАН:

— Три уровня управления.

Первый — настройка. Второй — маркеры.

Третий — проверка. Это наш главный инструмент.

КАПИТАН:

— Активируй его. Я готов

ТВОЙ ПРОЕКТ В ЭТОЙ ГЛАВЕ. В главе 2 ты собрал свой первый правильный промпт и получил информацию по проекту. Но что, если информации слишком много? Или её нужно уточнить? Или ты заметил ошибку? В этой главе ты научишься управлять моделью в процессе диалога. Это как научиться управлять кораблём в полёте - не просто задать курс, а корректировать его по пути.

Что ты сделаешь в этой главе:

- узнаешь три уровня Протокола управления (система правил);
- освоишь маркеры - короткие команды для управления моделью;
- применишь маркеры к своему проекту, чтобы уточнить и структурировать информацию.

Почему это важно: Без управления ты - пассажир. С управлением - капитан. Почему нужен протокол? Представь, что ИИ - это самый умный стажёр во вселенной. Он читал все книги, видел все фильмы, знает все языки. Но у него нет жизненного опыта. Он может придумать факт с уверенностью профессора, потому что не знает разницы между правдой и вымыслом. Если ты просто дашь ему задание - он сделает как-то. Если ты будешь сидеть и ждать - он сделает первое, что придёт в голову. Иногда круто, иногда провально.

Протокол - это твой штурман. Он не даёт модели «улететь» в галлюцинации, делает ответы предсказуемыми и учит тебя действовать системно.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.