

# 《豆包&千问 AI 高效办公》

## -基于千问、豆包实操办公技巧

### 课程背景：

在当今竞争激烈的商业环境下，企业面临着诸多办公效率难题。员工常常在海量的文字工作中耗费大量时间，撰写一份汇报材料或公众号推文，从构思到完稿，往往需要数天时间，严重影响工作进度。制作 PPT 时，不仅要花费大量精力设计布局 and 美化，还难以保证质量，无法有效传达信息。在处理数据时，面对复杂的 Excel 表格和数据可视化需求，员工往往无从下手，导致数据分析滞后，影响决策效率。此外，图片处理、音视频制作等工作也让员工分身乏术，分散了对核心业务的精力。

在数字科技迅速发展的背景下，AI 已成为提升生产力的关键要素，从辅助千行百业提质增效，转变为推动经济社会转型的核心力量。

基于此，本课程旨在帮助企业员工借助：**千问、豆包 AI** 为主要工具，掌握实用的办公技能，轻松应对各种工作场景，实现工作效率质的飞跃，为企业发展注入新的活力。

### 课程收益：

- 1、掌握千问、豆包核心实操技能：**熟练运用 AI 模拟人类对话，激发思维，结合工作场景开展任务；全面了解千问、豆包多种玩法，掌握不同玩法的使用技巧；
- 2、运用豆包 AI 提升文字创作效率：**熟练使用豆包等 AI 工具，按照特定要求完成各类写作任务，大幅提升写作质量与速度。
- 3、精通千问 AI 辅助 PPT 设计：**运用豆包、千问等 AI 工具，基于思维导图一键生成 PPT，通过千问对 PPT 进行整体或单页美化、模板更换；
- 4、学会豆包与 Markdown 协同制作思维导图：**熟练掌握豆包生成 Markdown 格式内容

的方法，将文档快速转换为 Markdown 格式；

**5、利用 AI 完成会议记录/纪要，以及其他音视频创作：**运用 AI 对会议记录音频以及会议纪要进行整理，生成思维导图。

**6、借助豆包实现图片视频创意制作与美化：**通过 AI 指令，一句话生成高质量图片，去除图片水印，提升图片画质，让图片动起来，满足工作中对图片素材的多样化需求。

**7、借助千问进行数据可视化分析：**利用 AI 生成 html 图表代码，实现数据可视化；掌握 Excel 与 AI 结合进行数据处理的方法，输入 VBA 代码完成复杂数据操作；

**8、利用豆包、即梦实现数字人创作：**运用 AI 工具上传人物的姿势语言、口播音频建立数字人框架，随后输入文字，即可 AI 生成虚拟数字人播报。

**9、利用千问、豆包完成知识库与智能体搭建：**运用 AI 知识库进行整理，生成个人搜索习惯的内容；通过指令一键完成指令。

**课程时间：**2-2.5 天，6 小时/天

**课程对象：**企业全员

**课程方式：**AI（豆包、千问为主）操作、AI+助力实操、案例教学、头脑风暴、互动练习等

## 课程大纲

**导入：**先导篇

1.AI 的底层逻辑

2.AI 使用的优缺点

3.选择适合工作场景的 AI

**案例：**各类 AI 工具的特点

**第一讲：**探秘千问、豆包——解锁多元实操玩法

**一、AI 工具（千问、豆包）的使用**

1.模拟人类

2.扩展思维

3.结合工作

## 二、AI 指令的要点

1.设定角色

2.交代背景

3.细化要求

4.反馈迭代

练习：AI 常规界面其他入口使用练习

## 第二讲：借豆包之力——打造职场写作利器

### 一、各类场景办公写作

1.工作总结写作

2.日、周报表写作

3.微信公众号写作

4.微信朋友圈写作

5.行业研究报告写作

6.抖音、小红书推广写作

### 二、解析重难题讲解

1.编入主题

2.一键解析

案例：某人力资源研究报告展示

练习：豆包 AI 写作练习

## 第三讲：巧用千问工具——实现 PPT 高效创作

### 一、AI+思维导图一键生成 PPT

1. 编好大纲
2. 输入结构
3. 导出脑图
4. 全文换肤
5. 单页换肤
6. AI 换模板

### 二、AI+PPT 课件、演讲稿、讲义生成

1. 一键编写 PPT
2. 一键编写演讲稿
3. 一键编写 PPT 讲义

讨论：如何让 AI 结合公司模板设计 PPT

练习：根据 AI 工具制作以上 PPT 内容

## 第四讲：融合豆包与 Markdown——绘制高效思维导图

### 一、豆包的 Markdown 格式

1. AI 生成格式
2. 档秒转 Markdown 格式
3. 文档后缀修改 Markdown 格式

### 二、Markdown 一键 AI 思维导图

1. PPT 或文档提取所需要的 Markdown 格式
2. Markdown 格式一键式生成思维导图

讨论：如何把一本书生成思维导图

练习：把一本书生成思维导图

## 第五讲：千问+会议记录纪要——AI助力会议/音频整理

### 一、千问AI+会议记录

要点：会议记录一键整理思维导图

### 二、千问AI+会议纪要

要点：千问AI+会议纪要

### 三、AI+会议录音整理

要点：AI+会议记录整理

练习：AI+会议记录实操

### 四、千问购物（点奶茶、外卖等）

要点：千问+购物

## 第六讲：一键焕新——豆包赋能图片创意制作

### 1.豆包一句话生成靓图

要点：输入要求AI来帮你

### 2.AI快速去掉图片水印

要点：AI标记去水印

### 3.AI一键美颜图片质量

要点：AI转换清晰图片

### 4.豆包AI一键让图片动起来

要点：豆包AI指令让老照片动起来

练习：用豆包AI百变靓图

## 第七讲：借助千问、豆包工具——深挖数据可视化价值

### 一、豆包+html 生成图表

- 1.AI 生成代码格式
- 2.代码格式转入文档处理
- 3.生成成果图表

### 二、豆包+Excel 数据处理

- 1.Excel 函数提炼
- 2.Excel+AI 分析

### 三、千问+表格数据分析报告

- 1.图片数据一键分析
- 2.网站数据一键爬虫
- 3.图表数据指令分析

案例：AI+各类参数图示分析

练习：AI+图表制作实操

## 第八讲：字节（豆包即梦）+数字人生成——助力办公应用新高度

### 一、数字人态势语言整理

- 1.上区
- 2.中区
- 3.下区

二、数字人态势语言录制

三、数字人口述视频录入

四、输入数字人口播文字 AI 自动生成

案例：数字人生成视频分析

练习：AI+数字人实操练习

第九讲：字节（豆包扣子）+个性化打造----智享个人智能体创作

一.个人知识库创建

二.个人知识库素材收集

三. workflow生成详细资料

四.智能体自动生成新媒体文案

五.AI生成内容无限接近于内心

要点：扣子、豆包智能体讲解

练习：个人智能体创建