

Attention Is All You Need

一篇论文之后的世界

深圳欧美同学会 · 深圳留学人员联谊会 · 2026 年秋



李雨林

龙岗区政协委员 · 深圳欧美同学会副秘书长

海归人才联络中心主任 · 世青峰理事长

长期从事全球人才联络与引进工作。计算机科班出身的工程师与创业者，长期在一线用 AI 做真实上线的产品与系统。本课课件、教材与全部实测记录由本人主持完成。

FORMAT 线下讲授 · 录屏演示 · 答疑

DURATION 总时长 2.5 小时（授课 120 分钟 + 答疑 30 分钟）

MATERIALS 课件 56 页 · 学员手册 80 页 · 工具箱 · 实测记录 18 项

CONTACT liyulin@globalyouth.cn；也可通过主办方转达

LOCATION 以主办方通知为准

LANGUAGE 中文讲授，术语保留英文原文

本课面向零基础的非理工科高校教师。先从 2017 年那篇十五页的论文讲起，用一份真实的备课任务贯穿全程，看它卡住五次，每次是怎么解决的。再看今天 AI 能替教师做的十件事，每件都是课程组实际运行并逐条核对过的记录，出错的部分一并保留。最后回到人，讲认知与价值观。全课一条线：做，机器越来越会；它能做什么、该不该交给它，还得人来判断。

主题 TOPICS

- 序章 · 一篇论文之后：那篇论文讲了什么，注意力机制凭直觉怎么理解，九年里研究怎样变成产品。再看一个人加一支 AI 团队怎样工作，留下一个问题。
- 第一章 · 认识你的 AI：同一个模型有对话、工作台、编程三种入口。一份教案五次卡住，顺路认识上下文、任务说明、工具、Agent、Skill。它为什么会错，错法分五种。
- 第二章 · 把一件事交给它：怎样挑第一件拿来试的事，怎样决定一件事交不交给它。一份教案从初稿改到能用，中间要下三处判断。含演示一（录屏）。
- 第三章 · 今天能做什么：先说 AI 能替教师做的十件事，做法是同一套；再说用它的四个层次。案例有长材料、深度研究、数据、事务与小工具四组。然后讲提示词的骨架，怎样去掉 AI 味，怎样设计工作流。末了讲各家模型按任务分工，和本地部署的基础搭配。
- 第四章 · 回到大学：备课三步走，初稿、判断、第二稿各由谁做。课堂助教有哪些研究证据。科研全流程从选题到评审分七段，哪几段能交给它，规矩是什么。评价怎么改，先分级再看过程。含演示二（录屏）。
- 尾声 · 认知与价值观：怎样读一次发布，技术怎样从稀缺变成基础设施，为什么还在招人。工具一样了，人为什么不一样。知识与认知有什么分别，为什么说行易知难，同一套架构有哪两种用途。技术什么都能实现之后，世界走向哪里由什么决定。最后给出修行清单。

先修要求 PREREQUISITES

- 零基础，无需编程或技术背景；课上不要求操作
- 请带一份自己的真实材料（一段教材、一份通知或一篇论文摘要），用于课上选定“先试的一件事”与课后练习

适合对象 AUDIENCE

- 高校教师，含非理工科各专业
- 教学与科研管理人员
- AI 零起步的学习者

- 本课为通识入门，不含编程实操；工具箱与一个月计划留给课后自学，想动手做工程的，另有后续工作坊。

课后，学习者能把一件工作向 AI 交代清楚，能看出初稿的问题，能核对结果，能按任务选对工具入口，也能说出哪些判断要留在自己手里。

能说出 AI 怎样从 2017 年那篇论文走到今天；能区分模型与产品、开放权重与闭源服务，能分清对话、工作台、编程三种入口。

能用五项条件（对象、目标、材料、交付、这一步做到哪）把一件事说清楚；能让它先问，能提出一处具体修改。

能辨认五种错误（猜位置、来源冲突、漏项、似是而非、自补条件）并各用一种核法；能说出一次运行为什么不算证据。

面对一件事，能决定交不交给它；能按任务在各家产品间分工；能说出本地部署的基础搭配与代价。

能把课上学的这套做法照样用到备课、科研全流程与评价设计上；能说出科研中使用 AI 的规矩与学生评价的分级框架。

能说出为什么技术拉平了差距、认知又把差距拉开，价值观在哪一步起作用；带走修行清单与一个月计划。

序章 · 一篇论文之后

论文首页与八位作者；同一个“苹果”为什么含义不同；九年时间线；一个人加一支 AI 团队，为什么还需要招人

第一章 · 认识你的 AI

三种入口；一份教案五次卡住；五种错误；回答、作品、任务三种交付

第二章 · 把一件事交给它

看一眼自己的一周，选一件先试；初稿怎样改到能用；第二稿把时间转给学生；演示一（录屏）

中场休息

自由交流

第三章 · 今天能做什么

十件事，同一套做法；用它的四个层次；四组案例；提示词的骨架；去掉 AI 味；工作流设计；各家模型分工；本地部署

第四章 · 回到大学

备课；课堂助教；科研全流程；评价怎么改；演示二（录屏）

尾声 · 认知与价值观

怎样读一次发布；技术从稀缺变成基础设施；为什么还在招人；同一个工具，两种用法；知识与认知；行易知难；同一套架构两种用途；价值观；修行清单；回到 Attention

答疑 Q&A 先说学科与想交给它的那件事，再提问；覆盖选型、数据安全、学生使用、学术规范

04

材料与参考

MATERIALS & REFERENCES

- 课件：56 页，放映版与 PDF，每页一张主图，全部来自实测记录或有出处的原件，页脚标来源与核验日期。
- 学员手册：80 页，A4 可打印，含导言与八个部分、两个练习、术语表、常见问题、一手来源；内容标"读一遍就懂""查一下再用""动手前看"三类。工具箱一节的每条提示词带四行备注：什么时候用、怎么填、拿回来核什么、常见的坑。
- 工具箱：十类场景提示词与教学专用提示词（含评价分级说明与 AI 使用声明模板）；三份岗位说明书与教师个人 AI 档案模板；任务说明与修改要求模板、核对清单与小测试集；三个 Skill 文件；速查卡与修行清单。
- 实测记录：18 项，含逐字提示词、会话链接、原始输出与人工核验方法；每次开课前重跑，出错的证据随之更新。
- 课堂涉及工具：Kimi（K3、课件、深度研究）、即梦、飞书邮箱与妙记、Qwen 本地运行、腾讯 WorkBuddy、Qoder、Claude Code；海外产品作对照。

- 一手来源（节选）：Vaswani 等 2017；Clark 等 2019；Kestin 等 2025；Bastani 等 2025；Kosmyna 等 2025；Lee 等 2025；Perkins 等 2024（AI 评价量表）；Anthropic Economic Index 2025；World Bank 2025；科技部《负责任研究行为规范指引（2023）》；教育部等五部门《“人工智能+教育”行动计划》（2026）；Nature 2023 社论；OpenAI 发布页与 Charter；孙中山《孙文学说》、王阳明《传习录》、Kranzberg 1986、Turing 1950。

信息截至 2026-09-11。产品名、开放条件与外部数字属于会变的信息，以官方页当日说明为准。

05

考核与课后

ASSESSMENT

- 本课程为非学分公开讲座，不设考试与作业。
- 课后建议分三个时间尺度：今晚做一件事，把满意的一次对话存成模板；一周内从修行清单里勾三条做完；一个月做成一件真事，按四周计划走，第三周拆步骤、定流程。学员手册附四个自评问题。
- 教师可将工具箱中的评价分级说明与 AI 使用声明模板用于自己的课程。

06

无障碍与特殊安排

ACCOMMODATIONS

- 如需无障碍支持或其他特殊安排，请课前告知主办方。