

AI+DeepSeek 赋能项目全生命周期©

课程背景：

当前人工智能技术快速发展，生成式 AI、机器学习、NLP 等突破创新，推动企业运营模式升级。在项目管理全生命周期中，智能化工具可自动完成进度跟踪、文档生成等工作，通过数据分析优化资源、预判风险，成为提升效率与决策质量的关键支撑。

AI+DeepSeek 等工具能挖掘数据规律、提供管理洞察，但多数项目管理者仍面临“技术与实操脱节”问题：对 AI 功能与场景认知不足，仅停留在基础查询，未能在需求分析、风险预测、资源优化等核心环节深度应用，传统管理效率瓶颈依旧存在。

为帮助管理者跨越认知与应用鸿沟，将 AI 真正落地到项目全过程，特推出《AI+DeepSeek 赋能项目全生命周期©》课程。课程以项目全生命周期为主线，结合真实案例与沉浸式实操，分阶段讲解 AI 在启动、计划、执行、监控、收尾中的应用方法，助力学员熟练运用 AI 工具优化流程、科学决策，实现从传统管理向智能化管理转型，提升项目交付质量与管理水平。

《AI+DeepSeek 赋能项目全生命周期©》是由张国银老师结合多年项目管理授课经验并结合 AI 工具自主研发的一门实战性版权课程，该课程已经获得国家版权局备案，登记号：国作登字-2015-A-00193190。

课程目标：

1. 熟悉并掌握 AI+DeepSeek 等工具的基本操作与功能特性，了解其在项目全生命周期各环节的应用原理。
2. 通过 AI 工具在项目管理各业务场景中的应用，显著提升项目需求调研、计划编制、风险管控、收尾总结等环节的工作效率。
3. 利用 AI 工具的数据分析与智能文档生成等功能，优化项目资源分配、精准识别风险，为项目决策提供科学依据，保障项目成功交付。
4. 探索 AI 在项目文档优化、复盘分析等方面的应用，创新项目管理工作方式，提升项目管理质量与成果输出水平。

课程收益：

- 提高项目管理人员的技术素养，使其能在项目管理工作中自信、熟练地运用 AI 工具，打破传统工作模式局限。
- 通过 AI 工具应用，减少项目管理中的人力与时间成本浪费，实现工作效率显著提升，加快项目推进速度。
- 增强项目团队风险识别与应对能力，借助 AI 工具精准预测项目风险，制定有效应对措施，降低项目失败概率。
- 利用 AI 工具生成高质量项目文档、复盘报告等成果，提升项目管理工作的规范性与专业性，为项目后续开展积累经验。

课程时间：1-2 天，6 小时/天

课程对象：项目主管、项目经理等项目管理相关从业人员

课程方式：理论讲解+实操演练+案例分析+互动讨论+落地指导

课程安排：

培训前：进行调研访谈，了解企业背景、业务形态、学员项目管理水平等，对课程进行定制化设计，另给到有关 AI 工具安装与注册的相关资料，学员提前了解并注册、安装

培训中：结合学员某个项目，通过给到的参考案例及提示词，应用 AI 工具现场辅助或优化输出项目全生命周期的材料

培训后：持续跟进与辅导学员对课程学习的转化与应用，并给予课后一个月内的免费陪跑，对学员进行辅导与提升

课程落地工具表：

工具名称	工具用途	应用场景
AI 工具操作手册	指导 AI 工具安装注册，解决入门问题	培训前筹备、实操前基础准备
项目任务清单模板	规范梳理各阶段核心任务	任务规划、全生命周期梳理
干系人评估模型模	量化评估干系人，实现结果可视	项目启动阶段干系人分析排序

板	化	
立项报告标准框架	规范报告结构，辅助快速生成优化	项目立项文档编制与优化
WBS 分解实操手册	指导项目工作层级化分解	计划阶段 WBS 分解实操
资源分析工具模板	辅助资源负荷分析与平衡分配	计划阶段资源智能分配
变更管理流程模板	规范变更全流程管控	执行阶段项目变更处理
项目会议文档框架	快速制作优化会议议程、纪要	执行阶段各类会议组织管理
项目报表标准化模板	自动生成优化日报、周报	执行阶段日常进度跟踪汇报
挣值管理计算模板	自动计算进度成本偏差指标	监控阶段挣值管理与偏差分析
风险分析应对框架	辅助风险识别、分析及计划编制	监控阶段全流程风险管理
项目验收检查清单	规范验收标准与内容	收尾阶段成果验收筹备
项目复盘分析框架	指导多维度复盘，生成总结报告	收尾阶段项目总结与复盘
项目知识体系模板	规范知识分类与沉淀框架	收尾阶段知识体系搭建、知识库建设

课程大纲

第一讲：AI 工具基础交互与项目管理认知

一、项目的核心认知

1. 项目管理的本质与核心目标

2. 项目管理的五大过程组

——启动过程组、计划过程组、执行过程组、监控过程组、收尾过程组

3. 项目管理十大知识领域

1) 整合管理

2) 范围管理

3) 进度管理

4) 成本管理

5) 质量管理

6) 资源管理

7) 沟通管理

8) 风险管理

9) 采购管理

10) 干系人管理

4. 新时代项目管理的发展趋势与智能化需求

二、AI 技术基础

1. AI 的概念、发展历程与技术体系

2. 生成式 AI、自然语言处理等核心技术的基本原理

3. AI 技术在企业管理中的应用现状与发展前景

三、主流 AI 工具深度解析

1. 国内主流 AI 工具的实操演示

1) DeepSeek

2) 豆包

3) 腾讯元宝

4) Kimi

2. 不同 AI 工具在项目管理中的适配性分析

——信息检索场景、文档撰写场景、数据分析场景、团队协同场景

3. AI 工具的基础操作方法

四、AI+DeepSeek 赋能项目管理的核心维度

1. 自动化替代重复性工作

2. 智能化提升分析能力

- 1) 项目需求的智能提取与结构化分析
- 2) 项目风险的智能识别与概率分析
- 3) 项目进度偏差的智能分析与原因定位
- 4) 项目资源使用的智能分析与效率评估

3. 数据化支撑科学决策

4. 体系化推动知识沉淀

五、AI 工具实操场景应用

解决：“AI 工具入门难、不会用”

场景：项目信息高效检索、项目文档初步撰写、项目数据简单分析、项目问题快速解答、项目核心任务梳理

实操练习：梳理项目全生命周期各阶段核心任务

学习成果 1：掌握至少 3 种 AI 工具的基础操作方法，能完成项目相关信息精准检索

学习成果 2：形成项目全生命周期各阶段核心任务清单，建立初步的项目管理认知

第二讲：项目启动阶段 AI+DeepSeek 实操应用

一、项目启动阶段核心工作

1. 项目启动阶段目标与输出
2. 背景调研与需求分析要点
3. 项目目标设定原则与方法
4. 项目范围定义与边界把控
5. 项目启动会议组织与内容

二、项目需求分析深度解析

1. 项目需求的分类：业务需求、用户需求、功能需求、非功能需求

2. 需求收集的方法

- 1) 访谈法
- 2) 问卷调查法
- 3) 头脑风暴法

4) 原型法

3. 需求分析的核心步骤

需求整理→需求分析→优先级排序→需求确认

4. 需求文档撰写要求与要素

三、项目干系人管理体系

1. 干系人的分类：内部干系人、外部干系人、核心干系人

2. 干系人分析的核心维度

——影响力、利益诉求、支持度、参与度

3. 干系人双重指标评估模型

1) 模型维度

2) 评估方法

3) 结果可视化

4) 结果应用

4. 干系人优先级排序方法策略

四、AI+自然语言处理在需求分析应用

1. 自然语言处理核心功能

2. AI 工具提取核心需求

1) 输入非结构化需求文本

2) 生成结构化需求清单

3) 分类核心与非核心需求

4) 识别需求关联与冲突

3. AI 优化需求文档步骤技巧

优化文档结构→补充需求验收标准→检查逻辑→修正表述

五、AI+DeepSeek 辅助项目启动全流程

1. AI 辅助项目背景调研方法

2. AI 辅助干系人管理实操步骤

3. AI 生成立项报告提示与优化

4. AI 辅助启动会议资料准备

六、AI 工具实操场景应用

解决：“AI 工具在启动阶段提质增效”

场景：项目背景与市场调研、非结构化需求数据处理、项目干系人全面分析、项目立项报告快速撰写、项目启动会议筹备

实操练习：运用 AI 工具对项目启动阶段核心任务进行练习

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目背景调研记录

学习成果 2：输出 AI 工具辅助完成的项目需求分析报告

学习成果 3：输出 AI 工具辅助完成的项目干系人分析表

学习成果 4：输出 AI 工具辅助优化后的项目立项报告

第三讲：项目计划阶段 AI+DeepSeek 实操应用

一、项目计划阶段核心认知

1. 项目计划的目标与价值

2. 项目计划的编制原则

1) 可行性原则

2) 系统性原则

3) 灵活性原则

4) 精细化原则

5) 全员参与原则

3. 项目计划的核心构成

4. 计划与项目成功交付关联

二、项目进度计划管理

1. 进度计划定义与编制流程

2. WBS 任务分解方法与步骤

1) 明确总交付成果

2) 分解为主要可交付成果

3) 细化为具体工作任务

4) 明确任务负责人与工期

3. 活动定义与排序方法

4. 活动时间估算方法

5. 进度计划优化与调整

三、项目资源与成本管理

1. 项目资源的分类：人力资源、物力资源、财力资源、技术资源

2. 资源计划制定流程与方法

1) 核心流程

2) 资源负荷法

3) 资源平衡法

4) 优先级分配法

3. 资源平衡与冲突问题

——资源冲突、平衡目标、平衡方法、冲突解决

4. 成本预算编制步骤

四、项目管理核心工具应用

1. 核心工具内涵与应用价值

——WBS图、责任矩阵、甘特图

2. AI工具协同制作图表方法

1) WBS图

2) 责任矩阵

3) 甘特图

4) 图表优化

五、AI+DeepSeek 赋能计划编制

1. AI辅助WBS分解实操逻辑

2. AI制定初步进度计划方法

3. AI智能分配资源实操方法

4. AI成本估算与预算编制原理

六、AI工具实操场景应用

解决：“AI工具辅助应用在项目计划阶段，快速产出成果”

场景：项目工作分解（WBS）、项目进度计划编制、项目资源智能分配、项目成本精准估算、项目核心图表快速制作

实操练习：运用AI工具对项目计划阶段核心任务进行练习

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目进度计划

学习成果 2：输出 AI 工具辅助完成的项目资源计划与成本预算表

学习成果 3：输出 AI 工具辅助完成的项目工作分解结构（WBS）图

学习成果 4：输出 AI 工具辅助完成的项目责任矩阵表

学习成果 5：输出 AI 工具辅助完成的项目甘特图

第四讲：项目执行阶段 AI+DeepSeek 实操应用

一、项目执行阶段核心工作

1. 项目执行阶段目标与要求

2. 项目执行与计划的衔接逻辑

1) 计划为执行提供依据，严格遵循

2) 建立计划与执行动态联动机制

3) 明确执行责任人，层层落地

4) 执行数据赋能计划优化

3. 项目执行阶段的核心任务

4. 项目执行阶段成功关键因素

二、项目进度与质量控制

1. 项目活动执行的监控方法

——日常检查法、节点把控法、数据统计法、汇报沟通法

2. 进度偏差的识别、分析与调整

1) 偏差识别

2) 偏差分析

3) 压缩关键路径工期

4) 调优化非关键活动顺序

5) 局部优化原进度计划

3. 项目质量控制标准、方法与流程

4. 质量问题的识别、分析与解决

5. AI 辅助进度与质量控制

三、项目变更管理体系

1. 项目变更的分类：范围变更、进度变更、成本变更、质量变更

2. 项目变更的管理流程

1) 变更申请

2) 变更审核

3) 变更分析

4) 变更审批

5) 变更实施

6) 变更监控

7) 变更归档

3. 变更影响分析的核心维度

——进度维度、成本维度、质量维度、范围维度、资源维度、干系人维度

4. 变更应对方案的制定原则与方法

5. 避免无效变更的管控策略

四、项目沟通与文档管理

1. 项目执行阶段的沟通类型

——内部沟通、外部沟通、正式沟通、非正式沟通、上行沟通、下行沟通、平行沟通

2. 项目会议的组织类型

——每日站会、周例会、专题会议、阶段评审会、干系人沟通会

3. 会议议程、纪要撰写要求

1) 会议议程

2) 议程核心

3) 会议纪要

4) 纪要核心

4. 项目日报、周报撰写标准

——日报核心、日报标准、周报核心、周报标准

5. 项目文档管理要求与方法

五、AI+DeepSeek 赋能项目执行全流程

1. AI 辅助记录任务、生成报表明细

2. AI 辅助分析变更影响、生成报告

3. AI 辅助制定变更方案、跟踪审批
4. AI 辅助设计会议、生成纪要
5. AI 辅助质量控制、识别问题

六、AI 工具实操场景应用

解决：“AI 工具充分应用到项目执行的各个环节，提升效率”

场景：项目日常进度跟踪与报告生成、项目变更管控、项目会议高效组织、项目质量实时监控、项目执行文档高效管理

实操练习：运用 AI 工具对项目执行阶段核心任务进行练习

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目日报与周报

学习成果 2：输出 AI 工具辅助完成的项目变更影响分析报告、变更应对方案

学习成果 3：输出 AI 工具辅助完成的质量问题分析与解决方案报告

学习成果 4：输出 AI 工具辅助完成的变更请求审批表

学习成果 5：输出 AI 工具辅助完成的项目沟通会议议程及会议纪要

第五讲：项目监控阶段 AI+DeepSeek 实操应用

一、项目监控阶段核心认知

1. 项目监控定义：全流程跟踪测量分析调整；目标：纠偏控险，保障目标达成

2. 监控与执行协同关系

- 1) 监控为执行提供指导纠偏
- 2) 执行为监控提供真实数据
- 3) 监控执行同步闭环管理
- 4) 建立联动快速解决问题

3. 项目监控核心维度

——进度监控、成本监控、质量监控、风险监控

4. 项目监控工作准则

——实时性、准确性、全面性、针对性、动态性

二、项目进度与成本监控

1. 进度成本数据收集方法

——自动法、人工法、现场法、文档法

2. 计划实际数据对比分析

——对比法、比率法、趋势法、结构法

3. 进度成本偏差计算分析

1) 进度偏差 SV

2) 进度指数 SPI

3) 成本偏差 CV

4) 成本指数 CPI

5) 偏差分析

4. 偏差纠正与预防措施

——进度纠偏、成本纠偏、进度预防、成本预防

5. 监控日报周报编制要求

三、项目风险管理体系

1. 项目风险分类

——内部风险与外部风险、进度成本质量等风险、高中低概率风险、重大较大一般较小

2. 项目风险识别方法

1) 头脑风暴

2) 德尔菲法

3) 风险库法

4) 流程法

5) 调研法

3. 风险分析核心维度：概率、影响、时长、关联、可控

4. 风险应对策略类型：规避、减轻、转移、接受、利用

5. 风险应对计划编制与跟踪

6. AI 辅助风险识别分析应对

四、AI+DeepSeek 赋能监控全流程

1. AI 实时收集整合数据

2. AI 对比偏差生成日报

3. AI 结合数据识别潜在风险

4. AI 分析风险并等级排序

5. AI 制定措施生成应对计划

6. AI 挣值计算生成报告

五、AI 工具实操场景应用

解决：“AI 工具辅助应用于项目监控的各个环节，确保项目有效监控”

场景：项目进度与成本动态监控、项目潜在风险精准识别、项目风险科学分析与应对、项目挣值管理高效计算、项目绩效科学评估与预测

实操练习：运用 AI 工具对项目监控阶段核心任务进行练习

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目监控日报

学习成果 2：输出 AI 工具辅助完成的项目风险分析报告、项目风险应对计划

学习成果 3：输出 AI 工具辅助完成的项目挣值管理报告

学习成果 4：输出 AI 工具辅助完成的项目监控综合分析报告

第六讲：项目收尾阶段 AI+DeepSeek 实操应用

一、项目收尾阶段核心工作

1. 项目收尾的定义、类型与目标

2. 项目收尾阶段的工作准则

——完整性准则、规范性准则、客观性准则、及时性准则、实用性准则

3. 项目收尾阶段的核心任务

1) 项目成果验收

2) 验收问题整改

3) 项目文档整理

4) 项目总结复盘

5) 项目知识沉淀

6) 项目尾款结算

7) 项目团队解散

4. 项目收尾与全生命周期闭环

二、项目成果验收管理

1. 项目验收的核心标准

——需求符合性、计划符合性、质量验收、文档完整性、功能可用性

2. 项目验收的流程

——验收申请、资料审核、现场/线上验收、出具意见、整改复核、合格确认、资料归档

3. 验收检查清单编制

- 1) 编制原则
 - 2) 明确验收具体项目
 - 3) 明确验收标准依据
 - 4) 明确验收方法
 - 5) 记录验收结果
 - 6) 描述不合格问题
 - 7) 明确整改相关要求
- #### 4. 验收问题处理方法

三、项目总结与复盘体系

1. 项目总结复盘的核心价值

2. 项目总结复盘的核心维度

- 1) 目标达成
- 2) 过程管控
- 3) 资源管理
- 4) 成本进度
- 5) 质量风险
- 6) 干系人管理
- 7) 团队协同：分析团队管理问题

3. 项目总结报告撰写要求

4. 复盘会议组织与讨论

5. 项目知识的分类

四、AI+DeepSeek 赋能项目收尾全流程

1. 生成项目验收检查清单
2. 辅助审核验收资料识别问题
3. 辅助撰写优化项目验收报告
4. 生成项目总结报告初稿

5. 辅助复盘并完善总结报告

五、AI 工具实操场景应用

解决：“AI 工具如何辅助做好项目收尾的各项工作，圆满实现项目任务”

场景：项目验收标准化筹备、项目验收资料高效审核、项目总结报告快速撰写、项目复盘会议高效组织、项目知识体系系统构建

实操练习：运用 AI 工具对项目收尾阶段核心任务进行练习

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目验收检查清单、项目验收报告

学习成果 1：输出 AI 工具辅助完成的项目复盘与总结报告

学习成果 1：输出 AI 工具辅助构建的项目知识体系框架

学习成果 1：完成 AI 工具辅助的项目初步知识库搭建

有关课程落地转化建议：

一、方案目标

推动学员将 AI 培训所学知识技能应用于实际工作，提升工作效能，实现 AI 培训效果的有效转化，助力企业业务发展。

二、具体实施内容

1. 课后作业布置与批改

1) 作业布置：培训结束当天，向学员发放针对性作业，要求结合自身工作业务场景，设计至少 1 个 AI 应用方案，方案需包含应用场景描述、AI 技术选择、预期效果等内容，限期 7 天内提交至指定线上平台。

2) 作业批改：培训老师在收到作业后 5 天内完成批改，对作业进行打分（满分 100 分），针对优秀作业标注亮点，对存在问题的作业提出具体修改建议，并将批改结果反馈给学员。

2. 线上复盘与答疑

培训结束 1 周后，组织一次线上复盘与答疑会议（时长：1-2 小时）。提前 3 天通知学员会议时间与链接，会议中先由培训老师梳理课程核心知识点及学员作业常见问题，再预留时间让学员提问，老师现场解答，同时鼓励学员分享作业修改后的应用进展。

3. AI 落地大赛

1) 大赛筹备：培训结束后启动大赛报名，学员以个人或团队（不超过 3 人）形式报名，报名截止时间为培训结束后 1 周。明确大赛主题为“AI+工作业务场景实际应用”，设置一、二、

三等奖及优秀奖。

2) 成果提交与评比：学员需在培训结束 3 周内提交 AI 应用成果（如应用报告、成果演示视频等）。组建评审小组（由企业领导、培训老师、AI 领域专家组成），从应用创新性、业务贴合度、实际效果等方面进行打分，评选出获奖名单并公示。

3) 颁奖与成果分享：公示结束后，组织线上或线下颁奖仪式，为获奖学员颁发荣誉证书及奖品。同时，邀请获奖学员分享 AI 应用成果与经验，促进学员间交流学习，推动 AI 在企业内部进一步落地。

三、保障措施

安排专人负责线上平台运营、会议组织、大赛统筹等工作，及时解决实施过程中出现的问题，确保方案顺利推进。

说明：本方案为初步方案，通常情况下，会在培训前，与企业做进一步沟通，根据企业具体情况，调整成最符合企业实际情况的个性化方案。