

● Бесплатный стартовый гайд

Claude с нуля: практический гайд для новичка

Знакомимся с умным помощником Claude — без технических сложностей, шаг за шагом.



Александр Боровков

Team Lead · ex-CTO · 10+ лет в разработке

Привет! Меня зовут Александр Боровков. Я каждый день работаю с искусственным интеллектом и знаю, как он экономит время и силы в самых обычных делах — независимо от того, связаны вы с IT или нет.

Claude — это ИИ-помощник от компании Anthropic. Проще говоря, это умный собеседник, которому можно писать обычными словами, как другу в мессенджере, и он помогает: пишет и правит тексты, объясняет сложное простыми словами, пересказывает длинные документы, подсказывает идеи. Ему не нужны команды на «непонятном языке» — достаточно спросить по-человечески. А если вы разработчик — всё то же самое работает и с кодом: Claude умеет его читать, объяснять и править.

Этот гайд — самый первый шаг. Мы вместе зарегистрируемся и сделаем первые простые полезные вещи, чтобы вы своими глазами увидели, чем Claude может быть полезен именно вам. Идём спокойно, за руку, без спешки.

СОДЕРЖАНИЕ

- | | |
|--|---|
| 01 Что такое Claude и чем он полезен | 02 Как начать: регистрация за пару минут |
| 03 Знакомство с интерфейсом и настройки | 04 Первый диалог: как правильно спросить |
| 05 Что дальше | |

01



Что такое Claude и чем он полезен

Claude — это ваш личный помощник, который живёт в браузере, в приложении на компьютере и в телефоне. Вы пишете ему обычным текстом на русском, а он отвечает — живо и по-человечески, а не как машинный переводчик.

Самое приятное: не нужно ничему специально учиться. Если вы умеете переписываться в мессенджере — вы уже умеете пользоваться Claude. Он держит нить разговора, поэтому можно спокойно уточнять и дополнять, не повторяя всё заново.

- 1** Пишет и правит тексты: письма, сообщения, посты, объявления — сделает короче, понятнее, вежливее, исправит ошибки
- 2** Пересказывает длинное: вставьте большой текст и попросите выжимку главного или список ключевых мыслей
- 3** Работает с файлами: прикрепите документ (например, PDF или Word) и попросите объяснить, найти нужное или обобщить
- 4** Разбирает картинки: приложите фото или скриншот и спросите, что на нём или что означает схема
- 5** Умеет искать свежее в интернете, переводит, объясняет сложные темы «как для новичка» и помогает придумывать идеи



Совет. Не думайте, «правильно ли я спрашиваю». Пишите как есть, своими словами — Claude поймёт и при необходимости сам переспросит.



Как начать: регистрация за пару минут

Начать можно бесплатно, и устанавливать ничего не нужно — Claude работает прямо в браузере. Всё, что нужно, — создать аккаунт на официальном сайте. Это займёт пару минут.

Один аккаунт работает везде: зарегистрировались один раз — заходите с компьютера или телефона под теми же данными.

- 1 Откройте в браузере сайт claude.ai
- 2 Нажмите кнопку регистрации (обычно «Sign up» — «Зарегистрироваться»)
- 3 Выберите удобный способ: через аккаунт Google или через свою электронную почту
- 4 Далее просто следуйте подсказкам на экране — Claude сам проведёт вас по шагам входа
- 5 Если попросят подтвердить почту — введите код или перейдите по ссылке из письма, и всё, вы внутри



Совет. Кнопки и порядок шагов на сайте иногда слегка меняются. Если что-то выглядит не совсем как в описании — не пугайтесь, ориентируйтесь на смысл: «войти», «зарегистрироваться», «продолжить».



Как получить доступ из России. Прямой доступ к Claude из России сейчас ограничен, но это решается за 10–15 минут. Понадобится VPN с локацией страны, где сервис доступен (например, Европа или США) — включайте его и при регистрации, и при каждом входе. Если при регистрации просят подтвердить номер телефона и ваш не подходит — выручают сервисы аренды виртуальных зарубежных номеров. Для старта хватит бесплатного тарифа; платную подписку оплачивают картой зарубежного банка или через сервисы-посредники. Подробная пошаговая инструкция с актуальными способами — в статье на Хабре: «Как оплатить Claude Pro из России» (habr.com). Детали со временем меняются — свежие рабочие связки я разбираю на вебинаре.



Совет. Добавьте `claude.ai` в закладки, чтобы помощник всегда был в один клик. А когда освоитесь — при желании поставьте официальные приложения для компьютера и телефона: ищите «Claude» от издателя Anthropic на сайте Claude, в App Store или Google Play.

03



Знакомство с интерфейсом и настройки

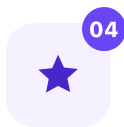
Интерфейс устроен просто: внизу — поле, куда вы пишете сообщение; в центре — сама переписка; сбоку обычно список ваших прошлых разговоров, чтобы вернуться к любому из них.

Про язык одно важное уточнение. Подписи кнопок и меню могут быть на английском — но это совсем не мешает: писать Claude можно спокойно по-русски, и он будет отвечать по-русски, живым языком. То есть даже если кнопки на английском, само общение идёт на родном. В настройках стоит заглянуть — язык интерфейса со временем добавляют, так что, возможно, часть подписей уже будет на русском.

- 1 Найдите поле для ввода внизу экрана — сюда вы пишете
- 2 Напишите сообщение по-русски и отправьте
- 3 Ответ появится прямо в переписке; можно тут же написать следующее сообщение и продолжить
- 4 Чтобы начать разговор на новую тему, откройте новый чат (обычно кнопка вроде «New chat»)



Про деньги коротко. Есть бесплатный доступ — новичку его вполне хватит, чтобы всё попробовать. У бесплатного доступа есть ограничение по объёму: если много общаться подряд, лимит на время закончится и обновится через некоторое время. Есть и платные подписки для тех, кому нужно больше — актуальные условия и цены смотрите на официальном сайте Claude, они со временем меняются.



Первый диалог: как спросить, чтобы получить хороший ответ

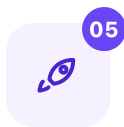
Никаких секретных формул не нужно. Но есть пара простых привычек, которые сразу делают ответы точнее и полезнее. Запомните три вещи — и всё будет получаться.

Главное правило: общайтесь с Claude как с толковым помощником, которому вы объясняете задачу. Чем понятнее вы скажете, что хотите, тем лучше он попадёт в цель.

- 1 Скажите, что вам нужно, своими словами — прямо и по делу. Например: «Помоги написать вежливое письмо, чтобы перенести встречу»
- 2 Добавьте немного контекста: для кого это, какой тон, насколько коротко. Например: «Пиши дружелюбно и коротко, это для коллеги»
- 3 Не бойтесь уточнять после ответа: «сделай короче», «попроще», «добавь про сроки». Claude помнит разговор и поправит без повторения всего заново



Совет. Если ответ получился не таким, как хотелось — это нормально и легко исправить. Просто напишите, что поменять. Диалог для того и нужен.



Что дальше

Вот и всё для старта: у вас есть аккаунт, установлен Claude, и вы уже умеете вести с ним диалог и решать простые задачи. Пользуйтесь каждый день по мелочам — так ценность почувствуется быстрее всего.

Всё, что мы прошли, — это только вершина. Дальше Claude может не просто отвечать в чате, а выполнять ваши задачи целиком — как агент: собирать информацию, готовить отчёты и документы, следить за процессами и отчитываться о результате. Как настроить таких агентов под свою работу, я подробно разбираю на отдельном вебинаре — там уже начинается самое интересное.



Совет. Пока просто заведите привычку обращаться к Claude по любым мелким вопросам. Чем чаще пробуете — тем очевиднее становится, где он реально экономит вам время.



Примеры первых задач

Скопируйте любой запрос, вставьте в Claude и посмотрите, что получится. Дальше просто уточняйте, если захочется поправить.

ПРИМЕР 1 Написать письмо

Помоги написать вежливое короткое письмо коллеге с просьбой перенести нашу встречу с понедельника на среду. Тон дружелюбный.

ПРИМЕР 2 Объяснить простыми словами

Объясни простыми словами, как для новичка, что такое "облачное хранилище" и зачем оно обычному человеку. Без сложных терминов.

ПРИМЕР 3 Составить план

Помоги составить простой план на выходные: хочу отдохнуть, немного погулять и разобрать дела по дому. Разложи по шагам на субботу и воскресенье.

ПРИМЕР 4 Пересказать длинный текст

Вот длинный текст (вставлю ниже). Сделай короткую выжимку главного в виде 5 пунктов, простым языком.

ПРИМЕР 5 · ДЛЯ РАЗРАБОТЧИКОВ Разобраться в чужом коде

Вот фрагмент кода (вставлю ниже). Объясни простыми словами, что он делает, укажи возможные проблемы и предложи, как его улучшить. Если для ответа не хватает контекста – скажи, что ещё показать.

👁 СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ

Готовы выжимать из Claude часы свободного времени?

Вы сделали самый важный шаг — начали. Пользуйтесь Claude в обычных делах, и он быстро станет привычным помощником. А когда захотите большего — следующий шаг уже готов.

Вебинар «AI-агенты для рабочих задач»: живой эфир о том, как настроить агентов, которые возьмут на себя вашу рабочую рутину — в любой профессии. Группа всего 15 человек, для читателей гайда действует спеццена. Дата ближайшего эфира и бронь места — на странице:

[Забронировать место →](#)

Страница брони: <https://alexborovkov.ru/start>