

FÖR FÖRSTELÄRARE

40 chattpromptar

# Promptar för förstelärare.

*Färdiga promptar att utgå från i  
planering, undervisning och  
reflektion.*

*Rätt verktyg vid rätt tillfälle.  
En del av RÄTT-modellen på choosewise.education.*

VOL.

41

# Ordlista

Några begrepp som återkommer i den här guiden. Känner du redan till dem, hoppa vidare till ramverket på nästa sida.

## AI — Artificiell Intelligens

Ett sätt att försöka få maskiner att efterlikna hjärnans funktioner, det vill säga att kunna "tänka" och lära ungefär så som människor gör. Vi förstår inte hur hjärnan fungerar, men de delar vi förstår kan vi försöka härma.

## Prompt

En instruktion till chattbotten för att få ett önskat svar eller en önskad uppgift utförd.

## Iterera

När du fått ett svar från en chattbot justerar och förtydligar du vilka delar av svaret som du inte är nöjd med — du förfinar svaret så det blir bättre och bättre tills du är nöjd. Ju bättre prompt du har från början, desto färre iterationer behövs.

## Chattbot

En chattbot har tränats på att hitta mönster i de texter som den tränats på. Dessa mönster använder den för att skapa text som svar på din prompt. Texten du får som svar genereras i realtid.

## GPT

Själva modellen (Generative Pre-trained Transformer) som en chattbot använder sig av. Samma GPT kan användas av olika chattbotar — till exempel använder både Copilot och ChatGPT OpenAIs GPT.

## Generativ AI

AI som skapar (genererar) text, bilder, video eller ljud i realtid när den tillfrågas om att göra det.

## Bias

Svar som AI ger är snedvridna eller partiska, vilket beror på den data som AI tränats på och vilka bias som finns i den datan. För en chattbot är det svårt att synliggöra dessa bias, men för en AI som genererar bilder är det lättare.

## Hallucination

Texten du får som svar av en chattbot baseras på mönster i data som den tränats på, men det finns även en slumpmässighet i vilka ord som genereras — det innebär att ord kan skapa en innebörd som inte är sann.

## Ett ramverk för att skriva egna promptyper

**Roll:** Agera som en erfaren lärare i fysik.

**Uppgift:** Skapa en lektionsplanering som introducerar elever i år 8 till området optik.

**Kontext:** Jag jobbar på en högstadieskola i Sverige, har 25 elever i klassen och lektionen är 60 minuter lång.

**Format:** Koppla ihop innehåll och aktiviteter med läroplanen i fysik och ge mig en planering som i detalj beskriver lektionens olika delar och material som behövs.

**Ton:** Använd en formell men vänlig ton.

## Exempel på chattbottar

AI kan även skapa bilder och göra annat, men här fokuserar vi på chattfunktionerna.

**ChatGPT** — Open AIs chattbot

**Gemini** — Googles chattbot

**NotebookLM** — Googles verktyg som bland annat kan skapa podd med två röster

**Copilot** — Microsofts chattbot

**Claude** — En chattbot från Anthropic

**Perplexity** — Från San Francisco, använde tidigt länkar till källor

**Duck AI** — DuckDuckGo's chattbot, olika GPT:er att välja

**Mistral AI** — En chattbot från Frankrike

De flesta chattbottar har åldersgränser.

## Hur du använder promptarna

Alla promptar är framtagna som exempel för att komma igång. Ändra dem gärna så att de passar ditt sammanhang.

När du använt en chattbot ett tag lär du dig vilken typ av promptar som fungerar bättre respektive sämre. Testa samma prompt två gånger — först som den står, sedan med tillägget "Agera som en erfaren expertlärare i [ämne]" — för att se om svaret förbättras. Får du bra svar är prompten bra. Får du inte bra svar behöver du ändra prompten eller ge mer kontext. Vissa chattbotar är bättre än andra på vissa typer av svar, så om du inte är nöjd med svaren du får trots olika justeringar — testa en annan chattbot.

### Hakparenteser och integritet

Du skriver in texten från prompten i chattbottens promptfönster. När det finns hakparenteser *[så här]* byter du ut texten mot det som passar för ditt sammanhang.

**Dubbelkolla alltid svaren** — det är inte säkert att det chattbotten skriver är sant.

**OBS!** Tänk efter om du laddar upp texter eller dokument. Ladda inte upp personuppgifter eller känslig information. Tänk på GDPR.

## förstelärare

- 01 Skapa en 60-minuters workshop för lärare på en *[grundskola]* om *[specifikt tema, t.ex. formativ bedömning]*, med tre praktiska aktiviteter kopplade till Lgr 22.
- 02 Skriv en kort guide för att introducera lärare på en *[gymnasieskola]* till *[specifikt verktyg, t.ex. digitala responssystem]*, med tre steg och ett klassrumsexempel.
- 03 Föreslå tre sätt att leda ett kollegialt samtal för lärare på en *[grundskola]* om *[specifikt ämne, t.ex. inkludering]*, med en diskussionsfråga för varje.
- 04 Skapa en lista med fem korta tips för lärare på en *[grundskola]* för att förbättra *[specifik färdighet, t.ex. lektionsplanering]*, baserat på din expertis.
- 05 Ge mig ett exempel på en rutin för att handleda en ny lärare på en *[grundskola]* i *[specifikt område, t.ex. klassrumsledning]*, med tre steg och en uppföljning.
- 06 Föreslå tre sätt att integrera *[specifikt tema, t.ex. hållbar utveckling]* i undervisningen för lärare på en *[grundskola]*, med ett ämnesövergripande exempel för varje.
- 07 Skriv en kort mall för en 20-minuters mikrolektion för lärare på en *[grundskola]* om *[specifikt ämne, t.ex. differentiering]*, med tre nyckelsteg.
- 08 Ge mig fem idéer för att använda *[specifik metod, t.ex. lesson study]* för att stärka kollegialt lärande på en *[grundskola]*, med en aktivitet för varje.
- 09 Skapa en lista med tre korta reflektionsfrågor för lärare på en *[grundskola]* efter en workshop om *[specifikt ämne, t.ex. elevengagemang]*, för att fånga deras tankar.
- 10 Föreslå tre sätt att samarbeta med rektor på en *[grundskola]* för att sprida *[specifik metod, t.ex. flipped classroom]*, med en strategi för varje.

- 11 Ge mig ett exempel på en enkel plan för att stötta lärare på en *[gymnasieskola]* i att analysera *[specifik data, t.ex. provresultat]*, med tre steg.
- 12 Ge mig fem strategier för att inspirera lärarkollegor på en *[grundskola]* att använda *[specifik metod, t.ex. kooperativt lärande]*, med en enkel idé för varje.
- 13 Skriv en lista med fem resurser (t.ex. böcker, webbplatser) för lärare på en *[grundskola]* som fördjupar *[specifikt ämne, t.ex. språkutvecklande arbetssätt]*.
- 14 Föreslå tre sätt att hantera motstånd från lärarkollegor på en *[grundskola]* mot *[specifik förändring, t.ex. ny teknik]*, med en positiv metod för varje.
- 15 Skapa en mall för en *[terminsplan]* för kollegialt lärande på en *[grundskola]* om *[specifikt tema, t.ex. bedömning]*, med tre fokusområden och tidsramar.
- 16 Ge mig fem idéer för att visa lärare på en *[grundskola]* hur man använder *[specifikt verktyg, t.ex. interaktiva tavlor]* i *[ämne]*, med ett exempel för varje.
- 17 Föreslå tre sätt att introducera lärare på en *[grundskola]* till *[specifik metod, t.ex. scaffolding]*, med en lektionsidé för varje.
- 18 Skriv en kort guide för att stötta en lärare på en *[grundskola]* i att anpassa undervisningen för *[specifikt behov, t.ex. högpresterande elever]*, med tre steg.
- 19 Ge mig ett exempel på en rutin för att leda en studiecirkel för lärare på en *[högstadieskola]* om *[specifikt ämne, t.ex. läsförmåga]*, med tre mötestillfällen.
- 20 Skapa en lista med tre korta sätt att fira lärarkollegors framsteg på en *[grundskola]* efter en utvecklingsinsats om *[specifikt ämne, t.ex. digital kompetens]*, med ett exempel för varje.
- 21 Skapa en 45-minuters fortbildning för lärare på en *[grundskola]* om *[specifikt ämne, t.ex. elevledda samtal]*, med tre praktiska övningar kopplade till Lgr 22.

- 22 Ge mig fem sätt att uppmuntra lärare på en [grundskola] att pröva [specifik metod, t.ex. utomhuspedagogik], med en enkel aktivitet för varje.
- 23 Skriv en kort handledning för lärare på en [grundskola] om hur man använder [specifik strategi, t.ex. återkoppling] i [ämne], med tre steg och ett exempel.
- 24 Föreslå tre sätt att facilitera ett reflektionsmöte för lärare på en [grundskola] om [specifikt tema, t.ex. arbetsbelastning], med en fråga för varje.
- 25 Skapa en lista med fem konkreta tips för lärare på en [gymnasieskola] för att stärka [specifik aspekt, t.ex. elevmotivation], baserat på din pedagogiska expertis.
- 26 Ge mig ett exempel på en rutin för att coacha en lärare på en [grundskola] i [specifikt område, t.ex. lektionsstruktur], med tre steg och en uppföljning.
- 27 Föreslå tre sätt att koppla [specifikt ämne, t.ex. entreprenöriellt lärande] till vardagsundervisningen för lärare på en [högstadieskola], med ett exempel för varje.
- 28 Skriv en kort mall för en 15-minuters presentation för lärare på en [grundskola] om [specifikt ämne, t.ex. källkritik], med tre nyckelpunkter.
- 29 Ge mig fem idéer för att använda [specifik metod, t.ex. peer observation] för att förbättra undervisningen på en [grundskola], med en aktivitet för varje.
- 30 Skapa en lista med tre korta diskussionsfrågor för lärare på en [grundskola] efter en lektionsdemo om [specifikt ämne, t.ex. grupparbete], för att främja reflektion.
- 31 Föreslå tre sätt att samarbeta med [speciallärare] på en [grundskola] för att sprida [specifik metod, t.ex. anpassningar], med en strategi för varje.
- 32 Ge mig ett exempel på en enkel plan för att introducera lärare på en [grundskola] till [specifik teknik, t.ex. AI-verktyg], med tre steg och ett användningsfall.

33 Skriv en lista med fem artiklar eller resurser för lärare på en [grundskola] som fördjupar [specifikt ämne, t.ex. studiero], med en kort beskrivning.

34 Föreslå tre sätt att övervinna lärares osäkerhet kring [specifik förändring, t.ex. nya läromedel], med en positiv metod för varje.

35 Skapa en mall för en terminsplan för kollegialt lärande på en [grundskola] om [specifikt tema, t.ex. elevinflytande], med tre fokusområden och tidsramar.

36 Ge mig fem idéer för att visa lärare på en K-12-skola hur man integrerar [specifikt verktyg, t.ex. QR-koder] i [ämne], med ett exempel för varje.

37 Föreslå tre sätt att handleda lärare på en [grundskola] i att använda [specifik metod, t.ex. scaffolding], med en lektionsidé för varje.

38 Skriv en kort guide för att stötta en lärare på en [grundskola] i att hantera [specifik utmaning, t.ex. stökiga klasser], med tre steg och en strategi.

39 Ge mig ett exempel på en rutin för att leda ett kollegialt projekt på en [grundskola] om [specifikt ämne, t.ex. språkutveckling], med tre milstolpar.

40 Skapa en lista med tre korta sätt att uppmuntra lärare på en [grundskola] att dela sina egna bästa metoder om [specifikt ämne, t.ex. bedömning], med ett exempel för varje.

FORTSÄTT PÅ WEBBEN

# Rätt verktyg vid rätt tillfälle.

Den här samlingen är en del av ett bibliotek med AI-promptar för alla yrkesroller i skolan — fritt att använda, anpassa och dela vidare.

## Fler promptpaket

Hitta promptar för rektorer, ämneslärare, skolledare, stödpersonal med flera på [choosewise.education/sv/promptar](https://choosewise.education/sv/promptar)

## RÄTT-modellen

Fyra frågor som gör beslutet om AI-verktyg i klassrummet strukturerat — [choosewise.education/sv/ratt](https://choosewise.education/sv/ratt)

## Följ Johan Lindström på LinkedIn

För nya promptar, guider och reflektioner om AI i skolan — sök på *Johan Lindström*