

## Stand-up

- Ett vanligt förfarande inom yrket för att sammanstråla på morgonen och se till att alla är redo för dagen.
- Ett sätt att aktivera hjärnan innan föreläsning och skapa ett mer aktivt lärande

### Förslag på hur ni lägger upp det

0. Tänk själv igenom gårdagen och samla ihop frågor.
1. Dela upp er i grupper och diskutera gårdagen, finns det frågor, förslag eller önskemål? Kan ni reda ut dessa själva?
2. Samlas allihopa och summera frågor, förslag och önskemål
3. Tacka för deltagandet och besluta om morgondagens mötesledare / scrum master

## Eget avslut

1. Att reflektera över din studiedag är ett utmärkt sätt att förbättra din inlärning och studieteknik.
2. Ger insikter om dina studiemönster, så du kan identifiera områden för förbättring och anpassa din studiestrategi för bättre resultat över tid.
3. Det hjälper också till att befästa kunskapen och gör det lättare att planera kommande studiesessioner.

## Exempel på frågor

1. Vad lärde jag mig idag som var nytt eller särskilt intressant?
2. Vilka resurser eller hjälpmedel var särskilt användbara idag?
3. Vilka frågor eller oklarheter har uppstått som jag behöver få svar på?
4. Vilka delar av materialet förstod jag bra, och vilka delar behöver jag ägna mer tid åt?
5. Hur effektiv var min studieteknik idag? Vad fungerade bra och vad kan förbättras?
6. Uppnådde jag de studiemål jag satte upp för dagen? Om inte, varför?
7. Vilka distraktioner stötte jag på och hur hanterade jag dem?
8. När kände jag mig mest fokuserad och produktiv under dagen?
9. Vad är mitt nästa steg för att bygga vidare på dagens lärande?
10. Hur känner jag mig efter dagens studier? (Motiverad, överväldigad, nyfiken, etc.)

11. Hur balanserade jag studier med pauser och återhämtning?
12. Finns det något jag behöver förbereda inför morgondagens studier?
13. Om jag kunde göra om dagen, vad skulle jag göra annorlunda?

## Utskick av formulär

Vissa dagar kommer jag att skicka ut ett formulär till er att fylla i vid slutet av dagen. Detta för att "ta pulsen" på kursen, dels för att få koll på hur vi ligger till och anpassa vidare föreläsningar, förbättra kursen till ev. kommande år. Men också för att hjälpa er att faktiskt reflektera lite över dagen och på så sätt förbättra era studier. Dessa formulär kan innehålla bland annat:

- Vissa av dessa frågor
- Mätning på hur vi ligger till (hänger alla med)
- Undersökningar kring hur föreläsningen/handledningen gick

## Använda AI

AI är en snabbt växande teknik som nu blivit så pass bra att det finns en mängd oväntade användningsområden, ett exempel är studier. Många verkar tro att man inte får, eller bör, använda AI i sina studier, oj så fel detta är!

AI kan ge oss så ofantligt mycket hjälp när vi vill lära oss något nytt, det är minst lika bra som att ha en egen privat lärare vid din sida, hela dagen! Knepet ligger bara i att använda den korrekt, något som den ironiskt sätt också kan hjälpa dig med (se exemplet nedan). Jag vill betona tre sätt du kan, **och bör**, använda dig av AI i denna kurs (och alla dina studier).

1. Be den förklara koncept du inte förstår.
2. Ställ verifierande frågor för att se att du förstått korrekt.
3. Be den generera nya uppgifter baserat på vad du behöver träna på.

Sen gäller det att **ställa bra frågor**, eller prompts, som det också kallas, vi kan alltså forma vår AI att bete sig precis som vi vill. Detta gör vi genom att vara specifika med dels VAD vi vill veta, men också genom att specificera FORMATET som vi vill ha informationen. Du kan även bidra med kontext, kunskapsnivå, längd på svar, exempel eller ej osv. T.ex:

*"Jag kan nästan ingenting om nätverk, kan du förklara hur vad TLS är? Du kan svara med en sammanfattning (200 ord), sen för och nackdelar i punktformat."*

Ett annat sätt du kan få med kontext och format är att först berätta för AI hur du vill ha dina svar, t.ex:

*"Jag håller på att studera webbutveckling och skulle vilja att du är min lärare. När jag frågar om ett koncept vill jag först ha en kort förklaring, sen om jag vill veta mer ber jag om det. När lämpligt vill jag att du använder punktformat och/eller ritar upp flöden med mermaid.js."*

## Exempel:

Min fråga:

**@Claude-3.5-Sonnet** ” Kan jag få lite tips på hur jag kan använda AI för att studera och lära mig ett ämne?”

Svar:

Absolut! AI kan vara ett kraftfullt verktyg för att förbättra dina studier och inläring. Här är några tips på hur du kan använda AI för att studera och lära dig ett ämne:

Kom ihåg att AI är ett verktyg för att stödja din inläring, inte ersätta den. Använd det kritiskt och i kombination med andra studiemetoder för bästa resultat. Var också medveten om att AI kan göra misstag, så dubbelkolla alltid viktig information från pålitliga källor.

### 1. Sammanfattningar och förklaringar:

Be AI:n sammanfatta komplexa texter eller förklara svåra koncept på ett enklare sätt.

### 2. Frågor och svar:

Ställ specifika frågor om ämnet och få detaljerade svar. Detta kan hjälpa dig att fylla kunskapsluckor.

### 3. Skapa studieplan:

Be AI:n hjälpa dig att skapa en strukturerad studieplan baserad på dina mål och tillgängliga tid.

### 4. Generera övningsfrågor:

Låt AI:n skapa quiz eller övningsfrågor för att testa din kunskap.

### 5. Minnestekniker:

Be om förslag på minnestekniker eller minnesregler för att lättare komma ihåg viktig information.

### 6. Konceptkartor:

Be AI:n beskriva hur du kan skapa en konceptkarta över ämnet för att visualisera samband.

### 7. Analogier och exempel:

Be om relevanta analogier eller verkliga exempel för att bättre förstå abstrakta koncept.

### 8. Språkinläring:

Använd AI för översättningar, uttalshjälp och för att generera conversationsövningar.

### 9. Forskningsassistent:

Be AI:n hjälpa dig hitta relevanta källor eller sammanfatta forskningsartiklar.

### 10. Studieteknik:

Be om råd om effektiva studietekniker baserat på den senaste forskningen inom inläring.

### 11. Repetitionsschema:

Låt AI:n hjälpa dig skapa ett optimalt repetitionsschema baserat på principen om spaced repetition.

### 12. Brainstorming:

Använd AI för att generera idéer eller perspektiv du kanske inte tänkt på själv.

### 13. Simulerade diskussioner:

Engagera dig i en simulerad diskussion med AI:n om ämnet för att fördjupa din förståelse.

#### **14. Anpassad inläring:**

Be AI:n föreslå inlärningsmetoder baserat på din inlärningsstil och preferenser.

I det här exemplet ser vi att jag inte gett den något kontext eller format. Då kan jag följa upp med prompts för att förbättra formatet, t.ex: *"Kan du korta ner till 5 punkter?"*