

Cuaderno de trabajo ChatGPT para la vida cotidiana

17 ejercicios prácticos para aprender haciendo

Para personas que empiezan a usar ChatGPT y quieren practicar con casos preparados.

Ruta principal: ejercicios 1 a 11, aproximadamente 5 horas.

Ampliación y deberes: ejercicios 12 a 17, aproximadamente 3 horas.

Material preparado para impartir una formación práctica. Los casos, nombres, datos y documentos auxiliares son ficticios salvo que se indique lo contrario.

Cómo usar este cuaderno

Cada ejercicio empieza con un caso completo. Sigue los pasos, copia el prompt y revisa la respuesta antes de pasar al siguiente punto. Las adaptaciones personales son opcionales; puedes completar todo el recorrido con los materiales preparados.

Los prompts aparecen con tipografía monoespaciada. Copia el bloque completo y cambia solo lo que el ejercicio te pida. Si una función no aparece en tu cuenta, usa la alternativa de copiar y pegar o trabaja con el texto incluido en la ficha.

El tiempo es orientativo. La formadora puede detenerse para explicar una función, agrupar al alumnado por parejas o dejar un ejercicio como tarea.

Aviso sobre funciones: la memoria, la carga de archivos, la búsqueda, la voz, la generación de imágenes y ChatGPT Work pueden variar según la cuenta, el plan, la región o la plataforma.

Horario recomendado

Tramo	Ejercicios	Tiempo	Uso
Ruta principal	Ejercicios 1 a 11	305 min	Aproximadamente 5 h 05 min
Ampliación	Ejercicios 12 a 17	175 min	Aproximadamente 2 h 55 min
Total	Ejercicios 1 a 17	480 min	Aproximadamente 8 h

Orden sugerido para una sesión de cinco horas: ejercicios 1 a 4 antes de una pausa; ejercicios 5 a 8 después; ejercicios 9 a 11 como cierre. Los ejercicios 12 a 17 funcionan como reserva, deberes o segunda sesión.

Contenido

Ejercicio 1 Instalar ChatGPT y conseguir que te conozca — 35 a 40 minutos

Ejercicio 2 Mejorar un mensaje confuso — 20 minutos

Ejercicio 3 Añadir contexto límites y formato — 25 minutos

Ejercicio 4 Entender una carta o un aviso complicado — 25 minutos

Ejercicio 5 Organizar una tarea de principio a fin — 30 minutos

Ejercicio 6 Comparar opciones antes de decidir — 25 minutos

Ejercicio 7 Ensayar una conversación difícil por escrito — 25 minutos

Ejercicio 8 Ordenar notas desorganizadas — 25 minutos

Ejercicio 9 Pedir ayuda para definir una tarea — 20 minutos

Ejercicio 10 Buscar información actual y comprobar la fuente — 25 minutos

Ejercicio 11 Organizar un viaje mediante preguntas — 45 a 50 minutos

Ejercicio 12 Crear una invitación con texto e imagen — 30 minutos

Ejercicio 13 Analizar una fotografía de un ticket de compra — 25 minutos

Ejercicio 14 Proteger datos antes de compartir una carta — 20 minutos

Ejercicio 15 Crear una hoja de cálculo de gastos con ChatGPT Work — 35 minutos

Ejercicio 16 Redactar una reclamación formal — 25 minutos

Ejercicio 17 Transformar una fotografía — 30 a 50 minutos

Ejercicio 1 Instalar ChatGPT y conseguir que te conozca

Tiempo orientativo 35 a 40 minutos

Finalidad Aprender a instalar o abrir ChatGPT, iniciar sesión y decidir qué preferencias estables y no sensibles merece la pena conservar.

Material necesario Teléfono u ordenador con conexión. La aplicación oficial de ChatGPT o el acceso web. No necesitas aportar datos personales sensibles.

Caso

Una persona empieza desde cero. Quiere que ChatGPT entienda cómo prefiere recibir explicaciones y qué tareas cotidianas le pueden servir, sin compartir información sensible.

Pasos

1. Instala la aplicación oficial y comprueba que el editor sea OpenAI. Si no puedes instalarla, abre chatgpt.com en el navegador.
2. Crea una cuenta o inicia sesión. Si compartes el dispositivo, cierra la sesión al terminar.
3. Abre Personalización y Memoria si aparecen. Lee qué se puede guardar y recuerda que las opciones pueden variar según el plan, la región o la plataforma.
4. Copia el prompt y responde solo con la información que quieras compartir. Puedes usar respuestas de ejemplo.
5. Cuando ChatGPT haga el resumen, corrige lo que no sea exacto, elimina lo que no quieras conservar y guarda solo preferencias estables y no sensibles.
6. Si no hay Memoria, usa instrucciones personalizadas o conserva estas preferencias en el mismo chat.

Prompt para copiar y pegar

Quiero que me conozcas para ayudarme mejor en tareas cotidianas. Hazme una sola pregunta cada vez y espera mi respuesta antes de continuar. Pregunta por mi nombre preferido, las tareas que hago a menudo, qué me cuesta al usar tecnología, cómo prefiero que me expliques las cosas, mis intereses y otras preferencias útiles. No preguntes por contraseñas, DNI, dirección exacta, datos bancarios, salud, creencias, orientación sexual ni otra información sensible. Si una respuesta parece demasiado personal, avísame y ofrece una alternativa. Al final, resume solo las preferencias estables y no sensibles que te haya dado y pregúntame cuáles quiero corregir, borrar o conservar.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Respuestas de ejemplo: me pueden llamar Carmen; suelo organizar citas, compras y mensajes; tengo nivel digital básico; prefiero pasos numerados y palabras sencillas; me interesa cocinar y hacer excursiones; no quiero guardar información personal adicional.

Qué debes revisar

- La aplicación o web procede de OpenAI.
- ChatGPT hace una pregunta y espera antes de hacer otra.
- El resumen no incluye datos sensibles ni información que no hayas dado.
- Puedes corregir o borrar preferencias antes de conservarlas.

Ampliación

Pide dos estilos de explicación para la misma tarea: una versión en cinco pasos y otra en lenguaje todavía más sencillo. Decide cuál te ayuda más.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 2 Mejorar un mensaje confuso

Tiempo orientativo 20 minutos

Finalidad Aprender a pedir una reescritura sin cambiar el significado.

Material necesario El texto de partida incluido en esta ficha.

Caso

Tienes que avisar de que mañana no puedes ir. Quieres que el mensaje sea claro, educado y cercano.

Pasos

1. Copia el mensaje original en un chat nuevo.
2. Pide una versión clara y comprueba que mantiene toda la información.
3. Compara la versión original y la mejorada.
4. Pide una variante más breve y otra algo más cálida.
5. Elige la que enviarías y explica por qué.

Prompt para copiar y pegar

Mejora este mensaje para que sea claro, educado y cercano. Mantén toda la información, usa frases sencillas y no añadas datos que no aparecen. Después crea una variante más breve y otra algo más cálida.

Mensaje original: Hola, al final mañana no puedo ir porque tengo una cosa. Podemos dejarlo para otro día, dime cuándo puedes.

Respuestas o datos que debes proporcionar

No tienes que añadir ningún dato. La información disponible es que mañana no puedes ir, no explicas el motivo, quieres cambiarlo a otro día y pides que te digan cuándo pueden.

Qué debes revisar

- No aparece un motivo inventado.
- Se mantiene mañana y la propuesta de otro día.
- El tono cambia sin exagerar.
- Las tres versiones se entienden al leerlas una vez.

Ampliación

Pide una versión para WhatsApp de máximo 120 caracteres y comprueba si sigue siendo educada.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 3 Añadir contexto límites y formato

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Comprobar cómo cambia una respuesta cuando se explican el contexto, los límites y el formato esperado.

Material necesario Material auxiliar Ejercicio_03_Caso_contexto.txt.

Caso

Vas a preparar una mochila para una excursión de un día en primavera. Compararás una petición mínima con otra más completa.

Pasos

1. Pide una lista con la petición mínima.
2. Copia el prompt completo y vuelve a pedir la lista.
3. Compara qué decisiones se vuelven más concretas.
4. Anota qué parte del segundo prompt aporta contexto, qué parte pone límites y qué parte define el formato.
5. Pide una corrección concreta, por ejemplo reducir la lista a lo imprescindible.

Prompt para copiar y pegar

Petición mínima: Dame una lista para una excursión.

Petición completa: Voy a hacer una excursión de un día en primavera con una persona adulta y una niña de 10 años. Iremos en tren, caminaremos cuatro horas y comeremos de picnic. Tenemos una mochila de 20 litros y queremos evitar llevar objetos innecesarios. Crea una lista por categorías, marca lo imprescindible y no inventes datos sobre el tiempo. Si falta información, indícalo.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Usa exactamente el caso preparado. No hace falta añadir una ciudad, una fecha ni una previsión meteorológica.

Qué debes revisar

- La respuesta completa separa lo imprescindible de lo opcional.
- No afirma cómo será el tiempo.
- La mochila de 20 litros y la caminata aparecen como límites.
- El formato por categorías se cumple.

Ampliación

Pide que convierta la lista en una checklist con casillas y una columna para marcar quién lleva cada cosa.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 4 Entender una carta o un aviso complicado

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Pasar de un texto administrativo a acciones, fechas y documentos comprensibles, manteniendo las dudas visibles.

Material necesario Ejercicio_04_Aviso_administrativo.docx.

Caso

Una asociación ficticia recibe un aviso administrativo sobre una justificación. El aviso incluye un plazo y documentos concretos.

Pasos

1. Abre el DOCX y súbelo si tu cuenta permite adjuntar archivos. Si no puedes, copia el texto incluido al final de este ejercicio.
2. Pide una explicación sencilla y una lista de acciones.
3. Pide después una lista separada de fechas y documentos.
4. Repite la salida en forma de tabla.
5. Marca cualquier punto que deba confirmarse con la entidad que envió el aviso.

Prompt para copiar y pegar

Lee el aviso adjunto y explícalo con palabras sencillas. Indica qué acciones debe realizar la asociación, qué fecha o plazo aparece y qué documentos se piden. Separa los datos que están escritos de las dudas que habría que confirmar. No inventes requisitos ni interpretes el aviso más allá de su contenido. Después entrega la información en una lista y, en una segunda respuesta, en una tabla con las columnas Acción, Fecha, Documento y Duda por confirmar.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Archivo preparado: Ejercicio_04_Aviso_administrativo.docx. Si no puedes subirlo, copia el texto alternativo que aparece en el índice de materiales o pide a la formadora que lo proyecte.

Qué debes revisar

- La fecha límite coincide con el aviso.
- La documentación se separa de las acciones.
- Las dudas no se rellenan con suposiciones.
- La tabla conserva toda la información relevante.

Ampliación

Pide una versión para una persona que nunca ha hecho este trámite, con un ejemplo de orden de trabajo sin inventar nuevos documentos.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 5 Organizar una tarea de principio a fin

Tiempo orientativo 30 minutos

Finalidad Usar ChatGPT para dividir una tarea, ordenar decisiones y convertir un plan en acciones concretas.

Material necesario Ejercicio_05_Caso_comida_familiar.txt.

Caso

Hay que preparar una comida familiar para ocho personas, con un presupuesto máximo de 80 EUR, una persona vegetariana y dos horas de preparación.

Pasos

1. Copia el caso completo.
2. Pide un plan por pasos, un menú, una lista de compra y un orden de preparación.
3. Comprueba que la opción vegetariana está integrada y que el presupuesto se puede revisar.
4. Cambia una condición: baja el presupuesto a 60 EUR o reduce el tiempo a 90 minutos.
5. Pide que adapte solo lo necesario y que señale cualquier cálculo aproximado.

Prompt para copiar y pegar

Organiza esta tarea de principio a fin: preparar una comida familiar para 8 personas, con un presupuesto máximo de 80 EUR, una persona vegetariana y 2 horas de preparación. Propón un menú sencillo, una lista de compra agrupada por categorías, un plan de trabajo con orden y tiempos, y una comprobación del presupuesto. Si haces una estimación, indícala como aproximada. No inventes precios locales exactos ni ingredientes difíciles de encontrar.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Caso fijo: 8 personas, 80 EUR, una persona vegetariana y 2 horas. Para la corrección, cambia solo una variable: 60 EUR o 90 minutos.

Qué debes revisar

- La comida vegetariana puede servirse sin preparar un menú totalmente aparte.
- El orden de preparación cabe en dos horas.
- La lista de compra está agrupada.
- Los precios aparecen como estimaciones, no como datos comprobados.

Ampliación

Pide una versión para dejar parte de la preparación hecha el día anterior y señala qué alimentos no conviene adelantar.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 6 Comparar opciones antes de decidir

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Comparar varias opciones con criterios explícitos y observar cómo una prioridad cambia la recomendación.

Material necesario Ejercicio_06_Tarifas_moviles.csv.

Caso

Tres tarifas móviles son totalmente ficticias. Se comparan para tres perfiles: poco internet, muchos vídeos y mala cobertura.

Pasos

1. Abre o copia la tabla de tarifas.
2. Pide una tabla comparativa con precio, datos, compromiso, ventajas e inconvenientes.
3. Pide una recomendación para cada perfil y exige que la razón aparezca escrita.
4. Cambia una prioridad: para la persona que ve vídeos, da más importancia a no tener permanencia que a los datos.
5. Compara la recomendación inicial y la nueva.

Prompt para copiar y pegar

Compara estas tres tarifas móviles ficticias para tres perfiles: 1) usa poco internet y quiere pagar poco; 2) ve vídeos a menudo; 3) vive en una zona con mala cobertura. Crea una tabla con precio, datos, llamadas, coste al agotar datos, cobertura y compromiso. Después indica ventajas, inconvenientes y una recomendación razonada para cada perfil. Usa solo los datos proporcionados y señala qué dato sería necesario comprobar antes de contratar.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Archivo preparado: Ejercicio_06_Tarifas_moviles.csv. Prioridad para la segunda ronda: la persona que ve vídeos valora más no tener permanencia que disponer de muchos GB.

Qué debes revisar

- No se presenta ninguna tarifa como real.
- La cobertura se trata como criterio separado.
- La recomendación cambia cuando cambia la prioridad.
- Se identifica la necesidad de comprobar cobertura real antes de contratar.

Ampliación

Pide una puntuación de 1 a 5 por criterio y revisa si la puntuación hace visible algún supuesto.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 7 Ensayar una conversación difícil por escrito

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Practicar una conversación escrita con turnos y recibir feedback sin enviar mensajes reales.

Material necesario Ejercicio_07_Casos_conversaciones.txt.

Caso

Elige uno de tres casos: reclamar un cobro incorrecto, cambiar una cita o devolver un producto. El ejercicio se hace por escrito en el aula.

Pasos

1. Elige un caso y copia solo los datos preparados.
2. Pide a ChatGPT que represente a la otra persona, intervenga una vez y espere tu respuesta.
3. Responde con tus palabras. No hace falta ser perfecto.
4. Continúa dos o tres turnos.
5. Pide feedback sobre claridad, tono y petición concreta.
6. No uses la voz durante el aula. La práctica de voz queda como ampliación para casa.

Prompt para copiar y pegar

Representa por escrito a la otra persona en este caso: [pega aquí el caso]. Intervén una sola vez y espera mi respuesta. Mantén un tono realista y educado. No resuelvas toda la situación en tu primer mensaje. Después de tres turnos, detén la conversación y dame feedback claro sobre mi tono, si expliqué los hechos y si pedí una solución concreta. Sugiere una mejora breve sin cambiar los hechos.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Casos disponibles en el archivo auxiliar. Elige A, B o C y no añadas datos que no aparezcan.

Qué debes revisar

- ChatGPT respeta los turnos.
- La respuesta no decide por ti ni inventa una política de la empresa.
- El feedback distingue hechos, tono y solución.
- La propuesta final conserva los datos del caso.

Ampliación

En casa, repite el mismo caso con voz si tu cuenta lo permite y anota qué cambia al hablar en lugar de escribir.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 8 Ordenar notas desorganizadas

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Convertir notas mezcladas en categorías y prioridades, detectando lo que falta sin rellenarlo.

Material necesario Ejercicio_08_Notas_desordenadas.txt.

Caso

Un conjunto de notas combina citas, compras, llamadas, fechas y recordatorios. El segundo conjunto sirve para ampliar.

Pasos

1. Copia el conjunto A completo.
2. Pide que lo ordene por categorías.
3. Pide que señale qué datos faltan.
4. Solicita una lista priorizada para la semana sin inventar fechas no escritas.
5. Repite con el conjunto B y compara qué ocurre cuando una tasa no tiene importe.

Prompt para copiar y pegar

Ordena estas notas sin inventar datos. Primero clasificalas en Citas, Compras, Llamadas, Fechas y Recordatorios. Después señala la información que falta. Por último crea una lista priorizada para la semana: urgente, con fecha, pendiente de confirmar. Conserva las fechas y horas tal como aparecen y marca con claridad cualquier elemento que no pueda colocarse todavía.

[pega aquí el conjunto de notas]

Respuestas o datos que debes proporcionar

Archivo con conjunto A y conjunto B: Ejercicio_08_Notas_desordenadas.txt. La hora de la comida del sábado falta a propósito.

Qué debes revisar

- La hora que falta queda como pendiente.
- La tasa sin importe no recibe un valor inventado.
- Las citas conservan fecha y hora.
- La prioridad se explica con una razón.

Ampliación

Pide un plan semanal de lunes a domingo y comprueba que las notas sin fecha no aparecen en un día concreto.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 9 Pedir ayuda para definir una tarea

Tiempo orientativo 20 minutos

Finalidad Aprender a describir una necesidad cuando todavía no sabes qué pedirle a ChatGPT.

Material necesario Ejercicio_09_Caso_facturas.txt.

Caso

Una persona acumula facturas y quiere gestionarlas, pero no sabe qué tareas puede hacer ChatGPT ni qué archivo tendría que aportar.

Pasos

1. Describe el problema con el caso preparado.
2. Pide que ChatGPT haga preguntas de una en una.
3. Responde con datos de ejemplo, no con facturas reales.
4. Pide después tres formas concretas de ayuda, el material necesario y el resultado que recibirías.
5. Elige una tarea y conviértela en un prompt final.

Prompt para copiar y pegar

Tengo este problema: acumulo facturas de luz, internet, seguro y compras, y quiero gestionarlas, pero no sé qué puede hacer ChatGPT ni qué tendría que pedirle. Hazme preguntas de una en una para entender la necesidad. Cuando tengas suficiente información, propón formas concretas de ayudar, indica qué información o archivos necesitarias y qué resultado entregarías. No me pidas datos sensibles. Si un archivo puede contener datos personales, explica cómo puedo ocultarlos antes de compartirlo.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Respuestas de ejemplo: quiero saber qué facturas tengo, separar gastos por categoría y detectar fechas de pago; solo usaré documentos ficticios; prefiero una tabla y una lista de acciones.

Qué debes revisar

- Las preguntas llegan de una en una.
- ChatGPT convierte una necesidad general en tareas concretas.
- Distingue el archivo necesario del resultado esperado.
- Incluye una advertencia sobre datos personales.

Ampliación

Usa la variante de correos y recordatorios del material y define una segunda tarea con el mismo método.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 10 Buscar información actual y comprobar la fuente

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Aprender a pedir información vigente y verificarla en la fuente oficial antes de usarla.

Material necesario Ejercicio_10_Guia_verificacion_DNI.txt y acceso a navegador.

Caso

Quieres averiguar la documentación y la tasa vigentes para renovar el DNI en España. Los requisitos y las tasas pueden cambiar.

Pasos

1. Pide una búsqueda actual y exige fuentes oficiales.
2. Anota la fecha de consulta y abre la página oficial que aparezca.
3. Comprueba dos datos directamente en la fuente.
4. Si la respuesta y la fuente no coinciden, pide a ChatGPT que corrija la respuesta y explique el cambio.
5. Guarda el enlace oficial y la fecha de consulta junto con tus notas.

Prompt para copiar y pegar

Busca información vigente para renovar el DNI en España. Usa fuentes oficiales, indica la fecha de consulta y enlaza las páginas utilizadas. Separa documentación, procedimiento y tasa. No respondas con datos antiguos ni completes información que no aparezca en la fuente. Después de responder, dime exactamente qué dos datos debo comprobar yo en la página oficial y qué harías si la página y tu respuesta no coinciden.

Respuestas o datos que debes proporcionar

No copies ninguna tasa ni requisito de memoria. Sigue el procedimiento de búsqueda y verificación. Si la función de búsqueda no está disponible, usa el navegador para consultar una fuente oficial y pega el enlace en el chat.

Qué debes revisar

- La fuente es oficial y se puede abrir.
- La fecha de consulta aparece.
- La respuesta distingue datos comprobados de dudas.
- Una diferencia entre fuentes provoca una corrección, no una defensa de la primera respuesta.

Ampliación

Repite el método con otro trámite público que conozcas y anota qué parte de la respuesta necesita actualización periódica.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 11 Organizar un viaje mediante preguntas

Tiempo orientativo 45 a 50 minutos

Finalidad Practicar una entrevista ordenada para convertir una idea de viaje en un plan revisable.

Material necesario Ejercicio_11_Datos_viaje_Sevilla.txt.

Caso

Quieres viajar a Sevilla del 10 al 13 de octubre de 2026. Las respuestas preparadas permiten que todas las personas practiquen el mismo caso.

Pasos

1. Empieza con la petición sencilla y deja que ChatGPT haga una pregunta cada vez.
2. Responde usando las 11 respuestas del material, en orden.
3. Pide un plan completo con transporte, alojamiento, itinerario diario, restaurantes, presupuesto y reservas por comprobar.
4. Exige fuentes y fechas para los datos actuales.
5. Introduce un cambio: el presupuesto baja a 500 EUR o el viaje se hace en coche.
6. Pide que adapte todo el plan y que marque qué partes deben volver a comprobarse.

Prompt para copiar y pegar

Quiero viajar a Sevilla. Hazme, una a una, todas las preguntas necesarias para organizar el viaje completo. Pregunta por fechas, personas, presupuesto, lugar de salida, transporte, alojamiento, comidas, intereses, ritmo y necesidades especiales. Espera mi respuesta entre preguntas. Cuando tengas la información, prepara un plan con transporte, alojamiento, itinerario diario, restaurantes, presupuesto y reservas por comprobar. Para datos actuales, incluye fuentes y fecha de consulta. No presentes como reservado lo que solo sea una propuesta.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Responde con el archivo Ejercicio_11_Datos_viaje_Sevilla.txt. En la segunda ronda cambia una sola condición: presupuesto máximo 500 EUR o transporte principal en coche.

Qué debes revisar

- Las preguntas llegan una a una.
- El presupuesto separa estimaciones de precios que deben comprobarse.
- El itinerario incluye pausas y el ritmo indicado.
- El cambio modifica las partes relacionadas sin borrar preferencias que siguen vigentes.

Ampliación

Pide dos versiones: una de bajo coste y otra con más tiempo libre, manteniendo las mismas fechas.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 12 Crear una invitación con texto e imagen

Tiempo orientativo 30 minutos

Finalidad Crear un texto breve para WhatsApp y probar una imagen generada con datos que deben revisarse.

Material necesario Ejercicio_12_Ficha_evento.txt.

Caso

La actividad ficticia es un taller gratuito de cocina de aprovechamiento el sábado 7 de noviembre de 2026, de 11:00 a 13:00, en el Centro Vecinal La Encina.

Pasos

1. Copia la ficha del evento y pide un texto para WhatsApp.
2. Comprueba nombre, fecha, hora, lugar, público, plazas y forma de inscripción.
3. Pide una imagen cuadrada con un estilo claro y los datos imprescindibles.
4. Revisa el texto dentro de la imagen letra por letra.
5. Pide una corrección concreta si hay un error, sin cambiar los demás datos.

Prompt para copiar y pegar

Crea un mensaje breve para WhatsApp con estos datos: Taller de cocina de aprovechamiento; sábado 7 de noviembre de 2026; de 11:00 a 13:00; Centro Vecinal La Encina, Plaza del Olmo 4; personas adultas principiantes; actividad gratuita; 16 plazas; inscripción enviando nombre y teléfono al 600 123 456. Usa un tono cercano y no añadas datos. Después propón una imagen cuadrada para acompañar el mensaje y enumera el texto exacto que debería aparecer dentro de la imagen.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Ficha completa: Ejercicio_12_Ficha_evento.txt. Si la imagen contiene texto incorrecto, pide: Corrige solo el texto de la fecha y mantén iguales el nombre, el lugar, la hora y el teléfono.

Qué debes revisar

- El texto de la imagen coincide con la ficha.
- La imagen no añade logos ni datos inventados.
- La inscripción se entiende.
- Se comprueba la imagen, no se da por buena por haber sido generada.

Ampliación

Crea una versión sin texto dentro de la imagen y compara cuál se adapta mejor a un mensaje de WhatsApp.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 13 Analizar una fotografía de un ticket de compra

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Extraer datos de una imagen, agrupar gastos y comprobar cálculos frente al documento original.

Material necesario Ejercicio_13_Ticket_compra.png.

Caso

El ticket ficticio contiene siete líneas de compra y un total de 19.09 EUR.

MERCADO LA PLAZA
Ticket de compra - Ejemplo de aula

PRODUCTO	CANTIDAD	IMPORTE
Pan integral	1 x 2,40	2,40 EUR
Leche de avena	2 x 1,85	3,70 EUR
Tomate	1,2 kg x 2,20	2,64 EUR
Huevos	1 x 3,10	3,10 EUR
Arroz	1 x 1,60	1,60 EUR
Manzanas	1,5 kg x 2,30	3,45 EUR
Yogur natural	4 x 0,55	2,20 EUR
TOTAL		19,09 EUR

Fecha: 14/03/2026
Pago: tarjeta
Documento ficticio para practicar lectura de imágenes

Ticket ficticio de compra para el ejercicio 13

Pasos

1. Abre el PNG y súbelo o muéstralo a ChatGPT.
2. Pide la extracción de producto, cantidad, precio unitario e importe.
3. Pide agrupación por categorías y una tabla de gastos.
4. Compara cada línea con el ticket, incluido el total.
5. Si hay un error de lectura, indica la línea y pide que corrija solo ese dato.

Prompt para copiar y pegar

Analiza la imagen del ticket. Extrae cada producto, cantidad, precio unitario e importe. Agrupa los productos por categorías razonables y crea una tabla con Producto, Cantidad, Precio unitario e Importe. Calcula el total a partir de las líneas y compáralo con el total impreso. Si algo no se lee con seguridad, márcalo como duda y no lo inventes.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Material obligatorio: Ejercicio_13_Ticket_compra.png. Clave de comprobación: el total correcto del ticket es 19.09 EUR.

Qué debes revisar

- Las cantidades con kg y unidades se conservan.
- El total calculado coincide con 19.09 EUR.
- Las categorías no alteran los importes.
- Los datos dudosos quedan marcados.

Ampliación

Pide una tabla con el porcentaje que representa cada categoría sobre el total y comprueba un porcentaje con calculadora.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 14 Proteger datos antes de compartir una carta

Tiempo orientativo 20 minutos

Finalidad Detectar datos personales y sustituirlos por marcadores antes de pedir una explicación.

Material necesario Ejercicio_14_Carta_bancaria_ficticia.docx.

Caso

La carta es totalmente ficticia y contiene nombre, DNI, dirección, teléfono y número de cuenta de ejemplo.

Pasos

1. Abre la carta y localiza cada dato que identifica a una persona o cuenta.
2. Sustituye los datos por [NOMBRE], [DNI], [DIRECCIÓN], [TELÉFONO] y [NÚMERO DE CUENTA].
3. Comparte solo la versión protegida.
4. Pide una explicación sencilla de la carta y una lista de acciones.
5. Comprueba que la explicación no vuelve a crear datos que has ocultado.

Prompt para copiar y pegar

He ocultado los datos personales de esta carta usando [NOMBRE], [DNI], [DIRECCIÓN], [TELÉFONO] y [NÚMERO DE CUENTA].
Explicala con palabras sencillas, indica qué movimiento o asunto trata, qué acción propone y qué duda debería confirmar la persona.
No intentes reconstruir los datos ocultos ni inventes información sobre la entidad.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Material obligatorio: Ejercicio_14_Carta_bancaria_ficticia.docx. Los datos son ficticios, pero practica como si fueran reales y reemplázalos antes de compartir.

Qué debes revisar

- La versión compartida usa los cinco marcadores.
- No aparece el número original de cuenta.
- La explicación se limita al contenido de la carta.
- Las acciones propuestas se distinguen de las dudas.

Ampliación

Pide una lista de comprobación para revisar cualquier documento antes de subirlo a una herramienta de IA.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 15 Crear una hoja de cálculo de gastos con ChatGPT Work

Tiempo orientativo 35 minutos

Finalidad Usar una lista estructurada para clasificar gastos, calcular totales y crear un gráfico sencillo.

Material necesario Ejercicio_15_Datos_gastos.csv.

Caso

El CSV contiene ingresos y gastos ficticios de marzo de 2026.

Pasos

1. Sube el CSV si tu cuenta muestra ChatGPT Work o la función de análisis de archivos.
2. Pide una hoja de cálculo con categorías, totales de ingresos, gastos y saldo.
3. Pide un gráfico sencillo por categoría.
4. Comprueba dos cálculos con una calculadora o sumando las líneas.
5. Solicita separar gastos fijos y variables y revisa que la clasificación sea visible.
6. Si no puedes subir el archivo, copia y pega el contenido del CSV.

Prompt para copiar y pegar

Usa el archivo CSV de gastos ficticios para crear una hoja de cálculo clara. Clasifica las operaciones, calcula el total de ingresos, el total de gastos y el saldo del mes. Prepara un gráfico sencillo de gastos por categoría. Después separa los gastos fijos de los variables y muestra qué criterio has usado. No inventes movimientos ni modifiques los importes. Si no puedes crear un archivo, entrega una tabla lista para copiar y pegar en una hoja de cálculo.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Material obligatorio: Ejercicio_15_Datos_gastos.csv. Clave de comprobación: ingresos 1,475.00 EUR; gastos 910.55 EUR; saldo 564.45 EUR.

Qué debes revisar

- Los ingresos no se suman a los gastos.
- Los totales coinciden con la clave.
- El gráfico usa categorías, no filas individuales sin agrupar.
- La alternativa de copiar y pegar mantiene las columnas.

Ampliación

Pide una previsión para el mes siguiente usando solo una regla escrita por ti y comprueba qué supuestos añade.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 16 Redactar una reclamación formal

Tiempo orientativo 25 minutos

Finalidad Ordenar hechos, pedir una solución y adaptar una reclamación a un límite de caracteres.

Material necesario Ejercicio_16_Caso_doble_cobro.txt.

Caso

Una clienta ficticia ha recibido dos cobros de 29.90 EUR por un pedido. Quiere reclamar el segundo cobro.

Pasos

1. Copia el caso completo.
2. Pide una reclamación clara, educada y firme.
3. Comprueba que los hechos aparecen en orden y que la solución solicitada es concreta.
4. Pide una segunda versión de máximo 500 caracteres.
5. Cuenta los caracteres y comprueba que no se han inventado leyes ni datos bancarios.

Prompt para copiar y pegar

Redacta una reclamación formal usando solo estos hechos: cliente Ana López; comercio Tienda Nube Ficticia; pedido NF-2048; compra el 08/03/2026; importe correcto 29.90 EUR; cobros de 29.90 EUR el 08/03/2026 y el 09/03/2026. Explica el doble cobro y solicita la devolución del segundo importe por el mismo medio de pago. Usa un tono claro, educado y firme. No inventes leyes, plazos ni datos bancarios. Después crea una versión de máximo 500 caracteres para un formulario web.

Respuestas o datos que debes proporcionar

Material: Ejercicio_16_Caso_doble_cobro.txt. La petición concreta es devolver el segundo cobro de 29.90 EUR.

Qué debes revisar

- Las fechas y el número de pedido coinciden.
- La solución solicitada es concreta.
- La versión corta no supera 500 caracteres.
- No aparecen leyes ni datos que no estén en el caso.

Ampliación

Pide tres asuntos de correo posibles y elige el más informativo.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Ejercicio 17 Transformar una fotografía

Tiempo orientativo 30 a 50 minutos

Finalidad Aprender a describir qué debe cambiar en una imagen y qué debe permanecer igual.

Material necesario Ejercicio_17_Retrato_practica.png.

Caso

Usa el retrato adulto ficticio y neutral. Elige una opción: óleo, acuarela o dibujo; ambiente de Halloween o Navidad; o probar otra prenda o color.



Retrato adulto ficticio para el ejercicio 17

Pasos

1. Abre el retrato de práctica o usa una foto personal solo si quieres. No uses fotos de menores sin permiso.
2. Elige una de las tres opciones y escribe qué debe cambiar.
3. Indica también qué debe permanecer igual: rostro, cuerpo, postura y encuadre, salvo que quieras cambiar alguno.
4. Genera una primera versión.
5. Pide una corrección concreta, como cambiar solo el color de la prenda o suavizar el fondo.
6. Compara la primera y la segunda versión.

Prompt para copiar y pegar

Edita el retrato adjunto. Cambia solo [elige una opción: el estilo a acuarela; el ambiente a Halloween; el color de la prenda a verde oscuro]. Mantén el rostro, la identidad ficticia, el cuerpo, la postura, el encuadre y la expresión. No añadas texto, logos ni personas nuevas. Después crea una segunda versión corrigiendo solo este detalle: [escribe una corrección concreta].

Respuestas o datos que debes proporcionar

Material obligatorio: Ejercicio_17_Retrato_practica.png. Opciones: estilo óleo, acuarela o dibujo; ambiente de Halloween o Navidad; otra prenda o color. Foto personal opcional.

Qué debes revisar

- El cambio pedido es concreto.
- Se mantienen los elementos que debían permanecer iguales.
- La segunda versión corrige un solo detalle.
- No aparecen personas, logos ni texto no solicitado.

Ampliación

Prueba una segunda opción y escribe qué instrucciones tuviste que cambiar para evitar que se transformara el rostro o la postura.

Anotación y reflexión

Escribe aquí qué has observado, qué cambiarías en el prompt o qué duda te queda.

Guía breve para la persona formadora

Empieza con el ejercicio 1 y reserva tiempo para que cada persona compruebe qué puede guardar y qué prefiere no compartir. Mantén un ritmo de demostración corto y deja que el grupo copie, pegue y revise.

Cuando haya ritmos distintos, deja que quien termina pronto haga la ampliación. Quien necesita más tiempo puede completar solo los pasos marcados como esenciales y volver al resto después.

Si alguien no puede subir archivos, proyecta el material, copia el texto en el chat o usa el contenido alternativo escrito en la ficha. En el ejercicio 15, si no aparece ChatGPT Work, usa la tabla del CSV y pide una salida lista para copiar en una hoja de cálculo.

Recuerda que las funciones pueden variar según la cuenta, el plan, la región o la plataforma. Enseña el procedimiento y la comprobación, no una ubicación fija de botones.

Para resolver incidencias básicas: comprobar la conexión, abrir el navegador como alternativa, iniciar un chat nuevo, reducir el tamaño del archivo, copiar y pegar el texto o trabajar en parejas.

Criterios de comprobación

- Los 17 ejercicios están numerados y tienen finalidad, tiempo, material, caso, pasos, prompt, datos, revisión, ampliación y espacio de anotación.
- La ruta 1 a 11 suma 305 minutos. La ampliación 12 a 17 suma 175 minutos. El recorrido completo suma 480 minutos.
- Ticket: 19.09 EUR. CSV: ingresos 1,475.00 EUR, gastos 910.55 EUR y saldo 564.45 EUR.
- En búsquedas actuales, se comprueba una fuente oficial y la fecha de consulta.
- En imágenes y documentos, se revisa el resultado frente al material original y se corrigen errores concretos.

Reglas de uso responsable

- Comprueba la información actual en una fuente fiable antes de tomar una decisión.
- No compartas contraseñas, datos bancarios, documentos personales ni información sensible si no es necesario.
- Revisa textos, fechas, nombres, cálculos y archivos antes de enviarlos.
- Pide a ChatGPT que marque dudas y corrija errores cuando encuentres una diferencia.
- Usa documentos y personas ficticias para practicar. Las adaptaciones con datos personales son opcionales.

Índice de materiales

Ejercicio_03_Caso_contexto.txt

Ejercicio_04_Aviso_administrativo.docx

Ejercicio_05_Caso_comida_familiar.txt

Ejercicio_06_Tarifas_moviles.csv

Ejercicio_07_Casos_conversaciones.txt

Ejercicio_08_Notas_desordenadas.txt

Ejercicio_09_Caso_facturas.txt

Ejercicio_10_Guia_verificacion_DNI.txt

Ejercicio_11_Datos_viaje_Sevilla.txt

Ejercicio_12_Ficha_evento.txt

Ejercicio_13_Ticket_compra.png

Ejercicio_14_Carta_bancaria_ficticia.docx

Ejercicio_14_Carta_bancaria_ficticia.txt

Ejercicio_15_Datos_gastos.csv

Ejercicio_16_Caso_doble_cobro.txt

Ejercicio_17_Retrato_practica.png

La carpeta Materiales contiene los archivos auxiliares listados arriba. El archivo INDICE_DE_MATERIALES.txt explica el uso de cada uno.