

# UNITAT

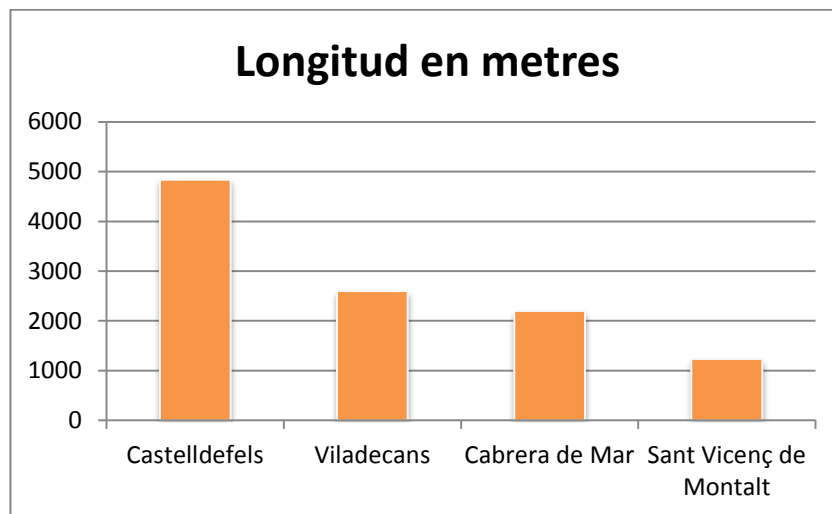
## ART AMB WORD

### Activitat Global. Pas a pas

---

Amb l'arxiu (wor10N1\_U06\_ActGlobal\_Fitxer.docx) practicar els temes que s'indiquen.

1. Inserir un WordArt que substituirà el títol del document i que mostrarà el mateix contingut: "La Platja".
2. Inserir, després del primer paràgraf, una imatge de la galeria de Ms Word relacionada amb el tema del document. La imatge tindrà les propietats següents:
  - Ajusta el text: Estret
  - Estil: Rectangle amb vores suaus
3. Després del tercer paràgraf del text, inserir la següent gràfica.

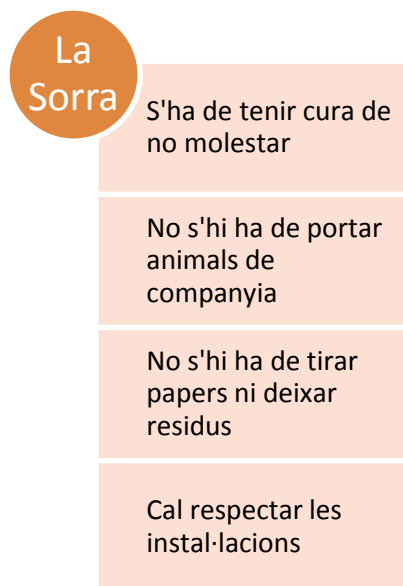


Les dades d'origen són:

Platges	Longitud
Castelldefels	4.840
Viladecans	2.600
Cabrera de Mar	2.200
Sant Vicenç de Montalt	1.237

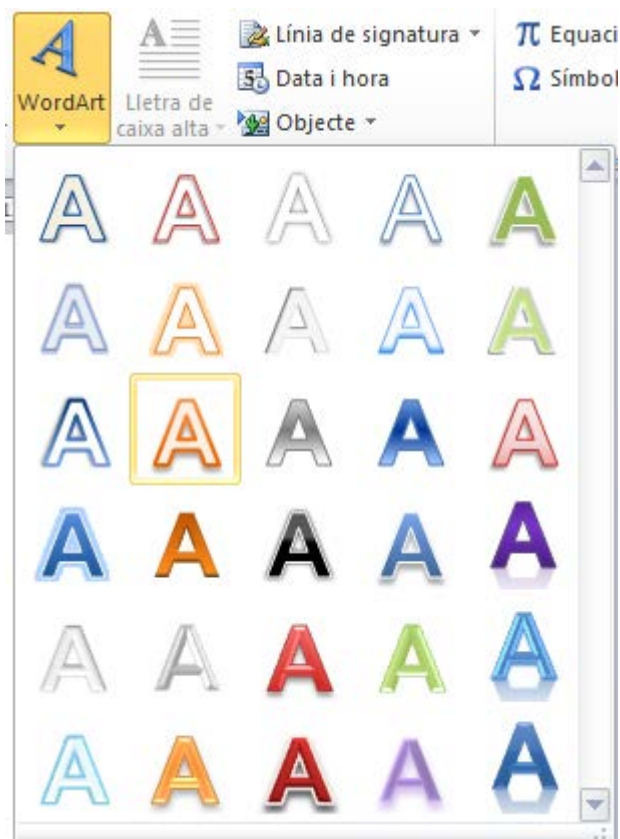
Tenir en compte les següents propietats de format que ha de tenir el gràfic creat:

- El títol del gràfic és “Longitud en metres”
  - No s’hauria de mostrar la llegenda
  - Canviar el color de les sèries a una tonalitat Taronja
4. Al final del text, inserir un diagrama com el que es mostra a continuació i aplicar-li una combinació de colors del tipus “Èmfasi 6”:

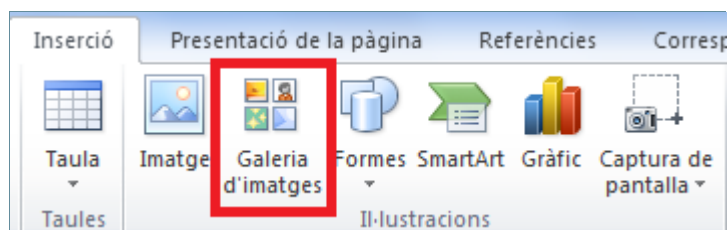


## PAS A PAS

1. Obrir el document wor10N1\_U06\_ActGlobal\_Fitxer.docx.
2. Seleccionar el títol del document.
3. Fer clic a la icona *WordArt* ubicada a la pestanya *Inserció*.
4. Dels models que es visualitzen triar-ne un qualsevol.



5. Fer clic a D'acord.
6. Observar que, automàticament, el text ha adquirit les característiques del model *WordArt* triat.
7. En cas de ser necessari, crear un salt de línia després del títol del document per tal de separar-lo del contingut del document.
8. Ubicar el cursor després del primer paràgraf, just darrera de la paraula "associades" i prémer la tecla Intro.
9. Seleccionar, de la banda de pestanyes *Inserció*, la icona *Galeria d'imatges*.



10. En el panell lateral dret de *Galeria d'imatges* i en l'apartat de *Cerca*, escriure-hi "platja" seguint la temàtica del document.

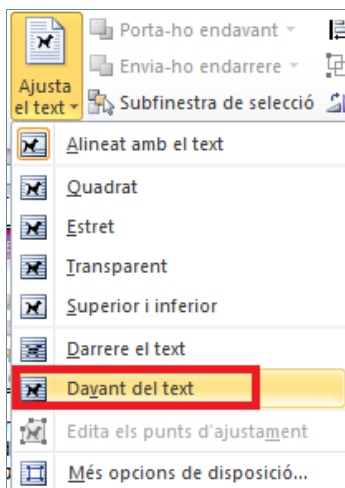
11. Fer clic a *Vés*.
12. Fer un clic sobre la imatge desitjada i observar com la imatge es col·loca en el document al lloc on teníem el cursor.

# La Platja

La moda del bany al mar va ser importada d'Anglaterra i França a mitjans del segle XIX, on era molt popular entre les classes aristòcrates, ja que els metges de l'època recuperant la tradició de les antigues civilitzacions egípcia, grega i romana hi atribuïen múltiples virtuts terapèutiques associades.



13. Tenint la imatge seleccionada, fer clic a la icona *Ajusta el text* de la pestanya *Eines d'imatge / Format*.
14. Activar l'opció *Estret*.



15. De la pestanya *Eines d'imatge / Format* en la barra d'eines *Estils d'imatge* seleccionar l'estil *Rectangle amb vores suaus*.

# La platja

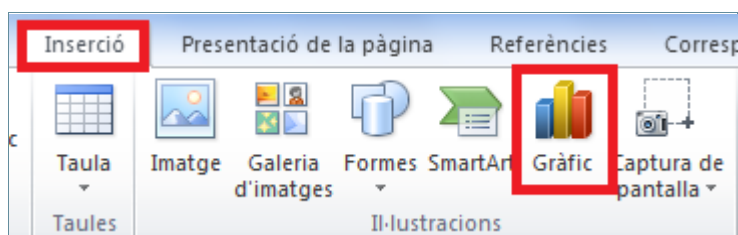
La moda del bany al mar va ser importada d'Anglaterra i França a mitjans del segle XIX, on era molt popular entre les classes aristòcrates, ja que els metges de l'època recuperant la tradició de les antigues civilitzacions egípcia, grega i romana hi atribuïen múltiples virtuts terapèutiques associades.



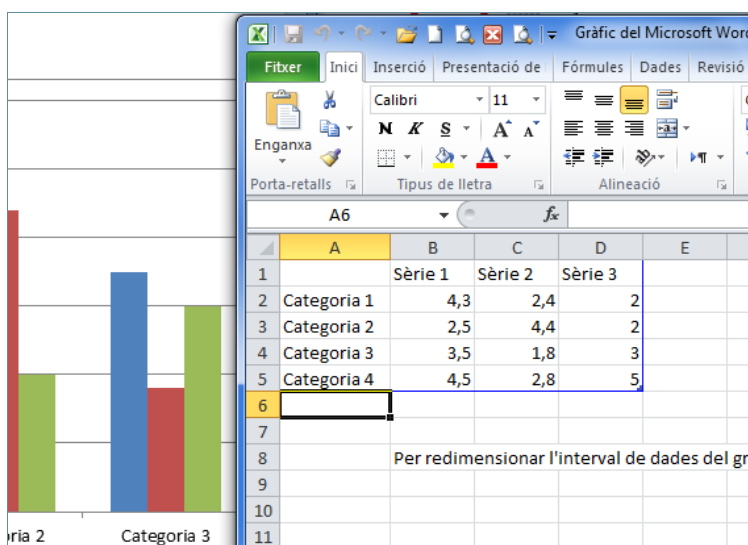
No va ser però fins a finals de la primera Guerra Mundial que aquesta pràctica es va generalitzar i no tan sols en atenció a les seves virtuts curatives, sinó també com a font de relaxació i descans.

La platja ens ofereix tres elements diferenciats, el sol, l'aigua i la sorra, dels quals és important conèixer-ne les virtuts, però també com fer-ne un bon ús per evitar riscos per a la nostra salut.

16. Ubicar el cursor al final del tercer paràgraf, darrera del text "la nostra salut" i prémer la tecla Intro.
17. Fer clic a la icona *Gràfic* de la barra d'eines *Il·lustracions*, dins la banda de pestanyes *Inserció*.



18. Dels models de gràfic que es visualitzen, triar el gràfic tipus *Columna*.
19. Fer clic a *D'acord*.

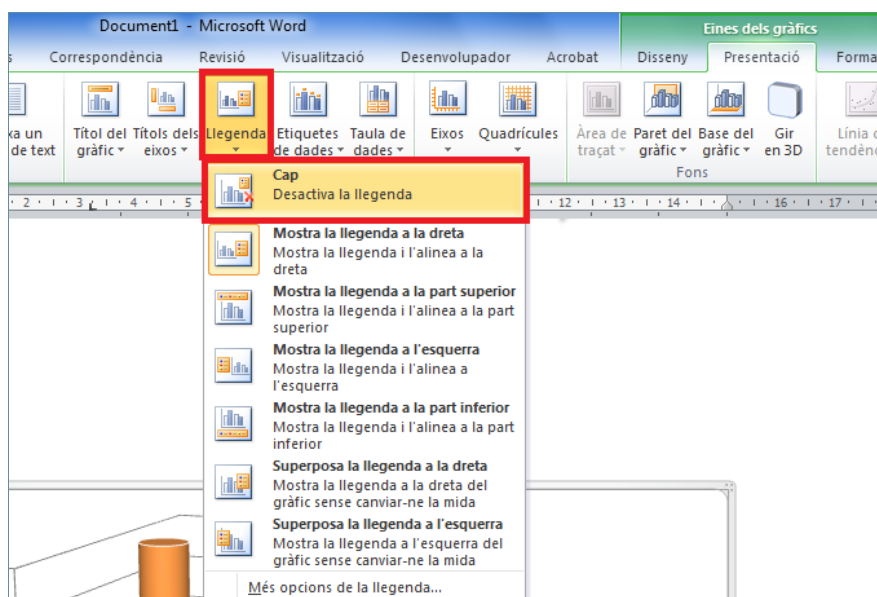


20. L'entorn de treball es divideix en dues parts: una conté el gràfic predeterminat i l'altre conté les dades de mostra que hem de modificar per poder adaptar el gràfic a les dades que es demanen.

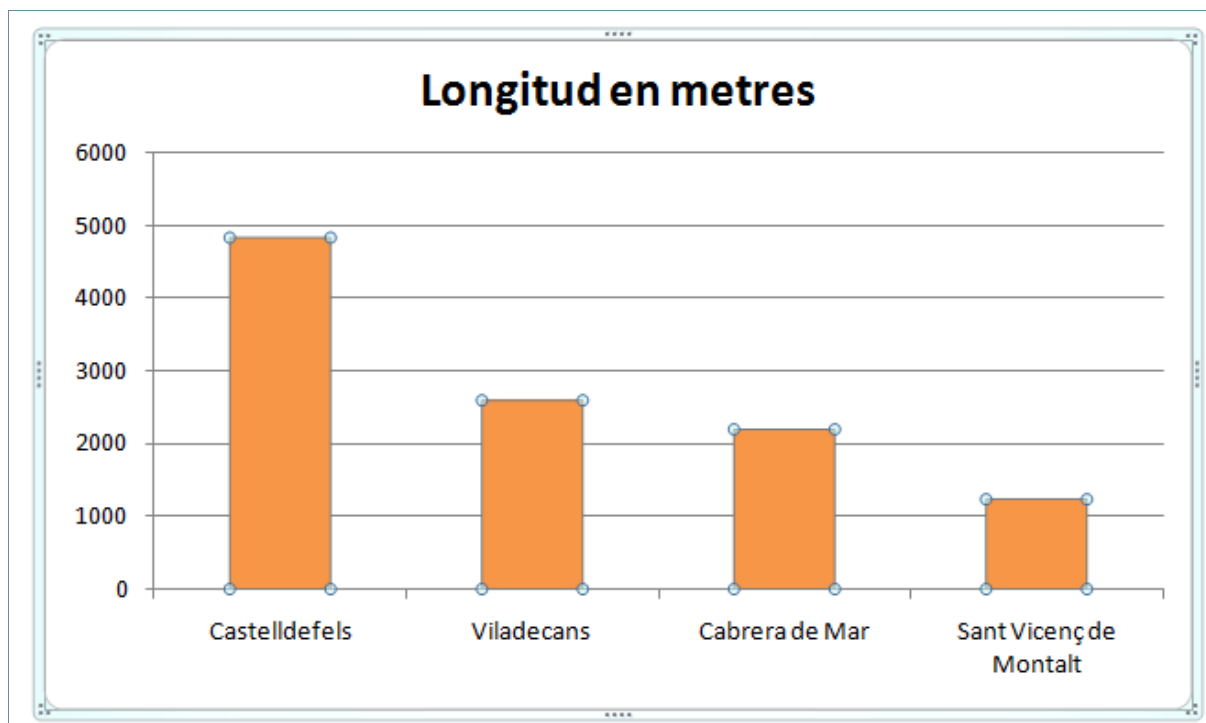
21. Fer clic a la cel·la A1 i escriure "Platges".
22. Fer clic a la cel·la B1 i escriure-hi "Longitud".
23. Fer clic a la cel·la A2 i escriure-hi "Castelldefels".
24. Fer clic a la cel·la B2 i escriure-hi "4840".
25. Fer clic a la cel·la A3 i escriure-hi "Viladecans".
26. Fer clic a la cel·la B3 i escriure-hi "2600".
27. Fer clic a la cel·la A4 i escriure-hi "Cabrera de Mar".
28. Fer clic a la cel·la B4 i escriure-hi "2200".
29. Fer clic a la cel·la A5 i escriure-hi "Sant Vicenç de Montalt".
30. Prémer la tecla Intro.
31. Modificar el rang a representar en el gràfic movent la delimitació de representació. Per fer-ho, ubicar el cursor del ratolí en l'escaire inferior dret de la cel·la i quan aquest adopti forma de doble fletxa, fer-hi clic i arrossegar cap a l'esquerra.

	A	B	C	D
1	Platges	Longitud	Serie 2	Serie 3
2	Castelldefels	4840	2,4	2
3	Viladecans	2600	4,4	2
4	Cabrera de M	2200	1,8	3
5	Sant Vicenç d	1237	2,8	3
6				

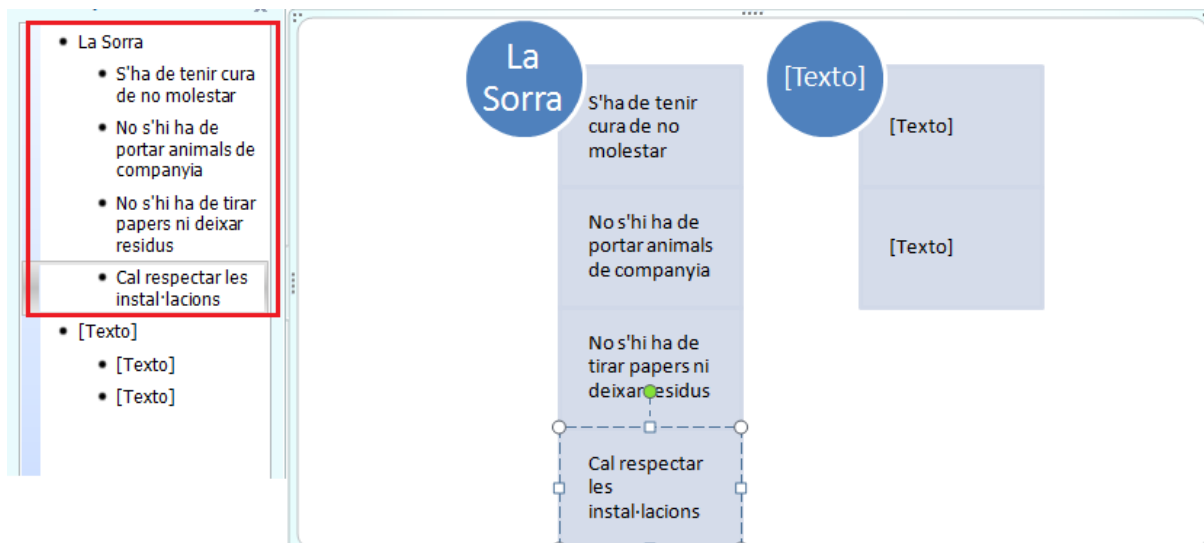
32. Tancar el full de càlcul de Ms Excel per tal de tornar completament al document de Ms Word.
33. Amb el gràfic seleccionat, fer clic a la pestanya *Presentació d'Eines dels gràfics*.
34. A la barra d'eines *Etiquetes*, fer clic a *Títol del gràfic* i seleccionar *Per sobre del gràfic*.
35. Fer un clic a la zona del títol i escriure-hi el text "Longitud en metres".
36. Fer clic amb el ratolí a sobre de l'àrea de gràfic per tal de sortir de l'edició de títol del gràfic.
37. Fer clic a la icona *Llegenda* de la barra d'eines *Etiquetes*, dins la banda de pestanyes *Eines dels gràfics / Presentació*.
38. Seleccionar l'opció *Cap*.



39. Fer un clic sobre una sèrie del gràfic (una columna) i observar com totes elles queden seleccionades.
40. Fer clic sobre la icona *Emplenament de forma* de la barra d'eines *Estils de forma* de la pestanya *Format* i triar un color dels que es mostren a la paleta de colors, per exemple una tonalitat taronja.



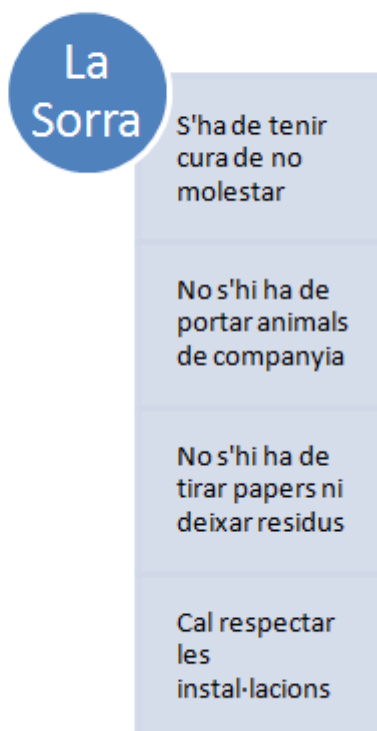
41. Prémer la combinació de tecles *Control + Fi* per tal d'ubicar-se al final del document.
42. Fer clic a la icona *SmartArt* de la barra d'eines *Il·lustracions*, dins la banda de pestanyes *Inserció*.
43. De l'apartat de l'esquerra, triar *Llista*.
44. Dels models que presenta a la dreta, fer clic a *Llista apilada*.
45. Fer clic a *D'acord*.
46. Escriure a través de la vista esquema de la banda esquerra del diagrama el text que es proposa tenint en compte els dos nivells de text.



**47.** Eliminar el segon grup de llista que es visualitza a la vista esquema.

**48.** Per sortir de l'edició de diagrama fer clic en qualsevol lloc de la pàgina fora del diagrama.

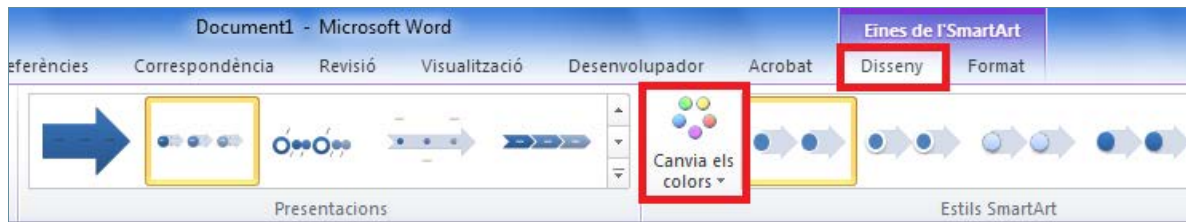
Font: Web de la Diputació de Barcelona



**49.** Per canviar el color del diagrama i assignar-li una tonalitat corresponent i amb concordança amb el gràfic creat anteriorment, tornar-lo a seleccionar fent-hi un clic sobre.

**50.** Fer clic a la icona *Canvia els colors* de la pestanya *Eines de l'SmartArt / Disseny*.






51. De tots els models que es mostren, seleccionar el segon de l'apartat *Èmfasi 6*.
52. Per sortir de l'edició de diagrama fer clic en qualsevol lloc de la pàgina fora del diagrama.

## La platja

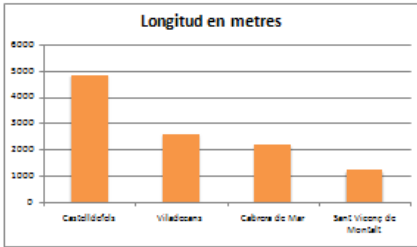
La moda del bany al mar va ser importada d'Anglaterra i França a mitjans del segle XIX, on era molt popular entre les classes mitjanes, ja que els mitges de l'època recuperen la bellesa de les antigues civilitzacions grega, romana i atribuïen múltiples virtuts terapèutiques associades.



No va ser però fins a finals de la primera Guerra Mundial que aquesta pràctica es va generalitzar i no tan sols en atenció a les seves virtuts curatives, sinó també com a font de relaxació i descans.

La platja ens ofereix dos elements diferenciats: el sol, l'aigua i la sorra, dos quals és important conèixer-ne les virtuts, però també com formen un bonic per evitar riscos per a la nostra salut.

### Longitud en metres



Lloc	Longitud (metres)
Castelldefels	4800
Viladecans	2500
Caldes de Mar	2200
Sant Vicenç de Montalt	1200

**Què podem fer per prevenir els riscos solars?**

- **No exposar al sol directe als menors de 6 mesos**  
Els més menuts per les seves característiques fisiològiques, pel més fins, capacitat de termoregulació, pel mecanisme del suor, cosa de la qual depèn més aviat, són més vulnerables als efectes directes dels raigs solars, per tant, no s'ha d'exposar sola cap conca, ja que en aquesta no es poden utilitzar els protectors solars per la immensitat de la seva superfície.
- **Evitar exposicions solars de llarga durada**  
Les radiacions tenen un efecte acumulatiu sobre l'organisme, per tant, cal controlar el temps de l'exposició.  
La durada de l'exposició solarsindrà també determinada pel tipus de pell.
- **Utilitzar crema de protecció solar**  
Per tal de poder gaudir de la platja, el millor és utilitzar protecció solar adequada abans de l'inici de l'exposició, fins i tot en dies on no hi hagi raigs UV i a posteriori igualment.

- **Evitar les hores de màxima radiació de 12 a 16**  
Ja que la posició vertical dels raigs solars augmenta la capacitat de penetració de les radiacions ultravioleta a l'organisme, per tant, la seva capacitat de produir dany.
- **No fer exercici intens**  
L'exercici intens comporta la producció de líquids per sudoració i més si es produeix sota condicions de màxima radiació solar, per aquest motiu la realització d'exercici molt intens pot comportar un risc molt elevat de patir qualitat dels problemes derivats de l'exposició solar sense cura, i molt especialment de la manifestació més greu que és el cas de calor.
- **Beure líquids**  
Cal beure més líquid del que es pot per mantenir l'equilibri, més en situacions d'exposició solar i per realitzar exercici ni que sigui moderat. A l'hora caldrà aconseguir una ingesta mínima de 2 litres diaris.  
Pot ser adequat si es practica esport, beure líquids amb suplement de minerals i electrolits, per suplir la pèrdua que se'n produeix amb la suor.
- **Benestar**  
Per tal de refrescar la pell el bany pot ser una bona solució, tot i que no cal oblidar que l'efecte de penetració a l'organisme dels raigs ultravioleta no es modifica dins de l'aigua.

Font: Web de la Diputació de Barcelona

**La Sorra**

- S'ha de tenir cura de no maliciar.
- No s'ha de portar animals de companyia.
- No s'ha de fumar papers ni d'objectes similars.
- Cal respectar les instal·lacions.