



GUÍA DEL USUARIO DE MAPAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Antonio Vicent Ciscar del I.E.S. Fco. Figueras Pacheco de Alicante
M^a. Teresa Vera Estela del I.E.S. Lloixa de Alicante.
Isidro Fuentes Fernández del I.E.S. Cabo Huertas de Alicante.



Guía del usuario de Mapas de la actividad física

Desde la pantalla principal de Mapas de la Actividad Física podemos acceder a los mapas de dos formas:

- 1) desde el mapa de la derecha pulsando con el ratón sobre el nombre de la categoría a explorar. Esto abre el mapa índice de la categoría seleccionada.
- 2) desde el menú desplegable inferior izquierdo seleccionando la categoría deseada y después realizar el mismo proceso en el menú desplegable inferior derecho para obtener el mapa deseado.



Podemos acceder a las guías del usuario y profesor mediante los enlaces indicados; ambas están en formato PDF (Portable Document Format) que pueden necesitar el programa Adobe Acrobat Reader, una aplicación informática gratuita que permite ver e imprimir archivos en este formato. Podemos realizar la descarga desde el enlace PDF.

También podemos acceder mediante el enlace "mapas" para el profesorado a mapas conceptuales que describen su uso educativo.

El enlace con la Odisea nos permite ampliar el actual proyecto.

Los nombres de los autores del proyecto nos permiten contactar con los mismos mediante el correo electrónico.

Problemas conocidos.

- Usando el navegador Internet Explorer, en ocasiones, después de abrir y cerrar un recurso desde algún mapa (otro mapa, texto, cuestionario..) al intentar abrirlo de nuevo no funciona. Una solución posible es hacer clic con el botón derecho, sobre el recurso deseado del menú desplegado, y seleccionar la opción de "Abrir" o "Abrir en ventana nueva" o usar el navegador Netscape.

- En ocasiones al abrir un mapa en una nueva ventana y ampliarlo no aparece todo el gráfico del mapa. La solución es actualizar la ventana del navegador y aparecerá el mapa completo.



Desde la pantalla de cada uno de los mapas conceptuales podemos desplazarnos a cada uno de los recursos ofrecidos que tienen relación con el propio mapa. Al seleccionar el recurso deseado se abrirá en una ventana nueva. Podemos encontrar iconos para:



Enlazar con otros mapas complementarios.



Iniciar una visita guiada.



Enlazar con páginas web on line.



Ver imágenes.



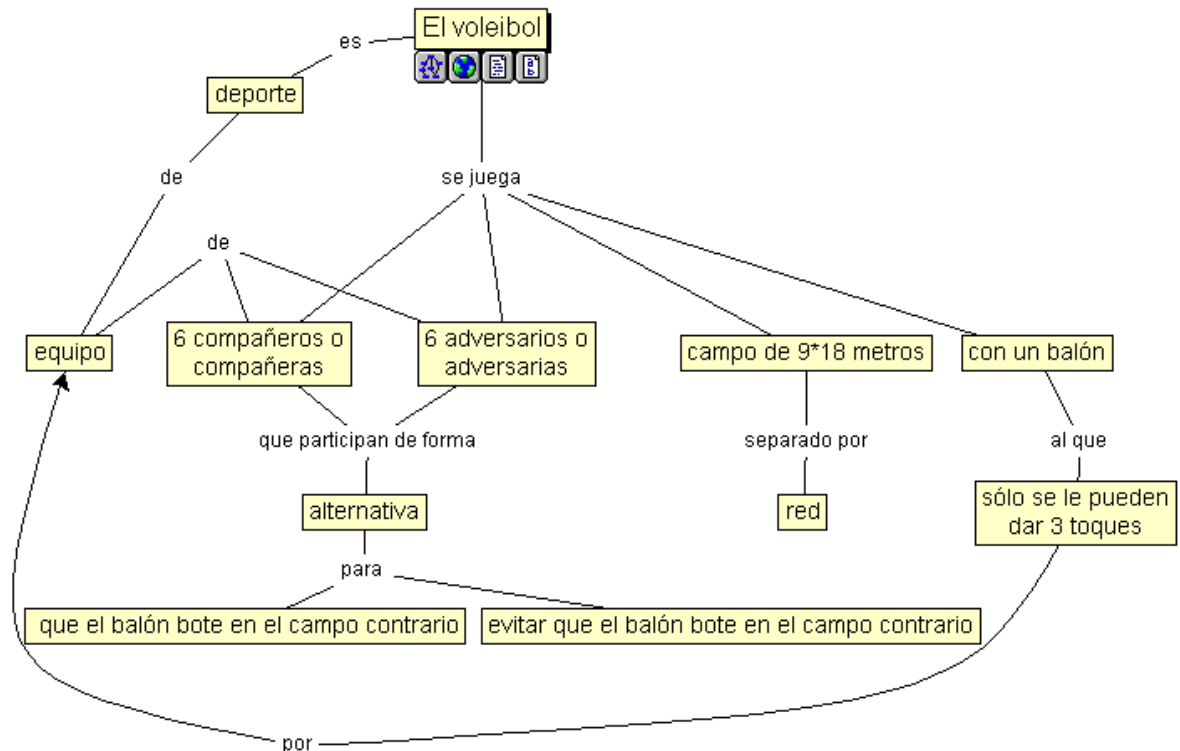
Acceder a cuestionarios.



Consultar definiciones conceptuales.

Descripción de los recursos:

Supongamos que hemos accedido a un mapa con todos los recursos especificados anteriormente. La pantalla principal del mapa podría ser la siguiente:




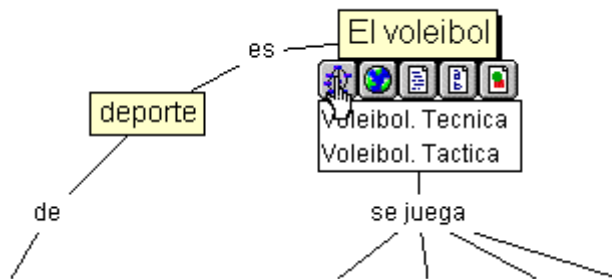
Al hacer clic sobre cada uno de los recursos se abrirá un desplegable con el nombre de cada una de las opciones de ese recurso.



Tras decidir cuál es el que queremos visitar debemos hacer de nuevo clic sobre él. Veámoslo en cada uno de los recursos disponibles:


Enlazar con otros mapas complementarios.

Debemos hacer clic en el icono correspondiente a los mapas  y entonces se abrirá un desplegable:



Tras ello, haremos clic sobre el título del mapa con el que deseamos enlazar y se abrirá el nuevo mapa en la misma ventana en la que nos encontramos. Si queremos buscar un mapa concreto nos ahorrará tiempo utilizar los menús desplegables inferiores.

Iniciar una visita guiada.

Debemos hacer clic en el icono correspondiente a las visitas guiadas o textos  y entonces se abrirá un desplegable. Podemos distinguirlas por que siempre comienzan con "visita_guiada" seguido del nombre:




Tras ello, haremos clic sobre el título de la visita guiada que deseamos iniciar:





Entonces se abrirá una ventana de texto que nos describirá cómo realizar la visita a algún enlace Web.


Enlazar con páginas web on line.

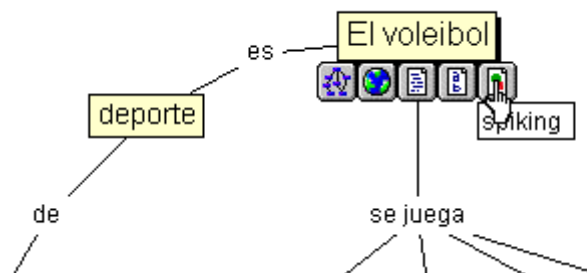
Debemos hacer clic en el icono correspondiente a los enlaces web  y entonces se abrirá un desplegable:



Tras ello, haremos clic sobre el título de la web con la que deseamos enlazar.


Ver imágenes.

Debemos hacer clic en el icono correspondiente a las imágenes  y entonces se abrirá un desplegable:



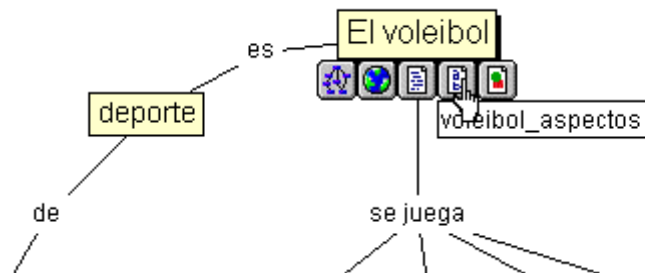
Tras ello, haremos clic sobre el título de la imagen que deseamos ver.

Acceder a cuestionarios.

Debemos hacer clic en el icono correspondiente a los cuestionarios  y entonces se abrirá un desplegable:




Tras ello, haremos clic sobre el título del cuestionario que deseamos realizar.



Se abrirá entonces una nueva ventana con el cuestionario que hemos seleccionado. Podemos encontrar dos tipos de cuestionarios: uno de respuestas múltiples y otro de completar palabras.

Cuestionario de respuestas múltiples:

Seleccione la respuesta correcta para cada opción.

 **ASPECTOS DEL VOLEIBOL**

<= 1/16 =>

1 Un jugador de campo que es sustituido:

<input type="checkbox"/>	A	Es el único que puede sustituir de nuevo al jugador que lo ha sustituido a él.
<input type="checkbox"/>	B	Ya no puede volver a jugar durante ese set.
<input type="checkbox"/>	C	Puede volver a jugar sustituyendo a cualquier jugador de su equipo que esté en pista.

Una vez en el cuestionario actuaremos de la siguiente forma:

- Pulsaremos sobre el botón correspondiente a la respuesta correcta.
- En caso de contestar erróneamente aparecerá, en el rectángulo que hay junto a la respuesta seleccionada, la palabra "Mal", y en la parte superior un mensaje que nos indica que la respuesta es errónea y por otra parte nos ordena responder de nuevo. Esto ocurrirá tantas veces como respuestas erróneas marquemos:



¡Lo lamento, es incorrecto!. Intente de nuevo.



ASPECTOS DEL VOLEIBOL

<= 1/16 =>

1 Un jugador de campo que es sustituido:

- A Es el único que puede sustituir de nuevo al jugador que lo ha sustituido a él.
- B Puede volver a jugar sustituyendo a cualquier jugador de su equipo que esté en pista.
- C Ya no puede volver a jugar durante ese set.

- En tal caso de contestar correctamente aparecerá la palabra "Bien" junto a la opción marcada y un mensaje en la parte superior que nos indicará que es correcto y la puntuación que llevamos en ese momento. Dicha puntuación se va reduciendo en función de la cantidad de respuestas erróneas.

¡Correcto!
Su puntuación es: 50%.



ASPECTOS DEL VOLEIBOL

<= 1/16 =>

1 Un jugador de campo que es sustituido:

- A Es el único que puede sustituir de nuevo al jugador que lo ha sustituido a él.
- B Puede volver a jugar sustituyendo a cualquier jugador de su equipo que esté en pista.
- C Ya no puede volver a jugar durante ese set.



- Entonces debemos pulsar en el botón que nos indica “avanzar pregunta” y que está marcado con un círculo.
- Continuaremos con el mismo proceso hasta contestar a la última pregunta. Entonces aparecerá la puntuación final y el número de preguntas que se han contestado correctamente en el primer intento.
- Por último, cerraremos el cuestionario haciendo clic sobre el botón en forma de “x” de la esquina superior derecha de la ventana.



Cuestionario completar palabras:

Rellena el espacio en blanco y luego haz clic en el botón de comprobar para verificar tu respuesta.

PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO. PRINCIPIO DE LA UNIDAD FUNCIONAL
Ejercicio de completar frases

Cuando se estimula al organismo con el , éste reacciona como un todo, es decir, reaccionan todos sus órganos y , aunque nosotros dirijamos la actividad hacia algún aspecto concreto. En este caso, el aspecto será el que se estimule y se desarrolle, pero en realidad se estimulan los sistemas y órganos del organismo.

Una vez en el cuestionario actuaremos de la siguiente forma:

- Rellenaremos todos los espacios en blanco con las palabras que completen las frases escritas.
- Cuando estén todos los espacios completados haremos clic en el botón comprobar:



Su puntuación es: 53%.

Algunas respuestas son incorrectas. Las respuestas erróneas se volverán a la posición inicial.

PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO. PRINCIPIO DE LA UNIDAD FUNCIONAL

Ejercicio de completar frases

Cuando se estimula al organismo con el , éste reacciona como un todo, es decir, reaccionan todos sus órganos y **sistemas**, aunque nosotros dirijamos la actividad hacia algún aspecto concreto. En este caso, el aspecto será el que **más** se estimule y se desarrolle, pero en realidad se estimulan **todos** los sistemas y órganos del organismo.

Comprobar

Ayuda

- Entonces quedarán añadidas en negrilla todas las palabras correctas y en el mismo rectángulo las incorrectas. En la parte superior aparecerá también la puntuación obtenida.
- En caso de no saber qué palabra tenemos que escribir, podemos pulsar el botón ayuda y aparecerá la primera letra de la palabra correcta:



Su puntuación es: 53%.

Algunas respuestas son incorrectas. Las respuestas erróneas se volverán a la posición inicial.

PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO. PRINCIPIO DE LA UNIDAD FUNCIONAL

Ejercicio de completar frases

Cuando se estimula al organismo con el , éste reacciona como un todo, es decir, reaccionan todos sus órganos y **sistemas**, aunque nosotros dirijamos la actividad hacia algún aspecto concreto. En este caso, el aspecto será el que **más** se estimule y se desarrolle, pero en realidad se estimulan **todos** los sistemas y órganos del organismo.

Comprobar


Ayuda

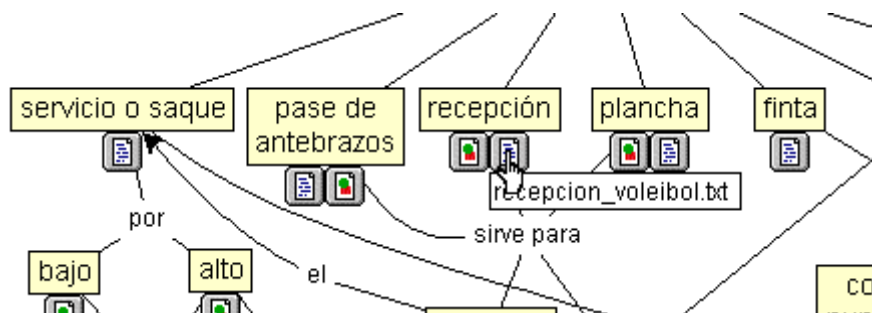
- Si pulsamos una segunda vez en la ayuda aparecerá la segunda letra de la palabra, y así sucesivamente. El inconveniente es que este proceso resta puntuación.
- Al terminar el cuestionario, cerraremos el cuestionario haciendo clic sobre el botón en forma de "x" de la esquina superior derecha de la ventana.





Consultar definiciones conceptuales.

Debemos hacer clic en el icono correspondiente a los archivos de texto o visita guiada  y entonces se abrirá un desplegable. Podemos distinguirlos de las visitas guiadas porque su nombre no comienzan con "visita_guiada"):



Tras ello, haremos clic sobre el título del concepto que deseamos consultar.

Cuando se selecciona un recurso se abre una nueva ventana de nuestro navegador. Cuando terminemos de usarlas es recomendable cerrar las ventanas para no consumir recursos de nuestro ordenador de forma innecesaria. Podemos cerrarlas al hacer clic sobre el botón en forma de "x" de la esquina superior derecha de la ventana.

