

Anexos

ALGUNOS CONSEJOS

MATRIZ DE COMPETENCIAS

REGISTRO DE EVIDENCIAS DE PRODUCTO

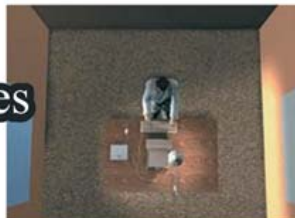
Errores en la Oficina



Oficina Ideal



Consejos Adicionales



Elimine cualquier reflejo del monitor.



Coloque equipos adicionales en lugares accesibles.

Ejercicios para la Oficina

El factor de mayor riesgo de lesión es la postura estática.

- Procure dedicar 5 minutos cada hora lejos de la computadora.
- Recuerde no sólo relajar puntos de tensión.
- Incorpore ejercicios en sus rutinas diarias.
- Las siguientes ilustraciones muestran ejercicios sencillos le ayudarán a minimizar los riesgos de lesiones.

Ejercicios de Manos

- Apriete y suelte las manos haciendo puños. Agite y estire los dedos. Repita los ejercicios tres veces.



Ejercicios

HOMBROS
Póngase de pie, coloque su mano derecha sobre el hombro izquierdo y recline su cabeza hacia atrás. Realice el mismo ejercicio con el hombro derecho.



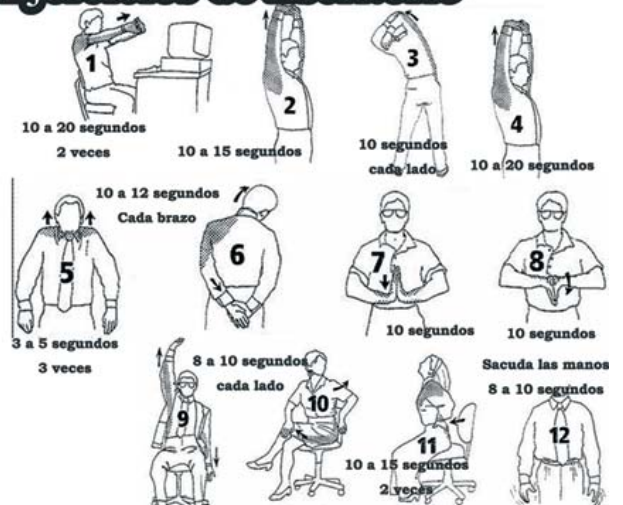
CABEZA
•Mueva la cabeza hacia los lados con cadencia lenta. Evite movimientos bruscos.



CUELLO
•También muévela hacia adelante y hacia atrás



Ejercicios de Escritorio



MATRIZ DE COMPETENCIA

COMPETENCIA GENERAL	UNIDADES DE COMPETENCIA	E L E M E N T O S	RITERIOS DE DESEMPEÑO	EVIDENCIAS DE PRODUCTO
Realizar procedimientos utilizando herramientas informáticas para la producción de documentos básicos en un procesador de textos y una planilla electrónica así como utilizar las herramientas de comunicación e información, en forma segura y	1. Manejar elementos utilizados en los procesos	<p>11.1. Conocer los elementos básicos que conforman un computador personal y entender su funcionamiento.</p> <p>1.2. Identificar los elementos intervinientes en los procesos informáticos.</p> <p>1.3. Realizar los procedimientos de conexión y arranque de una computadora.</p>	<p>1.1.1. Conoce en líneas generales el concepto de informática y computación</p> <p>1.1.2. Identifica las partes del computador. (CPU y periféricos)</p> <p>1.2.1. Distinguir la parte física (hardware) y la parte lógica (software) de una computadora.</p> <p>1.2.2 Conoce las distintas posibilidades de utilitarios en formato de Pro-gramas para computadoras.</p> <p>1.3.1. Identifica los puertos y conexiones.</p> <p>1.3.2. Conoce las distintas configuraciones del gabinete, los botones de encendido, reinicio y las luces indicadoras.</p>	<p>1.1.1.1. Las nociones elementales de la Informática y la computación son descriptas correctamente en forma verbal.</p> <p>1.1.2.1. Las partes de la maquina son identificadas correctamente a través de una demostración y exposición.</p> <p>1.2.1.1. Las diferencias entre la parte física (hardware) y la parte lógica (software) son reconocidas y son demostradas a través de una exposición.</p> <p>1.2.2.1 Las distintas posibilidades de utilitarios en formato de Pro-gramas para computadoras son reconocidas y descriptas verbal- mente.</p> <p>1.3.1.1. Las terminales son conectadas en los puertos correctos siguiendo los pasos correspondientes y las normas de seguridad establecidas.</p> <p>1.1.3.2. Las distintas configuraciones de gabinete son identificadas así como las funciones de los botones y el significado de las luces indicadoras son descriptas correctamente.</p>

COMPETENCIA GENERAL	UNIDADES DE COMPETENCIA	ELEMENTOS DE COMPETENCIA	RITERIOS DE DESEMPEÑO	EVIDENCIAS DE PRODUCTO
Realizar procedimientos utilizando herramientas informáticas para la producción de documentos básicos en un procesador de textos y una planilla electrónica así como utilizar las herramientas de comunicación e información, en forma segura y	2. Comprender el concepto de Sistema Operativo y conocer varios ejemplos. 3. Utilizar una aplicación informática de procesamiento de textos, denominado Microsoft Word 2003 en la producción de documentos de texto como cartas, memorandum,	2.1. Conocer la función de un Sistema Operativo en el funcionamiento general de un computador.	2.1.1. Conoce Sistemas Operativos y las diferencias de las aplicaciones.	2.1.1.1. Las diferencias entre los distintos Sistemas Operativos y las aplicaciones son reconocidos correctamente.
		2.2. Manejar el Sistema Operativo Microsoft Windows XP.	2.2.1. Conoce el escritorio de Windows XP y sus componentes	2.2.1.1. Los componentes del escritorio Windows XP son reconocidos y utilizados en el orden establecido.
		3.1. Identificar los elementos básicos del Procesador de Texto denominado Microsoft Word.	3.1.1. Identifica los elementos básicos del Word.	3.1.1.1. Los elementos de la ventana de Word 2003, la barra de título el área de trabajo, los menús, las barras de herramientas, las reglas, las barras de desplazamiento y las barras de estado son reconocidas y descriptas en forma practica a través de una exposición.
		3.2. Utiliza los diferentes elementos para la creación, modificación y	3.2.1. Utiliza el teclado para escribir un texto en el área de trabajo de Word 2003 y lo graba utilizando las herramientas apropiadas.	3.2.1.1. Los procedimientos de edición son utilizados sin errores recurriendo a los distintos procedimientos disponibles.

COMPETENCIA GENERAL	UNIDADES DE COMPETENCIA	ELEMENTOS DE COMPETENCIA	RITERIOS DE DESEMPEÑO	EVIDENCIAS DE PRODUCTO
Realizar procedimientos utilizando herramientas informáticas para la producción de documentos básicos en un procesador de textos y una planilla electrónica así como utilizar las herramientas de comunicación e información, en forma segura y	<p>4. Conocer el esquema de conexiones en red y sus aplicaciones prácticas en la información y la comunicación global a través de sistemas informáticos.</p> <p>5. Utilizar una aplicación informática de Planilla Electrónica, denominado Microsoft Excel 2003 en la producción de documentos en los que se intervengan cálculos, tablas o gráficos.</p>	<p>4.1. Conocer el concepto y las distintas estructuras de una conexión en Red.</p> <p>5.1. Conocer los elementos esenciales del entorno de de trabajo del Excel 2003.</p>	<p>4.1.1. Conoce lo que es una Red de computadoras y las formas en las que se conectan.</p> <p>4.1.2. Conoce la estructura general y las características de de la Red de Redes.</p> <p>5.1.1. Conoce las funciones de una planilla electrónica. El Microsoft Excel 2003.</p> <p>5.1.2. Utiliza diferentes métodos para arrancar el programa.</p>	<p>4.1.1.1. Una Red de computadoras y las formas en las que se conectan son explicadas utilizando los términos apropiados en una exposición verbal</p> <p>4.1.2.1. La estructura y características de la red Global denomina denominada Internet es evidenciada en una exposición verbal.</p> <p>5.1.1.1. Las funciones de una planilla electrónica son reconocidas y explicadas en una exposición verbal.</p> <p>5.1.2.1. El programa Excel 2003 es arrancado utilizando los íconos de acceso directo, el Botón Inicio y desde un archivo.</p>

REGISTRO DE EVIDENCIA DE PRODUCTO

Elementos de competencia	Evidencias de producto	L	NL
1. Conocer los elementos básicos que conforman un computador personal y entender su funcionamiento.	<p>Las nociones elementales de la Informática y la computación son descritas verbalmente</p> <p>Las partes de la maquina son identificadas correctamente a través de una demostración y exposición verbal.</p> <p>Los dispositivos apuntadores y de entrada de datos son identificadas sin errores a través de una demostración y exposición.</p>		
1.2. Identificar los elementos intervinientes en los procesos informáticos.	<p>Las diferencias entre la parte física (hardware) y la parte lógica (software) son reconocidas siguiendo un orden lógico y correcto.</p> <p>Las distintas posibilidades de utilitarios en formato de Programas para computadoras son reconocidas siguiendo una secuencia y teniendo en cuenta la información recibida.</p>		
1.3. Realizar los procedimientos de conexión y arranque de una computadora.	<p>Las terminales son conectadas en los puertos correctos siguiendo los pasos correspondientes y las normas de seguridad establecidas.</p> <p>Las distintas configuraciones de gabinete son identificadas así como las funciones de los botones y el significado de las luces indicadoras son descritas correctamente.</p>		
2.1. Activar la Computadora utilizando sus distintos componentes.	<p>Los componentes de la computadora son reconocidos y utilizándolos para la activación.</p>		
2.2. Conocer la función de un Sistema Operativo en el funcionamiento general de un computador.	<p>Las diferencias entre los distintos Sistemas Operativos y entre los Sistemas Operativos y las aplicaciones son reconocidos correctamente.</p>		
2.3 Manejar el Sistema Operativo Microsoft Windows XP.	<p>El sistema Operativo Windows XP es manejado siguiendo las pautas establecidas correctamente.</p>		

Elementos de competencia	Evidencias de producto	L	NL
3.1. Conocer los elementos esenciales del entorno de trabajo del Word 2003.	Los elementos esenciales del entorno de trabajo de Microsoft Word 2003 son empleados en forma efectiva.		
3.2. Crear un archivo de texto.	Un texto breve es creado en el área de trabajo, es grabado en diferentes soportes y el documento es cerrado utilizando algunos de los métodos aprendidos.		
3.3. Modificar (editar) un archivo de texto.	Un documento es guardado en cualquier soporte, es abierto y el contenido editado, desplazándolo a través del mismo según sus necesidades y utilizando las herramientas de Inserción, Deshacer y rehacer, Buscar, Ver un documento y el Portapapeles.		
4.1. Conocer el concepto y las distintas estructuras de una conexión en Red .	Una Red de computadoras y las formas en las que se conectan son explicadas utilizando los términos apropiados en una exposición verbal. La estructura y características de la red Global denominada Internet es evidenciada en una exposición verbal.		
4.2. Utilizar los servicios que proporciona Internet.	La información sobre diversos temas de interés es acazada utilizando las herramientas como navegadores, buscadores y portales.		
5.1. Conocer los elementos esenciales del entorno de de trabajo del Excel 2003.	Las funciones de una planilla electrónica son reconocidas y explicadas en una exposición verbal.		

Validación Cualitativa

L: LOGRADO
 NL: NO LOGRADO



ESTE MÓDULO FUE ELABORADO POR:

CESAR GUSTAVO ROJAS ÁLVAREZ
Programador de Computadoras
Lic. en Lengua y Cultura Guaraní

HEBER FABIÁN DUARTE MARTÍNEZ
Programador de Computadoras
Lic. en Ciencias de la Educación

Página 117