

L'ORDINADOR, UNA EINA INDISPENSABLE EN L'ENTRENAMENT ESPORTIU

QUE NECESSITA L'ENTRENADOR?



QUE ENS PERMET L'ORDINADOR?

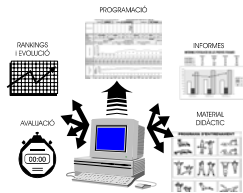
Realitzar càlculs

	A	B	C	D	E	F
1						
2		Celda origen 1	Celda origen 2	Celda destino		
3						
4						
5	Números	5	2,5	12,5		=B5*C5
6						
7	Textos	Miguel	Álvarez	Miguel Álvarez		=B7&" "&C7
8						
9	Feches	2/05/96	5/05/96	3		=C9-B9
10						
11	Horaris	12:30:00,1	12:45:00,3	0:15:00,2		=C11-B11
12						
13						

Funcions lògiques

	A	B	C	D	E
1					
2	Deportista	Fecha nacimiento	Edad	Mayor de edad	
3	Juan Mena	24/11/74	22	SI	
4					
5		=ENTERO((AHORA()-B3)/365)		=SI(C3>=18;"SI","NO")	
6					

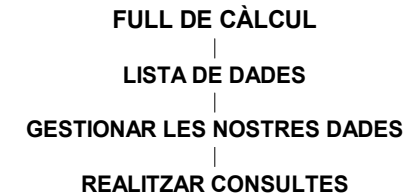
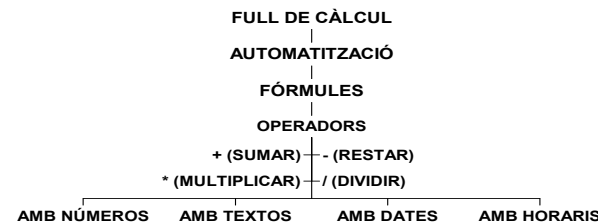
L'ENTORN DEL FULL DE CÀLCUL



APLICACIONS MÉS CONEGUES DE FULL DE CÀLCUL PROGRAMABLES

LOTUS QUATRO EXCEL

Fòrmules per a calcular

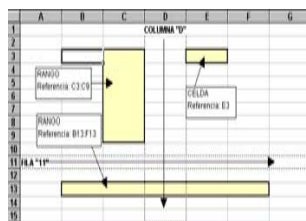
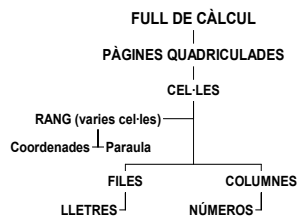


QUE FA L'ENTRENADOR AMB EL FULL DE CÀLCUL?

INTRODUUEIX INFORMACIÓ

FULL DE CÀLCUL - PÀGINES QUADRICULADES

TEXT, NÚMERO DATA, HORA FÒRMULES, FUNCIONS



Funcions estadístiques

	A	B	C	D	E
1		Pruebas físicas			
2		Abdominales 100 rep			
3		repet	mm.ss.dd		
4		Juan	22	00:10,12	
5		Antonio	27	00:10,32	
6		Emilio	25	00:11,10	
7					
8		Media	24,7	00:10,51	=PROMEDIO(C4:C6)
9		Desviación Std.	2,5	00:00,52	=DESVEST(C4:C6)
10		Valor máximo	27	00:11,10	=MAX(C4:C6)
11		Valor mínimo	22	00:10,12	=MIN(C4:C6)
12					

Funcions de cercar i referència

	A	B	C	D	E	F	G	H
1		Pruebas físicas						
2		Marca obtenida		Tabla de búsqueda		Puntuación		Puntuación
3		Abdominales	100 rep	repet	100 rep	Abdom.	100 rep	
4		Juan	22	00:10,12	22	00:09,5	6	60
5		Antonio	27	00:10,32	27	00:13,3	4	40
6		Emilio	25	00:11,10	25	00:11,2	8	80
7								
8		Puntuación conseguida		=BUSCARV(C4:F6;H4:H6;1;0)		=BUSCARV(D4:F6;H4:H6;1;0)		
9		Juan	60					
10		Antonio	40					
11		Emilio	80					
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								

TAMBÉ, ENS PERMET GRAFICAR LES DADES EN UNA LLISTA



LA SEVA APARIÈNCIA ÉS ATRACTIVA, INCORPORANT IMATGES I SO

