 <p><b>CIPFP Mislata</b> Centre Integrat Públic Formació Professional Superior</p>	<p>Examen 2ª Evaluación Módulo: LMSGI Ciclo: 1º DAW Curso: 2023-2024</p>
---	--


### **Normas del examen:**

- Los móviles estarán apagados y guardados durante la realización del examen.
- No se permite el uso de auriculares ni ningún otro dispositivo que no sea un bolígrafo.
- Una vez finalizado el examen, el/la alumno/a abandonará el aula, pero no podrá volver a ella.
- Se podrá consultar el material disponible en Aules o escrito exclusivamente.

**Ante cualquier comentario entre miembros del grupo, sospecha de copia, o cualquier comportamiento inadecuado en la realización de un examen, automáticamente se suspenderá el módulo LMSGI a los/as alumnos/as implicados/as.**

### **Aclaraciones generales:**

- Se trata de una única página web de diseño responsivo con dos tamaños de pantalla, de hasta 768px y para pantallas entre 768px y 1024px exclusivamente.
- Se deben usar etiquetas semánticas para la organización general de los elementos, si bien dentro de estos se podrán incluir otros elementos DIV.
- Menú:
  - Debe tener un efecto de vuestra elección al poner el ratón sobre cada ítem del menú.
  - No debe enlazar a ningún sitio o recurso.
- Títulos:
  - Los títulos deben modificarse a estilo CamelCase por CSS. No será válido modificar el texto en el documento HTML directamente.
- Los textos de los párrafos deben tener una alineación de estilo "justificado".
- Hay 2 asides, uno para cada formato de pantalla.
- Las imágenes tienen un sombreado.

 <p><b>CIPFP Mislata</b> Centre Integrat Públic Formació Professional Superior</p>	<p>Examen 2ª Evaluación Módulo: LMSGI Ciclo: 1º DAW Curso: 2023-2024</p>
---	--

- En el footer deben aparecer los logotipos de las rr.ss. indicadas. Para ello se usará el recurso FontAwesome, ya enlazado en el documento HTML.
- Para optar a la nota máxima no se deben usar atributos como: (se optará a un 8 máx.)
  - Position.
  - Float.
  - Flex/Grid.
  - Top/bottom/left/right.
- En los estilos definidos fuera de los tamaños de pantalla no deben figurar atributos indicados dentro de esas definiciones de pantalla.

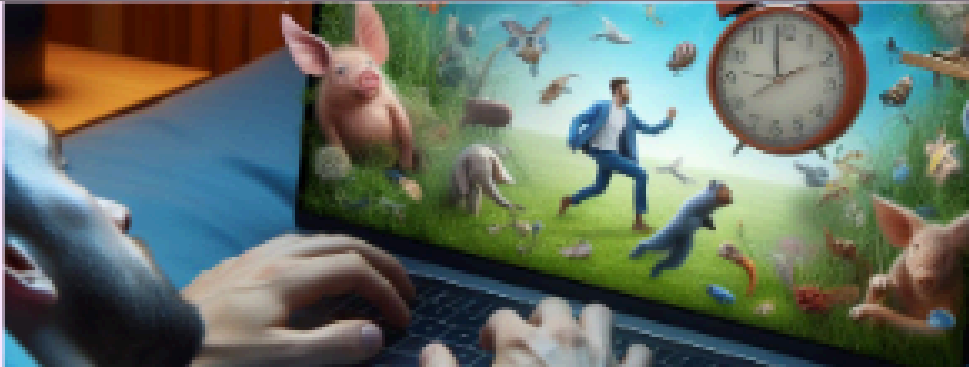
**Vista para móviles de hasta 768px de pantalla: (el borde azul no cuenta)**

## Problemas del Uso de Pantallas Antes de Dormir

Inicio

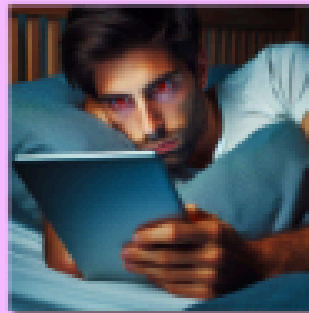
Artículos

Contacto



### Efectos del Uso de Pantallas Antes de Dormir

El uso de pantallas antes de dormir puede tener varios efectos negativos en la calidad del sueño. La luz azul emitida por dispositivos electrónicos puede interferir con la producción de melatonina, la hormona responsable de regular el ciclo de sueño-vigilia.



### Consejos para Reducir el Impacto

Para reducir el impacto negativo del uso de pantallas antes de dormir, es recomendable limitar el tiempo de exposición, utilizar filtros de luz azul en los dispositivos y establecer una rutina de relajación antes de acostarse, como leer un libro o practicar técnicas de respiración.



© 2024 CIPFP Mislata. CC license.



- Las imágenes ocupan aprox. 1/3 del tamaño de pantalla.
- **Vista para escritorio desde 768px hasta 1024px de pantalla:**



## Problemas del Uso de Pantallas Antes de Dormir

[Inicio](#)

[Artículos](#)

[Contacto](#)

### Beneficios del Ejercicio

Hacer ejercicio regularmente puede mejorar la calidad del sueño y reducir el estrés.

### Alimentación Saludable

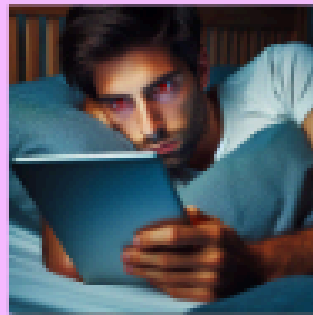
Una dieta equilibrada puede contribuir a un mejor descanso nocturno.

### Técnicas de Relajación

Practicar técnicas de relajación, como la meditación o el yoga, puede ayudar a conciliar el sueño más fácilmente.

### Efectos del Uso de Pantallas Antes de Dormir

El uso de pantallas antes de dormir puede tener varios efectos negativos en la calidad del sueño. La luz azul emitida por dispositivos electrónicos puede interferir con la producción de melatonina, la hormona responsable de regular el ciclo de sueño-vigilia.



### Consejos para Reducir el Impacto

Para reducir el impacto negativo del uso de pantallas antes de dormir, es recomendable limitar el tiempo de exposición, utilizar filtros de luz azul en los dispositivos y establecer una rutina de relajación antes de acostarse, como leer un libro o practicar técnicas de respiración.



- El aside ocupa aprox. 1/3 del tamaño de pantalla, y las imágenes están centradas.