

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Διπλωματική Εργασία του Φοιτητή

Γεωργίαδη Μητροφάνη

ΑΕΜ: 0796031



**ΠΡΩΘΗΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ
ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ**

Επιβλέπων Καθηγητής: **Κουθούρης Χαρίλαος**



ΤΡΙΚΑΛΑ

Σεπτέμβριος 2001

Ε
P
+
a
r
n
e
+





ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



004000045500



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ
ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΟΓΗ «ΓΚΡΙΖΑ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ»

Αριθ. Εισ.: 1989 / 1

Ημερ. Εισ.: 14 - 09 - 2001

Δωρεά:

Ταξιθετικός Κωδικός: ΠΤ - ΤΕΦΑΑ

2001

ΓΕΩ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ένας καινοτόμος τρόπος προώθησης ιδεών, προϊόντων και υπηρεσιών είναι η δημιουργία ιστοσελίδων στο Διαδίκτυο. Το ίδιο μπορεί να συμβεί και με την προώθηση προγραμμάτων σπουδών των Πανεπιστημίων, ώστε να ενισχύσει την αναγνωρισιμότητα της Ειδικότητας Αναψυχής στο ευρύτερο αθλητικό χώρο. Αυτό ακόμη θα βοηθήσει για την άμεση επικοινωνία με άλλα Τ.Ε.Φ.Α.Α. που αναπτύσσουν την ίδια ειδικότητα και ακόμα προσέλκυση των ενδιαφερόμενων χορηγών (Εμπορικών Εταιριών)

Η ειδικότητα των Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής έκανε την εμφάνισή της στο Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας το 1998. Η ειδικότητα αυτή έχει ως κύριο σκοπό να ανοίξει νέους δρόμους εργασίας ώστε να απορροφηθούν οι πτυχιούχοι από τους διάφορους οργανισμούς εναλλακτικού τουρισμού κυρίως ως συνοδοί υπαιθρίων δραστηριοτήτων αναψυχής.

Η εργασία πραγματοποιήθηκε στο εργαστήριο των ηλεκτρονικών υπολογιστών του τμήματος. Τα κύρια προγράμματα που χρησιμοποιήθηκαν ήταν το FrontPage Express και το Dreamweaver. Ακόμη βοηθητικά προγράμματα όπως το Corel Drawer και προγράμματα εισαγωγής στο Internet όπως το Internet Explorer και το Netscape Navigator καθώς και το πρόγραμμα επεξεργασίας κειμένου το Microsoft Word.

Κατά την διαδικασία κατασκευής της ιστοσελίδας δημιουργήθηκαν προβλήματα σχετικά με την συμβατικότητα των προγραμμάτων, τον καθορισμό των χρωμάτων, και την προσαρμογή του φωτογραφικού υλικού σε συγκεκριμένα πρότυπα. Αντιμετωπίστηκαν και δόθηκε λύση μέσα από συζητήσεις με την υπεύθυνη του εργαστηρίου και με την βοήθεια της συναφούς βιβλιογραφίας.

Η κατέλκυση της ιστοσελίδας στο διαδίκτυο στην διεύθυνση www.pe.uth.gr/recreation/main.htm της σχολής προκάλεσε το ιδιαίτερο ενδιαφέρον

των φοιτητών για την ειδικότητα και το αναλυτικό πρόγραμμά της. Η προσέλευση των φοιτητών στην ειδικότητα και το ενδιαφέρον τους διαπιστώθηκε από τον μεγάλο αριθμό ηλεκτρονικών επισκεπτών στην ιστοσελίδα και από την αποστολή ηλεκτρονικών μηνυμάτων (e-mail).

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	ΣΕΛΙΔΑ
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	II
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	
1.1 Η έννοια της ειδικότητας "Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής" ή "Αναψυχή Ανοικτών Χώρων".....	1
1.2 Εισαγωγή στον όρο Διαδίκτυο.....	1
1.2.1 Ανάλυση Προγραμμάτων Κατασκευής της ιστοσελίδας.....	2
1.2.1.1 Ανάλυση του Προγράμματος FrontPage.....	2
1.2.1.2 Ανάλυση του Προγράμματος Dreamweaver.....	28
1.3 Σκοπός της εργασίας αυτής.....	62
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	
Μεθοδολογία.....	64
2.1 Διαδικασία κατασκευής της ιστοσελίδας.....	64
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	
3.1 Αποτελέσματα.....	69
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4	
4.1 Συζήτηση.....	70
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5	
5.1 Προτάσεις	71
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	72
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α.....	73
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β.....	75
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ.....	77

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 Η έννοια της ειδικότητας:

"Υπαιθριες Δραστηριότητες Αναψυχής"

ή "Αναψυχή Ανοικτών Χώρων"

Η ειδικότητα των "Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής", στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, χρονολογείται από το 1998. Η ειδικότητα αυτή έχει σκοπό να προετοιμάσει τους φοιτητές του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού να εργαστούν στο χώρο του εναλλακτικού τουρισμού ως συνοδοί υπαιθρίων δραστηριοτήτων αλλά και ως διοικητικά στελέχη σε αντίστοιχους οργανισμούς και εταιρίες που παρέχουν υπηρεσίες Υπαιθριας Αναψυχής.

Από το πανεπιστημιακό έτος 2001 - 2002 οι ειδικότητα Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής μαζί με την αντίστοιχη, Αναψυχή Κλειστών Χώρων, θα αποτελούν μια από τις τρεις κατευθύνσεις του νέου προγράμματος σπουδών.

1.2 Εισαγωγή στον όρο Διαδίκτυο.

Ζώντας στην εποχή της τεχνολογίας, αντιλαμβανόμαστε ότι ο πιο σύγχρονος τρόπος προώθησης προϊόντων και υπηρεσιών είναι μέσα από ιστοσελίδες που υπάρχουν στο Διαδίκτυο, γνωστό ως Internet. Το διαδίκτυο, το οποίο γεννήθηκε στο εργαστήριο CERN της Ελβετίας το 1993, είναι η σύνδεση ενός συνόλου υπολογιστών, οι οποίοι μπορεί να είναι σε μικρή απόσταση μεταξύ τους ή να είναι διασκορπισμένοι σε διάφορα σημεία της Ελλάδας ή ακόμα και σε διάφορα σημεία του πλανήτη μας. Οι υπολογιστές αυτοί συνδέονται μεταξύ τους και έχουν την δυνατότητα ανταλλαγής πληροφοριών και αξιοποίησης ή εκμετάλλευσης των κοινών πόρων υλικού. Το δίκτυο αυτό προβάλλει διάφορες

σελίδες, τις γνωστές ως σελίδες Web ή Ιστοσελίδες. Έτσι κάποιος μπορεί να χρησιμοποιήσει ή και να εκμεταλλευτεί το Διαδίκτυο μπαίνοντας σε κάποια συγκεκριμένη διεύθυνση στο δίκτυο και να αναζητήσει τη σελίδα που τον ενδιαφέρει. Από τη σελίδα αυτή μπορεί ο οποιοσδήποτε να συλλέξει πληροφορίες για όποιο επιστημονικό θέμα τον ενδιαφέρει. Το Διαδίκτυο όμως περιέχει, πέρα από το επιστημονικό περιεχόμενο, και άλλα θέματα με γενικό και ειδικό περιεχόμενο όπως εμπορικό, εκπαιδευτικό, ψυχαγωγικό κλπ.

Το δίκτυο του πανεπιστημίου Θεσσαλίας προσφέρει στους φοιτητές του τμήματός μας τη δυνατότητα πρόσβασης σε όλες τις γνωστές παγκοσμίως βάσεις δεδομένων, ώστε να ενημερώνονται για όλες τις σύγχρονες επιστημονικές έρευνες, που αφορούν την επιστήμη του αθλητισμού. Επιπλέον, πρέπει να τονιστεί ότι με αυτόν τον τρόπο, ο αθλητισμός προβάλλεται ως επιστήμη καθώς και οι φοιτητές προσλαμβάνουν μια πληθώρα γνώσεων τις οποίες είναι έτοιμοι να τις εφαρμόσουν στην πράξη.

Κατά συνέπεια, όλοι οι χρήστες του διαδικτύου ενημερώνονται για τις νέες και συνεχώς αναπτυσσόμενες ειδικότητες που λειτουργούν στο τμήμα κι έτσι αποκτούν ακριβή και πλήρη γνώση για το ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Ένα πρόσθετο θετικό αποτέλεσμα της εργασίας αυτής είναι η σύνδεση σύγχρονης τεχνολογίας και Αθλητισμού.

1.2.1 Ανάλυση Προγραμμάτων Κατασκευής Ιστοσελίδων.

1.2.1.1 Ανάλυση του προγράμματος FrontPage

Το FrontPage είναι ένα πρόγραμμα που χρησιμοποιείται στην κατασκευή ιστοσελίδων. Το πρόγραμμα αυτό δίνει τη δυνατότητα στον χειριστή

ηλεκτρονικού υπολογιστή να φτιάξει μια ιστοσελίδα με τον πιο εύκολο δυνατό τρόπο, σε σχέση με τα υπόλοιπα προγράμματα κατασκευής ιστοσελίδων. Η ευκολία αυτή στηρίζεται στο περιβάλλον του προγράμματος.

(βλέπε Παράρτημα Β).

Το FrontPage έχει στο περιβάλλον του πολλά εικονίδια-κουμπιά που κάνουν τη χρήση του, ακόμα και για έναν αρχάριο, παιχνίδι. Τα βασικά κουμπιά - εικονίδια είναι τα παρακάτω:

Η πρώτη σειρά εικονιδίων είναι τα Standard (Σταθερά):

New	Δημιουργεί ένα νέο κενό αρχείο.
Open	Ανοίγει ή εντοπίζει ένα αρχείο.
Save	Αποθηκεύει το ενεργό αρχείο με το τρέχον όνομά του, την Τρέχουσα θέση του και την τρέχουσας μορφή του.
Print	Εκτυπώνει το ενεργό αρχείο ή επιλεγμένα στοιχεία. Για να κάνετε επιλογές εκτύπωσης, στο μενού Αρχείο, κάντε κλικ στην εντολή Εκτύπωση.
Preview In Browser	Πρόγραμμα που παρουσιάζει την ιστοσελίδα και χρησιμεύει στην αναζήτηση μέσα στο Διαδίκτυο (Internet).
Check Spelling	Ελέγχει το ενεργό έγγραφο για την ύπαρξη πιθανών ορθογραφικών, γραμματικών και συντακτικών σφαλμάτων και εμφανίζει υποδείξεις για τη διόρθωση των σφαλμάτων αυτών. Για να ρυθμίσετε τις επιλογές ορθογραφικού και γραμματικού ελέγχου, κάντε κλικ στην εντολή Επιλογές στο μενού Εργαλεία και στη συνέχεια κάντε κλικ στην καρτέλα Ορθογραφία και γραμματική.

Cut	Καταργεί την επιλογή από το ενεργό έγγραφο και την τοποθετεί στο Πρόχειρο.
Paste	Εισαγάγει τα περιεχόμενα του Προχείρου στο σημείο παρεμβολής και αντικαθιστά οποιαδήποτε επιλογή. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν έχετε αποκόψει ή αντιγράψει ένα αντικείμενο, κείμενο ή τα περιεχόμενα ενός κελιού.
Undo	Αντιστρέφει την τελευταία εντολή ή διαγράφει την τελευταία καταχώριση που πληκτρολογήσατε. Για να αντιστρέψετε Περισσότερες από μία ενέργειες, κάντε κλικ στο βέλος δίπλα και κατόπιν κάντε κλικ στις ενέργειες που θέλετε να αναιρέσετε. Το όνομα της εντολής μετατρέπεται σε αδυναμία αναίρεσης, αν δεν μπορείτε να αναιρέσετε την προηγούμενη ενέργεια.
Redo	Επαναλαμβάνει την τελευταία σας εντολή ή ενέργεια, εφόσον είναι δυνατή η επανάληψή της. Η εντολή Επανάληψη γίνεται αδυναμία επανάληψης, αν δεν είναι δυνατή η επανάληψη της τελευταίας σας ενέργειας. Όταν χρησιμοποιείτε την εντολή Αναίρεση για να αντιστρέψετε μια ενέργεια, η εντολή Επανάληψη γίνεται Ακύρωση αναίρεσης. Η εντολή Ακύρωση αναίρεσης αντιστρέφει την ενέργεια της εντολής Ακύρωση.
Show FrontPage Editor	Παρουσίαση της ιστοσελίδας μέσα από το πρόγραμμα περιόδευσης στο Διαδίκτυο.

Insert FrontPage Component	Εισαγωγή εξαρτημάτων του FrontPage.
Insert Table	Εισάγει έναν πίνακα στο σημείο του εγγράφου όπου σύρετε το δείκτη του ποντικιού. Αφού σύρετε για να εισαγάγετε τον πίνακα, σύρετε στο εσωτερικό του πίνακα για να προσθέσετε κελιά, στήλες ή γραμμές.
Insert Picture	Εισάγει μια υπάρχουσα εικόνα στο ενεργό αρχείο, στο σημείο παρεμβολής.
Create Or Edit Hyperlink	Δημιουργεί δεσμό που είναι ένα "σημείο", το οποίο σας επιτρέπει να μεταπηδάτε σε άλλη θέση. Η θέση μπορεί να περιλαμβάνει άλλο αρχείο στο σκληρό σας δίσκο ή μια διεύθυνση Internet.
Back	Επιστρέφει σε προηγούμενη ιστοσελίδα.
Forward	Προχωράει σε επόμενη σελίδα.
Refresh	Ανανεώνει την ιστοσελίδα που επεξεργαζόμαστε.
Stop	Σταματάει τη λειτουργία που κάνει η ιστοσελίδα.

Η δεύτερη σειρά εικονιδίων είναι τα Format (Μορφή):

Change Style	Κάντε κλικ στο στυλ που θέλετε να εφαρμόσετε στις παραγράφους που έχουν επιλεγεί.
Change Font	Αλλάζει τις μορφοποιήσεις γραμματοσειράς και αποστάσεων χαρακτήρων του επιλεγμένου κειμένου.

Increase Text Size	Αυξάνει το μέγεθος της γραμματοσειράς
Decrease Text Size	Μικραίνει το μέγεθος της γραμματοσειράς.
Bold	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο και τους αριθμούς σε έντονους. Εάν η επιλογή είναι ήδη σε έντονη γραφή, κάνοντας κλικ στο εικονίδιο καταργείτε τη μορφοποίηση έντονης γραφής.
Italics	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο και τους αριθμούς σε πλάγιους. Εάν η επιλογή είναι ήδη σε πλάγια γραφή, κάνοντας κλικ στο εικονίδιο καταργείτε τη μορφοποίηση πλάγιας γραφής.
Underline	Υπογραμμίζει το επιλεγμένο κείμενο και τους αριθμούς. Εάν η επιλογή είναι ήδη υπογραμμισμένη, κάνοντας κλικ στο εικονίδιο καταργείτε την υπογράμμιση.
Text Color	Μορφοποιεί το επιλεγμένο κείμενο με το χρώμα που επιλέγετε.
Align Left	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα αριστερά με ακανόνιστη δεξιά άκρη.
Align Center	Στοιχίζει στο κέντρο το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα επιλεγμένα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα.
Align Right	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα δεξιά με ακανόνιστη αριστερή άκρη.
Numbered List	Προσθέτει αριθμούς σε επιλεγμένες παραγράφους ή τους καταργεί.

Bulleted List	Προσθέτει κουκκίδες σε επιλεγμένες παραγράφους ή τις καταργεί.
Decrease Indent	Μειώνει τις εσοχές.
Increase Indent	Αυξάνει τις εσοχές.

Η τρίτη σειρά εικονιδίων είναι τα *Advanced* (Προχωρημένα) :

Insert HTML	Εισάγει σύστημα σήμανση ή χαρακτηρισμού ενός εγγράφου που αποσκοπεί στη δημοσίευσή του στο Διαδίκτυο.
Insert Active X Control	Εισαγωγή ενός στοιχείου ελέγχου Ύ όπως ένα πλαίσιο ελέγχου, πλαίσιο λίστας ή κουμπί εντολής Ύ τα οποία δημιουργείτε με την Εργαλειοθήκη στοιχείων ελέγχου και τα οποία παρέχουν επιλογές στους χρήστες ή εκτελούν μακροεντολές, οι οποίες αυτοματοποιούν μια εργασία.
Insert Java Applet	Εισαγωγή ενός μικρού προγράμματος γραμμένο σε γλώσσα Java και εκτελείται από τον υπολογιστή στον οποίο είναι φορτωμένο το πρόγραμμα περιόδευσης.
Insert Plug In	Εισάγει ένα μέρος προγράμματος το οποίο εμφανίζεται μέσα στο πρόγραμμα περιόδευσης και επιτρέπει τη λειτουργία πολυμέσων.
Insert Script	Εισάγει τύπο κωδικού ο οποίος μπορεί να εκτελεστεί απευθείας από το πρόγραμμα που καταλαβαίνει από τι γλώσσα είναι γραμμένο. Το πρόγραμμα αυτό μπορεί να ξεκινήσει τις λειτουργίες του χωρίς να είναι πλήρως φορτωμένο.

Η τέταρτη σειρά εικονιδίων είναι τα Form Fields (Φόρμες Πεδίων) :

One-Line Text Box	Κουτί με κείμενο μιας σειράς.
Scrolling Text Box	Κουτί με κείμενο και ράβδο κύλισης.
Check Box	Κουτί ελέγχου.
Radio Button	Μία φόρμα που βοηθά τον χρήστη να κάνει πιο εύκολα επιλογές διαδικασιών.
Drop Down Menu	Μενού με ράβδο κύλισης στο πλάι.
Push Button	Μία φόρμα που επιτρέπει στο χρήστη να υποβάλλει ή να επαναπροσδιορίσει μια φόρμα αρχικής κατάστασης.

Η πέμπτη σειρά εικονιδίων είναι τα Tables (Πίνακες):

Draw Tables	Εισάγει έναν πίνακα στο σημείο του εγγράφου όπου σύρετε το δείκτη του ποντικιού. Αφού σύρετε για να εισαγάγετε τον πίνακα, σύρετε στο εσωτερικό του πίνακα για να προσθέσετε κελιά, στήλες ή γραμμές.
Eraser	Καταργεί μια γραμμή κελιού από τον πίνακα και συγχωνεύει τα περιεχόμενα των παρακείμενων κελιών. Εάν το κελί έχει περίγραμμα, το Word καταργεί το περίγραμμα αλλά δεν συγχωνεύει τα κελιά. Κάντε κλικ στο κουμπί Γόμα και στη συνέχεια σύρετε το δείκτη της γόμας επάνω από τις γραμμές ή τα περιγράμματα κελιών πίνακα τα οποία θέλετε να διαγράψετε.

Insert Row	Εισαγωγή γραμμών.
Insert Column	Εισαγωγή στήλης.
Insert Cells	Εισαγωγή κελιών.
Delete Cells	Διαγραφή κελιών.
Merge Cells	Συγχώνευση κελιών.
Split Cells	Διαίρεση κελιών.
Align Top	Στοίχιση πάνω.
Center Vertically	Κατακόρυφη στοίχιση στο κέντρο.
Align Bottom	Στοίχιση κάτω.
Distribute Row Evenly	Ομοιόμορφη κατανομή γραμμών.
Distribute Columns Evenly	Ομοιόμορφη κατανομή στηλών.
Background Color	Χρώμα γεμίσματος κελιών.

Πέρα από τα παραπάνω κουμπιά-εικονίδια, το FrontPage έχει λειτουργίες μέσα από τους κάθετους καταλόγους, όπως κάθε πρόγραμμα που λειτουργεί μέσα από τα Windows. Έτσι με βάση τη σειρά που συναντάμε τους καταλόγους αυτούς οι εντολές είναι οι ακόλουθες:

Πρώτος κατάλογος είναι το File (Αρχείο) και περιέχει:

New	Δημιουργεί νέα ιστοσελίδα στο πρόγραμμα.
Open	Ανοίγει ή εντοπίζει ένα αρχείο.
Close	Κλείνει το ενεργό αρχείο, χωρίς να κλείνει και την εφαρμογή. Εάν το αρχείο περιέχει κάποιες μη αποθηκευμένες αλλαγές, θα σας ζητηθεί να αποθηκεύσετε το αρχείο πριν από το κλείσιμο. Για να κλείσετε όλα τα ανοικτά αρχεία, κρατήστε πατημένο το πλήκτρο SHIFT και κάντε κλικ στην εντολή Κλείσιμο όλων στο μενού Αρχείο.
Save	Αποθηκεύει το ενεργό αρχείο με το τρέχον όνομά του, την τρέχουσα θέση του και την τρέχουσα μορφή του.
Save As	Αποθηκεύει το ενεργό αρχείο με διαφορετικό όνομα αρχείου, σε διαφορετική θέση ή με διαφορετική μορφή αρχείου. Στη <i>Microsoft Access</i> , στο <i>Microsoft Excel</i> και στο <i>Word</i> , μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε αυτήν την εντολή για να αποθηκεύσετε ένα αρχείο με κωδικό πρόσβασης ή για να προστατέψετε ένα αρχείο, ώστε να μην μπορούν άλλοι να επιφέρουν αλλαγές στα περιεχόμενά του.
Save All	Αποθηκεύει όλα τα αρχεία με τα τρέχοντα ονόματά τους, την τρέχουσα θέση τους και την τρέχουσα μορφή τους.
Preview In Browser	Πρόγραμμα που παρουσιάζει την ιστοσελίδα και χρησιμεύει στην αναζήτηση μέσα στο Διαδίκτυο (<i>Internet</i>).

Page Setup	Διαμορφώνει τα περιθώρια, την τροφοδοσία χαρτιού, το μέγεθος χαρτιού, τον προσανατολισμό χαρτιού και άλλες επιλογές διάταξης για το ενεργό αρχείο.
Print Preview	Εμφανίζει το αρχείο με τη μορφή που θα έχει όταν εκτυπωθεί.
Print	Εκτυπώνει το ενεργό αρχείο ή επιλεγμένα στοιχεία. Για να κάνετε επιλογές εκτύπωσης, στο μενού Αρχείο, κάντε κλικ στην εντολή Εκτύπωση.
Send	Αποστέλλει το τρέχον αρχείο.
Page Properties	Εμφανίζει το φύλλο ιδιοτήτων για το ενεργό αρχείο.
(Recent files)	Παραθέτει τα αρχεία που έχουν ανοιχθεί πρόσφατα σε αυτό το πρόγραμμα. Για να ανοίξετε γρήγορα ένα από αυτά τα αρχεία, κάντε κλικ στο αρχείο.
Exit	Κλείνει αυτό το πρόγραμμα, αφού σας προτρέψει να αποθηκεύσετε οποιαδήποτε αρχεία δεν έχουν αποθηκευθεί.

Δεύτερος κατάλογος είναι το **Edit** (Επεξεργασία) και περιέχει:

Undo	Αντιστρέφει την τελευταία εντολή ή διαγράφει την τελευταία καταχώριση που πληκτρολογήσατε. Για να αντιστρέψετε περισσότερες από μία ενέργειες, κάντε κλικ στο βέλος δίπλα στο και κατόπιν κάντε κλικ στις ενέργειες που θέλετε να ανατρέψετε. Το όνομα της εντολής μετατρέπεται σε Αδυναμία αναίρεσης, αν δεν μπορείτε να ανατρέψετε την προηγούμενη ενέργεια.
------	--

Redo	<p>Επαναλαμβάνει την τελευταία σας εντολή ή ενέργεια, εφόσον είναι δυνατή η επανάληψή της. Η εντολή Επανάληψη γίνεται Αδυναμία επανάληψης, αν δεν είναι δυνατή η επανάληψη της τελευταίας σας ενέργειας.</p> <p>Όταν χρησιμοποιείτε την εντολή Αναίρεση για να αντιστρέψετε μια ενέργεια, η εντολή Επανάληψη γίνεται Ακύρωση αναίρεσης. Η εντολή Ακύρωση αναίρεσης αντιστρέφει την ενέργεια της εντολής Ακύρωση.</p>
Cut	Καταργεί την επιλογή από το ενεργό έγγραφο και την τοποθετεί στο Πρόχειρο.
Copy	Αντιγράφει την επιλογή στο Πρόχειρο.
Paste	Εισαγάγει τα περιεχόμενα του Προχείρου στο σημείο παρεμβολής και αντικαθιστά οποιαδήποτε επιλογή. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν έχετε αποκόψει ή αντιγράψει ένα αντικείμενο, κείμενο ή τα περιεχόμενα ενός κελιού.
Paste Special	Επικολλά, συνδέει ή συγχωνεύει τα περιεχόμενα του Προχείρου στο τρέχον αρχείο και με τη μορφή που καθορίζετε.
Clear	Απαλείφει το επιλεγμένο αντικείμενο ή κείμενο, χωρίς να το τοποθετεί στο Πρόχειρο. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν είναι επιλεγμένο ένα αντικείμενο ή κείμενο.
Select All	Επιλέγει ολόκληρο το κείμενο και όλα τα γραφικά στο ενεργό Παράθυρο ή επιλέγει ολόκληρο το κείμενο στο επιλεγμένο αντικείμενο.

Find	Αναζητά καθορισμένο κείμενο, μορφοποίηση, σύμβολα, σχόλια, υποσημειώσεις ή σημειώσεις τέλους στο ενεργό έγγραφο.
Replace	Αναζητά και αντικαθιστά το καθορισμένο κείμενο, τη μορφοποίηση, τις υποσημειώσεις, τις σημειώσεις τέλους ή τα σημάδια σχολίων στο ενεργό έγγραφο.
Add Task	Είναι ένα αντικείμενο με το οποίο το FrontPage παρουσιάζει μια ενέργεια που χρειάζεται για να ολοκληρωθεί η ιστοσελίδα. Μερικά τέτοια αντικείμενα είναι αυτοματοποιημένα. Ή μπορείτε να προσθέσετε τα δικά σας
Bookmark	Μία περιοχή σε κάποια ιστοσελίδα η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως διεύθυνση στο Διαδίκτυο.
Hyperlink	Δεσμός που είναι ένα "σημείο", το οποίο σας επιτρέπει να μεταπηδάτε σε άλλη θέση. Η θέση μπορεί να περιλαμβάνει άλλο αρχείο στο σκληρό σας δίσκο ή μια διεύθυνση Internet.
Unlink	Καταργεί το δεσμό που έχει το Hyperlink χωρίς να διαγράψει τους χαρακτήρες.
Font Properties	Αλλάζει τις μορφοποιήσεις γραμματοσειράς και αποστάσεων χαρακτήρων του επιλεγμένου κειμένου.

Τρίτος κατάλογος είναι το View (Προβολή) και περιέχει:

Standard Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Σταθερά".
Format Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Μορφή".

Image Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Εικόνα".
Forms Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Φόρμες".
Advanced Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Προχωρημένα".
Table Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Πίνακα".
Status Toolbar	Τα εικονίδια-κουμπιά "Κατάστασης".
Format Mask	Παρουσιάζει την ιστοσελίδα χωρίς τις λεπτομέρειες που εμφανίζονται στο πρόγραμμα περιόδευση.
Refresh	Κάνει ανανέωση στη ιστοσελίδα.

Τέταρτος κατάλογος είναι το Go (Προωθήσου) και περιέχει:

Back	Επιστρέφει σε προηγούμενη ιστοσελίδα.
Forward	Προχωράει σε επόμενη σελίδα.
Follow Hyperlink	Εμφανίζει τη νέα διεύθυνση που συνδέεται με τον δεσμό.
Mail	Υπηρεσία ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.
News	Υπηρεσία πληροφόρησης νέων από όλο τον κόσμο.
Address Book	Βιβλίο διευθύνσεων, τηλεφώνων, email.
Internet Call	Υπηρεσία σύνδεσης με το Διαδίκτυο.

Πέμπτος κατάλογος είναι το Insert (Εισαγωγή) και περιέχει:

Line Break	Ένας ειδικός χαρακτήρας ο οποίος εμφανίζει μια μία γραμμή στη σελίδα και δημιουργεί καινούρια παράγραφο.
------------	--

Horizontal Line	Εισαγωγή οριζόντιας γραμμής.
Symbol	Εισαγωγή συμβόλου.
Timestamp	Ένα συστατικό του FrontPage το οποίο αντικαθιστά την ημερομηνία και την ώρα που η ιστοσελίδα δημιουργήθηκε ή ανανεώθηκε.
Table Of Contents	Ένα συστατικό του FrontPage που δημιουργεί ένα περίγραμμα στην ιστοσελίδα με δεσμούς σε κάθε σελίδα. Το συστατικό αυτό ανανεώνει το περίγραμμα κάθε φορά που οι κατηγορίες αλλάζουν.
Navigation Bar	Ένα στοιχείο γραφικών ή λεκτικό το οποίο ενσωματώνει δεσμούς που είναι συνδεδεμένοι με την κατασκευή του FrontPage.
File	Εισάγει μέρος του αρχείου ή ολόκληρο το αρχείο που επιλέγετε, στο σημείο εισαγωγής του ενεργού αρχείου.
Image	Εισάγει μια υπάρχουσα εικόνα στο ενεργό αρχείο, στο σημείο παρεμβολής.
Clipart	Ανοίγει το Clip Gallery από όπου μπορείτε να επιλέξετε την εικόνα clip art που θέλετε να εισάγετε στο αρχείο σας ή να ενημερώσετε τη συλλογή Σας εικόνων κλιπ. Στο PowerPoint, αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο σε προβολές διαφανειών και σημειώσεων.
Active Elements	Ενεργά στοιχεία. (υπάρχει υποκατάλογος παρακάτω)

FrontPage Component	Ένα αντικείμενο το οποίο εκτελείται όταν ο υπεύθυνος αποθηκεύει την ιστοσελίδα ή, σε μερικές περιπτώσεις, όταν την επισκέπτεται κάποιος χρήστης. Περιλαμβάνει φόρμες αναζήτησης, μενού, φόρμες αποθήκευσης αποτελεσμάτων.
Database	Εισαγωγής βάσης δεδομένων. (υπάρχει υποκατάλογος παρακάτω)
Form Field	Φόρμες πεδίων. (υπάρχει υποκατάλογος παρακάτω)
Advanced	Προχωρημένα. (υπάρχει υποκατάλογος παρακάτω)
Hyperlink	Εισαγωγή Δεσμών.

Πρώτος υποκατάλογος είναι το **Active Elements** (Προωθήσου) και περιέχει:

Hover Button	Ένα κουμπί με κίνηση στην ιστοσελίδα το οποίο ενεργοποιείται μόλις το ποντίκι σταθεί πάνω του ή όταν ο χρήστης κάνει κλικ σε αυτό.
Banner Ad Manager	Ένα συστατικό του FrontPage οποίο εμφανίζει μια σειρά σχεδιασμένων εικόνων για συγκεκριμένο αριθμό δευτερολέπτων και ύστερα χρησιμοποιεί στην επόμενη εικόνα εφέ μεταβολής.
Marquee	Περιοχή στην ιστοσελίδα που εμφανίζει ένα οριζόντιο κυλινδρικό κείμενο.
Search Form	Εισάγει φόρμα αναζήτησης.
Hit Counter	Είναι ένας μετρητής αριθμών ο οποίος μετράει τον αριθμό των επισκεπτών της ιστοσελίδας.
Video	Εισαγωγή βίντεο κλιπ

Δεύτερος υποκατάλογος είναι το Database (Βάση Δεδομένων) και περιέχει:

Database Region Wizard	Είναι ένα πρόγραμμα το οποίο με βάση τις οδηγίες του μπορεί ο υπεύθυνος να κάνει συνδέσεις σε βάσεις δεδομένων, να δημιουργήσει βάσεις δεδομένων με ερωτήσεις και ερωτήσεις με περισσότερες φόρμες πεδίων στη σελίδα.
Column Value	Χρησιμοποίησε την εντολή αυτή για να εισάγετε τοπογράφο που αναλύει τις τιμές της στήλης στην περιοχή της βάσης δεδομένων.

Τρίτος υποκατάλογος είναι το Forms Field (Φόρμες Πεδίων) και περιέχει:

One-Line Text Box	Κουτί με κείμενο μιας σειράς.
Scrolling Text Box	Κουτί με κείμενο και ράβδο κύλισης.
Check Box	Κουτί ελέγχου.
Radio Button	Μία φόρμα που βοηθά τον χρήστη να κάνει πιο εύκολα επιλογές διαδικασιών.
Drop Down Menu	Μενού με ράβδο κύλισης στο πλάι.
Push Button	Μία φόρμα που επιτρέπει στο χρήστη να υποβάλλει ή να επαναπροσδιορίσει μια φόρμα αρχικής κατάστασης.
Image	Είναι μία φόρμα πεδίου που αναλύει την εικόνα. Κάνοντας κλικ πάνω στην εικόνα ο χρήστης υποβάλλει ή καθαρίζει την φόρμα.
Label	Μετατρέπει τις ετικέτες των φορμών σε κουμπιά.

Τέταρτος υποκατάλογος είναι το **Advanced** (Προχωρημένα) και περιέχει:

Design-Time Control	Ένα πρόγραμμα Active X το οποίο χρησιμοποιείται για την δημιουργία ή επεξεργασία της ιστοσελίδας. Τα προγράμματα αυτά είναι αποθηκευμένα στους υπολογιστές των πελατών και υπάρχουν στις λίστες του FrontPage .
Java Applet	Εισαγωγή ενός μικρού προγράμματος γραμμένο σε γλώσσα Java και εκτελείται από τον υπολογιστή στον οποίο είναι φορτωμένο το πρόγραμμα Περιόδευσης.
Plug In	Εισάγει ένα μέρος προγράμματος το οποίος εμφανίζεται μέσα στο πρόγραμμα περιόδευσης και επιτρέπει τη λειτουργία πολυμέσων.
Active Control	X Εισαγωγή ενός στοιχείου ελέγχου Y όπως ένα πλαίσιο ελέγχου, πλαίσιο λίστας ή κουμπί εντολής Y τα οποία δημιουργείτε με την Εργαλειοθήκη στοιχείων ελέγχου και τα οποία παρέχουν επιλογές στους χρήστες ή εκτελούν μακροεντολές, οι οποίες αυτοματοποιούν μια εργασία.
Script	Εισάγει τύπο κωδικού ο οποίος μπορεί να εκτελεστεί απευθείας από το πρόγραμμα που καταλαβαίνει από τι γλώσσα είναι γραμμένο. Το πρόγραμμα αυτό μπορεί να ξεκινήσει τις λειτουργίες του χωρίς να είναι πλήρως φορτωμένο.

Έκτος κατάλογος είναι το **Format** (Μορφή) και περιέχει:

Font	Αλλάζει τις μορφοποιήσεις γραμματοσειράς και αποστάσεων χαρακτήρων του επιλεγμένου κειμένου.
------	--

Paragraph	Τροποποιεί τις εσοχές, τη στοίχιση κειμένου, το διάστιχο, τη σελιδοποίηση και άλλα στοιχεία μορφοποίησης παραγράφου στην επιλεγμένη παράγραφο.
Bullets And Numbering	Προσθέτει κουκκίδες ή αριθμούς σε επιλεγμένες παραγράφους και τροποποιεί τη μορφή των κουκκίδων και των αριθμών.
Animation	Εισάγει γραφικά. (υπάρχει υποκατάλογος παρακάτω)
Stylesheet	Δημιουργεί ένα στυλ με καθοδική φορά το οποίο μπαίνει στη σελίδα σφηνωμένο σε κάποια άκρη. Το στυλ αυτό μπορεί να δημιουργηθεί μόνο που περιέχει τις θέσεις του στυλ αυτού και θα επεκταθεί καθορίζοντας εξωτερικό στυλ στις θέσεις οι οποίες συνδέονται με τη σελίδα.
Theme	Η θεματική ενότητα απευθύνεται σε επαγγελματίες σχεδιαστές για σελίδες με γραφικά στοιχεία. Το πρόγραμμα περιέχει περισσότερα από 50 θεματικές ενότητες με παρόμοια διάταξη, σχεδιασμένα που περιέχουν κουκκίδες, εικόνες, γραμματοσειρές, και άλλα στοιχεία.
Page Transition	Είναι ένα από τα εφέ όπως η διάλυση ή η εξαφάνιση και είναι εμπεριέχονται σε μερικά προγράμματα περιόδευσης. Τα εφέ αυτό μπορούν να διαμορφωθούν για να εμφανίζονται όταν ένας χρήστης επισκεφτεί ή φύγει από την ιστοσελίδα.
Background	Προσθέτει, τροποποιεί ή καταργεί το χρώμα ή το εφέ γεμίσματος από το επιλεγμένο αντικείμενο. Τα εφέ γεμίσματος περιλαμβάνουν διαβάθμιση, υφή, μοτίβο και εικόνα.

Remove Formatting	Κάντε χρήση αυτής της εντολής για να επαναφέρετε την μορφοποίηση που είναι προεπιλεγμένη και στην οποία βασίζεται το στυλ της παραγράφου.
-------------------	---

Ο υποκατάλογος εδώ είναι ο Animation (Γραφικά) και περιέχει:

Off	Χωρίς εφέ.
Fly From Bottom	Εμφάνιση από κάτω.
Fly From Left	Εμφάνιση από αριστερά.
Fly From Right	Εμφάνιση από δεξιά.
Fly From Top	Εμφάνιση από πάνω.
Fly From Bottom-Left	Εμφάνιση από κάτω αριστερά.
Fly From Bottom-Right	Εμφάνιση από κάτω δεξιά.
Fly From Top-Left	Εμφάνιση από πάνω αριστερά.
Fly From Top-Right	Εμφάνιση από πάνω δεξιά.
Fly From Top-Right By Word	Εμφάνιση από πάνω δεξιά, λέξη προς λέξη.

Fly From Bottom-Right By Word	Εμφάνιση από πάνω αριστερά, λέξη προς λέξη.
Drop In By Word	Εμφάνιση λέξη προς λέξη.
Spiral	Εμφάνιση με πορεία σπирάλ.
Zoom In	Μεγέθυνση.
Zoom Out	Απομάκρυνση.

Έβδομος κατάλογος είναι το Tools (Εργαλεία) και περιέχει:

Spelling	Ελέγχει το ενεργό έγγραφο για την ύπαρξη πιθανών ορθογραφικών, γραμματικών και συντακτικών σφαλμάτων και εμφανίζει υποδείξεις για τη διόρθωση των σφαλμάτων αυτών. Για να ρυθμίσετε τις επιλογές ορθογραφικού και γραμματικού ελέγχου, κάντε κλικ στην εντολή Επιλογές στο μενού Εργαλεία και στη συνέχεια κάντε κλικ στην καρτέλα Ορθογραφία και γραμματική.
Thesaurus	Αντικαθιστά μια λέξη ή μια φράση στο έγγραφο με μια συνώνυμη, αντίθετη ή σχετική λέξη.
Auto Thumbnail	Είναι η μικρογραφία μιας εικόνας στην ιστοσελίδα που περιέχει συνήθως κάποιο δεσμό με μία άλλη ιστοσελίδα που περιλαμβάνει την φωτογραφία στο πραγματικό της μέγεθος.

Shared Borders	Η περιοχή της σελίδας υποδέχεται στοιχεία τα οποία εμφανίζονται σε συνάρτηση με τις σελίδες. Τα στοιχεία αυτά συνήθως περιέχουν δεσμούς και άλλα παρόμοια στοιχεία. Κατά την ανανέωση της ιστοσελίδας όλα τα στοιχεία ανανεώνονται ή δημιουργούνται αυτόματα ακόμα και όταν προστίθενται ή μετακινούνται ή διαγράφονται σελίδες από την κατασκευή της ιστοσελίδας.
Show FrontPage Explorer	Παρουσίαση της ιστοσελίδας με το πρόγραμμα περιόδευσης Explorer.
Show Image Editor	Παρουσίαση μιας εικόνας με επεξεργαστή εικόνας.
Options	Τροποποιεί τις ρυθμίσεις για τα προγράμματα του Microsoft Office, όπως την εμφάνιση της οθόνης, την εκτύπωση, την επεξεργασία, τον έλεγχο ορθογραφίας και άλλες επιλογές.

Όγδοος κατάλογος είναι το Table (Πίνακας) και περιέχει:

Draw Table	Εισάγει έναν πίνακα στο σημείο του εγγράφου όπου σύρετε το δείκτη του ποντικιού. Αφού σύρετε για να εισαγάγετε τον πίνακα, σύρετε στο εσωτερικό του πίνακα για να προσθέσετε κελιά, στήλες ή γραμμές.
------------	---

Insert Table	Εισαγάγει έναν πίνακα με τον αριθμό γραμμών και στηλών που ορίζετε. Αυτή η εντολή γίνεται Εισαγωγή στηλών , Εισαγωγή κελιών ή Εισαγωγή γραμμών , όταν το σημείο παρεμβολής βρίσκεται στον πίνακα και ανάλογα με το τι είναι επιλεγμένο εκείνη την στιγμή.
Insert Row Or Columns	Εισαγάγει έναν πίνακα με τον αριθμό γραμμών και στηλών που ορίζετε. Αυτή η εντολή γίνεται Εισαγωγή στηλών , Εισαγωγή κελιών ή Εισαγωγή γραμμών , όταν το σημείο παρεμβολής βρίσκεται στον πίνακα και ανάλογα με το τι είναι επιλεγμένο εκείνη την στιγμή.
Insert Cell	Εισαγωγή κελιών
Insert Caption	Εισαγωγή επικεφαλίδων
Delete Cells	Διαγράφει τα επιλεγμένα κελιά ή το κελί που περιέχει το σημείο παρεμβολής. Εάν επιλέξετε ολόκληρη γραμμή ή στήλη, η εντολή γίνεται Διαγραφή γραμμών ή Διαγραφή στηλών, αντίστοιχα.
Merge Cells	<p>Στο Microsoft Word, συνδυάζει τα περιεχόμενα των επιλεγμένων γειτονικών κελιών σε ένα μόνο κελί.</p> <p>Στο Microsoft Excel, συνδυάζει δύο ή περισσότερα επιλεγμένα κελιά σε ένα μόνο κελί. Η αναφορά κελιού για ένα συγχωνευμένο κελί είναι το άνω αριστερά κελί της αρχικής επιλογής. Η συγχώνευση πολλών κελιών σε ένα κελί θα διατηρήσει τα περιεχόμενα μόνο του άνω αριστερά κελιού.</p>

Split Cells	<p>Στο Microsoft Word, διαιρεί τα επιλεγμένα κελιά σύμφωνα με τον αριθμό των γραμμών και των στηλών που πληκτρολογείτε.</p> <p>Στο Microsoft Excel, διαχωρίζει ένα συγχωνευμένο κελί στα κελιά από τα οποία προήλθε.</p>
Select Cell	Επιλογή κελιών.
Select Row	Επιλογή σειρών.
Select Column	Επιλογή στηλών
Select Table	Επιλογή πίνακα.
Distribute Rows Evenly	Μετατρέπει τις γραμμές ή τα κελιά που έχουν επιλεγεί, ώστε να έχουν ίσο ύψος γραμμής.
Distribute Columns Evenly	Μετατρέπει τις στήλες ή τα κελιά που έχουν επιλεγεί, ώστε να έχουν ίσο πλάτος στήλης.
Convert Text To Table	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο σε πίνακα ή μετατρέπει τον επιλεγμένο πίνακα σε οριοθετημένο κείμενο. Το κείμενο που μετατρέπετε σε πίνακα πρέπει να συμπεριλαμβάνει διαχωριστικούς χαρακτήρες, όπως στηλοθέτες ή κόμματα.
Convert Table To Text	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο σε πίνακα ή μετατρέπει τον επιλεγμένο πίνακα σε οριοθετημένο κείμενο. Το κείμενο που μετατρέπετε σε πίνακα πρέπει να συμπεριλαμβάνει διαχωριστικούς χαρακτήρες, όπως στηλοθέτες ή κόμματα.

Caption Properties	Καθορίζει ότι οι επιλεγμένες γραμμές θα αποτελέσουν μια επικεφαλίδα πίνακα, η οποία επαναλαμβάνεται στις επόμενες σελίδες, αν ο πίνακας καταλαμβάνει περισσότερες της μιας σελίδες. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν οι επιλεγμένες γραμμές συμπεριλαμβάνουν την πρώτη γραμμή του πίνακα.
Cell Properties	Ιδιότητες κελιών.
Table Properties	Ιδιότητες πίνακα.

Ένατος κατάλογος είναι το **Frame** (Σκελετός) και περιέχει:

New Frame	Αυτή η εντολή χρησιμοποιείται για τη δημιουργία νέου σκελετού σελίδας. Ο έλεγχος δείχνει τις δυνατότητες της σελίδας που μπορεί να δημιουργηθεί και μετατρέπεται ανάλογα με τις ανάγκες του χρήστη.
Split Frame	Διαίρεση σκελετού.
Delete Frame	Διαγραφή σκελετού.
Set Initial Page	Χρησιμοποιείστε την εντολή αυτή στην αρχική σελίδα ώστε να έχετε την ευκαιρία να επιλέξετε το σκελετό όταν αναλύεται η σελίδα στο πρόγραμμα περιόδευσης. Αυτή η εντολή δημιουργεί τους δεσμούς, που μπορεί να είναι στον υπολογιστή σας ή σε άλλη διεύθυνση στο Διαδίκτυο.
Open Page In New Window	Με αυτήν την εντολή μπορείτε να δημιουργήσετε δεσμούς με μια νέα σελίδα καθώς πατάτε την εντολή για τη δημιουργία της.
Save Page	Αποθήκευση της τρέχουσας σελίδας με το ίδιο όνομα.

Save Page As	Αποθήκευση της τρέχουσας σελίδας με διαφορετικό όνομα.
Frames Page Properties	Αυτή η εντολή χρησιμοποιείται για να αναλύσει τον έλεγχο του σκελετού της σελίδας. Με αυτήν μπορείτε να τα διαστήματα που υπάρχουν στη σελίδα από τον ενεργό σκελετό.
Frame Properties	Προβάλλει τις ιδιότητες του σκελετού.

Δέκατος κατάλογος είναι το Window (Παράθυρο) και περιέχει:

Cascade	Εμφανίζει όλα τα ανοικτά αρχεία σε ξεχωριστά παράθυρα στην οθόνη. Η εντολή Τακτοποίηση κάνει ευκολότερη τη μετάβαση από αρχείο σε αρχείο.
Tile	Ανοίγει και τακτοποιεί όλα τα ανοικτά παράθυρα ώστε να μην κρύβει το ένα το άλλο.
Arrange Icons	Εμφανίζει όλα τα ανοικτά αρχεία σε ξεχωριστά παράθυρα στην οθόνη. Η εντολή Τακτοποίηση κάνει ευκολότερη τη μετάβαση από αρχείο σε αρχείο.
Pages List	Παραθέτει όλα τα ανοικτά αρχεία σε αυτό το πρόγραμμα. Κάντε κλικ στο αρχείο στο οποίο θέλετε να εργαστείτε.

Ενδέκατος κατάλογος είναι το Help (Βοήθεια) και περιέχει:

Microsoft FrontPage Help	Ο Βοηθός του FrontPage παρέχει θέματα βοήθειας και συμβουλές για να σας βοηθήσει να υλοποιήσετε τις εργασίες σας.
--------------------------	---

Microsoft On The Web	Σας συνδέει με την τοποθεσία Web της Microsoft και σε άλλες τοποθεσίες που σας παρέχουν τις πιο πρόσφατες πληροφορίες.
About Microsoft FrontPage Editor	Εμφανίζει τον αριθμό έκδοσης αυτού του προγράμματος της Microsoft, καθώς και προειδοποιήσεις για τα πνευματικά δικαιώματα και για τις νομικές κυρώσεις που επιφέρει η χωρίς άδεια χρήση του. Εμφανίζει ακόμη το όνομα χρήστη και εταιρείας, τον σειριακό αριθμό λογισμικού και πληροφορίες για τον υπολογιστή σας και το λειτουργικό του σύστημα.

Τέλος υπάρχει η επιλογή να γραφτεί η δομή της ιστοσελίδας μέσα από γλώσσα HTML. (Hypertext Markup Language). Η Hypertext Markup Language, ή HTML, είναι ένα σύστημα σήμανσης ή χαρακτηρισμού ενός εγγράφου, που αποσκοπεί στη δημοσίευσή του στο World Wide Web. Τα έγγραφα που προετοιμάζονται σε HTML περιέχουν γραφικά αναφοράς και ετικέτες μορφοποίησης. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα πρόγραμμα ανάγνωσης ιστοσελίδων Web (όπως το Microsoft Internet Explorer), για να εμφανίσετε αυτά τα έγγραφα.

1.2.1.2 Ανάλυση προγράμματος Dreamweaver

Το Dreamweaver είναι ένα από τα πιο διαδεδομένα προγράμματα που χρησιμοποιούνται για την κατασκευή μιας ιστοσελίδας. Στις επόμενες σελίδες αναλύονται όλες οι εντολές του προγράμματος αυτού καθώς και οι διευκολύνσεις που παρέχει. (βλέπε Παράρτημα Γ).

Στην πρώτη οθόνη που βλέπει ο χρήστης του προγράμματος αυτού είναι η πιο απλή και περιέχει τις εντολές που χρησιμοποιούνται κυρίως στο περιβάλλον των Windows καθώς και μία μπάρα με την ονομασία Properties (Ιδιότητες) με τις ακόλουθες εντολές:

Format	Απευθύνεται σε ένα συγκεκριμένο τρόπο γραφής των παραγράφων. Η εντολή αυτή απευθύνεται στην συγκεκριμένη ιεράρχηση του υπό κατασκευής κειμένου.
Font Combination	Απευθύνεται στη χρήση της γραμματοσειράς που θα χρησιμοποιηθεί στο κείμενο. Το πρόγραμμα περιόδευσης αναλύει το κείμενο χρησιμοποιώντας την πρώτη γραμματοσειρά που φορτώθηκε στο σύστημα.
Size	Απευθύνεται και σε συγκεκριμένο μέγεθος γραμματοσειράς (από το 1 μέχρι το 7) ή σε μέγεθος (+ ή -1 μέχρι το + ή -7) σε σχέση με το βασικό μέγεθος της γραμματοσειράς (το βασικό είναι 3).
Text Color	Μετατρέπει το χρώμα του κειμένου.
Bold	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο και τους αριθμούς σε έντονους. Εάν η επιλογή είναι ήδη σε έντονη γραφή, κάνοντας κλικ στο καταργείτε τη μορφοποίηση έντονης γραφής.

Italic	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο και τους αριθμούς σε πλάγιους. Εάν η επιλογή είναι ήδη σε πλάγια γραφή, κάνοντας κλικ στο καταργείτε τη μορφοποίηση πλάγιας γραφής.
Align Left	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα αριστερά με ακανόνιστη δεξιά άκρη.
Align Center	Στοιχίζει στο κέντρο το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα επιλεγμένα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα.
Align Right	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα δεξιά με ακανόνιστη αριστερή άκρη.
Link	Μετατρέπει το επιλεγμένο κείμενο σε σύνδεσμο με κάποια σελίδα στο Διαδίκτυο.
Target	Προσδιορίζει το παράθυρο στο οποίο θα φορτωθεί η νέα σελίδα. Τα ονόματα από όλα τα παράθυρα του συγκεκριμένου κειμένου εμφανίζονται σε λίστα. Εάν το συγκεκριμένο δεν υπάρχει τότε η σελίδα ανοίγει σε καινούργιο παράθυρο στο πρόγραμμα περιόδευσης. Όταν υπάρχει κάποιο παράθυρο τότε άλλα αρχεία μπορούν να ανοίξουν μέσα από αυτό.
Unordered List	Προσθέτει κουκκίδες σε επιλεγμένες παραγράφους ή τις καταργεί.
Ordered List	Προσθέτει αριθμούς σε επιλεγμένες παραγράφους ή τους καταργεί.

List Item	Ανοίγει τη λίστα με τις ιδιότητες.
Indent	Αυξάνει τις εσοχές.
Outdent	Μειώνει τις εσοχές.

Πέρα από τις παραπάνω βασικές εντολές υπάρχουν και μερικές που υπάρχουν στις ακόλουθες λίστες και είναι λίγο ή πολύ όμοιες με όλα τα προγράμματα που χρησιμοποιούνται στα Windows. Με βάση τη σειρά που συναντάμε του καταλόγους με τις εντολές έχουμε πρώτα την εντολή File (Αρχείο) και περιέχει:

New	Δημιουργεί ένα νέο κενό αρχείο.
New From Template	Δημιουργεί νέο κενό αρχείο με βάση κάποια φόρμα που έχει ήδη χρησιμοποιηθεί.
Open	Ανοίγει ή εντοπίζει ένα αρχείο.
Open In Frame	Ανοίγει ένα αρχείο μέσα από το σκελετό της σελίδας που ήδη υπάρχει.
Close	Κλείνει το ενεργό αρχείο, χωρίς να κλείνει και την εφαρμογή. Εάν το αρχείο περιέχει κάποιες μη αποθηκευμένες αλλαγές, θα σας ζητηθεί να αποθηκεύσετε το αρχείο πριν από το κλείσιμο. Για να κλείσετε όλα τα ανοικτά αρχεία, κρατήστε πατημένο το πλήκτρο SHIFT και κάντε κλικ στην εντολή Κλείσιμο όλων στο μενού Αρχείο.
Save	Αποθηκεύει το ενεργό αρχείο με το τρέχον όνομά του, την τρέχουσα θέση του και την τρέχουσα μορφή του.

Save As	Αποθηκεύει το ενεργό αρχείο με διαφορετικό όνομα αρχείου, σε διαφορετική θέση ή με διαφορετική μορφή αρχείου. Στη Microsoft Access, στο Microsoft Excel και στο Word, μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε αυτήν την εντολή για να αποθηκεύσετε ένα αρχείο με κωδικό πρόσβασης ή για να προστατέψετε ένα αρχείο, ώστε να μην μπορούν άλλοι να επιφέρουν αλλαγές στα περιεχόμενά του.
Save As Template	Δημιουργεί μια φόρμα από μία ιστοσελίδα και ύστερα την τροποποιεί στις απαιτήσεις του χρήστη.
Save Frameset	Αποθηκεύει τις αλλαγές που έγιναν στο σκελετό της ιστοσελίδας με το τρέχον όνομα, την τρέχουσα θέση και την τρέχουσα μορφή του.
Save Frameset As	Αποθηκεύει τις αλλαγές που έγιναν στο σκελετό της ιστοσελίδας με διαφορετικό όνομα, διαφορετική θέση ή με διαφορετική μορφή.
Save All	Αποθηκεύει όλα τα αρχεία με τα τρέχοντα ονόματά τους, την τρέχουσα θέση τους και την τρέχουσα μορφή τους.
Revert	Επαναφέρει το κείμενο στην μορφή που είχε μετά την τελευταία αποθήκευση.
Design Notes	Δίνει την δυνατότητα να διατηρηθεί η χρήση ενός άλλου αρχείου σε σχέση με το κείμενο του χρήστη.
Import	(Αποτελεί τον πρώτο υποκατάλογο)
Export	(Αποτελεί τον δεύτερο υποκατάλογο)

Convert	(Αποτελεί τον Τρίτο υποκατάλογο)
Preview In Browser	(Αποτελεί τον τέταρτο υποκατάλογο)
Check Links	Δίνει τη δυνατότητα να ανιχνεύσει κατεστραμμένες συνδέσεις και μη αναφερόμενα αρχεία στο ανοιγμένο αρχείο, τμήμα της ιστοσελίδας ή ολόκληρης. Οι μόνες συνδέσεις που αναγνωρίζει είναι οι συνδέσεις μέσα στην ιστοσελίδα. Το πρόγραμμα συντάσσει μια λίστα με εξωτερικές συνδέσεις οι οποίες εμφανίζονται από το επιλεγμένο κείμενο αλλά δεν είναι αναγνωρισμένες.
Check Target Browsers	Το πρόγραμμα αυτό δίνει τη δυνατότητα στην κατασκευή ιστοσελίδας με στοιχεία τα οποία υποστηρίζονται από όλα τα προγράμματα περιόδευσης καθώς και με στοιχεία τα οποία υποστηρίζονται μόνο από νέα προγράμματα περιόδευσης. Η ιδιαιτερότητα της εντολής αυτής είναι ότι δοκιμάζει το πρόγραμμα σε γλώσσα HTML μέσα στο κείμενο της ιστοσελίδας για να βρει αν κάποια στοιχεία δεν υποστηρίζονται από τα προγράμματα περιόδευσης.
(Recent Files)	Παραθέτει τα αρχεία που έχουν ανοιχθεί πρόσφατα σε αυτό το πρόγραμμα. Για να ανοίξετε γρήγορα ένα από αυτά τα αρχεία, κάντε κλικ στο αρχείο.
Exit	Κλείνει αυτό το πρόγραμμα, αφού σας προτρέψει να αποθηκεύσετε οποιαδήποτε αρχεία δεν έχουν αποθηκευθεί.

Πρώτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Import (Εισαγωγή) και περιέχει:

<p>Import XML* Into Template</p>	<p>Εάν χρησιμοποιείτε XML ιστοσελίδας σας, χρησιμοποιούν τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα εισαγωγών XML και εξαγωγής να λειτουργήσουν με το περιεχόμενο XML σας. Μπορείτε να εξαγάγετε τις editable περιοχές ενός εγγράφου που χρησιμοποιεί ένα πρότυπο έτσι ώστε μπορείτε να εργαστείτε με εκείνο το ικανοποιημένο εξωτερικό Dreamweaver, ή μπορείτε να συγχωνεύσετε το περιεχόμενο ενός εγγράφου XML με ένα υπάρχον πρότυπο Dreamweaver.</p>
<p>Import Word HTML</p>	<p>Στο Dreamweaver, μπορείτε να ανοίξετε ή να εισαγάγετε τα έγγραφα σωζόμενα από Microsoft Word ως αρχεία HTML, και έπειτα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το καθαρό επάνω πλαίσιο διαλόγου HTML του Word να αφαιρέσετε τον ξένο κώδικα HTML που παράγεται από το Word. Ο κώδικας που το Dreamweaver αφαιρεί χρησιμοποιείται πρώτιστα από το Word στα έγγραφα σχήματος και επίδειξης στο Word και δεν απαιτείται να επιδείξει το αρχείο HTML. Διατηρήστε ένα αντίγραφο του αρχικού αρχείου του Word σας ως βάση, επειδή μπορείτε να μην είστε σε θέση να ανοίξετε πάλι το έγγραφο HTML στο Word μόλις εφαρμόσετε το καθαρό επάνω χαρακτηριστικό γνώρισμα HTML του Word. Η εντολή καθαρισμός HTML του Word είναι διαθέσιμη για τα έγγραφα σωζόμενα ως αρχεία HTML από το Word 97 ή νεότερο.</p>

Import Table Data	Τα στοιχεία στοιχείων πινάκων εισαγωγής που έχουν δημιουργηθεί σε μια άλλη εφαρμογή (όπως η Microsoft Excel) και σωζόμενος με ένα οριοθετημένο σχήμα (που χωρίζεται από τις ετικέτες, κόμματα, άνω και κάτω τελείες, άνω τελείες, ή άλλοι οριοθέτες) μπορούν να εισαχθούν στο Dreamweaver και να μορφοποιηθούν ξανά ως πίνακες.
-------------------	---

*= Είναι μια γλώσσα που καθορίζει τις ετικέτες και τις σχέσεις που υπάρχουν γύρω από αυτές. Μοιάζει με την γλώσσα HTML αλλά καθορίζει κάποιες ειδικές ετικέτες.

Δεύτερος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Export (Εξάγω) και περιέχει:

Export Editable Regions As XML	Το Dreamweaver δίνει τη δυνατότητα να γίνει εξαγωγή περιεχόμενου XML χρησιμοποιώντας όποιες ετικέτες από τις δύο επιθυμείται: είτε περιοχή με ετικέτα είτε στάνταρ ετικέτα του Dreamweaver. Οι σημειώσεις που χρησιμοποιείς σχετίζονται στο πως το περιεχόμενο XML είναι ενσωματωμένο στην ιστοσελίδα.
Export CSS Styles	Εξάγει χαρακτήρες CSS σε όποιο φάκελο επιθυμείτε.

Export Table	<p>Για να εξαγάγετε τα στοιχεία πινάκων που δημιουργείτε σε Dreamweaver, πρέπει να σώσετε τα στοιχεία με ένα σχήμα αρχείων που δέχεται τα οριοθετημένα στοιχεία. Οι διαχωριστές οριοθετών που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε είναι κόμματα, άνω και κάτω τελείες, άνω τελείες, ή διαστήματα. Δεν μπορείτε να επιλέξετε τις μερίδες ενός πίνακα που εξάγει όταν εξάγετε έναν πίνακα, ολόκληρος ο πίνακας εξάγεται. Εάν θέλετε μόνο τα ιδιαίτερα στοιχεία όπως για παράδειγμα τις πρώτες έξι σειρές ή τα πρώτα έξι στήλες δημιουργείται ένας νέος πίνακας, αντιγράψτε τις πληροφορίες στο νέο πίνακα, και εξάγετε το νέο πίνακα.</p>
--------------	---

Τρίτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Convert** (Μετατροπέας) και περιέχει:

3.0 Browser Compatible	<p>Χρησιμοποιήστε την εντολή αυτή για τη δημιουργία συμβατό πρόγραμμα περιόδευσης της έκδοσης 3.0 της σελίδας η οποία χρησιμοποιείται από περιοχές ή για την μετατροπή ενός κειμένου που έχει πίνακα σε ένα που έχει ζώνες. Σε κάθε μετατροπή ο Dreamweaver δημιουργεί ένα ξεχωριστό τροποποιημένο κείμενο και παρουσιάζει το αρχικό κείμενο. Γενικά θα πρέπει να γίνει η μετατροπή του κειμένου μόνο όταν το αρχικό αρχείο είναι ικανοποιητικό, ειδάλως πρέπει να γίνει η μετατροπή την στιγμή που γίνεται η αλλαγή του αρχικού αρχείου.</p>
------------------------	---

Τέταρτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Preview in Browser** (Παρουσίαση μέσα από πρόγραμμα περιόδευσης) και παρουσιάζει τα καθορισμένα προγράμματα περιόδευσης, είτε το βασικό είτε τα δευτερεύον:

lexplore	(βασικό πρόγραμμα περιόδευσης)
Edit Browser List	(λίστα προγραμμάτων περιόδευσης)

Δεύτερος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το **Edit** (Επεξεργασία) και περιέχει:

Undo	Αντιστρέφει την τελευταία εντολή ή διαγράφει την τελευταία καταχώριση που πληκτρολογήσατε. Για να αντιστρέψετε περισσότερες από μία ενέργειες, κάντε κλικ στο βέλος δίπλα στο εικονίδιο αναίρεσης και κατόπιν κάντε κλικ στις ενέργειες που θέλετε να αναιρέσετε. Το όνομα της εντολής μετατρέπεται σε Αδυναμία αναίρεσης, αν δεν μπορείτε να αναιρέσετε την προηγούμενη ενέργεια.
Redo	Επαναλαμβάνει την τελευταία σας εντολή ή ενέργεια, εφόσον είναι δυνατή η επανάληψή της. Η εντολή Επανάληψη γίνεται Αδυναμία επανάληψης, αν δεν είναι δυνατή η επανάληψη της τελευταίας σας ενέργειας. Όταν χρησιμοποιείτε την εντολή Αναίρεση για να αντιστρέψετε μια ενέργεια, η εντολή Επανάληψη γίνεται Ακύρωση αναίρεσης. Η εντολή Ακύρωση αναίρεσης αντιστρέφει την ενέργεια της εντολής Ακύρωση.

Cut	Καταργεί την επιλογή από το ενεργό έγγραφο και την τοποθετεί στο Πρόχειρο.
Copy	Αντιγράφει την επιλογή στο Πρόχειρο.
Paste	Εισαγάγει τα περιεχόμενα του Προχείρου στο σημείο παρεμβολής και αντικαθιστά οποιαδήποτε επιλογή. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν έχετε αποκόψει ή αντιγράψει ένα αντικείμενο, κείμενο ή τα περιεχόμενα ενός κελιού.
Clear	Απαλείφει το επιλεγμένο αντικείμενο ή κείμενο, χωρίς να το τοποθετεί στο Πρόχειρο. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν είναι επιλεγμένο ένα αντικείμενο ή κείμενο.
Copy Text Only	Ξεχωρίζει το κείμενο και το αντιγράφει από το επιλεγμένο αντικείμενο στο Πρόχειρο.
Paste As Text	Μετατρέπει το αντικείμενο σε κείμενο και εισάγει το επιλεγμένο πλέον κείμενο από το Πρόχειρο στο σημείο παρεμβολής και αντικαθιστά οποιαδήποτε επιλογή. Αυτή η εντολή είναι διαθέσιμη μόνο αν έχετε αποκόψει ή αντιγράψει ένα αντικείμενο ή κάποια εικόνα.
Select All	Επιλέγει ολόκληρο το κείμενο και όλα τα γραφικά στο ενεργό παράθυρο ή επιλέγει ολόκληρο το κείμενο στο επιλεγμένο αντικείμενο.
Select Parent Tag	Επιλέγει την πρωτεύων ετικέτα από το αντικείμενο και την τοποθετεί στο πρόχειρο.

Select Child	Επιλέγει την δευτερεύων ετικέτα από το αντικείμενο και την τοποθετεί στο πρόχειρο.
Find	Αναζητά καθορισμένο κείμενο, μορφοποίηση, σύμβολα, σχόλια, υποσημειώσεις ή σημειώσεις τέλους στο ενεργό έγγραφο.
Find Next	Αναζητά το ήδη καθορισμένο κείμενο, μορφοποίηση, σύμβολα, σχόλια, υποσημειώσεις ή σημειώσεις τέλους στο ενεργό έγγραφο.
Replace	Αναζητά και αντικαθιστά το καθορισμένο κείμενο, τη μορφοποίηση, τις υποσημειώσεις, τις σημειώσεις τέλους ή τα σημάδια σχολίων στο ενεργό έγγραφο.
Launch External Editor	Δίνει τη δυνατότητα να γίνει κατέλκυση του πρωταρχικού εξωτερικού κειμένου από το Dreamweaver σε προβολή μέσα από την αρχική γλώσσα HTML για τα τρέχοντα κείμενα και ύστερα αλλάζει πάλι στο πρόγραμμα Dreamweaver για να συνεχιστεί η επεξεργασία των γραφικών. Το Dreamweaver ελέγχει τις αλλαγές που έχουν αποθηκευτεί στο κείμενο, εξωτερικά, βοηθάει στην επανάληψη του κειμένου κατά την επιστροφή.

Preferences	Το Dreamweaver έχει την επιλογή ελέγχου ρύθμισης του χειρισμού γενικά των λειτουργιών του προγράμματος καθώς και των επιλογών που σχετίζονται με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά όπως τα πλαίσια των ιστοσελίδων, η γραμματοσειρά, οι εξωτερικοί editors.
-------------	---

Τρίτος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το View (Προβολή) και περιέχει:

Head Content	Προσφέρει πληροφορίες για το περιεχόμενο της ιστοσελίδας μέσα από εικονίδια.
Invisible Elements	Αόρατα στοιχεία είναι στοιχεία όπως είναι το κείμενο, τα σχόλια και ονόματα αγκύρων που παρουσιάζονται με σημάδια στο παράθυρο επεξεργασίας. Εμφανίζοντας τα αόρατα στοιχεία δίνεται η δυνατότητα να επιλεγούν τα σημάδια αυτά και να γίνει τροποποίηση έτσι ώστε να μπορεί να γίνει αλλαγή στις ιδιότητες στον ελεγκτή
Layer Borders	Καθορίζει τα όρια των πεδίων μέσα στο κείμενο.
Table Borders	Καθορίζει τα όρια των πινάκων μέσα στο κείμενο.
Frame Borders	Καθορίζει τα όρια των πλαισίων γύρω από το κείμενο.
Image Maps	Ο χάρτης εικόνας είναι μια εικόνα η οποία έχει διαιρεθεί σε περιοχές ή σε συνδέσμους, και όταν οι σύνδεσμοι ενεργοποιηθούν εμφανίζεται μια νέα διεύθυνση.
Rulers	(Αποτελεί τον πρώτο υποκατάλογο)
Grid	(Αποτελεί τον δεύτερο υποκατάλογο)

Prevent Overlaps Layer	Επειδή το κελιά από τους πίνακες δεν μπορούν να επικαλυφθούν, το Dreamweaver δεν μπορεί να δημιουργήσει ένα πίνακα από περιοχές που έχουν ήδη επικαλυφθεί.
Tracing Image	(Αποτελεί τον τρίτο υποκατάλογο)
Plugins	(Αποτελεί τον τέταρτο υποκατάλογο)
Status Bar	Το παράθυρο που χρησιμοποιείται αναλύει τα περιεχόμενα του κειμένου κατά προσέγγιση όπως θα εμφανίζονταν αυτά σε ένα πρόγραμμα περιόδευσης.

Πρώτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Rulers (Χάρακες) και περιέχει:

Show	Οι χάρακες μπορούν να αναλυθούν στα αριστερά και στην κορυφή της σελίδας σε εικονοκύτταρα, ίντσες, εκατοστά.
Reset Origin	Επαναφορά αρχικής ρυθμίσεων.
Pixels	Μετατρέπει τις ρυθμίσεις σε εικονοκύτταρα.
Inches	Μετατρέπει τις ρυθμίσεις σε ίντσες .
Centimeters	Μετατρέπει τις ρυθμίσεις σε εκατοστά.

Δεύτερος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Grid (Πλέγμα) και περιέχει:

Show	Εμφανίζει ένα πλέγμα στο πίσω μέρος της οθόνης που βοηθάει στην κατασκευή της σελίδας. Μέσα από το πλέγμα αυτό μπορεί ο χρήστης να μαντέψει πως θα εμφανίζεται η σελίδα στο πρόγραμμα περιόδευσης.
Snap To	Χρησιμοποιήστε το πλέγμα ως οδηγό για την τοποθέτηση ή προσαρμογή των πεδίων μέσα στο παράθυρο. Εάν το σπάσιμο πραγματοποιηθεί τα πεδία αυτόματα θα τοποθετηθούν στην πλησιέστερη θέση όταν κινηθούν ή αλλαχθούν
Settings	Χρησιμεύει για να αλλαχθούν οι ιδιότητες στο πλέγμα.

Τρίτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Tracing Image (Χάραξη Εικόνας) και περιέχει:

Show	Εμφανίζει μια επιλεγμένη εικόνα ως φόντο.
Align with selection	Ευθυγραμμίζει την εικόνα με βάση τα επιλεγμένα αντικείμενα.
Adjust position	Κάνει τις ρυθμίσεις για την τοποθέτηση της εικόνας με βάσει τους άξονες X και Y
Reset position	Μηδενίζει τις ρυθμίσεις.
Load	Φορτώνει μια εικόνα στο φόντο της σελίδας.

Τέταρτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Plugins** (Καλωδίωση) και περιέχει:

Play	Ενεργοποιεί ένα πρόγραμμα ταινίας ή κινουμένων σχεδίων που υπάρχει μέσα στην ιστοσελίδα.
Stop	Σταματάει το ενεργοποιημένο πρόγραμμα ταινίας ή κινουμένων σχεδίων που υπάρχει μέσα στην ιστοσελίδα.
Play All	Ενεργοποιεί ταυτόχρονα όλα τα προγράμματα ταινιών και κινουμένων σχεδίων που υπάρχουν μέσα στην ιστοσελίδα.
Stop All	Σταματάει ταυτόχρονα όλα τα ενεργοποιημένα προγράμματα ταινιών και κινουμένων σχεδίων που υπάρχουν μέσα στην ιστοσελίδα.

Τέταρτος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το **Insert** (Εισαγωγή) και περιέχει:

Image	Εισάγει μια υπάρχουσα εικόνα στο ενεργό αρχείο, στο σημείο παρεμβολής.
Rollover Image	Εισάγει μια υπάρχουσα εικόνα στο ενεργό αρχείο, στο σημείο παρεμβολής. Η διαφορά με την προηγούμενη εντολή είναι ότι αυτή η εικόνα αλλάζει όταν ο δείκτης του ποντικιού περνάει πάνω από την εικόνα. Ουσιαστικά η εικόνα αυτή αποτελείται από δύο εικόνες και η δεύτερη εμφανίζεται μόνο εάν το ποντίκι περάσει πάνω από την πρώτη.
Table	Εισαγάγει έναν πίνακα με τον αριθμό γραμμών και στηλών που ορίζετε.

Tabular Date	Η βάση δεδομένων που έχει δημιουργηθεί σε κάποιο διαφορετικό αρχείο, όπως το Microsoft Excel, και έχει αποθηκευτεί σε συγκεκριμένη μορφή μπορεί να εισαχθεί στο Dreamweaver και να μορφοποιηθεί ξανά. .
Horizontal Rule	Οι οριζόντιες γραμμές είναι χρήσιμες για να οργανωθούν καλά οι πληροφορίες. Σε μια σελίδα μπορεί να ξεχωριστούν οπτικά το κείμενο και τα αντικείμενα μόνο με μία γραμμή.
Navigation Bar	Αυτή η εντολή αποτελείται από μία εικόνα ή ένα αριθμό εικόνων οι οποίες αλλάζουν βασιζόμενες τις κινήσεις του χρήστη.
Layer	Δημιουργεί πεδία χρησιμοποιώντας την προσθήκη, μεταφορά ή σχεδιασμό άλλου πεδίου ή αλλάζοντας τις πρωταρχικές εντολές του.
Form	Εισάγει μία φόρμα στην ιστοσελίδα. Η φόρμα αυτή σχηματίζεται ανάλογα με τις ιδιότητες που θα καθορίσουμε.
Form Object	(Αποτελεί τον πρώτο υποκατάλογο)
Frames	(Αποτελεί τον δεύτερο υποκατάλογο)
Line Break	Εισάγει ένα συγκεκριμένο τύπο ο οποίος δέχεται την ιστοσελίδα. Διαλέγοντας τον σωστό τύπο αυτής της εντολής εξασφαλίζεται η σωστή προβολή του κωδικού της γλώσσας HTML όταν προβάλλεται. Αυτή η εντολή είναι εξίσου χρήσιμη όταν η δουλειά γίνεται με εξωτερικό επεξεργαστή κειμένου ο οποίος αναγνωρίζει μόνο βασικές εντολές.

E - Mail Link	Εισάγει μια διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στο ορισμένο σημείο.
Date	Τοποθετεί την τρέχον ημερομηνία στο ορισμένο σημείο. .
Media	(Αποτελεί τον τρίτο υποκατάλογο)
Head	(Αποτελεί τον τέταρτο υποκατάλογο)
Characters	(Αποτελεί τον πέμπτο υποκατάλογο)
Server - Side Include	Πλάγιος βοηθός περιεχομένου είναι οδηγίες προς τον βοηθό που περιλαμβάνουν τα συγκεκριμένα αρχεία μέσα σε τρέχον αρχείο. Τοποθετώντας ένα τέτοιο βοηθητικό αρχείο μέσα σε ένα πρόγραμμα προστίθεται μόνο μία παραπομπή σε εξωτερικό αρχείο.
Named Anchor	Αυτά τα στοιχεία προωθούν τον χρήστη σε συγκεκριμένο μέρος στο κείμενο. Η χρήση ενός τέτοιου στοιχείου συνδέει με μία συγκεκριμένη περιοχή μέσα στη τρέχουσα σελίδα ή σε διαφορετική σελίδα. Αυτά τα στοιχεία συχνά χρησιμοποιούνται για να γίνει η προώθηση σε συγκεκριμένο σημείο ή στην αρχή του κειμένου.
Comment	Εισάγει ένα σχόλιο το οποίο περιγράφει το κείμενο μέσα στην γλώσσα HTML και εξηγεί τον κωδικό ή προσφέρει άλλες λεπτομέρειες. Το σχόλιο αυτό δεν επηρεάζει την εμφάνιση του κειμένου στο πρόγραμμα περιόδευσης.

Script	Δίνει τη δυνατότητα εισαγωγής σεναρίου, όπως για παράδειγμα ένα πρόγραμμα Java, μέσα στο κείμενο χωρίς να πρέπει να χρησιμοποιηθεί η γλώσσα HTML.
Non - Breaking Space	Τοποθετεί ένα συνδετικό κενό σε ορισμένο σημείο το οποίο εμποδίζει να χωριστεί μια γραμμή ανάμεσα σε δύο λέξεις.
Get More Objects	Δίνει την δυνατότητα να προμηθευτεί ο χρήστης παραπάνω αντικείμενα από το Internet.

Πρώτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Form Object (Φόρμα Αντικειμένου) και περιέχει:

Text Field	Εισάγει πλαίσιο κειμένου και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Button	Εισάγει κουμπί και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Check Box	Εισάγει κουπί ελέγχου και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Radio Button	Εισάγει στρογγυλό κουμπί επιλογής και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
List / Menu	Εισάγει λίστα περιεχομένου και εμφανίζει τις ιδιότητές της.
File Field	Εισάγει πεδίο αναζήτησης και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Image Field	Εισάγει εικόνα και εμφανίζει τις ιδιότητές της.
Hidden Field	Εισάγει ένα κρυφό πεδίο και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Jump Menu	Εισάγει ένα μενού και εμφανίζει τις επιλογές του.

Δεύτερος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Frames (Πλαίσιο Σελίδας) και περιέχει:

Left	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο αριστερό μέρος της σελίδας.
Right	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο δεξί μέρος της σελίδας.
Top	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο πάνω μέρος της σελίδας.
Bottom	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο κάτω μέρος της σελίδας.
Left And Top	Δημιουργεί δύο στενά τμήματα στο πάνω και στο αριστερό μέρος της σελίδας.
Left Top	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο δεξί μέρος της σελίδας και ένα στενό τμήμα στο πάνω αριστερό τμήμα.
Top Left	Δημιουργεί ένα στενό τμήμα στο πάνω μέρος της σελίδας και ένα στενό τμήμα στο κάτω αριστερό τμήμα.
Split	Δημιουργεί τέσσερα ίσα τμήματα στη σελίδα.

Τρίτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Media (Πρόσθετα Πολυμέσα) και περιέχει:

Flash	Εισάγει ταινία Flash στο ορισμένο σημείο και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Shockwave	Εισάγει ταινία Shockwave στο ορισμένο σημείο και εμφανίζει τις ιδιότητές του.
Generator	Εισάγει αντικείμενο Generator στο ορισμένο σημείο και εμφανίζει τις ιδιότητές του.

Fireworks HTML	Εισάγει αρχείο γραμμένο στη γλώσσα HTML και εικόνες, που είναι επεξεργασμένες στο πρόγραμμα Fireworks, στο ορισμένο σημείο.
Applet	Εισάγει αρχείο γραμμένο στη γλώσσα Java και εμφανίζει και τις ιδιότητές του.
ActiveX	Εισάγει ένα στοιχείο ελέγχου Y όπως ένα πλαίσιο ελέγχου, εμφανίζει τις ιδιότητές του και παρέχει στους χρήστες επιλογές να εκτελούν μακροεντολές.
Plugin	Εισάγει μέρος προγράμματος το οποίο εμφανίζεται μέσα στο πρόγραμμα περιόδευσης και επιτρέπει τη λειτουργία πολυμέσων.

Τέταρτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Head (Επικεφαλίδες)

και περιέχει:

Meta	Εισάγει στοιχείο που περιέχει πληροφορίες για την τρέχουσα σελίδα.
Keywords	Εισάγει λέξεις κλειδιά οι οποίες διαβάζονται από τα προγράμματα περιόδευσης και δίνουν πληροφορίες για την ιστοσελίδα.
Description	Εισάγει λέξεις που περιγράφουν το περιεχόμενο της σελίδας και διαβάζονται από τα προγράμματα και δίνουν πληροφορίες για την ιστοσελίδα.

Refresh	Εισάγει στην σελίδα τη δυνατότητα να ανανέωσης μετά από μερικά δευτερόλεπτα και να φορτώνεται νέα σελίδα ή η ίδια.
Base	Εισάγει ένα στοιχείο το οποίο στέλνει σε μια βάση δεδομένων όλα τα κείμενα που σχετίζονται με την ιστοσελίδα.
Link	Εισάγει ένα στοιχείο συνδέσμου που καθορίζει τις σχέσεις ανάμεσα στην παρούσα ιστοσελίδα και σε άλλες.

Πέμπτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Characters** (Χαρακτήρες) και περιέχει:

Copyright	Εισάγει ένα σύμβολο πνευματικής ιδιοκτησίας σε ορισμένο σημείο στην ιστοσελίδα.
Registered	Εισάγει ένα σύμβολο εγγραφής σε ορισμένο σημείο στην ιστοσελίδα.
Trademark	Εισάγει ένα σύμβολο εμπορίας σε ορισμένο σημείο στην ιστοσελίδα.
Pound	Εισάγει μία Λίρα Αγγλίας σε νόμισμα σε ορισμένο σημείο.
Yen	Εισάγει ένα Γεν σε νόμισμα σε ορισμένο σημείο.
Euro	Εισάγει ένα Ευρώ σε νόμισμα σε ορισμένο σημείο.
Em-Dash	Εισάγει μια παύλα σε ορισμένο σημείο.
Left Quote	Εισάγει αριστερά εισαγωγικά.
Right Quote	Εισάγει δεξιά εισαγωγικά.
Other	Εισάγει ειδικούς χαρακτήρες.

Πέμπτος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το **Modify** (Τροποποιώ) και περιέχει:

Page properties	Εμφανίζει τις ιδιότητες της σελίδας.
Selection properties	Εμφανίζει την μπάρα με τις ιδιότητες κάθε επιλεγμένης περιοχής.
Quick tag editor	Χρησιμοποιείται για γρήγορο έλεγχο και προβολή της γλώσσας HTML από μία μονή ετικέτα μέχρι ένα παράθυρο κείμενο χωρίς να χρειάζεται να γίνει έλεγχος σε επεξεργαστή HTML και μετά πάλι πίσω.
Make link	Δίνει τη δυνατότητα μετατροπής επιλεγμένου κειμένου σε σύνδεσμο με άλλη ιστοσελίδα.
Remove link	Επαναφέρει στην αρχική του μορφή κείμενο που έχει μετατραπεί σε σύνδεσμο.
Open linked page	Εμφανίζει το συνδεδεμένο αρχείο μέσα από το Dreamweaver και όχι μέσα από πρόγραμμα περιόδευσης.
Link target	(Αποτελεί τον πρώτο υποκατάλογο)
Table	(Αποτελεί τον δεύτερο υποκατάλογο)
Layers and hotspots	(Αποτελεί τον τρίτο υποκατάλογο)
Frameset	(Αποτελεί τον τέταρτο υποκατάλογο)
Navigation bar	Εμφανίζει τις ιδιότητες του ήδη τοποθετημένου Navigation Bar.
Layout mode	(Αποτελεί τον πέμπτο υποκατάλογο)
Library	(Αποτελεί τον έκτο υποκατάλογο)
Templates	(Αποτελεί τον έβδομο υποκατάλογο)

Timeline	(Αποτελεί τον όγδοο υποκατάλογο)
Translate	(Αποτελεί τον ένατο υποκατάλογο)

Πρώτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Link Target (Στόχος Συνδέσμων) και περιέχει:

Default Target	Ανοίγει τον σύνδεσμο στο προκαθορισμένο μέρος του παράθυρου ή σε νέα σελίδα.
_blank	Ανοίγει τον σύνδεσμο σε λευκή σελίδα.
_parent	Ανοίγει τον σύνδεσμο στην πρωτεύον σελίδα
_self	Ανοίγει τον σύνδεσμο σε ξεχωριστή σελίδα.
_top	Ανοίγει τον σύνδεσμο στο πάνω μέρος της σελίδας.
Set	Καθορίζει τον τρόπο που επιθυμεί ο χρήστης να ανοίξει ένας σύνδεσμος.

Δεύτερος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Table (Πίνακας) και περιέχει:

Select Table	Επιλογή πίνακα.
Merge Cells	Συγχώνευση κελιών.
Split Cells	Διαίρεση κελιών.
Insert Row	Εισαγωγή γραμμής.
Insert Column	Εισαγωγή στήλης.
Insert Row Or Columns	Εισαγωγή γραμμής ή στήλης.

Delete Rows	Διαγραφή γραμμών.
Delete Column	Διαγραφή στηλών.
Increase Row Span	Αύξηση ύψους γραμμής.
Increase Column Span	Αύξηση πλάτους στήλης.
Decrease Row Span	Μείωση ύψους γραμμής.
Decrease Column Span	Μείωση πλάτους στήλης.
Clear Cell Heights	Καθαρισμός ύψους κελιών.
Clear Cell Widths	Καθαρισμός πλάτους κελιών.
Convert Widths To Pixels	Μετατροπή πλάτους σε εικονοκύτταρο.
Convert Widths To Percent	Μετατροπή πλάτους σε εκατοστά.

Τρίτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το *Layers and Hotspots* (Παράγραφος & Επικεφαλίδες) και περιέχει:

Align Left	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα αριστερά με ακανόνιστη δεξιά άκρη.
Align Right	Στοιχίζει το επιλεγμένο κείμενο, τους αριθμούς ή τα ευθυγραμμισμένα αντικείμενα προς τα δεξιά με ακανόνιστη αριστερή άκρη.

Align Top	Στοιχίζει την κορυφή από το ψηλότερο χαρακτήρα της πάνω γραμμής του κειμένου με την κορυφή του επιλεγμένου αντικειμένου.
Align Bottom	Στοιχίζει την τελική γραμμή του κειμένου με το κάτω μέρος από το επιλεγμένο αντικείμενο.
Bring To Front	Μετακινεί το επιλεγμένο αντικείμενο ή την ομάδα κατά ένα βήμα πλησιέστερα προς την κορυφή της στοίβας των αντικειμένων.
Send To Back	Μετακινεί το επιλεγμένο αντικείμενο ή την ομάδα κατά ένα βήμα πλησιέστερα προς το κατώτερο σημείο της στοίβας των αντικειμένων.
Make Same Width	Μετατρέπει τις στήλες ή τα κελιά που έχουν επιλεγεί, ώστε να έχουν ίσο πλάτος στήλης.
Make Same Height	Μετατρέπει τις γραμμές ή τα κελιά που έχουν επιλεγεί, ώστε να έχουν ίσο ύψος γραμμής.

Τέταρτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Frameset** (Ρυθμίσεις

Πλαισίου) και περιέχει:

Edit NoFrames Content	Προβολή περιεχομένων χωρίς πλαίσιο.
Split Frame Left	Διαίρεση πλαισίου αριστερά.
Split Frame Right	Διαίρεση πλαισίου δεξιά.
Split Frame Up	Διαίρεση πλαισίου πάνω.

Split Frame Down	Διαίρεση πλαισίου κάτω.
------------------	-------------------------

Πέμπτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Layout Mode (Τρόπος Μορφοποίησης) και περιέχει:

Convert Tables To Layers	Μετατροπή πίνακα σε κείμενο.
Convert Layers To Table	Μετατροπή κειμένου σε πίνακα.

Έκτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Library (Βιβλιοθήκη) και περιέχει:

Add Object To Library	Προστίθεται η ισχύων επιλεγμένη περιοχή μέσα από το αρχείο στην βιβλιοθήκη ως νέο αντικείμενο.
Update Current Page	Ανοίγει μενού που αφορά τον εκσυγχρονισμό της τρέχουσας σελίδας ο οποίος επιτρέπει τον εκσυγχρονισμό της ιστοσελίδας ή των αρχείων των που υπάρχουν μέσα στην βιβλιοθήκη της συγκεκριμένης ως αντικείμενα.
Update Pages	Ανοίγει μενού που αφορά τον εκσυγχρονισμό των σελίδων ο οποίος επιτρέπει τον εκσυγχρονισμό της ιστοσελίδας ή των αρχείων των που υπάρχουν μέσα στην βιβλιοθήκη ως αντικείμενα.

Έβδομος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Templates (Περιγράμματα) και περιέχει:

Apply Template To Page	Τοποθέτηση περιγράμματος στη σελίδα.
Detach From Template	Απόσπαση σελίδας από το περίγραμμα.
Open Attached Template	Άνοιγμα συνημμένου αρχείου περιγράμματος.
Update Current Page	Εκσυγχρονισμός τρέχουσας σελίδας.
Update Pages	Εκσυγχρονισμός σελίδων.
New Editable Region	Δημιουργία περιοχής έκδοσης.
Mark Selection As Editable	Οριοθέτηση περιοχής ως περιοχή έκδοσης.
Unmark Editable Region	Απελευθερώνω την περιοχή από περιοχή έκδοσης.
No Editable Regions	Απαγόρευση περιοχών έκδοσης.

Όγδοος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Timeline (Θέσπιση Χρόνο) και περιέχει:

Add Object To Timeline	Πρόσθεση αντικειμένου στο μενού Timeline.
Add Behavior To Timeline	Πρόσθεση αντίδρασης στο μενού Timeline.

Record Path Of Layer	Καταγραφή διαδρομής του παραγράφου.
Add Keyframe	Πρόσθεση βασικού περιγράμματος.
Remove Keyframe	Αποκοπή βασικού περιγράμματος.
Change Object	Αλλαγή αντικειμένου.
Remove Object	Απομάκρυνση αντικειμένου.
Remove Behavior	Αλλαγή συμπεριφοράς.
Add Frame	Πρόσθεση περιγράμματος.
Remove Frame	Αποκοπή περιγράμματος.
Add Timeline	Πρόσθεση αντικειμένου Timeline.
Remove Timeline	Αποκοπή αντικειμένου Timeline.
Rename Timeline	Μετονομασία αντικειμένου Timeline.

Ένατος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το Translate (Μεταφορά)

και περιέχει:

Date	Εισάγει την τρέχουσα ημερομηνία στο σημείο επιλογής.
Server-Side Includes	Περιέχει στο πρόγραμμα οδηγίες για τον Server.

Έκτος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το Text (Κείμενο) και περιέχει:

Indent	Δεξιά εσοχή παραγράφου.
Outdent	Αριστερή εσοχή παραγράφου.
Format	(Αποτελεί τον πρώτο υποκατάλογο)
List	(Αποτελεί τον δεύτερο υποκατάλογο)

Alignment	(Αποτελεί τον τρίτο υποκατάλογο)
Font	(Αποτελεί τον τέταρτο υποκατάλογο)
Style	(Αποτελεί τον πέμπτο υποκατάλογο)
HTML Styles	(Αποτελεί τον έκτο υποκατάλογο)
CSS Styles	(Αποτελεί τον έβδομο υποκατάλογο)
Size	(Αποτελεί τον όγδοο υποκατάλογο)
Size Increase	(Αποτελεί τον ένατο υποκατάλογο)
Size Decrease	(Αποτελεί τον δέκατο υποκατάλογο)
Color	Μορφοποιεί το επιλεγμένο κείμενο με το χρώμα που επιλέγετε.
Check Spelling	Ελέγχει το ενεργό έγγραφο για την ύπαρξη πιθανών ορθογραφικών, γραμματικών και συντακτικών σφαλμάτων και εμφανίζει υποδείξεις για τη διόρθωση των σφαλμάτων αυτών.

Πρώτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Format** (Μορφή) και περιέχει τύπους παραγράφων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην καταγραφή του κειμένου.

Δεύτερος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **List** (Λίστα) και περιέχει:

None	Χωρίς τις επιλογές δημιουργίας λίστας.
Unordered list	Προσθέτει κουκίδες σε επιλεγμένες παραγράφους ή τις καταργεί

Ordered list	Προσθέτει αριθμούς σε επιλεγμένες παραγράφους ή τους καταργεί.
Definition list	Προσθέτει εσοχές σε επιλεγμένες παραγράφους, ώστε να παίρνουν τη μορφή λίστας, ή τις καταργεί
Properties	Παρουσιάζει τις ιδιότητες που υπάρχουν για τους τύπους λίστας.

Τρίτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Alignment** (Στοιχίση) και περιέχει:

Left	Στοιχίση στο αριστερό μέρος.
Center	Στοιχίση στο κέντρο.
Right	Στοιχίση στο δεξί μέρος.

Τέταρτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Font** (Γραμματοσειρά) και περιέχει τους τύπους των γραμματοσειρών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν μέσα στο κείμενο της σελίδας.

Πέμπτος υποκατάλογος που εμφανίζεται εδώ είναι το **Style** (Στυλ) και περιέχει διάφορους τρόπους γραφής της κάθε γραμματοσειράς. Μπορεί δηλαδή να περιέχει έντονα γράμματα, πλάγια γράμματα και άλλους τύπους γραμματοσειράς.

Ο έκτος και ο έβδομος υποκατάλογος που εμφανίζονται εδώ είναι το **HTML Style** (Στυλ HTML) και το **CSS Style** (Στυλ CSS) περιέχει τον τύπο της

γραμματοσειράς που θα χρησιμοποιηθεί για να εμφανίζεται το κείμενο της κάθε γλώσσας την ώρα της δημιουργίας της ιστοσελίδας.

Ο όγδοος, ο ένατος και ο δέκατος υποκατάλογος που εμφανίζονται εδώ είναι οι Size (Μέγεθος), Size Increase (Αύξηση Μεγέθους), Size Decrease (Μείωση Μεγέθους) και αφορούν το μέγεθος της γραμματοσειράς που θα χρησιμοποιηθεί για το γράψιμο του κειμένου της ιστοσελίδας.

Έβδομος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το Commands (Εντολές) και περιέχει:

Start Recording	Το Dreamweaver επιτρέπει την καταγραφή μιας προσωρινής εντολής για μικρή χρονική περίοδο.
Play Recorded Command	Εφαρμογή της καταγεγραμμένης εντολής.
Edit Command List	Εμφάνιση της λίστας των εντολών.
Get More Commands	Συνδέεται αυτόματα με το Διαδίκτυο και φορτώνει επιπλέον εντολές.
Clear Up HTML	Με αυτήν την εντολή μπορούν να αποκοπούν οι άδειες ετικέτες ή συνδυασμό ετικετών ή αλλιώς βελτιώνει προβληματικό κώδικα HTML.

Clear Up Word HTML	Με αυτήν την εντολή μπορεί να αποκοπούν οι κώδικες HTML που δεν έχουν σχέση και έχουν δημιουργηθεί στο Word. Ο κώδικας που αποκόπτεται δημιουργήθηκε από το Word και αναλύει την εντολή στο Word και δεν χρειάζεται στο αρχείο HTML.
Add/ Remove Netscape Resize Fix	Εισάγει αρχείο Java στο πάνω μέρος του κειμένου και δημιουργεί τις προϋποθέσεις ώστε να τα πλαίσια CSS να τροποποιούνται ανάλογα με το πρόγραμμα περιόδευσης.
Optimize Image In Fireworks	Δίνει τη δυνατότητα να χρησιμοποιηθεί το πρόγραμμα Fireworks ως εξωτερικό πρόγραμμα επεξεργασίας εικόνας.
Create Web Photo Album	Δημιουργεί μέσα από το Fireworks συλλογή φωτογραφιών.
Apply Source Formatting	Το αρχικό σημείο που καθορίζει το HTML επιλέγει ότι ο χρήστης συγκεκριμενοποιεί τη μορφή και το αρχείο το οποίο αναζητά κάθε μεταγενέστερο πρόγραμμα το οποίο δημιουργήθηκε από τον ίδιο χρήστη.
Format Table	Με αυτήν την εντολή μπορεί να γίνει γρήγορα η δημιουργία ενός πίνακα. Ύστερα μπορούν να γίνουν οι αλλαγές στον πίνακα.
Sort Table	Μπορεί να δημιουργηθεί ένας απλός και μικρός πίνακας βασισμένος στο περιεχόμενο μιας μόνο στήλης. Ακόμα μπορεί να δημιουργηθεί ένας πιο πολύπλοκος συνδυασμός δύο στηλών.

Set Color Scheme	Καθορίζει το φόντο της σελίδας και το χρώμα του κειμένου.
------------------	---

Όγδοος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το Site (Ιστοσελίδα) και περιέχει:

Site files	Εμφανίζει τα αρχεία που συνδέονται μεταξύ τους.
Site map	Εμφανίζει όχι μόνο τα αρχεία που συνδέονται μεταξύ τους αλλά και τη σχέση που έχουν μεταξύ τους.
New site	Δημιουργεί νέα ιστοσελίδα.
Open site	Αποτελείται από τον κατάλογο που περιέχει τα αρχεία που χρησιμοποιήθηκαν τελευταία.
Get	Αντιγράφει αρχεία από απομακρυσμένο site στο τοπικό site.
Check out	Αυτή η εντολή δίνει τη δυνατότητα μόλις ενεργοποιείται να ελέγχεται αυτόματα ποια αρχεία μπορούν να πραγματοποιήσουν σύνδεση μόλις πατηθεί ο σύνδεσμός τους.
Put	Τοποθετεί αρχεία από το τοπικό site σε ένα απομακρυσμένο site χωρίς να αλλάζουν τα στοιχεία που υπάρχουν.
Check in	Αυτή η εντολή κάνει ένα αρχείο ικανό να επεξεργαστεί από κάποια άλλη μέλη. Η αρχική έκδοση γίνεται μόνο για ανάγνωση για να αποτραπεί η αλλαγή σε περίπτωση που κάποιος άλλος το επιχειρήσει.
Undo check out	Αναιρεί την λειτουργία της εντολή Check Out.
Locate in local site	Εντοπίζει σχετικά με το site αρχεία σε τοπικό επίπεδο.
Locate in remote site	Εντοπίζει σχετικά με το site αρχεία στο επίπεδο του Διαδικτύου.

Ένατος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το Window (Παράθυρο) και περιέχει τις βασικές εντολές που υπάρχουν στο πρόγραμμα. Αυτές οι εντολές υπάρχουν και στις συντομεύσεις. Επίσης εμφανίζει και τα αρχεία που είναι ενεργά.

Δέκατος κατάλογος που εμφανίζεται είναι το Help (Βοήθεια) και περιέχει:

Using Dreamweaver	Βοηθητικό πρόγραμμα για το Dreamweaver.
What's New In Dreamweaver 3	Βοηθητικό πρόγραμμα για το Dreamweaver
Guided Tour	Περιοδεία στο Dreamweaver.
Tutorial	Ασκήσεις εξάσκησης στο Dreamweaver.
Extending Dreamweaver	Επέκταση του Dreamweaver.
Dreamweaver Support Center	Κέντρο υποστήριξης του Dreamweaver.
Dreamweaver Exchange	Κεντρική σελίδα του Dreamweaver.
Register Dreamweaver	Καταγραφή ως χρήστης του Dreamweaver.
About Dreamweaver	Πληροφορίες για το Dreamweaver.

1.3 Σκοπός της εργασίας αυτής

Με την εργασία αυτή προσπαθούμε να προωθήσουμε ένα πρόγραμμα σπουδών μέσα από το Διαδίκτυο και ειδικότερα το πρόγραμμά σπουδών της ειδικότητας Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής. Αυτός ο τρόπος είναι καινοτόμος για τα ελληνικά πανεπιστήμια εφόσον οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές και το Διαδίκτυο δεν έχουν την θέση που τους αρμόζει σε όποιο πανεπιστήμιο δεν εξετάζει τα αντικείμενα που λέγονται ηλεκτρονικοί υπολογιστές και διαδίκτυο.

Μέσα από την προώθηση του προγράμματος σπουδών της ειδικότητας των Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής θα μπορέσει να δοθεί η ευκαιρία για την άμεση επικοινωνία με τα άλλα Τμήματα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού που αναπτύσσουν την ίδια ειδικότητα. Ο χώρος των Υπαιθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής είναι απεριόριστος και το κάθε Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού έχει διαφορετική σκοπιά ανάλυσης του κλάδου και πρακτικής πάνω σε αυτόν. Έτσι μέσα από την εργασία αυτή θα μπορέσουμε να δείξουμε στις ειδικότητες των άλλων πανεπιστημίων, που ασχολούνται με αυτό το αντικείμενο, ποιος είναι ο σκοπός της ειδικότητάς μας, ποιες είναι οι δραστηριότητες που πραγματοποιούμε και ποια θέματα αναλύουμε στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού στα Τρίκαλα. Δείχνουμε, δηλαδή, ποια εφόδια πιστεύουμε ότι πρέπει να έχει ένας πτυχιούχος ώστε να μπορέσει να ανταποκριθεί στις ανάγκες των υπαιθρίων δραστηριοτήτων και να είναι έτοιμος να στελεχώσει με τον καλύτερο τρόπο την όποια επιχείρηση τον προσλάβει.

Με την καθέλκυση της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο η ειδικότητα θα μπορέσει, μέσα από τις κατάλληλες ενέργειες, να προσελκύσει το ενδιαφέρον κάποιων χορηγών. Οι εκδρομές της ειδικότητας και ο εξοπλισμός που χρειάζεται

για την πραγματοποίηση αυτών απαιτούν την καταβολή σημαντικού χρηματικού ποσού έτσι ώστε να υπάρχει όχι μόνο ασφάλεια για τους πελάτες και τους συνοδούς αλλά και χρήση ποιοτικού εξοπλισμού.

Τέλος, μετά την κατέλκυση της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο, δημιουργήθηκε κάτι καινούριο για τα ελληνικά Τμήματα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, στον χώρο αυτό δεν υπήρχε κανείς μέχρι τότε, δηλαδή το πανεπιστημιακό έτος 1999 – 2000, που είχε ασχοληθεί ξανά με τέτοιου είδους εργασία. Το πανεπιστήμιο Θεσσαλίας είναι το πρώτο που παρουσίασε μια τέτοια εργασία από κάποιον φοιτητή του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Μεθοδολογία

Η εργασία αυτή πραγματοποιήθηκε στο εργαστήριο των ηλεκτρονικών υπολογιστών που στεγάζεται στο Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Για τον σχεδιασμό και την κατασκευή της ιστοσελίδας χρησιμοποιήθηκε ο ηλεκτρονικός εξοπλισμός που υπάρχει και στο Τ.Ε.Φ.Α.Α. Το αρχικό πρόγραμμα που χρησιμοποιήθηκε για το χτίσιμο της σελίδας είναι το FrontPage Express. Για την αντιμετώπιση όμως προβλημάτων που δημιουργήθηκαν κατά την κατασκευή της, χρησιμοποιήθηκε και το πρόγραμμα της Macromedia το Dreamweaver 3. Για την επεξεργασία των φωτογραφιών χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα Corel Drawer, ενώ για την επεξεργασία κειμένων το Microsoft Word. Τέλος, για την προβολή και επίβλεψη της σελίδας στο Διαδίκτυο χρησιμοποιήθηκαν τα προγράμματα Internet Explorer και Netscape Navigator.

2.2 Διαδικασία κατασκευής της ιστοσελίδας

Στην πρώτη φάση κατασκευής της ιστοσελίδας χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα FrontPage. Κατά την εκκίνηση του προγράμματος εμφανίζεται το πρώτο περιβάλλον του προγράμματος που μοιάζει με το περιβάλλον που υπάρχει και στο Microsoft Word. Κατά την εμφάνιση δηλαδή του προγράμματος υπάρχουν κουμπιά – εικονίδια τα οποία εξυπηρετούν για την ταχύτερη λειτουργία του προγράμματος.

Αρχικά δημιουργήθηκε ένα σχεδιάγραμμα που έδειχνε τι θα περιείχε η ιστοσελίδα και πόσους συνδέσμους θα είχε. Σχεδιάστηκε ένας σκελετός που

έδειχνε την διαμόρφωση της ιστοσελίδας και στην συνέχεια άρχισε το πρακτικό μέρος της σελίδας που ήταν μέσα από το πρόγραμμα FrontPage.

Όπως όλα τα προγράμματα που λειτουργούν σε περιβάλλον Windows, έτσι και το FrontPage μόλις ξεκινήσει ανοίγει μια καινούρια κενή ιστοσελίδα. Στην ιστοσελίδα το πρώτο βήμα που πραγματοποιήθηκε ήταν να ρυθμιστούν τα Frames, δηλαδή ο σκελετός μέσα στο οποίο θα υπάρχει και θα λειτουργεί η ιστοσελίδα. στην συνέχεια έπρεπε να ορισθεί η γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιούνταν και η οποία θα έπρεπε να είναι ευρύτερα διαδεδομένη έτσι ώστε η ιστοσελίδα να εμφανίζεται κανονικά και χωρίς προβλήματα και στο χώρο του Διαδικτύου. Οι παραπάνω λειτουργίες πραγματοποιήθηκαν μετά την χρήση των αντίστοιχων εντολών που είναι New Frame, Font. Ακολούθησε η επιλογή του φόντου (background) το οποίο μπορεί να είναι οποιοδήποτε εικονίδιο ή φωτογραφία ή μπορεί να είναι και κάποια φωτογραφία η οποία μέσα από επεξεργασία θα είχε μικρό μέγεθος. Η λειτουργία αυτή έγινε μέσα από την αντίστοιχη εντολή.

Ο σκελετός (Frame) που χρησιμοποιήθηκε είχε μία κάθετη μπάρα στην δεξιά πλευρά της ιστοσελίδας η οποία θα περιείχε κουμπιά – εικονίδια τα οποία οδηγούσαν στους διάφορους συνδέσμους και στις υπόλοιπες ιστοσελίδες. Για την θεαματικότερη εμφάνιση της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο προσθέσαμε κίνηση στα εικονίδια. Δηλαδή κατά την επιλογή της ιστοσελίδας τα εικονίδια αυτά ανέβαιναν από το κάτω μέρος της μπάρας και σταματούσαν σε ορισμένο σημείο. Μέσα από τα εικονίδια αυτά θα μπορούσε ο επισκέπτης να ανοίξει σελίδες που αφορούσαν την ειδικότητα. Τα εικονίδια αυτά περιείχαν πληροφορίες για την κατεύθυνσης

της ειδικότητας, πληροφορίες για την ειδικότητα, μαθήματα υποχρεωτικής επιλογής, το δυναμικό της ειδικότητας και φωτογραφικό υλικό.

Η συνέχεια για την κατασκευή της πρώτης ιστοσελίδας ήταν να τοποθετηθούν τα ακόλουθα στοιχεία: α) στο κεντρικό μέρος της σελίδας μία ανάλογη φωτογραφία με το περιεχόμενο του προγράμματος σπουδών, β) εικονίδια που παραπέμπουν τον επισκέπτη σε άλλα μέρη της ιστοσελίδας, γ) το εικονίδιο επικοινωνίας με τον υπεύθυνο της ιστοσελίδας, δ) επιμέρους τίτλοι της και ε) εργασίας τα ονοματεπώνυμα των διδασκόντων καθηγητών.

Το πρώτο στοιχείο. Μετά από αρκετή επεξεργασία της αρχικής φωτογραφίας μέσα από το *Corel Drawer* επιτεύχθηκε η αποθήκευσή της (από 850 KB σε 250 KB) με όγκο μικρότερο του αρχικού ώστε να μην φορτώνει το δίκτυο και να είναι πιο γρήγορο το άνοιγμα της ιστοσελίδας από τους επισκέπτες της και από την άλλη πλευρά να είναι η φωτογραφία μεγάλης ευκρίνειας.

Το δεύτερο στοιχείο. Το επόμενο βήμα στην κατασκευή της ιστοσελίδας ήταν το εικονίδιο, που αφορούσε την κατεύθυνση της ειδικότητας. Το εικονίδιο αυτό ακόμη αποτέλεσε τον σύνδεσμο προώθησης σε επόμενες σελίδες. Η προσθήκη του δευτέρου αυτού στοιχείου παρέπεμπε τον επισκέπτη στην δεύτερη σελίδα δεν διέφερε από την αρχική.

Η επεξεργασία του τρίτου, του τέταρτου και του πέμπτου στοιχείου δεν χρειάστηκαν ανάλογη επεξεργασία όπως τα προηγούμενα στοιχεία.

Την δεύτερη σελίδα αποτέλεσε μια φωτογραφία, της οποίας η επεξεργασία έγινε μέσα από το *Corel Drawer*, και κείμενο. Η επεξεργασία της φωτογραφίας εστιάστηκε ως προς τα χρώματά της, την ευκρίνειά της και το όγκο που καταλάμβανε. Ως προς τα χρώματα χρησιμοποιήθηκαν χρώματα που δεν είχαν

τον ίδιο όγκο κατά την αποθήκευσή τους. Χρώματα που είχαν μεν ίδιες αποχρώσεις κατά χρήση αλλά δεν καταλάμβαναν αντίστοιχα τόσο όγκο όσο αρχικός. Ως προς την ευκρίνεια ενώ μειώθηκε ο όγκος της φωτογραφίας ταυτόχρονα επετεύχθη να μην μειωθεί η ευκρίνειά της., με την αποθήκευση των φωτογραφιών με τύπο JPEG ή GIF. Ως προς τον όγκο, ενώ μέσα από τις προηγούμενες ενέργειες μειώθηκε εν μέρει, χρειάστηκε και περαιτέρω μείωση ώστε να καταλαμβάνει λιγότερο όγκο στο κεντρικό υπολογιστή. Έτσι χρησιμοποιήθηκε ειδική εντολή από το Corel Drawer που μειώνει τον όγκο της φωτογραφίας αλλά δεν αλλάζει την ευκρίνεια και τα χρώματά της. Η δεύτερη αυτή σελίδα εμφανίζεται μέσα στο περιβάλλον της αρχικής ιστοσελίδας ως προς το βασικό μέρος της. Δηλαδή το αριστερό μέρος με τα κουμπιά έμεινε σταθερό και στο δεξί μέρος εμφανίζεται η σελίδα αυτή. Στο κάτω μέρος της σελίδας υπάρχει ένας σύνδεσμος που επιστρέφει τον επισκέπτη στην αρχική σελίδα.

Η τακτική που χρησιμοποιήθηκε για τους περισσότερους συνδέσμους και τις ιστοσελίδες που παραπέμπουν είναι όμοιες με τις δύο σελίδες που προαναφέρθηκαν. Οι διαφορές που υπάρχουν είναι ως προς το μέγεθος του κειμένου και τον αριθμό των φωτογραφιών που εμπεριέχονται στην κάθε σελίδα. Για να μειωθεί ο όγκος του κειμένου και των φωτογραφιών, ώστε να εμφανίζεται πιο γρήγορα η σελίδα στο επισκέπτη, χρειάστηκε περαιτέρω επεξεργασία. Τα κείμενα επεξεργάστηκαν μέσα από το Microsoft Word. Έγινε επεξεργασία των κειμένων ως προς τη γραμματοσειρά, το μέγεθος αυτής καθώς και ως προς το χρώμα. Οι φωτογραφίες μέσα από το Corel Drawer είχαν όμοια επεξεργασία με τις προηγούμενες αλλά λόγω του μικρότερου χώρου που καταλάμβαναν στην

οθόνη έπρεπε να έχουν το δυνατόν μεγαλύτερη ευκρίνεια. Αυτό επετεύχθη με την μείωση των διαστάσεών τους αλλά όχι της ανάλυσής τους.

Ο τελευταίος σύνδεσμος που οδηγούσε στην τελευταία ιστοσελίδα, που περιέχει φωτογραφικό υλικό, δημιούργησε και τα περισσότερα προβλήματα. Μέσα από το Corel Drawer μειώθηκε ο όγκος των φωτογραφιών. Αλλά λόγω του αριθμού των φωτογραφιών η εμφάνιση της ιστοσελίδας αυτής καθυστερούσε στο να εμφανιστεί στον επισκέπτη. Έτσι δημιουργήθηκε ένα φωτογραφικό άλμπουμ. Μέσα από αυτό το φωτογραφικό άλμπουμ ο επισκέπτης είχε την δυνατότητα να επιλέγει την φωτογραφία που επιθυμούσε και να εμφανίζεται στο πραγματικό της μέγεθος.

Στην πορεία κατασκευής της ιστοσελίδας χρησιμοποιήθηκαν και άλλα προγράμματα, όπως το Dreamweaver, και μέσα από τις λειτουργίες τους λύθηκαν προβλήματα που δημιουργήθηκαν μέσα από το FrontPage. Ένα τέτοιο πρόβλημα ήταν το ότι δεν ήταν δυνατό να επισκεφτεί κάποιος την ιστοσελίδα μέσα από το Netscape Navigator ενώ αντίθετα δεν μπορούσε να επικοινωνήσει με τον υπεύθυνο της ιστοσελίδας μέσα από το Internet Explorer. Για την επίλυση των προβλημάτων αυτών το πρόγραμμα Dreamweaver είχε εντολές ελέγχου της ιστοσελίδας καθώς και εντολές που ελέγχουν τους συνδέσμους. Οι εντολές αυτές αναφέρονται στην αντίστοιχη παράγραφο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

3.1 Αποτελέσματα

Κατά την διάρκεια κατασκευής της ιστοσελίδας, δημιουργήθηκαν περιπλοκές λόγω της μη συμβατικότητας των προγραμμάτων. Επίσης, η διαφορά των αποχρώσεων των φωτογραφιών από την ψηφιακή φωτογραφική μηχανή του τμήματος μέσα στο πρόγραμμα επεξεργασίας φωτογραφιών καθώς και μέσα από την προβολή της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο και το μέγεθος των φωτογραφιών. Αυτά υπήρξαν εμπόδια που δυσκόλεψαν το χτίσιμο της σελίδας.

Όλα τα προβλήματα, όμως, λύθηκαν ύστερα από συζητήσεις με την υπεύθυνη του εργαστηρίου των ηλεκτρονικών υπολογιστών, κυρία Μαρίνα Παπαστεργίου, καθώς και με την βοήθεια των βιβλίων που αναφέρονται στην βιβλιογραφία και τα προγράμματα βοήθειας που περιέχονται μέσα στα βασικά προγράμματα κατασκευής της ιστοσελίδας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

4.1 Συζήτηση

Με την καθέλκυση της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο στην διεύθυνση του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του πανεπιστημίου Θεσσαλίας www.pe.uth.gr και συγκεκριμένα στην διεύθυνση www.pe.uth.gr/recreation/mai.htm και την ενημέρωση των φοιτητών μέσα από το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (e-mail), οι φοιτητές έδειξαν ενδιαφέρον για να μάθουν περισσότερα για την συγκεκριμένη ειδικότητα είτε μέσα από τις επισκέψεις τους στην παραπάνω διεύθυνση, είτε με τη μορφή ηλεκτρονικών μηνυμάτων, είτε μέσα από συζητήσεις με τα άτομα που υπήρχαν στην συγκεκριμένη ειδικότητα. Ένα παράδειγμα της ανταπόκρισης των φοιτητών ήταν και ο μεγάλος αριθμός συμμετεχόντων στην εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε στο τέλος του πανεπιστημιακού έτους 1999. Επίσης υπήρχε ένας αξιόλογος αριθμός συμμετεχόντων στην εκδήλωση που πραγματοποίησε το Τ.Ε.Φ.Α.Α. για τους υπαλλήλους του πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.1 Προτάσεις.

Μετά την προβολή της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο, πραγματοποιήθηκε συζήτηση με φοιτητές της ειδικότητας και φοιτητές διαφορετικών ετών παρακολούθησης, έτσι ώστε να είναι δυνατή η βελτίωση της δομής της ιστοσελίδας και οι υπηρεσίες που παρείχε. Μέσα από τις συζητήσεις διατυπώθηκαν προτάσεις, όπως να εμπλουτισθεί η ιστοσελίδα με πληροφορίες που αφορούν φορείς εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Τέτοιες πληροφορίες θα δώσουν την δυνατότητα στους φοιτητές της ειδικότητας να αναζητήσουν εργασία από φορείς εναλλακτικού τουρισμού.

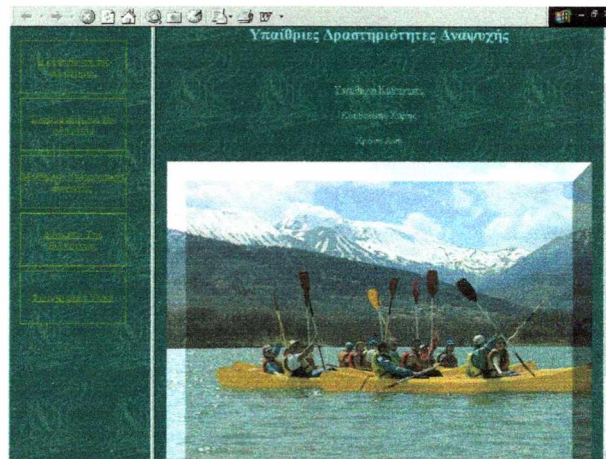
Προτάθηκε, επίσης, να αναφέρονται τα ονόματα των φοιτητών που έχουν την συγκεκριμένη ειδικότητα έτσι ώστε να γίνει μια πρώτη γνωστοποίηση των φοιτητών αυτών και να απορροφηθούν πιο εύκολα από τους διάφορους φορείς εναλλακτικού τουρισμού.

Πρόταση ακόμα αποτελούσε και η μετάφραση της ιστοσελίδας και σε άλλες γλώσσες όπως τα Αγγλικά έτσι ώστε να απευθύνεται σε μεγαλύτερο αριθμό ατόμων.

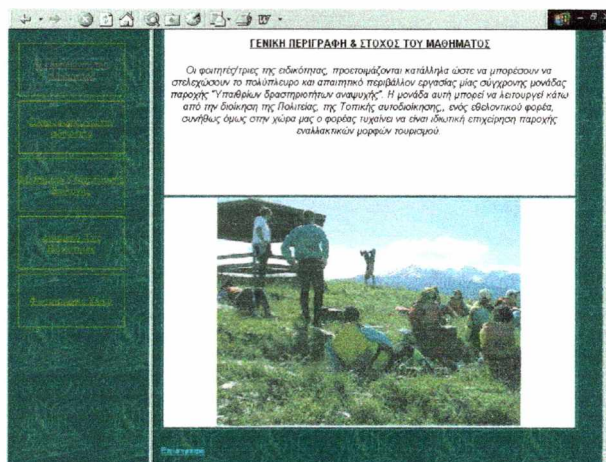
Βιβλιογραφία

- Laura Lemay's Web Workshop Microsoft Frontpage 98, Tyle D., Lemay L., 1997
- Manager Graphics, Lemay L., 1996
- Αρχείο Βοήθειας του FrontPage Express
- Αρχείο Βοήθειας του Dreamweaver
- Αρχείο Βοήθειας του Microsoft Word
- Αρχείο Βοήθειας του Corel Drawer

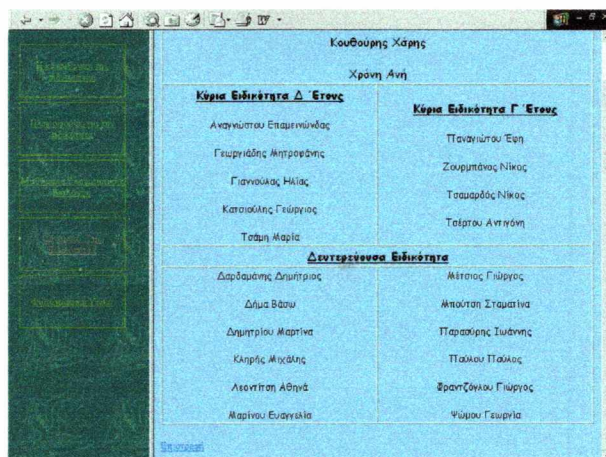
Παράρτημα Α



Εικόνα 1



Εικόνα 2



Εικόνα 3

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ

Το μάθημα των Υπαθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής ως Ειδικότητα αποτελείται από τρία μέρη:

(1) τη θεωρία, (2) την πρακτική εξάσκηση, (3) τα οργανωτήρια και (4) τη γραπτή εργασία. Οι φοιτητές και φοιτήτριες χρειάζεται να συμμετάσχουν και να ολοκληρώσουν (στο καλύτερο δυνατό βαθμό) και τα τέσσερα μέρη για να κατοχυρώσουν το μάθημα. Αν κάποιος φοιτητής/τρια δεν συμμετάσχει σε ένα ή δύο από τα τέσσερα μέρη του μαθήματος, τότε ο βαθμός από τα υπολοίπα μέρη παρακράτεται, θίνοντας τη δυνατότητα στο φοιτητή να παρακολουθήσει τα μέρη που υπολείπονται τον επόμενο χρόνο. Αν δεν παρακολουθήσει τα μέρη που υπολείπονται μέσα σε ένα χρόνο, θα χρειαστεί να παρακολουθήσει (ανά όλα τα μέρη) του μαθήματος.

Θεωρία: Το θεωρητικό κομμάτι του μαθήματος αποτελεί το 40% του βαθμού και θα εξετασθεί με γραπτές εξετάσεις στο τέλος του εξαμήνου. Οι φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν τις 8 διαλέξεις, που θα γίνουν κατά τη διάρκεια του εξαμήνου. Δικαιολογούνται απουσίες που δεν θα υπερβούν το 30% των ωρών παρακολούθησης δηλαδή 3 μαθήματα. Δικαίωμα συμμετοχής στις γραπτές εξετάσεις θα έχουν οι φοιτητές/τριες που θα παραβρεθούν σε πέντε τουλάχιστον διαλέξεις κατά το εξάμηνο. Αν κάποιος φοιτητής/τρια υπερβεί το όριο απουσιών θα χρειαστεί να παρακολουθήσει το μάθημα (ανά και να πάρει το δικαίωμα συμμετοχής στις γραπτές τελικές εξετάσεις).

Πρακτική Εξάσκηση: Το πρακτικό κομμάτι του μαθήματος αποτελεί το 40% του βαθμού και θα αξιολογηθεί κατά τη διάρκεια των πρακτικών μαθημάτων (συμμετοχή στα μαθήματα και υπαθήριες εξορμήσεις 10%, δοκαστικά και συνοδεία στους πρωτοετές 15%+15%). Οι φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν πέντε πωρήσεις εξορμήσεων κατά τη διάρκεια του εξαμήνου. Δικαιολογούνται απουσίες που δεν θα υπερβούν το 30% των ωρών δηλαδή 3 εξορμήσεις. Αν κάποιος φοιτητής/τρια υπερβεί το όριο απουσιών θα χρειαστεί να παρακολουθήσει το μάθημα (ανά και να κατοχυρώσει βαθμό από το πρακτικό

Εικόνα 4

Κωδικός 006 Αθλητική Ψυχολογία και Αναψυχή Κασσινιώτα

Εξάμηνο Β

Προς διδασκαλία εδωκόδες = 2

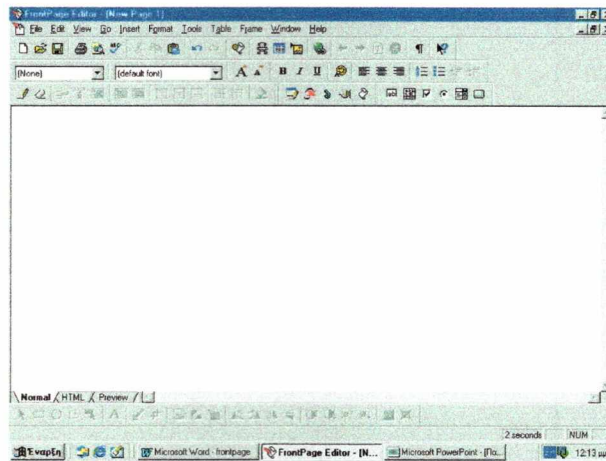
Εκπαιδευτικοί Σκοποί: Σκοπός του μαθήματος είναι να ενημερώσει και να προσανατολίσει τους φοιτητές για να δώσουν εργασία στον χώρο της Αθλητικής Αναψυχής ή και σε άλλες αθλητικές ιδιότητες, στηχερήσεις ως γυμναστές.

Υλη: Το μάθημα είναι κυρίως θεωρητικό και στην ύλη περιλαμβάνονται: Σχέση Αθλητισμού και Ειδικού Χρόνου, Ομάδα των Αθλητών Αναψυχή, Ψυχολογία και άσκηση, Η ιστορία της Αθλητικής Αναψυχής, Θεωρίες του Παιχνιδιού/Κοινωνία και Παιχνίδι, Η Αθλητική Αναψυχή στο Πανεπιστήμιο, Βασικές αρχές του Αθλητικού Μάρκετινγκ, στα γυμναστήρια. Η Αθλητική Αναψυχή στον επαγγελματικό χώρο (Σοφιστικά θέματα), Αντίληψη Αθλητικών Δραστηριοτήτων με Στάσεις προς τη Φύση, Η Αθλητική Αναψυχή και Τουρισμός, Κατασπληνικός και Παιδικός Χαμός, Η Αθλητική Αναψυχή σαν Θεραπευτική Μέθοδος (Therapeutic Recreation), Διολογή και Οργανισμοί (Πανεπιστημιακή Αθλητική Ψυχολογία και Έρευνα σπορ) στο χώρο της Αθλητικής Αναψυχής, Τμήματα ειδικού στο Περίωτο.

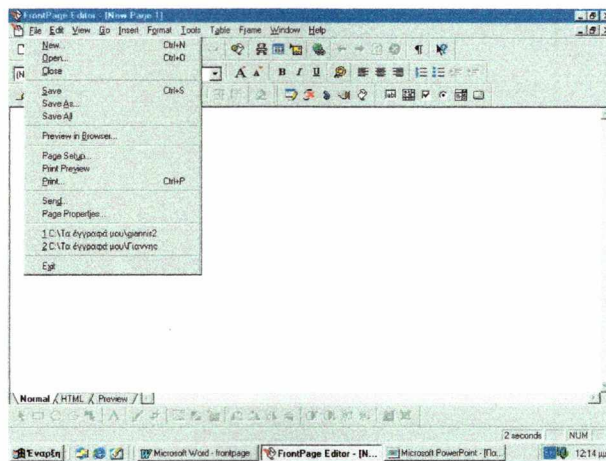
Το μάθημα είναι προαπαιτούμενο για την Ειδικότητα Υπαθρίων Δραστηριοτήτων Αναψυχής.

Εικόνα 5

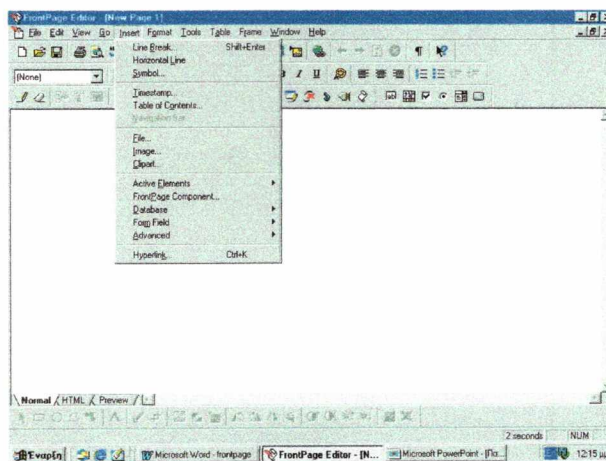
Παράρτημα Β



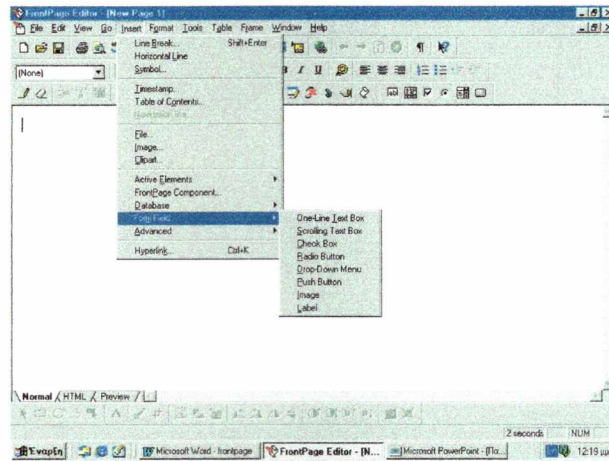
Εικόνα 6



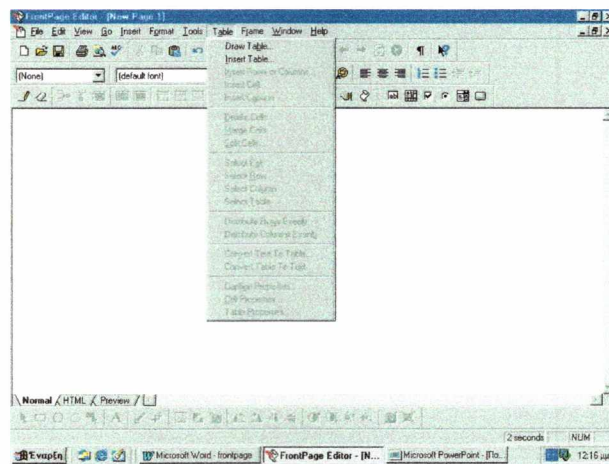
Εικόνα 7



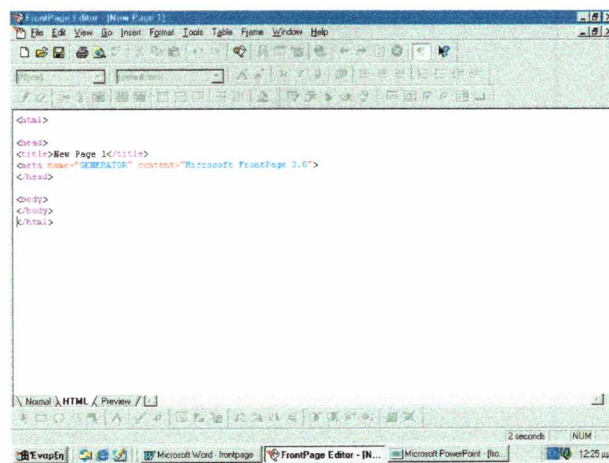
Εικόνα 8



Εικόνα 9

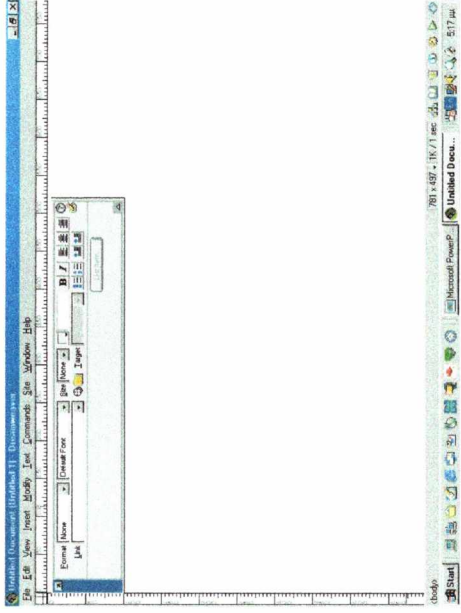


Εικόνα 10

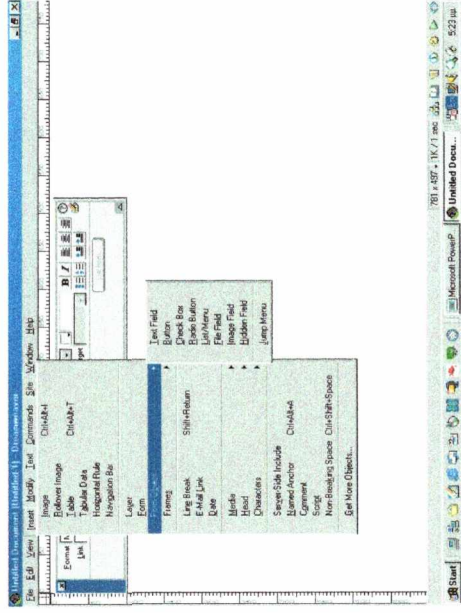


Εικόνα 11

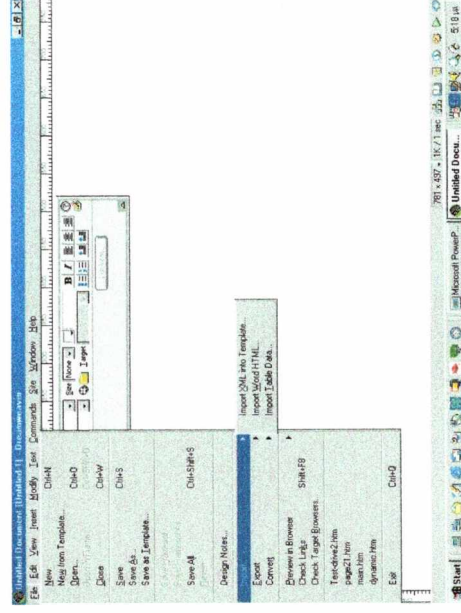
Παράρτημα Γ



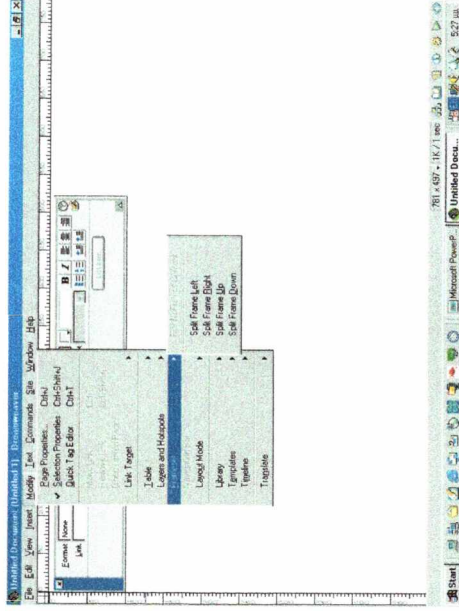
Εικόνα 12



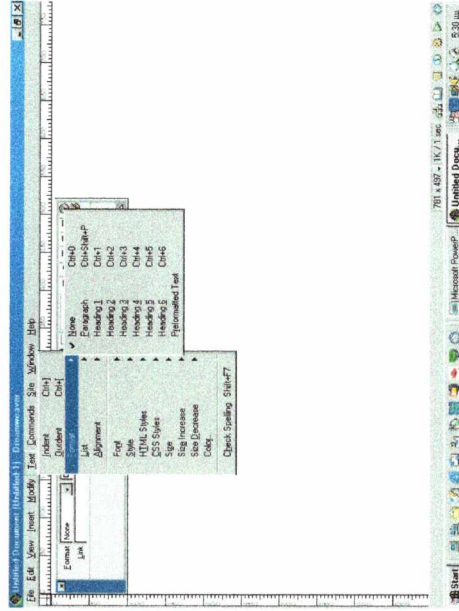
Εικόνα 13



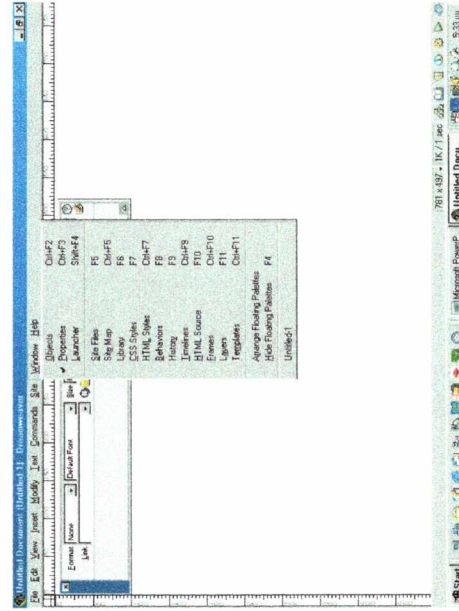
Εικόνα 14



Εικόνα 15



Εικόνα 16



Εικόνα 17