

Uzdevuma situācija

Tev ir uzticēts analizēt sportista Jāņa vienas nedēļas veselības datus. Jānis seko līdzī savām aktivitātēm, miegam un uzturam. Tavs uzdevums ir apstrādāt šos datus, veikt aprēķinus un sagatavot atskaiti trenerim.

1. DAĻA: Datu ievade un noformēšana (5 punkti)

1. Atver Excel failu ievadi sekojošus datus, saglabā to ar nosaukumu **Vards_Uzvards_Veseliba**. Olimpiādes organizatora norādītajā vietā.

Diena	Soļu skaits	Miega stundas	Ūdens (ml)	Kalorijas (kcal)
Pirmdiena	10200	7,5	1800	2200
Otrdiena	8500	6,0	1500	2100
Trešdiena	12400	8,0	2200	2500
Ceturtdiena	6200	5,5	1200	1900
Piektdiena	11000	7,0	2000	2300
Sestdiena	15000	9,0	2500	2800
Svētdiena	5000	8,5	1600	1800

2. Pievieno tabulai visas apmales, iekrāso virsrakstu rindu un izcel tekstu treknrakstā.

2. DAĻA: Aprēķini un funkcijas (10 punkti)

1. Zem tabulas aprēķini **Kopējo** soļu skaitu nedēļā, **Vidējo** izdzerto ūdens daudzumu un **Maksimālo** uzņemto kaloriju skaitu (rezultātus noapaļo ar divām zīmēm aiz komata).
2. Tabulai labā pusē izveido jaunu kolonnu "Ūdens (L)" un pārrēķini mililitrus uz litriem (rezultātus noapaļo ar divām zīmēm aiz komata).
3. Kolonnā "Soļu skaits" automātiski iekrāso zaļā krāsā tās šūnas, kurās vērtība ir lielāka vai vienāda ar 10 000.

3. DAĻA: Loģiskā analīze (7 punkti)

Pievieno tabulai divas jaunas kolonnas un izmanto funkciju =IF (vai =JA):

1. **Miega kvalitāte:** Ja miega stundas ir 7 vai vairāk, raksti "Labi", ja mazāk – "Nepietiekami".
2. **Mērķis:** Ja soļu skaits ir 10000 vai vairāk, raksti "Sasniegts", ja mazāk – "Nav sasniegts".

4. DAĻA: Diagrammas un secinājumi (8 punkti)

1. **Stabiņu diagramma:** Izveido diagrammu, kurā redzams soļu skaits pa nedēļas dienām. Pievieno virsrakstu "Soļu dinamika".
2. **Riņķa diagramma:** Izveido diagrammu par ūdens patēriņu (litros) pa dienām. Pievieno datu etiķetes (datu etiķetes).
3. **Secinājums:** Zem tabulas uzraksti vienu teikumu: "Kurā dienā Jānis bija visaktīvākais un kāds bija viņa miega ilgums tajā dienā?"