

LAB 4 – CSS: Responsive Design

Questa esercitazione ha lo scopo di far prendere confidenza con il concetto di “responsive design” attraverso il posizionamento degli elementi in griglie composte da righe e colonne. Il set di slide “CSS:responsive design” è preliminare allo svolgimento dei seguenti esercizi.

ESERCIZIO 1

Modificare la pagina HTML “home page” della terza esercitazione.

1.1 La pagina dovrà mostrare:

- Il titolo in alto nella pagina.

- Una griglia composta da tre righe.

- La prima riga contiene il menu di navigazione.

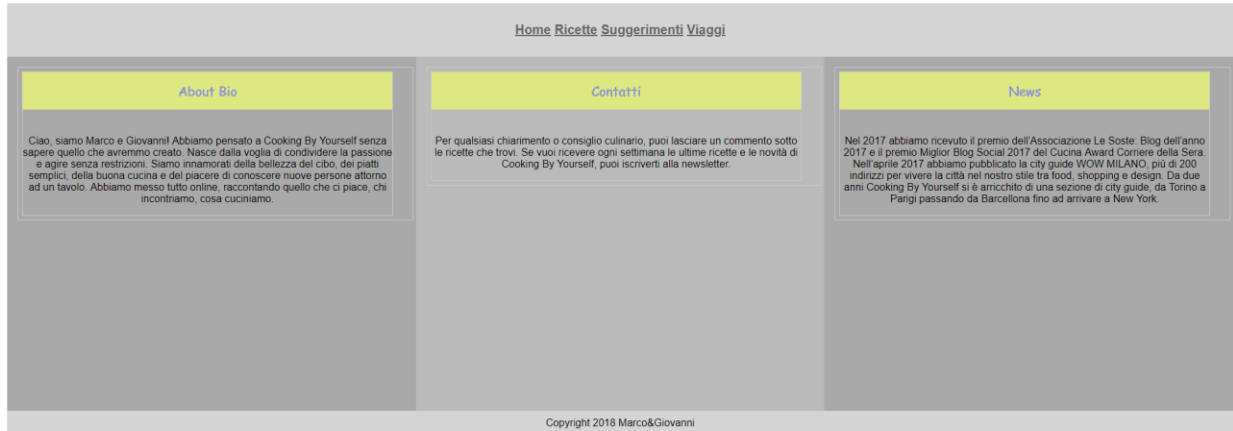
- La seconda riga è composta da tre colonne, ciascuna con una divisione al proprio interno (“About Bio”, “Contatti” e “News”).

- La terza riga contiene il footer.

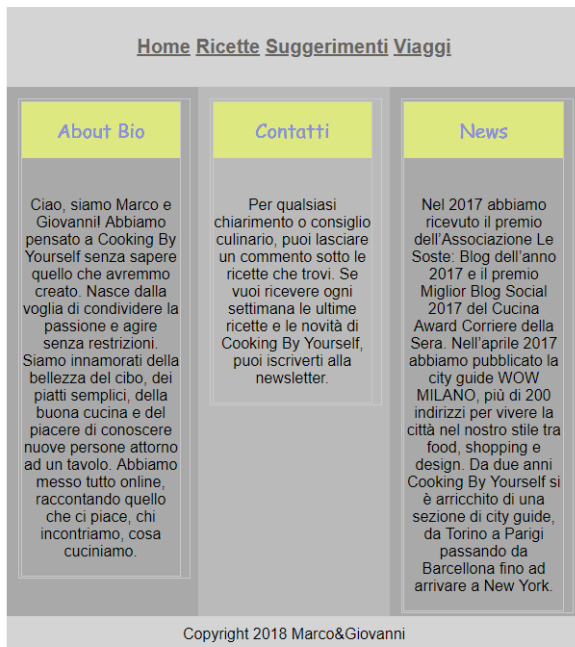
1.2 Inoltre, quando la pagina viene ridotta di dimensioni cambia il proprio layout. Quando la pagina web diventa stretta ed allungata, il suo contenuto è posto tutto su un'unica colonna.

Segue un esempio di quanto richiesto:

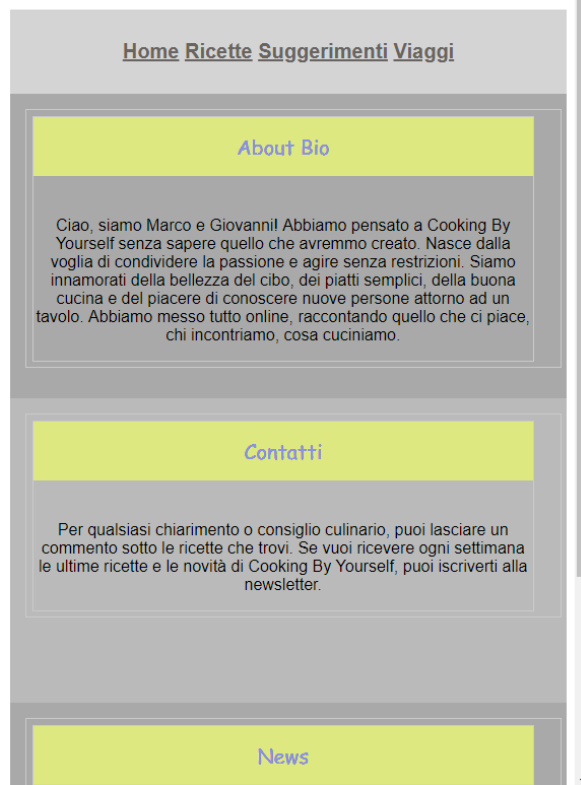
Cooking By Yourself



Cooking By Yourself



Cooking By Yourself



ESERCIZIO 2

Modificare la pagina HTML “Ricette” della terza esercitazione, in modo che essa mostri:

2.1 La pagina dovrà mostrare:

Il titolo in alto nella pagina.

Una griglia composta da tre righe.

La prima riga contiene il menu di navigazione.

La seconda riga è composta da due colonne, ciascuna con una divisione al proprio interno (“Le nostre ricette”, “Le ricette della settimana”).

La terza riga contiene il footer.



2.2 Inoltre, quando la pagina viene ridotta di dimensioni cambia il proprio layout. Quando la pagina web diventa stretta ed allungata, il suo contenuto è posto tutto su un'unica colonna.

Segue un esempio di quanto richiesto:



ESERCIZIO 3

Modificare la pagina HTML “Suggerimenti” della terza esercitazione, in modo che essa mostri:
prova a ricreare quanto vedi nell’esempio sottostante:

Cooking By Yourself

Home Ricette Suggerimenti Viaggi

Bevi ogni giorno acqua in abbondanza

Il nostro organismo è formato principalmente da acqua. Nel maschio l'acqua rappresenta il 70% circa del peso corporeo. Questa frazione percentuale diminuisce fino al 50% negli adulti, quindi si stabilizza attorno al 55-60% nel peso corporeo. Nel neonato si ha un'ulteriore diminuzione della quantità di acqua (oltre il 70%), da cui si deduce che come frazione percentuale, la differenza tra i livelli di idratazione si parte dal bambino. La donna, infatti, avendo una maggiore percentuale di tessuto adiposo (pieno di acqua), ha percentualmente una minore quantità di acqua.

Quindi, come comportarsi?

Assicuratevi sempre di avere a tutti i tempi di antipasto, pranzo o sufficiente, malamente 1,5 - 2 litri di acqua al giorno (il bambino) ricorda anche che i bambini sono maggiormente esposti a rischio di disidratazione rispetto agli adulti. Evitare l'acquedotto e la povertà di acqua. Bere lentamente, soprattutto se l'acqua è fredda, infatti un brusco abbassamento della temperatura dello stomaco può creare le condizioni per pericolose congestioni.

Consuma più cereali, legumi, verdure e frutta

Cereali, legumi, verdura e frutta sono alimenti importanti perché apportano carboidrati (soprattutto amidi e fibre) ma anche vitamine, minerali e acidi organici. Inoltre, cereali e legumi sono anche buone fonti di proteine. In più, il consumo di un'adeguata quantità di frutta e verdura consente di ridurre la densità energetica della dieta. Questo non solo perché il limone in grasso e l'apporto calorico complessivo sono limitati ma anche perché il potere saziante di questi alimenti è particolarmente elevato.

Quindi, come comportarsi?

Consuma quotidianamente porzioni di verdura e frutta fresca. Aumenta il consumo di legumi (ceci, fagioli, piselli, fave e lenticchie) sia freschi che secchi. Consuma regolarmente pane, pasta, riso e altri cereali, meglio se integrali. Quando puoi, scegli prodotti ottenuti a partire da farine integrali e non con la semplice aggiunta di crusca o altra fibra.

Suggerimenti

Ecco proposti 4 tra i suggerimenti più importanti da tenere all'attento di un blog di cucina!

Utilizza poco sale

Sia il sapere che la proprietà biologica del sale comune sono legate principalmente al sodio. In condizioni normali, il nostro organismo elimina giornalmente una certa quantità di sodio, che va reintegrata con la dieta. Tuttavia, non è necessario l'aggiunta di sale ai cibi, in quanto già il sodio contenuto negli alimenti è sufficiente a coprire le necessità dell'organismo.

Quindi, come comportarsi?

Riduci progressivamente l'uso di sale sia a tavola che in cucina. Non aggiungere sale sulle piastre dei bambini, almeno per tutto il primo anno di vita. Limita l'uso di condimenti alimentari contenenti sodio (latte da bere, ketchup, salsa di soia, salse, saponi, detersivi) e cibi con altre aromi (come aglio, cipolla, basilico, prezzemolo, rosmarino, salvia, menta, origano, maggiorana, sedano, porro, timo, semi di finocchio) e spezie (come pepe, peperoncino, sena macinata, affricato, curry). Evita il sapere dei cibi scaldati ricchi di sodio e acido.

Controlla il peso e mantienilo sempre sotto controllo

Prendi una volta al mese e controlla che il tuo indice di massa corporea (IMC) o Body Mass Index (BMI) rimanga nell'intervallo del normale, di 18,5 a 24,9. Se il BMI è superiore a 25, il tuo peso è considerato in eccesso. Per calcolare il BMI, dividi il peso (in kg) per il quadrato della altezza (in metri). Evita la dieta eccitatoria o molto disidratata del tipo "fast food", che non favorisca per la tua salute.

Quindi, come comportarsi?

I potenziali problemi nell'uso della bilancia nascono dal fatto che la perdita di peso si concretizza nell'arco di settimane, non di giorni. Dunque, bisogna evitare che oscillazioni di peso si manifestino sul nostro stato di salute, quindi come fanno molti di noi, che nella nostra determinazione nel perseguire il risultato. Lo stesso vale durante il mantenimento del peso forma: molti affermano per un kg in più o in meno influenzano il nostro stato d'animo e quindi la nostra qualità di vita, spesso senza un reale fondamento.

ESERCIZIO 4

Modificare la pagina HTML “-TITOLO DELLA RICETTA CHE SCEGLI-” della terza esercitazione, in modo che essa sia simile all’esempio qui riportato.

Cooking By Yourself

Home Ricette Suggestimenti Viaggi

Dosi e Ingredienti

- MASCARPONE 500 gr
- ZUCCHERO 80 gr
- SAVOIARDI 250 gr
- UOVA 4
- CAFFÈ forte meglio espresso - 1 tazza
- MARSALA 1 bicchierino
- CACAO AMARO q.b.
- CIOCCOLATO FONDENTE scaglie - q.b.

Preparazione

- Quando volete realizzare il tiramisù, montate gli albumi di 4 uova a neve ben ferma utilizzando o una planetaria o delle fruste elettriche. E' possibile utilizzare anche la frusta a mano se avete il polso ben allenato.
- Montate, in una ciotola a parte, i tuorli di 4 uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto molto spumoso e chiaro. Nel frattempo ammorbidite il mascarpone mescolandolo un po' con un cucchiaino.
- Se preferite, potete trasferire la crema appena ottenuta in una sac à poche così da poterla distribuire successivamente in modo uniforme.
- Realizzate, quindi, uno strato generoso con la crema. Distribuite su questo strato alcune gocce di cioccolato.

Videoricetta!

Cooking By Yourself

Home Ricette Suggestimenti Viaggi


Dosi e Ingredienti

- MASCARPONE 500 gr
- ZUCCHERO 80 gr
- SAVOIARDI 250 gr
- UOVA 4
- CAFFÈ forte meglio espresso - 1 tazza
- MARSALA 1 bicchierino
- CACAO AMARO q.b.
- CIOCCOLATO FONDENTE scaglie - q.b.


Preparazione

- Quando volete realizzare il tiramisù, montate gli albumi di 4 uova a neve ben ferma utilizzando o una planetaria o delle fruste elettriche. E' possibile utilizzare anche la frusta a mano se avete il polso ben allenato.
- Montate, in una ciotola a parte, i tuorli di 4 uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto molto spumoso e chiaro. Nel frattempo ammorbidite il mascarpone mescolandolo un po' con un cucchiaino.
- Se preferite, potete trasferire la crema appena ottenuta in una sac à poche così da poterla distribuire successivamente in modo uniforme.
- Realizzate, quindi, uno strato generoso con la crema. Distribuite su questo strato alcune gocce di cioccolato.

Videoricetta!



Ed ecco il risultato finale!



Ecco il risultato finale: Un Tiramisù

Copyright 2018 Marco&Giovanni

ESERCIZIO 5

Creare una nuova pagina “viaggi.html” anch’essa raggiungibile dal menu di navigazione. Questa pagina contiene brevi descrizioni di alcuni viaggi fatti dall’autore del blog. Cliccando sul nome delle città si aprirà la rispettiva pagina html (ad esempio cliccando su “Parigi”, si aprirà la pagina “Parigi.html” presentata nell’esercizio 6).

La pagina “Viaggi.html” è concettualmente simile alla precedente pagina “Suggerimenti.html” creata nell’esercizio 3. Gli elementi all’interno della griglia sono però disposti in modo da formare una ‘X’.

The screenshot shows a web page with the title "Cooking By Yourself" in green. Below the title is a navigation menu with links: "Home", "Ricette", "Suggerimenti", and "Viaggi". The main content area features five travel cards arranged in an 'X' pattern. Each card has a light green header with the city name and a white body with a description. The cards are for Singapore, Parigi, New York City, Barcellona, and Torino. At the bottom of the page, there is a copyright notice: "Copyright 2018 Marco&Giovanni".

Cooking By Yourself

Home Ricette Suggerimenti Viaggi

Singapore

Singapore è una delle città che più ci ha sorpresi sotto moltissimi aspetti, noi siamo partiti senza avere troppe aspettative e senza pensare troppo a quello che avremmo trovato, solo una breve lista di appunti tra ristoranti, negozi dove fare acquisti, cibi da provare.

Parigi

Parigi è per tutti la città degli innamorati, noi preferiamo definirla la città di cui ti innamorati in mezzo istante. Sarà la luce o la bellezza architettonica che ti circonda ovunque ma di Parigi non puoi che farti sciolto e innamorato. Parigi non ti deluderà mai!

New York City

New York è sempre come la prima volta. Riesce immancabilmente a emozionarti, stupirti, divertirti e finisce sempre per rapirti il cuore. È una città in cui ci sentiamo a casa, in cui ci sembra di aver vissuto da sempre, non ci spieghiamo il perché ma a New York è così...

Barcellona

Barcellona. Una città in cui siamo a casa, un luogo dove abbiamo amici che amiamo incontrare e che sanno consigliarci i posti migliori dove mangiare o in modo semplice fare un break nelle giornate che una città come Barcellona, capoluogo della Catalogna, può farti vivere.

Torino

Torino è una città da guardare col naso all'insi. Ogni volta che la visitiamo ci stupisce, passiamo bei momenti e scopriamo sempre nuovi e bellissimi posti. Torino è una città da visitare, la sua ricca storia la rende davvero particolare e da scoprire a partire dall'architettura...

Copyright 2018 Marco&Giovanni

ESERCIZIO 6

Creare una nuova pagina "LUOGO_DEL_VIAGGIO.html" che contenga:

- Il titolo del blog
- Il menu di navigazione
- Una prima divisione contenente la descrizione della città
- Un'immagine rappresentativa della città (con la rispettiva didascalia). Riducendo le dimensioni della pagina, l'immagine dovrà adattarsi dinamicamente, rimpicciolendosi progressivamente.



Cooking By Yourself

