

MANUAL DE USO



Microsoft Teams

ICPNA 
REGIÓN GRAU

INDICE

I. REQUERIMIENTOS.....	3
II. COMO INGRESAR	3
III. PORTAL OFFICE – MICROSOFT TEAMS	5
Inicio de sesión	5
Ingresar al curso.....	5
Configuración de cámara y micrófono.....	6
Opciones dentro de la clase	7
Activar panel de chat y participantes	7
IV. APLICACIÓN MICROST TEAMS.....	8
Descargar Teams en PC/Laptop	8
Descargar Teams en Dispositivos móviles	9
V. RECOMENDACIONES.....	9

MICROSOFT TEAMS

I. REQUERIMIENTOS

Windows

- ★ Mínimo 1.6 GHz (o superior) (32 bits o 64 bits).
- ★ 2,0 GB de RAM.
- ★ 3,0 GB de espacio disponible en disco.
- ★ Resolución de pantalla de 1024 x 768 o superior.
- ★ Mínimo de 128 MB de memoria gráfica.
- ★ Windows 11, 10 o Windows 8.1, Windows7 en 32 bits y 64 bits.
(Se recomienda utilizar la última versión de Windows).
- ★ Cámara, micrófono y parlantes.

Mac

- ★ Procesador Intel mínimo, Core 2 Duo o superior.
- ★ 2,0 GB de RAM.
- ★ 1,5 GB de espacio disponible en disco.
- ★ Resolución de 1280 x 800 o superior.
- ★ Cámara, micrófono y parlantes.

Tablet o Smartphone

- ★ Android: Compatible con teléfonos y tabletas Android.
- ★ OS: compatible con iPhone, iPad y iPod Touch.

Nota: Para una mejor experiencia de usuario, se recomienda trabajar desde una PC/Laptop o Tablet de 7" como mínimo.

II. COMO INGRESAR

Para acceder por primera vez y cambiar tu contraseña, debes ingresar a:
<https://portal.office.com> ingresando con el usuario y contraseña otorgado vía email.

Los datos brindados tendrán el siguiente formato.

Detalles del usuario

Nombre para mostrar: Yacarini Lozada Huamani

Nombre de usuario: olozada@icpna-rg.edu.pe

Contraseña: 5886Y4028

CORREO ELECTRÓNICO

CONTRASEÑA

Nota: La contraseña es provisional, es decir, la cambiará.

Ingresando a portal office.

Microsoft

Iniciar sesión

olozada@icpna-rg.edu.pe

¿No tiene una cuenta? [Cree una.](#)

¿No puede acceder a su cuenta?

Atrás **Siguiente**

ICPNA
REGIÓN GRAU 30 Años

← olozada@icpna-rg.edu.pe

Escribir contraseña

..... 5886Y4028

He olvidado mi contraseña

Iniciar sesión

Cuando ingreses te pedirá que cambies la contraseña:

ICPNA
REGIÓN GRAU 30 Años

olozada@icpna-rg.edu.pe

Actualizar contraseña

Necesita actualizar la contraseña porque se trata de la primera vez que inicia sesión o porque la contraseña expiró.

Contraseña actual 5886Y4028

Contraseña nueva Colocas tu nueva contraseña

Confirmar contraseña

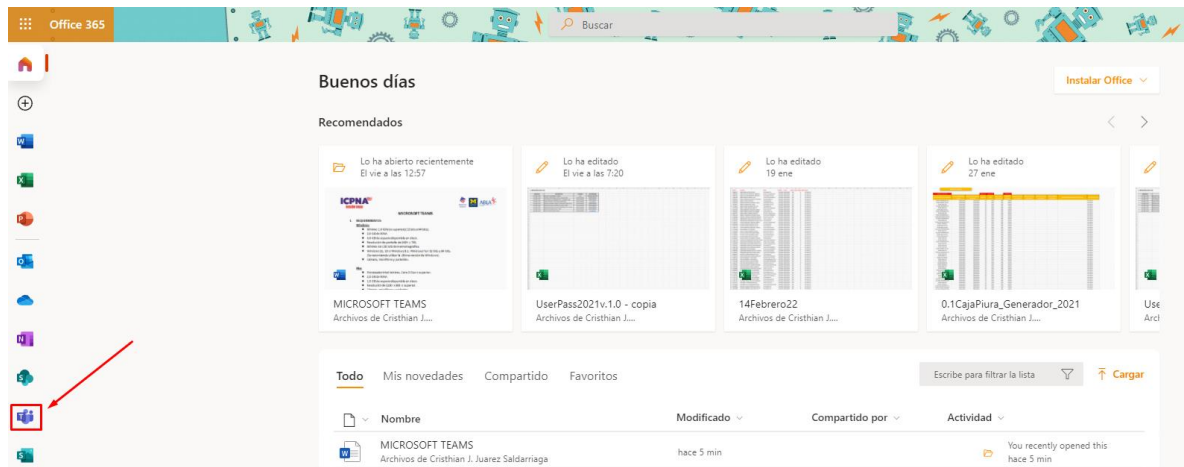
Iniciar sesión

Nota: La contraseña nueva debe ser mínimo 8 caracteres, en los cuales deben estar compuesta por Mayúsculas minúsculas y números. Ejemplo: **Picpnarg30**
Recuerda, que a partir de ahora para ingresar al portal debes colocar la nueva contraseña.

III. PORTAL OFFICE – MICROSOFT TEAMS

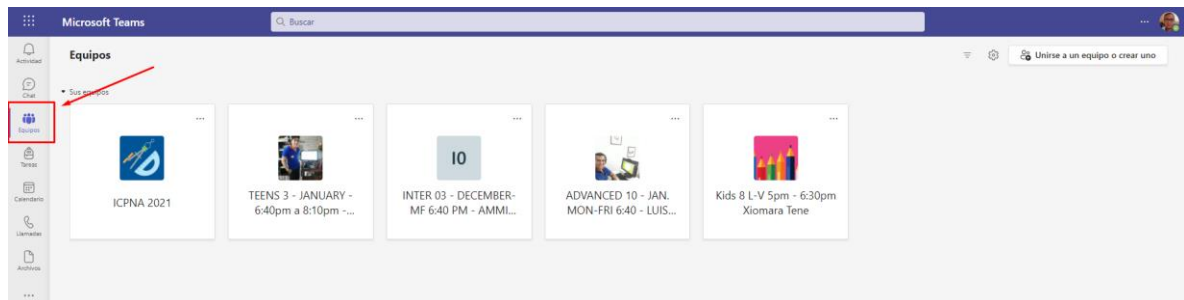
Inicio de sesión

Una vez iniciada la sesión te mostrará la siguiente página:



Aquí encontrarás la aplicación de **Microsoft Teams** en su versión web.

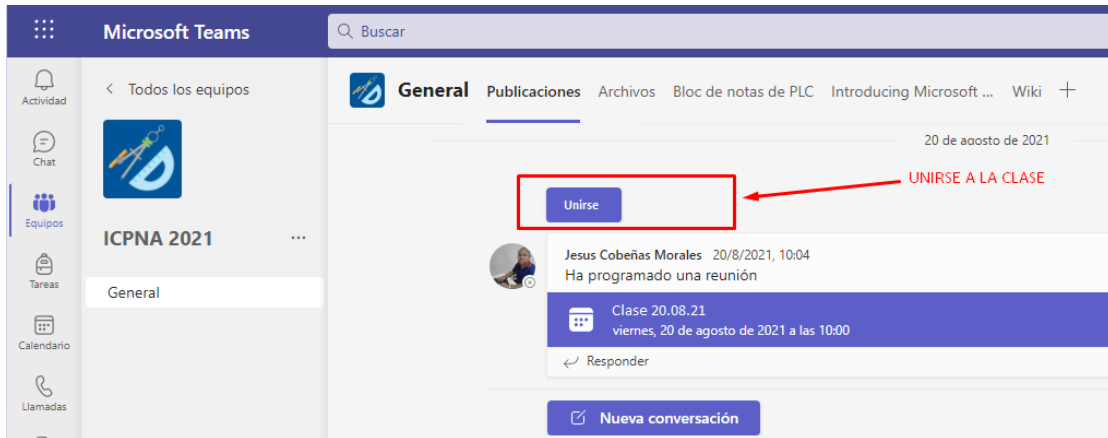
Para ingresar solo debes dar clic, posteriormente te cargará la aplicación y te mostrará tus cursos y/o talleres.



Ingresar al curso

Selecciona tu curso/taller al que pertenece, en caso de que no le figure su curso, comunicarse con su **docente** o **coordinador académico** para ser agregado.

Una vez ingrese le aparece esta interface donde podrá observar todo lo que su docente escriba y/o publique.



Cuando sea la hora de la clase podrás unirte a ella.

Configuración de cámara y micrófono.

Previo al ingreso se mostrará la siguiente venta, donde debe configurar cámara y micrófono, además verifica que tus altavoces estén conectados.

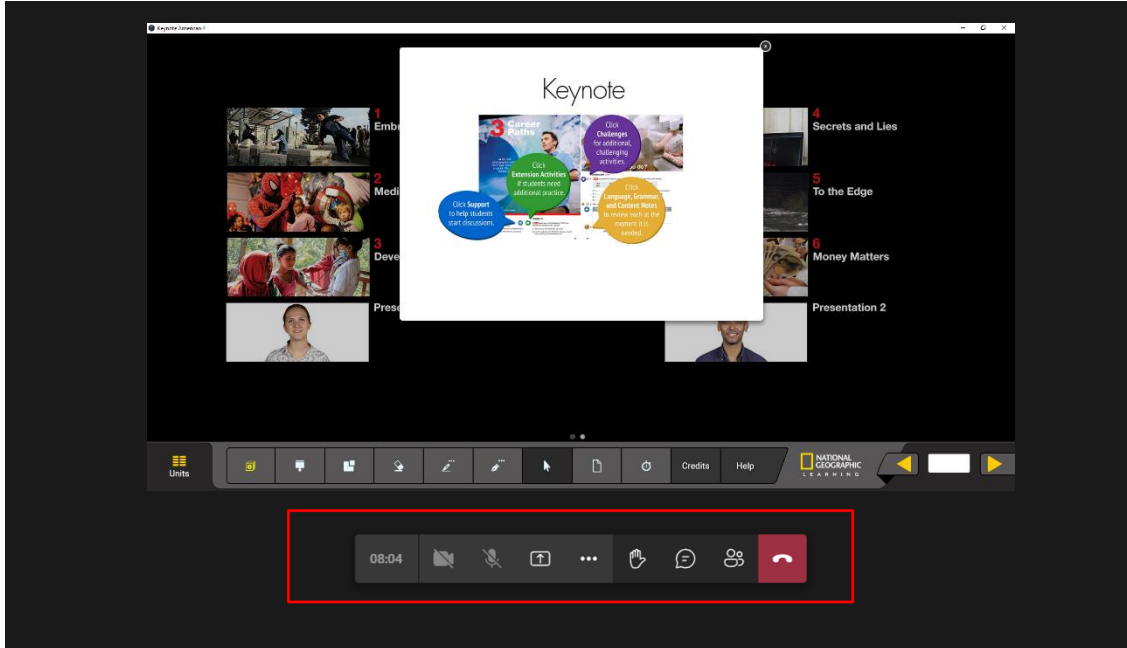


Una vez

Nota: Además del **Microsoft Teams**, existen otras aplicaciones como **Word**, **Excel**, entre otros en su versión web, disfrútalas que son completamente gratis gracias a tu cuenta de ICPNA.

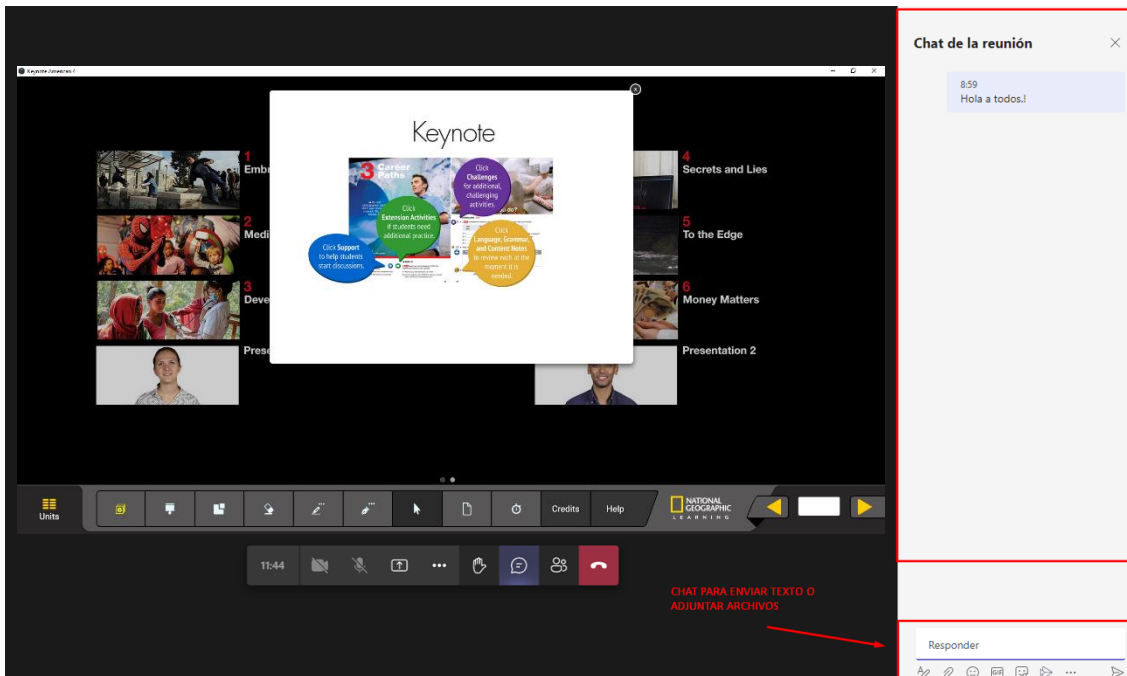
Opciones dentro de la clase

Ya en clase podremos tener la opción de activar cámara, audio, compartir pantalla, chat de reunión, ver participantes y salir de reunión.



Activar panel de chat y participantes

Ademas de texto podrá adjuntas archivos como videos, imagenes, url, entre otros.

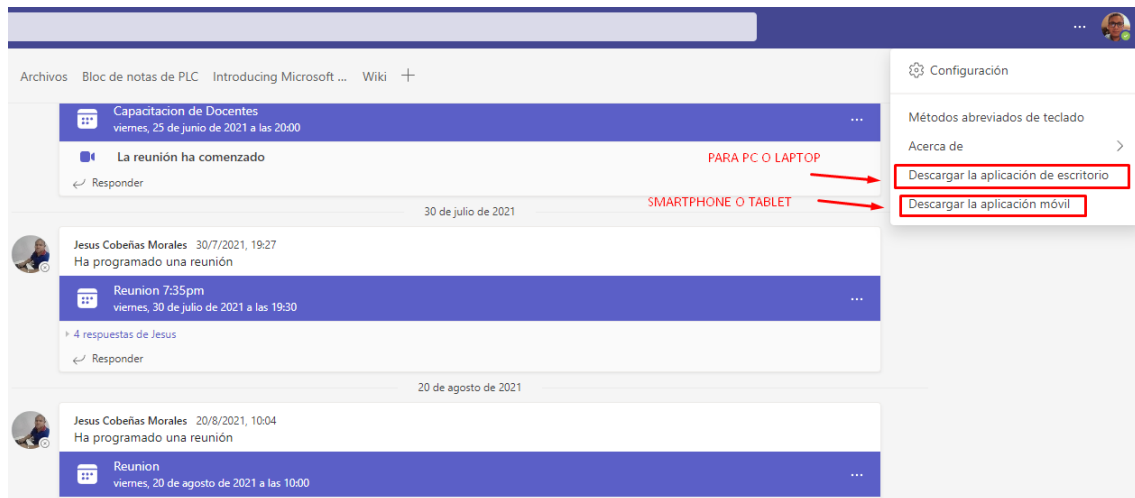


IV. APLICACIÓN MICROST TEAMS

Para mayor comodidad se recomienda descargar la aplicación de Microsoft Teams, la cual está disponible en todas las plataformas, por lo tanto, puedes utilizarlo en PC/laptop o dispositivos móviles como Tablet o Smartphone.

Descargar Teams en PC/Laptop

En la parte superior de Microsoft Teams (versión web), encontrarás un panel adicional donde te redirigirá a los enlaces para descargar la aplicación.

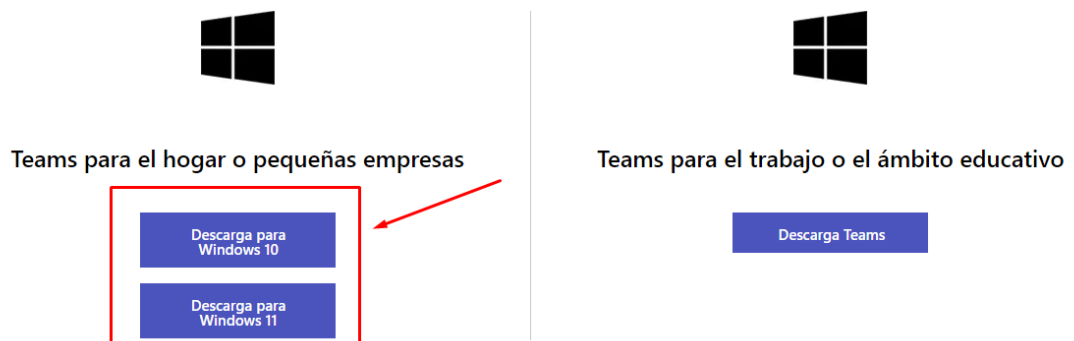


Una alternativa adicional es descargarlo a través del siguiente enlace:

<https://www.microsoft.com/es-ww/microsoft-teams/download-app#desktopAppDownloadregion>

Te mostrará la siguiente página.

Descarga Microsoft Teams para escritorio de Windows



Descargar Teams en Dispositivos móviles

También puedes descargar la App desde Google Play y App Store.



V. RECOMENDACIONES

- Es aconsejable reiniciar tu pc antes de iniciar la clase.
- Para mantener una sesión de clases estable, es recomendable que su conexión a internet sea cableada, si es por wifi, este lo mas cerca posible de router.
- La velocidad mínima de internet es 5Mbps para videollamadas grupales de alta definición (540P videos en la pantalla de 1080p). Considerar este parámetro si comparte el internet con otros dispositivos.
- Es recomendable que cuando sea su hora de clase, no haya otros dispositivos utilizando aplicaciones de alto consumo como lo es Youtube, Netflix y otras plataformas de video. Especialmente si velocidad de internet es estándar.
- Si tiene problemas de conexión a través de la aplicación de escritorio (PC/Laptop), trate de utilizar la versión web.