

# APLICACIONES FITNESS



## RANGO DE EDADES

10–13

## RESUMEN

Los estudiantes explorarán varios ejemplos de aplicaciones fitness y debatirán las estrategias que dichas aplicaciones utilizan para ayudar a las personas a mantenerse activas. Trabajarán en grupos para probar una aplicación fitness gratuita que podrá ser descargada en el dispositivo proporcionado por la escuela. Asimismo, demostrarán al menos una actividad aprendida, de las proporcionadas por la aplicación elegida. Basados en sus hallazgos y en su comprensión de una aplicación fitness exitosa, los estudiantes crearán una reseña en grupo. A continuación, compartirán las reseñas de cada aplicación fitness con la clase, enfocándose específicamente en su capacidad potencial de ayudar a reducir el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles. Finalmente, reflexionarán sobre el impacto que el diseño de una aplicación fitness podría tener sobre qué tan probable sea que se use.

## DURACIÓN

45–60 minutos

## OBJETIVOS

Los estudiantes deberán

- Identificar información, productos, y servicios para mejorar la salud
- Evaluar diferentes componentes de las aplicaciones en sitios web para determinar su capacidad de ser un medio eficaz para ayudar a reducir el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles
- Crear una reseña que saque una conclusión sobre la validez de la aplicación para mejorar la salud

## MATERIALES NECESARIOS

- Lápices, uno por estudiante
- Crayones o marcadores, un set por grupo
- Cartulina, una por grupo y una por voluntario
- Rotulador para pizarra o tiza, uno para cada voluntario
- Impresión **Calificar Aplicaciones de aptitud física**, uno por grupo y dos adicionales

Para obtener más información sobre el programa Future Well Kids, envíenos un email a

[ABBOTT.VOLUNTEER@ABBOTT.COM](mailto:ABBOTT.VOLUNTEER@ABBOTT.COM)