

PROGRAMACIÓN

CREAMOS UN PODÓMETRO

Un **podómetro** ou contapasos é un dispositivo portátil que conta cada paso que unha persoa realiza ao detectar o seu movemento.

Xa que a lonxitude do paso de cada persoa varía, é preciso calibralo e así poder dar a distancia percorrida (normalmente en km) de xeito máis preciso.

Os estudos amosan que é importante realizar actividade física cando menos 2-3 horas á semana. Camiñar é unha das actividades que se poden realizar para estar activo.

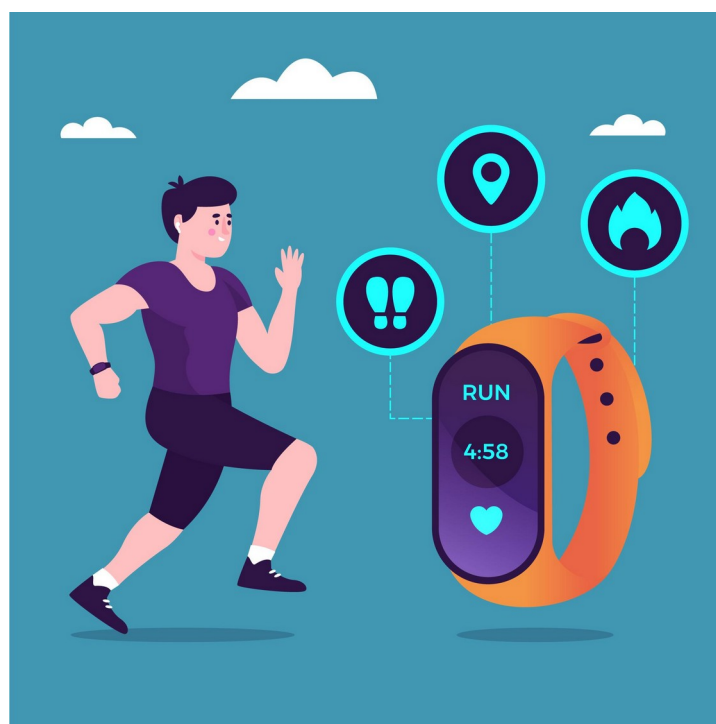


Figura 1: Podómetro (imaxe de Freepik)

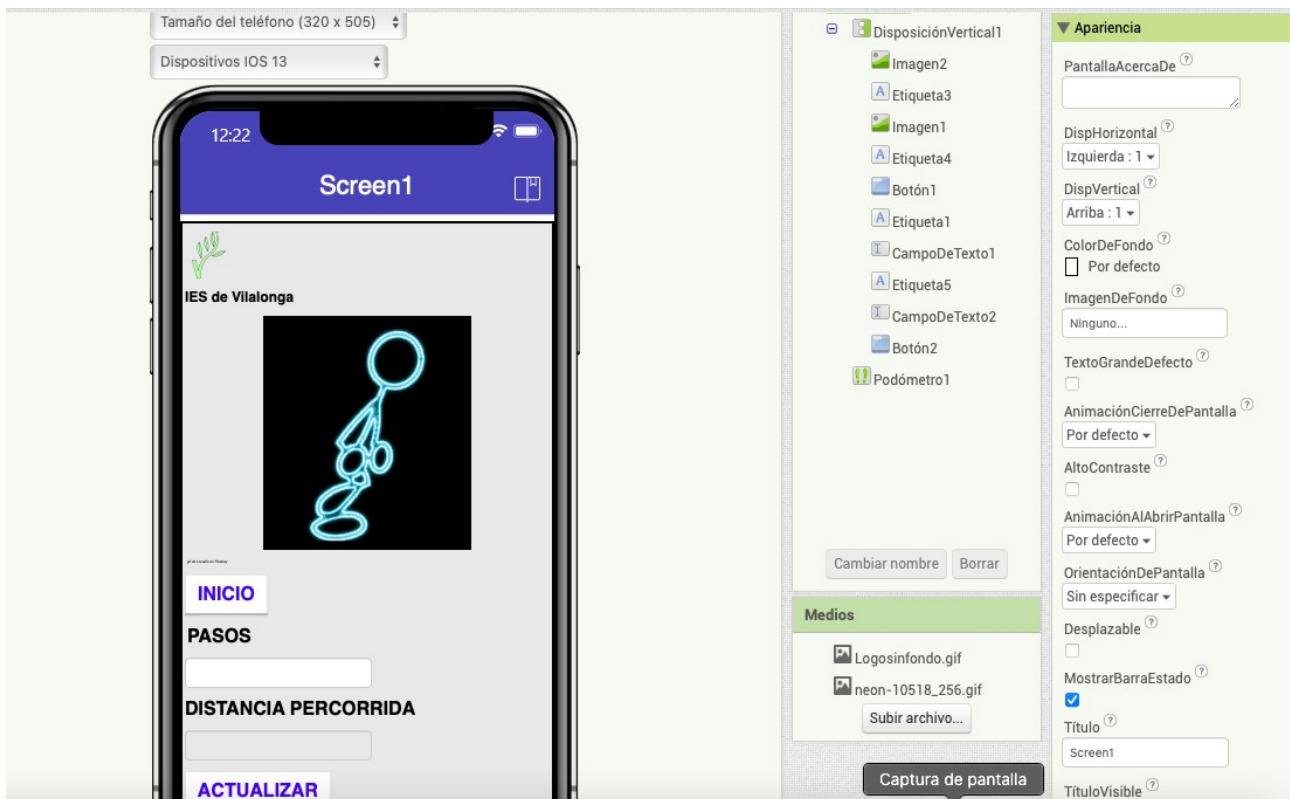
É por iso que para moitas persoas camiñar é unha forma sinxela de exercicio que contribúe a manterse en forma. Usar un podómetro ou contapasos pode axudarnos a levar un rexistro da cantidade de pasos que damos diariamente, e así poder fixarnos

retos ou metas para lograr acadar maiores distancias e así realizar máis actividade física.

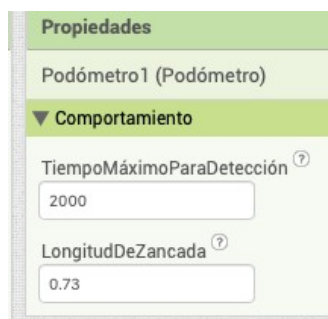
PROGRAMAMOS O NOSO PODÓMETRO

Para deseñar o noso podómetro empregamos a aplicación APP Inventor.

Existen varias formas de abordar o seu deseño, pero podemos partir inicialmente do compoñente podómetro incluído na aplicación:



Así, definindo a lonxitude de zancada:



podemos activar o contapazos mediante un botón de "inicio" cunha simple programación:



Podes probar o podómetro escaneando o código QR:

