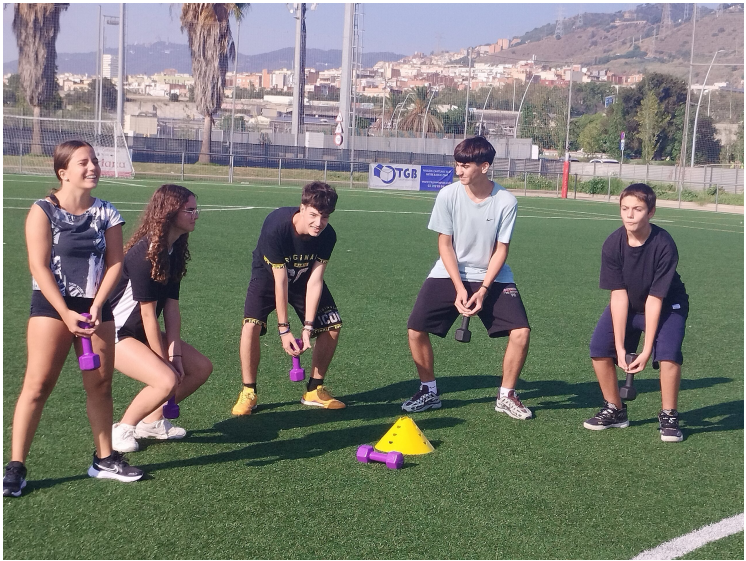




Power Up

Institut de Santa Coloma de Gramenet - Santa Coloma de Gramenet

institut9@institut9.cat

ESO 2n Cicle

Salut i Benestar

Tecnologies Maker

Impressió 3D

Durada

entre 25 i 35 hores

Propòsit del projecte

Abordar la manca d'hàbits saludables i el desconeixement del funcionament del cos mitjançant el repte de dissenyar un pla d'entrenament i construir un prototip mecànic. Connecta amb el creixement personal fomentant hàbits saludables, l'autonomia i la presa de decisions informades.

Pregunta essencial, repte o servei

Com podem millorar la salut a través de l'exercici i entendre el funcionament del cos i les màquines?

Descripció del projecte

L'alumnat investiga la biomecànica del cos i el funcionament de màquines, analitza casos reals i dissenya un pla d'entrenament. Paral·lelament, construeix un prototip que reproduïx el moviment estudiat. El procés inclou experimentació pràctica, sortides al centre esportiu, enregistrament i edició d'un vídeo final i presentació del projecte.

Creació d'obres o productes

L'alumnat dissenya un pla d'entrenament personalitzat i construeix un prototip mecànic que representa el moviment treballat. El procés inclou anàlisi, experimentació, disseny, construcció i millora, així com la creació d'un vídeo final explicatiu.

Reflexió de les persones implicades

Arnau (alumne): "He après com funciona el meu cos quan faig exercici i per a què serveixen algunes màquines del gimnàs." Julia (alumna): "Hem vist que no és només fer exercici, sinó fer-lo bé: entendre els moviments i com treballen els músculs." Víctor (docent): "Hem observat que l'alumnat entén millor els conceptes quan pot experimentar-

los, relacionant el cos, el moviment i les màquines en situacions reals.”

