**TAREA EDUCACIÓN FÍSICA RUTAS POR ANDALUCÍA**

Seguimiento de las rutas turísticas rurales, urbanas o costeras mediante una aplicación móvil llamada strava que nos permite recoger información variada y compartirla con otras personas.

Los alumnos tendrán que darse de alta en la aplicación y buscar el club privado La Escribana, mandar la solicitud de ingreso a la comunidad y posteriormente ser aceptada por el administrador del grupo. A partir de ese momento todos podemos ver y compartir las actividades deportivas de los miembros del grupo.

Al comienzo de cada ruta o paseo debemos marcar la opción registrar actividad y guardar al terminarla. Una vez finalizada la ruta cada miembro podrá editar la actividad, adjuntar fotos del paisaje, publicar observaciones interesantes y muchas más opciones.

**Strava** es una red social basada en Internet y [GPS](https://es.wikipedia.org/wiki/GPS) enfocada a deportistas como pueden ser ciclistas, corredores, senderistas y una aplicación de seguimiento GPS deportiva.



Características

Los miembros de la red pueden ver la velocidad de la trayectoria, las diferencias de altura y el consumo de energía utilizando un [smartphone](https://es.wikipedia.org/wiki/Smartphone) o un dispositvo GPS compatible.

Una vez registrada la actividad deportiva, es posible obtener mediante la aplicación móvil o en el sitio web, un análisis detallado de los datos como pueden ser el camino tomado, la velocidad media y máxima, una gráfica de la velocidad y el perfil vertical de la pista, la velocidad media de cada kilómetro, número de sesiones de entrenamiento, kilómetros completados durante un periodo, etc. Los datos pueden ser comparados con los de otros miembros de la red.

Existe la posibilidad de evaluar un segmento de la trayectoria seguida por un ranking de los atletas que tomaron el mismo segmento. Además está la posibilidad de seguir las actividades de otros atletas y otorgar *"Kudos"* a sus actividades (parecido al "[Me gusta](https://es.wikipedia.org/wiki/Me_gusta_%28Facebook%29)" de Facebook). ​

Las actividades pueden ser subidas desde dispositivos GPS compatibles ([Garmin](https://es.wikipedia.org/wiki/Garmin), [Polar](https://es.wikipedia.org/wiki/Polar), [Suunto](https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Suunto&action=edit&redlink=1), [Tomtom](https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Tomtom&action=edit&redlink=1), [Fitbit](https://es.wikipedia.org/wiki/Fitbit), [Android Wear](https://es.wikipedia.org/wiki/Android_Wear), [Microsoft Band](https://es.wikipedia.org/wiki/Microsoft_Band), [Soleus](https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Soleus&action=edit&redlink=1), o [Timex](https://es.wikipedia.org/wiki/Timex)), a través de la aplicación para móviles (Android o iPhone), o manualmente desde un archivo.

Actividades

La lista de designaciones de actividades incluye:

* [Carrera a pie](https://es.wikipedia.org/wiki/Carrera_a_pie) (correr, caminar, senderismo), [Ciclismo](https://es.wikipedia.org/wiki/Ciclismo) y [Natación](https://es.wikipedia.org/wiki/Nataci%C3%B3n)
* [Esquí](https://es.wikipedia.org/wiki/Esqu%C3%AD) (alpino, backcountry, cross-country, nórdico, roller, snowboard)
* [Patinaje](https://es.wikipedia.org/wiki/Patinaje) (hielo, en línea) y [Canotaje](https://es.wikipedia.org/wiki/Canotaje) (remo, kayak, piragüismo)
* [Crossfit](https://es.wikipedia.org/wiki/Crossfit)
* [Escalada](https://es.wikipedia.org/wiki/Escalada)
* Actividades de gimnasio (elíptica, step-stepper, entrenamiento con pesas, [yoga](https://es.wikipedia.org/wiki/Yoga), entrenamiento)