

Proatlhetic

No cenário dinâmico da tecnologia e da inovação, a interseção entre usabilidade, design de interação e design thinking torna-se fundamental para criar experiências significativas e centradas no usuário. Nesse contexto, a matéria de Usabilidade e Design de Interação embarcou em uma jornada empolgante, buscando aprimorar habilidades e explorar conceitos por meio de um projeto envolvente. O tema escolhido para essa imersão criativa foi o esporte, um universo multifacetado que transcende o simples ato físico para se tornar uma manifestação cultural, social e emocional.

H2 O que é design thinking?

O Design Thinking é uma abordagem inovadora e centrada no ser humano para resolução de problemas complexos. Com suas várias etapas, esse método proporciona uma estrutura flexível e colaborativa para a criação de soluções eficazes. As etapas incluem a imersão no problema, a definição clara do desafio, a geração criativa de ideias, a prototipagem de soluções e a realização de testes iterativos. Ao integrar empatia, criatividade e iteração, o Design Thinking capacita equipes a encontrar soluções mais alinhadas com as reais necessidades dos usuários.

O Design Thinking se divide em 5 etapas:

- Empatia
- Definição
- Ideação
- Prototipação
- Teste

H3 Empatia

Nesta etapa utilizamos as seguintes ferramentas

- Desk research
 - Em nossa busca pela excelência no desempenho atlético, imergimos em uma extensa jornada de desk research, dedicando tempo e esforço significativos para explorar as nuances essenciais que moldam a eficácia dos programas de treinamento. Minuciosamente, investigamos aspectos como cronograma, divisão de treinos,

estratégias de recuperação, importância do descanso, prevenção de lesões e a aplicação de tecnologia para monitorar o processo de recuperação e minimizar riscos.

- Descobrimos não apenas princípios fundamentais, mas também inovações revolucionárias que estão moldando o modo como os atletas abordam seus regimes de treinamento. Ao desvendar as práticas mais recentes e as tecnologias emergentes, nossa pesquisa visa oferecer *insights* valiosos para otimizar o desempenho atlético e aprimorar a experiência de treinamento.

- **Estudo de caso**

- Cristiano Ronaldo, ícone do futebol mundial, tornou-se o epicentro de nosso estudo de caso, permitindo-nos uma visão privilegiada de sua rotina de treinamento. Analisamos seu cronograma de treinos, destacando estratégias específicas de recuperação, métodos de prevenção de lesões e adaptações inteligentes no cronograma.

- **Entrevistas**

- Para aprofundar ainda mais nossa compreensão, decidimos dar voz às experiências e percepções reais. Conduzimos entrevistas reveladoras com três indivíduos, representando diferentes perspectivas dentro do cenário atlético. Essas conversas forneceram uma visão única sobre as necessidades, desafios e aspirações específicas de nossa *persona*. Ao conectar-nos diretamente com a comunidade esportiva, estamos moldando nossas descobertas para garantir que nossos *insights* e soluções se alinhem de maneira autêntica às expectativas e realidades dos atletas e entusiastas do esporte.

- ***insights***

- Cada ideia, cada descoberta e cada história compartilhada nos conduzem a um terreno emocionante de possibilidades. Ao unir a sabedoria da pesquisa, a inspiração do estudo de caso e a autenticidade das entrevistas, estamos prestes a criar um projeto que não apenas responde às demandas do cenário esportivo, mas que as transcende, desenhando um novo horizonte para o universo do desempenho atlético. Preparem-se para testemunhar a transformação, pois estamos prestes a dar vida a uma jornada única no mundo do esporte.

H3 Definição

Em meio às ruas periféricas de Guarulhos, São Paulo, vive Isaac, um jovem de 26 anos cuja vida é um verdadeiro campo de jogo, repleto de desafios e objetivos. Graduado em Educação Física, ele encontrou no vôlei um refúgio desde os turbulentos dias de sua adolescência, quando a separação de seus pais abalou seu mundo. Hoje, Isaac é professor na ETEC de São Paulo, onde começou recentemente, dedicando-se a compartilhar sua paixão com as mentes jovens.

Contudo, sua trajetória é marcada por desafios que vão além da sala de aula. Com um salário inicial, Isaac enfrenta a intensidade de uma rotina que começa às 5 horas da manhã, quando ele se lança na jornada diária em direção ao trabalho. Seus dias são uma mistura de responsabilidades profissionais, incluindo o planejamento de aulas, atividades práticas e as complexidades administrativas do ensino.

Ao retornar para casa por volta das 22 horas, Isaac anseia por momentos de tranquilidade, mas sua mente está muitas vezes conturbada pelo estresse do trabalho e pela pressão de conciliar sua carreira com sua paixão pelo vôlei. Seu grande sonho é participar de pequenas competições na região, integrando-se a times locais e disputando torneios. No entanto, desafios significativos obstaculizam esse desejo ardente.

Isaac enfrenta a cruel escassez de tempo em sua vida agitada. Seu longo tempo de deslocamento e a falta de um cronograma consistente tornam difícil planejar adequadamente sua prática e participação em eventos esportivos. A pressão do trabalho e a luta constante para equilibrar sua paixão com as exigências profissionais contribuem para uma mente conturbada e inquieta. Morando na zona periférica, a distância adiciona uma camada extra de desafio, afastando-o das oportunidades de treinamento e competição.

No entanto, Isaac não se deixa abater. Cada desafio é uma oportunidade para crescimento e superação. Ele busca soluções para sua falta de tempo, procura estabelecer um cronograma mais consistente e encontra maneiras de gerenciar o estresse. Em seu coração, a paixão pelo vôlei continua acesa, alimentando sua determinação de transformar os desafios em conquistas.

A história de Isaac é uma saga de perseverança, onde a paixão e a resiliência se tornam os elementos-chave de um enredo destinado a inspirar. Seu caminho é um testemunho da capacidade humana de enfrentar adversidades, construindo pontes entre sonhos e realidade. Enquanto Isaac dribla os desafios da vida, ele se torna uma narrativa viva de como a paixão pode ser o combustível que impulsiona cada ponto conquistado no jogo da vida.

H3 Ideação

Em nossa jornada para criar uma plataforma que transcenda as expectativas, mergulhamos profundamente no processo de *brainwriting*, uma ferramenta poderosa que deu vida às nossas ideias e visões. Este método colaborativo não apenas concretizou nossos conceitos, mas também acendeu a centelha da inovação em cada traço, cor e detalhe de nossa futura plataforma.

Ao explorarmos como divulgar nossa plataforma, os corredores da criatividade foram preenchidos com ideias vibrantes e estratégias cativantes. Visualizamos uma presença marcante nas redes sociais, utilizando não apenas os canais convencionais, mas também plataformas emergentes que ecoam a essência dinâmica de nossa proposta. A interação com nosso público

será uma experiência imersiva, uma narrativa visual que convida todos a participarem da revolução que estamos prestes a lançar.

As ideias de cores para a marca foram cuidadosamente tecidas em uma paleta que vai além do visual, transmitindo emoções e valores. Cada tonalidade foi escolhida com a intenção de criar uma identidade que ressoe com nosso público, evocando confiança, inovação e uma abordagem centrada no usuário. A marca não será apenas um símbolo; será um convite para uma jornada única e emocionante.

No que diz respeito ao layout do site, nossas sessões de *brainwriting* se tornaram oficinas de design onde cada membro contribuiu com suas perspectivas únicas. A navegação será intuitiva, a interface será convidativa e a experiência do usuário será prioridade. Cada detalhe foi discutido, refinado e incorporado, resultando em um portal que não apenas entrega funcionalidade, mas que também se torna um espaço de descoberta e interação.

Ao vislumbrarmos o impacto de nossa plataforma, o *brainwriting* tornou-se uma ponte entre o conceitual e o tangível. Nossas ideias ganharam vida, pulsando com a energia de uma equipe que compartilha uma visão apaixonada. E à medida que traçamos o caminho para o lançamento, a paixão que nos impulsionou se torna a essência que queremos compartilhar com o mundo.

H3 Prototipação

Wireframes

[wireframe da home](#)

[wireframe da tela cadastro](#)

[wireframe da tela cronometro](#)

[wireframe da tela alimentação](#)

[wireframe da tela prato recomendado](#)

H3 Testes

No contexto do nosso projeto voltado para auxiliar as pessoas na criação de rotinas relacionadas à alimentação, treinamento e cronograma dentro da área de esportes, é essencial realizar testes para garantir que estamos proporcionando a melhor experiência possível aos usuários. Este texto abordará a importância de recrutar pessoas alinhadas com a nossa persona e a utilização de testes A/B para verificar as preferências de interface do usuário.

Uma etapa crucial para realizar testes eficazes é recrutar pessoas que se encaixem com a nossa persona. Ao identificar os perfis que representam nossos potenciais usuários, podemos obter feedbacks mais relevantes e precisos. Dessa forma, buscamos indivíduos interessados em esportes, que tenham interesse em adotar rotinas alimentares, de treino e cronogramas organizados para melhorar seu desempenho e bem-estar.

Ao conduzir os testes do nosso projeto, é importante utilizar comandos que não induzam os participantes de forma direta, a fim de evitar influências externas que possam comprometer a autenticidade dos resultados. Devemos permitir que os participantes interajam livremente com a interface e as funcionalidades oferecidas, observando como eles se adaptam e utilizam as ferramentas disponíveis.

Além disso, podemos empregar testes A/B para verificar a preferência de interface do usuário. Essa abordagem nos permite apresentar duas versões distintas da interface aos participantes e coletar feedbacks sobre suas preferências e usabilidade. Com base nesses resultados, podemos realizar ajustes e aprimoramentos para otimizar a experiência do usuário.

Após a conclusão dos testes, é fundamental realizar uma análise criteriosa dos resultados obtidos. Devemos identificar padrões, tendências e sugestões de melhorias propostas pelos participantes. Essas informações serão valiosas para refinarmos a nossa plataforma e torná-la mais intuitiva, eficiente e alinhada às necessidades dos usuários.

Realizar testes com pessoas que se encaixam com a nossa persona e utilizar abordagens como testes A/B são estratégias essenciais para aprimorar a experiência do usuário em nosso projeto de criação de rotinas esportivas. Ao recolher feedbacks autênticos, podemos identificar pontos fortes e oportunidades de melhoria, garantindo que nossa plataforma atenda de forma eficaz às necessidades e expectativas dos usuários. Com base nesses testes, poderemos oferecer uma solução cada vez mais eficiente e personalizada, auxiliando as pessoas na criação de rotinas saudáveis e produtivas em suas práticas esportivas.