# Iniciação no vôlei / Projeto pessoal

## Pesquisa e Inovação

|  |  |
| --- | --- |
| NOME COMPLETO | RA |
| Diogo de Moura Henrique | 01221151 |

# Objetivo:

Auxiliar nos treinos e precauções para iniciantes no vôlei.

# Justificativa do projeto:

* Há uma maioria notável nos atletas iniciantes no esporte, que têm uma enorme dificuldade em encontrar materiais ou mesmo informações sobre maneiras de aprimoramento técnico nas diversas posições.
* Grande parte dos atletas, têm lesões causadas pelo exagero de treino, e principalmente por execução incorreta de diversos exercícios, coisa que faz com que a vida útil de diversas musculaturas importantes, sejam reduzidas.
* O esporte em questão, é muito difícil, o que faz com que pessoas que não sintam qualquer forma de progresso (mesmo que pequeno), desanimem rapidamente, a ponto de desistir.

# Escopo e principais objetivos:

Website que visa proporcionar dicas de treino, alongamentos e cuidados para diversas posições do esporte.

Com a construção da tela inicial, haverá uma sessão exclusiva para que aqueles que ainda não encontraram sua posição, tenham uma maior facilidade em descobri-la.

Em seguida, o usuário será induzido ao se cadastro, para que de fato tenha acesso à uma série de dicas e exercícios personalizados para a sua posição.

Agora, com o cadastro feito, ele poderá entrar em sua conta e desfrutar de diversos treinos, precauções para a conservação da musculatura e também alguns exercícios mentais a serem feitos.

Em paralelo, para garantir que todas essas funcionalidades estejam operando corretamente, também estará em uso um banco de dados, para que diversos usuários possam se cadastrar.

# Marcos do projeto:

* Criação do protótipo do site;
* Elaboração dos materiais a serem expostos;
* Codificação do site;
* Site enviado à produção.

# Premissas e restrições:

* Comprometimento com os cuidados referentes à saúde;
* Comprometimento com a execução correta dos treinos;
* Necessário ter a conexão com a internet;
* Armazenamento dos dados em nuvem.

# Equipe envolvida:

* Analistas de sistemas;
* Desenvolvedores;
* Equipe de suporte.

.