
Especificação de requisitos de software

Para

QUARENTREINO - APP

Versão 1.0 aprovada

Preparado por BARBARA MORAES, CAROLINE NICOCELLI, ERICK
GARCIA, NICOLLE SURYAN E PEDRO PADILHA
Universidade Presbiteriana Mackenzie 21
de Setembro de 2020.

*Copyright © 1999 por Karl E. Wiegers. É concedida permissão para usar, modificar e distribuir este documento.
Software Especificação de requisitos para QUARENTREINO Página ii*

Tabela de Conteúdo

1. Introdução.....	3
--------------------	---

1.1	Propósito	3
1.2	Convenções de Documentos	3
1.3	Público-alvo e Sugestões de Leitura.....	3
1.4	Escopo do produto	3
1.5	Referências.....	3
2.	Descrição geral	3
2.1	Perspectiva do produto.....	3
2.2	Funções do produto	4
2.3	Classes e Características do Usuário	4
2.4	Ambiente operacional	4
2.5	Restrições de projeto e implementação	4
2.6	Documentação do Usuário	4
2.7	Suposições e dependências.....	5
3.	Requisitos de interface externa	5
3.1	Interfaces de Usuário.....	5
3.2	Hardware Interfaces	5
3.3	Software Interfaces	5
3.4	Interfaces de Comunicação	5
4.	Características do sistema	5
4.1	Recurso do sistema.....	6
5.	Outros requisitos não funcionais	17
5.1	Requisitos de desempenho	17
5.2	Requisitos de segurança	18
5.3	Requisitos de segurança	Erro! Indicador não definido.
5.4	Atributos de qualidade de software	18
5.5	Regras de negócios.....	18
6.	Outros Requisitos	Erro! Indicador não definido.

Histórico de revisão

Nome	Data	Razão para mudanças	Versão
Nicolle Suryan	08/11	Ajustes na especificação	V 1.1

1. Introdução

1.1 Propósito

O propósito deste documento é informar os requisitos para o desenvolvimento do aplicativo de gestão de treinos para personal trainers.

1.2 Convenções de Documentos

Documento no padrão IEEE para especificação de requisitos do aplicativo.

1.3 Público-alvo e Sugestões de Leitura

Documento voltado para desenvolvedores, gerentes de projeto e futuros usuários do aplicativo.

1.4 Escopo do produto

O aplicativo tem como objetivo facilitar o gerenciamento de treinos a distância, sem a necessidade de vídeo chamada.

1.5 Referências

SOMMERVILLE, I. Engenharia de Software. 9a ed. São Paulo. Pearson/Addison Wesley, 2011.

A methodology to guide writing Software Requirements Specification document -

<https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/7360001/footnotes#footnotes>

2. Descrição geral

2.1 Perspectiva do produto

O sistema a ser desenvolvido se trata de uma plataforma de gestão de treinos (aeróbicos, musculares, de hipertrofia, resistência, potência e força muscular) que visa facilitar a montagem, o acompanhamento (pelo professor), e a execução (pelos alunos) dos treinos que serão realizados. O professor poderá ter um grupo de alunos onde selecionará cada aluno e fará a montagem dos treinos escolhendo cada categoria de treino e o conjunto de exercícios que será realizado pelo aluno. Este aplicativo estará disponível para utilização em plataformas Android e iOS ou ambiente web.

2.2 Funções do produto

O aplicativo de gerenciamento de treinos, QUARENTREINO, possui uma série de funções para a criação de planos individuais de treinamento para qualquer objetivo. Com objetivo principal de realizar os treinos em casa, o treinador cria um plano de treino adequado para o perfil do seu aluno, disponibilizando-o no aplicativo para que seu aluno acesse de qualquer lugar. O treino não necessariamente é de somente um dia, mas pode ser uma série de exercícios para ser realizado em grandes períodos. Após o aluno ter concluído o treino, o professor consegue avaliar se houve evolução e se o aluno teve o desempenho esperado.

2.3 Classes e Características do Usuário

Os usuários do sistema Quarentreino são treinadores e alunos. O treinador é o ator responsável pela criação do plano de treino do aluno e das seguintes atividades: a) inserir o aluno, b) criar plano de treino, c) avaliar desempenho do aluno.

O aluno é o ator que acessa o aplicativo e realiza e conclui o treino indicado pelo treinador.

2.4 Ambiente operacional

Este sistema estará disponível para utilização em plataformas Android e iOS ou ambiente web.

2.5 Restrições de projeto e implementação

A análise dos requisitos, levantados junto ao público-alvo, possibilitou identificar uma lista de restrições do sistema que impactaram na definição da arquitetura e paradigma de desenvolvimento. A Tabela 1 detalha essas restrições e seus respectivos impactos.

Tabela 1. Restrições do sistema

Restrição	Impacto
O treinador e o aluno deverão acessar o aplicativo através de um rede de internet	Arquitetura do sistema
Os treinos devem estar disponíveis para cada aluno	Arquitetura do sistema
O resultado da implementação do sistema pode gerar futuras inclusões de novas funcionalidades.	Arquitetura do sistema

2.6 Documentação do Usuário

- Posso ajudar online: lista de perguntas e respostas para ajudar na navegação
- Caixa de dúvidas: envio de mensagens com dúvidas sobre os exercícios ao professor

2.7 Suposições e dependências

A análise dos requisitos também possibilitou identificar dependências relacionadas à hospedagem de servidor e arquivos e licença de software (Tabela 2).

Tabela 2. Restrições do sistema

Dependência	Descrição
Hospedagem	o app será acessado via internet e deverá ter 100% de disponibilidade e um banco de dados disponível para consulta de informações

3. Requisitos de interface externa

3.1 Interfaces de Usuário

Não há

3.2 Hardware Interfaces

Não há

3.3 Software Interfaces

Não há

3.4 Interfaces de Comunicação

O software se comunica com o banco de dados internamente, sem a necessidade de que o usuário tenha acesso ao mesmo.

4. Características do sistema

Durante o desenvolvimento do projeto, foram realizadas entrevistas com profissionais da área, para entender quais são os melhores exercícios e qual a melhor forma de transmitir ao aluno pelo aplicativo, e uma análise de mercado.

Com base na análise dos requisitos levantados foi possível gerar uma lista de requisitos que foram organizados em três grupos principais: 1) ações do sistema; 2) características dos exercícios; 3) configuração do plano de treinos:

4.1 Recurso do sistema

O sistema deve permitir:

- a) Cadastro e edição de treinador;
- b) Cadastro, edição e remoção de aluno;
- c) Inclusão de exercícios;
- d) Gerenciamento do plano de treinos;
- e) Visualização do histórico do aluno;
- f) Avaliação do desempenho do aluno;

Os exercícios devem contemplar:

- g) Exercícios aeróbicos.
- h) Exercícios de musculação,
- i) Exercícios de alongamento.
- j) Exercícios de resistência.
- k) Exercícios de potência e força muscular.
- l) Exercício de hipertrofia.

O plano de treino deve permitir:

- m) Criação do plano de treino por 30 dias (padrão) ou o combinado com o professor.
- n) Determinar a frequência exata de cada exercício assim como o tempo de execução.
- o) Determinar o nível de dificuldade do exercício.
- p) Determinar o tempo total de cada treino por dia.
- q) Definir o objetivo do treino: se deseja emagrecer ou ganhar peso / perder ou ganhar quantos quilos.

4.1.2 Requisitos Funcionais

REF001	Cadastro de usuário
Função	Cadastrar credenciais no sistema
Entradas	Nome completo, login, senha, data de nascimento, telefone e e-mail
Saída	Dados do usuário ficam mantidos e disponíveis no sistema para acesso.
Ações	Ao acessar a página de cadastro, o usuário clicar em “Cadastrar”, inserir os dados de autenticação e finalizar o cadastro
Pré-condições	Ter acesso ao aplicativo ou website
Pós-condições	O usuário fica disponível no sistema e visível para encontrar alunos e/ou professores.
Observações:	
Caso de uso	Cadastrar-me
Ator Principal	Aluno
Cenário Principal	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuário baixa e instala o aplicativo ou o acessa pela web. 2. Sistema apresenta a tela de inserção de credenciais 3. Usuário preenche as informações solicitadas corretamente e clica em “Cadastra-me” 4. Sistema devolve um retorno positivo ou negativo sobre 5. Sistema incluem e mantem o usuário na sua rede 6. Sistema apresenta a tela logada ao usuário 	

REF002	Incluir Exercícios
Função	Incluir exercícios
Entradas	Tipo do exercício, funcionalidade do exercício, descrição do exercício
Saída	Exercícios incluídos
Ações	Ao acessar a opção “incluir exercício”, o treinador é redirecionado para a tela de inclusão de exercício onde terá que preencher: tipo do exercício, funcionalidade do exercício e descrição do exercício.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário
Pós-condições	O exercício fica disponível no aplicativo
Observações:	
Caso de uso	Incluir Exercícios
Ator Principal	Treinador
Cenário Principal	
<p>O treinador deseja incluir um novo exercício:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador seleciona a opção “incluir exercício” 2. Sistema apresenta a tela de inclusão de exercício 3. Treinador preenche as entradas necessárias para a criação 4. Treinador clica em salvar as informações 5. Sistema salva as informações do exercício 6. Sistema deixa o exercício disponível 	

REF003	Excluir Exercícios
Função	Excluir exercícios
Entradas	
Saída	Exercícios excluídos
Ações	Ao acessar a opção “Excluir”, aparecerá a mensagem “deseja excluir este exercício” com a opção de sim ou não.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário
Pós-condições	O exercício é excluído do aplicativo
Observações:	
Caso de uso	Excluir exercício
Ator Principal	Treinador
Cenário Principal	
<p>O treinador deseja excluir um exercício:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador clica no exercício que deseja excluir 2. Sistema retorna com a tela do exercício desejado 3. Treinador seleciona a opção excluir 4. Sistema retorna a tela com a mensagem “deseja excluir este exercício” com duas opções flegadas 5. Treinador seleciona a opção Sim 6. Sistema exclui o exercício do site 7. Sistema retorna a mensagem “Exercício excluído com sucesso” 	

REF004	Editar Exercícios
Função	Alterar exercícios
Entradas	Tipo do exercício, funcionalidade do exercício, descrição do exercício

Saída	Exercícios alterados
Ações	Ao acessar a opção “editar exercício”, o treinador é redirecionado para a tela de alteração de exercício onde terá que preencher: tipo do exercício, funcionalidade do exercício e descrição do exercício.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário, REF002: Incluir exercício
Pós-condições	O exercício fica disponível no aplicativo
Observações:	
Caso de uso	Editar Exercícios
Ator Principal	Treinador
Cenário Principal	
<p>O treinador deseja alterar um exercício:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador seleciona o exercício que deseja alterar 2. Sistema retorna a tela do exercício selecionado 3. Treinador edita os campos que deseja 4. Treinador seleciona para salvar a edição 5. Sistema salva as alterações feitas 6. Sistema retorna a mensagem “Alterações salvas com sucesso” 	

REF005	Criar plano de treinamento.
Função	Criar plano de exercícios para os alunos.
Entradas	Quantidade de dias do plano, frequência de exercício, nível de dificuldade, tempo total do treino e objetivo.
Saída	Plano de exercício criado.
Ações	Ao acessar o perfil do aluno e clicar em plano de exercícios, selecionar a opção “Adicionar Plano de Exercícios”. Após criar plano de exercícios clicar em “Salvar” e ele estará disponível para o treinador e o aluno.

Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário,
Pós-condições	O plano fica disponível no aplicativo para consulta.
Observações:	
Caso de uso	Criar plano de treinamento
Ator Principal	Treinador.
Cenário Principal	
<p>Treinador deseja criar um plano de exercícios:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador seleciona o aluno que deseja criar um plano de exercícios. 2. Treinador seleciona a opção “Criar plano de Exercícios”. 3. Treinador preenche as entradas necessárias. 4. Treinador clica em “Salvar”. 5. Plano de exercícios fica salvo tanto para o treinador quanto para o aluno. 	

REF006	Editar plano de exercícios.
Função	Editar plano de exercícios dos alunos.
Entradas	Quantidade de dias do plano, frequência de exercício, nível de dificuldade, tempo total do treino e objetivo.
Saída	Plano de exercício editado.
Ações	Ao acessar o perfil do aluno e clicar em plano de exercícios, selecionar a opção “Editar Plano de Exercícios”. Após editar o plano de exercícios clicar em “Salvar” e o mesmo estará disponível para o treinador e o aluno.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário. REF005: Criar plano de treinamento
Pós-condições	O plano fica disponível no aplicativo para consulta.
Observações:	

Caso de uso	Editar plano de treinamento
Ator Principal	Treinador.
Cenário Principal	
<p>Treinador deseja criar um editor de exercícios:</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Treinador seleciona o aluno que deseja editar um plano de exercícios. 7. Treinador seleciona a opção “Editar plano de Exercícios”. 8. Treinador muda as entradas necessárias. 9. Treinador clica em “Salvar”. 10. Plano de exercícios fica salvo tanto para o treinador quanto para o aluno. 	

REF007	Excluir plano de treinamento.
Função	Excluir plano de exercícios dos alunos.
Entradas	
Saída	Plano de exercício excluído.
Ações	Ao acessar o perfil do aluno e clicar em plano de exercícios, selecionar a opção “Excluir Plano de Exercícios”. Após clicar em “Salvar” o mesmo será excluído do perfil do aluno e não estará mais disponível para o professor.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário. REF005: Criar plano de treinamento.
Pós-condições	O plano de ciclo é excluído.
Observações:	
Caso de uso	Excluir plano de treinamento
Ator Principal	Treinador.
Cenário Principal	

Treinador deseja excluir um plano de exercícios:

11. Treinador seleciona o aluno que deseja criar um plano de exercícios.
12. Treinador seleciona a opção “Excluir plano de Exercícios”.
13. Treinador clica em “Salvar”.
14. Plano de exercícios será excluído tanto para o treinador quanto para o aluno.

REF008	Avaliar Aluno
Função	Avaliar o desempenho do aluno.
Entradas	O aluno deve preencher o “Avaliação Final”
Saída	Gerar um campo de comentário do professor.
Ações	O aluno, após o tempo pré estabelecido do treino deve preencher o “Avaliação Final”. Após o preenchimento o Treinador receberá os resultados e um campo de avaliação ficará disponível para os comentários.
Pré-condições	Preenchimento do “Avaliação Final”;
Pós-condições	“Avaliar Aluno” preenchido.
Observações:	
Caso de uso	Avaliação do Aluno
Ator Principal	Aluno e Treinador
Cenário Principal	
<p>Treinador deseja avaliar o aluno:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Entrar no perfil do aluno 2. Abrir “Avaliação Final” já preenchido pelo aluno. 3. Escrever o comentário que deseja sobre o resultado. 4. Clicar em “Salvar”. 5. Comentário do professor fica disponível para o aluno. 	

REF009	Iniciar Exercício
Função	Início do exercício dentro do seu respectivo treinamento
Entradas	Seleção do botão “Iniciar Exercício” (A ação de iniciar)
Saída	Dados de início do exercício são guardados no sistema.
Ações	Após selecionar o treinamento, o usuário tem uma lista com os exercícios previstos para aquele dia e escolhe um clicando no botão “Iniciar Exercício”. O sistema retorna uma tela positiva dizendo que o exercício está em andamento e guarda os dados de tempo de execução do exercício.
Pré-condições	REF010: Selecionar Treinamento

Pós-condições	Os dados de início do exercício são guardados no sistema para cálculo do tempo de execução.
Observações:	
Caso de uso	Iniciar Exercício
Ator Principal	Usuário (Aluno)
Cenário Principal	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuário logado e com a letra de treinamento selecionada vê a listagem dos exercícios disponibilizados pelo sistema para aquele dia. 2. Usuário seleciona um e clica nele. 3. Sistema retorna solicitando a confirmação de início do exercício e pede para o usuário clicar em “Iniciar Exercício”. 4. Usuário clica em “Iniciar Exercício”. 5. Sistema começa a contar o tempo de execução e coloca o status do exercício como “Em andamento”. 	

REF010	Selecionar Treinamento
Função	Selecionar treinamento que o usuário fará
Entradas	Palavras-chave (letras referentes ao treino do dia)
Saída	Dados de data e hora do início do treinamento são guardados no sistema para cálculo de tempo total do treino.
Ações	Ao acessar o treinamento, o usuário poderá selecionar o exercício que realizará e selecionar a opção “Selecionar Exercício”. Após o aluno concluir um número de exercícios e concluir seu treinamento, o sistema guardará os dados de tempo de realização e disponibilizará para o professor após ele concluir o treinamento.
Pré-condições	REF001: Cadastrar usuário
Pós-condições	Os dados de início do treinamento do aluno são guardados no sistema.
Observações:	
Caso de uso	Selecionar Treinamento
Ator Principal	Usuário (Aluno)
Cenário Principal	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuário logado seleciona a letra correspondente ao treinamento que ele quer realizar no dia. 2. Sistema apresenta a lista de exercícios que o professor montou como treinamento para o aluno. 3. Usuário seleciona o exercício disponível na lista e clica em “Selecionar Treinamento” 4. Sistema retorna uma tela com o status “exercício iniciado” e começa a contar o tempo de realização. 	

REF011	Concluir Exercício
Função	Concluir treinamento do dia
Entradas	Usuário acessa o treinamento (letra correspondente ao treino) e clica em “Concluir Exercício”.
Saída	Dados de tempo levado até a finalização do exercício, e tipo do exercício são guardados no sistema para acesso pelo Personal.
Ações	Ao acessar o treinamento do dia, o sistema (considerando que o usuário já estava com um exercício iniciado) retorna a tela deste exercício e disponibiliza o botão “Concluir Exercício”.
Pré-condições	REF009 - Selecionar Exercício.
Pós-condições	Os dados do aluno ficam disponíveis no sistema para o Personal.
Observações:	Os dados que serão mandados ao sistema já contemplam a letra referente ao tipo do treino com o exercício realizado e o tempo de realização para medições.
Caso de uso	Concluir Exercício
Ator Principal	Usuário (Aluno)
Cenário Principal	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuário com o treinamento selecionado e exercício iniciado entra no aplicativo. 2. Sistema apresenta o exercício que está sendo realizado pelo aluno, um cronômetro contando o tempo de realização e a opção “Concluir Exercício”. 3. Usuário clica em “Concluir Exercício”. 4. Sistema guarda os dados de tipo e tempo do exercício realizado e disponibiliza para o Personal. 	

REF012	Concluir Treinamento
Função	Concluir treinamento do dia
Entradas	Usuário acessa o treinamento selecionado, insere os dados de peso antes e depois, quantidade de calorias perdidas (se for aeróbico) circunferência do abdômen e clica em “Concluir Treinamento”.
Saída	Dados de data e hora da conclusão do treinamento são guardados no sistema para cálculo de tempo total do treino.
Ações	O usuário (aluno) dentro do treinamento já iniciado procura a opção “Concluir Treinamento” e a seleciona. O sistema retorna uma mensagem positiva sobre a submissão dos dados e os guarda para cálculo de performance do aluno.
Pré-condições	REF011: Selecionar Treinamento, REF010 Iniciar Exercício e REF012 - Concluir Exercício.
Pós-condições	Os dados de tempo de execução e exercícios realizados são guardados no sistema.

Observações:	O usuário poderá concluir o treinamento sem concluir todos os exercícios dentro dele, esses dados serão utilizados para avaliação de performance pelo professor (quantidade e tipo de exercícios realizados com relação ao total).
Caso de uso	Concluir Treinamento
Ator Principal	Usuário (aluno)
Cenário Principal	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Após o usuário ter pelo menos, selecionado um treinamento, iniciado um exercício e concluído um exercício, o sistema disponibilizará o botão “Concluir Treinamento”. 2. O usuário seleciona “Concluir Treinamento”. 3. O sistema guarda todos os dados de tempo de execução, exercícios realizados e não realizados e envia para o Personal poder realizar uma avaliação final. 	

REF013	Inserir Medidas
Função	Inserir medidas do aluno no aplicativo.
Entradas	Peso, altura, circunferência abdominal
Saída	Dados da medida do aluno criados.
Ações	Ao entrar no seu perfil, o aluno seleciona “ Inserir medidas”, preenche os campos e clica em “Salvar”
Pré-condições	Aluno estar cadastrado no aplicativo.
Pós-condições	Os dados do aluno ficam disponíveis para ele e para o Treinador.
Observações:	
Caso de uso	Inserir Medidas
Ator Principal	Aluno
Cenário Principal	

Aluno deseja inserir suas medidas no aplicativo:

1. Clicar em “Meu Perfil”
2. Clicar em “Inserir Medidas”
3. Preencher os campos obrigatórios.
4. Clicar em Salvar.
5. Dados ficam salvos no perfil do aluno.

REF014	Avaliação Final
Função	Avaliar o aluno após o final do plano de exercícios.
Entradas	Altura, peso, circunferência abdominal
Saída	Dados da avaliação salvos no perfil do aluno.
Ações	Após o final do plano de exercícios clicar em “Avaliação Final “, preencher os dados obrigatórios e clicar em “Salvar”
Pré-condições	Concluir o “ Plano de Exercícios”
Pós-condições	Avaliação final fica disponível para o professor e aluno.
Observações:	
Caso de uso	Avaliação Final
Ator Principal	Aluno
Cenário Principal	
Aluno deseja preencher avaliação final: <ol style="list-style-type: none">1. Selecionar o plano de exercícios2. Clicar em “Avaliação Final”3. Preencher os dados obrigatórios4. Clicar em ‘Salvar”5. Os dados da avaliação ficam salvos no perfil do aluno e do professor.	

5. Outros requisitos não funcionais

5.1 Requisitos de desempenho

Para cada atividade realizada dentro do sistema, o mesmo deve estar com as informações disponíveis para rápido acesso.

No caso de cadastro de usuário, assim que o usuário se cadastra, os dados inseridos pelo mesmo devem constar no banco de dados, para que o usuário possa fazer login e acessar sua “Área do aluno” logo em seguida.

O plano de treino de cada aluno deve estar disponível para os mesmos, logo após o professor atribuí-lo para seu aluno, ficando disponível para o professor e aluno visualizar.

5.2 Requisitos de segurança

Todos os dados inseridos e armazenados no sistema, constam dentro do banco de dados. As informações de usuários cadastrados, ficam seguras dentro do banco, sendo possível ser acessada somente por administradores.

Senhas de usuários são armazenadas de forma criptografada, e outros usuários não conseguem acessar um determinado perfil, ao menos que tenha a mesma. De acordo com o seu tipo de usuário, as funcionalidades ficam disponíveis para você, ou seja, se existe um usuário do tipo “Aluno”, o mesmo não tem acesso a funcionalidades do tipo “Professor”.

Uma vez que o usuário é autenticado, caso o mesmo feche o sistema, o seu usuário ainda fica salvo e logado no sistema durante determinado tempo.

O sistema ficará hospedado em um servidor online, impedindo que o mesmo possa vir a cair a algum momento.

5.3 Atributos de qualidade de software

O software se adapta ao contexto e às necessidades do usuário. Ex: o contexto de aluno é diferente do contexto do professor, possibilitando um acesso personalizado para cada tipo de usuário. O sistema permanece disponível quando acessado pela internet. Seu banco de dados e código fonte são atualizados automaticamente com a criação de treinos e usuários novos. Sem a necessidade de uma atualização manual. Possui portabilidade adequada às funcionalidades do sistema, é possível abrir o site no computador e celular sem prejudicar seu funcionamento. Levando em consideração os objetos do software (aluno e professor), podemos reutilizar as classes e suas páginas como base para outros aplicativos como sistema de gerenciamento de aulas de qualquer modalidade.

5.4 Regras de negócios

De acordo com o seu tipo de usuário, sendo eles Aluno ou professor, o sistema fornece as funcionalidades disponíveis, para alunos, temos:

- Cadastrar-se, o aluno insere as informações requisitadas pelo sistema e efetua seu cadastro no mesmo
- Iniciar exercício, o aluno clica no exercício disponível em seu perfil e o inicia
- concluir exercício, o aluno, após terminar seu exercício, clicam em concluir exercício
- iniciar treinamento, o aluno clica no treinamento disponível em seu perfil e o inicia
- concluir treinamento, o aluno, após terminar seu treinamento, clica em concluir treinamento
- inserir medidas, o aluno, pode inserir suas medidas a qualquer momento

Já para o professor, temos:

- Criar plano de treino, o professor cria o plano de treino e o mesmo fica disponível para o aluno que ele atribuir.

- Editar plano de treino, o professor edita o plano que deseja
- Excluir plano de treino, o professor pode excluir qualquer plano de treino que ele queira
- Incluir exercícios, o professor inclui no plano de treino o exercício que deseja atribuir para o mesmo
- Excluir exercícios, o professor exclui no plano de treino o exercício que deseja no mesmo
- Avaliação final, o professor avalia o desempenho do aluno e lhe envia uma avaliação final

Apêndice A: Glossário

Banco de dados: sistema onde serão armazenadas as informações do sistema.

Personal Trainers: pessoas que possuem formação acadêmica para dar aulas de condicionamento físico.

Hospedagem: local onde o sistema ficara disponível para os usuários.

App: abreviação para a palavra aplicativo.

Android e IOS: tipos de sistemas operacionais

Apêndice B: Modelos de Análise

Diagrama de caso de uso:

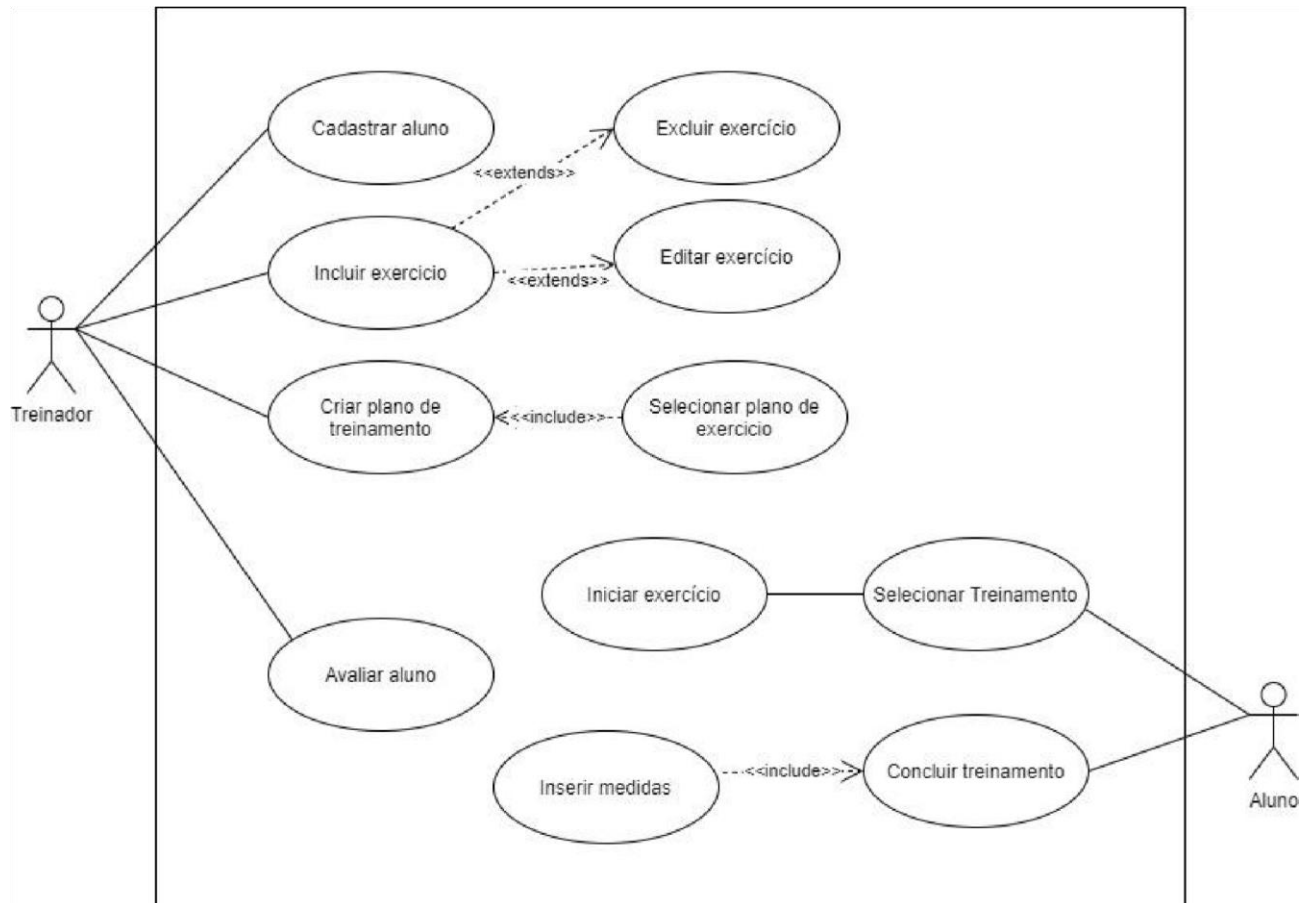
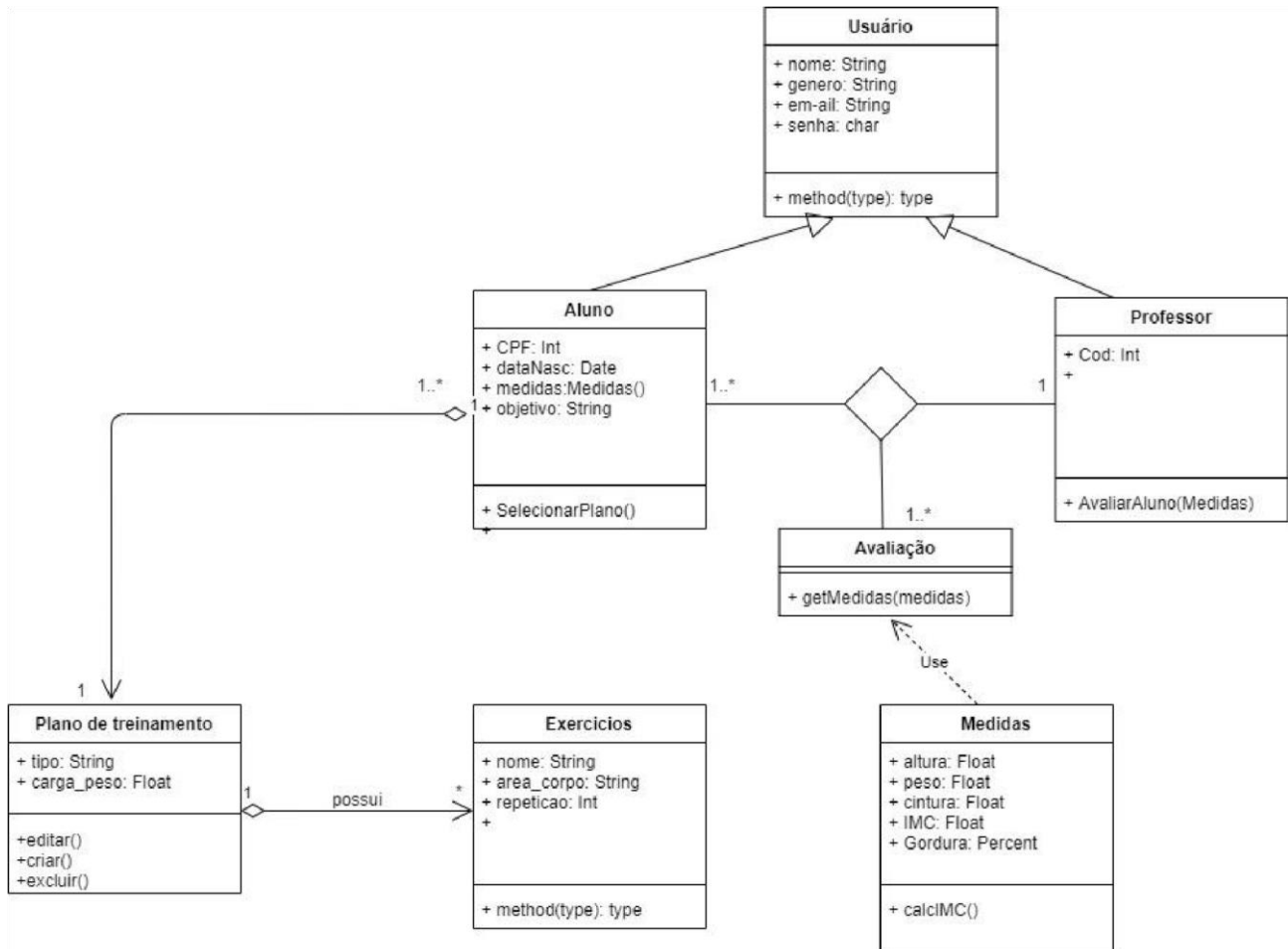
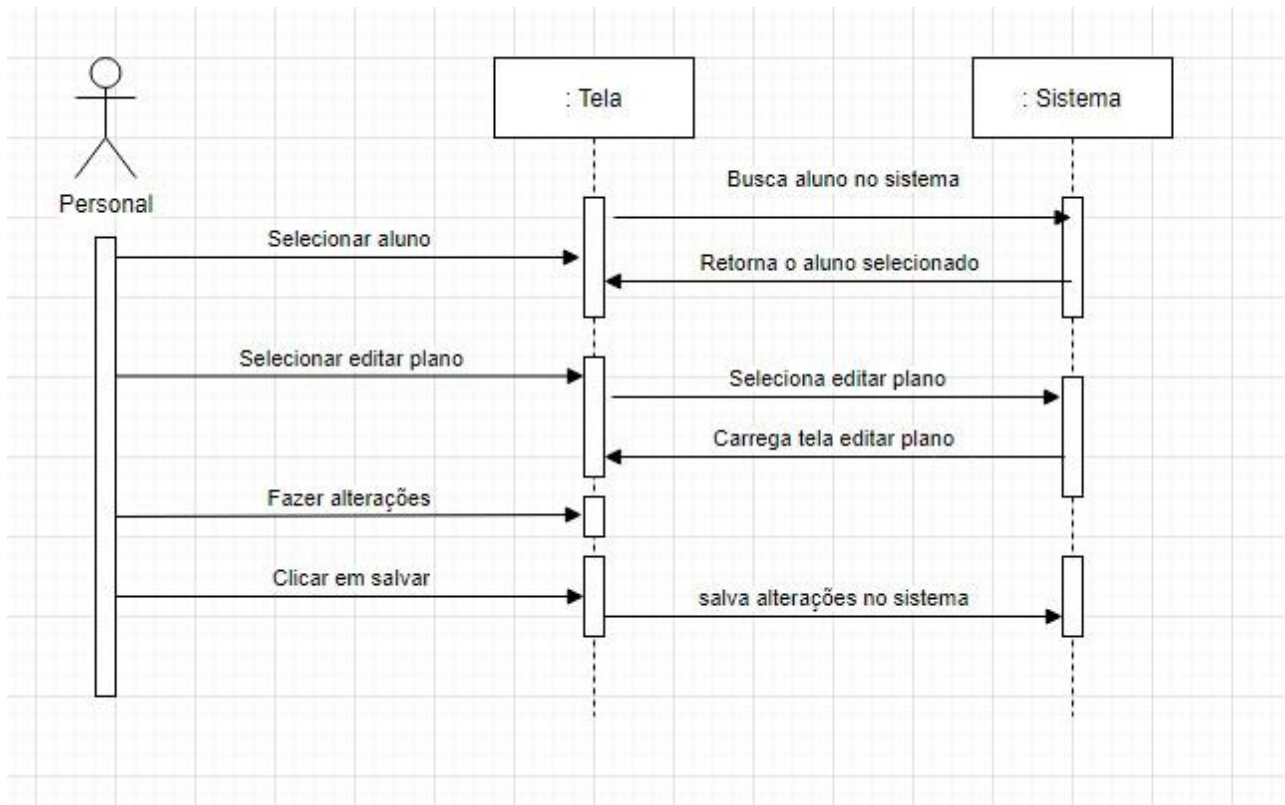


Diagrama de Classe

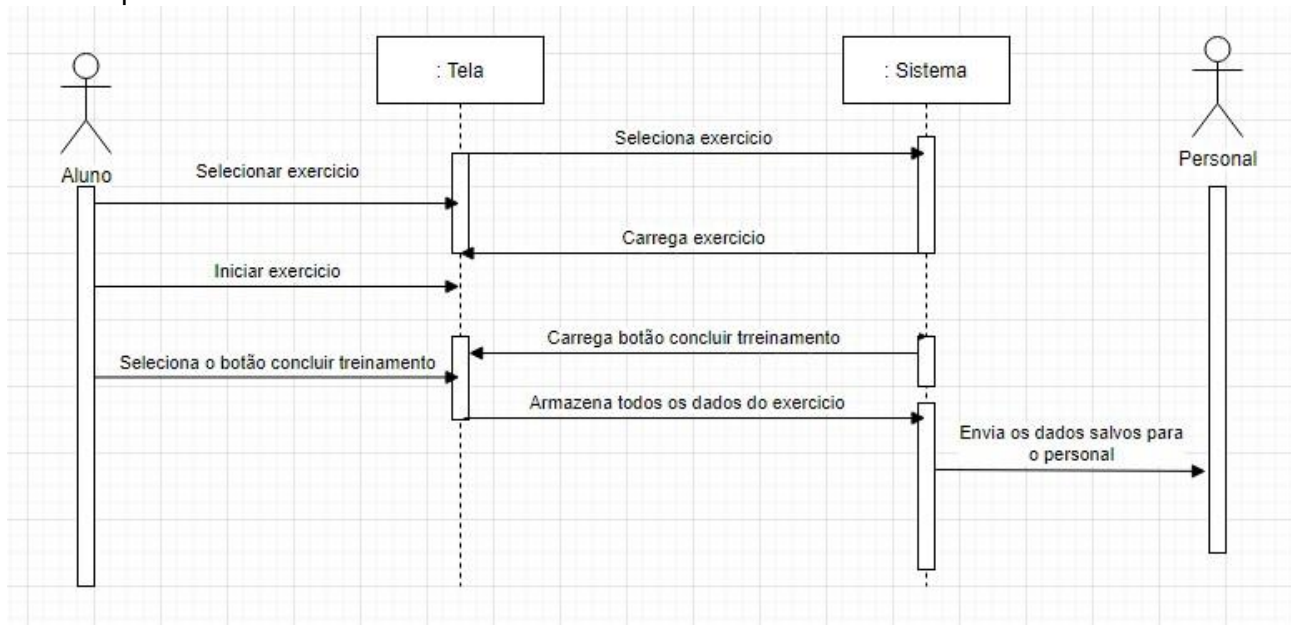


Diagramas de Sequência:

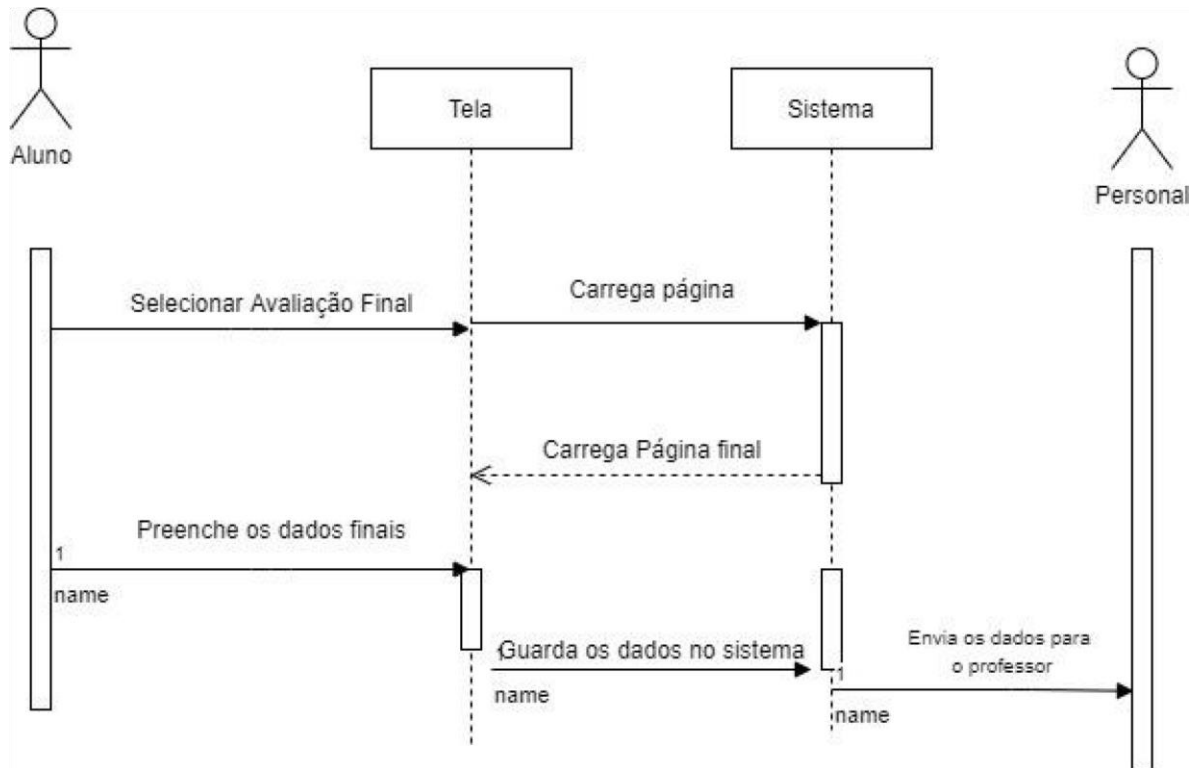
Editar plano de treinamento



Concluir plano de Treinamento



Avaliação final



Apêndice C: Para Ser Determinado Lista

1 Identificação do projeto

1.2 Publico

1.3 Evolução do plano de testes

2 Requisitos a serem testados

- Segurança do sistema
- Interface de usuário
- Funcionalidades