**CENTRO PAULA SOUZA**

**ETEC ZONA LESTE**

**Desenvolvimento de Sistemas**

**Henrique Cesar Fonseca Alves**

**Kaua Alves Seppe**

**Rafael Moriya**

**Luciano**

**Alexandre**

**Automatização na criação e atribuição de treinos para clientes de academia**

**SÃO PAULO**

**2022**

**Kaua Alves Seppe**

**Luciano**

**Rafael Moriya**

**Henrique Cesar Fonseca Alves**

**Alexandre**

**TITULO DO TRABALHO**

Trabalho de Conclusão de Curso

apresentado ao Curso Técnico

em Desenvolvimento de Sistemas da Etec Zona Leste,

orientado pelo Prof. Tamara,

como requisito parcial para

obtenção do título de técnico em

Desenvolvimento de Sistemas

**SÃO PAULO**

**2022**

DEDICATÓRIA

Não há exemplo maior de dedicação do que o da nossa família. À nossa querida família, que tanto admiramos e amamos, dedicamos o resultado deste trabalho tão árduo realizado ao longo deste percurso. Dedicamos, este trabalho aos nossos docentes que sempre estiveram ao nosso lado disponibilizando-nos tempo e auxilio, dedicamos, também aos amigos e familiares.

AGRADECIMENTO

Agradecemos ‘a todos que nos auxiliaram no desenvolvimento deste trabalho de conclusão de curso, onde fez-se imperiosa a ajuda, a compreensão e a dedicação de todos os participantes. Durante o desenvolvimento tivemos momentos de crises e dificuldades. Todavia, conseguimos superar todas as entraves com êxito e afinco. Ao que concerne aos mestres, transpareço nosso respeito, afeto e admiração. Por todo apoio e ensinamento, somos muito gratos. Aos nossos amigos somos gratos e exultamos pela paciência e confiança. Por derradeiro e não menos importante agradecemos as nossas famílias, por todo amor, apoio, carinho, benevolências e bem-aventurança.

EPÍGRAFE

“Nenhum cidadão tem o direito de ser um amador em matéria de treinamento físico. Que desgraça é para o homem envelhecer sem nunca ver a beleza e a força do que o seu corpo é capaz” — Sócrates

RESUMO

Em primeira análise, neste trabalho buscamos automatizar o sistema em uma academia específica com atualizações no treino, cadastro de clientes, facilitar o contato entre professores e alunos e amenizar as dúvidas recorrentes aos exercícios com vídeos de explicativos e de demonstração. De maneira que supra todas às necessidades do usuário, seja com requisitos funcionais ou requisitos não funcionais do sistema.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

SUMÁRIO

1. **INTRODUÇÃO**

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que o mundo enfrentava uma nova pandemia (Wikipedia, 2020), desta vez causada pelo SARS-CoV-2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), o qual é o agente etiológico da COVID-19, uma doença infecciosa de caráter respiratório, causando uma calamidade em todo o globo. À fim de conter a disseminação do vírus, o governo brasileiro investiu como medida preventiva a quarentena, isolamento social, métodos que incentivavam a população a ficar em casa em conjunto a campanhas de vacinação, evitando assim, a propagação em massa da doença. Esse período de quarentena prejudicou ativamente a economia do país, o portal de notícias g1 (2020) compilou dados relacionados à pandemia, onde haveria tido uma queda de 9,7% do PIB brasileiro, afetando tanto grandes empresas quanto pequenas, sendo as academias um dos setores mais atingidos pela pandemia (Agência Brasil, 2021), alcançando um patamar de 52% abaixo do que seria normal para o mês de maio de 2021. Em face disso, torna –se valido ressaltar que todos os métodos preventivos utilizados foram de extrema importância à queda dos índices dos casos de COVID-19 e a crescente procura as academias no país. Nesse sentido, foi adotado um novo plano de retoma onde se pretendia maximizar a presença de alunos e docentes, em segurança (Academia Militar, 2020c). Possibilitando, então, o acesso aos aparelhos e o retorno das atividades em grupo, como, zumba, pilates, natação, artes marciais e etc... Mas, utilizando-se das medidas preventivas. Desse modo, o aumento do interesse nesse setor deve-se muito pela disseminação dos benefícios das atividades físicas proporcionam à saúde. A IHRSA (International Health Racquet & Sportsclub Association), afirma que atualmente, existem 35 mil unidades oficiais que colocam o Brasil como o segundo país com maior número de academias no mundo, atrás apenas dos EUA com mais de 40 mil. Nessa perspectiva, as academias são de extrema importância para a economia brasileira, principalmente, de pequeno porte que movimenta a maior parte dos recursos e lucros no país. Superando grandes franquias como SMART FIT e RED FIT.

**1.1 PROBLEMA**

Sabe-se que a maior parcela das pessoas tem grande dificuldade de manter-se em forma com uma rotina de exercícios, condicionar e balancear de maneira correta uma alimentação saldável. Isso porque grande parte da sociedade atual tem costumes que prejudicam a saúde acarretando doenças como: sedentarismo, triglicérides, colesterol, obesidade, gordura no fígado, infarto e etc. Com a aparição da pandemia devido ao vírus (COVID-19) houve um aumento no sedentarismo e a diminuição à procura de academias no país.

* 1. **Hipótese**

Para solucionar as entraves pós-pandemia e a grande procura as academias, tornou-se necessária à automação dos treinos, facilitar a comunicação entre aluno e professor, com o fito de mitigar as dificuldades ao manusear os aparelhos dentro das academias.

**2.**

**Referencial teórico**

Diante das necessidades abordadas, nesta parte do trabalho serão exibidas e esclarecidas as tecnologias utilizadas no projeto de automatização de academias. Nessa perspectiva, serão usados banco de dados, linguagens de programação, de marcação, de formatação, diagramas e frameworks.

1. HTML

O HTML (**HyperText Markup Language**) é uma linguagem de formatação, utilizada para a formatar de páginas web e aplicativos mobiles em todo o globo.

REFERENCIAS