



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE

ESCUELA DE INGENIERÍA

ICC2513 - TECNOLOGÍAS Y APLICACIONES WEB

ENTREGA 0

INTEGRANTES/N° DE ALUMNO:

JOAQUÍN FUENTEALBA

SIMÓN NAHUELCURA

FRANCISCO GARCÍA

FECHA DE ENTREGA:

25/08/2023

Nombre: “Planner Deportivo SPA”

Descripción del proyecto:

La finalidad de la app es ayudar al usuario a crear y seguir planes de ejercicio según sus objetivos y preferencias, con el fin de que pueda mejorar su estilo de vida y crear hábitos deportivos sanos. Además, se adaptará a las condiciones fisiológicas percibida por cada usuario.

El proyecto consistirá en desarrollar una aplicación web que funcione como un planificador de ejercicios físicos personalizados para cada usuario. Los usuarios podrán registrarse (o iniciar sesión) para acceder a diversas funciones propias del planificador. La aplicación permitirá a los usuarios crear perfiles individuales, establecer objetivos de ejercicio (como perder peso, ganar masa muscular o mejorar la resistencia), y luego generar planes de entrenamiento basados en esos objetivos. Los usuarios podrán elegir entre una variedad de ejercicios, para crear automáticamente una rutina personalizada cada semana con posibilidades de adaptación de acuerdo a cada usuario. La aplicación además podría proporcionar seguimiento del cumplimiento de la rutina y objetivos, recordatorios de ejercicios y estadísticas.

Las posibles complicaciones del proyecto pueden ser la personalización de rutinas, dado que desarrollar un sistema que permita a los usuarios personalizar sus propias rutinas de ejercicio y ajustar planes según sus necesidades puede ser complejo, ya que implica lidiar con diferentes variables y niveles de experiencia. Por otra parte, están los seguimientos y recordatorios, estas implementaciones implican la gestión de datos de usuario y la sincronización con horarios y notificaciones, además de cualquier apartado innovador que sea espontáneo como podría ser, por ejemplo, una funcionalidad parecida a “BeReal” donde se notifique que hay que hacer algún ejercicio corto entre medio de las planificaciones para así agregarle mayor valor a la aplicación.

Experiencias de usuario

Usuarios:

1) **Título:** Ingresar cuenta

Descripción: Como usuario quiero poder inscribirme en la aplicación para tener acceso a los planes deportivos.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona en la página de inicio.
- Pincha la opción ingresar.
- Registra su email y contraseña válida.
- La página guarda la información y el usuario tiene acceso personalizado dada sus preferencias en la web.

2) **Título:** Seleccionar plan

Descripción: Como usuario me gustaría poder seleccionar los atributos físicos a mejorar para así trabajar las áreas de mayor interés.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada.
- Ve las opciones (recuadros de imágenes con descripciones) disponibles.
- Pincha el recuadro con el plan de mayor interés.

3) **Título:** Seleccionar estado físico

Descripción: Como usuario quiero escoger un plan que se adecue a mi edad, sexo u otra condición física relevante para evitar cualquier ejercicio inadecuado.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada.
- Ve las opciones disponibles.
- Escoge un atributo.
- Repite procesos para cada apartado físico preguntado.

4) **Título:** Planificación automática

Descripción: Como usuario quiero que se agregue automáticamente al *planner* los entrenamientos correspondientes de mi plan para así solo tener que entrenar y no pensar cuando hacerlo.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada.
- Dado una persona que escogió todas sus preferencias y estado fisiológico.
- Abre el calendario de la aplicación.
- Aparece la sugerencia automática de ejercicios para el mes.

5) **Título:** Seleccionar áreas de enfoque

Descripción: Como usuario quiero poder enfocar mi entrenamiento en ciertas áreas corporales para así fortalecer los grupos musculares de mayor interés del momento.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada.
- El usuario pincha las imágenes con las áreas y/o propiedades físicas de mayor interés.

6) **Título:** Posibilidad de adaptar rutinas

Descripción: Como usuario quiero poder adaptar las rutinas de las semanas para así adecuarlas a mis tiempos o estado físico del momento.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada y con un plan activo.
- El usuario pincha el día que quiere modificar.
- Agrega/modifica/elimina el entrenamiento del día/para otro día.

7) **Título:** Notificaciones adecuadas

Descripción: Como usuario me gustaría recibir notificaciones que me acuerden de mis entrenamientos para así destinar tiempo esos días y no olvidarme de cumplir con la rutina.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona con un plan activo.
- El usuario recibe una notificación *pop up* con el siguiente evento o desafío.

8) **Título:** Ejemplos para los ejercicios

Descripción: Como usuario me gustaría que las planificaciones del *planner* tengan ejemplos mediante imágenes y/o videos para entender mejor los ejercicios.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada y con un plan activo.
- El usuario pincha el día del entrenamiento.
- El usuario observa junto la planificación los videos y/o imágenes adjuntas.

9) **Título:** Interfaz simple

Descripción: Como usuario me gustaría tener una vista minimalista donde ver el mes con sus respectivas rutinas para así entender fácilmente la planificación.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada y con un plan activo.
- Usuario observa interfaz simple y minimalista de un calendario con la marca de los días para entrenar.
- Al pinchar un entrenamiento se amplifica en detalle la rutina y los elementos.

10) **Título:** Vista de logros

Descripción: Como usuario me gustaría revisar en mi perfil las estadísticas de mis entrenamientos cumplidos para así monitorear mi constancia y progreso.

Condiciones de satisfacción:

- Dado una persona ingresada y con un plan activo.
- Pincha el perfil.
- Se despliegan las estadísticas de lo que lleva hasta el momento.

Administrador:

11) Título: Sugerencias

Descripción: Como administrador me gustaría ofrecer sugerencias personalizadas a las planificaciones de algunos usuarios para así aumentar la actividad de estos con el planner.

Condiciones de satisfacción:

- Dado el administrador ingresado.
- Selecciona una opción para ver usuarios.
- Selecciona la opción de agregar propuesta en cierto día.
- Propone aumentar o disminuir la carga de dicha persona.
- Se agrega automáticamente o no la propuesta dependiendo de la confirmación del usuario.

12) Título: Notificaciones interactivas

Descripción: Como administrador me gustaría enviarles desafíos espontáneos a las personas con una planificación activa para así aumentar la interacción y diversión de los usuarios.

Condiciones de satisfacción:

- Dado el administrador ingresado.
- Selecciona una opción de enviar un desafío.
- Se envía una notificación a los usuarios con el desafío corto (estilo *BeReal*).

13) Título: Gestión de información

Descripción: Como administrador quiero poder ver las estadísticas de cumplimiento de los usuarios para así proponer mejoras atingentes que mantengan y/o aumenten la clientela.

Condiciones de satisfacción:

- Dado el administrador ingresado.
- Selecciona una opción de ver estadísticas generales.
- Ve el nivel de cumplimiento general.
- Puede pinchar usuarios particulares para ver las estadísticas de esa persona en específico (como lo vería ese usuario en su perfil).