TALLER 2 IR

JUAN MÚNERA

MATEO GIRALDO

SEBASTIAN RESTREPO

11-5

I.E DIEGO ECHAVARRÍA MISAS

MEDELLÍN

2020

1.

QUEDATE EN CASA

Ya que por prevención debemos de estar en casa, seremos muy comprensivos a la hora de nuestras rutinas y dietas, ya que debemos de estar sanos y quedarnos en casa.

PERSONAS

Sera para todo publico ya que, al estar en casa por la pandemia, vamos a estar con nuestras familias y así realizar los ejercicios juntos.

ALIMENTACIÓN

Nuestras dietas serán flexibles para todo tipo de necesidad, también serán fáciles de hacer mayormente con productos que tenemos en casa.

PROCESOS

Nuestros procesos serán realizados en casa y también los podremos realizar con nuestras familias, las dietas para beneficiar a todos.

MATERIALES

hacer lo mas posible para que no tengas las necesidades de materiales y puedas realizar los ejercicios con tu familia.

EQUIPAMIENTO

Nuestra página web tiene videos instructivos para realizar las rutinas empleadas, imágenes y documentos.

La falta de ejercicio en nuestras vidas.

2. Todos sabemos por la crisis socio-económico que está pasando el mundo gracias a la gran pandemia del covid-19. Esta crisis nos ha colocado en una situación de seguridad y prevención, entonces han decido cerrar gimnasios, colegios, restaurantes, etc. La mayoría de las personas han perdido su estado físico por no tener una rutina de ejercicios en casa, tienen un desorden alimenticio, en algunos casos las personas tienen mucha energía acumulada entonces esto lleva a aquellas personas no puedan descansar bien. Sabiendo todo esto, el objetivo es que las personas tengan una dieta y una rutina de ejercicios los cuales les dará una salud mejor y una mejor manera de vivir en esta pandemia, todo esto lo acompañara unos retos los cuales puedes realizar con tu familia.

3.

Entidades

Personas interesadas en el sistema

Personas que usarán el sistema

* Gimnasios
* Instituciones deportivas

A todo público con interés de tener una vida saludable

* Usuarios
* Administradores

del sistema

4. Es un proyecto que es apto para aquella persona que este interesado en tener una vida saludable que tenga la disposición de tener una rutina de ejercicio o una buena alimentación o un buen cuidado personal, que tienen que registrase para llevar un proceso de ejercicio o llevar registro de las actividades que ha desarrollado se llama () y es una página web que permite llevar un registro o recibir consejos, videos o imágenes de rutinas de ejercicio, dietas y saber de cuidado personal, a diferencia de hacer ejercicio sin tener un rutina que sí nos beneficie a la parte del cuerpo que queremos sacarle provecho, o comer sin saber que proteínas, carbohidratos estamos consumiendo, también pensando sobre la pandemia de que debemos de tener un buen aseo en las manos saber como hacerlo mejor y sacarle provecho a un buen lavado de manos, nuestro producto será como tu entrenador físico personal, tu libro de preparaciones de comidas saludables y tu alarma para que laves tus manos

5.

BENEFICIOS

Tener la capacidad de saber tu progreso, cuantos días llevas haciendo tu rutina, que dieta estas consumiendo.

CARACTERISTICAS DEL PRODUCTO

Tiene una base de datos en donde puedes guardar tu progreso de la rutina de ejercicio, videos, imágenes y retos.

NECESIDADES DE LOS INTERESADOS

Queremos resolver la falta de ejercicio que está teniendo la gente por la contingencia del Covid 19

GRUPO OBJETIVO DE INTERESADOS

Cualquier persona que quiera utilizar de manera formal nuestra pagina web

Visión