

# CDC-306-HealthTrack-Sprint1-

## Projet Scrum AppSheet – HealthTrack (Bien-être)

---

### 1. Contexte du projet

De nombreuses applications permettent aujourd'hui de suivre des habitudes liées au **sport**, à l'**alimentation** et au **bien-être**.

L'objectif de ce projet est de créer une **application simple de suivi bien-être**, destinée à des étudiants, afin de mieux comprendre leurs habitudes quotidiennes.



Cette application **n'est pas une application médicale**.

Elle sert uniquement à **enregistrer et consulter des habitudes**, sans diagnostic ni conseils de santé.

---

### 2. Objectif du Sprint 1

À la fin du Sprint 1, votre équipe doit livrer une **application fonctionnelle (MVP)** permettant :

- de saisir des informations liées au sport, à l'alimentation et au bien-être
- de consulter les données saisies.

### Description du produit – Sprint 1

**Nom de l'application:** HealthTrack – Bien-être étudiant

#### Fonction principale

Permettre à un étudiant de **suivre ses habitudes quotidiennes** de manière simple et claire.

---

## **4. Fonctionnalités attendues – Sprint 1**

### **4.1 Journal Sport**

L'utilisateur peut ajouter une séance de sport avec :

- Date
  - Type de sport
  - Durée (en minutes)
  - Intensité (1 à 5)
  - Commentaire (facultatif)
- 

### **4.2 Journal Nutrition**

L'utilisateur peut ajouter un repas avec :

- Date
  - Moment du repas (petit-déjeuner / midi / soir / snack)
  - Catégorie (équilibré / correct / junk)
  - Commentaire (facultatif)
- 

### **4.3 Journal Bien-être**

L'utilisateur peut enregistrer :

- Sommeil : nombre d'heures
  - Hydratation : nombre de verres d'eau (0 à 12)
  - Humeur : échelle de 1 à 5
- 

### **4.4 Consultation**

L'utilisateur peut :

- consulter la liste des entrées
  - accéder au détail d'une entrée
  - filtrer par date
-

L'équipe reste **responsable** de toutes les décisions prises dans le projet.

---

## **6. Organisation Scrum**

- Groupes de **3-4 élèves**
- Rôles :
  - Product Owner
  - Scrum Master
  - Developers
- Rituels :
  - Sprint Planning
  - Sprint Review
  - Sprint Rétrospective

---

## **7. Livrables attendus – Sprint 1**

1. Application AppSheet fonctionnelle
  2. Product Backlog Sprint 1
  3. Démonstration de l'application
  4. Rétrospective de sprint (courte)
-