

MODELO DE TAREFAS

GOMS (Goals, Operators, Methods, Selection Rules)

Função: Cadastrar Exercícios

GOAL 0: Cadastrar exercício

GOAL 1: Registrar novo exercício

METHOD 1.A: Cadastro manual de exercício personalizado

(**SEL. RULE:** usado se o exercício não estiver pré-definido)

- **OP. 1.A.1:** Abrir aplicativo
- **OP. 1.A.2:** Ir para seção “Exercícios”
- **OP. 1.A.3:** Selecionar “Cadastrar novo”
- **OP. 1.A.4:** Inserir nome
- **OP. 1.A.5:** Selecionar tipo
- **OP. 1.A.6:** Definir duração/frequência
- **OP. 1.A.7:** (opcional) Adicionar observações
- **OP. 1.A.8:** Salvar
- **OP. 1.A.9:** Verificar mensagem

METHOD 1.B: Cadastro a partir de lista pré-definida

(**SEL. RULE:** usado se o exercício já existir no banco do app)

- **OP. 1.B.1:** Abrir aplicativo
- **OP. 1.B.2:** Ir para seção “Exercícios”
- **OP. 1.B.3:** Selecionar “Cadastrar novo”
- **OP. 1.B.4:** Procurar na lista pré-definida
- **OP. 1.B.5:** Selecionar exercício
- **OP. 1.B.6:** Confirmar dados
- **OP. 1.B.7:** Salvar
- **OP. 1.B.8:** Verificar mensagem

Função: Gerar Relatório

GOAL 0: Obter relatório de atividades

METHOD 1.A: Relatório por período

(**SEL. RULE:** usado se o objetivo for acompanhar progresso semanal ou mensal)

- **OP. 1.A.1:** Abrir aplicativo
- **OP. 1.A.2:** Ir para “Relatórios”
- **OP. 1.A.3:** Selecionar período
- **OP. 1.A.4:** (opcional) Selecionar usuário
- **OP. 1.A.5:** Gerar
- **OP. 1.A.6:** Visualizar
- **OP. 1.A.7:** Exportar ou compartilhar

METHOD 1.B: Relatório por tipo de exercício

(**SEL. RULE:** usado se o objetivo for comparar desempenhos em diferentes categorias)

- **OP. 1.B.1:** Abrir aplicativo
- **OP. 1.B.2:** Ir para “Relatórios”
- **OP. 1.B.3:** Selecionar filtro por tipo
- **OP. 1.B.4:** (opcional) Selecionar usuário
- **OP. 1.B.5:** Selecionar tipo
- **OP. 1.B.6:** Gerar
- **OP. 1.B.7:** Visualizar
- **OP. 1.B.8:** Exportar ou compartilhar