

Ejercicio Evaluación Continua 2

Creación de Aplicación Web para Fitness

Contexto:

Imagina que estás colaborando en el desarrollo de una aplicación web para una plataforma de fitness en línea. Se te ha asignado la tarea de implementar un planificador de entrenamiento que permita a los usuarios crear rutinas de ejercicio personalizadas, realizar un seguimiento de su progreso y recibir recomendaciones de entrenamiento basadas en sus objetivos y nivel de condición física.

Descripción del ejercicio:

Desarrolla una página web que use un script en JavaScript para gestionar el planificador de entrenamiento en la aplicación web. El script debe permitir a los usuarios:

- Crear rutinas de ejercicio personalizadas, seleccionando ejercicios de una lista predefinida o añadiendo ejercicios personalizados.
- Establecer objetivos de entrenamiento, como perder peso, aumentar la fuerza o mejorar la resistencia cardiovascular.
- Realizar un seguimiento del progreso de su entrenamiento, registrando la duración, la intensidad y el rendimiento en cada sesión de ejercicio.
- Mostrar información detallada sobre los ejercicios, incluyendo instrucciones de ejecución, músculos trabajados y equipo necesario.
- Implementar controles de entrenamiento, como iniciar y detener sesiones de ejercicio, ajustar la intensidad o el peso, y registrar el número de repeticiones y series.
- Integrar componentes multimedia, como imágenes y videos de demostración de ejercicios, para ayudar a los usuarios a realizar correctamente cada movimiento.
- Gestionar errores de forma adecuada, proporcionando consejos y sugerencias para corregir la técnica de ejercicio, evitar lesiones y maximizar los resultados del entrenamiento. Gestiona también los errores producidos por la propia página, por ejemplo un link perdido. (Hay que añadir un link perdido para poder mostrar el error).

*La página web puede ser sencilla pero tiene que ser coherente, usable y atractiva.

Rúbrica de Evaluación:

A nivel genérico para un nivel de desempeño **Excelente** se deben **añadir 4 o más funcionalidades/opciones en cada punto**, teniendo en cuenta la rúbrica de evaluación siguiente.

Para un nivel de desempeño **Aceptable** se deben **añadir de 1 a 3 funcionalidades/opciones en cada punto**, teniendo en cuenta la rúbrica de evaluación siguiente.

Para un nivel de desempeño **Insuficiente** significa **no añadir ninguna funcionalidad/opción en ese punto o que las añadidas están mal implementadas o no son relevantes o coherentes**.

Basate en la rúbrica de evaluación siguiente:

Criterio de Evaluación	Atributos	Nivel de Desempeño Excelente (75 -100)	Nivel de Desempeño Aceptable (51 - 75)	Nivel de Desempeño Insuficiente (0 - 50)	Ponderación
Creación de rutinas personalizadas	Personalización de ejercicios, Variedad de opciones, Facilidad de uso	Amplia personalización, gran variedad de opciones y facilidad de uso destacada.	Alguna personalización y variedad de opciones, pero con cierta dificultad de uso.	Falta de personalización y opciones limitadas.	15%
Establecimiento de objetivos	Claridad de objetivos, Variedad de objetivos, Utilidad práctica	Claridad y variedad en los objetivos, con gran utilidad práctica para los usuarios.	Objetivos claros con alguna variedad, pero con utilidad práctica limitada.	Falta de claridad en los objetivos y opciones limitadas.	10%

Seguimiento del progreso	Registro de datos, Precisión del seguimiento, Utilidad de los datos	Registro detallado de datos, seguimiento preciso y alta utilidad de los datos para los usuarios.	Registro de datos básico, seguimiento con cierta precisión y utilidad aceptable de los datos.	Registro de datos limitado, seguimiento impreciso y poca utilidad de los datos.	10%
Información detallada sobre ejercicios	Claridad de la información, Complejidad de los detalles, Relevancia de los datos	Información detallada, compleja y altamente relevante para los usuarios.	Información clara con algunos detalles, aunque la complejidad y relevancia pueden ser mejorados.	Información poco clara, detalles limitados y falta de relevancia en los datos proporcionados.	10%
Implementación de controles de entrenamiento	Variedad de controles, Intuitividad, Funcionalidad avanzada	Amplia variedad en los controles, gran intuitividad y numerosas funcionalidades avanzadas para los usuarios.	Alguna variedad en los controles, cierta intuitividad y algunas funcionalidades avanzadas disponibles.	Falta de variedad en los controles, falta de intuitividad y carencia de funcionalidades avanzadas.	15%
Integración de componentes multimedia	Calidad de los medios, Variedad de recursos, Utilidad de la integración	Alta calidad de los medios, amplia variedad en los recursos y gran utilidad en la integración para mejorar la experiencia del usuario.	Calidad aceptable de los medios, cierta variedad en los recursos y utilidad básica en la integración.	Medios de baja calidad, falta de variedad en los recursos y poca utilidad en la integración.	15%

Gestión de errores	Identificación de errores, Claridad en la retroalimentación, Efectividad de las soluciones	Detección avanzada de errores, retroalimentación muy clara y soluciones efectivas que abordan eficazmente cualquier problema.	Identificación adecuada de errores, retroalimentación clara y soluciones que funcionan en la mayoría de los casos.	Detección limitada de errores, retroalimentación poco clara y soluciones poco efectivas.	15%
Diseño de la página	Atractivo visual, Usabilidad, Coherencia	Diseño visualmente atractivo, alta usabilidad y coherencia en la estructura y elementos de la página.	Diseño aceptablemente atractivo, buena usabilidad con algunas áreas de mejora en la coherencia.	Diseño poco atractivo visualmente, usabilidad limitada y falta de coherencia en la estructura y elementos de la página.	10%