

MEU TREINO – APLICATIVO DE GERENCIAMENTO E INSTRUÇÃO DE TREINOS DE MUSCULAÇÃO

Rodrigo Marques Dias; Ruan Pablo Frazão Freitas; Leonardo Marcolino Silva;
Vinicius Pedro Spinola; Guilherme Henrique Girolli; Luciene Aparecida Lopes Santana;
Paulo Eduardo Cardoso Andrade.
E-mail: tccmeutreino@gmail.com
Desenvolvimento de Sistemas / Etec Cel. Raphael Brandão.

INTRODUÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso apresenta o processo de desenvolvimento de um aplicativo móvel voltado para academias, com foco em funções avançadas para auxiliar tanto os instrutores quanto os alunos. O aplicativo visa melhorar a experiência dos usuários durante suas atividades físicas, fornecendo recursos como treinamentos personalizados, acompanhamento de progresso, dicas de exercícios. O desenvolvimento do aplicativo envolveu etapas de pesquisa, design, implementação e testes. O resultado é um aplicativo funcional e intuitivo que contribui para a otimização dos treinos e para o alcance de metas de condicionamento físico de forma eficaz.

OBJETIVO

O principal objetivo deste trabalho é desenvolver um aplicativo móvel que proporcione funções avançadas para academias, incluindo treinamentos personalizados, acompanhamento de progresso, dicas de exercícios. Além disso, busca-se avaliar a eficácia do aplicativo em melhorar a experiência dos usuários e seus resultados no condicionamento físico.

METODOLOGIA OU MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia adotada para o desenvolvimento do aplicativo envolveu as etapas de realização de criação de protótipos de interface do usuário para visualizar a estrutura do aplicativo e a disposição das funcionalidades, implementação das funcionalidades do aplicativo com base nos requisitos levantados e no design de interface estabelecido, realização de testes de usabilidade e funcionais para garantir que o aplicativo atenda aos requisitos e seja intuitivo para os usuários, coleta de feedback dos usuários e análise de métricas para avaliar a eficácia do aplicativo em termos de melhoria da experiência e resultados de condicionamento físico. Foi desenvolvido por meio do "Android Studio", na linguagem de programação "Kotlin".

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após o desenvolvimento e lançamento do aplicativo, foram coletados feedbacks positivos tanto de instrutores quanto de usuários. A facilidade de uso, a personalização dos treinamentos e o acompanhamento de progresso foram destacados como pontos fortes. Além disso, observou-se um aumento na motivação dos usuários em alcançar suas metas de condicionamento físico. Assim, tendo a ideia inicial aprovada com sucesso, fazendo com que os alunos tenham a continuidade na vida de atividade física.

CONCLUSÃO

O aplicativo desenvolvido demonstrou ser uma ferramenta eficaz para melhorar a experiência dos usuários em academias, fornecendo funções avançadas que otimizam os treinamentos e auxiliam no alcance de objetivos de condicionamento físico. A integração de recursos como treinamentos personalizados, acompanhamento de progresso e interação social contribuiu para uma abordagem mais holística e motivadora para a prática de atividades físicas.

REFERÊNCIAS

ACAD. Por que você deve investir em tecnologia para a academia? 11/03/2020.

BENTO, Alexandre. BALAN, Diego. NEGRELLO, Douglas. HORI, Hesron. Faculdade Santa Cruz. Importância da tecnologia no acompanhamento das atividades dos alunos de academia. 26/01/2014.

Conselho Regional de Educação Física. Uso da tecnologia como aliada à prática de atividade física. Disponível em: <<https://www.cref6.org.br/noticia/uso-da-tecnologia-como-aliada-a-pratica-de-atividade-fisica/1371#:~:text=Aparelhos%20eletr%C3%B4nicos%2C%20ou%20gadgets%2C%20dispon%C3%ADveis,%20Do%20a%20movimentar%2Dse.>>>. Acesso em: 27 out. 2023.