**Documento de especificação de requisitos**

1. **Introdução**

A atividade física regular é fundamental na prevenção e controle de doenças cardíacas, diabetes tipo 2 e câncer, além de reduzir os sintomas de depressão e ansiedade, reduzir o declínio cognitivo, melhorar a memória e impulsionar a saúde do cérebro, exatamente por isso ele deve ser difundido nas culturas atuais, as quais ignoram as inúmeras consequências do sedentarismo e má alimentação. A Organização Mundial da Saúde, OMS, publicou uma estatística em novembro de 2020 que dizia que um a cada quatro adultos e quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física suficiente para uma boa qualidade de vida, podendo levar essas pessoas a morte, já que a idade não ajudaria nesse caso. Nessa mesma publicação a OMS afirma também que até 5 milhões de mortes por ano poderiam ser evitadas se a população global fosse mais ativa, com adultos praticando de 150 a 300 minutos de atividade aeróbica moderada por semana, uma média de 60 minutos por dia para crianças e adolescentes e para os idosos com 65 anos ou mais, deveriam ser realizadas atividades que enfatizem o equilíbrio e a coordenação, bem como o fortalecimento muscular, economizando US$ 54 bilhões em assistência médica direta e US$ 14 bilhões em perda de produtividade, os quais seriam acarretados caso nenhuma providência fosse tomada.

Para que não haja tantos prejuízos econômicos e vitais, criamos um *site* gratuito onde as pessoas se cadastram, preenchem um formulário com suas informações básicas, quais esportes coletivos tem interesse de praticar, qual sua disposição de horário para a prática e quais são as localidades acessíveis para sua realização. Após preenchido o questionário essa pessoa é redirecionada para o aplicativo *WhatsApp* onde será incluída em um ou mais grupos da plataforma com pessoas que forneceram respostas como a dela, fazendo assim com que pessoas antes desconhecidas com o mesmo interesse de atividades físicas e mesma disponibilidade de horário e localidade possam se encontrar e realizar tal prática benéfica a saúde física e mental. Também há parcerias com empresas para que com o passar do tempo e com a colaboração voluntária dos participantes, possamos fornecer presentes relacionados ao esporte realizado pelos participantes de um determinado grupo, como bolas e redes, ajudando-os assim a manter a boa qualidade do exercício e nossa participação intermitente com o projeto.

Toda atividade física é benéfica e pode ser realizada como parte do trabalho, esporte, lazer, transporte ou tarefas domésticas, sendo assim, nosso projeto visa melhorar a qualidade de vida mundial com a implementação de atividades físicas e relacionamentos pessoais através da prática de esportes coletivos em praças públicas que correspondem com a disponibilidade de todos os envolvidos, evitando assim a vandalização das mesmas e agregando a participação da sociedade na proteção e preservação de espaços públicos antes abandonados ou tomados por atividades irregulares, o que melhorará demasiadamente a situação econômica, jurídica, de saúde pública e de bem-estar regional.

* 1. **Objetivo**

Diminuir a taxa de sedentarismo regional, proporcionar uma melhor qualidade de vida com o menor custo possível, auxiliar crescentes de situação econômica e de saúde pública e ampliar relacionamentos sociais depois de todo distanciamento antes necessário.

* 1. **Escopo**
* Realização de cadastros através de questionários;
* Pré-cadastro de grupos na plataforma *WhatsApp* e no sistema *Sport Zap;*
* Através do cadastro inserir essas pessoas em grupos pré-cadastrados no *WhatsApp*;
  1. **Definições, acrônimos e abreviações**
* OMS – Organização Mundial da Saúde
  1. **Referências**
* ONU News, acessado em 03/10/2021: https://news.un.org/pt/story/2020/11/1734322
  1. **Visão Geral**

Nosso site será projetado para o auxílio de interações entre pessoas com os mesmos interesses em esportes coletivos, disponibilidade de horário e de localidade, para que as mesmas possam se reunir em praças públicas e realizar a prática do exercício em comum. No site serão realizados questionários com pessoas interessadas em praticar esportes coletivos, depois de pronto o próprio sistema redirecionará a pessoa para a plataforma *WhatsApp* onde ela será inserida em grupos com pessoas que forneceram as mesmas respostas e se organizarão para realizar a prática do esporte.

1. **Descrição Geral**