CalisteniaWeb



Grupo 33

Del Barrio García, Daniel

Chicaiza Palomo, Jhonny Fabricio

Indice

Temática 3

Roles 3

FrontEnd 3

Backend: 5

Temática

La temática de nuestra página web estará ambientada en el entrenamiento personal mediante la calistenia. La Calistenia se puede entender como un **sistema de entrenamiento que se vale principalmente del peso corporal**, sin la necesidad de cargas o resistencias adicionales puedes lograr tanto un desarrollo muscular impresionante como un gran trabajo cardiovascular

Roles

La página web diferenciará entre dos tipos de usuarios: los registrados y los no registrados o anónimos:

Los usuarios anónimos tendrán a su disposición una variedad de ejercicios sueltos relacionados con la calistenia, fotos de los mismos, enlaces a diferentes páginas o vídeos de información interesante y el acceso a un buscador de los ejercicios.

Los usuarios registrados además de las funcionalidades anteriormente descritas serán capaces de elegir distintas rutinas de entrenamiento personalizadas a nivel u objetivos, asesoramiento a través de un foro solo apto para usuarios registrados, modificación de su perfil y la posibilidad de puntuar las rutinas y añadir comentarios.

FrontEnd

La página web constará principalmente de 7 secciones:

* Inicio: En esta sección aparecerá en la cabecera un botón para poder registrarse o iniciar sesión, un buscador de los diferentes ejercicios, otra opción que nos brindara de información sobre que es la calistenia, que podemos conseguir entrenando de esta forma, etc. y un botón que nos redireccionará al contacto y allí se podrá contactar con el equipo técnico y ser asesorado. En el cuerpo aparecerán diferentes fotos sobre la calistenia.
* Contacto: En esta sección aparecerá información para poder contactar con el equipo técnico a través de un email y poder ser asesorado a distancia por expertos sobre el tema. **(Aquí sería interesante poner un formulario de contacto)**

El método por el cual se realizará el contacto será a través de un formulario que el usuario rellenará previamente a la hora de mandar el email al personal cualificado. De esta forma, se sabrá de antemano el problema del usuario y se podrá gestionar con más eficacia debido a que se contactará con el experto sobre dicho problema. En el formulario contará de diferentes apartados ya sean: lesiones, técnica de ejercicios, dolores o molestias, rehabilitación, etc. Además de ser redireccionado por un enlace al foro.

* Información sobre la calistenia: Aquí aparecerán una gran variedad de fotos y descripciones sobre la calistenia explicando brevemente en que consiste este deporte, en que se basa, donde y como se practica, y mucha más información sobre el tema.

* Registrar/iniciar sesión: En la ventana de inicio aparecerá una opción para poder registrarse o iniciar sesión y nos redirigirá a esta ventana. En esta ventana aparecerán las etiquetas de registrar y contraseña. Ambos campos obligatorios para poder continuar.
* Lista de ejercicios: Esta es una sección cuyo cuerpo estará repleto de fotos y nombres de diferentes ejercicios. Además pinchando en cada una de estas fotos aparecerá una pequeña descripción del ejercicio y de cómo hacerlo correctamente.
* El foro: Esta ventana será una lista de diferentes comentarios de usuarios donde podrán compartir con el resto de personas sus experiencias, rutinas, etc. **(Un foro es algo que tiene muchas funcionalidades. Explicar mejor qué se podrá hacer en el foro)**

Este foro será protegido, es decir, cualquiera puede leer los mensajes pero solo los usuarios registrados pueden escribir. Al inicio del mismo aparecerá un índice sobre los temas ya tratados o abiertos en el foro para realizar una búsqueda rápida. De no existir el tema deseado se podrá crear uno nuevo desde esa ventana pulsando un botón. En cada tema se podrá ver los mensajes ya escritos por otros usuarios y estos estarán ordenados de más importantes a menos. La forma por la cual se sabrá que mensajes son los más importantes será a través un método de calificación que solo los usuarios registrados podrán hacer. Cada mensaje aparecerá con el nombre y foto de perfil del usuario para identificarlo fácilmente. En cualquier tema de conversación aparecerá un botón para volver al inicio del foro, otro para escribir un nuevo mensaje y otro para responder a un mensaje en concreto.

* Lista rutinas: Esta sección es muy parecida a la lista de ejercicios puesto que el cuerpo constará con el mismo tipo de información pero orientada a las rutinas de ejercicios complementando la información de los mismos.

Backend:

El backoffice de la página web estará restringido y su acceso solo estará permitido a los creadores de la página web, en este caso los participantes del proyecto Jhonny y Daniel. Ambos usuarios podrán gestionar el proyecto con las mismas opciones, ninguno tendrá más privilegios que el otro.

Una vez entrado en el backoffice correctamente podrán gestionar diferentes aspectos de la página ya sean fotos, usuarios, pequeñas descripciones de ejercicios, etc. También podrán introducir información nueva relacionada con la calistenia como ejercicios o rutinas nuevas en la base de datos.

**(La parte de administración es muy importante en una página web y se le presta poca atención. Explicad un poco mejor las funcionalidades de la parte del backoffice)**

El control de acceso se realizará mediante usuario y contraseña, que serán fijados cunado los usuarios se registran y podrán ser cambiados si se llegasen a olvidar, para ello se enviar un mensaje al correo electrónico que se introdujo cuando el usuario o administrador se registró. Para ello tendemos una tabla para almacenar los usuarios y sus datos de perfil.

Para la administración de la base de datos de las rutinas y ejercicios además se propone realizar una estructura con tres clases: grupo, rutina y ejercicio. La clase grupo serán un conjunto de rutinas orientadas al entrenamiento de una parte muscular especifica o dedicados a desarrollar una habilidad en concreto. La clase rutina será una agrupación de ejercicios seleccionados, junto a la información de los tiempos y las repeticiones de cada ejercicio y los descansos. Por último, tendremos la clase ejercicio que tendrá una descripción de cómo se realiza el ejerció además de información visual (fotos o videos). Se ha decidido esta estructura para que se puedan añadir mas ejercicios en el futuro.

Además de esta información se guardarán la del foro y otros datos relacionados con el tema.