**Техническое задание**

**на разработку сайта**

# Содержание

Введение………………………………………………………………………...3

Структура сайта………………………………………………………………...4

Стандартные элементы страниц…………………………………………….…5

Шапка страницы………………………………………………………..….....5

Подвал страницы………..………………………………….………….……..5

Описание страниц………………………………………………………………6

Главная страница…………………………………………………………….6

Страница Our team……………………………………………………….…...7

Страница Training……….…………………………………………………..11

Страница About us……………………………………………………….….14

Страница Profile……..………………………………………………………15

Формы…………………………………………………………………………16

Функциональные требования………………………………………………..16

Требования к разработке сайта с позиций поискового продвижения…....17

Дальнейшие действия………………………………………………………..18

# Введение

## Назначение документа

Данный документ содержит постановку задачи на разработку многостраничного сайта для спортзала “FieldFitness”.

Документ описывает границы проекта, в нем собрана вся информация, которую необходимо учитывать в ходе проекта, зафиксированы цели проекта и требования, предъявленные к проекту.

На основании сведений, приведенных в документе, осуществляются работы по разработке концепции сайта. После утверждения документа внесение изменений требует дополнительного согласования.

# Структура сайта

* Главная страница
* Страница Our team
* Страница Training
* Страница About Us

\* Страница Profile

\* - Страница Profile появляется после регистрации в форме Login

# Стандартные элементы страниц

**Шапка страницы**

Шапка страницы содержит:

* Логотип(FieldFitness);
* Навигация (Our team, Training, About Us), при наведение на ссылки в навигации они расплываются;
* Ссылка на форму Login.

Логотип сайта является ссылкой на главную страницу сайта, на всех страницах сайта, за исключением главной страницы. На главной странице ссылкой не является.

При клике по ссылкам навигации пользователь переходит в текущей вкладке на соответствующую страницу сайта.

**Подвал страницы**

Подвал страницы содержит:

* Форму для регистрации;
* Блок с ссылками на социальные сети зала(instagram, telegram, vk, tiktok);
* Логотип и текущий год.

При клике по пиктограммам социальных сетей пользователь в новой вкладке переходит на страницу проекта в социальной сети.

**Описание страниц**

**Главная страница**

Главная страница содержит:

* Шапка страницы (указано в «Стандартные элементы страниц»);
* Стартовый блок, являющийся слайдером из трех страниц (на первом изображение с текстом “Be fit, be alive. Change yourself for the better with us”);
* Блок 2:
* Заголовок “Why FieldFitness?”
* Текстовое поле:

Our gym is the perfect place for those who are committed to taking care of their health and physical fitness. We provide all the necessary equipment for effective and varied workouts, along with highly qualified trainers and an excellent environment that inspires motivation towards achieving your fitness goals. We offer a wide range of workout programs, including yoga, Pilates, group training sessions and much more. You can work out solo or in a group, attend different training sessions and competitions. We guarantee that you will be satisfied with the results of your workouts and will enjoy the process of fitness training with us.

* Изображение.
* Блок 3:
* Заголовок “Coach-led Personal + Group Fitness Training”
* Текстовое описание:

This program is suitable for individuals of all fitness levels, from beginners to advanced athletes. The coach-led Personal and Group Fitness Training helps individuals reach their goals faster, while having fun and enjoying a supportive community. With personalized training and group fitness classes, this program provides a well-rounded approach to fitness, helping individuals become the best version of themselves.

* Изображение.
* Блок 4:
* Заголовок “Our timetable”
* Текстовое описание:

- Monday: 6am HIIT, 7am Yoga, 5pm Spin, 6pm Strength & Conditioning- Tuesday: 9am Pilates, 10am Body Pump, 5:30pm Boxing, 6:30pm Zumba - Wednesday: 6am Bootcamp, 7am Yoga, 12pm Lunchtime Lift, 5:30pm Spin, 6:30pm Abs & Core - Thursday: 9am Pilates, 10am Body Pump, 5:30pm Boxing, 6:30pm Zumba - Friday: 6am HIIT, 7am Yoga, 5pm Spin, 6pm Strength & Conditioning - Saturday: 8am Bootcamp, 9am Yoga, 10am Body Pump, 11am Stretch & Release - Sunday: 9am Yoga, 10am Pilates.

* Изображение.
* Блок 5:
* Заголовок “Our team”
* Три изображения тренеров с описанием
* Описание:
* Ophilia Diaz(Fitness Instructor, Group Aerobics Instructor, Yoga Coach);
* Roy Gonzales(Personal Trainer, Gym Manager, CrossFit Coach);
* Valentino Sanders(Bodybuilding Trainer, Personal Trainer, Muay Thai Trainer);
* Подвал (указано в «Стандартные элементы страниц»).

**Страница Our team**

Содержит:

* Шапка страницы ( указано в «Стандартные элементы страниц»);
* Блок 1:
* Заголовок “Ophilia Diaz”;
* Подзаголовок:

Fitness Instructor, Group Aerobics Instructor, Yoga Coach;

* Текстовое поле:

Ophilia grew up playing sports, competing in track and field, and dancing. After she graduated from college with a degree in sports science, she started working as a personal trainer at a local gym. It wasn't long before she discovered her passion for teaching group fitness classes. Over the next few years, Ophilia became certified as a group aerobics instructor and began teaching classes like kickboxing, step aerobics, and dance fitness. Ophilia took classes, completed a yoga teacher training program, and began teaching yoga classes at her gym. It was a perfect complement to her more intense aerobics classes. Over time, Ophilia became known as a total wellness coach, teaching classes that blended aerobics, yoga, and strength training;

* Изображение.
* Блок 2:
* Заголовок “Reviews for Ophilia Diaz”
* Текстовое поле:

"I can't say enough positive things about my fitness instructor. She is always so enthusiastic and motivating during our workouts. She pushes us to reach our goals and encourages us every step of the way." - Vail Gonzales "Our group aerobics instructor always has such a great energy during our classes. Her ability to lead a class and provide modifications for different fitness levels shows her expertise in the field." - Kian Sanchez. "I am so grateful for my yoga coach. She has not only helped me improve my physical flexibility and strength, but also taught me valuable mindfulness techniques that have improved my mental health." - Selena Morris;

* Изображение.
* Блок 3:
* Заголовок “Roy Gonzales”;
* Подзаголовок:

Personal Trainer, Gym Manager, CrossFit Coach;

* Текстовое описание:

As a young boy, Roy was fascinated by fitness, health, and athletics. He spent many afternoons running, playing sports, and pushing his body to the limit. By the time he entered college, he was hooked on the gym and realized he wanted to make it his life.   
  
Roy started by bagging weights and cleaning equipment at a local gym. But he worked hard to make connections and gain experience, all while planning his own gym in his head. Eventually, Roy was promoted to gym manager, which gave him the experience he needed to open his gym.   
  
Over time, Roy became a popular CrossFit coach and personal trainer, quickly earning a name for himself in the fitness industry;

* Изображение.
* Блок 4:
* Заголовок:

“Reviews for Roy Gonzales”;

* Текстовое поле:

"Roy is incredibly knowledgeable about fitness and create personalized plans for each of their clients. His passion for fitness is contagious and inspires everyone around them to push themselves harder." - Watson Hayes   
"He is great motivators and always know how to encourage their clients to reach their goals. Roy is professional, reliable, and always show up prepared and ready to help their clients achieve their best." - Jaliyah Morris   
  
"As a gym manager, Roy keeps the facility clean and well-maintained, and ensure that everyone feels welcome and comfortable. As a CrossFit coach, Roy leads challenging and fun workouts that leave their clients feeling accomplished and energized." - Reina Stewart;

* Изображение.
* Блок 5:
* Заголовок “Valentino Sanders”;
* Подзаголовок:

Bodybuilding Trainer, Personal Trainer, Muay Thai Trainer;

* Текстовое поле:

After graduating high school, Valentino pursued his passion for fitness, and he enrolled in a fitness trainer course. He trained hard and gained a lot of knowledge and experience in bodybuilding, personal training, and martial arts.   
  
Soon after completing his course, Valentino started working as a personal trainer in a gym. He quickly made a name for himself as an excellent trainer who produced results. He knew how to motivate his clients and get them to achieve their fitness goals.   
  
As Valentino's reputation grew, he expanded his services into bodybuilding and Muay Thai training. Valentino's career continued to flourish, and he began to train top-level athletes in bodybuilding and Muay Thai, including professional fighters.   
  
Today, Valentino is a well-known and respected fitness trainer in the sporting world;

* Изображение.
* Блок 6:
* Заголовок:

“Reviews for Valentino Sanders”;

* Текстовое поле:

"Valentino is absolutely fantastic! He pushes you to your limits while staying positive and encouraging. I always leave their sessions feeling accomplished and energized." - Tori Price   
  
"I've been working with Valentino for a few months now and have seen such a huge improvement in my strength and overall fitness level. He truly knows how to customize a workout routine that works for your specific goals and abilities." - Dulce Williams   
  
"If you're looking for a trainer who is knowledgeable, dedicated, and fun to work with, look no further than Valentino . He has a great sense of humor and make every session enjoyable, while still pushing you to achieve your best." - Xavion Gonzales;

* Изображение.
* Кнопка «Contact the team», при нажатие на которую вас перенаправит на форму регистрации Login;
* Подвал (указано в «Стандартные элементы страниц»).

**Страница Training**

Содержит:

* Шапка страницы ( указано в «Стандартные элементы страниц»);
* Блок 1:
* Заголовок:

Gym workouts typically involve a variety of exercises designed to improve different aspects of fitness, such as strength, endurance, flexibility, balance, and coordination;

* Подзаголовок:

Some of the most common exercises include;

* Изображение.
* Блок 2:
* Заголовок:

Resistance training;

* Текстовое поле:

Using weights, resistance bands, or machines to challenge specific muscle groups, with progressive overload to stimulate muscle growth and toning. Examples of resistance exercises include bench press, shoulder press, bicep curls, tricep extensions, squats, lunges, deadlifts, leg presses, and calf raises;

* Изображение.
* Блок 3:
* Заголовок:

Cardiovascular training;

* Текстовое поле:

Engaging in repetitive motion exercises that increase heart rate, breathing rate, and blood flow to improve cardiovascular health, burn calories, and reduce stress. Examples of cardio activities include running on a treadmill, cycling on a stationary bike, rowing on a machine, using an elliptical trainer, or doing a group fitness class that involves dancing, jumping, or kicking;

* Изображение.
* Блок 4:
* Заголовок:

Plyometric training;

* Текстовое поле:

Using explosive movements that involve rapid stretching and contracting of muscles to enhance power, agility, and speed. Examples of plyometric exercises include jumping jacks, jump squats, box jumps, burpees, and power cleans;

* Изображение.
* Блок 5:
* Заголовок:

Core training;

* Текстовое описание:

Targeting the muscles of the abdominals, lower back, hips, and pelvis to stabilize and support the spine, improve posture, and enhance athletic performance. Examples of core exercises include planks, sit-ups, Russian twists, leg lifts, and back extensions;

* Изображение.
* Блок 6:
* Заголовок:

Stretching and mobility work;

* Текстовое поле:

Incorporating gentle movements and stretches that increase joint range of motion, reduce muscle tension, and prevent injury. Examples of stretching exercises include yoga poses, foam rolling, dynamic stretching, and static stretching;

* Изображение.
* Блок 7, состоящий из тестового поля:

Depending on your goals, fitness level, and preferences, you can choose to combine these exercises in different ways, such as doing a full-body workout, a split routine targeting different muscles on different days, or a circuit training program that alternates between strength and cardio stations. You can also adjust the intensity, volume, and frequency of your workouts to challenge yourself and avoid plateaus. With the guidance of a qualified trainer or coach, you can create a gym workout that fits your needs and helps you reach your desired results;

* Кнопка «Ask about training», при нажатие на которую отправляет в подвал сайта ( блок с соц. сетями);
* Подвал (указано в «Стандартные элементы страниц»).

**Страница About us**

Содержит:

* Шапка страницы ( указано в «Стандартные элементы страниц»);
* Блок 1:
* Изображение с фразой “We are your motivation”;
* Блок 2:
* Заголовок:

Statistics;

* Текстовое поле:

FieldFitness has been helping people stay healthy for over 30 years. More than 500 people are engaged in our hall.

* Блок 3:
* Заголовок:

Our story;

* Текстовое поле:

Our company was founded in 1993. And since then we have not ceased to take care of you. We’re committed to improving individuals' health, fitness, and well-being by supporting global and local charities, local sports teams, and events;

* Изображение;
* Блок 4:
* Заголовок:

Our culture;

* Текстовое поле:

We know that creating a positive mindset is incredibly important. We believe in encouragement, support, challenge, learning and growth to be the best! Our flexible work solutions, gym discounts and training opportunities create a positive work-life balance for all of our employees;

* Кнопка “GET IN TOUCH”, при нажатие на которую переотправляет на главную страницу в подвал с блоком( соц. сети).

**Страница Profile**

\*Данная страница появляется при регистрации( в шапке надпись на кнопке Login меняется на Profile и ведет на данную страницу)

Содержит:

* Шапка страницы( указано в «Стандартные элементы страниц»);
* Блок 1:

Состоит из двух колонок;

* Колонка 1:
* Аватарка( где можно поставить пользователю изображение, по умолчанию стоит);
* Поле Nickname;
* Поле Registration date;
* Поле Telephone;
* Поле Email;
* Кнопка Log out;
* Колонка 2:
* Подзаголовок:

Training Details;

* Подзаголовок:

Groups(информация о группе);

* Подзаголовок:

Plans (информация о плане);

* Подзаголовок:

Trainer’s information(с информацией о тренере) ;

* Блок 2:
* Подзаголовок:

Do not know where to contact the trainer?;

* Кнопка “Contact trainer”, при нажатие на которую появляется контакный номер тренера и ссылка на телеграм).
* Блок 3:
* Подзаголовок:

Looking for a workout for you?;

* Кнопка “ Sign up for a training”, при нажатие на которую отправляет посетителя на страницу Ourteam;
* Шапка с блоком о социальных сетях без формы регистрации.

**Формы**

Форма регистрации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Элемент | Обязательно для заполнения | Примечание |
| Username | да | Максимальное количество символов 20, только латиница |
| E-mail | да |  |
| Password | да | Максимальное количество символов 12 |
| Кнопка Login |  |  |

**Основной сценарий:**

Пользователь заполняет поля, нажимает на кнопку « Login». После нажатия на кнопку « Login » в этом же блоке появляется окно успешного бронирования с текстом « Thank you, your application has been sent! We will contact you and answer all your questions».

# Функциональные требования

Языковые версии:

Реализуется только англоязычная версия сайта.

## Требования к функционалу административного интерфейса

Структурный и архитектурный интерфейс разрабатывается на усмотрение программиста.

Должно быть выполнено следующее:

* структурированный интерфейс;
* группировка полей в элементах по логическому значению.

## Требования к верстке

## Верстка страниц сайта должна корректно (без визуальных и технических ошибок) отображаться и быть кроссбраузерной в следующих браузерах:

* + Microsoft Internet Explorer версии 10+;
  + Microsoft Edge версии 25.10586+;
  + Google Chrome версии 49+;
  + Apple Safari версии 8+

на операционных системах Windows и Mac OS.

## Требования к разработке сайта с позиций поискового продвижения

Текст:

* Необходимо размещать текст в виде текста (а не картинок). Желательно, чтобы доступ к тексту не был затруднен различными дизайнерскими решениями – был доступен сразу, а не открывался по клику/наведению и т.п. Текст не должен скрываться java-скриптами.
* Текст на сайте должен быть легко читаем, отформатирован, не должен содержать орфографических ошибок.
* Все страницы сайта должны содержать уникальный текст.
* В тексте страницы должен присутствовать 1 заголовок с тегом H1, который должен включать ключевые по смыслу слова/фразы, заголовков с тегом H2 в тексте может быть 2, и они тоже должны включать ключевые слова/фразы. Нельзя помещать весь текст страницы в тег заголовка.
* Заголовки должны хотя бы частично соответствовать навигации.
* Информация в текстовом виде не должна отклонятся от оригинала.
* Alt-атрибут должен быть прописан у всех картинок. Alt должен включать продвигаемые слова на конкретной странице. Нельзя вставлять более 7 слов в alt-атрибут. Что касается изображений, они должны быть уникальными.

Изображения:

* Следует использовать только популярные расширения изображений (JPEG, GIF, PNG, и BMP).
* Изображение может открываться отдельной страницей без текста, но только в том случае, если данное изображение присутствует как на стандартной странице, так и открывается отдельно в увеличенном виде.

# Дальнейшие действия

После согласования и утверждения проект сайта передается в разработку. Любые дополнительные пожелания к функционалу потребуют отдельного согласования и могут повлечь изменение календарного плана и бюджета проекта.