

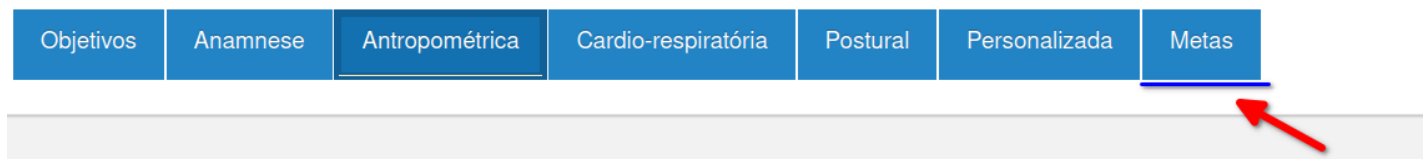
ARTIGO: 707

Guia para Utilização de Metas

Na versão 1.177 do 4Gym, melhoramos a utilização de metas. Antes, elas eram criadas junto com a avaliação do aluno. Agora, são criadas separadamente e vinculadas com a avaliação posteriormente. A seguir, listaremos os passos para auxiliar na criação de novas metas.

Acessando as Metas

- 1 - Acesse o menu "Avaliações" no perfil do aluno.
- 2 - Vá para a aba "Metas". Lá, você terá acesso a diversas informações sobre metas.



Se você já possuía alguma meta vinculada a alguma avaliação antes da atualização, não se preocupe: **as metas já cadastradas serão transferidas e serão cadastradas como novas metas automaticamente.** Ficarão assim:

 **Meta transferida 3656**

Massa magra: 0.0
% de gordura: 43.0
Prazo para conclusão: 15/09/2022

Faltam 29 dias!

[Vincular com avaliação](#)

Cadastrando novas metas

Selecione a opção "Cadastrar nova meta para..."
Preencha os campos solicitados

- Descrição = nome da meta;
- Prazo em dias = quantia de dias que o cliente terá para concluir uma meta;
- Meta de Massa Magra = meta de massa magra, em quilogramas;
- Meta de Gordura Corporal = meta de gordura corporal, em porcentagem (%).

Listagem de metas

Selecione a opção "Ir para listagem de metas de"

Lá, será possível excluir e editar metas, além de ver informações relacionadas a elas.

QBS: O campo "Conferida?" informa se a meta já foi ou não vinculada a alguma avaliação antropométrica.

Tela Inicial

Agora, será possível ver um resumo das metas cadastradas.

As **últimas 4 metas** cadastradas aparecerão na parte superior da tela, em "quadrados". As outras ficarão resumidas em uma lista na parte inferior da tela.

Meta Vinculada

Uma meta que já foi vinculada a uma avaliação aparecerá assim na tela inicial:

 **Meta transferida 3656**

Massa magra: 0.0
% de gordura: 43.0
Prazo para conclusão: 15/09/2022
Concluída em: 17/08/2022

[Ir para avaliação vinculada →](#)

O campo "Concluída em:" mostrará a data em que a meta foi vinculada. Logo abaixo, será possível acessar a avaliação vinculada.

Meta Não Vinculada

Uma meta que ainda não foi vinculada a uma avaliação aparecerá da seguinte forma na tela inicial:

🔗 Meta transferida 3417

Massa magra: 22.0

% de gordura: 43.0

Prazo para conclusão: 15/09/2022

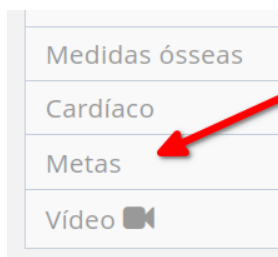
Faltam 29 dias!

[Vincular com avaliação](#)

O campo "Faltam..." mostrará quantos dias faltam para a conclusão da meta. Ela será "concluída" ao ser vinculada a uma avaliação.

Vinculando Meta com Avaliação

- Selecione uma avaliação;
- Vá na aba "Metas";



- Selecione a meta desejada.

Metas

Metas cadastradas a serem vinculadas com uma avaliação

 x ▾

[🔗 Cadastrar nova meta](#)

Sempre que necessário, será possível trocar as metas da avaliação.