



ПРОЕКТ

QiClub: Анализ эффективности wellness-продукта для IT- сообщества

Пет-проект бизнес-аналитика | Январь-Февраль 2026

Product Owner Елена Огава

Контекст и роль аналитика в проекте

О проекте

🏫 **Где:** Школа 21 / школа цифровых технологий

💡 **Исходная гипотеза:** Интенсивное обучение → проблемы с шеей/спиной
→ снижение продуктивности, риск оттока студентов

🎯 **Цель проекта:** Проверить гипотезу и создать продукт (занятия), снижающий физический дискомфорт

Моя роль: бизнес-аналитик / Product Owner



Опросы и интервью (n=30)

Провела входной онлайн-опрос для выявления потребностей, образа жизни и проблем со здоровьем. Дополнительно – короткие интервью с 5 участниками для глубинного понимания контекста.



Анализ данных и User Stories

На основе данных опроса сформулировала пользовательские истории (User Stories), описывающие, чего хотят достичь участники. Пример: «Как студент, я хочу за 15 минут снять напряжение в шее, чтобы продолжить учиться без головной боли».



Приоритизация требований для MVP

Определила минимально жизнеспособный продукт (MVP) – первые занятия, сфокусированные на ключевых болевых точках (шея, спина). Отобрала клинически значимые упражнения и форматы.



Сбор обратной связи и итеративное улучшение

После каждого занятия собирала отзывы (всего 27), которые анализировала и использовала для улучшения программы. Результат – 10 итераций, продукт эволюционировал под запросы сообщества (Agile-подход).

Кто мои участники и с чем они пришли?

30

Участников

Средний возраст 32,5 года (от 20 до 51)

73%

Неразработческие направления

Дизайн, аналитика, менеджмент и пр

27%

Разработческие направления

Программисты и инженеры

Сидячий образ жизни

17%

Менее 6 часов

33%

6-8 часов

33%

8-10 часов

17%

Более 10 часов

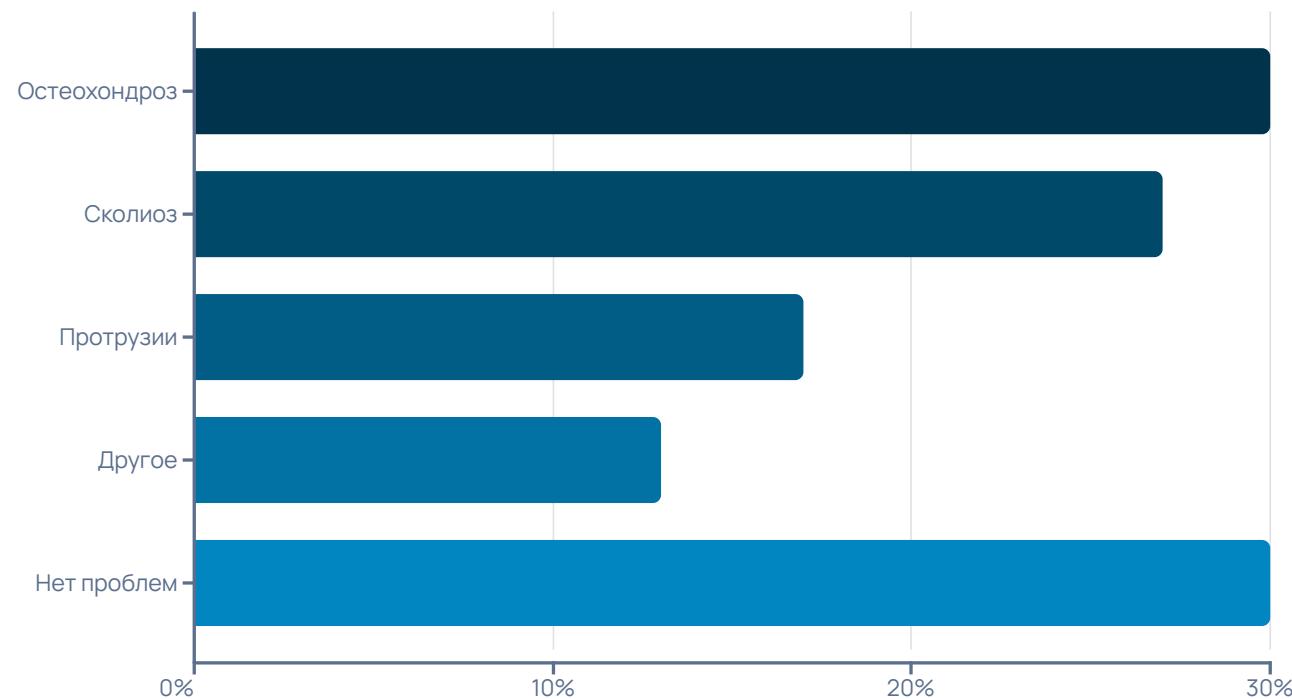
83% проводят сидя более 6 часов в день – это прямой фактор риска для здоровья опорно-двигательного аппарата.

Проблемы с опорно-двигательным аппаратом

Распространённость диагностированных проблем

70%

участников имеют хотя бы одну диагностированную проблему ОДА



*Некоторые участники отмечали несколько проблем, поэтому сумма процентов превышает 100%

>User Story

«Как студент, я хочу за 15 минут снять напряжение в шее, чтобы продолжить учиться без головной боли»

Как это повлияло на формат: Упор на короткие, но эффективные практики, а не на долгие теории

Как физическое состояние мешает учебе и работе?

Напряжение в шее и плечах к концу дня



30%

Низкое (1-2 балла)



40%

Среднее (3 балла)



30%

Высокое (4-5 баллов)

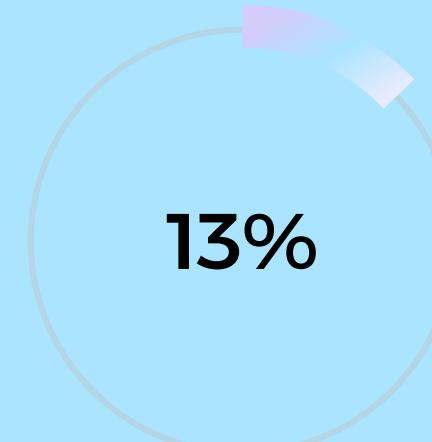
Средний балл: **3.3 из 5**

Головные боли от напряжения

20% участников оценивают частоту на 4-5 баллов. Средний балл:

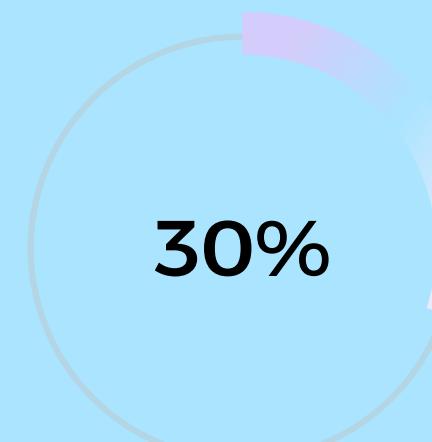
2.1 из 5

Влияние на рабочую продуктивность



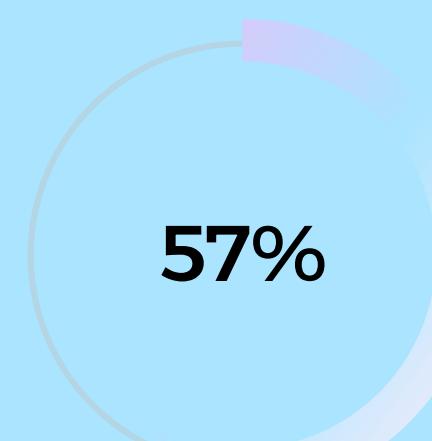
Не мешает

1-2 балла



Умеренно

3 балла



Сильно мешает

4-5 баллов

Средний балл: **3.7 из 5**

Более половины участников (**57%**) отмечают, что физическое состояние существенно снижает их продуктивность. Это прямая бизнес-проблема школы: усталые и больные студенты хуже учатся и чаще выгорают.

Что я сделала и какой эффект получила?



10 занятий
проведено



27 отзывов
собрано



30 участников
опрошено

Оценка пользы занятий

★ 4.85 / 5

- 93% оценили на «отлично» (5 баллов)
- 7% оценили на «хорошо» (3 балла)

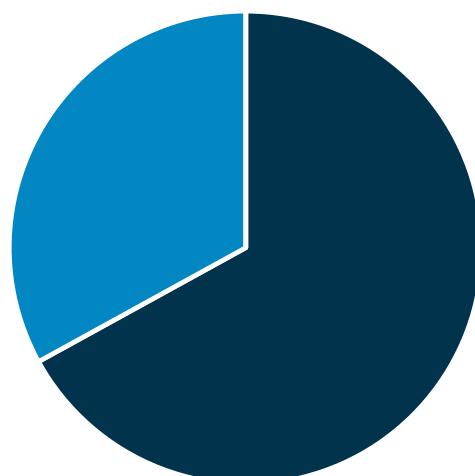
Лояльность (расчетный NPS)

NPS = 86

(исключительно высокий показатель, сравнимый с лучшими потребительскими сервисами)

- Промоутеры (5 баллов): 93%
- Детракторы (≤ 3 баллов): 7%

Ощущение изменений после занятия



■ Значительное
улучшение

■ Небольшое
улучшение

■ Без изменений

Итоговый вывод

100% участников почувствовали улучшение самочувствия. Средняя оценка пользы 4.85/5, NPS = 86. Продукт доказал свою эффективность и стал важной частью комьюнити школы.

Что говорят участники?

Что понравилось больше всего

Упражнения

Атмосфера

Результат

Массаж

Расслабление

Простота

Медитация

Музыка

Философия

Яркие цитаты

«Неожиданный эффект от осторожных медленных движений»

«Нравится философия и методика преподавания!»

«Состояние легкости появляется»

«Когда включили музыку и делали упражнения. Очень медитативно :)»

Топ-3 пожеланий для улучшения



Добавить презентации и теорию

4 упоминания



Улучшить помещение и пространство

4 упоминания



Добавить медитацию и музыку

3 упоминания

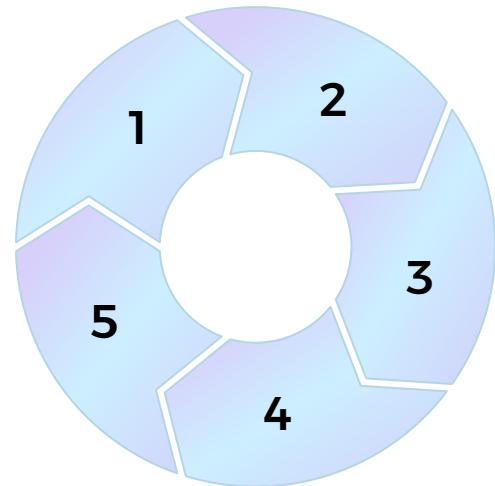
Участники ценят не только физический результат, но и атмосферу, философию, заботу. Это создает лояльность к школе.

Итеративный подход: от MVP к устойчивому клубу

Я запустила MVP (во время отборочного интенсива) – первые занятия, чтобы быстро проверить гипотезу и собрать обратную связь. После каждого занятия анализировала отзывы и вносила изменения.

Провести занятие

Повторить



Собрать отзывы

Проанализиро-вать
и выделить
ключевые
пожелания

Внести изменения в
следующее занятие

Этот цикл повторялся после каждого из 10 занятий, что позволило быстро адаптировать продукт под реальные потребности участников.

Принцип работы

После каждого занятия я собирала отзывы участников, анализировала их и вносила улучшения в следующее занятие. Цикл повторялся 10 раз.

10 итераций

за 1,5 месяца

Рост удовлетворённости

средняя оценка 4.85/5

Формирование комьюнити

постоянные участники

Переход к устойчивому клубу

от MVP

Ключевые изменения на основе обратной связи

 Добавить презентации / теорию (4 упоминания)	Начинаю каждое занятие с короткой (5 мин) презентации об анатомии шеи и принципах цигун, значении и актуальности концентрации внимания	После занятия 15.01
 Добавить медитацию / музыку (3 упоминания)	Включила в практику медитативные паузы и фоновую музыку	После занятия 17.01
 Больше упражнений на ногах (2 упоминания)	Расширила комплекс упражнений, добавила динамические элементы	После занятия 22.01
 Улучшить помещение / пространство (4 упоминания)	Договорилась с администрацией о более просторном зале	После занятия 24.01

Результат итераций

Рост удовлетворенности

Средняя оценка пользы осталась на максимуме (4.85/5), качество отзывов стало более позитивным

Формирование комьюнити

Участники стали приходить регулярно, появились постоянные члены клуба

Переход к устойчивому формату

Продукт эволюционировал от простой разминки до комплексной wellness-практики

- Благодаря постоянному сбору обратной связи и быстрым улучшениям, продукт полностью отвечает потребностям сообщества. Это демонстрирует применение Agile-подхода в реальном проекте.

Выводы и дальнейшие шаги



Проблема подтверждена

70% участников имеют проблемы с ОДА, 57% отмечают снижение продуктивности – продукт решает **реальную боль аудитории**.



Эффективность доказана

Средняя оценка пользы **4.85/5, 100%** чувствуют улучшение. Занятия переросли в **устойчивый клуб**.



Точки роста

- Внедрение теоретических мини-лекций (презентации)
- Организация более просторного помещения
- Добавление медитативных элементов по запросу