

Навыки

- Профессиональный опыт, основанный на работе в сфере ИТ ~29 лет.
- Всестороннее понимание полного жизненного цикла проекта, включая разработку приложений, их тестирование и оптимизацию.
- Наличие опыта в управлении проектами, координации начального планирования, программирования и внедрения основных модулей.

Опыт работы (что, где, когда)



Проект 'После Инсульта' ([Stroke Over](#))

Март, 2024 – по настоящее время

Это **волонтерский** проект, задачей которого является формирование эффективных тренировок в спортивном тренажерном зале для людей перенесших инсульт и имеющих затруднение или ограничения в выполнении движений (в основном, ног и/или рук).

Задачи (краткое изложение)

Список задач, необходимых для достижения положительного и позитивного результата проекта, составлен последовательно от анализа исходных данных, формулирования возможных способов коррекции и улучшения моторики движения, до обработки статистики результатов тренировок для выявления прогресса (или регрессии):

- (a) Создание схем/диаграмм основных групп мышц с нарушенной моторикой;
- (b) Создание кинематических схем движений, выполняемых с большим затруднением или ставших недоступными для выполнения¹;
- (c) Сопоставление мышечных групп с неврологической системой человека для выявления возможных проблемных зон в участках неврологической системы спинного мозга;
- (d) Разработка схем применения акупунктуры к определенным точкам связанных с нервной системой для стимуляции ее функционирования;
- (e) Корректировка базовых тренировочных упражнений с учетом ограничений моторики мышечных групп;
- (f) Составление типов тренировок, их объемов и последовательности проведения.

Результат

Для подтверждения эффективности применения разрабатываемых проектом методов, проводятся регулярные тренировки с человеком² перенесшим инсульт, офицера в отставке.

- (1) Сделан анализ реабилитационных диагнозов по оценочным шкалам, таким как '[Модифицированная шкала Рэнкина](#)', '[шкала Бартела](#)' и другим;
- (2) Определена корреляция между моторикой и неосознанным, спонтанным напряжением определенных мышечных групп, которое препятствует выполнению движения рукой или ногой;
- (3) Выявлены эмпирически акупунктурные точки, которые снижают/снимают спонтанную напряженность и стимулируют мышечную группу к нормальному выполнению движения;
- (4) Определены тренажеры и виды упражнений, которые могут быть выполнены рукой или ногой, моторика которых нарушена инсультом;
- (5) Виды упражнений, степень физической нагрузки, интенсивность выполнения сгруппированы для возможности проведения ежедневных тренировок в спортзале.

Технологии и Инструменты

Необходимо отметить, что (в 1-й версии) проект ориентирован на применение технологий MS для Windows 10.

¹ Так называемая 'постинсультная [спастичность](#)';

² Персональные данные могут быть предоставлены только с личного согласия клиента.

Список основных инструментов, используемых для реализации проекта:

- (a) Основой реализации проекта является предоставление информации через веб-сервис; для создания сайта используются [ASP.NET](#), [C#](#), [JS](#), [CSS](#), [jQuery](#);
- (b) Содержание страниц и пользовательский интерфейс изобилуют графической информацией, а это – [Adobe Photoshop](#), [Adobe Illustrator](#), [Axialis Icon Workshop](#);
- (c) База данных или сервис, обрабатывающий данные (backend): [MS SQL](#) (возможен [Oracle](#), [PostgreSQL](#), пока не определено), [T-SQL](#), [PL/SQL](#), [OLE DB](#), [C/C++](#), [C#](#), [Win API](#), [VB.NET](#) и даже прототип на [VB.6](#) (!);
- (d) Работа с 3D изображениями – [DirectX](#) (возможно [OpenGL](#), [3DS Max](#));
- (e) Проектная документация: [MS Visio](#), [MS Word](#), [Adobe Photoshop](#);

И последнее, мой опыт постоянных тренировок в тренажерных залах, уже как 47 лет кряду :D

База кода проекта или репозиторий создан: https://github.com/Abduro/Stroke_Over/, но еще не наполнен полностью всеми наработками³.

История

Ссылки связаны с документами о проектах, выполненных ранее и местах работы, должностях, занимаемых тоже ранее:

Последние места работы: [ru_vtoropov_recent_the_latest.pdf](#) (2022 – 2019 г.);

Проекты выполненные удаленно: [ru_vtoropov_recent_remote.pdf](#) (2014 – 2019 г.);

Управление проектами: [ru_vtoropov_recent_management.pdf](#) (2007 – 2014 г.);

Работа в США: {документ в работе} (2000 – 2001, 2005 – 2007 г.).

Все документы: [Google Drive](#);

Контактная информация



Имя & Фамилия: Владимир Торопов



+7-906-909-5-666



[vtoropov](#)



ebontrop@gmail.com⁴



Сертифицированный специалист Microsoft (MCP)

[Сертификат](#), Транскрипт ИД: **804630**; Код доступа: **62EBEDABE74D**.

³ Связано с моей фатальной привязанностью к четкости формулировок, ясности изложения и лёгкой читаемости; всё это требует дополнительных усилий и занимает больше времени ;)

⁴ Предпочтительный способ связи, телефон временно недоступен.