**Цель проекта по SMART**

Создать и выпустить MVP мобильного приложения «ЗОЖ», обеспечивающего пользователю персонализированный контроль питания, физической активности и водного баланса, с реализацией пяти ключевых функций в течение 7 месяцев в рамках бюджета 10 млн рублей., чтобы предоставить пользователям удобный инструмент для контроля здоровья и похудения.

**Конкретный (Specific)**

Разработать MVP (минимально жизнеспособный продукт) мобильного приложения «ЗОЖ»

**Измеримый (Measurable)**

Количество реализованных функций - 5 штук

Общее количество рабочих часов - около 160 часов

Бюджет - не более 10 миллионов

Время разработки - 7 месяцев

Тестовое покрытие - не менее 90%

**Достижимый (Achievable)**

*Сколько ресурсов необходимо? Есть ли они в наличии? Что ещё нужно сделать?* Команда: 8 человек (аналитик, разработчики, тестировщики, дизайнер, менеджер проекта, PO)

Методология: Scrum, недельные спринты

Инструменты: Jira, Slack, Figma, Git, CI/CD

Доступность ресурсов: все специалисты уже в команде

Необходимые действия: Провести повторную планёрку по актуализации Roadmap, перераспределить задачи в Jira, учесть оценку в 160 часов на интеграцию нового трекера воды и сбалансировать нагрузку по ролям: аналитик (80 ч), разработчик (60 ч), тестировщик (20 ч).

**Значимый (Relevant / Relevant to business)**

*Цель решает какую-либо проблему? Цель актуальная на сегодняшний день?* Проблема: современные пользователи сталкиваются с трудностями в контроле своего здоровья, режима питания и физической активности.

Решение: мобильное приложение предоставляет комплексный подход к здоровому образу жизни через удобные трекеры и рекомендации.

Актуальность: Учитывая рост рынка цифровых решений в области ЗОЖ, проект обладает высоким коммерческим потенциалом: он решает актуальную задачу комплексного подхода к снижению веса, что делает его релевантным как для пользователей, так и для инвесторов.

Потенциал: первая версия может стать основой для масштабирования и дальнейшей монетизации.

**Ограниченный по времени (Time-bound)**

*Сформирован ли график работ? Привязаны ли задачи к конкретным датам?*

Общий срок проекта: 7 месяцев (с 1-го по 7-й месяц)

Формат работы: недельные спринты по методологии Scrum (всего около 28 спринтов) :

* спринты 1–2: Анализ, планирование, прототипы
* спринты 3–25: Разработка и модульное тестирование
* спринты 26–27: Финальное тестирование и отладка
* спринт 28: Релиз первой версии.

УСТАВ ПРОЕКТА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | **Наименование проекта** | Мобильное приложение «ЗОЖ» | | **Планируемое время начала и окончания проекта (месяц/год)** | Май 2025 - Ноябрь 2025 (7 месяцев) | | **Оценка бюджета проекта (млн/тыс. руб.)** | 10 миллионов рублей | | **Место/сфера реализации** | Сфера: IT / цифровое здоровье / фитнес-технологии Формат работы: удалённая команда из разных городов России  Целевая аудитория: пользователи, желающие контролировать питание, уровень физической активности и водный баланс | | **Заказчик проекта** | Фаундер ИТ стартапа | | **Другие/ключевые участники проекта** | Руководитель проекта (Scrum Master), Владелец продукта (Product Owner), Аналитик, Разработчики, Тестировщик, UI/UX-дизайнер , DevOps-инженер | | **Дата создания документа** | 2 мая 2025 г. | |

| **Цели проекта** |
| --- |
| Разработать первую версию мобильного приложения для поддержания здорового образа жизни.  Реализовать ключевые функции: трекер калорий, план питания, фитнес-план, личный кабинет, трекер потребляемой воды.  Обеспечить высокое качество продукта и удобство использования.  Выполнить проект в установленные сроки и в рамках утверждённого бюджета. Подготовить продукт к выходу на рынок мобильных приложений. |
| **Описание проекта** |
| Проект направлен на создание мобильного приложения «ЗОЖ», предназначенного для помощи пользователям в контроле здоровья и похудении.  Приложение будет предоставлять инструменты для отслеживания рациона, физических нагрузок и водного баланса.  Разработка ведётся по методологии Scrum, с использованием недельных спринтов.  Все члены команды работают удалённо.  Проект финансируется собственником и ориентирован на запуск MVP (минимально жизнеспособного продукта) в течение 7 месяцев. |

|  |
| --- |
| **Требования к проекту и продукту** |
| Функциональные требования: Регистрация и авторизация, трекер калорий, план питания, фитнес-план, личный кабинет с прогрессом, трекер потребляемой воды (добавленная задача)  Нефункциональные требования: Совместимость с Android 10+ и iOS 14+, быстрая загрузка и отзывчивый интерфейс, безопасное хранение данных, простота использования, возможность масштабирования и обновления |

**Высокоуровневые требования к проекту**

**Функциональные требования**

Приложение должно предоставлять следующие ключевые функции:

* *регистрация и авторизация.* Пользователь должен иметь возможность зарегистрироваться и войти в приложение с помощью электронной почты или через социальные сети,
* *трекер калорий.* Пользователь может добавлять употребляемые продукты, отслеживать калорийность рациона за день и получать рекомендации по калорийности исходя из целей (похудение, поддержание веса и др.).
* *План питания.* Приложение предоставляет готовые планы питания на день или неделю, которые можно выбирать в зависимости от диеты, предпочтений и целей пользователя,
* *фитнес-план.* Пользователь может выбирать подходящие программы тренировок, отмечать выполненные упражнения и отслеживать прогресс,
* *личный кабинет.* В личном кабинете отображается история питания, тренировок, общий прогресс в виде графиков и показателей. Также здесь доступны настройки профиля и уведомлений,
* *трекер потребляемой воды.* Добавленная функция: пользователь может отслеживать объём выпитой воды за день, получать напоминания и наблюдать за выполнением дневной нормы.

**Нефункциональные требования**

* *совместимость.* Приложение должно корректно работать на устройствах под управлением Android 10+ и iOS 14+,
* *производительность.* Работа приложения должна быть быстрой и отзывчивой, без существенных задержек при переходе между экранами и загрузке данных,
* *надёжность и безопасность.* Все данные пользователя должны храниться безопасно, обеспечивая конфиденциальность и защиту персональной информации. Должна быть реализована защита от несанкционированного доступа,
* *юзабилити и интерфейс.* Интерфейс приложения должен быть интуитивно понятным, с минимальным временем освоения. При первом запуске может быть предусмотрено краткое руководство или туториал,
* *масштабируемость.* Архитектура приложения должна позволять легко добавлять новые функции в будущих версиях без глубокой переработки существующего кода,
* *поддержка и обновления.* Должна быть организована система обновлений приложения, позволяющая исправлять ошибки и добавлять новый функционал после запуска.

**Требования к качеству и тестированию**

* приложение должно пройти полный цикл тестирования: модульное, интеграционное, системное и юзабилити-тестирование,
* основные функциональные сценарии должны быть покрыты автоматизированными тестами,
* перед выпуском должна быть проведена фаза бета-тестирования с реальными пользователями для выявления возможных проблем и сбора обратной связи.

**Требования к публикации**

* приложение должно быть оформлено и подготовлено к публикации в App Store и Google Play.
* должны быть предоставлены все необходимые материалы: скриншоты, описание, логотип, категория, ключевые слова и т.д.

**Часть I. Требования к продукту**

**Конкурентный анализ 3 основных конкурентов**

*1. MyFitnessPal*

Описание: Приложение для подсчёта калорий и трекинга физических упражнений.

Основные функции:

* база данных продуктов,
* сканирование штрих-кодов,
* поддержка целей по весу,
* интеграция с Apple Health, Google Fit.

Сильные стороны:

* аналитика пищевых привычек.,
* простой интерфейс,
* связь с носимыми устройствами.

Слабые стороны:

* слабый визуальный контроль прогресса,
* много рекламы в бесплатной версии

*2. Lifesum*

Описание: Приложение для здорового образа жизни с акцентом на питание и водный баланс.

Основные функции:

* калькулятор воды,
* рекомендации по питанию,
* планы питания,
* отслеживание настроения и сна.

Сильные стороны:

* упор на здоровый образ жизни, а не только на похудение,
* эстетичный дизайн.

Слабые стороны:

* высокая стоимость подписки,
* нет персональных тренировок

*3. Nike Training*

Описание: Приложение от Nike для тренировок и спортивной активности.

Основные функции:

* персонализированные тренировки,
* видеоинструкции,
* прогресс и статистика.

Сильные стороны:

* профессиональные тренировки,
* хорошая мотивация.

Слабые стороны:

* нет функций питания и калорий,
* фокус на спорт, а не на ЗОЖ в целом.

**Сформулированные требования к продукту**

На основе анализа конкурентов и уникальных особенностей проекта были определены следующие требования:

Функциональные требования

*Калькулятор калорий*

* возможность добавления продуктов из внутренней базы или вручную,
* расчёт дневной нормы калорий,
* график потребления калорий за день/неделю.

*Калькулятор воды*

* отслеживание выпитой воды,
* настройка дневной нормы,
* напоминания о питье.

*Список полезных продуктов*

* категории: белки, углеводы, жиры, овощи, фрукты и т.д,
* описание пользы и калорийности,
* возможность поиска и фильтрации.

*Список диетических блюд*

* блюда разделены по категориям (завтрак, обед, ужин),
* рецепты с калорийностью,
* возможность добавления своих рецептов.

*Персональный план тренировок*

* выбор уровня подготовки (начинающий, средний, продвинутый),
* цели (похудение, набор мышечной массы, выносливость),
* тренировки на разное время (15, 30, 45 минут).

*Минимальная интеграция с социальной сетью*

* возможность делиться результатами в будущем,
* сохранение прогресса в личном кабинете.

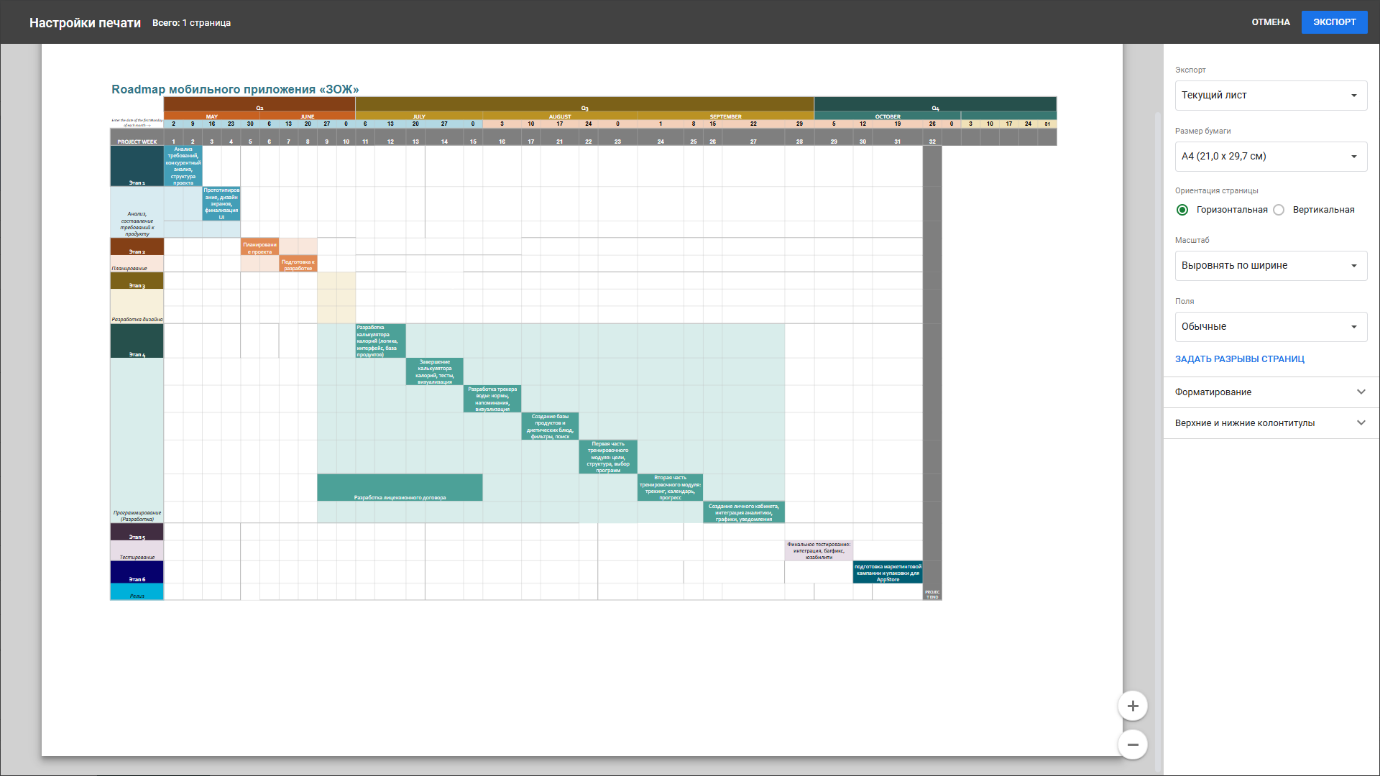
Нефункциональные требования

* платформа: iOS (AppStore), Android (Google Play)
* версия ОС: iOS 14+, Android 10+,
* интерфейс: русский язык,
* безопасность: защита учетных данных пользователей,
* юзабилити: интуитивно понятный интерфейс, минимальное обучение,
* производительность: быстрая загрузка экранов, отзывчивость.

**Часть II. Roadmap продукта**

Основные эпики проекта

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Эпик** | **Описание** | **Участники** |
| 1 | Исследование и проектирование | Анализ рынка, создание прототипа приложения, выбор технологий | PO, аналитик, тимлид |
| 2 | Авторизация и регистрация | Реализация входа через email и соцсети | Разработчики, тестировщик |
| 3 | Калькулятор калорий | Создание функционала подсчёта калорий и истории питания | Аналитик, разработчики, тестировщик |
| 4 | Калькулятор воды | Отслеживание объёма выпитой воды и напоминания | Разработчики, тестировщик |
| 5 | Список продуктов | База полезных продуктов с описанием и калорийностью | Аналитик, маркетолог |
| 6 | Список блюд | Коллекция диетических блюд с рецептами | Аналитик, маркетолог |
| 7 | Персональный план тренировок | Генерация программ тренировок | Аналитик, маркетолог, разработчики |
| 8 | Личный кабинет | Отображение статистики, прогресса и цели пользователя | Разработчики, тестировщик |
| 9 | Подготовка к публикации | Создание упаковки, описание, скриншоты, видеообзор | Маркетолог, дизайнер, PO |
| 10 | Лицензионный договор | Подготовка документов для публикации | Юристы, PO, scrum-мастер |



Карта:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/10aBD93nLnSNoC7hn7oPs5dk-ju5dsbYs\_85P4gWnooM/edit?gid=61476997#gid=61476997

**Часть III. Декомпозиция эпиков на задачи**

**Общий продуктовый бэклог (задачи по эпикам)**

Эпик 1 — Исследование и проектирование

Провести конкурентный анализ, собрать список требований, создать UX-прототип, утвердить техническое решение, выбрать технологии и инструменты

Эпик 2 — Авторизация и регистрация

Реализовать регистрацию по email, добавить авторизацию через соцсети, настроить восстановление пароля, протестировать безопасность, сделать страницу профиля

Эпик 3 — Калькулятор калорий

Создать форму ввода еды, добавить поиск в базе продуктов, реализовать графическое отображение, протестировать точность расчётов

Эпик 4 — Калькулятор воды

Эпик: Гидратация. Включает отслеживание потребления воды, персональные цели по гидратации и push-уведомления для мотивации.  
Эпик 5 — Список продуктов

Создать категории продуктов, добавить описание и калорийность, сделать фильтр по группам, протестировать удобство использования

Эпик 6 — Список блюд

Собрать базу рецептов, добавить фото и описание, реализовать поиск и фильтр, протестировать отображение

Эпик 7 — Персональный план тренировок

Добавить выбор цели, создать несколько программ тренировок, реализовать отслеживание выполнения, протестировать работу на разных устройствах

Эпик 8 — Личный кабинет

Реализовать отображение статистики, добавить график прогресса, настроить уведомления, протестировать обновление данных

Эпик 9 — Подготовка к публикации

Создать описание приложения, сделать скриншоты и видео, подготовить ключевые слова, утвердить упаковку

Эпик 10 — Лицензионный договор

Получить консультацию юриста, подготовить документы, подписать договор выгрузка в магазины

**Задачи по приоритетам**

|  |  |
| --- | --- |
| **Уровень приоритета** | **Задачи** |
| Выоский | Все задачи по реализации MVP: калькулятор калорий, калькулятор воды (кроме отказа), список продуктов, список блюд, план тренировок, регистрация, авторизация, лицензионный договор, упаковка для магазинов |
| Средний | Дизайн интерфейса, тестирование безопасности, работа с базой данных, напоминания, фильтры и поиск |
| Низкий | Дополнительные функции: рекомендации, интеграция с другими сервисами, социальные функции, дополнительные языки |

**Расстановка приоритетов по MoSCoW**

Метод MoSCoW позволяет распределить задачи по четырём категориям:

* Must have (M) – необходимо реализовать,
* Should have (S) – желательно реализовать,
* Could have (C) – можно добавить, если есть время/ресурсы,
* Won’t have this time (W) – не входит в MVP, откладывается

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фича** | **Категория** | **Обоснование** |
| 1 | Калькулятор калорий | Must have (M) | Основная цель приложения — контроль питания |
| 2 | Калькулятор воды | Must have (M) | Полезен, но может быть временно исключён при дефиците ресурсов |
| 3 | Список полезных продуктов | Must have (M) | Необходим для работы калькулятора калорий |
| 4 | Список диетических блюд | Should have (S) | Помогает формировать рацион, но не критичен |
| 5 | Персональный план тренировок | Must have (M) | Основная часть ЗОЖ, важен для пользователей |
| 6 | Авторизация/регистрация | Must have (M) | Без авторизации невозможно сохранять данные |
| 7 | Личный кабинет | Should have (S) | Полезен для анализа прогресса, но может быть упрощён |
| 8 | Упаковка для магазинов | Must have (M) | Без неё нельзя выложить приложение |
| 9 | Лицензионный договор | Must have (M) | Необходимо для публикации |

**Расстановка приоритетов по ICE**

Метод ICE оценивает каждую задачу по трём критериям:

* Impact (I) – влияние на бизнес/пользователя (1–10),
* Confidence (C) – уверенность в оценке (1–10),
* Effort (E) – трудозатраты (1–10)

*Формула: ICE = (Impact × Confidence) / Effort*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фича | I | C | E | ICE | Комментарий |
| 1 | Калькулятор калорий | 9 | 10 | 8 | (9×10)/8=11.3 | Ключевая фича, высокое влияние, средние трудозатраты |
| 2 | Калькулятор воды | 7 | 8 | 5 | (7×8)/5=11.2 | Полезная, но не критичная; простая в реализации |
| 3 | Список полезных продуктов | 8 | 9 | 6 | (8×9)/6=12.0 | Высокое влияние, тесно связан с калорийным калькулятором |
| 4 | Список диетических блюд | 7 | 8 | 7 | (7×8)/7=8.0 | Удобство для пользователей, но не обязательна |
| 5 | Персональный план тренировок | 9 | 9 | 8 | (9×9)/8=10.1 | Очень важно для целевой аудитории |
| 6 | Авторизация/регистрация | 10 | 10 | 4 | (10×10)/4=25.0 | Нужна всегда, легко реализуется |
| 7 | Личный кабинет | 6 | 7 | 6 | (6×7)/6=7.0 | Полезен, но не критичен для первого релиза |
| 8 | Упаковка для магазинов | 9 | 9 | 3 | (9×9)/3=27.0 | Критично для выхода на рынок, мало усилий |
| 9 | Лицензионный договор | 10 | 10 | 2 | (10×10)/2=50.0 | Необходим для публикации, малые затраты |

**Основы управления рисками**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Категория** | **Название риска** | **Вероятность** | **Влияние** | **Величина** | **Стратегия** | **Действие** |
| 1 | Технический | Задержка в реализации калькулятора воды | Средняя | Среднее | Средняя | Уменьшение риска | Перенос задачи на более поздний спринт или замена на MVP-версию функции |
| 2 | Управленческий | Несогласованность между участниками из-за удалёнки | Выоская | Высокая | Высокая | Уменьшение риска | Регулярные дейли, четкие роли, использование Jira/Trello |
| 3 | Организационный | Отсутствие юридической поддержки при подписании договора | Низкая | Высокое | Средняя | Уклонение / передача | Привлечение опытного юриста на этапе подготовки |
| 4 | Внешний | Конкуренция: выход аналогичного продукта | Средняя | Высокое | Высокая | Мониторинг + адаптация | Акцент на уникальные фичи, ускорение релиза, усиление маркетинга |