

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

- **Sommaire :**

- I. Contexte**

- Contexte 2
 - Persona et UserStory 3

- II. Diagramme de cas d'utilisation**

- Diagramme 4
 - Documentation 5 - 8

- III. Sketchs et StoryBoards**

- Sketchs documentés 9-12
 - StoryBoards documentés 13-14

- IV. Ergonomie et accessibilité**

- Ergonomie 15
 - Accessibilité 15

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Notre application se nomme **2BFIT** (*2B pour Baptiste et Bastien et FIT pour représenter l'aspect sportif*).



En tant que pratiquants sportifs, nous avons pour ambition de développer une application présentant de véritables programmes sportifs réalisables sans matériel permettant à des pratiquants de garder la motivation pour faire du sport ou à de nouvelles personnes, touchées par cette mode de faire du sport, de commencer à pratiquer.

L'objectif de l'application sera de constituer un menu contenant une liste de programmes de sport permettant à l'utilisateur d'afficher les détails de programmes spécifiques et de les effectuer (Ex : Séance jambes, Séance pull, Séance push etc..) à différents niveaux de difficulté (Débutant, Intermédiaire, Expérimenté). A la création d'un compte, l'utilisateur devra rentrer ses données personnelles (taille, poids, âge) et bénéficiera d'un suivi de ces différents programmes effectués avec les difficultés choisies. Il pourra savoir quel est le dernier programme qu'il a effectué en affichant son profil.

Comme fonctionnalités, nous pouvons retenir :

- Accès à différents programmes de sport, avec une possibilité de variation de niveau de difficulté
- Possibilité d'effectuer ces programmes de sport
- Possibilité pour les administrateurs de pouvoir, directement depuis l'application, ajouter ou supprimer un programme.
- Possibilité de vous connectez à votre propre compte et si vous n'en n'avez pas vous pouvez le créer.

Applications similaires

Sommaire.

Down Dog.

Fitbit Coach.

Nike Training Club.

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

• **Personas :**



Profil : Jeanne Copou, 42 ans, Ingénieure Informaticienne chez CGI

Situation : Mariée avec 2 enfants

Profil technique : Préfère utiliser une ceinture abdominale d'électrostimulation plutôt que de se dépenser. De plus, elle possède une maison avec son mari qui a un espace largement suffisant pour faire du sport.

"Je n'ai pas le temps de faire des séances de sport de 1 heure mais je veux perdre plus de poids"

Story :

Il est 18h et Jeanne vient de finir sa dernière réunion de la journée, puisqu'elle est en télé-travail. Cette journée l'a épuisé et elle hésite à se poser sur son canapé pour regarder son feuillet favori avant de faire à manger pour ses enfants. Son mari vient lui aussi juste de rentrer du travail avant le couvre-feu et lui rappelle que pour s'aérer l'esprit et pour transformer la frustration accumulée lors de la journée en énergie, elle se doit d'aller faire une séance de sport.

Jeanne a la "flemme" mais elle repense à toutes ces fois où elle se regarde dans le miroir et se rappelle que regarder la Télévision assise ne lui fera pas perdre du ventre. Elle se met donc en tenue de sport et lance l'application. Elle n'a plus qu'à choisir un programme et effectuer ce programme.



Profil : Ugo Artino, 19 ans, étudiant en filière STAPS à Aubière

Situation : Célibataire

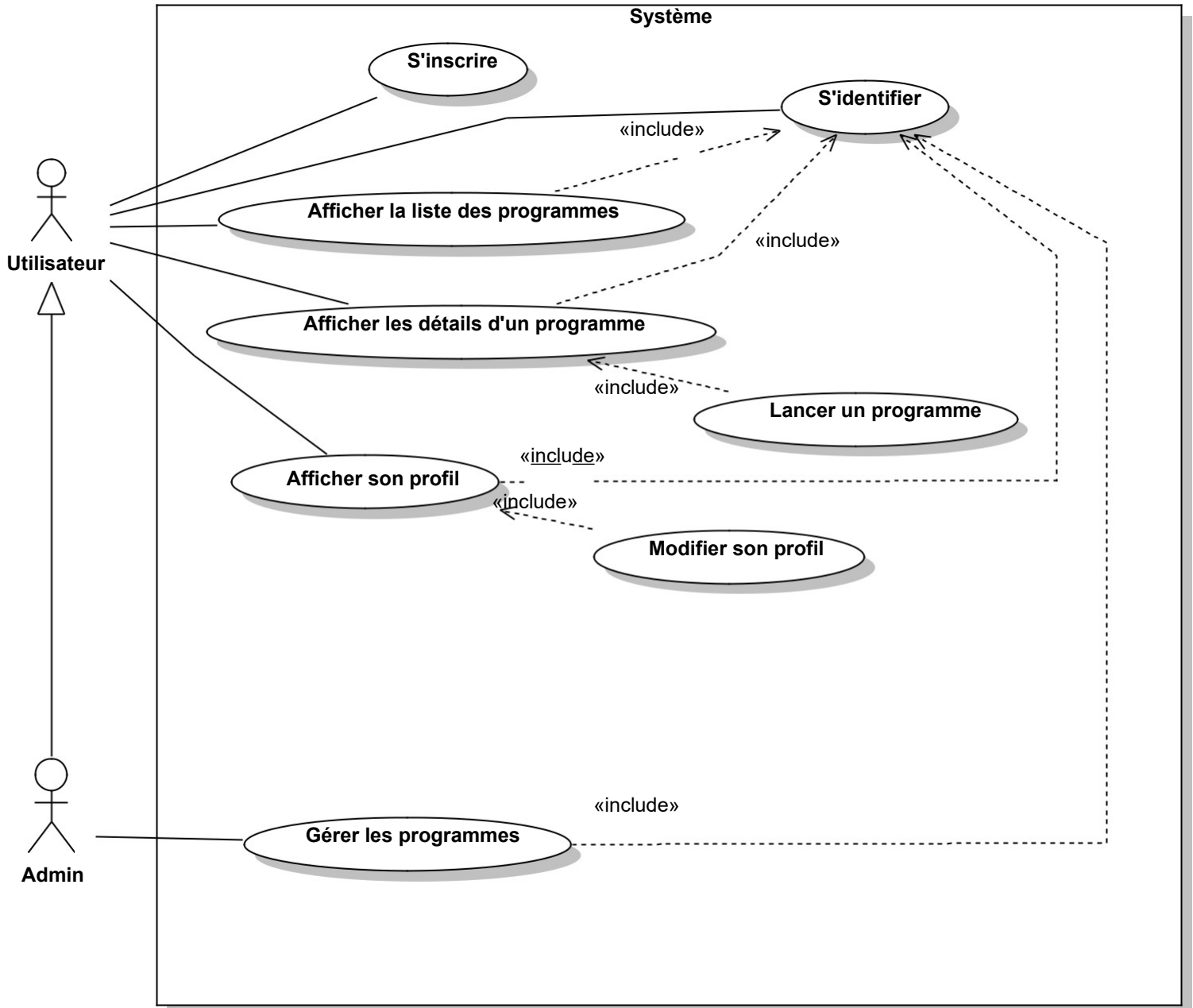
Profil technique : Ugo a besoin dans son mode de vie de faire de la musculation et n'a pas envie de retrouver son corps d'avant suite au contexte sanitaire. De plus, Ugo a un appartement où il peut faire du sport, mais est aussi à proximité d'un terrain de foot ou d'un parc de streetworkout puisqu'il habite en ville.

"J'ai besoin de faire de la musculation pour développer encore plus ma masse musculaire et rattraper mon retard au niveau des pectoraux"

Story :

Il est 14h et Ugo a fini sa journée de Cours. Il va donc au parc de streetworkout situé à côté de son établissement scolaire et décide de faire une séance PUSH, c'est-à-dire triceps, épaules et pectoraux. Avant de partir s'entraîner, il en a profité pour se changer et boire son shaker. Il effectue donc sa séance avec entrain. Mais le programme doit lui rappeler qu'il doit prendre 2 jours de repos avant la prochaine séance du même type et qu'il doit bien s'étirer en lui proposant différents exercices.

• **Diagramme de Cas d'utilisation :**



PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

- **Documentation du diagramme de Cas d'utilisation :**

Cas « S'inscrire »

Nom	S'inscrire
Objectif	Se créer un compte pour pouvoir accéder aux programmes de sport
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	L'utilisateur doit avoir cliqué sur le bouton « Inscription » lorsqu'il se trouve sur la page de connexion.
Déroulement	- L'utilisateur rentre son prénom, son nom, son identifiant, sa taille (> 70 et < 250), son poids (>20,00), son âge ainsi que son mot de passe.
Condition de fin	L'utilisateur a cliqué sur s'inscrire et toutes les valeurs demandées sont rentrées et correctes ou il a cliqué sur le bouton « Annuler »

Cas « S'identifier »

Nom	S'identifier
Objectif	Se connecter à son profil
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	
Déroulement	- L'utilisateur rentre son identifiant et son mot de passe.
Condition de fin	- Si l'identifiant rentré existe et correspond au mot de passe rentré, l'utilisateur est connecté à son profil.

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Cas « Afficher la liste des programmes »

Nom	Afficher la liste des programmes
Objectif	Afficher les programmes disponibles que l'utilisateur peut donc effectuer.
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	- L'utilisateur doit s'être identifié.
Déroulement	- Après s'être identifié, l'utilisateur va arriver sur sa page de profil. Il pourra voir sur la partie gauche de la fenêtre la liste des programmes.
Condition de fin	

Cas « Afficher un programme »

Nom	Afficher un programme
Objectif	Afficher les détails d'un programme choisi
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	- L'utilisateur doit avoir cliqué sur l'aperçu d'un programme. - L'utilisateur doit s'être identifié.
Déroulement	L'utilisateur voit le programme choisi ainsi que les exercices qu'il contient et peut choisir la difficulté de celui-ci avant de le lancer.
Condition de fin	- L'utilisateur a cliqué sur son profil, ou a cliqué sur « Commencer ».

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Cas “Lancer un programme”

Nom	Lancer un programme
Objectif	Exécuter une séance de sport
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	<ul style="list-style-type: none">- L'utilisateur doit s'être identifié- L'utilisateur doit avoir choisi un programme et se trouver sur l'aperçu de ce programme
Déroulement	<ul style="list-style-type: none">- Il clique sur “Commencer”- L'exercice à effectuer ainsi que le nombre de séries/répétitions lui est montré- Dès lors qu'il finit un exercice, l'utilisateur clique sur le bouton “Suivant”.
Condition de fin	<ul style="list-style-type: none">- L'utilisateur a cliqué sur suivant lorsque le dernier exercice du programme lui a été montré.

Cas “Modifier son profil”

Nom	Modifier son profil
Objectif	Mettre à jour sa taille ou/et son poids
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	<ul style="list-style-type: none">- L'utilisateur doit s'être identifié- Il doit se trouver sur sa page de profil
Déroulement	<ul style="list-style-type: none">- L'utilisateur clique sur le bouton modifier et une nouvelle fenêtre s'ouvre.- Il rentre sa nouvelle taille en cm (> 70 et < 250) ou/et son nouveau poids ($> 20,00$) lorsqu'il voudra enregistrer. Si la case est vide, la valeur précédente ne sera pas modifiée.
Condition de fin	<ul style="list-style-type: none">- L'utilisateur clique sur “Annuler” ou “Enregistrer” (dans le cas où les valeurs sont correctes)

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Cas « Afficher son profil »

Nom	Afficher son profil
Objectif	Permet à l'utilisateur de voir ses données
Acteurs Principaux	Utilisateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	- L'utilisateur doit s'être identifié
Déroulement	- Dès lors qu'il s'est connecté, l'utilisateur se trouvera sur sa page de profil où se trouvent ses informations. - S'il se trouve sur une page d'un programme, il aura juste à cliquer sur le bouton « Profil »
Condition de fin	- L'utilisateur a cliqué sur le bouton « Profil »

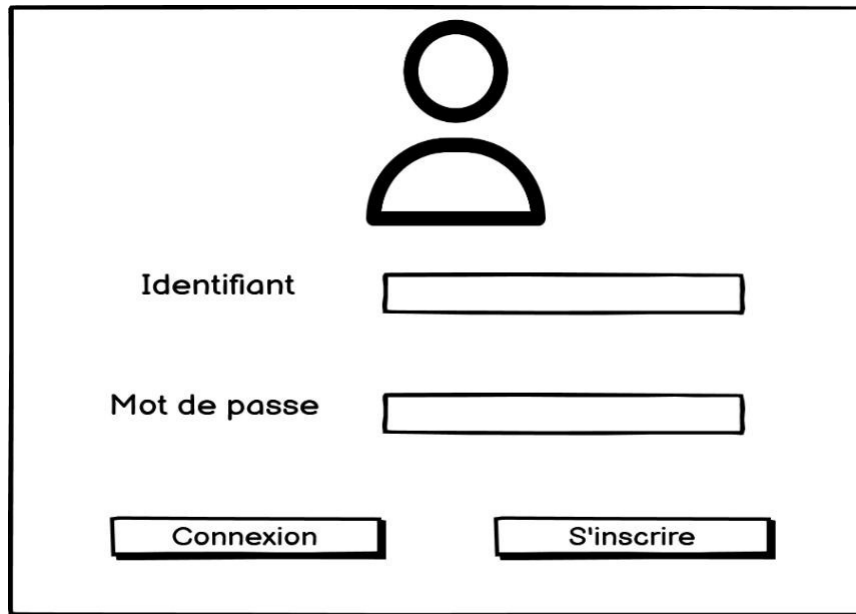
Cas «Gérer les programmes »

Nom	Gérer les programmes
Objectif	Ajouter un programme parmi ceux déjà disponibles, ou alors le supprimer
Acteurs Principaux	Administrateurs
Acteurs Secondaires	
Conditions initiales	- L'utilisateur doit s'être identifié en tant qu'administrateur, donc avec l'identifiant et le mot de passe administrateur
Déroulement : Ajouter un programme	- L'utilisateur se connecte en tant qu'admin. - Il clique sur le bouton « Ajouter »situé à la toute fin des programmes disponibles - Il défini un nombre d'exercices que son nouveau programme va contenir, ainsi qu'un nom - Pour chaque exercices, il va définir un nom d'exercice, un nombre de séries/répétitions (> 0) et un temps de repos pour chaque difficulté, et une image.
Condition de fin	- L'administrateur clique sur « Annuler », ou sur « Enregistrer » avec des valeurs correctes.
Déroulement : Supprimer un programme	- L'utilisateur se connecte en tant qu'administrateur. - L'utilisateur choisi un programme parmi ceux disponibles et clique sur son aperçu. - Il clique sur le bouton « Supprimer »
Condition de fin	- L'administrateur clique sur « Supprimer», ou se remet sur sa page de profil.

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

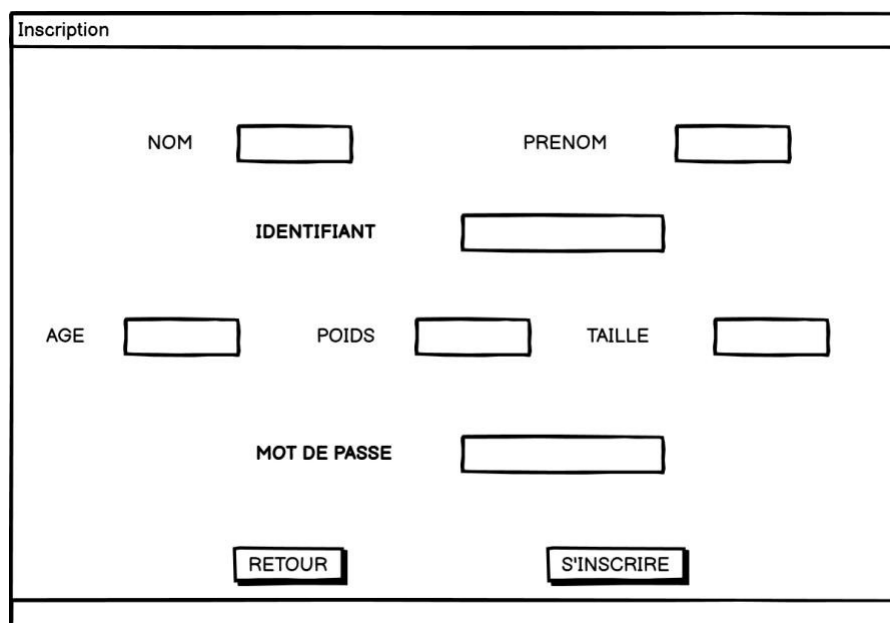
- **Sketchs et Storyboards**

Fenêtre de connexion



A sketch of a login window. At the top center is a simple icon of a person's head and shoulders. Below the icon, the text "Identifiant" is followed by a rectangular input field. Below that, the text "Mot de passe" is followed by another rectangular input field. At the bottom, there are two rectangular buttons: "Connexion" on the left and "S'inscrire" on the right.

Fenêtre d'inscription



A sketch of a registration window titled "Inscription" in the top-left corner. The form contains several input fields: "NOM" and "PRENOM" at the top, each with a rectangular field; "IDENTIFIANT" in the middle with a rectangular field; "AGE", "POIDS", and "TAILLE" below, each with a rectangular field; and "MOT DE PASSE" at the bottom with a rectangular field. At the very bottom, there are two rectangular buttons: "RETOUR" on the left and "S'INSCRIRE" on the right.

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Fenêtre du profil de l'utilisateur

Bouton pour accéder à son profil

Liste des programmes disponibles

Page d'accueil

PROFIL

ABDOMINAUX
Aperçu

PECTORAUX
Aperçu

JAMBES
Aperçu

BRAS
Aperçu

ÉPAULES / DOS
Aperçu

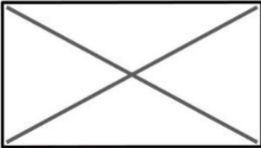
NOM

PRENOM

AGE POIDS TAILLE

Modifier

DERNIER PROGRAMME EFFECTUÉ :

 DIFFICULTÉ

Données de l'utilisateur

Bouton pour modifier ses données

Image et difficulté du dernier programme effectué

Fenêtre d'affichage d'un programme

Page d'accueil

PROFIL

Abdominaux
Aperçu

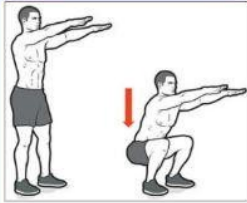
Pectoraux
Aperçu


Jambes
Aperçu

Bras
Aperçu

Épaules / Dos
Aperçu

PROGRAMME : JAMBES

 SQUATS

 FENTES AVANT

DIFFICULTÉ

DEBUTANT
INTERMEDIAI
EXPERT

COMMENCER

Nom du programme

Choix de la difficulté

Listes des exercices contenu dans le programme

Bouton pour lancer le programme

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Fenêtre après lancement d'un programme:

The 'Exercice' window displays details for a selected exercise. On the left, under the heading 'EXERCICES', is a box labeled 'SQUATS' containing an illustration of a person performing a squat, with a red arrow indicating the downward movement. To the right of this illustration, a red-bordered box contains the following details: 'Nombre de séries : 3', 'Nombre de répétitions : 15', and 'Temps de repos : 30 s'. Below this red box is a 'SUIVANT' button. A green arrow points from the 'SUIVANT' button to the text 'Bouton pour passer à l'exercice suivant'. To the right of the red-bordered box, the text 'Détails sur l'exercice' is written in red.

Exercice

EXERCICES

SQUATS :

Nombre de séries : 3

Nombre de répétitions : 15

Temps de repos : 30 s

SUIVANT

Détails sur l'exercice

Image du mouvement à effectuer

Bouton pour passer à l'exercice suivant

Fenêtres administrateur (presque identique à celles de l'utilisateur)

The 'Page d'accueil' for an administrator shows a 'PROFIL' section on the left with a list of body parts: ABDOMINAUX, PECTORAUX, JAMBES, BRAS, and EPAULES/ DOS. Each item has an 'Aperçu' button. At the bottom of this list is a '+ Ajouter' button, with a green arrow pointing to it and the text 'Bouton pour ajouter un programme'. The main area of the page shows the user is 'Connecté en tant qu'admin'. Below this, there are input fields for 'NOM' and 'PRENOM', and a 'Modifier' button. Further down, there are input fields for 'AGE', 'POIDS', and 'TAILLE'. Below these is a 'DERNIER PROGRAMME EFFECTUÉ :' section with a large box containing a red 'X'. To the right of this box is a 'DIFFICULTÉ' dropdown menu currently set to 'DÉBUTANT'.

Page d'accueil

PROFIL

ABDOMINAUX

Aperçu

PECTORAUX

Aperçu

JAMBES

Aperçu

BRAS

Aperçu

EPAULES/ DOS

Aperçu

+ Ajouter

Connecté en tant qu'admin

NOM

PRENOM

Modifier

AGE

POIDS

TAILLE

DERNIER PROGRAMME EFFECTUÉ :

DIFFICULTÉ

DÉBUTANT

Bouton pour ajouter un programme

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Bouton pour supprimer un programme

The screenshot shows a web application interface for managing fitness programs. On the left is a sidebar titled 'PROFIL' with buttons for 'Abdominaux', 'Pectoraux', 'Jambes', 'Bras', and 'Épaules / Dos', each with an 'Aperçu' (Preview) button. The main area is titled 'PROGRAMME' and shows a selected category 'JAMBES'. A 'SUPPRIMER' (Delete) button is highlighted with a red arrow and a red label. Below the category is a 'DESCRIPTION' box with text: 'Le but de ce programme est de vous faire gagner de la force et du volume au niveau de vos jambes il au-...'. There are two exercise illustrations: 'SQUATS' and 'FENTES AVANT'. To the right of the exercises is a 'DIFFICULTÉ' (Difficulty) dropdown menu with options 'DEBUTANT', 'INTERMEDIAI', and 'EXPERT'. A 'COMMENCER' (Start) button is at the bottom right.

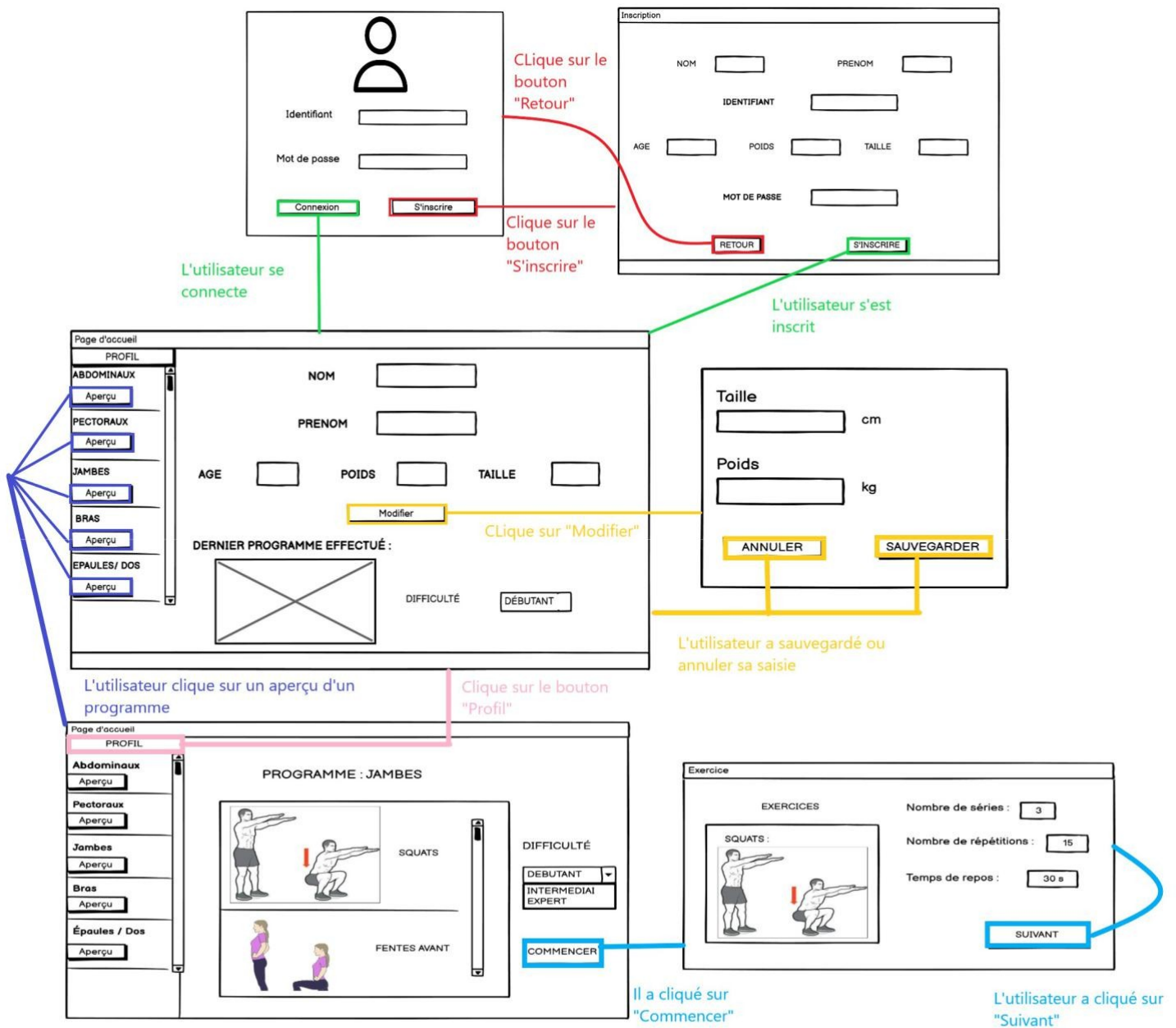
Fenêtre d'ajout d'un programme

The screenshot shows the 'Ajouter un Programme' (Add Program) window. It contains several input fields: 'NOM' (Name), 'DEFINITION' (Definition), and 'NOMBRE D'EXERCICES' (Number of Exercises). Below these are three difficulty levels: 'DÉBUTANT', 'INTERMÉDIAIRE', and 'EXPERT'. Each level has three input fields for 'NB SÉRIES' (Number of Series), 'NB REPS' (Number of Reps), and 'TEMPS REPOS' (Rest Time). At the bottom are 'ANNULER' (Cancel) and 'ENTRER' (Enter) buttons. Annotations include: a green box around the top section labeled 'Information sur le nouveau programme'; a yellow arrow pointing to a download icon labeled 'Bouton qui permet à l'admin de chercher les images destinés à représenter le programme et l'exercice'; a red arrow pointing to a red box labeled 'Affichage du chemin d'accès à l'image choisie pour vérifier que l'admin ne s'est pas trompé'; a blue box around the difficulty levels labeled 'Pour chaque exercice, données à rentrer'; and an orange arrow pointing to the 'ENTRER' button labeled 'Boutons pour confirmer ou annuler la saisie du programme'.

PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Storyboards :

Storyboard pour un utilisateur



PROJET SEMESTRE 2 : DOCUMENTATION

Storyboard en plus pour un administrateur

Page d'accueil

PROFIL

Connecté en tant qu'admin

ABDOMINAUX

Aperçu

PECTORAUX

Aperçu

JAMBES

Aperçu

BRAS

Aperçu

EPAULES/ DOS

Aperçu

+ Ajouter

NOM

PRENOM

AGE

POIDS

TAILLE

Modifier

DERNIER PROGRAMME EFFECTUÉ :

DIFFICULTÉ

DÉBUTANT

Clique sur "Ajouter"

Ajouter un Programme

NOM :

DEFINITION :

NOMBRE D'EXERCICES :

↓

NOM :

DÉBUTANT

NB SÉRIES : NB REPS : TEMPS REPOS :

INTERMÉDIAIRE

NB SÉRIES : NB REPS : TEMPS REPOS :

EXPERT

NB SÉRIES : NB REPS : TEMPS REPOS :

ANNULER

ENTRER

L'admin a enregistré ou annulé la saisie du nouveau programme

Application ergonomique :

De note côté, nous trouvons l'application vraiment ergonomique et ce pour plusieurs raisons :

- L'application est efficace. En effet, l'utilisateur peut chercher et trouver ce qu'il veut rapidement et facilement. Notre application est donc simple d'utilisation ce qui est fondamental.
- Ensuite, les utilisateurs savent que les programmes sportifs se font sans matériel à acheter ce qui leur permet de comprendre le contexte de l'application et comment elle sera utilisée.
- Pour finir, le design est assez sobre et les éléments sont bien espacés.

Accessibilité de l'application :

Premièrement, l'application n'est pas accessible pour des personnes ayant un handicap moteur.

L'arrière plan bleu et blanc de l'application nous permet d'avoir un bon contraste et de discerner les éléments pour les personnes souffrantes de problèmes visuels.

De plus, les actions de tous les boutons que nous avons implémentés sont évidentes étants donnés leur nom ou leur symbole.

Ces éléments rendent donc l'application plus agréable pour les personnes invalides.