



SCE

המכללה האקדמית להנדסה אשדוד

SCE לעולם טוב יותר

SCE

המכללה האקדמית להנדסה אשדוד

SCE לעולם טוב יותר



**WORKOUT
PARTNER**

**מגישים
בני שלום
רוסלן בוריסביץ'**

**מנחה
ד"ר דוד טנקוס**

Think Forward. **Think SCE.**

מצב השוק

הפרויקט שלנו הוא אפליקציית אינטרנט פונקציונלית וידידותית למשתמש המייצגת יישום מוצלח של פתרון חדשני לבעיה של מעקב אחר התקדמות האימונים ושמירה על מוטיבציה.

האפליקציה שלנו מספקת פלטפורמת all-in-one של פיצ'רים שנועדו לעודד ולהניע משתמשים להגיע ליעדי הכושר שלהם.

סקר שוק

Features	Phone Notes	Phone Timer	Whatsapp Group	Google Fit	MyFitnessPal	Workout partner
Add a detailed Exercise to my list of Exercises	✓	✗	✓	✓	✓	✓
Community Chat/Forum	✗	✗	✓	✗	✗	✓
Track my total workout time with Stopwatch	✗	✓	✗	✓	✗	✓
Set Rest time with a Countdown Timer	✗	✓	✗	✗	✗	✓
Exercises Examples page	✗	✗	✗	✗	✓	✓
Water Consumption tracking	✗	✗	✗	✓	✗	✓
Music playlist page	✗	✗	✗	✗	✗	✓
BMI calculator page	✗	✗	✗	✓	✗	✓

הצורך והחידוש אותה מציעה האפליקציה

לאפליקציית האינטרנט שלנו יש פוטנציאל להשפיע באופן משמעותי על תעשיית הכושר והחברה. על ידי מתן פלטפורמה ידידותית ואינטראקטיבית למעקב אחר אימונים, לתעד את הסטים והחזרות ולעקוב אחר תהליך ההתקדמות של המשתמש לאורך זמן.

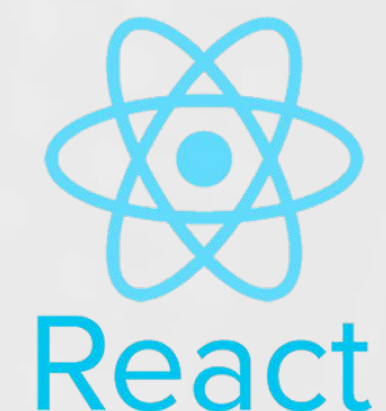
בכדי לשמור על מוטיבציה להמשך תהליך ההתקדמות של האימונים יצרנו צאט קהילתי שמאפשר יצירת אינטראקציה עם קהילת אנשים בעלי דעות דומות כדי לתת מענה לשאלות, לקבל הדרכה ותמיכה מאחרים בקהילה.

SCE

המכללה האקדמית להנדסה אשדוד

SCE לעולם טוב יותר

מתודולוגיות

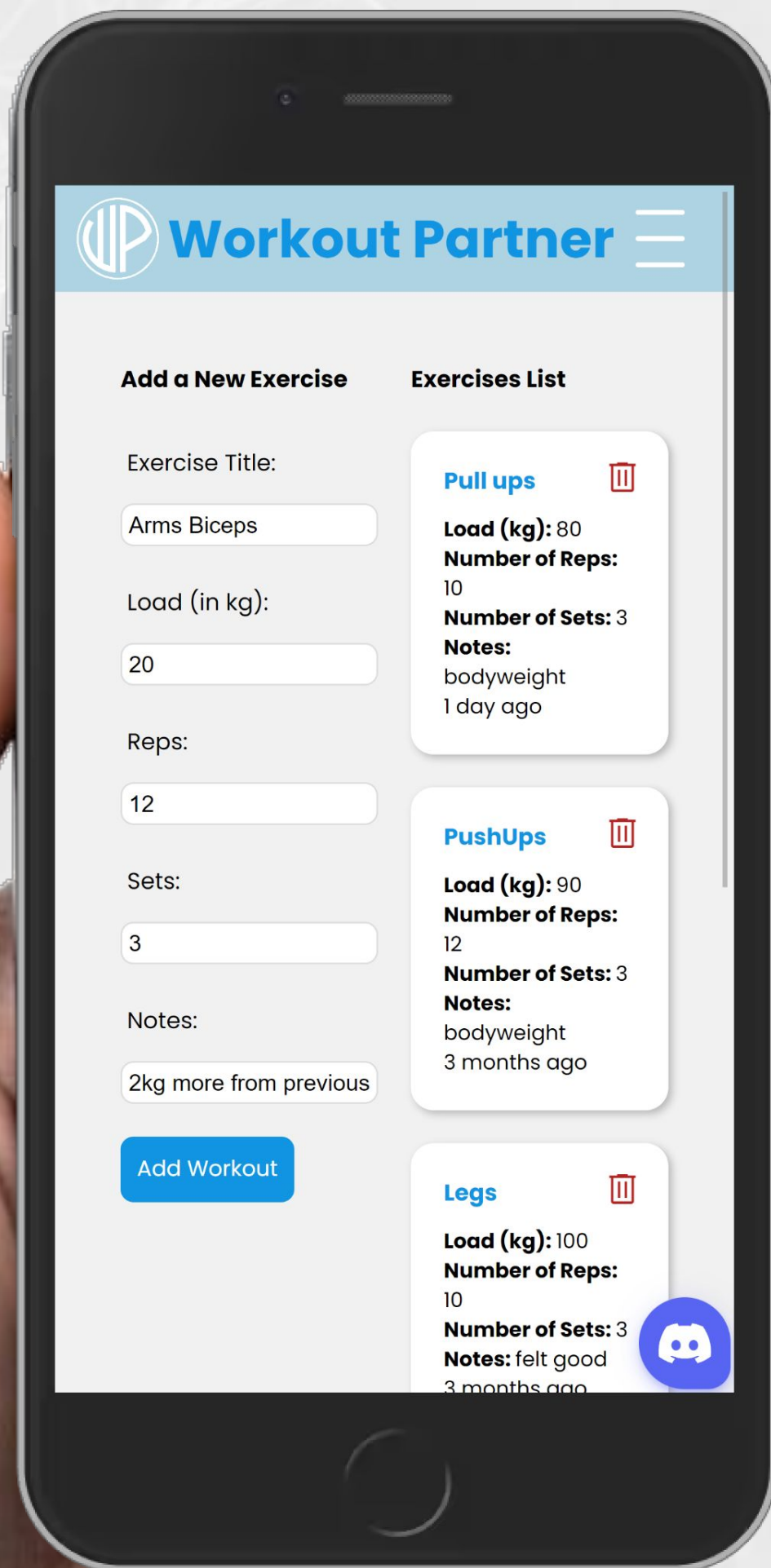


Think Forward. **Think SCE.**

SCE

המכללה האקדמית להנדסה אשדוד

SCE לעולם טוב יותר



פיצ'ר #1

תיעוד אימון

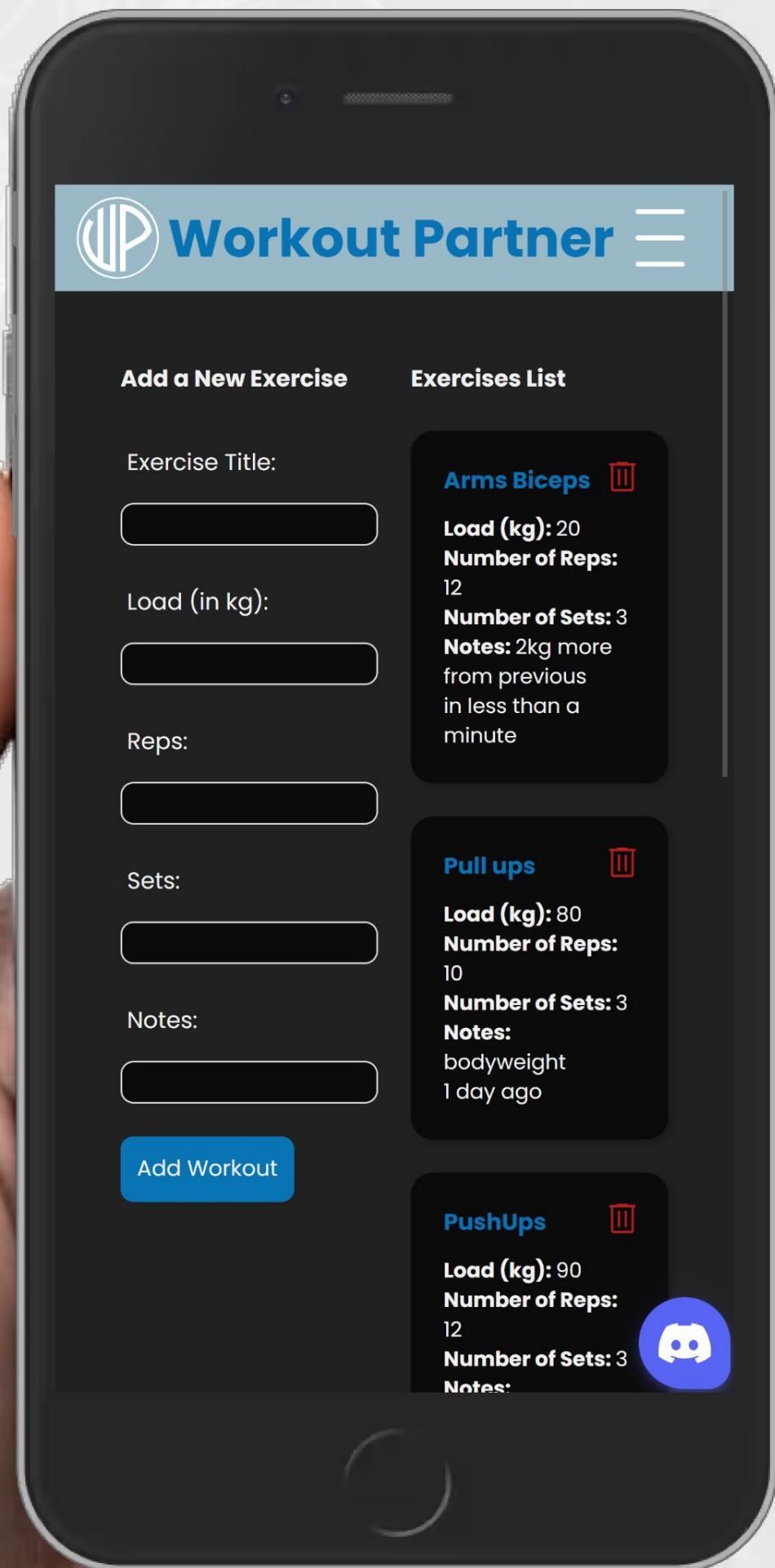
מעקב אחר אימונים, לתעד את סוג האימון ופרטים על האימון, על מנת לעקוב אחר תהליך ההתקדמות של המשתמש לאורך זמן.

Think Forward. **Think SCE.**

SCE

המכללה האקדמית להנדסה אשדוד

SCE לעולם טוב יותר



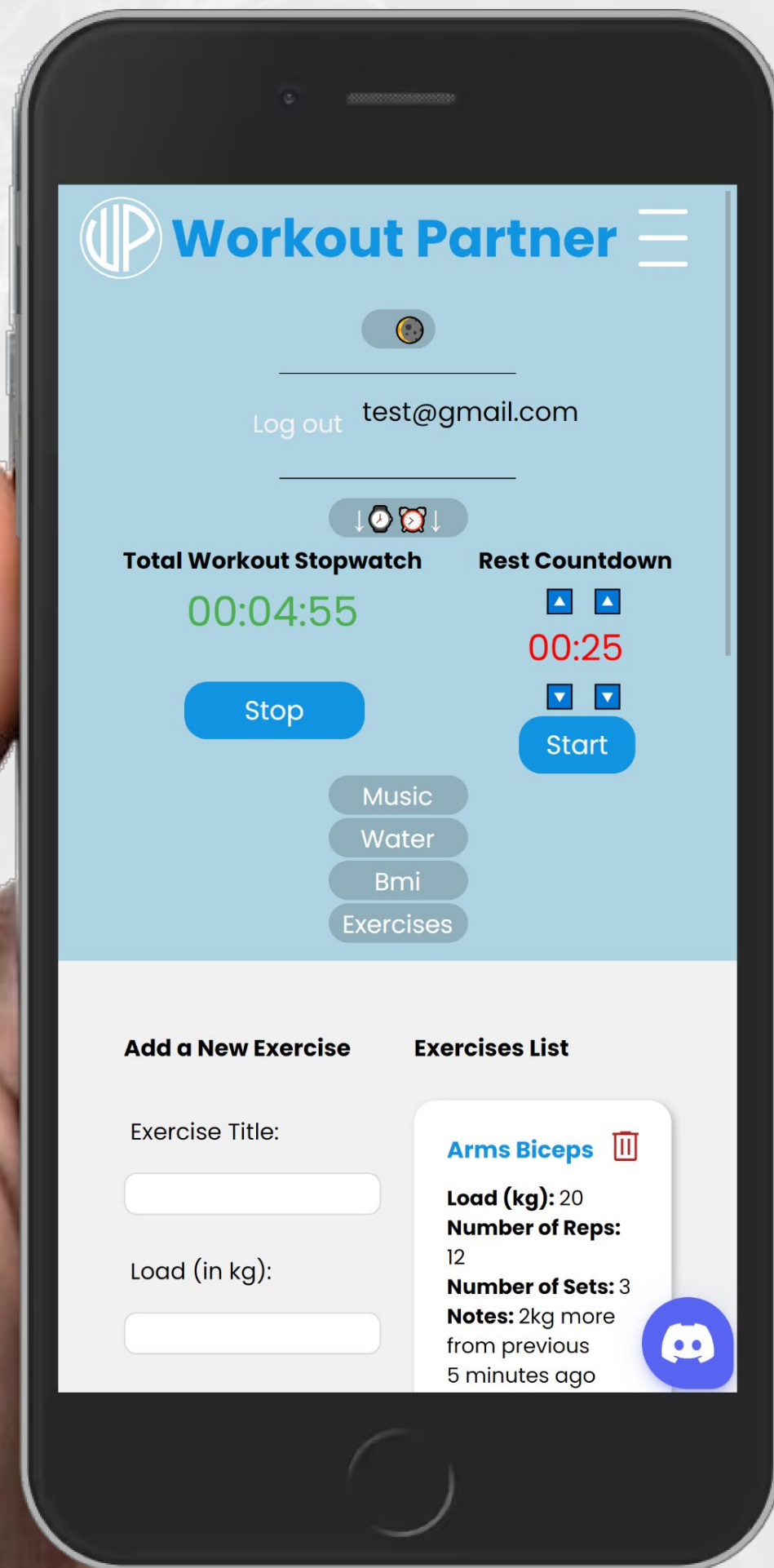
פיצ'ר #2

מצב כהה

אופציה להחליף בין מצב רגיל למצב כהה



Think Forward. **Think SCE.**



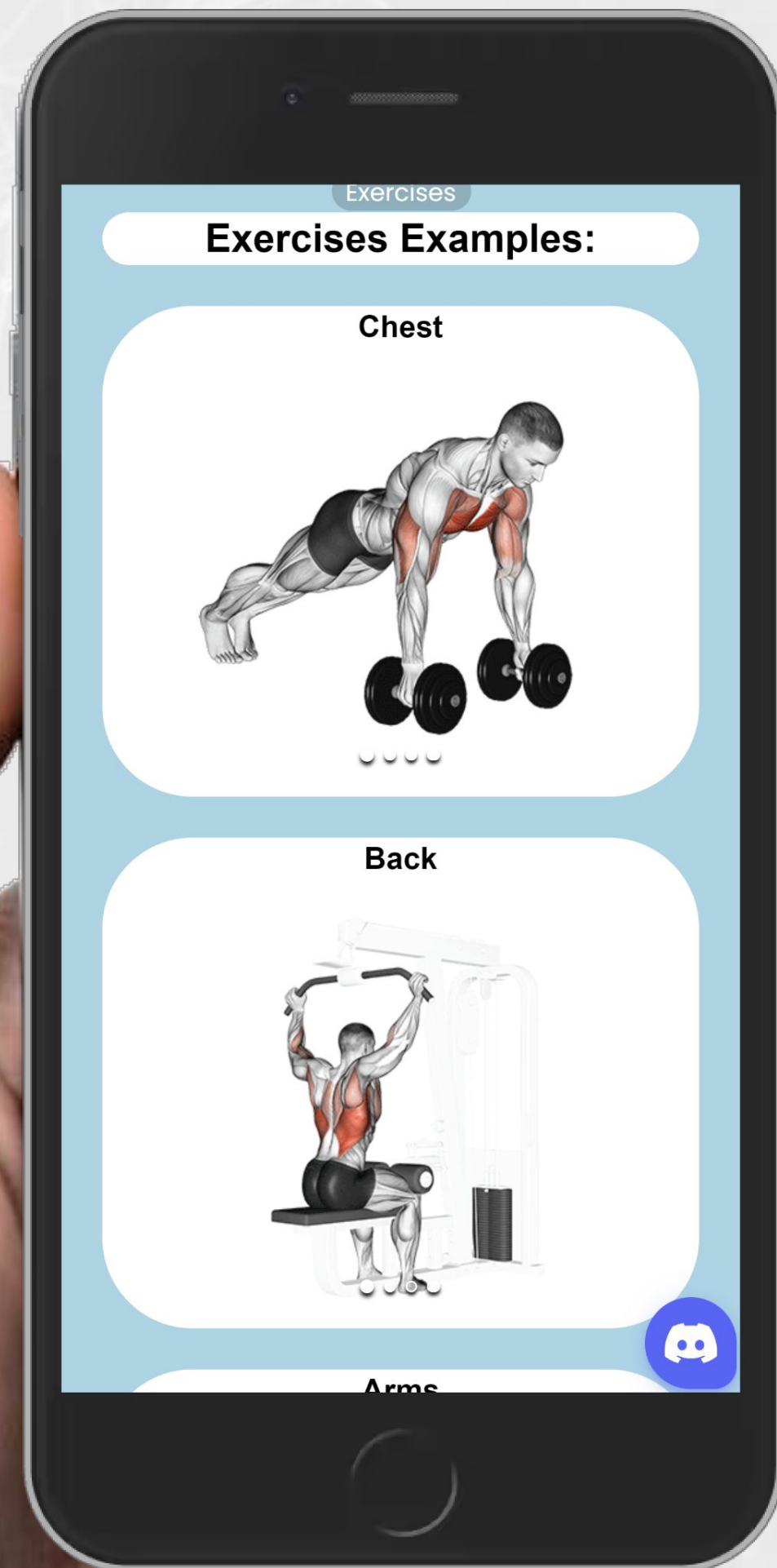
פיצ'ר #3 + #4

טיימר גלובלי

אשר מראה את זמן האימון הכולל, ובכך עוזר למעקב וייעול זמן האימון.

שעון סטופר

שאפשר להדליק בין סטים, דבר אשר יעזור לייעול זמני האימון ע"י כך שבסיום הסטופר מתקבלת התראה עם הודעה וצליל שמעידה על סיום זמן המנוחה בין הסטים.



פיצ'ר #5

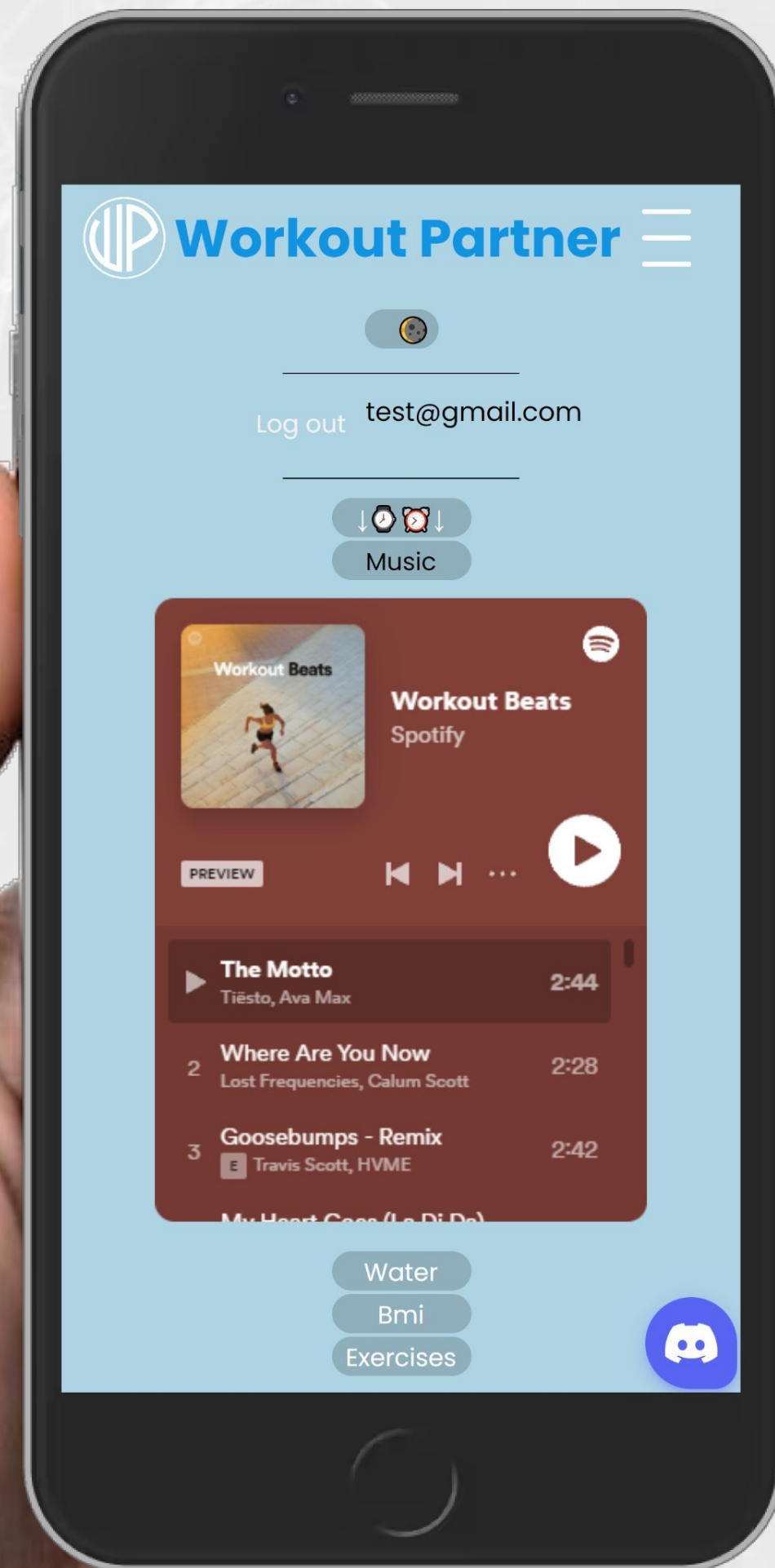
אוסף תרגילי אימון

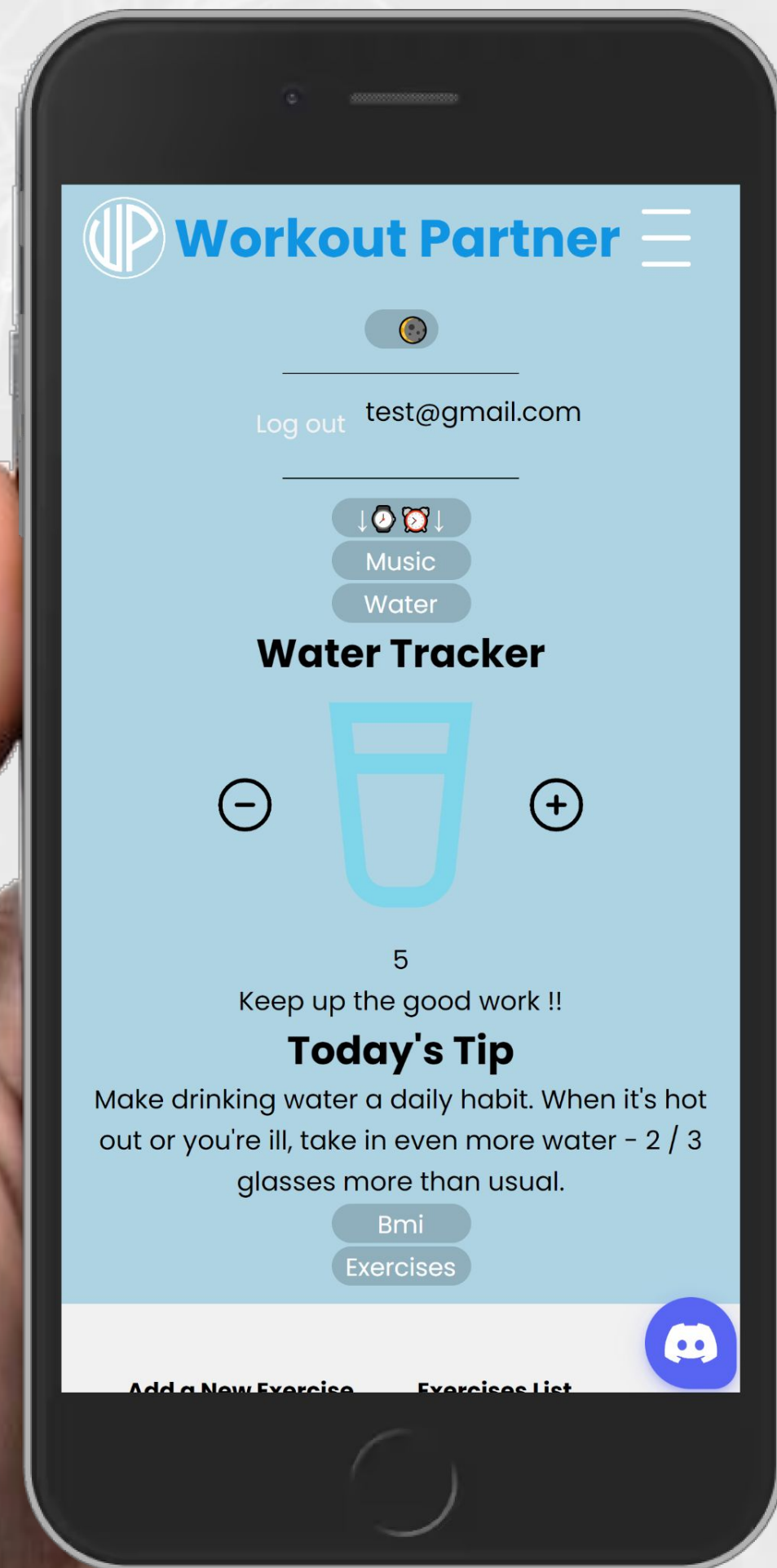
ניתן לראות 4 תרגילים מובחרים לכל קבוצת שרירי הגוף המדגימים כיצד עושים אותם בצורה נכונה, כגון: חזה, גב, ידיים, כתפיים, רגליים, שרירי בטן ותרגילי אירובי.

פיצ'ר #6

מוזיקה

פליילסט מותאם של שירים קיצביים. חקרנו שמוזיקה מגרה את החלק במוח ששולט בתנועה, כך שהיא עוזרת לגוף להשלים תנועות חוזרות ונשנות בצורה יעילה יותר. סנכרון זה מגביר את קצב הלב, חילוף החומרים ויעילות האנרגיה. ובנוסף בכדי ליהנות יותר בזמן האימון.





פיצ'ר #7

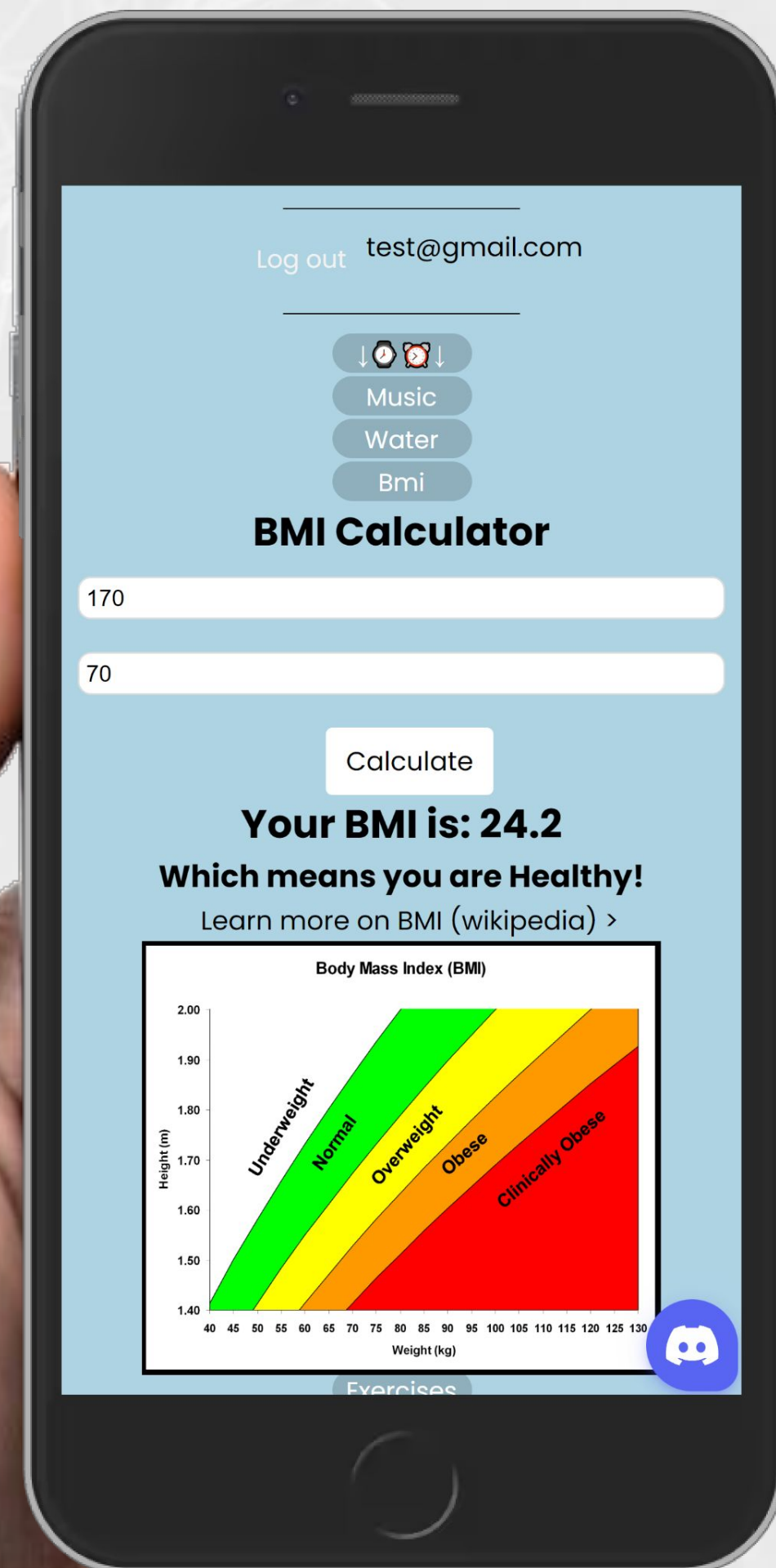
צריכת מים

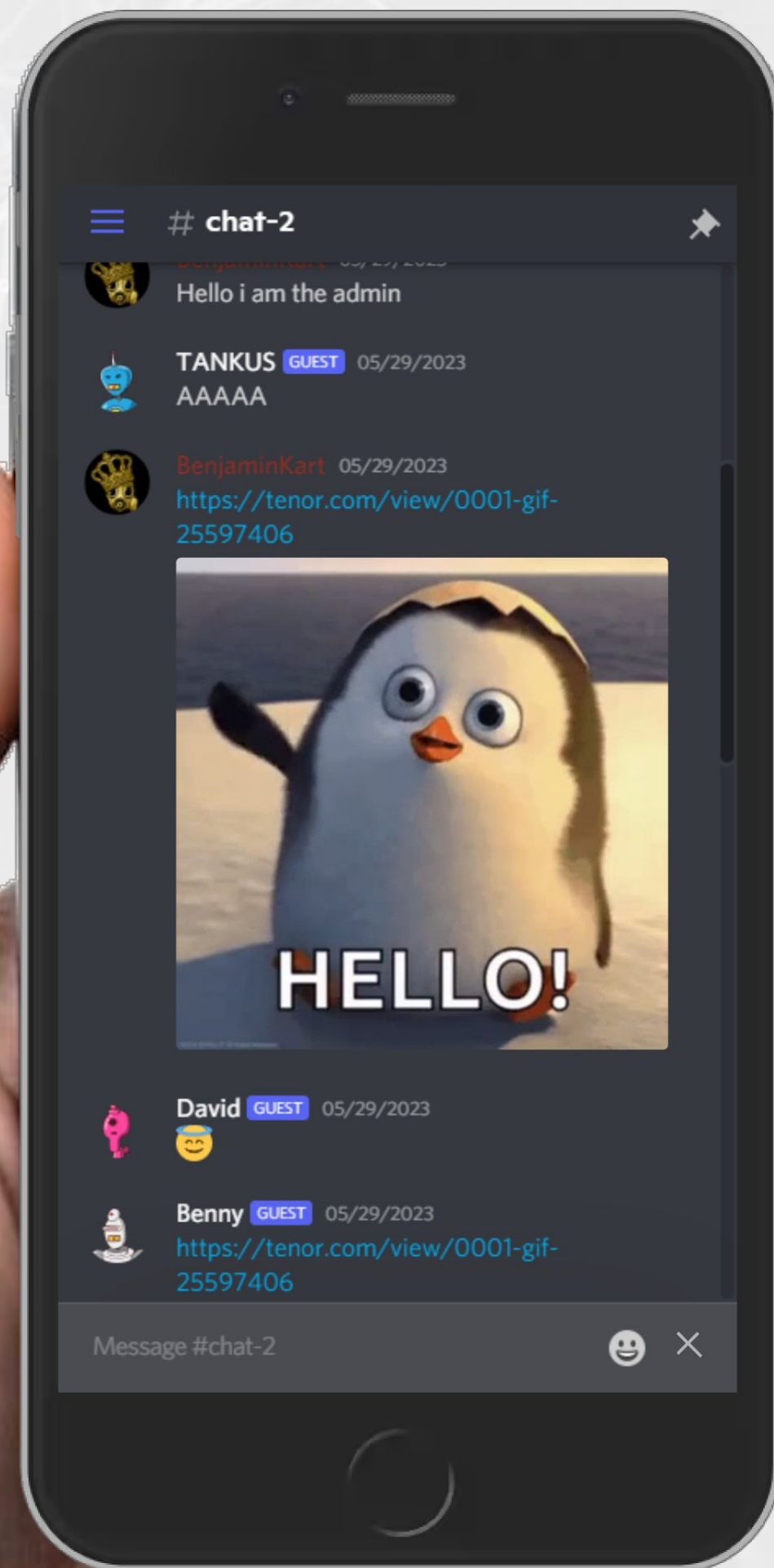
מעקב אחר צריכת כוסות מים על מנת לעקוב אחר כמות המים ששתה במהלך האימון.

פיצ'ר #8

בדיקת BMI

האפשרות לדעת את ה-BMI כדי לקבל קצת תובנה כללית לגבי בריאות המשתמש.





פיצ'ר #9

צ'אט קהילתי

המאפשר יצירת אינטראקציה עם קהילת אנשים בעלי דעות דומות כדי לתת מענה לשאלות, לקבל הדרכה ותמיכה מאחרים בקהילה ובכך לשמור על מוטיבציה.

תודה רבה.