

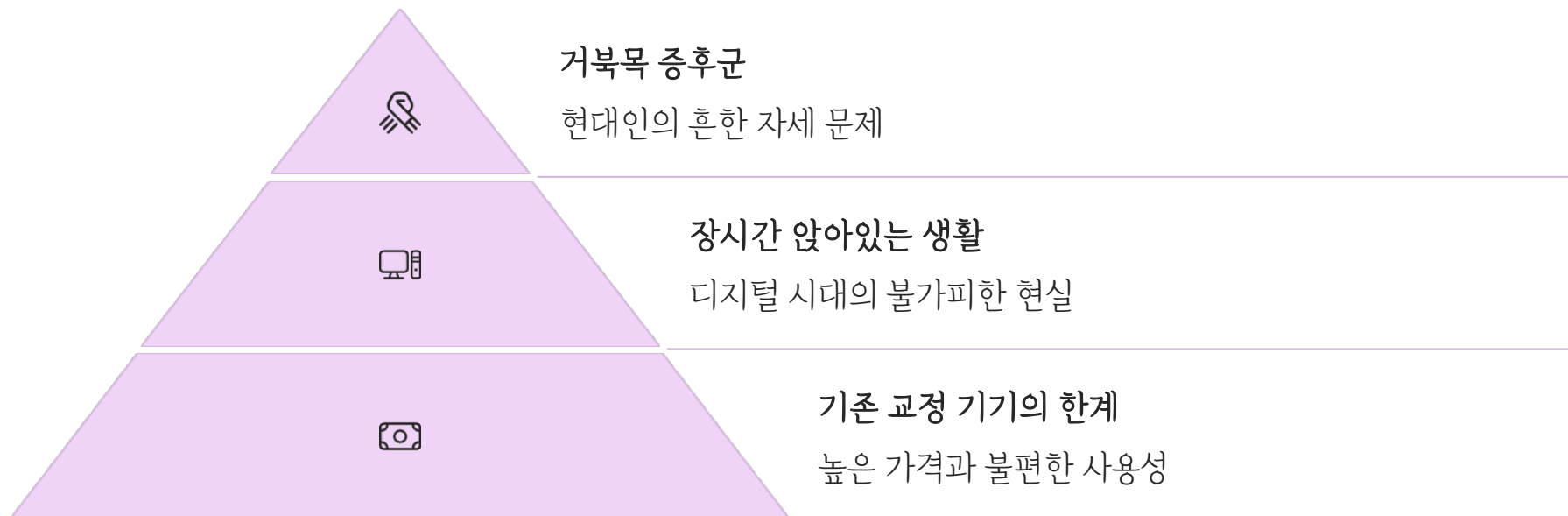
# Take A Look (TAL) 프로젝트

당신의 자세, 당신의 건강을 지켜드립니다.

웹캠 기반 자세 모니터링 및 생산성 향상 시스템으로 더 건강한 작업 환경을 만들어 보세요.

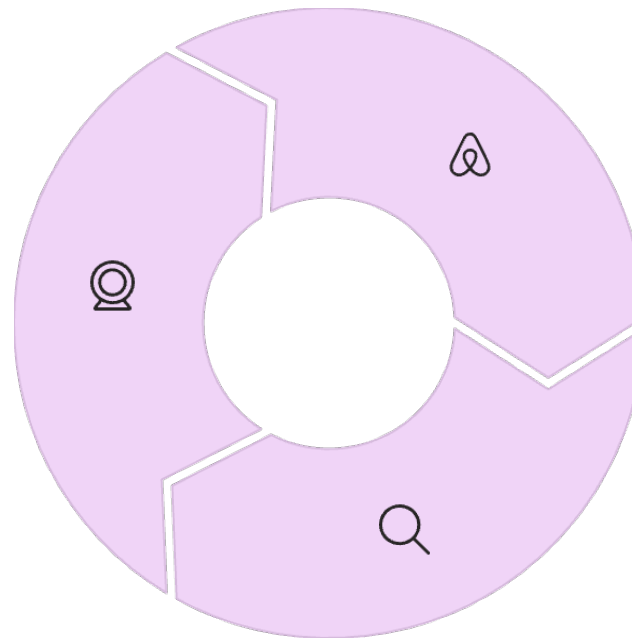


# 프로젝트 배경



# TAL 프로젝트 소개

**웹캠 기반 모니터링**  
별도 장비 없이 기존 웹캠 활용



**실시간 자세 감지**  
AI 기술로 정확한 자세 분석

**생산성 향상**  
자세 교정과 집중력 관리의 통합

# 목표 및 타겟 사용자

## 프로젝트 목표

웹캠을 활용한 자세 모니터링 및 제스처 인식 시스템 개발

건강 보호와 생산성 향상을 위한 데스크탑 애플리케이션 제공

## 타겟 사용자

- 장시간 컴퓨터 사용자
- 개발자, 디자이너, 직장인
- 학생, 크리에이터
- 건강 관리가 필요한 사람
- 자세 교정이 필요한 사람

# 핵심 기능 및 구현 계획

## 실시간 이미지 분석

- 웹캠 활용 얼굴 및 곡 각도, 랜드마크 분석
- OpenCV 활용 이미지 처리

## 제스처 기능

- 사용자 제스처를 특정 동작으로 설정
- 고개 돌리기 → Alt-Tab / 도리도리 → Cmd-Z

## AI 자세 교정

- 자세 흐트러짐 실시간 알람
- 얼굴이 너무 가까워요, 거북목에 주의하세요

## 생산성 향상 기능

- 자리 이탈 경고
- 집중 시간 측정 및 리마인더





## 구현 가능한 부가기능

|↔|

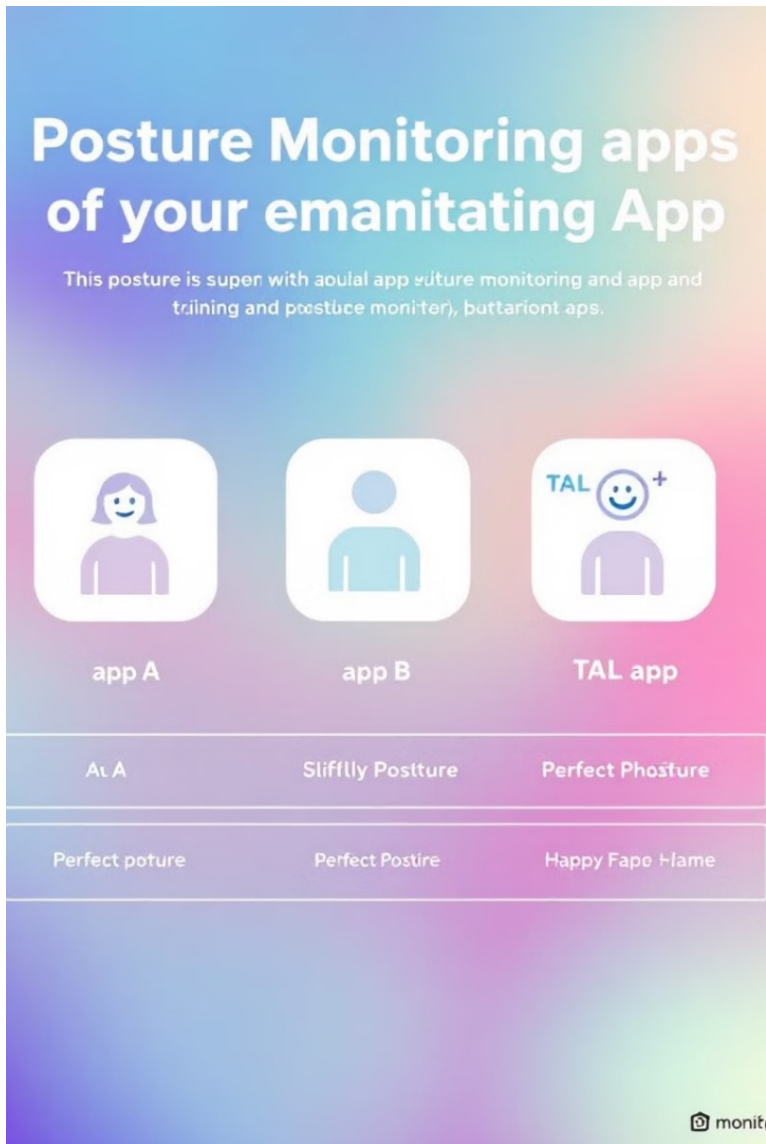
AI 기반, 실수 입력 방지 학습



모니터링 자세, 알림 빈도 설정



일별 피드백, 통계 그래프



## 경쟁 서비스 비교 및 차별점

서비스명	주요 기능	특징
Zen	웹캠 기반 자세 모니터링	AI 모델 활용, 실시간 자세 분석
디엔아이솔루션	AI 자세분석 앱	스마트폰/태블릿 이용, 휴대성 뛰어남
Symmetry	직원 맞춤형 건강 관리	기업 맞춤형 제공
PoseProject	오픈소스 자세 분석	웹캠 활용, Pose Estimation 기반



## 기대 효과



자세 교정 & 건강 관리

장시간 작업 시 신체 피로도 감소



생산성 향상

집중력 유지 및 효율적인 작업 가능



사용자 맞춤형 기능

개인별 최적화된 맞춤 설정 가능





# 개발 일정 및 목표

