**Project-description-v1.0**

**A picture containing arrow

Description automatically generated**

* Σύνθεση/Ρόλοι ομάδας
* Αλλαγές στην έκδοση
* Περιγραφή του έργου
* Mock-up screens

**Σύνθεση/Ρόλοι ομάδας**

Η ομάδα μας αποτελείται από 3 άτομα, τα ονόματα,οι αριθμοί μητρώου και το έτος μας παρατίθενται παρακάτω:

**Σίδερης Στέλιος: ΑΜ:1075217, έτος:4ο**

**Ψυρρής Άγγελος:ΑΜ:1067448, έτος:5ο**

**Ψυρρή Διονυσία: AM:1080424, έτος:4ο**

Για το παρόν τεχνικό κείμενο εργάστηκαν ως:

Author: Ψυρρής Άγγελος

Quality Manager: Ψυρρή Διονυσία, Σιδέρης Στέλιος

Link github: <https://github.com/Dionusia/Software-Engineering>

**Αλλαγες στην έκδοση**

Καμία αλλαγή απο το version0.4 που παραδόθηκε τελευταίο.

**Περιγραφή του έργου**

Το project , το οποίο ονομάσαμε **FindYourBalance** , είναι μια εφαρμογή που απευθύνεται σε χρήστες οι οποίοι θέλουν να αλλάξουν σωματικά το σώμα τους και διατροφικά τις συνήθειες τους παίρνοντας σωστές προτάσεις διατροφής έως και ιδέες συνταγών. Το σύστημα θα χρησιμοποιεί αλγόριθμους μηχανικής μάθησης για να παρέχει εξατομικευμένες προτάσεις διατροφής και προγραμματισμού γευμάτων στους χρήστες. Στόχος μας είναι να παρέχεται στον χρήστη ένας βολικός και αποτελεσματικός τρόπος να επιτύχει τους στόχους διατροφής και υγείας τους μέσω εξατομικευμένης καθοδήγησης και υποστήριξης από ειδικούς. Στο σύστημα μας θα υπάρχει η δυνατότητα οι χρήστες να συνδέονται είτε ως απλοί χρήστες(πελάτες), είτε ως διαιτολόγοι είτε ως προπονητές.

**Βασικές λειτουργίες χρήστη:**

Ο απλός χρήστης έχοντας στη διάθεσή του την εφαρμογή θα μπορεί να αλληλοεπιδρά άμεσα και έμμεσα με το σύστημα αλλά και με τους διαιτολόγους και τους γυμναστές ανάλογα με τους στόχους που θέλει να θέσει έχοντας ανά πάσα στιγμή τον πλήρη έλεγχό και την σωστή καθοδήγηση. Κάποιες από τις βασικές λειτουργίες παρουσιάζονται παρακάτω:

1. Οι χρήστες θα δημιουργούν ένα προφίλ που θα περιλαμβάνει πληροφορίες όπως η ηλικία, το φύλο, το ύψος, το βάρος και το επίπεδο δραστηριότητας, το οποίο μπορεί να βοηθήσει στην εξατομίκευση των προγραμμάτων γευμάτων και των διατροφικών προτάσεων
2. Οι χρήστες θα μπορούν να παρακολουθούν τα γεύματα και τα σνακ που καταναλώνουν κατά τη διάρκεια της ημέρας, παρέχοντας πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με την πρόσληψη συστατικών, τις θερμίδες και άλλα σχετικά δεδομένα.
3. Με βάση τις διατροφικές προτιμήσεις και τους περιορισμούς των χρηστών, το λογισμικό θα μπορεί να προτείνει συνταγές που καλύπτουν τις διατροφικές τους ανάγκες και ευθυγραμμίζονται με τους στόχους τους.
4. Οι χρήστες θα έχουν την δυνατότητα να τροποποιήσουν τις υπάρχουσες συνταγές με βάση τις διατροφικές προτιμήσεις, τις αλλεργίες ή τα διαθέσιμα συστατικά τους, αλλάζοντας ίσως κάποιο υλικό.
5. Οι χρήστες θα μπορούν να μοιράζονται συνταγές και σχέδια γευμάτων με φίλους και συγγενείς, δημιουργώντας μια ομάδα ατόμων που ενδιαφέρονται για την υγιεινή διατροφή και διατροφή.
6. To λογισμικό θα παρέχει στον χρήστη πληροφορίες σχετικά με παντοπωλεία στα οποία ο χρήστης θα μπορεί να βρεί τα υλικά που χρειάζεται για τις συνταγές ανάλογα με τις επιλογές του.
7. Το λογισμικό θα βοηθάει τους χρήστες να θέσουν ρεαλιστικούς στόχους διατροφής και υγείας με βάση τις ατομικές τους ανάγκες και προτιμήσεις.
8. Το λογισμικό θα παρακολουθεί την πρόσληψη νερού των χρηστών και να παρέχει υπενθυμίσεις για να τους βοηθήσει να παραμείνουν ενυδατωμένοι όλη την ημέρα.

10. Η προσθήκη στοιχείων gamification(τρόπος αύξησης συμμετοχής) στην εφαρμογή θα βοηθήσει τους χρήστες να παρακινήσουν τους στόχους τους για την υγεία. Για παράδειγμα, οι χρήστες θα μπορούν να κερδίσουν πόντους ή ανταμοιβές για την ολοκλήρωση προκλήσεων, την καταγραφή των γευμάτων και των προπονήσεων τους.

11. Οι χρήστες που έχουν συνεργαστεί με προπονητή ή διατροφολόγο μπορούν να αφήσουν μια κριτική και βαθμολογία στο προφίλ τους εντός της εφαρμογής.

12. Η εφαρμογή θα χρησιμοποιει ένα σύστημα αξιολόγησης για την κατάταξη των προπονητών ή των διατροφολόγων με βάση τη συνολική τους βαθμολογία και τα σχόλια των χρηστών. Αυτό μπορεί θα βοηθάει τους χρήστες να βρουν τους πιο κατάλληλους και αποτελεσματικούς επαγγελματίες για τις ανάγκες τους.

**Βασικές λειτουργίες instructors:**

Οι διατροφολόγοι και οι προπονητές , από την πλευρά τους, θα μπορούν να χρησιμοποιήσουν την εφαρμογή. Πιο αναλυτικά:

1. Μόλις συνδεθούν, οι διαιτολόγοι ή οι προπονητές θα μπορούν να προβάλλουν και να διαχειρίζονται τα προφίλ των πελατών τους. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει λεπτομέρειες όπως διατροφικές προτιμήσεις, στόχους υγείας και ιατρικό ιστορικό.
2. Με βάση τις πληροφορίες που είναι διαθέσιμες στα προφίλ πελατών, οι διαιτολόγοι ή οι προπονητές θα μπορούν να δημιουργήσουν εξατομικευμένα προγράμματα γευμάτων και προπονήσεων που είναι προσαρμοσμένα στις ανάγκες κάθε χρήστη. Θα μπορούν να καθορίσουν τον αριθμό των γευμάτων ανά ημέρα, να προτείνουν μεγέθη μερίδων και να προτείνουν συνταγές που είναι κατάλληλες για κάθε χρήστη.
3. Το λογισμικό θα περιλαμβάνει μια δυνατότητα ανταλλαγής μηνυμάτων ή συνομιλίας που θα επιτρέπει σε διαιτολόγους ή προπονητές να επικοινωνούν με τους χρήστες. Θα μπορούν να απαντούν σε ερωτήσεις, να παρέχουν υποστήριξη και κίνητρα και να προσφέρουν ανατροφοδότηση για την πρόοδο του καθενός.
4. Οι προπονητές και οι διατροφολόγοι θα μπορούν να δουν τις κριτικές των χρηστών και να χρησιμοποιήσουν τα σχόλια για να βελτιώσουν τις υπηρεσίες τους και να ανταποκριθούν σε τυχόν ανησυχίες που έχουν οι χρήστες.

**Mock-up screens**

Αρχική οθόνη Εγγραφή Χρήστη Menu client Menu instructor

**Graphical user interface

Description automatically generated Graphical user interface, text, application

Description automatically generated A screenshot of a phone

Description automatically generated with low confidence Graphical user interface, text, application, chat or text message

Description automatically generated**

Στόχος Ημέρας Προβολή Χρηστών από instructors

**Graphical user interface, text, application, chat or text message

Description automatically generated Graphical user interface, application

Description automatically generated**

**daily track meals:**

**Graphical user interface

Description automatically generated**

**view and select fitness and diet meal programs:**

Chart, treemap chart

Description automatically generated

**view and select recipes:**

**Graphical user interface, application

Description automatically generated**

**communicate with instructors and other users:**

Graphical user interface, application

Description automatically generated

**participate in challenges:**

**Graphical user interface, application

Description automatically generated**

**provide feedback and reviews:**

**Text, website

Description automatically generated**

**view rewards and points:**

Graphical user interface, application

Description automatically generated

**track water intake:**

**Graphical user interface, application

Description automatically generated**