

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية حامعة حسيبة بن بوعلي _الشلف معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم السنة الثانية

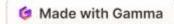
الفوج رقم 2 تدريب رياضي تنافسي التخصص علوم و تقنيات النشاطات البدنية مقياس : التطبيقات و البرمجيات التكنولوجية

تطبيق RunFree

الأستاذ :عبد الرزاق بو دواني

من اعداد: محمد قطيوي

السنة الجامعية :2024 السنة الجامعية



أفضل تطبيق رياضي مجاني للعدائين

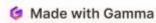
مقدمة عن أهمية تطبيقات تتبع الجري إبراز التحديات التي يواجهها العدائون في تتبع تقدمهم الهدف من العرض :تقديم أفضل تطبيق مجاني لحل هذه التحديات.





: RunFree التطبيق الموصى به

شرح موجز عن التطبيق وخلفيته تأسس التطبيق في عام 2018، وتم تنزيله أكثر من 20مليون مرة . التطبيق مجاني تمامًا مع وجود خيارات اشتراك اختيارية لميزات إضافية .عدد المستخدمين النشطين شهريًا : 5ملايين مستخدم.



واجهة المستخدم والميزات الرئيسية

بدء وإيقاف سهل

عرض الخيارات المتاحة لتخصيص إعدادات التتبع.

تخصيص الإعدادات

المراجعة الم

شرح كيفية بدء وإيقاف تتبع الجري بسهولة.

تتبع المسافة، السرعة، الوقت، الارتفاع، وحساب السعرات الحرارية المحروقة.

6 Made with Gamma

تتبع شامل

تحليل البيانات والتقارير

تقارير شهرية تحليل الاتجاهات

تقارير شهرية تلخص الأداء العام.

تحليل الاتجاهات وتحديد الأهداف لتحسين الأداء.

مشاركة التقارير

إمكانية مشاركة التقارير مع المدربين أو الأصدقاء.



28

215

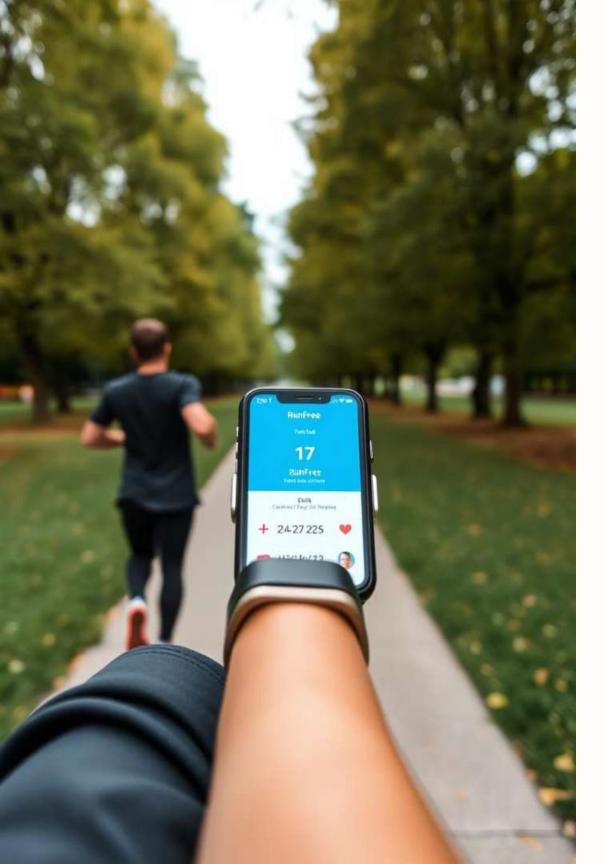
250



Roide coms

Paynfocits

Foliection



التكامل مع الأجهزة الأخرى

ربط سهل

1

شرح كيفية ربط التطبيق بالساعات الذكية وأجهزة مراقبة معدل ضربات القلب.

تتبع معدل ضربات القلب

2

عرض الفوائد التي يوفرها التكامل، مثل تتبع معدل ضربات القلب في الوقت الفعلي.

توافق واسع

3

توافق التطبيق مع مجموعة متنوعة من الأجهزة, Garmin, Fitbit: وافق التطبيق مع مجموعة متنوعة من الأجهزة, Watch.

ميزات إضافية تجعل التطبيق مميزًا

التحديات والمسابقات

لتحفيز المستخدمين وتشجيعهم على تحقيق أهدافهم.

المجموعات الاجتماعية

للتواصل مع العدائين الآخرين وتبادل الخبرات.

خرائط تفاعلية

لاكتشاف مسارات جري جديدة.

تخصيص التدريبات

لإنشاء خطط تدريب مخصصة بناءً على مستوى اللياقة والأهداف.

1

2

3

4



مقارنة مع تطبيقات أخرى

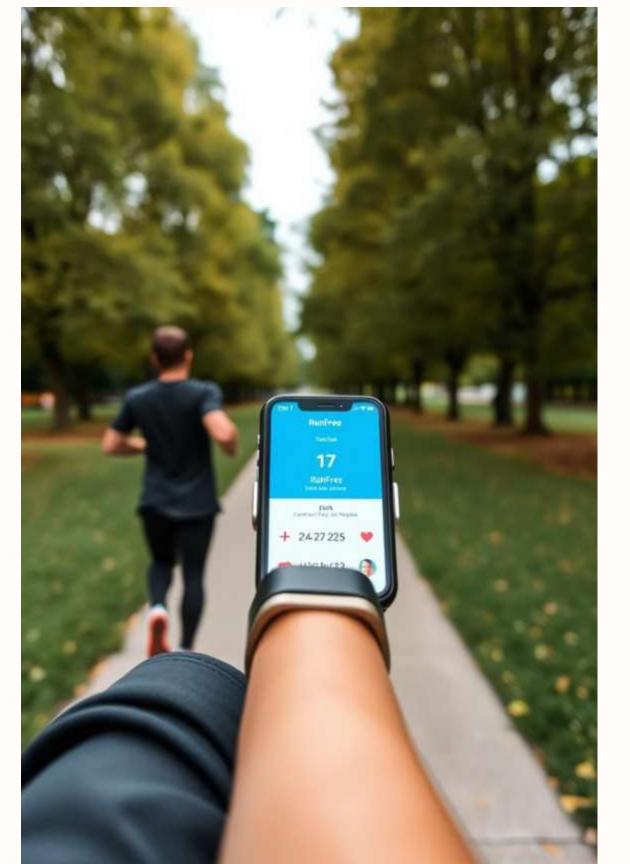
التطبيق	السعر	الميزات الرئيسية	المزايا	العيوب
RunFree	مجاني)مع اشتر اك اختياري(تتبع دقيق، واجهة سهلة، تحليل مفصل	مجاني، ميزات متقدمة، مجتمع نشط	إعلانات في النسخة المجانية
RunnerUp	مجاني/مدفو ع	تتبع أساس <i>ي،</i> تكامل محدو د	سهل الاستخدام، قاعدة مستخدمين كبيرة	ميزات محدودة في النسخة المجانية
StridePro	مدفوع	تتبع متقدم، خطط تدریب شخصیة	احترافي، تحليل مفصل، دعم فني	مكاف

RunFree

		Benefits	Drawind
	Features (menioris app)	Benefits (remote app)	Facerfits (memote app)
		Leessay (ffenge) ordiyest or eaging ordires ornestige	Linetskir fifetiosy omiyes nir eaging offices, arrestign.
occents			
telferades			
rew festigls			
artne capes			
All Vergenzes		Recurs	Returs
Alny apps	Letrind eded	Lotrind Satel	Lotrind fatel

oned fiese niagons fittes solly sholl comports hed fitness your rected field enginest opine contly ant ruffred, on that even montest more your for and conice meneting fitten and a solling for each thilly conice of forest soll they your areas compositing the ples in runged little steps or oring school formatempree.





قصص نجاح المستخدمين



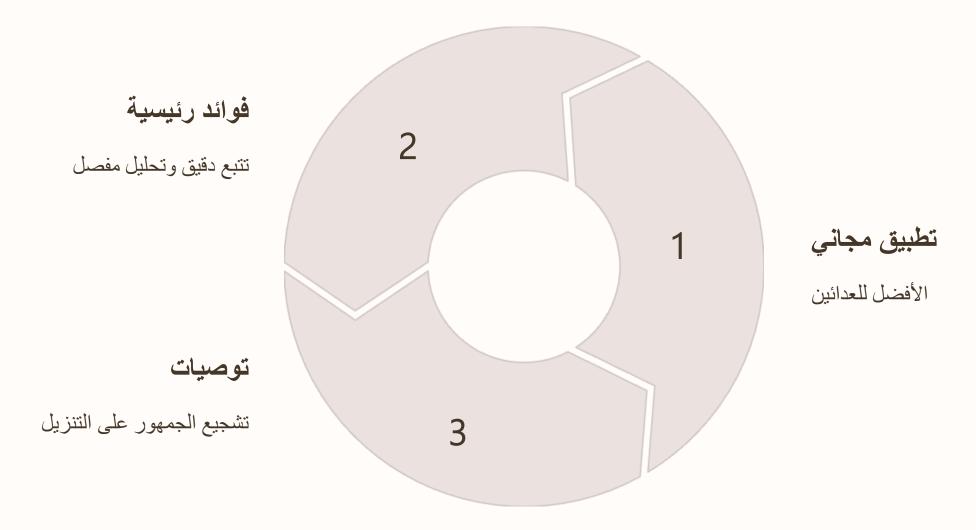


"بفضل التطبيق، تمكنت من إكمال سباق الماراثون الأول لي".

"ساعدني التطبيق على خسارة 10كيلوغرامات في ثلاثة أشهر".

عرض اقتباسات أو قصص قصيرة لمستخدمين حققوا أهدافهم باستخدام التطبيق إبراز كيف ساعدهم التطبيق على تحسين لياقتهم البدنية وتحقيق إنجازاتهم.

الخلاصة والتوصيات



تلخيص الفوائد الرئيسية للتطبيق الموصى به التأكيد على أنه أفضل تطبيق رياضي مجاني للعدائين دعوة لطرح الأسئلة والمشاركة في المناقشة.