

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИТМО**

Дисциплина: Фронт-энд разработка

Отчет

Лабораторная работа 1: вёрстка сайта средствами HTML,
CSS и Bootstrap

Выполнил:
Чан Дык Минь

Группа: K33392

Проверил:
Добряков Д. И.

Санкт-Петербург

2023 г.

Задача

Калькулятор калорий: Разработка инструмента для расчета суточной нормы калорий с учетом введенных пользователем данных о поле, возрасте, росте, весе и уровне физической активности. Возможно добавить функционал записи ежедневного потребления калорий и отображение прогресса.

Ход работы

1. HTML

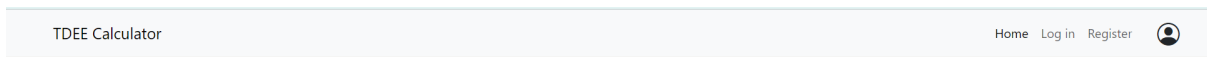
Включить Bootstrap, CSS, JS file.

```
8 <link rel="stylesheet" href="https://cdn.jsdelivr.net/npm/bootstrap-icons@1.11.1/font/bootstrap-icons.css">
9 <link href="https://cdn.jsdelivr.net/npm/bootstrap@5.3.2/dist/css/bootstrap.min.css" rel="stylesheet"
10 integrity="sha384-T3c6CoIi6uLrA9TneNEoa7RxnatzjcDSCmG1MXxSR1GAsXEV/Dwwykc2MPK8M2HN" crossorigin="anonymous">
```

```
<link href="../css/style.css" rel="stylesheet" type="text/css" />
```

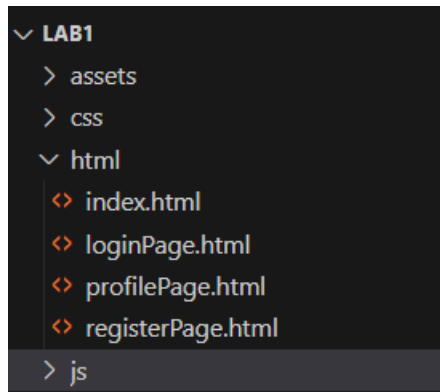
```
<script src="../js/index.js"></script>
```

Navigation bar



```
<nav class="navbar navbar-expand bg-body-tertiary">
  <div class="container-fluid">
    <a class="navbar-brand ps-5" href="index.html">TDEE Calculator</a>
    <div class="collapse navbar-collapse" id="navbarNav">
      <ul class="navbar-nav ms-auto">
        <li class="nav-item">
          <a class="nav-link active" href="index.html">Home</a>
        </li>
        <li class="nav-item">
          <a class="nav-link" aria-current="page" href="loginPage.html">Log in</a>
        </li>
        <li class="nav-item">
          <a class="nav-link" href="registerPage.html">Register</a>
        </li>
        <li>
        </li>
      </ul>
      <a class="nav-link" href="profilePage.html">
        <i class="bi bi-person-circle ms-4 me-4" style="font-size: 1.8rem;"></i>
      </a>
    </div>
  </div>
</nav>
```

Далее я напишу HTML-код для макета страниц index.html, loginPage.html, ProfilePage.html, RegisterPage.html.



2. CSS

Поскольку у меня уже есть загрузочный файл, в файле CSS я использую только некоторые базовые свойства.

```
1  √ :root {  
2    /* background color */  
3    --bg-gray: #f5f4f2;  
4  }  
5  
6  √ h1 {  
7    font-size: 2rem !important;  
8  }  
9  
10 √ body {  
11   background-color: var(--bg-gray) !important;  
12 }  
13  
14 √ label {  
15   width: 7em;  
16   display: inline-block;  
17 }  
18  
19 √ img {  
20   display: block;  
21   max-width: 100%;  
22   height: auto;  
23 }
```

3. JS

В файле JS я работал с DOM, чтобы получить данные из пользовательского ввода.

```
const age = document.getElementById("inputAge");  
const height = document.getElementById("inputHeight");  
const weight = document.getElementById("inputWeight");  
const selection = document.getElementById("selectInput");  
const tdee = document.getElementById("tdee");  
const msgtdee = document.getElementById("msgtdee");
```

Функции для обработки расчета калорий, потребляемых за день.

```
function BMICalculator(h, w){
  parseInt(h, 10);
  parseInt(w, 10);

  return (w/((h/100)*(h/100))).toFixed(2);
}

function BMRCalculator(h, w, a, sex, activity){
  parseInt(h, 10);
  parseInt(w, 10);
  parseInt(a, 10);
  console.log(activity);
  let R = 0
  switch (activity) {
    case '0':
      R = 1.2;
      break;
    case '1':
      R = 1.375;
      break;
    case '2':
      R = 1.55;
      break;
    case '3':
      R = 1.725;
      break;
    case '4':
      R = 1.9;
      break;
  }

  if (sex == "men")
    return ((88.362 + (13.397*w) + (4.799*h) - (5.677*a))*R).toFixed(2);
  else
    return ((447.593 + (9.247*w) + (3.098*h) - (4.330*a))*R).toFixed(2);
}
```

Home page:

TDEE calculator

127.0.0.1:5500/html/index.html

TDEE Calculator

Home Log in Register

How Many Calories You Burn Every Day

Age

Weight

Height

Activity

Gender ☒ Men ☐ Women

your calories

2:26 PM 10/1/2023

Login page:

The screenshot shows a web browser window with the title 'Login'. The address bar displays '127.0.0.1:5500/html/loginPage.html'. The page header includes 'TDEE Calculator' on the left and navigation links 'Home', 'Log in', and 'Register' on the right, along with a user profile icon. The main content area features a light gray box with the following elements: an 'Email address' input field, a 'Password' input field, a checked 'Remember me' checkbox with a link to 'Forgot password?', a blue 'Sign in' button, and a link for 'Not a member? Register'.

Login

127.0.0.1:5500/html/loginPage.html

TDEE Calculator

Home Log in Register

Email address

Password

☒ Remember me [Forgot password?](#)

[Sign in](#)

Not a member? [Register](#)

Register page:

The screenshot shows a web browser window with the title 'Login' (likely a browser artifact). The address bar displays '127.0.0.1:5500/html/registerPage.html'. The page header includes 'TDEE Calculator' on the left and navigation links 'Home', 'Log in', and 'Register' on the right, along with a user profile icon. The main content area features a light gray box with the following elements: an 'Email address' input field, a 'Your name' input field, a 'Create Password' input field, a 'Confirm Password' input field, a blue 'Register now' button, and a link for 'Already have an account? Login now'.

Login

127.0.0.1:5500/html/registerPage.html

TDEE Calculator

Home Log in Register

Email address

Your name

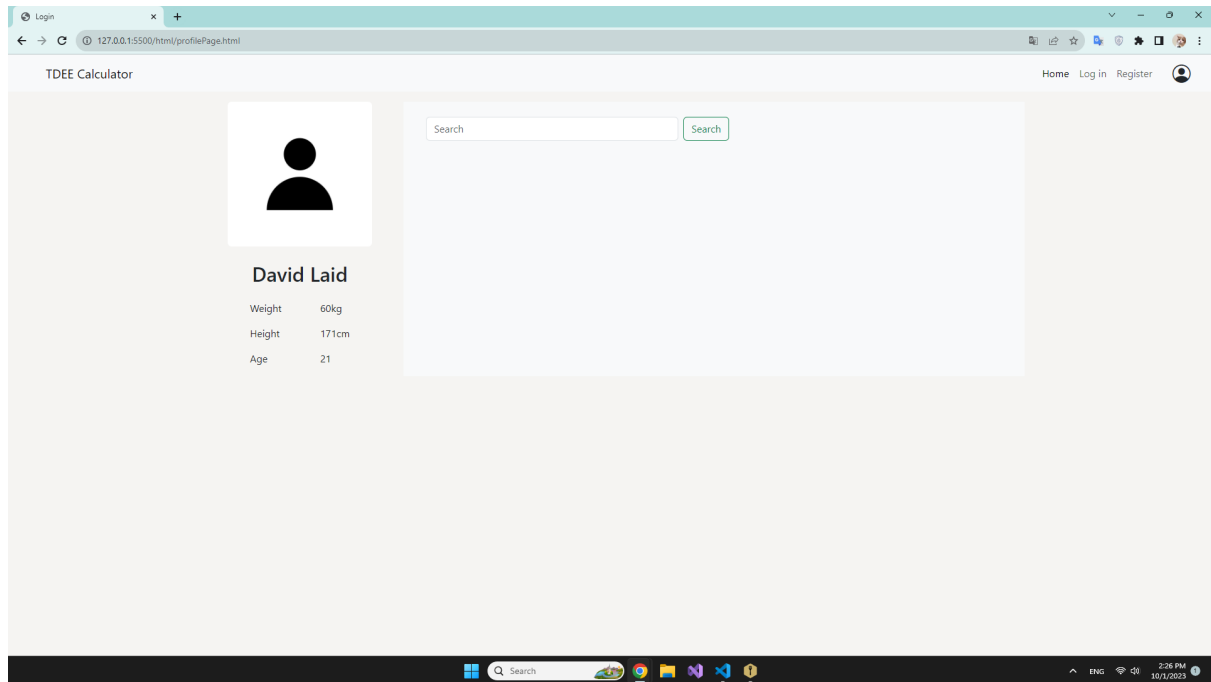
Create Password

Confirm Password

[Register now](#)

Already have an account? [Login now](#)

Profile page:



Вывод

В рамках первой лабораторной работе я познакомился с версткой веб-сайтов с использованием HTML, CSS и Bootstrap. Я разбираюсь в базовой логике работы с DOM.