**Министерство образования и науки Российской Федерации**

федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования **«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, МЕХАНИКИ И ОПТИКИ**»

АНО ДПО «СЕГРИС»

**Отчёт по летней практике**

**1 года обучения СЕГРИС**

на тему:

**«Фитнес калькулятор»**

Учащийся \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(М.А. Соколов)

Преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(В.А. Трусевич)

Руководитель программы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(В.В. Королёв)

Содержание

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc517431941)

[1. Программа «Фитнес калькулятор» 4](#_Toc517431942)

[1.1. Цели и задачи 4](#_Toc517431943)

[1.2. Методы работы 4](#_Toc517431944)

[2. Проектирование разработки 4](#_Toc517431945)

[2.1. Обоснование выбора технологий и средств разработки 4](#_Toc517431946)

[2.2. Программная реализация 4](#_Toc517431947)

[2.3. Результаты работы 4](#_Toc517431948)

[Заключение 4](#_Toc517431949)

[Список использованных источников 5](#_Toc517431950)

[Приложение 1 5](#_Toc517431951)

# ВВЕДЕНИЕ

В современном мире сложно представить жизнь без компьютерных программ и приложений. Различные программы для фитнес клубов, со здоровым питанием, расчетом калорий, с комплексами упражнений широко используются людьми разных возрастов.

Очень популярными являются приложения «Фитнес калькулятор». Подобные продукты также пользуются спросом на рынке программного обеспечения. В таких приложениях содержится информация потребителей о росте, весе, возрасте и поле. С помощью ввода личных параметров производится анализ данных и после этого выдаются рекомендации по весу, диете и физической нагрузке.

# Программа «Фитнес калькулятор»

* 1. **Цели и задачи**

Цель проекта – разработать и представить приложение «Фитнес калькулятор».

Задачи проекта:

1) создать аккаунт в Github ,

2) написать программный код с помощью HTML, CSS, JS (JavaScript);

3) задокументировать программный код;

4) разработать презентацию.

* 1. **Методы работы**

Для создания программы «Фитнес калькулятор» необходимо провести анализ существующих приложений, изучить социологические исследования и статистические данные с интересующими вопросами потребителей, их возраст, пол, рост и вес.

1. **Проектирование разработки**
   1. *Обоснование выбора технологий и средств разработки*

Эта тема показалась для меня наиболее легкой и довольно интересной.

На протяжении всего времени, когда я делал этот большой проект, у меня возникали проблемы, но к счастью для меня, я их решил.

* 1. *Программная реализация*

В качестве текстового редактора, я использовал Sublime 3.

Я писал программный код на HTML, писал скрипты на JS(JavaScript) и стилевые файлы на CSS.

* 1. *Результаты работы*

Я сделал приложение, подготовил отчёт, и сделал презентацию.

**Заключение**

В процессе разработки проекта были решены следующие задачи:

\* сформулированы цель и задачи;

\* изучена предметная область;

\* рассмотрены аналогичные проекты;

\* сформулированы функциональные требования к разработке;

\* проведено функциональное моделирование;

\* обоснован выбор средств реализации;

\* разработано техническое задание на разработку;

\* разработан программный продукт;

\* сформировано техническое описание разработки;

Таким образом, задачи, поставленные в рамках разработки проекта, выполнены. Поставленная цель достигнута.

**Список использованных источников**

1. Курс по JavaScript: [электронный ресурс] <https://myrusakov.ru/image-javascript.html>
2. Web технологии: [электронный ресурс] <https://htmlweb.ru/java/forms.php>
3. Новые исследования в области фитнеса: [электронный ресурс] <http://www.fitfit.ru/zhurnal/fitnes/novye-issledovaniya-v-5438-article.html>
4. Палитра цветов CSS: [электронный ресурс] <https://csscolor.ru/rgb/202,224,223>
5. Памятка по HTML,CSS и JavaScript: [электронный ресурс]

<http://htmlbook.ru>

**Приложение 1**