**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC DUY TÂN**



**Tên đề tài:**

**XÂY DỰNG HỆ THỐNG QUẢN LÝ PHÒNG GYM TÍCH HỢP OPENAI TRONG TƯ VẤN DINH DƯỠNG VÀ KẾ HOẠCH TẬP LUYỆN THEO THÔNG SỐ CÁ NHÂN**

**∙•🙞🟏🙜•∙**

**TÀI LIỆU REFLECTION**

GVHD: Nguyễn Hữu Phúc

Nhóm SVTH:

Hồ Nguyễn Thành Đạt 27211247956 Trương Minh Hiếu 27211248261

Nguyễn Thị Kim Mùi 27202132474

Lê Phan Thanh Tâm 27202640185

Nguyễn Trường Tin 27211202917

**Đà Nẵng, tháng 5 năm 2025**

**THÔNG TIN DỰ ÁN**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dự án viết tắt** |  | | | |
| **Tên dự án** | Xây dựng hệ thống phòng Gym và hỗ trợ chăm sóc sức khỏe và đề xuất khẩu phần ăn uống luyện tập bằng OpenAI | | | |
| **Ngày bắt đầu** | 15/02/2025 | **Ngày kết thúc** | 15/04/2025 |
| **Nơi thực hiện** | Khoa Công nghệ thông tin – Trường Đại học Duy Tân | | | |
| **Mentor** | ThS. Nguyễn Hữu Phúc  Email:  Phone: | | | |
| **Chủ sở hữu**  **(Product Owner)** | Nguyễn Thị Kim Mùi  Email: [kimmui789@gmail.com](mailto:kimmui789@gmail.com)  Tel:0828210028 | | | |
| **Quản lý dự án (Scrum Master)** | Nguyễn Trường Tin | [truongtin12122003@gmail.com](mailto:truongtin12122003@gmail.com) | 0373827699 |
| **Thành viên trong đội** | Hồ Nguyễn Thành Đạt | [thanhdatho09@gmail.com](mailto:thanhdatho09@gmail.com) | 0905094972 |
| Trương Minh Hiếu | [hieu1409033@gmail.com](mailto:hieu1409033@gmail.com) | 0899611284 |
| Nguyễn Thị Kim Mùi | [kimmui789@gmail.com](mailto:kimmui789@gmail.com) | 0828210028 |
| Lê Phan Thanh Tâm | [tamle6797@gmail.com](mailto:tamle6797@gmail.com@) | 0586002771 |

**THÔNG TIN TÀI LIỆU**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tên dự án** | Xây dựng hệ thống quản lý phòng Gym tích hợp OpenAI trong tư vấn dinh dưỡng và kế hoạch tập luyện theo thông số cá nhân |
| **Tiêu đề tài liệu** | Reflection Document |
| **Người thực hiện** | Nguyễn Thị Kim Mùi |

**LỊCH SỬ CHỈNH SỬA TÀI LIỆU**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Phiên bản** | **Người chỉnh sửa** | **Ngày** | **Ghi chú** |
| 1.0 | Nguyễn Thị Kim Mùi | 29/03/2025 | Tạo tài liệu |
| 1.1 | Nguyễn Thị Kim Mùi | 29/03/2025 | Chỉnh sửa tài liệu |

**PHÊ DUYỆT TÀI LIỆU**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Người hướng dẫn** | Nguyễn Hữu Phúc | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| **Chủ sở hữu** | Nguyễn Thị Kim Mùi | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| **Quản lý dự án** | Nguyễn Trường Tin | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| **Thành viên** | Hồ Nguyễn Thành Đạt | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| Trương Minh Hiếu | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| Nguyễn Thị Kim Mùi | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |
| Lê Phan Thanh Tâm | **Chữ ký** |  |
| **Ngày** | …./…./2025 |

MỤC LỤC

[1. MỤC TIÊU 4](#_Toc71834435)

[2. ĐÁNH GIÁ 4](#_Toc71834436)

[2.1. Những điều đã làm được 4](#_Toc71834437)

[2.2. Những điều chưa làm được 4](#_Toc71834438)

[3. THUẬN LỢI VÀ KHÓ KHĂN 4](#_Toc71834439)

[3.1. Thuận lợi 4](#_Toc71834440)

[3.2. Khó khăn 5](#_Toc71834441)

[4. BÀI HỌC KINH NGHIỆM 5](#_Toc71834442)

1. **MỤC TIÊU**

* Nghiên cứu và phân tích yêu cầu: Hiểu rõ nhu cầu thực tiễn để phát triển một hệ thống quản lý phòng Gym hiệu quả và đáp ứng đúng nhu cầu của khách hàng.
* Phát triển phần mềm: Cung cấp phần mềm thân thiện với người dùng, dễ sử dụng và đảm bảo tính khả dụng.
* Ứng dụng công nghệ AI: Tích hợp OpenAI để đề xuất khẩu phần ăn uống và chương trình luyện tập phù hợp với từng cá nhân.
* Thực hiện quy trình phát triển: Sử dụng quy trình Scrum để tối ưu hóa hiệu suất làm việc và cải tiến sản phẩm liên tục.
* Mở rộng hệ thống: Đảm bảo dự án có thể mở rộng dễ dàng trong tương lai.

1. **ĐÁNH GIÁ**
   1. **Những điều đã làm được**

* Lập kế hoạch chi tiết: Xây dựng kế hoạch triển khai từ nghiên cứu, thiết kế, phát triển đến kiểm thử và hoàn thiện.
* Sử dụng công nghệ phù hợp: Áp dụng các ngôn ngữ lập trình và công cụ quản lý để phát triển hệ thống.
* Quản lý dự án hiệu quả: Áp dụng quy trình Scrum, giúp cải thiện tiến độ và chất lượng sản phẩm.
* Hoàn thiện tài liệu: Tạo ra các tài liệu cần thiết như đặc tả yêu cầu, phân tích hệ thống, và hướng dẫn sử dụng.
* Phối hợp nhóm tốt: Cải thiện giao tiếp và phối hợp giữa các thành viên, nâng cao chất lượng sản phẩm.
* Học hỏi từ giảng viên: Tham khảo ý kiến từ giảng viên để điều chỉnh hướng đi phù hợp và giải quyết vấn đề kỹ thuật.
* Đảm bảo tiến độ: Duy trì tiến độ dự án theo kế hoạch đã đề ra.
  1. **Những điều chưa làm được**
* Thiếu kinh nghiệm với Scrum: Ban đầu chưa nắm vững quy trình Scrum, dẫn đến việc triển khai chưa đồng bộ.
* Chưa thử nghiệm quy mô lớn: Hệ thống chưa được thử nghiệm thực tế để đánh giá hiệu suất và độ ổn định.
* Thiếu phản hồi từ khách hàng: Chưa có phản hồi trực tiếp từ người dùng để đánh giá mức độ phù hợp và hiệu quả của hệ thống.
* Chưa tương tác thực tế: Thiếu sự tương tác với phòng Gym để hiểu rõ hơn nhu cầu thực tiễn và cải thiện trải nghiệm người dùng.

1. **THUẬN LỢI VÀ KHÓ KHĂN**
   1. **Thuận lợi**

* Định hướng rõ ràng: Xác định rõ phạm vi và mục tiêu dự án giúp phát triển đúng hướng.
* Tiến độ công việc tốt: Hoàn thành phần lớn công việc theo kế hoạch với tỷ lệ cao.
* Áp dụng công nghệ mới: Các công nghệ sử dụng được cập nhật, hỗ trợ tốt cho việc phát triển hệ thống.
* Tinh thần học hỏi: Các thành viên nhóm có sự hăng hái học hỏi và làm việc nhóm tốt.
  1. **Khó khăn**
* Phân chia công việc không đồng đều: Khối lượng công việc giữa các thành viên chưa được phân chia hợp lý, gây mất cân bằng.
* Khó khăn trong triển khai: Một số giai đoạn gặp khó khăn, dẫn đến điều chỉnh kế hoạch và tăng khối lượng công việc.
* Thiếu kinh nghiệm tích hợp AI: Cần nghiên cứu thêm về việc tích hợp AI vào hệ thống.
* Giải quyết sự cố kỹ thuật chậm: Thiếu kinh nghiệm dẫn đến việc tìm hướng giải quyết mất nhiều thời gian.
* Thiếu sự phối hợp nhịp nhàng: Đôi khi sự phối hợp giữa các thành viên chưa hiệu quả, cần cải thiện kỹ năng làm việc nhóm.

1. **BÀI HỌC KINH NGHIỆM**

* Lập kế hoạch chi tiết và bám sát tiến độ: Tránh trì hoãn công việc bằng cách lập kế hoạch cụ thể ngay từ đầu.
* Tổ chức họp nhóm thường xuyên: Rà soát tiến độ và xử lý rủi ro kịp thời.
* Lắng nghe ý kiến thành viên: Tiếp thu ý kiến để đưa ra quyết định hợp lý.
* Nghiên cứu công nghệ: Tăng cường nghiên cứu về công nghệ và thực tiễn triển khai.
* Cải thiện kỹ năng quản lý thời gian: Phân chia công việc hợp lý để tối ưu năng suất làm việc.
* v.v…