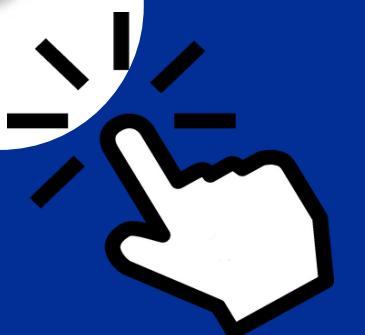


FitpanG

FITNESS MOBILE
APPLICATION





OUTLINE

01

Introduction

02

Architecture Design

03

Development Process

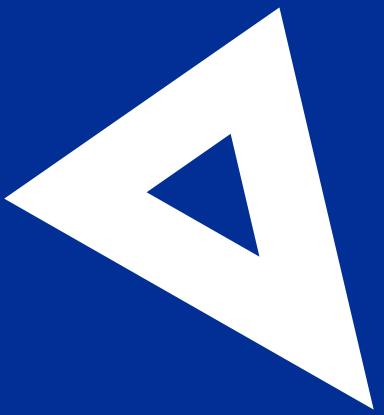
04

Self Evaluation

FITPANG

คืออะไร?

Mobile Application ที่ช่วยจัดเวลาและ
แผนการออกกำลังกายตามเป้าหมายที่ตั้งไว้



FITPANG ใช้กำอะไร ?

โดยการที่เราได้สร้าง Mobile Application นี้ขึ้นมาเพื่อที่จะช่วยอำนวยความสะดวกให้กับผู้ใช้งานที่ต้องการจะมีตัวช่วยในการเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดียิ่งขึ้น คือยกให้คำแนะนำชีวะแนวการทำงานที่ถูกต้องเพื่อที่จะได้ก้าวประยัดเวลาและได้สุขภาพที่ดีด้วย

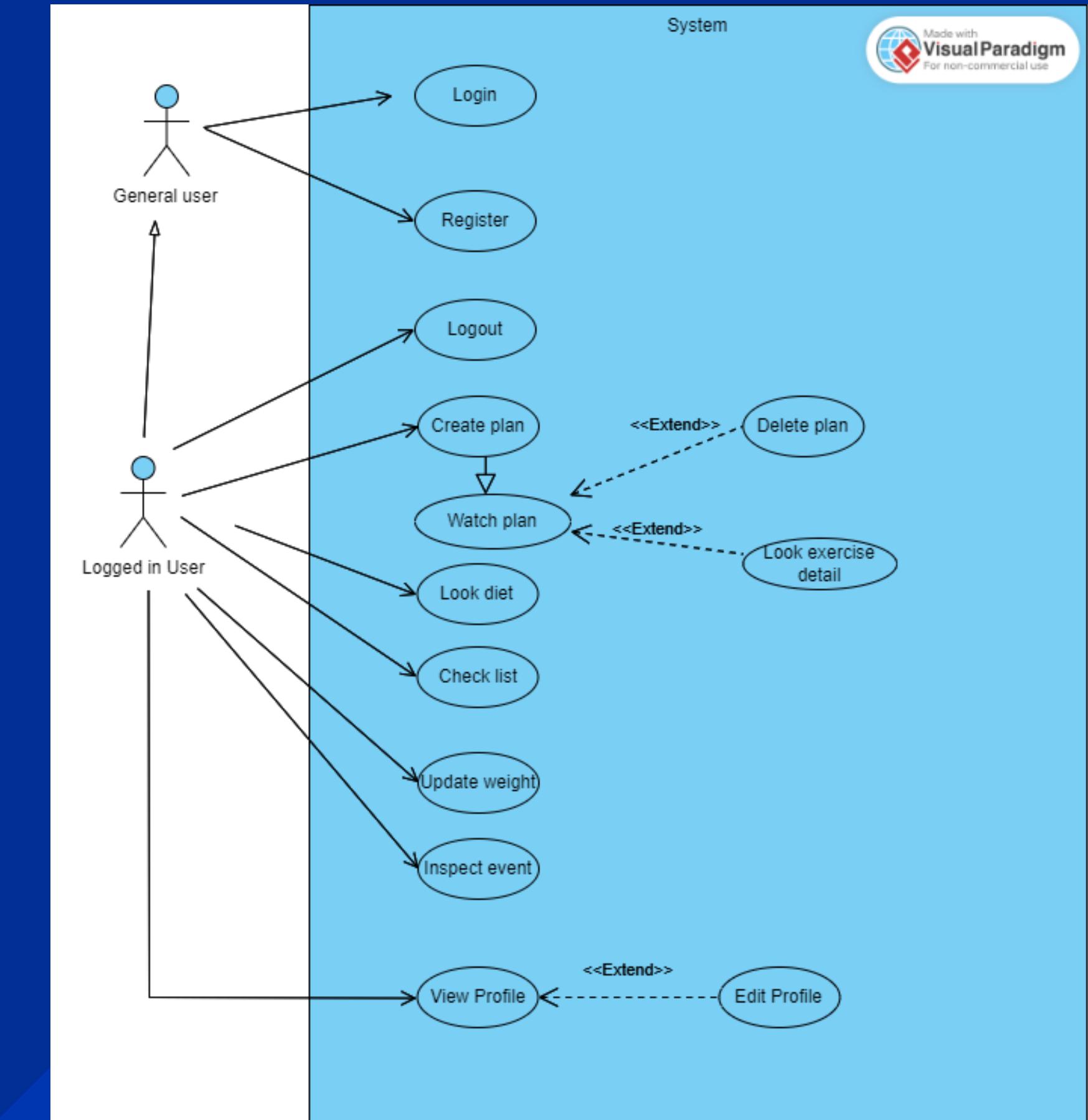
“ ”

Why & Who need FitPang?

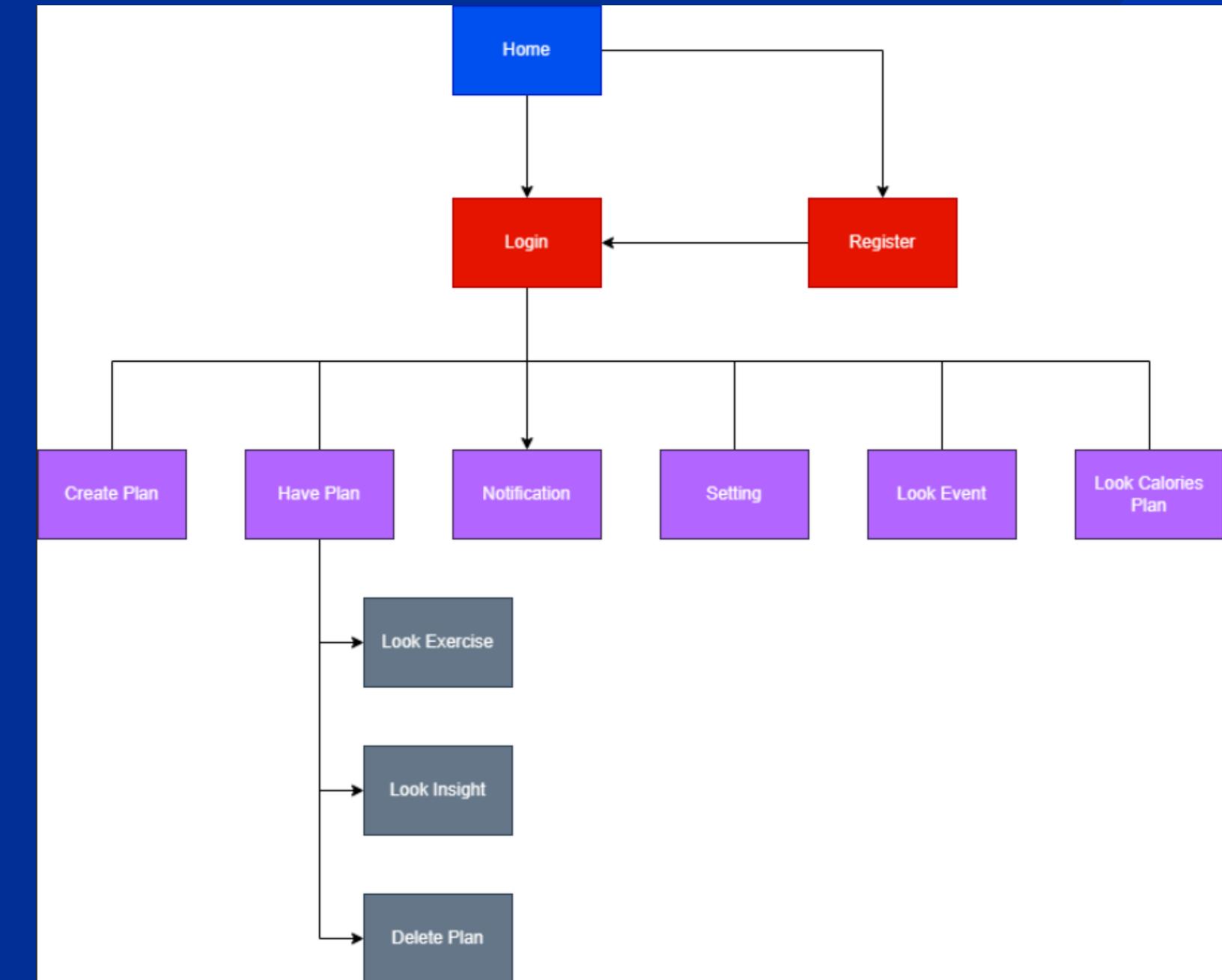
- คนที่วัยไปก็ต้องกำลังกายเป็นส่วนมาก
- คนที่วัยไปก็ต้องการเปลี่ยนแปลงร่างกายตัวเอง
- คนที่ไม่รู้ว่าจะต้องเริ่มจากตรงไหนในการออกกำลังกาย



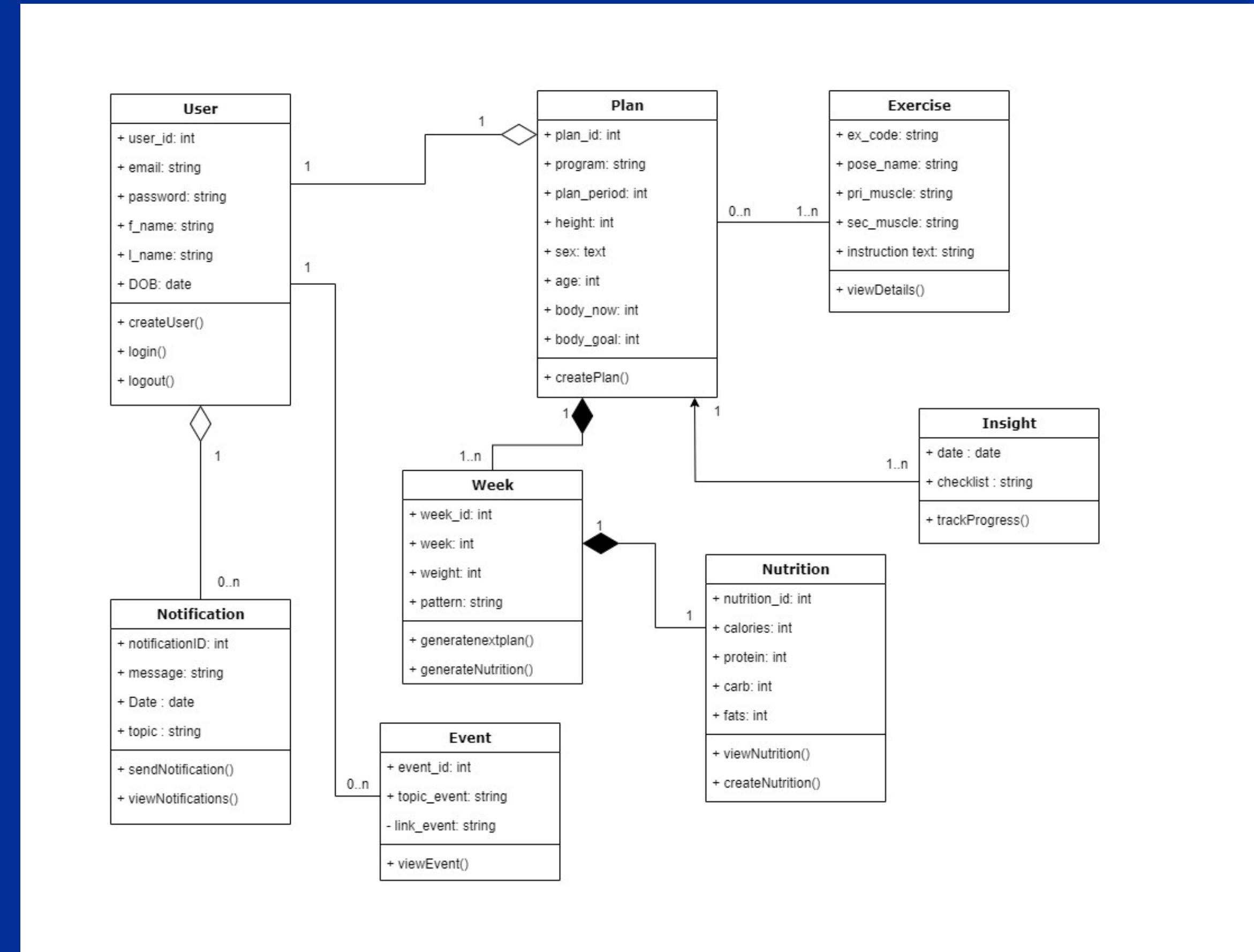
USE CASE DIAGRAM



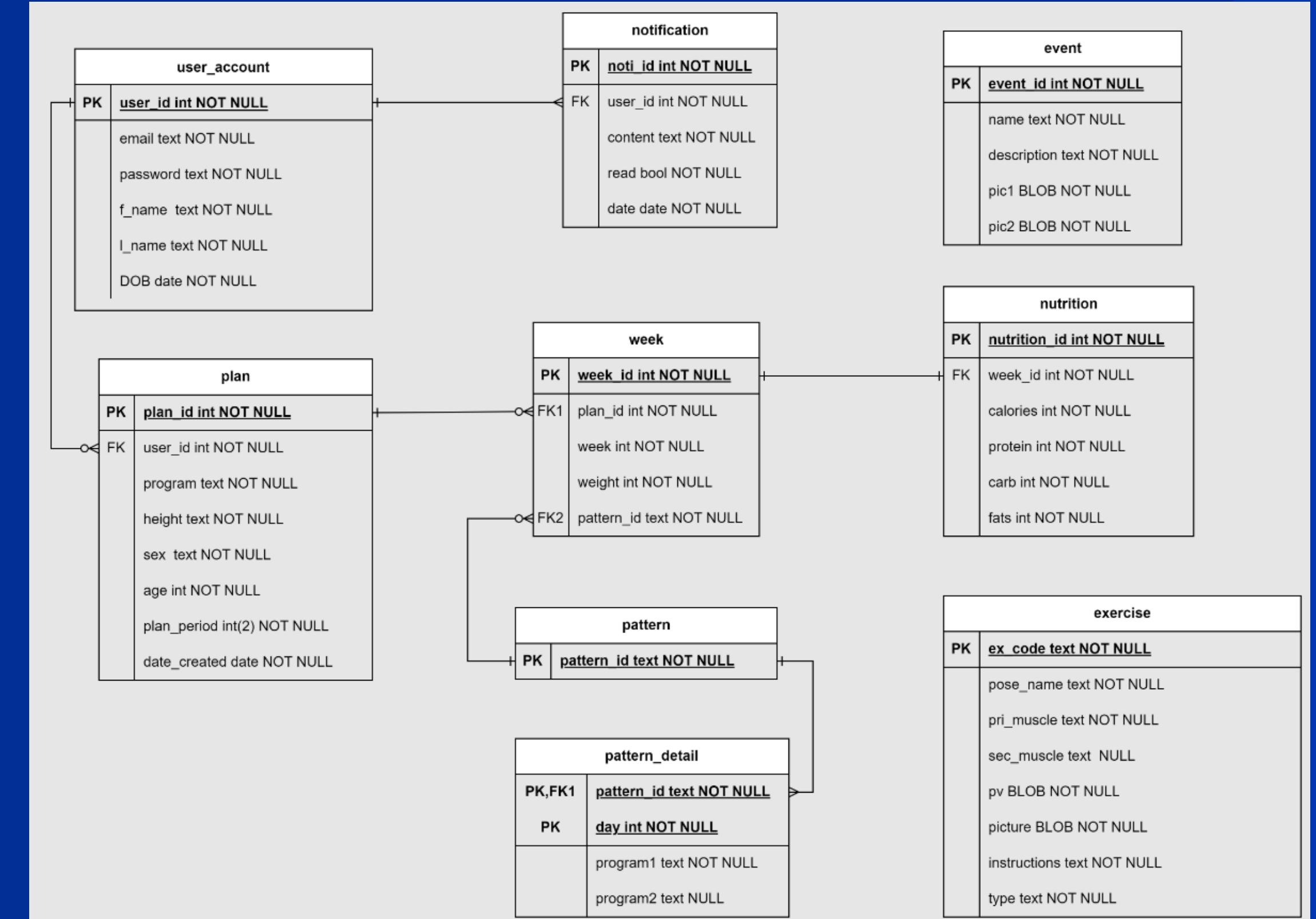
NAVIGATION DIAGRAM



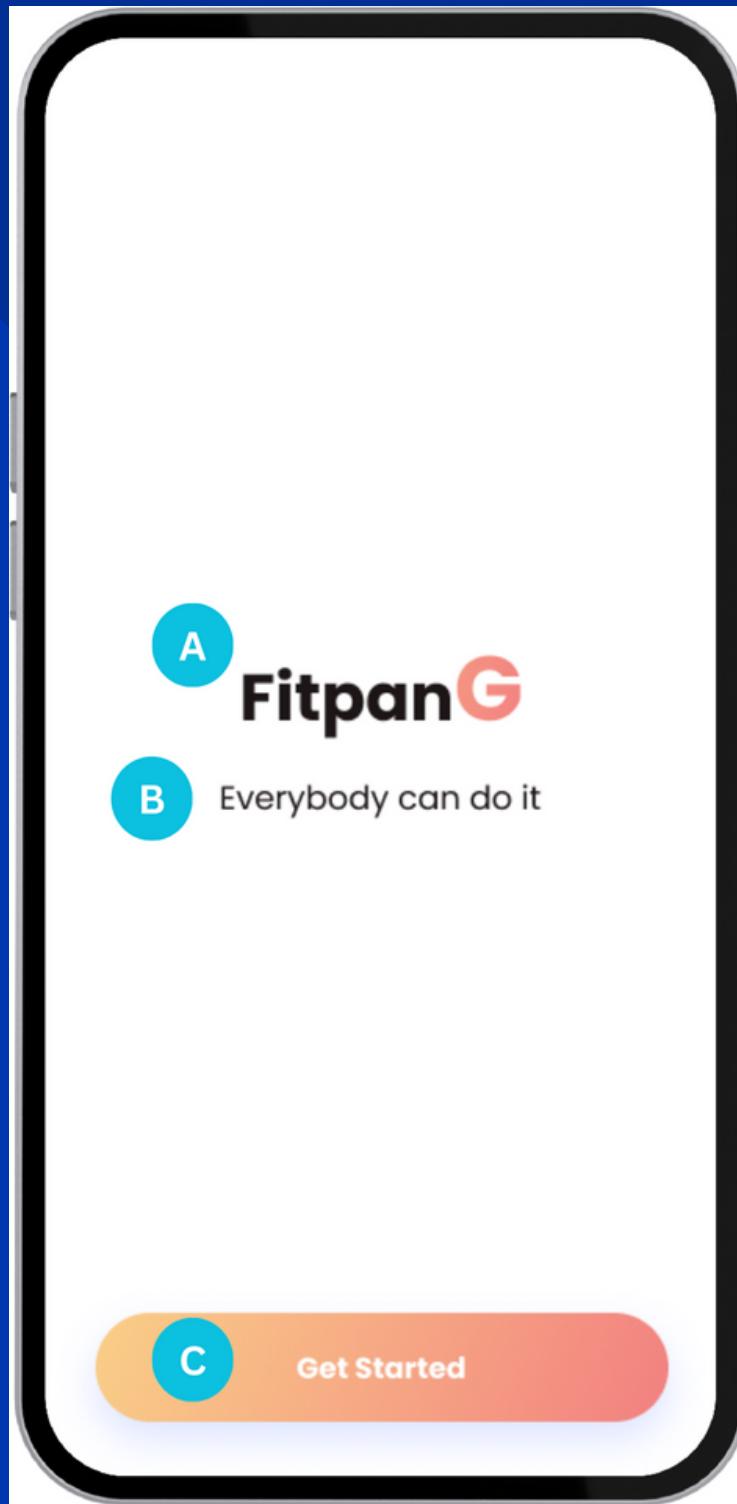
CLASS DIAGRAM



ER DIAGRAM

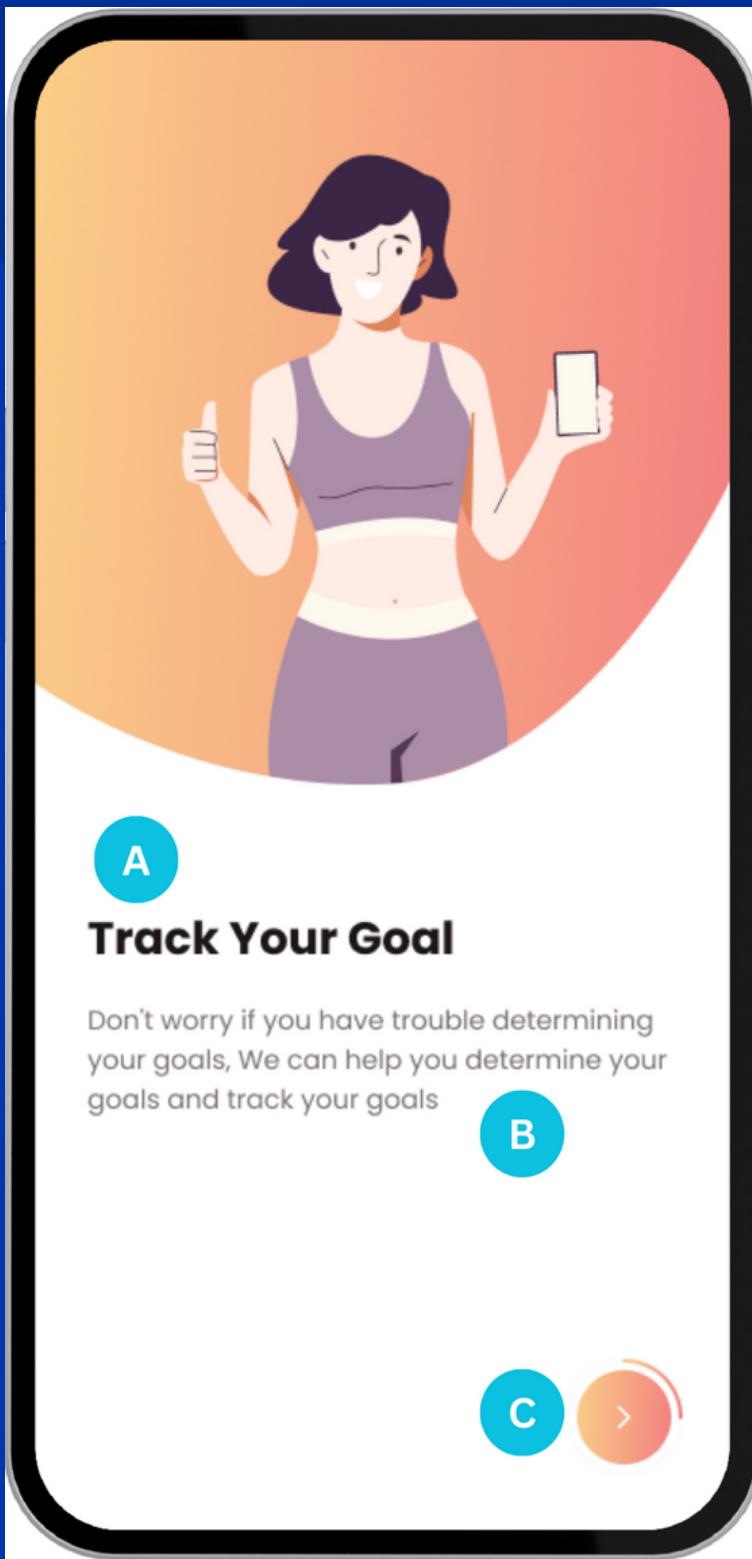


WELCOME PAGE



- A** ໂລໂກ້ແອພພລິເຄັບ
- B** ສໂລແກນແອພພລິເຄັບ
- C** ປຸ່ມເຮີ່ມໃຊ້ຈານແອພພລິເຄັບ

ONBOARDING



A

Description แอพพลิเคชัน

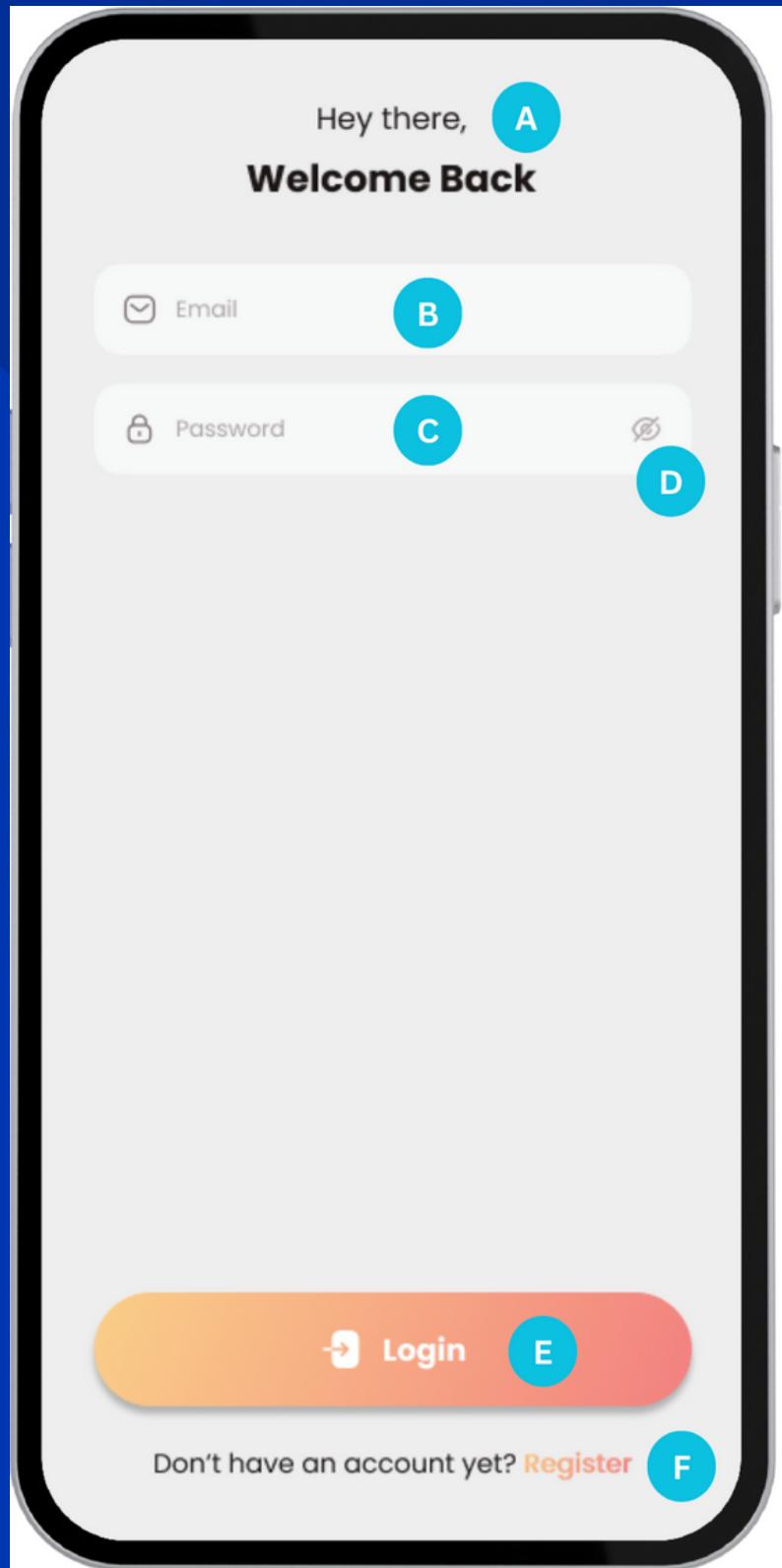
B

คำอธิบายเพิ่มเติม

C

ปุ่มไปหน้าถัดไป

LOGIN PAGE



A ข้อความทักทายผู้ใช้

B ช่องกรอก Email

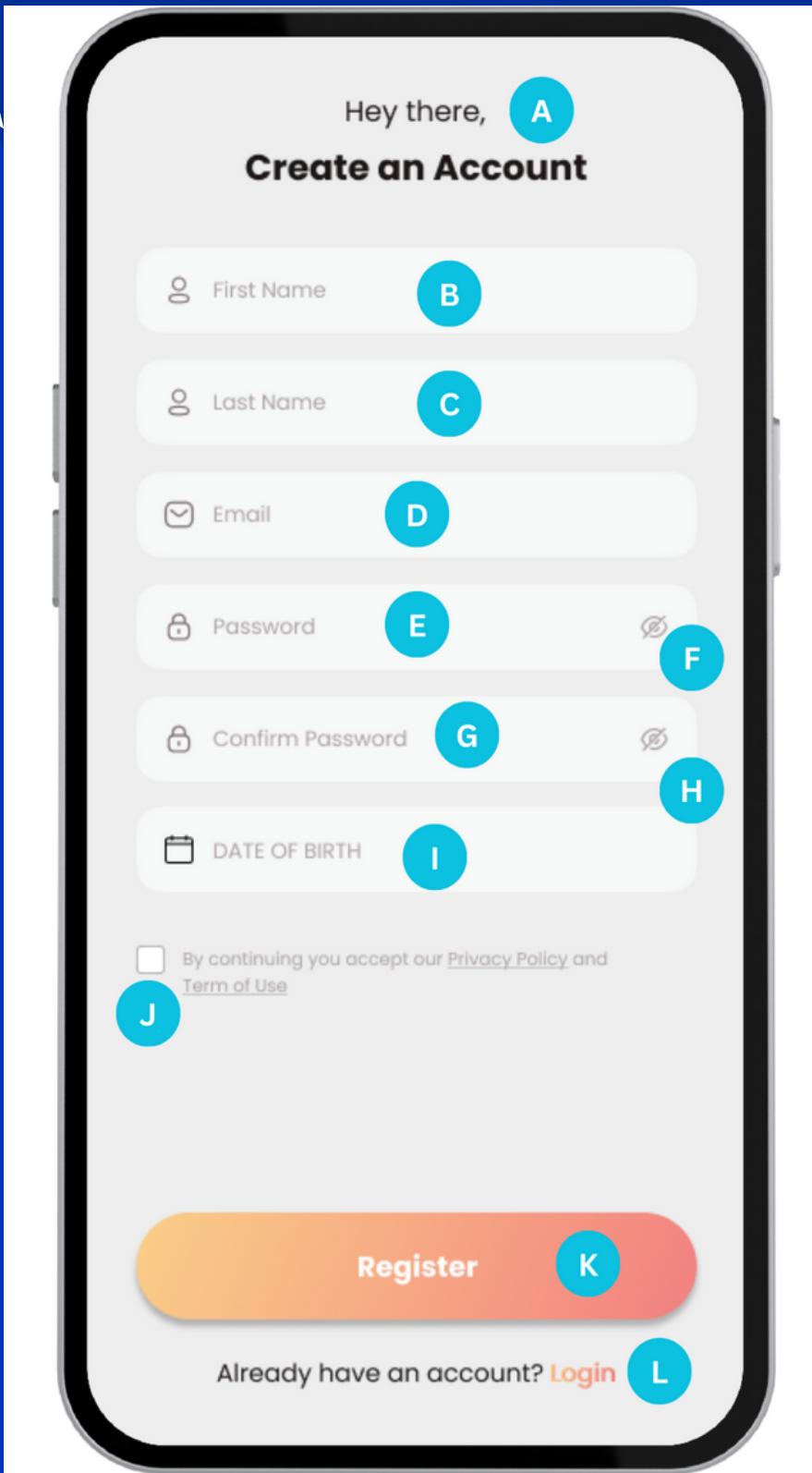
C ช่องกรอก Password

D ปุ่มแสดง/ซ่อน Password

E ปุ่ม Login เพื่อไปหน้าคัดไป

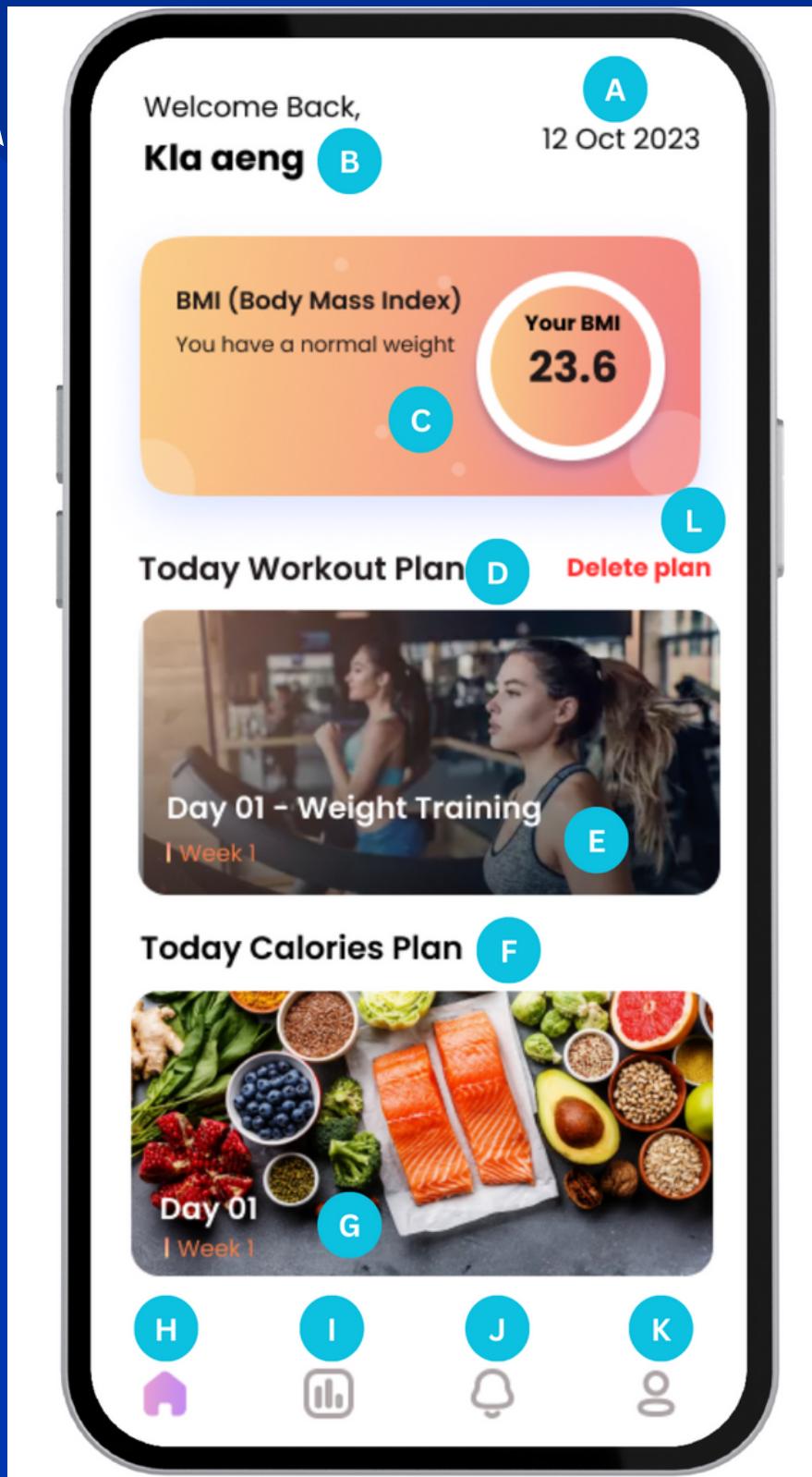
F ข้อความให้ Register เพื่อไปหน้า Register

REGISTER PAGE



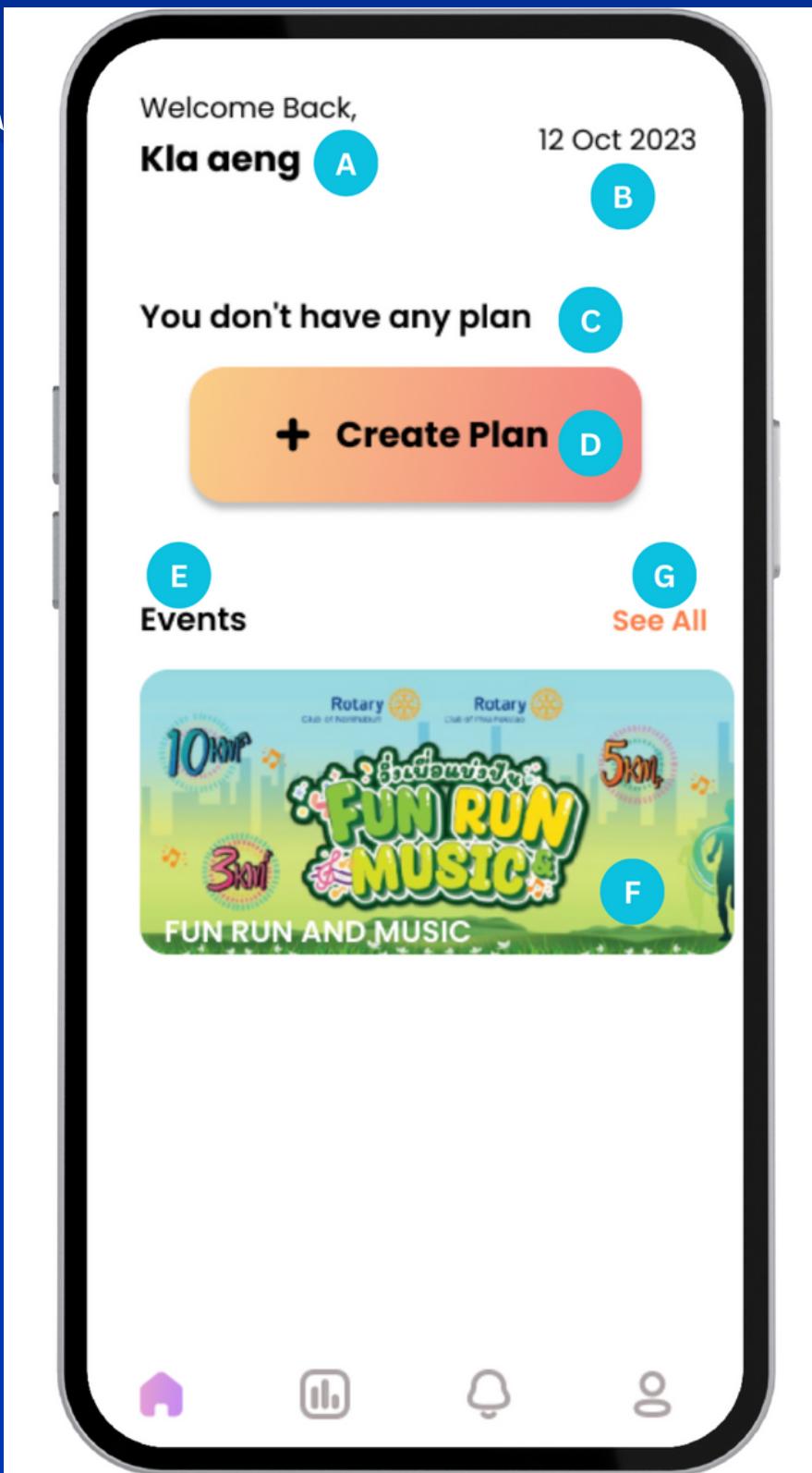
- | | | | |
|----------|------------------------|----------|--------------------------------|
| A | ข้อความตั้กถายผู้ใช้ | G | ช่องยืนยัน Password |
| B | ช่องกรอก Firstname | H | ปุ่มแสดง/ซ่อน Password |
| C | ช่องกรอก Lastname | I | ช่องกรอกวันเดือนปีเกิด |
| D | ช่องกรอก Email | J | checklist ยอมรับ Term of Use |
| E | ช่องกรอก Password | K | ปุ่ม Register เพื่อไปหน้าถัดไป |
| F | ปุ่มแสดง/ซ่อน Password | L | ปุ่ม Login |

HOME HAVEPLAN



- | | | | |
|----------|-------------------------|----------|--------------------------|
| A | วันเดือนปีปัจจุบัน | G | ปุ่ม Today Calories Plan |
| B | ชื่อผู้ใช้ | H | ปุ่ม Home |
| C | กล่องข้อความแสดง BMI | I | ปุ่ม Insight |
| D | Today workout Plan | J | ปุ่ม Notification |
| E | ปุ่ม Today workout Plan | K | ปุ่ม Profile |
| F | Today Calories Plan | L | ปุ่ม Delete plan |

HOME NOPLAN



A

แสดงชื่อผู้ใช้งาน

B

แสดงวันที่

C

You don't have any plan

D

ปุ่ม Create plan

E

หัวข้อ Events

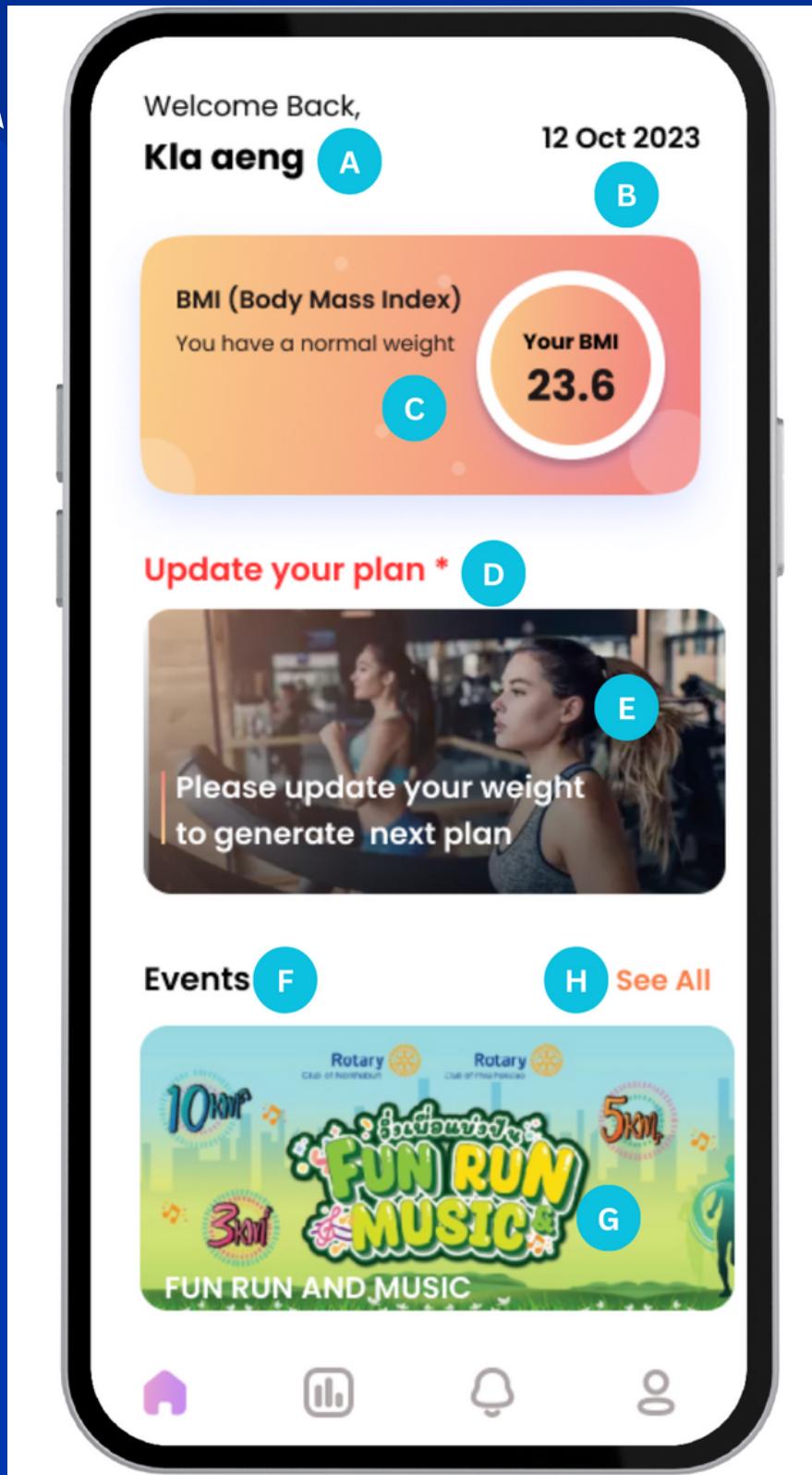
F

ปุ่ม Event นั้น

G

ปุ่ม see all

HOME UPDATEPLAN



A

แสดงชื่อผู้ใช้งาน

B

แสดงวันที่

C

กล่องข้อความแสดง BMI

D

Update your plan

E

ปุ่ม เพื่อที่จะเข้าไปที่หน้า Update your weight

F

Events

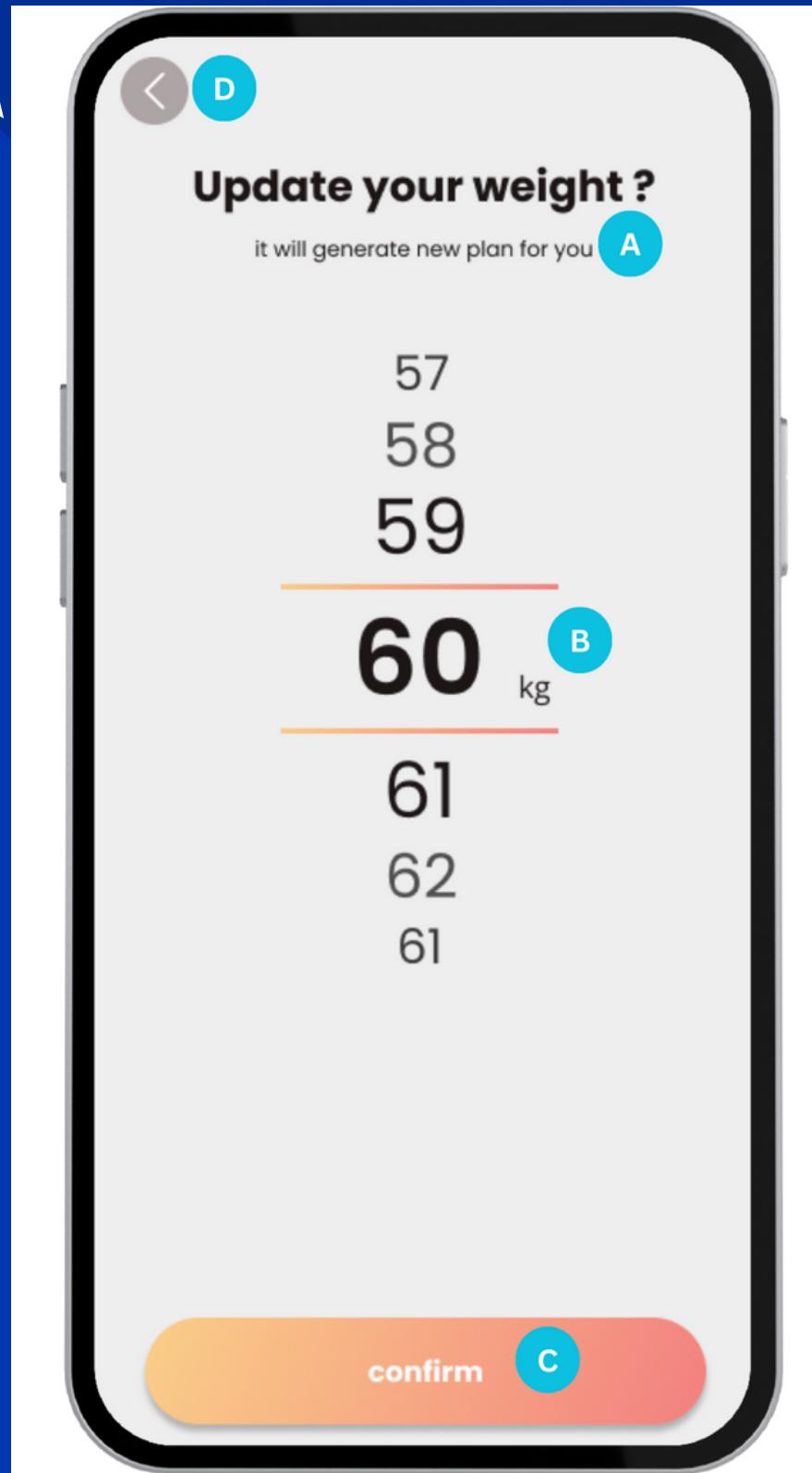
G

ปุ่ม Event

H

ปุ่ม see all

UPDATE WEIGHT



A

Update your weight ?

B

Scroll bar ໜ້າຫັກ

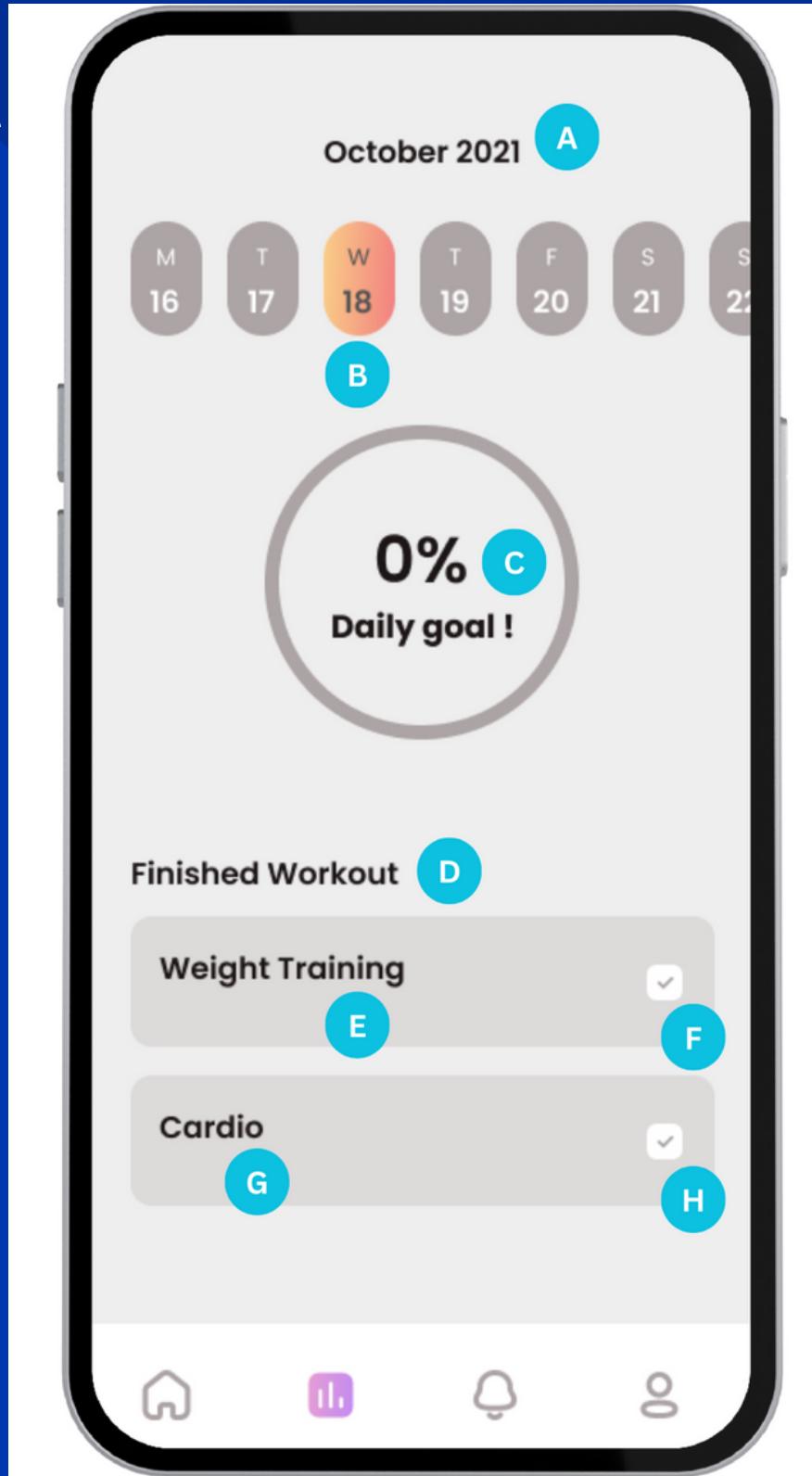
C

ປຸນ Confirm

D

ປຸນ Back

INSIGHT



A

แสดงเดือนและปี

B

แสดงวันที่

C

เปอร์เซ็น Daily goal!

D

Finished Workout

E

Weight Training

F

ปุ่ม check list

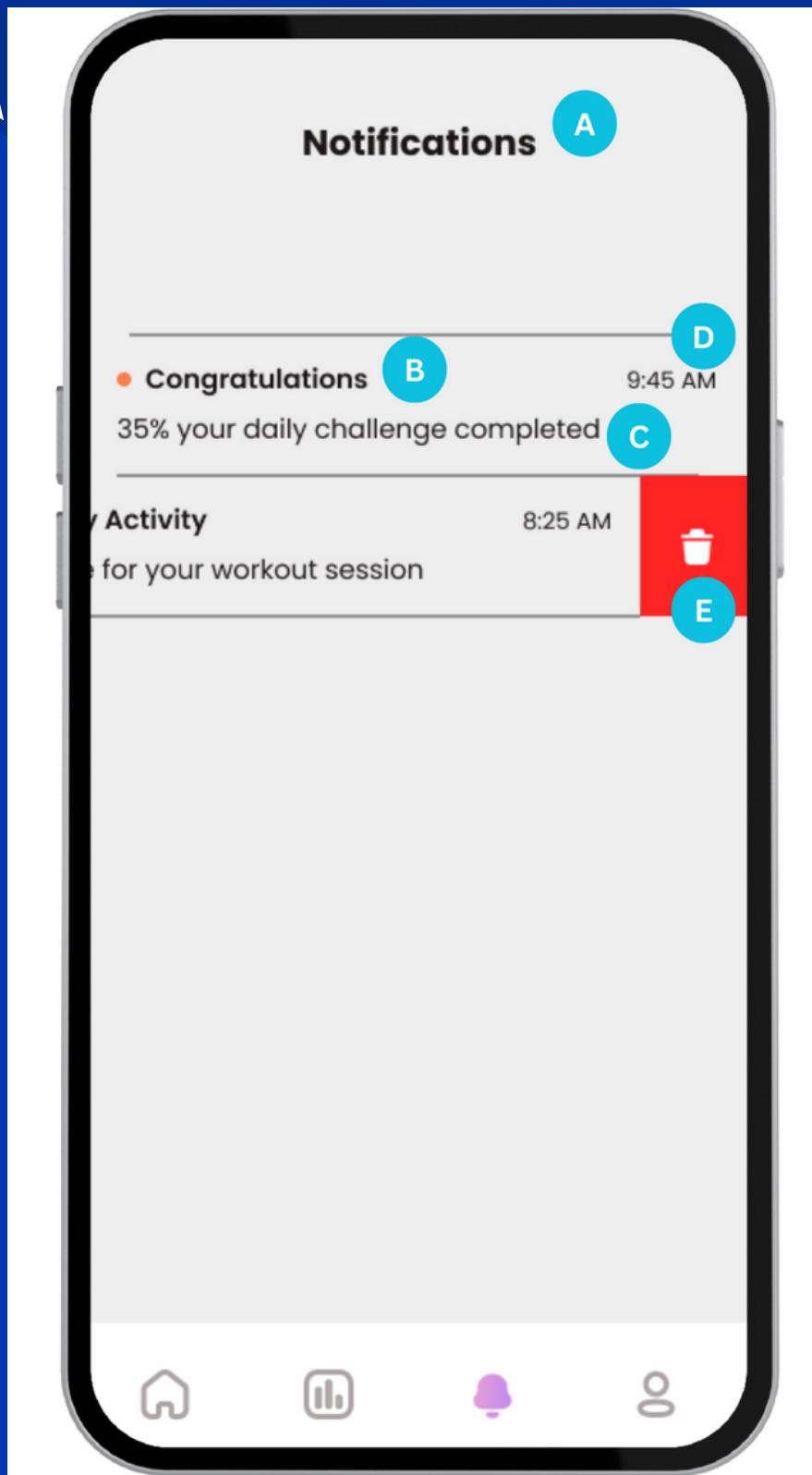
G

Cardio

H

ปุ่ม check list

NOTIFICATION



A

Notification

B

แสดงหัวข้อของการแจ้งเตือน

C

แสดงข้อมูลของการแจ้งเตือน

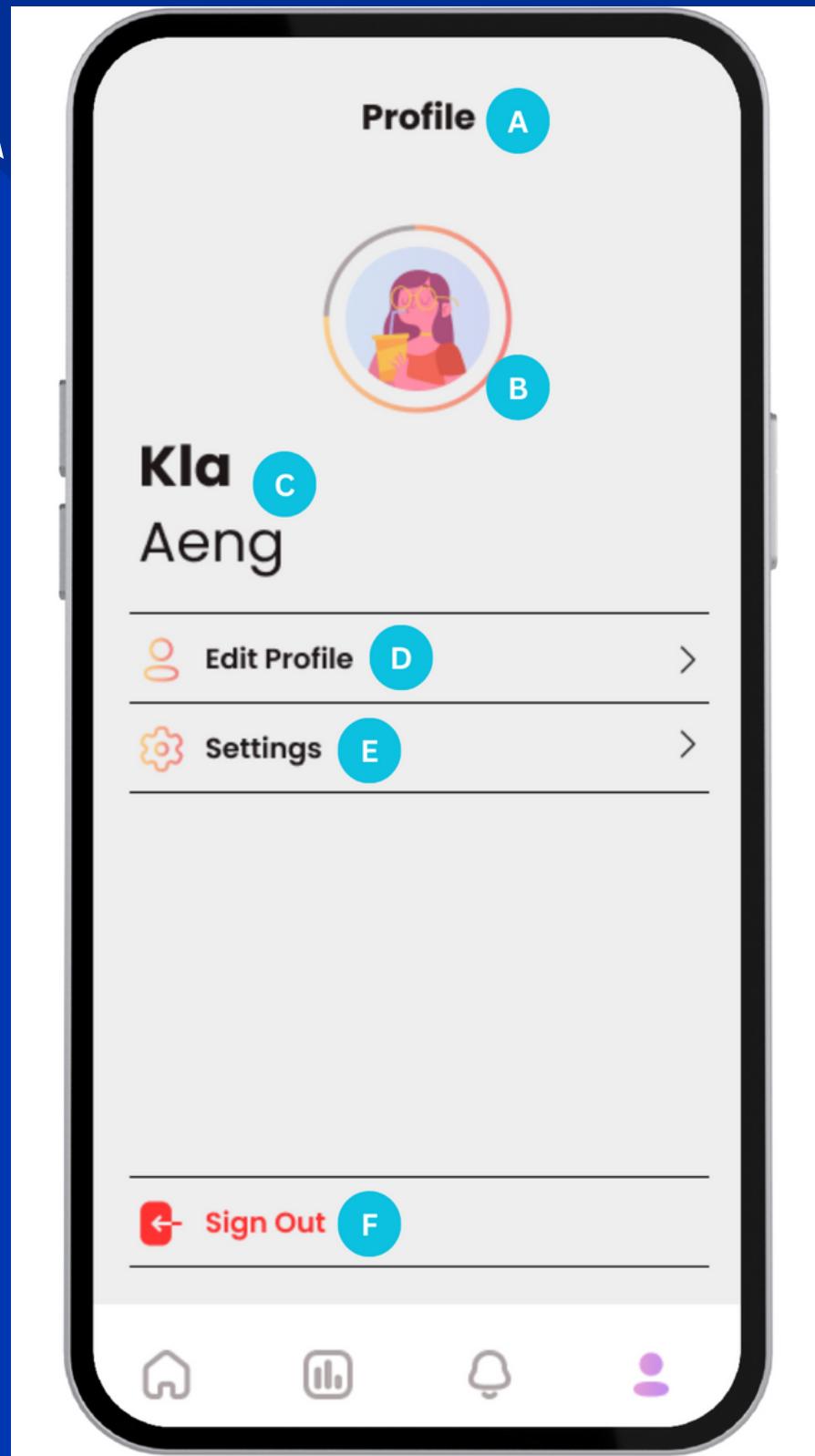
D

แสดงเวลาที่แจ้งเตือน

E

ลบการแจ้งเตือน

PROFILE



A

Profile

B

แสดงรูปของผู้ใช้

C

แสดงชื่อของผู้ใช้

D

ปุ่ม Edit Profile

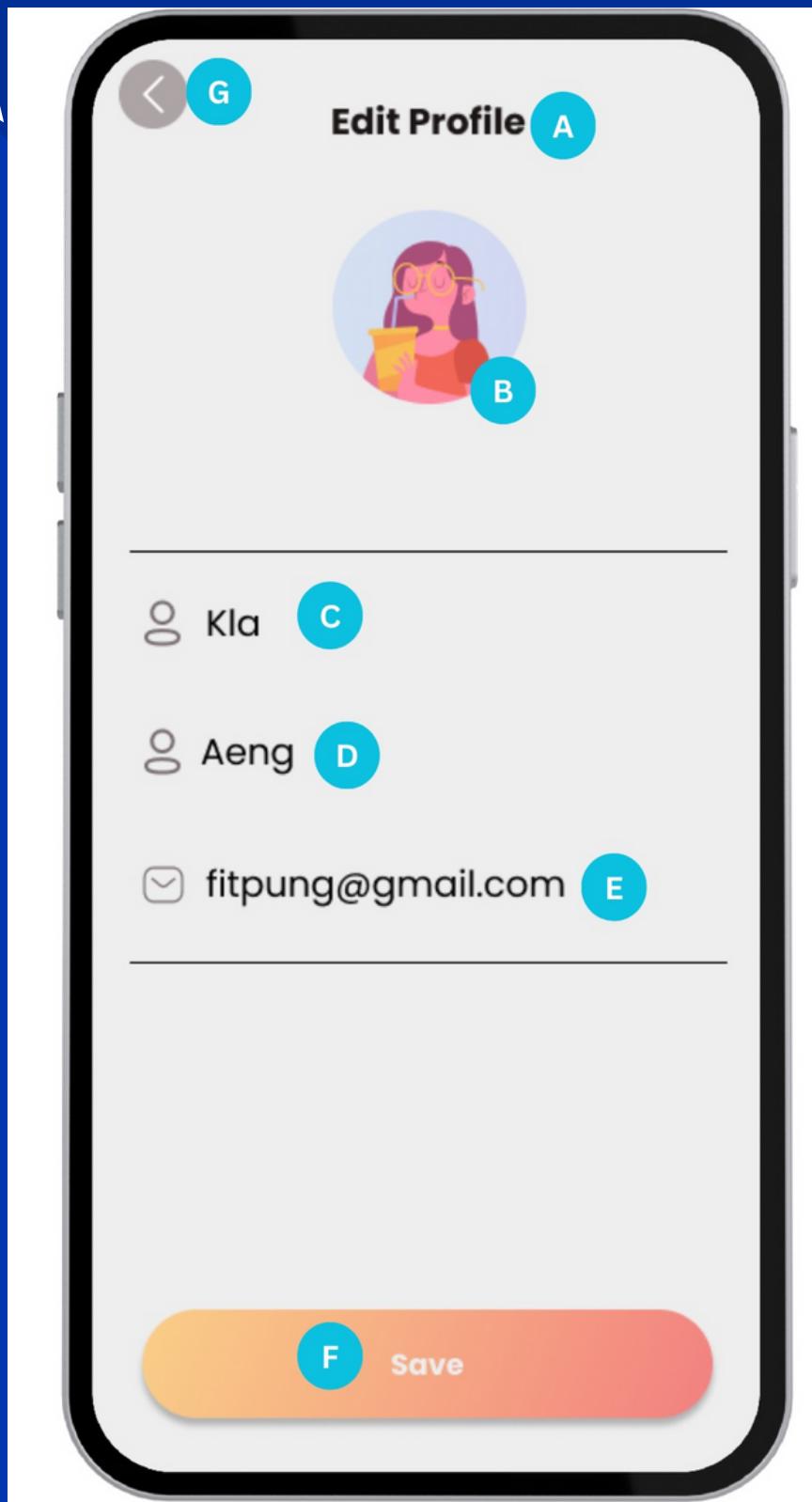
E

ปุ่ม Settings

F

ปุ่ม Sign Out

EDIT PROFILE



A

Edit Profile

B

แสดงรูปของผู้ใช้

C

แสดง First Name ของผู้ใช้
และสามารถคลิกเพื่อแก้ไขได้

D

แสดง Last Name ของผู้ใช้
และสามารถคลิกเพื่อแก้ไขได้

E

แสดง Email ของผู้ใช้
แต่ไม่สามารถแก้ไขได้

F

บุํม Save

G

บุํม Back

SETTINGS



Settings



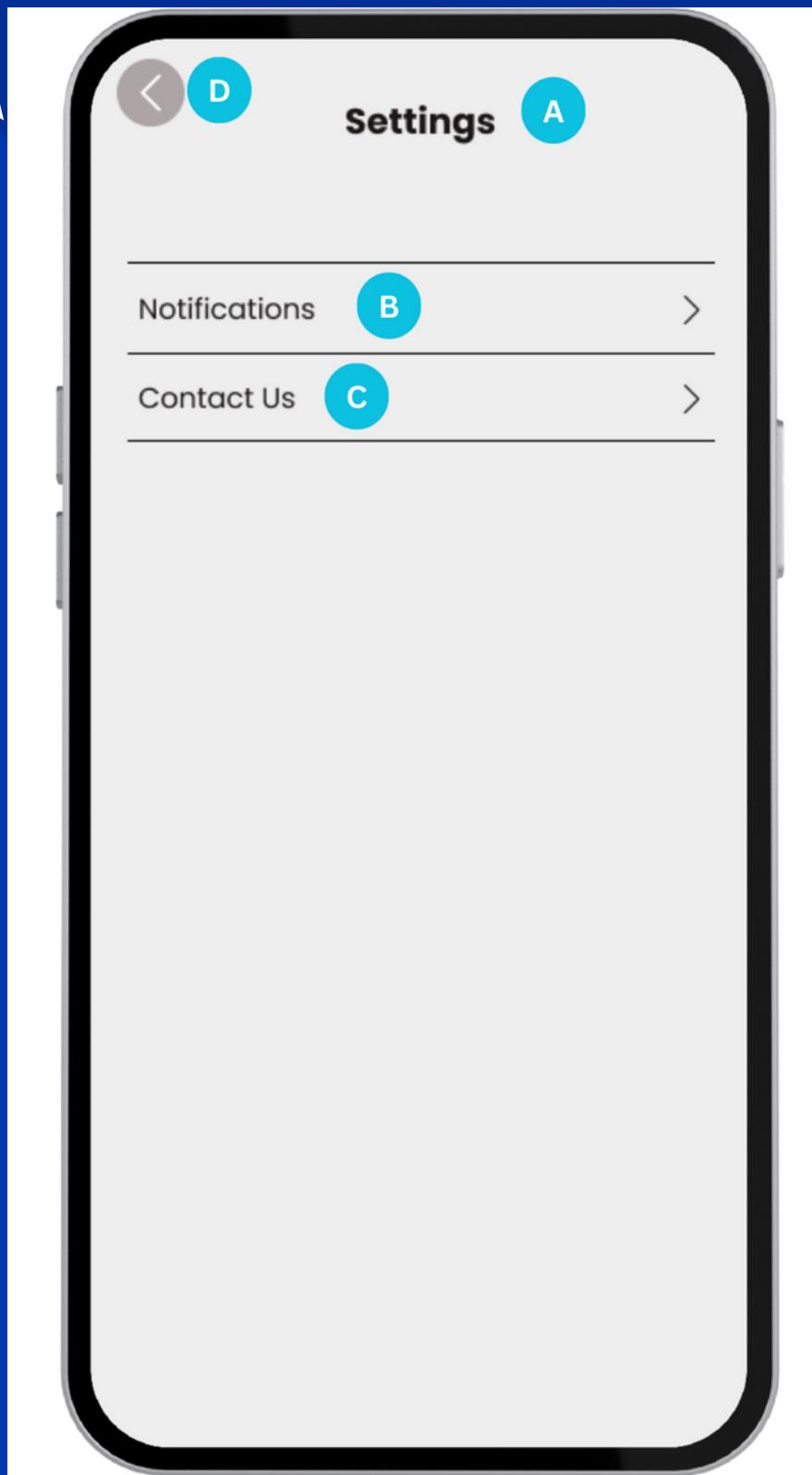
Notifications



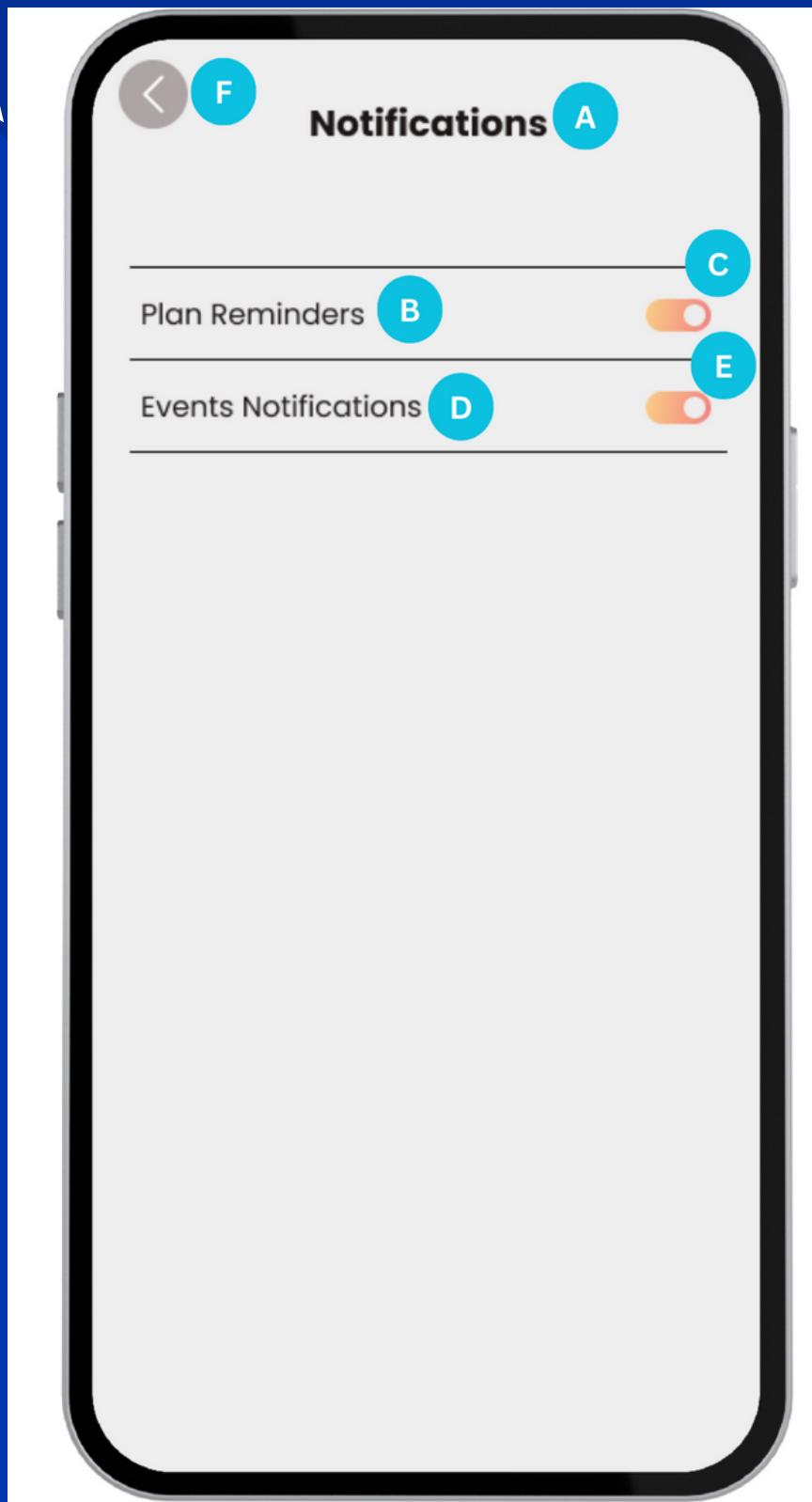
Contact Us



↶ Back



NOTIFICATIONS SETTING



A Notifications

B Plan Reminders

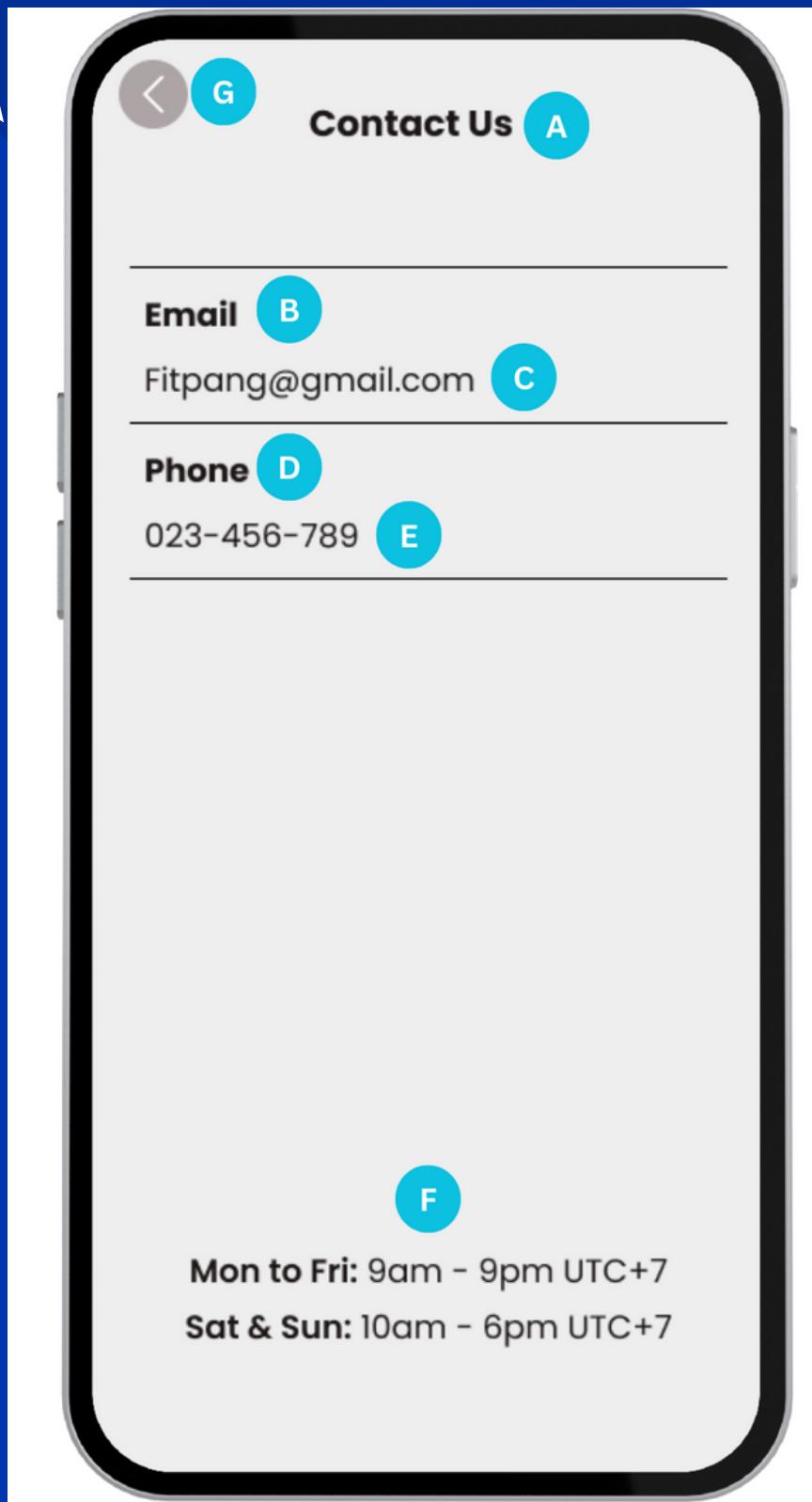
C ปุ่ม Toggle สำหรับเปิด/ปิด ของ Plan Reminders

D Events Notifications

E ปุ่ม Toggle สำหรับเปิด/ปิด ของ Events Notifications

F ปุ่ม Back

CONTACT US



A

Contact Us

B

Email

C

Email ของบริษัทผู้พัฒนาแอพพลิเคชัน

D

Phone

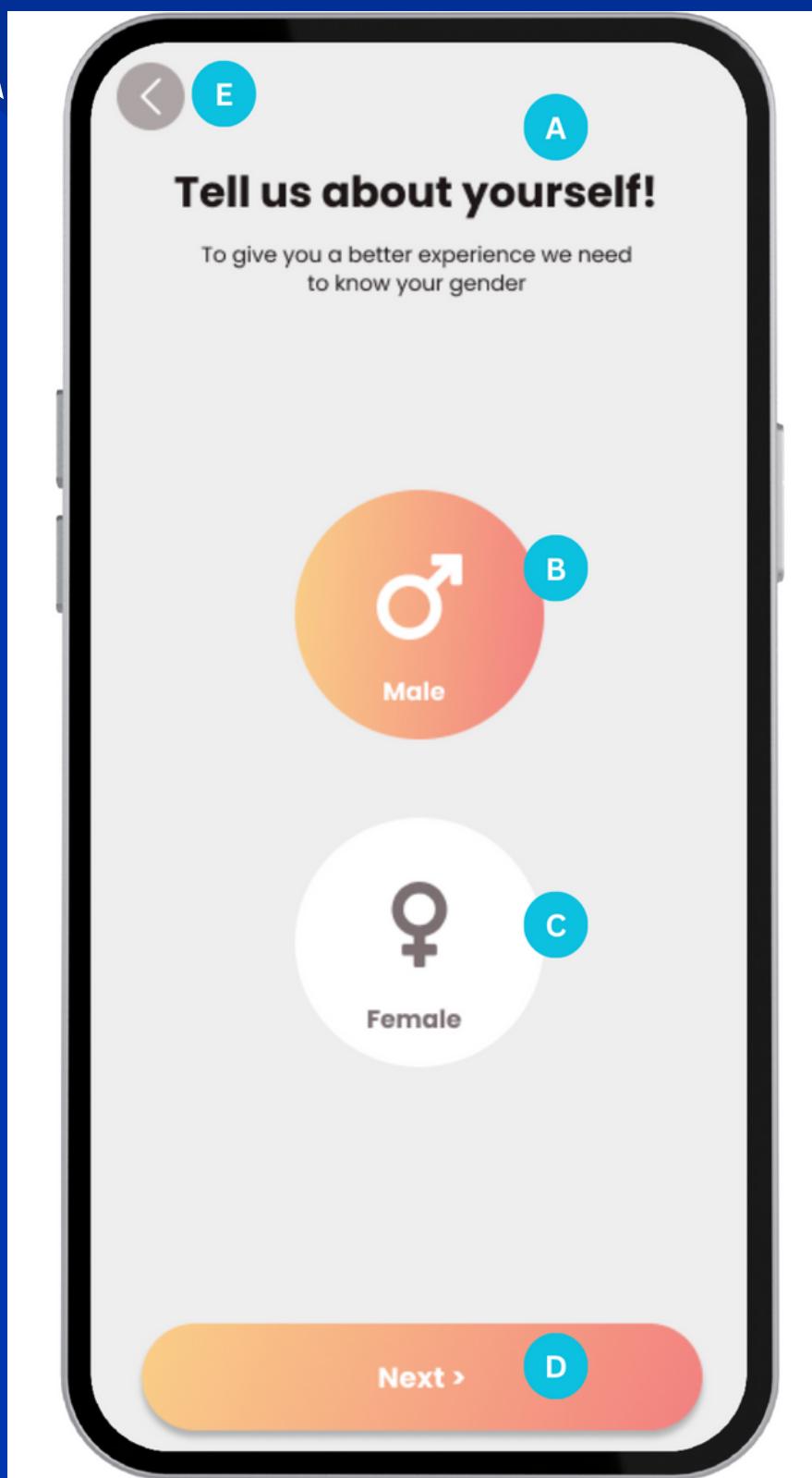
E

เบอร์ติดต่อ ของบริษัทผู้พัฒนาแอพพลิเคชัน

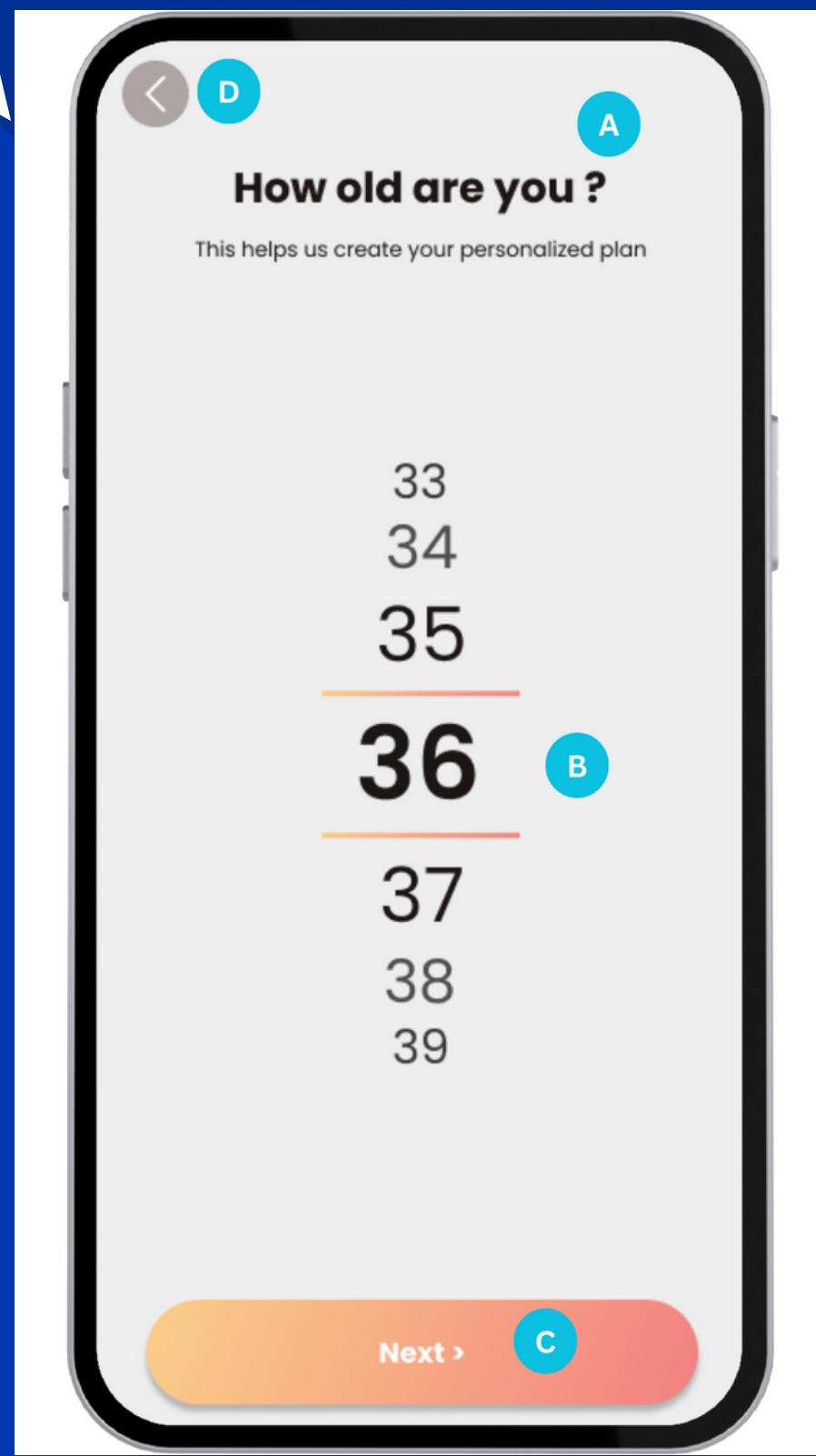
F

ปุ่ม Back

CHOOSE GENDER



- A** Tell Us about yourself!
- B** Ան Male
- C** Ան Female
- D** Ան Next
- E** Ան Back



AGE



A

How old are you ?

B

Scroll bar ချုပ်

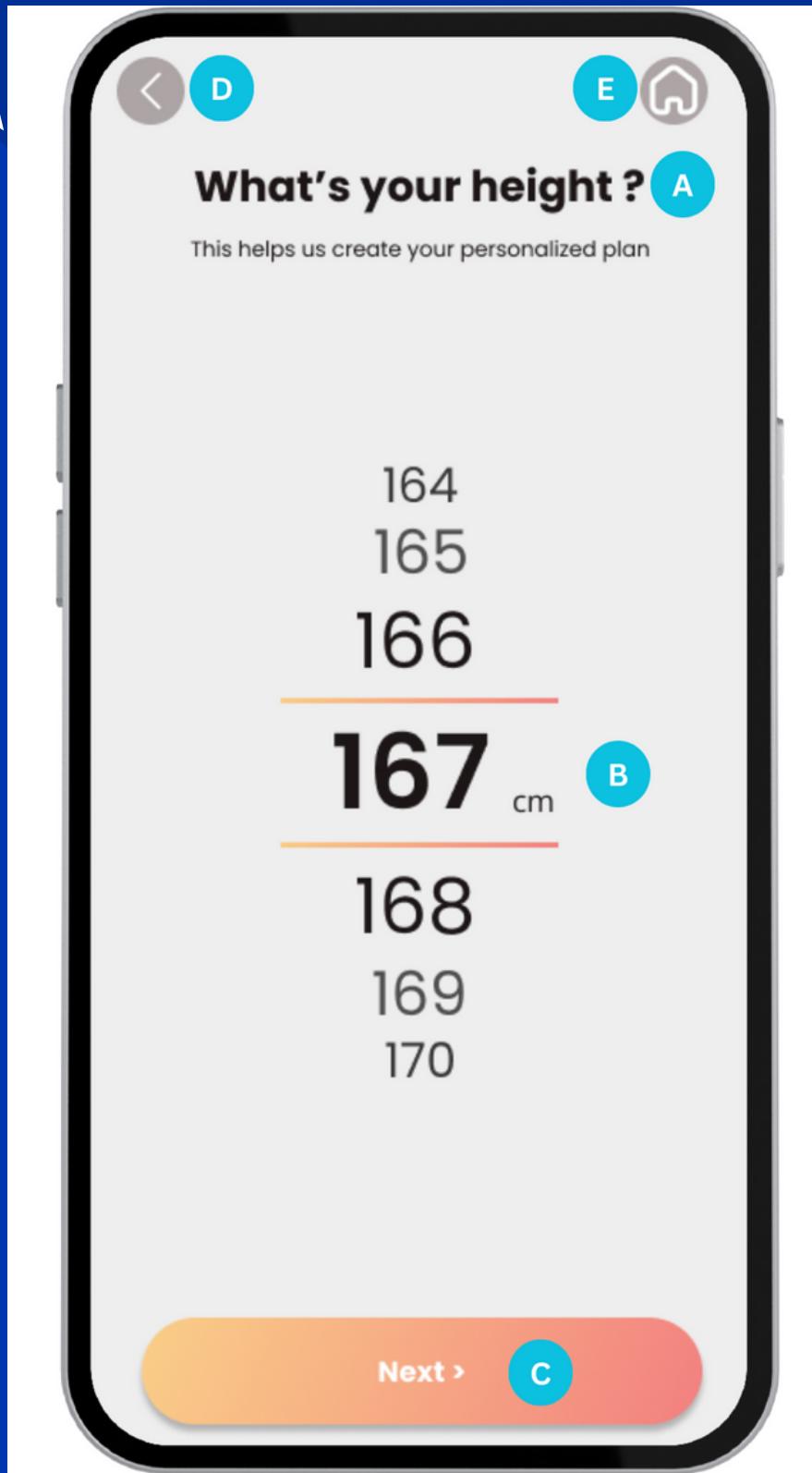
C

ပုံမှန် Next

D

ပုံမှန် Back

HEIGHT



A

What's your height ?

B

ScrollIndicator សំគាល់ មើលត្រូវបើក cm

C

ចូរ Next

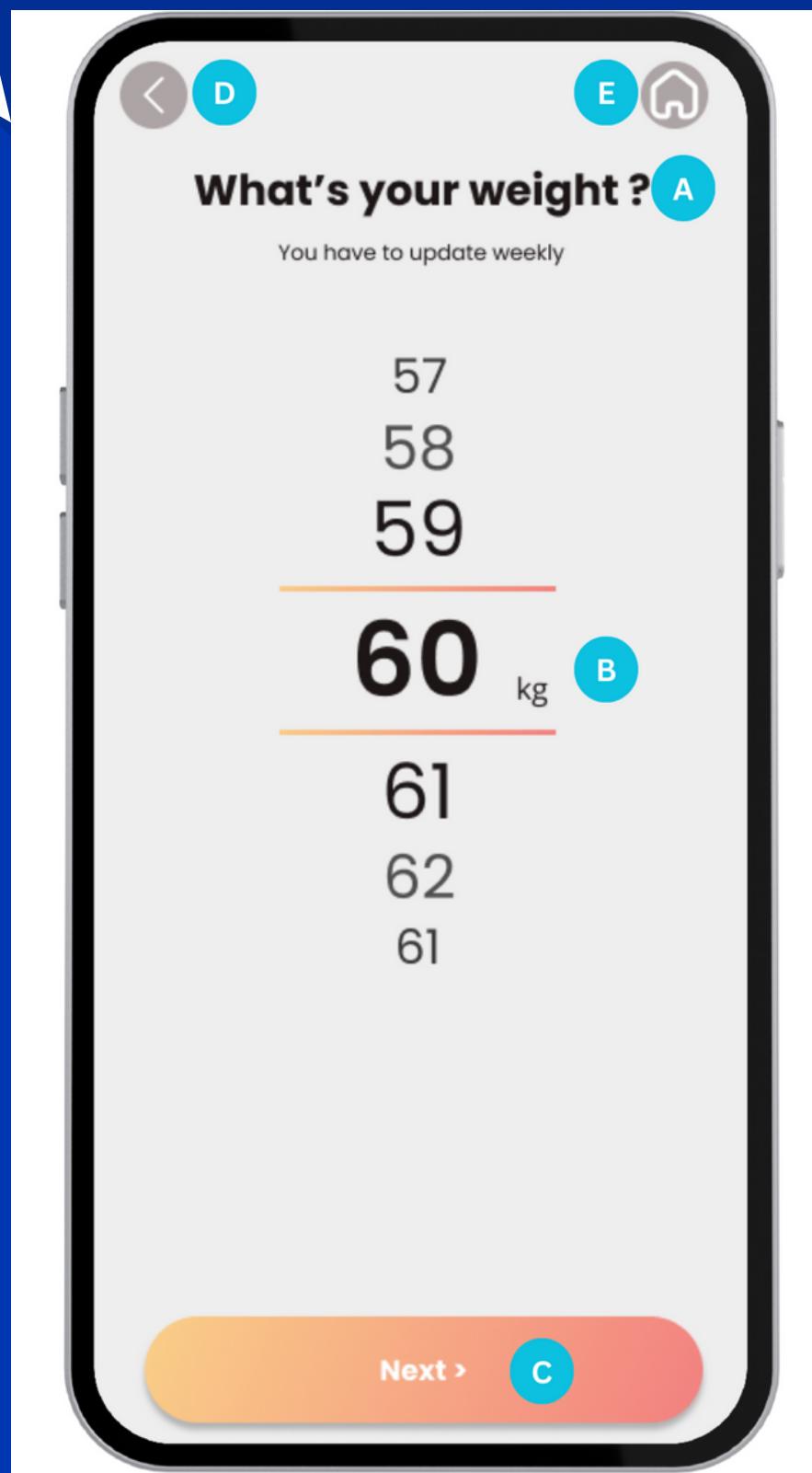
D

ចូរ Back

E

ចូរ Back to home

WEIGHT



A

What's your weight ?

B

Scroll bar ໜ້າຫັກ ມີເນົວຍເປັນ kg

C

ປຸມ Next

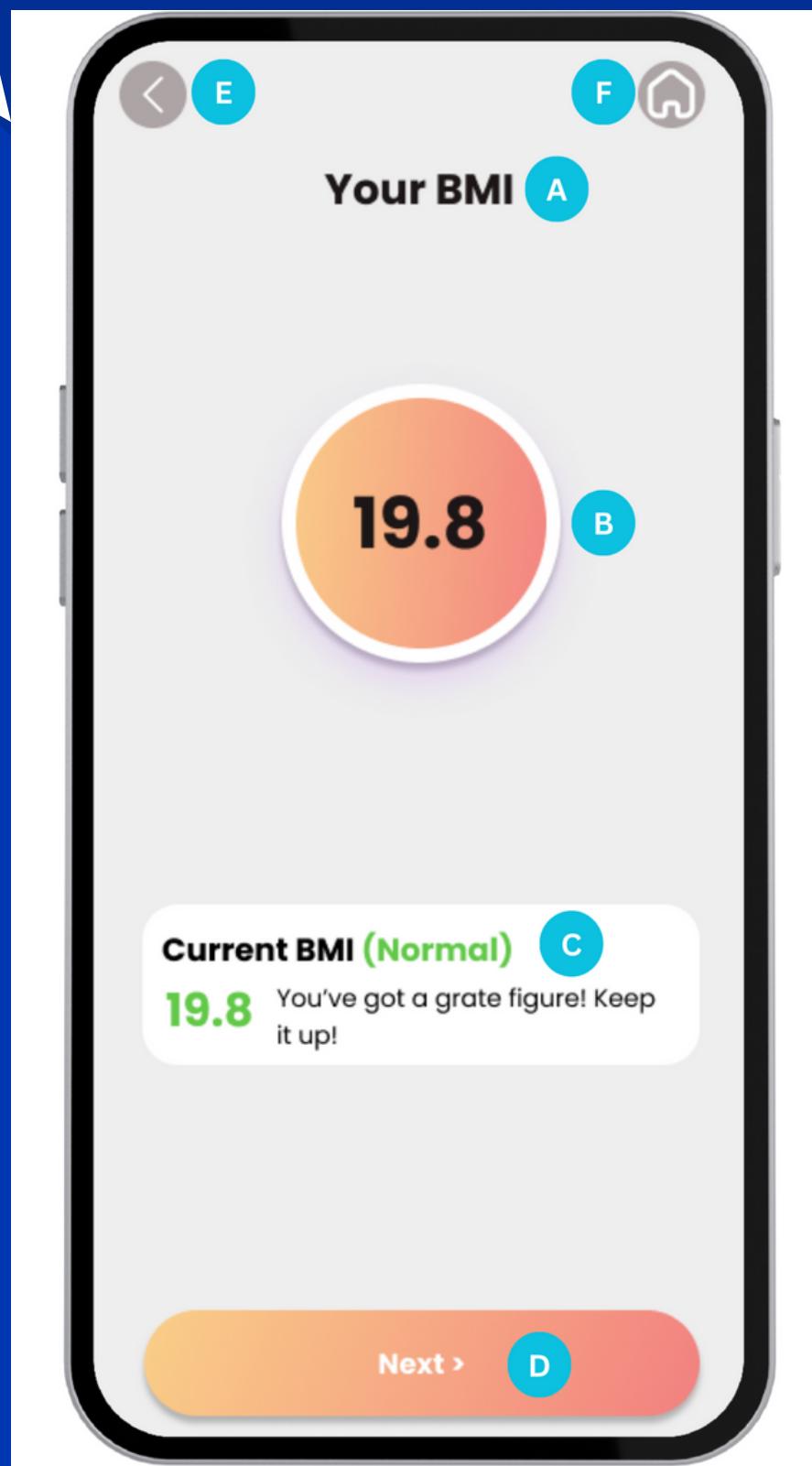
D

ປຸມ Back

E

ປຸມ Back to home

YOUR BMI



A

Your BMI

B

ค่าBMI ของผู้ใช้

C

Current BMI

D

ปุ่ม Next

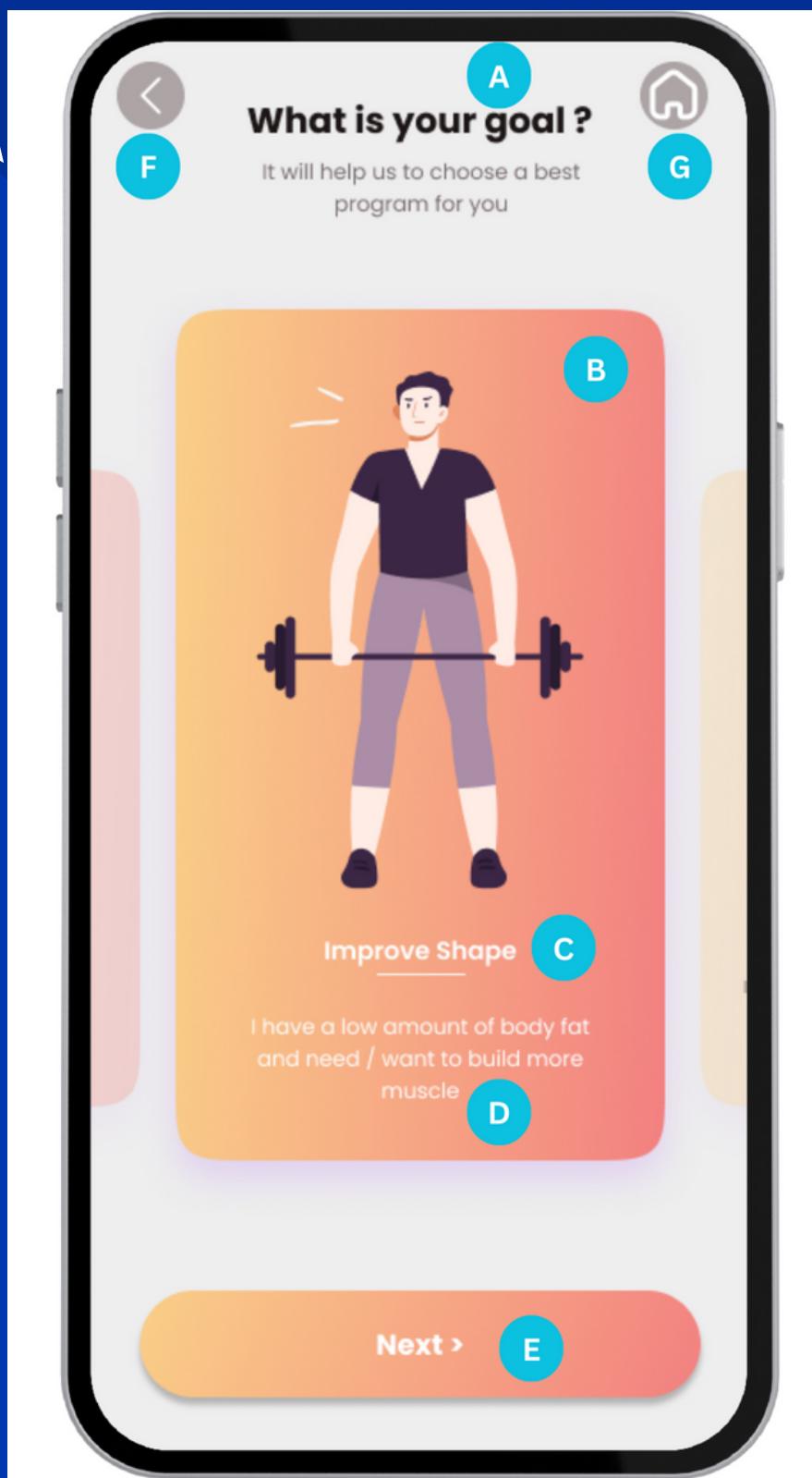
E

ปุ่ม Back

F

ปุ่ม Back to home

WHAT IS YOUR GOAL ?



A

What is your goal?

B

เป้าหมายการออกกำลังกาย

C

Improve Shape

D

ข้อมูลของเป้าหมายการออกกำลังกาย

E

ปุ่ม Next

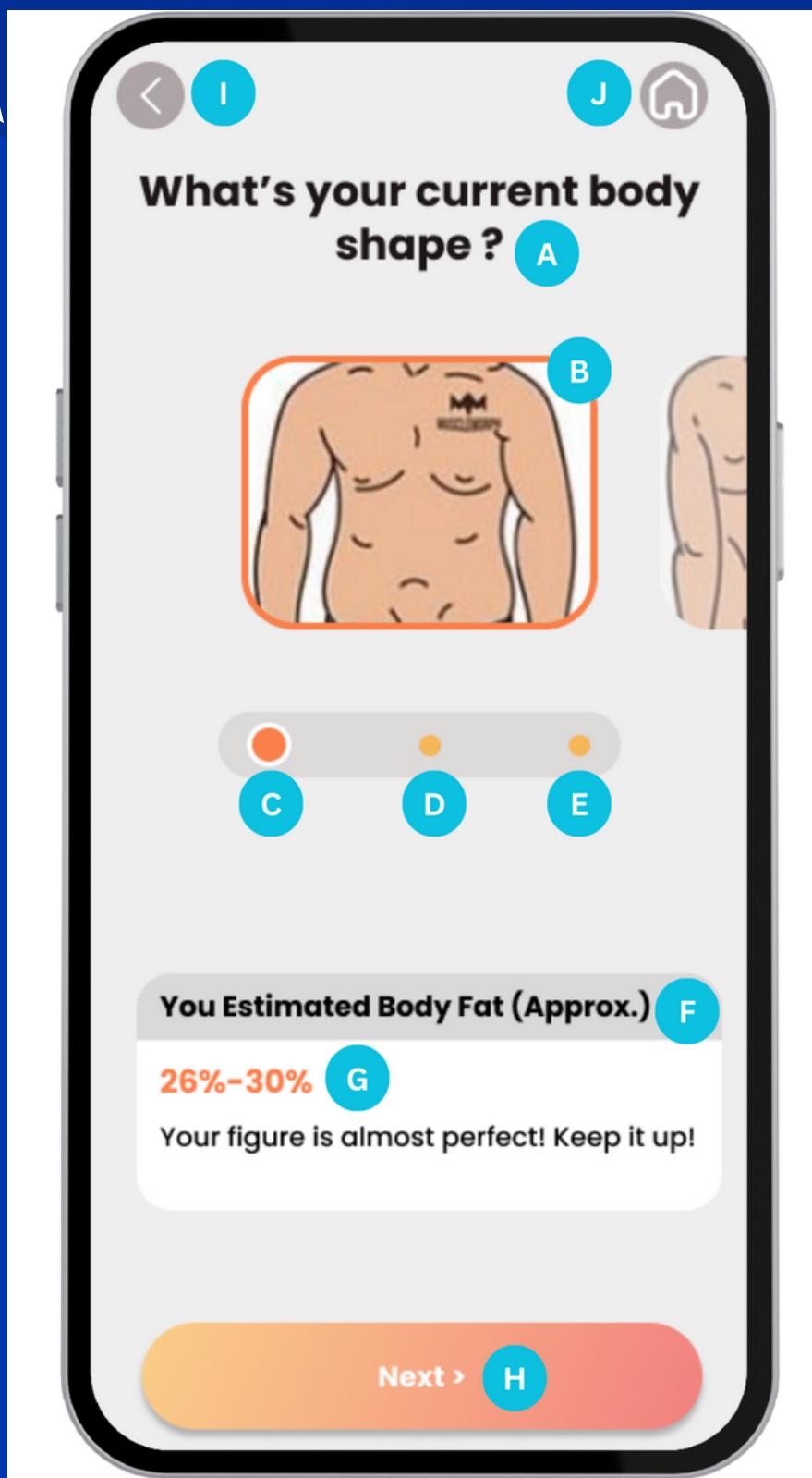
F

ปุ่ม Back

G

ปุ่ม Back to home

CURRENT SHAPE



A

What's your current
body shape ?

B

ຮູບປ່າງຫຸນຕ່າງໆທີ່ໃຫ້ຜູ້ໃຊ້ເລືອກ

C

ປຸ່ມເລືອກຫຸນຂອງຜູ້ໃຊ້

D

ປຸ່ມເລືອກຫຸນຂອງຜູ້ໃຊ້

E

ປຸ່ມເລືອກຫຸນຂອງຜູ້ໃຊ້

F

Your Estimated
Body Fat (Approx.)

G

ຂ້ອມູນການປະມານ Body Fat

H

ປຸ່ມ Next

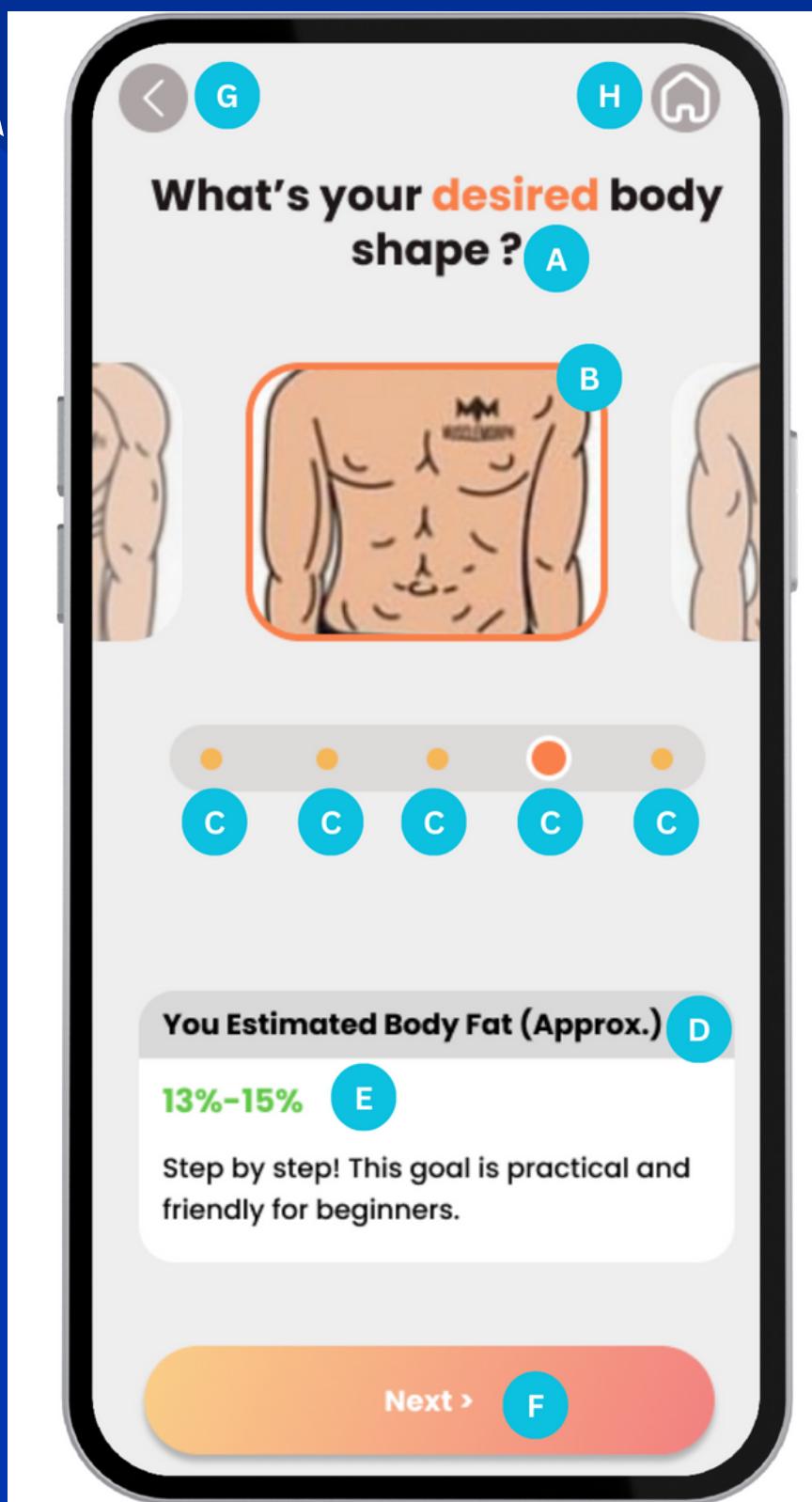
I

ປຸ່ມ Back

J

ປຸ່ມ Back to home

DESIRED SHAPE



A

What's your desired
body shape ?

F

ปุ่ม Next

B

รูปร่างหุ่นต่างๆ ที่ให้ผู้ใช้เลือก

G

ปุ่ม Back

C

ปุ่มเลือกหุ่นของผู้ใช้

H

ปุ่ม Back to home

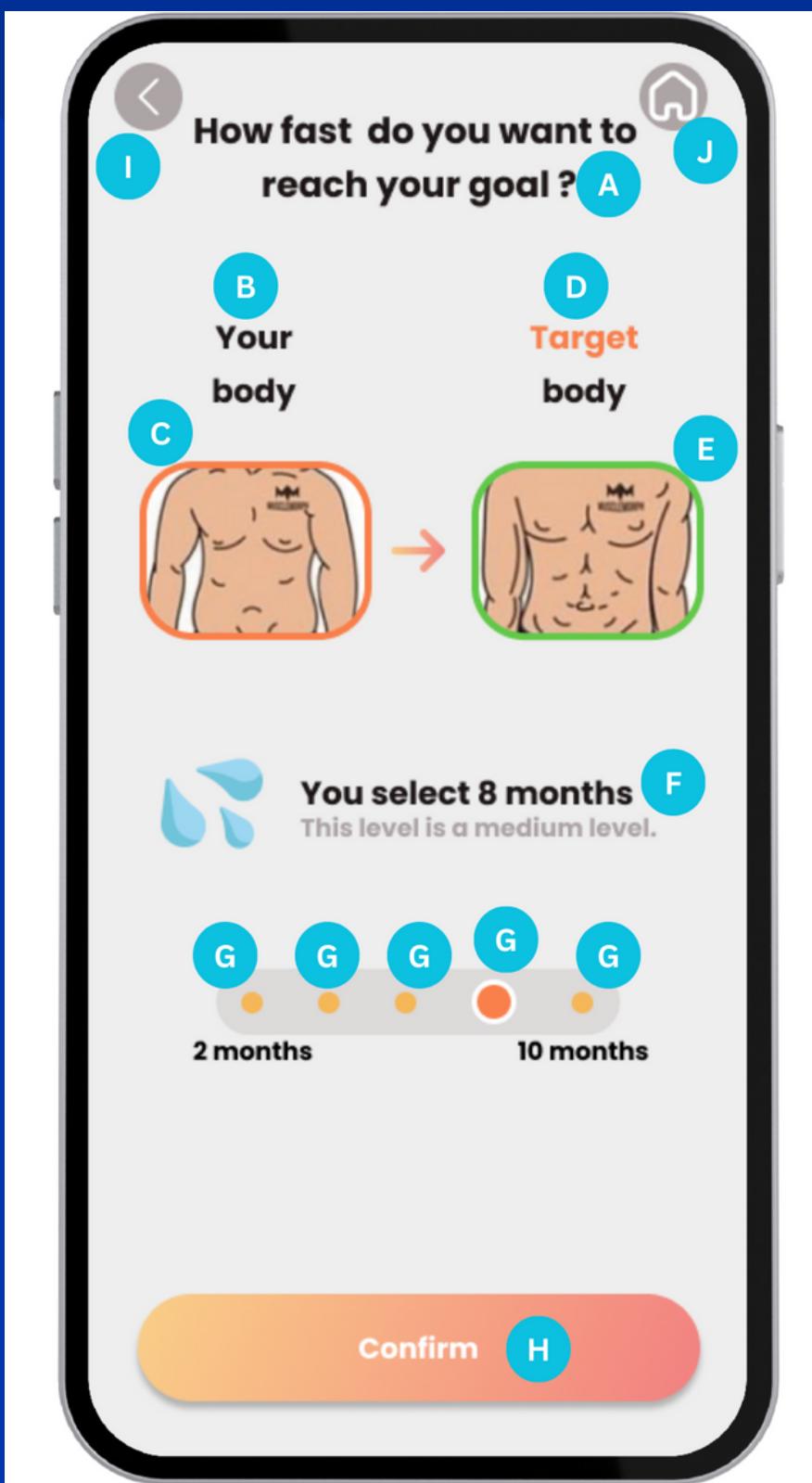
D

Your Estimated
Body Fat (Approx.)

E

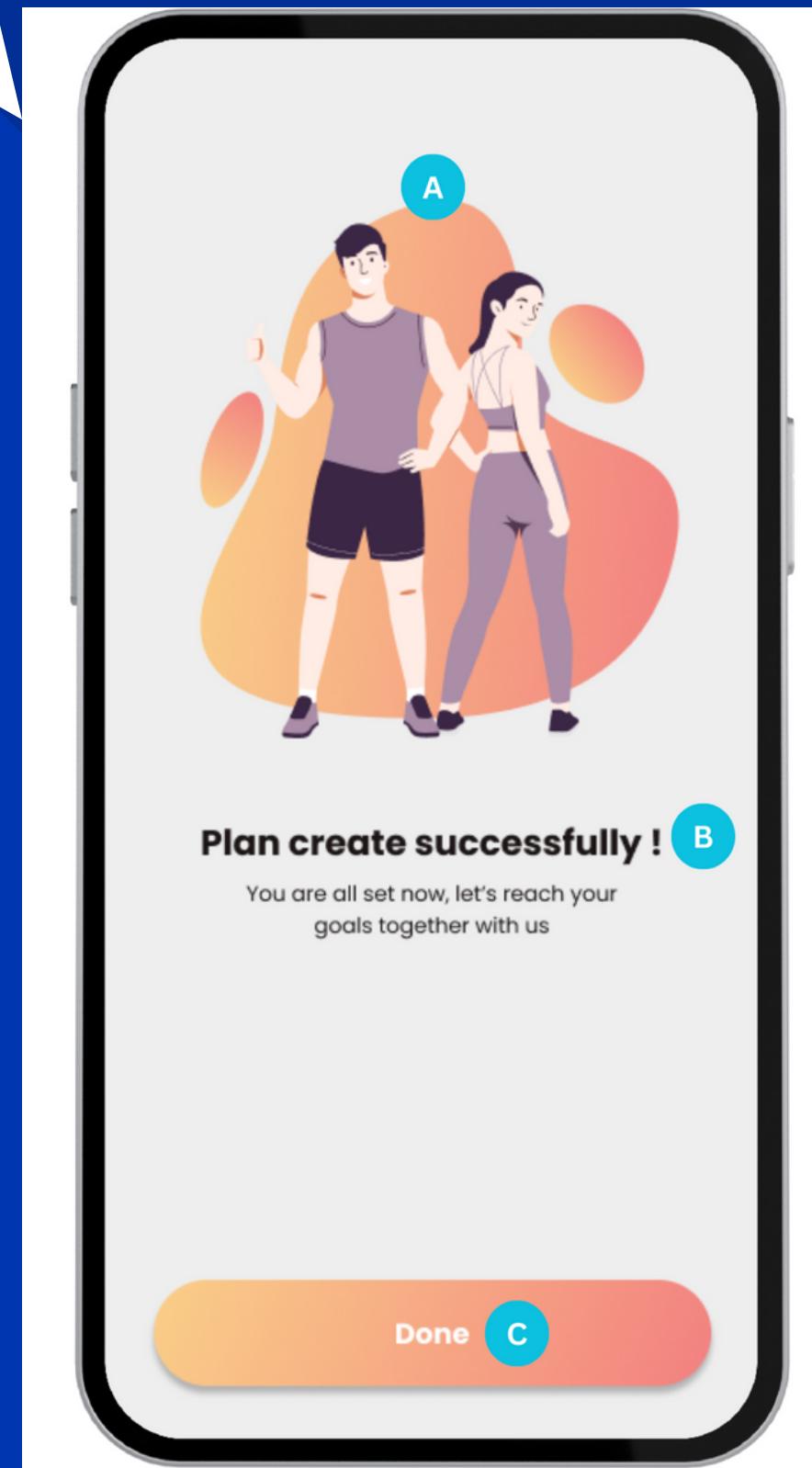
ข้อมูลการประมาณ Body Fat

TIME TO REACH GOAL ?



- | | | | |
|---|---|---|---|
| A | How fast do you want to reach your goal ? | F | ระยะเวลาที่ผู้ใช้เลือก |
| B | Your body | G | ปุ่ม เลือกระยะเวลาที่ผู้ใช้ต้องการจะเปลี่ยนแปลง |
| C | รูปหุ่นที่ผู้ใช้เลือกจากหน้า
Current shape | H | ปุ่ม Confirm |
| D | Target body | I | ปุ่ม Back |
| E | รูปหุ่นที่ผู้ใช้เลือกจากหน้า
Desired shape | J | ปุ่ม Back to home |

PLAN CREATE SUCCESSFULLY



A

B

C

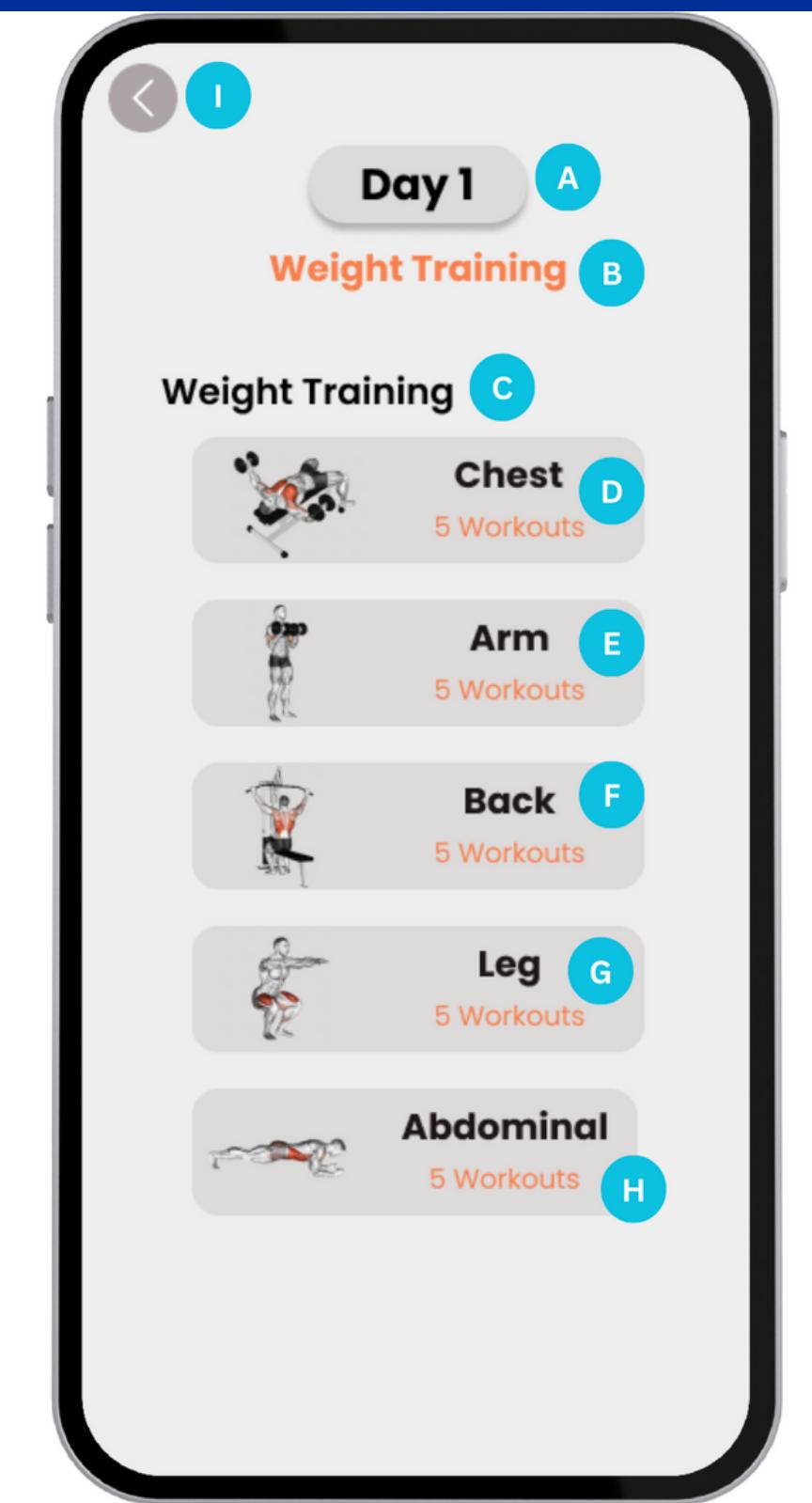
ຮູ່ປາພອນກາສ

Create plan successfully

Plan create successfully!

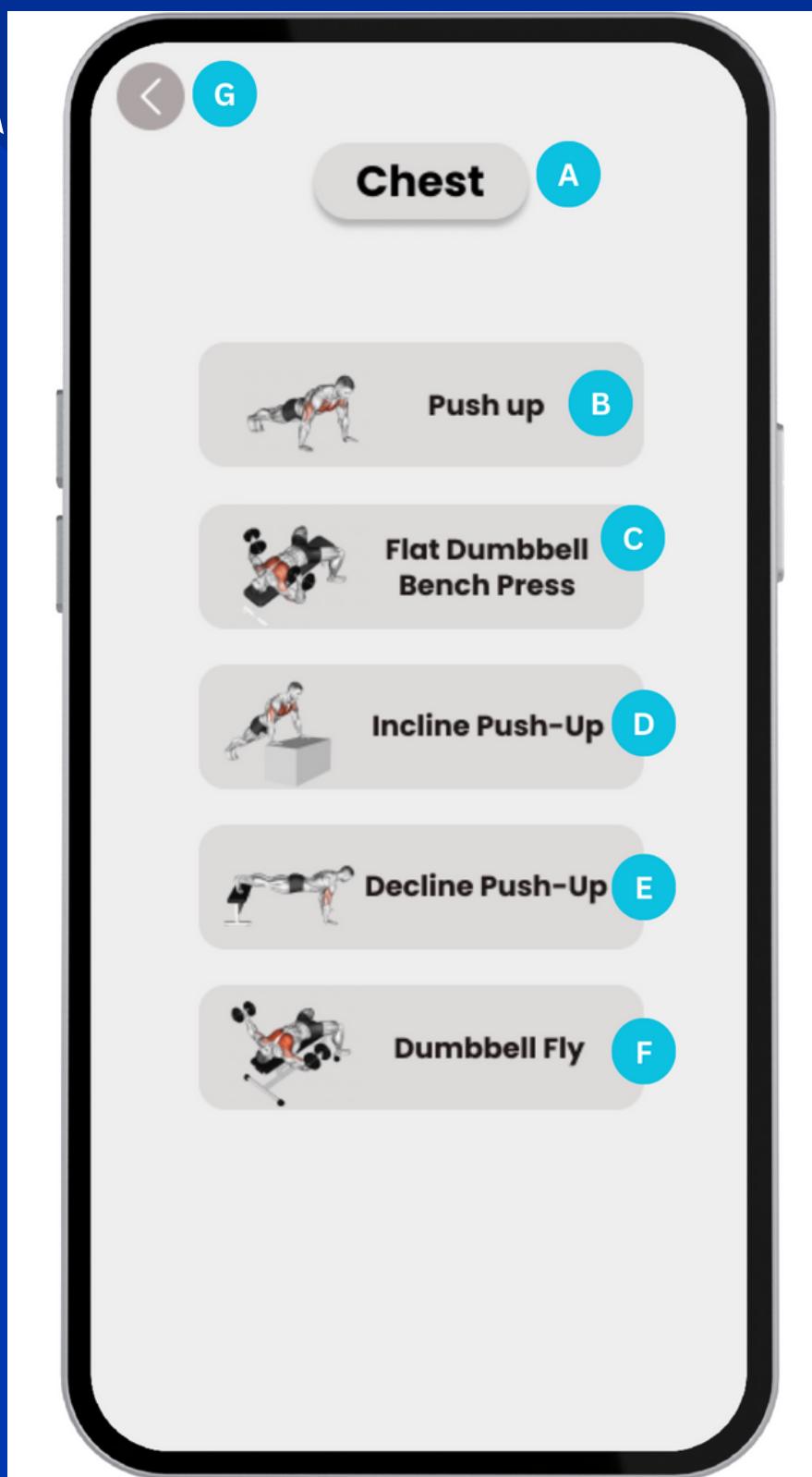
ຢືນ Done

TODAY WORKOUT PLAN



- | | | | |
|----------|---------------------------------|----------|----------------------|
| A | แสดงวันที่ของการออกกำลังกาย | G | ปุ่ม ท่าของLeg |
| B | หัวข้อของการออกกำลังกายในวันนี้ | H | ปุ่ม ท่าของAbdominal |
| C | Weight Training | I | ปุ่ม Back |
| D | ปุ่ม ท่าของChest | | |
| E | ปุ่ม ท่าของArm | | |
| F | ปุ่ม ท่าของBack | | |

CHEST WORKOUT



A

Chest

B

ปุ่มท่าออกกำลังกาย Push up

C

ปุ่มท่าออกกำลังกาย
Flat Dumbbell Bench Press

D

ปุ่มท่าออกกำลังกาย Incline Push-up

E

ปุ่มท่าออกกำลังกาย Decline Push-up

F

ปุ่มท่าออกกำลังกาย Dumbbell Fly

G

ปุ่ม Back

PUSH UP

A

หัวข้อออกกำลังกายท่า Push up

B

รูปของท่าออกกำลังกาย

C

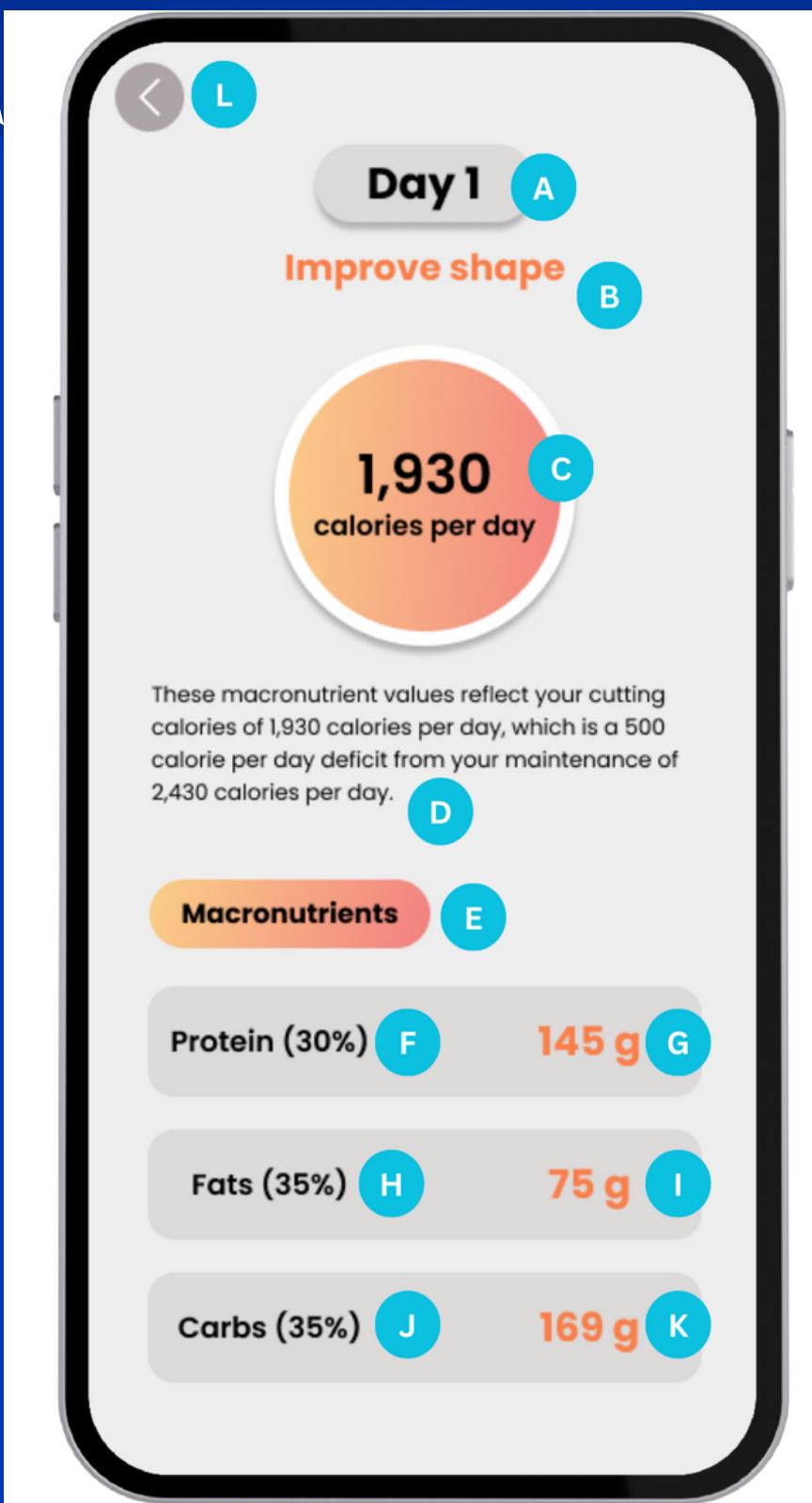
ข้อมูลของการออกกำลังกาย

D

ปุ่ม Back



TODAY CALORIES PLAN



- | | | | |
|----------|--|----------|-------------------------------------|
| A | แสดงวันที่ของ Calories | G | ปริมาณ Protein
ที่ร่างกายต้องการ |
| B | หัวข้อของเป้าหมายที่ผู้ใช้เลือก | H | หัวข้อ Fats |
| C | ปริมาณ calories
ที่ร่างกายต้องการต่อวัน | I | ปริมาณ Fats
ที่ร่างกายต้องการ |
| D | ข้อมูลของจำนวน calories | J | หัวข้อ Carbs |
| E | หัวข้อปริมาณของสารอาหาร
ที่ร่างกายต้องการ | K | ปริมาณ Carbs
ที่ร่างกายต้องการ |
| F | หัวข้อ Protein | L | ปุ่ม Back |

DEVELOPMENT PROCESS



SCRUM ROLES



01

นายบันทิต ราตรีย์ม
(Front-end Developer และ DevOps)



02

นายธนาดล ยังคง
(UX/UI Designer และ Manage Documents)

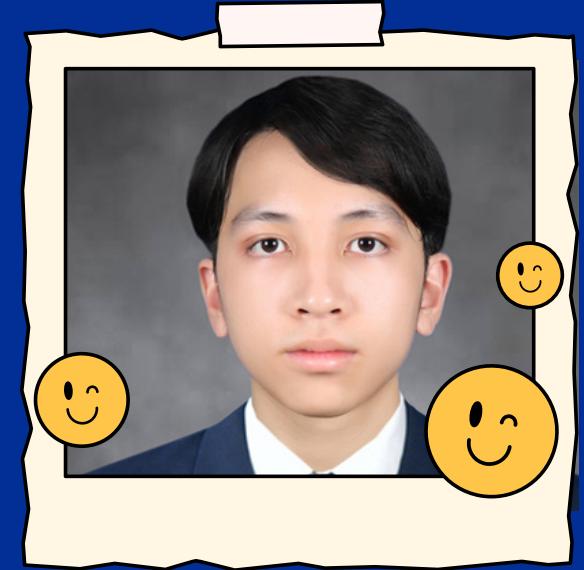


03

นายธีรุตม์ ผลวิจตร
(Front-end Developer และ Scrum Master)

04

นายนพพกรณ์ ศรเดช
(Back-end Developer และ Project Manager)



05

นายพคุณ สาริกะวนิช
(Back-end Developer และ SQL Manager)

SCRUM ROLES

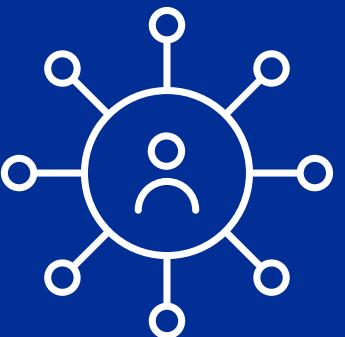
01

Project manager (วางแผนงาน)



02

Dev Op (ติดตามงาน)



03

**Scrum Master
(สรุปประชุม ผลการ sprint scrum)**



SCRUM ARTIFACTS

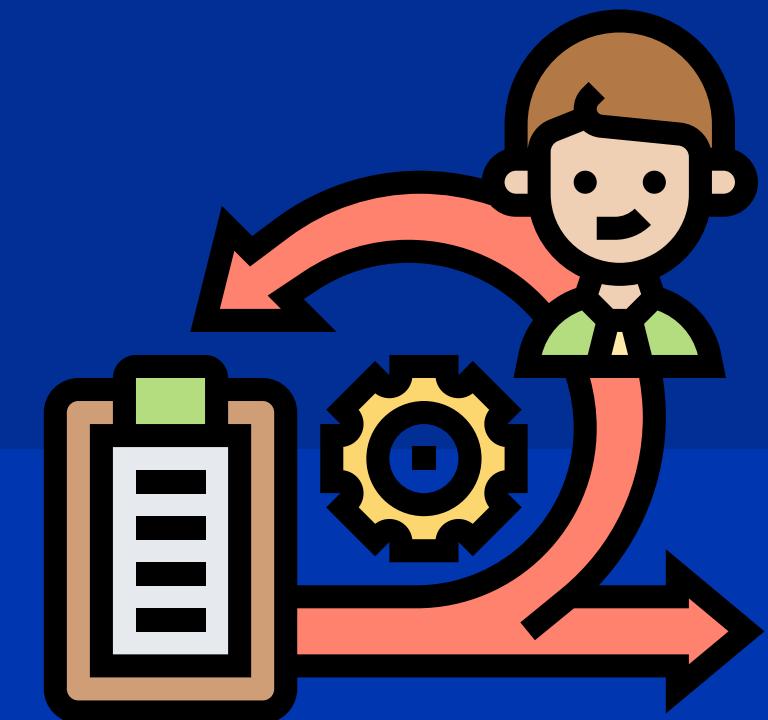


Product Backlog

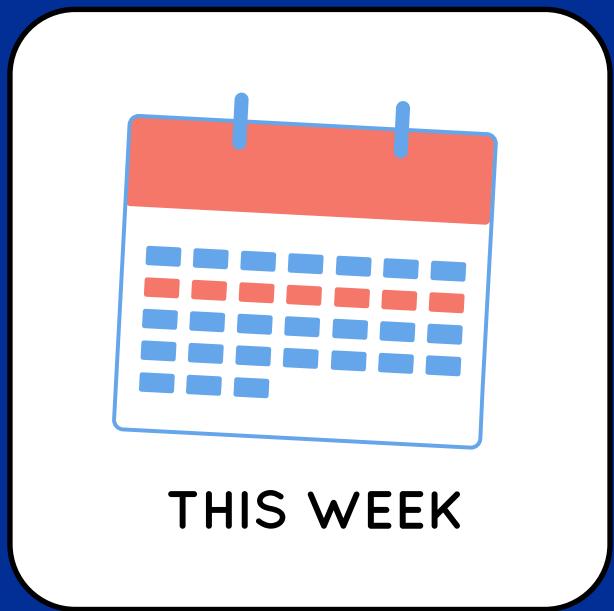
Sprint Backlog

From Sprint 1-5

Burndown Chart



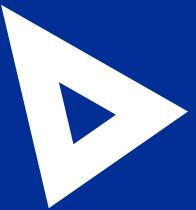
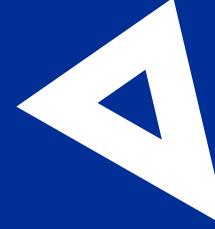
SCRUM MEETING



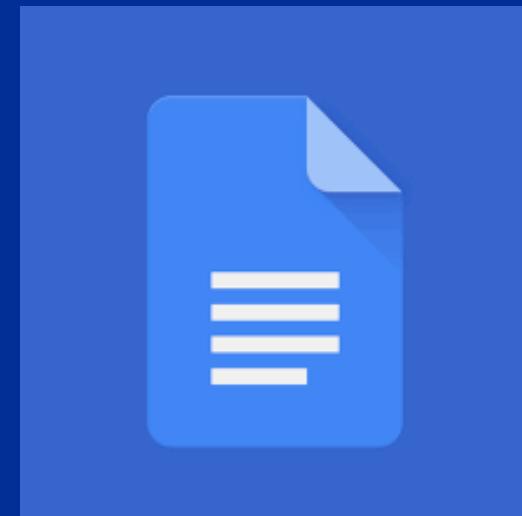
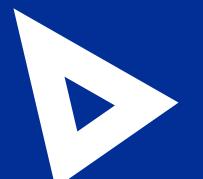
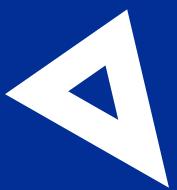
นิยามคำว่า Weekly Scrum ขึ้นมาเพื่อใช้แทน Daily Scrum

WEEKLY SCRUM คืออะไร?

คือ การทำ Scrum meeting ที่เปลี่ยนจากการทำ Daily scrum
เนื่องจาก Daily scrum มีเนื้อหาการประชุมที่ซ้ำๆ จบทุกไป ดังนั้นจึง^๑
เกิด Weekly scrum คือจะเป็นการนัดประชุมตามระยะเวลา Sprint
review โดยใน 1 sprint จะมีประชุม 2 ครั้ง



TRACKING PROCESS



BURNDOWN CHART

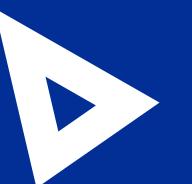


PRODUCT BACKLOG



Product Backlog	Priority
หาข้อมูลการออกกำลังกาย	1
หาข้อมูลอาหารโภชนาการ	1
Tree + Flowchart	1
เพิ่มหน้าเลือกหุ่นตอนเริ่ม	1
เพิ่มหน้าเลือกหุ่นที่ต้องการ	1
เพิ่มหน้าใส่สีน้ำหน้ากดตอนจบแต่ละวีค	1
ความเข้มข้นที่เพิ่มขึ้นของ plan แต่ละกลุ่มเป้าหมาย	1
plan โภชนาของแต่ละกลุ่ม	1
Current body page	1
Error message	1
Desired body page	1
ปรับปรุงในการออกกำลังกาย	1
เก็บ ข้อมูล input และหน้า	1
query ข้อมูลในแต่ละหน้าให้แสดงผลที่ได้ตามรูปแบบ	1
ศึกษา tool หน้าบ้าน/หน้าบ้าน (eg. flutter sqllite)	2
Sign-up & login page	2
User planning info page	2
Navbar	2
Profile page	2
หน้า notification	2
หน้าเลือกน้ำหนัก	2
แก้ไข ER diagram ให้เข้ากับ requirement ใหม่	2
Responsive (ทุกหน้า)	2
แก้ไข Algorithm ให้เหมาะสมกับท่าออกกำลังกาย	2
การเลือก plan ให้เข้ากับข้อมูลที่เลือกตาม แนว	2
จัดเมืองหน้า UI	3
ออกแบบหน้า UI	3
ER Diagram	3
ลง code ระบบ login	3
ใส่ข้อมูลในหน้า Today plan	3
เพิ่มหน้า today meal plan	3
ปรับ weight scroll	3
สร้างระบบค่านวณการโภชนา	3
วางแผน Database	4
ทำ demo ระบบสร้าง plan	4
ทำแบบสอบถาม	5
จัดเรียง requirement	5
พาราเดิน	5

DEFINITION OF DONE



01

Confirm

หลังจากประชุม weekly scrum กันแล้วทุกคน
เห็นด้วยว่าเสร็จเรียบร้อย

02

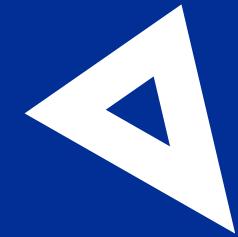
No problem

ไม่มีข้อผิดพลาดหรือปัญหาใน backlog นั้น ๆ

03

Complete

พังก์ชันในโค้ดสามารถทำงานได้ตามปกติ



SPRINT 1 BACKLOG



To-do 0

In-Progress 2

Done 5

ออกแบบหน้า UI

ออกแบบ Database

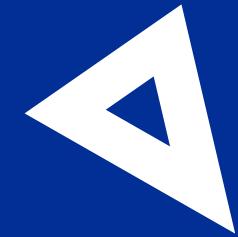
หาข้อมูลอาหารโภชนาการ

หาข้อมูลการอุปกรณ์กำลังกาย

เก็บ requirement

จัดแบ่งหน้า UI

ศึกษา tool หน้าบ้าน/หลังบ้าน (eg. flutter sqllite)



SPRINT 2 BACKLOG



To-do 0

In-Progress 2

Done 7

ทำหน้า Profile ของ user

ทำหน้า Dashboard ทั้งต้องมี
Plan และยังไม่มี Plan

Navbar
(Maintab view)

Tree diagram +
Flowchart

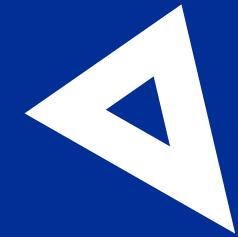
ออกแบบ Database

ER Diagram

Sign-up & login
page

Paradigm

ออกแบบหน้า UI



SPRINT 3 BACKLOG



To-do 0

In-Progress 4

Done 9

เพิ่มหน้าใส่รหัสผ่านตอนจบ
แต่ละวีค

เพิ่มหน้าเลือกท่าคาดิโอ

ทำหน้าเลือกหน้าหนัง

ทำ demo ระบบสร้าง
plan

แก้ไข ER diagram ให้เข้ากับ
requirement ใหม่

เพิ่มหน้าเลือกหุ่นที่
ต้องการ

ลง code ระบบ login

ทำหน้า Dashboard กั้งตอนที่
มี Plan และยังไม่มี Plan

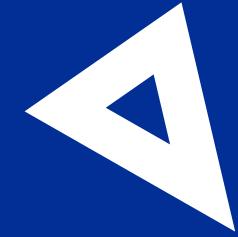
ความเข้มข้นที่เพิ่มขึ้นของ plan
แต่ละกลุ่มเป้าหมาย

ทำหน้า Profile

plan โภชนา
ของแต่ละกลุ่ม

ทำหน้า Notification

เพิ่มหน้าเลือกหุ่น
ตอนเริ่ม



SPRINT 4 BACKLOG



To-do 0

In-Progress 2

Done 10

Current body page

Desired body page

เพิ่มหน้าใส่หน้าหนักตอน
จบแต่ละวีค

ใส่หน้าข้อมูลในหน้า
Today Plan

ทำ Demo plan

เพิ่มหน้า Today
Meal Plan

Responsive (ทุกหน้า)

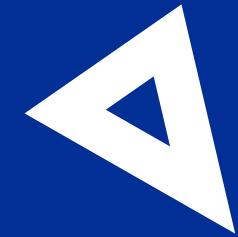
ปรับก่าในการออกแบบ
กำลังกาย

ปรับ weight scroll

ทำหน้าเลือกหน้าหนัก

แก้ไข Algorithm ให้เหมาะสม
สมกับก่าออกแบบกำลังกาย

Error message



SPRINT 5 BACKLOG



To-do 0

In-Progress 0

Done 6

Current body page

Desired body page

เก็บ ข้อมูล input แต่ละหน้า

การเลือก plan ให้เข้า
กับข้อมูลที่เลือกตาม
แบบ Algorithm

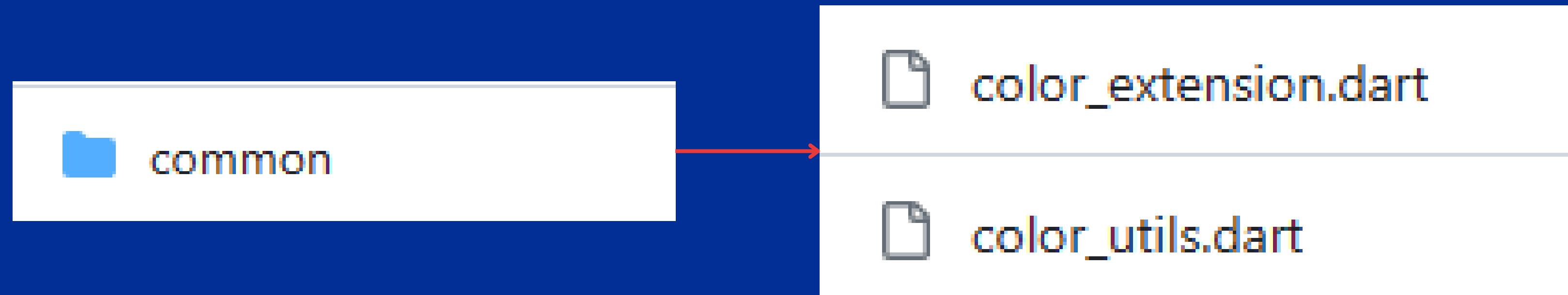
สร้างระบบคำนวณการ
โภชนา

query ข้อมูลในแต่ละหน้าให้แสดงผลที่ได้
ตามรูปแบบ

CODING STANDARD



ໄວເດອສ COMMON



ເກີບ color_widget

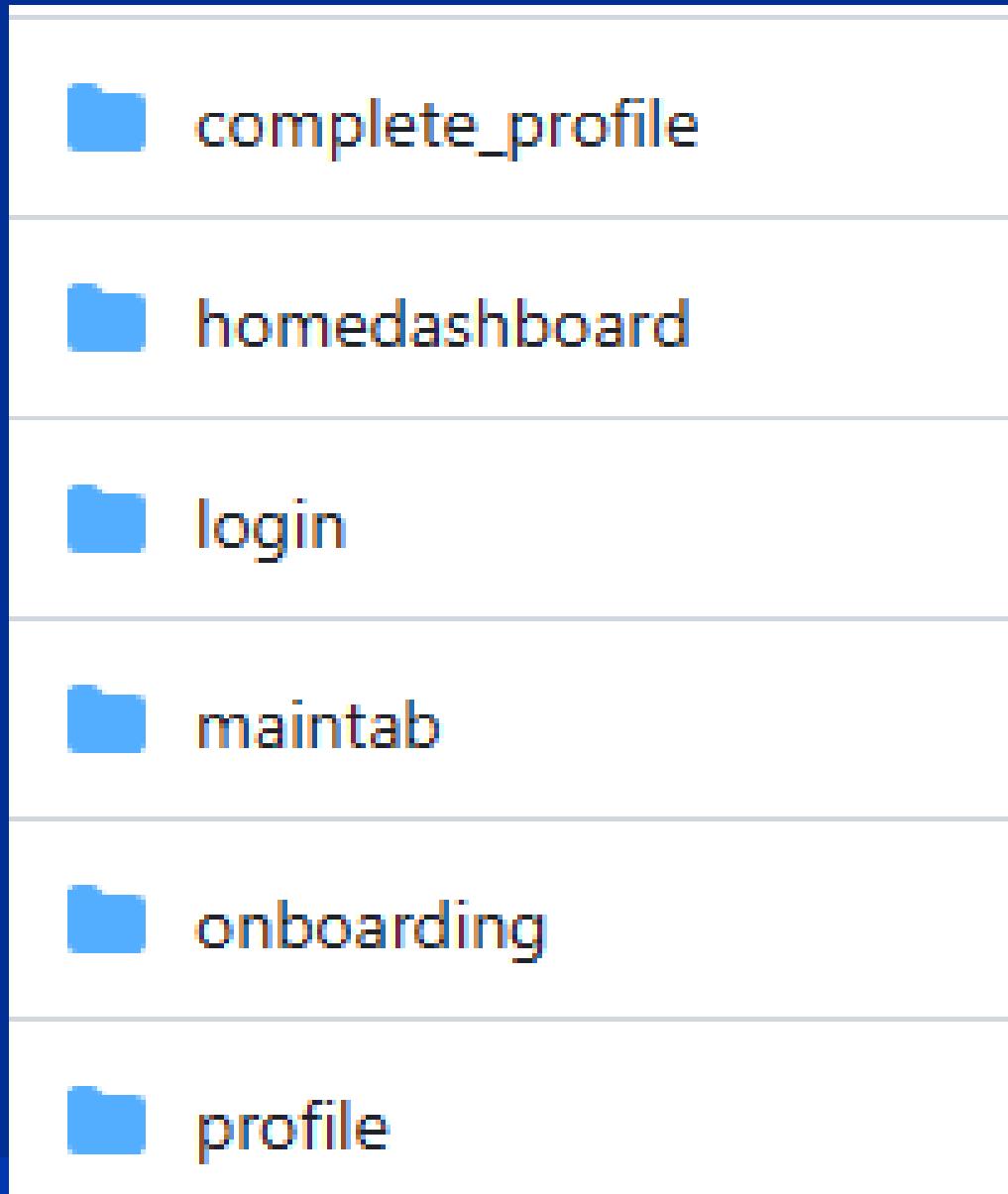
ໄວເດອີ່ COMMON_WIDGET



ເກີບ widget ກັ້ນມາດຂອງແລ້ວ

age_scrollwheel.dart
carousel_silder.dart
date_utils.dart
gender_button.dart
gradient_circular.dart
height_scrollwheel.dart
onboarding_page.dart
photo_button.dart
round_button.dart
round_button_create.dart
round_textfield.dart
setting_edit_row.dart
setting_notification_row.dart
setting_row.dart
setting_setting_row.dart
tab_button.dart
weight_scrollwheel.dart

ໄວເລອດ VIEW



ເກີບໜ້າຈອແສດງພລແຕ່ລະ Page / Interface ຂອນແວ

ຕົວຢ່າງ

ກາຍໃນໄວ້VIEW

```
class SignUpView extends StatefulWidget {  
  const SignUpView({super.key});  
  
  @override  
  State<SignUpView> createState() => _SignUpViewState();  
}  
  
class _SignUpViewState extends State<SignUpView> {  
  bool isChecked = false;  
  bool isPasswordObscured = true;  
  bool isConfirmPasswordObscured = true;
```

ຕົວອຍ່າງການໃຊ້ງານ

```
1 import 'package:flutter/material.dart';
2 import 'package:fitpang/common/color_extension.dart';
3 import 'package:fitpang/common_widget/round_button.dart';
4 import 'package:fitpang/common_widget/age_scrollwheel.dart';
5 import 'package:fitpang/view/complete_profile/height_view.dart';
6 import 'package:fitpang/view/maintab/maintab_view.dart';
7 
```

import ໃຫ້ widget ແລະ ໃຫ້ view ໃຊ້ໃນການເສື່ອມໄປຢັງທັງໝົດໆ

ໄລດອສ VIEW

```
15  
16 class _SignUpViewState extends State<SignUpView> {  
17     final TextEditingController firstNameController = TextEditingController();  
18     final TextEditingController lastNameController = TextEditingController();  
19     final TextEditingController emailController = TextEditingController();  
20     final TextEditingController passwordController = TextEditingController();  
21     final TextEditingController confirmPasswordController = TextEditingController();  
22     final TextEditingController _dateController = TextEditingController();  
23  
24     bool isChecked = false;  
25     bool isPasswordObscured = true;  
26     bool isConfirmPasswordObscured = true;
```

```
> Future<List<Map<String, Object?>>> getExbymuscle( ...  
> Future<Map<String, Object?>> getExbycode(String code, String? pattern) async { ...  
> Future<Map<String, Object?>> getWeek(int userId) async { ...  
> Future<Map<String, Object?>> getNut(int userId) async { ...  
> Future<Map<String, Object?>> getEvent(int userId) async { ...
```

ຈັດຮະເບຍບໍ່ອຕົວແປຣ ແລະ ບໍ່ອຟັງກົນ ຕ່າງ ຣ ໃຫ້ອູ້ໃນຮູບແບບເດືອກັນ
ເພື່ອໃຫ້ເປັນຮະເບຍບ ແລະ ຈ່າຍຕ່ອກການກຳຈານຮ່ວມກັນ



SELF-EVALUATION

SUCCESS GOALS

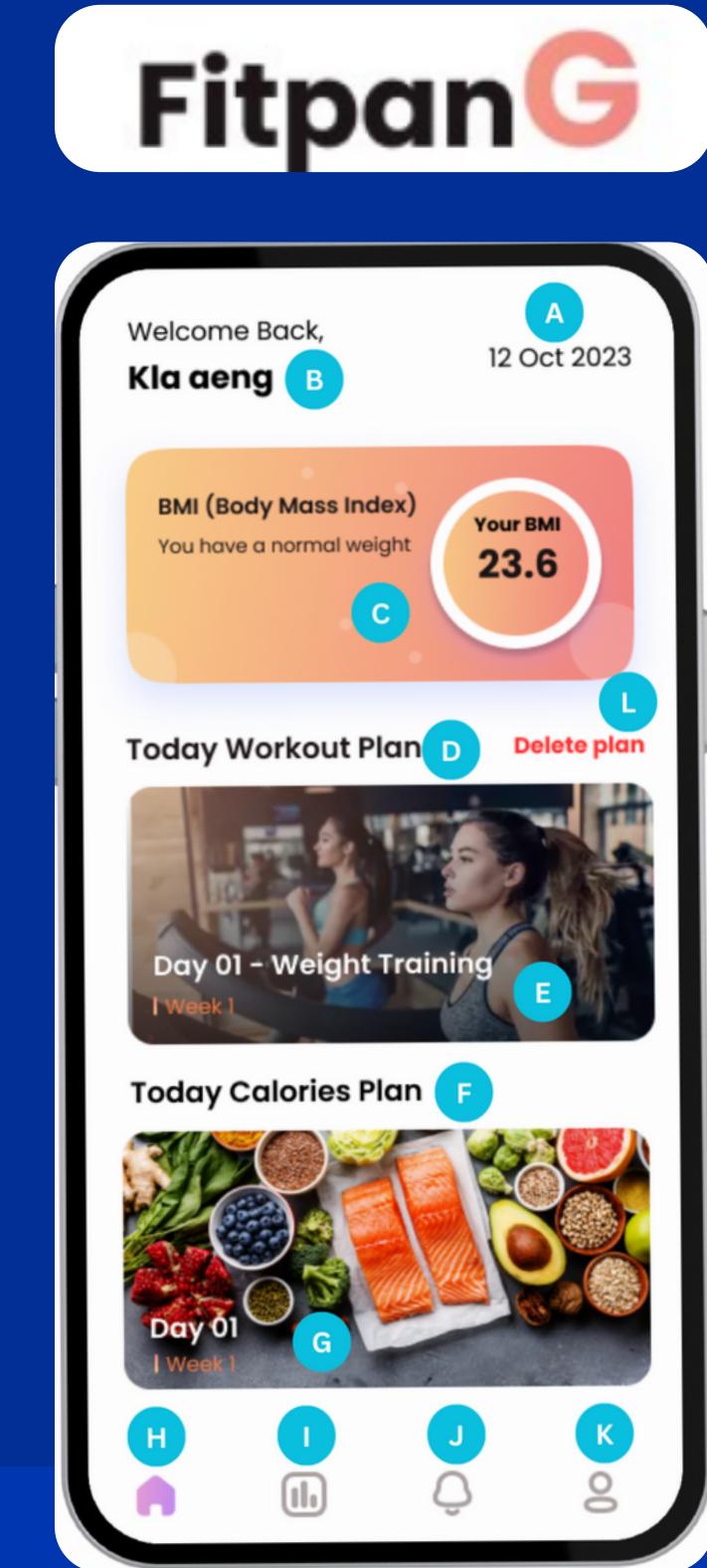


Useable

goal

Easy to use

shape



Plan

BMI

Event

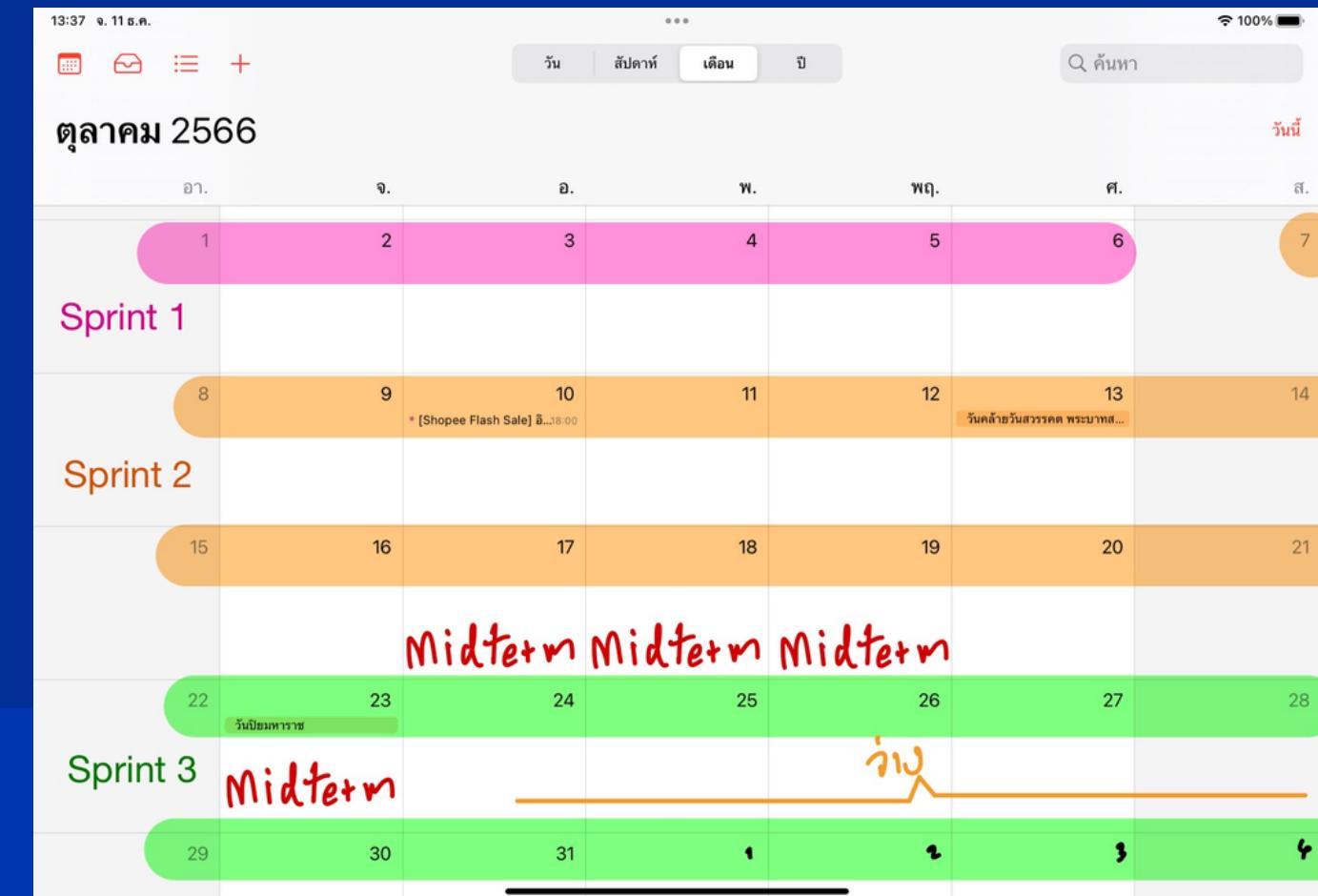
gender



PROBLEM



FitpanG



FUTURE DEVELOPMENT



FitpanG



FitpanG

PROCESS SUMMARY



HOW TO USE

FitpanG



THANK YOU



— ■ ■ ■

เริ่มกี่ตัวเอง รักตัวเองให้มากๆ เพราะสุขภาพกี่ดีเราเลือกเองได้