



École Nationale Supérieure d'Arts et Métiers  
Université Hassan II de Casablanca

**Master Big Data & Internet des Objets (BDIO)**

# **Système IoT de Suivi d'Activité Physique**

**StepFit**

Raspberry Pi Pico WH avec Capteur MPU6500

Module : Embedded Systems

**Réalisé par :**

ELKHALI Omar  
Badr-eddine EL AFI  
MOUAD KARMA  
Farouk El Ouassif

**Encadré par :**

Pr. YOUSSEF BABA

Année Universitaire 2025-2026

## **Résumé**

StepFit est un bracelet connecté IoT développé avec Raspberry Pi Pico WH et MPU6500. Ce rapport justifie chaque décision technique : choix matériel, protocoles de communication, algorithmes de traitement et méthodes de calcul. Les solutions retenues optimisent le rapport coût/performance/autonomie tout en garantissant une précision scientifique validée (98.25%).

## **Table des matières**

# 1 Justifications des Choix Matériels

## 1.1 Pourquoi le Raspberry Pi Pico WH ?

**Alternatives étudiées :** Arduino Nano 33 IoT (30€), ESP32 (8€), STM32 (12€)

**Décision finale :** Raspberry Pi Pico WH (7€)

**Justifications techniques :**

- **Processeur RP2040 dual-core 133 MHz** : Permet traitement en temps réel avec un cœur dédié au Bluetooth et l'autre aux calculs (impossible sur Arduino Uno monocoire 16 MHz)
- **264 KB SRAM** : Suffisant pour buffer de 100 échantillons + pile Bluetooth (Arduino : 2 KB insuffisant)
- **Bluetooth 5.2 intégré** : Elimine besoin module externe HC-05 (7€ économisés) contrairement à Arduino
- **MicroPython** : Développement 3x plus rapide que C++ embarqué (validé par Vasconcelos, 2018)
- **Consommation 80 mW** : Meilleure que ESP32 (160 mW) pour application portable

## 1.2 Pourquoi le MPU6500 ?

**Alternatives :** ADXL345 (3-axes), LSM6DS3 (6-axes), BMI160 (6-axes)

**Décision :** MPU6500 (5€)

**Justifications :**

- **6 axes (3 accéléromètres + 3 gyroscopes)** : Permet distinction marche/course via gyroscope (ADXL345 : 3 axes insuffisants)
- **Précision 16 bits** : Résolution 0.0012 g/LSB pour détecter micro-mouvements (Zhao 2010 : seuil 0.15g nécessite min 12 bits)
- **Fréquence 50 Hz** : Cadence marche humaine 0.5-2 Hz, théorème Shannon exige 4 Hz minimum (50 Hz = marge sécurité)
- **I2C natif** : Communication 400 kHz sans convertisseur (SPI plus complexe pour débutants)
- **Bruit 400  $\mu\text{g}/\sqrt{\text{Hz}}$**  : 5x meilleur que ADXL345 (2000  $\mu\text{g}/\sqrt{\text{Hz}}$ ) validé par Fortune, 2014

## 1.3 Pourquoi Bluetooth et pas WiFi ?

**Comparaison énergétique :**

- **Bluetooth LE** : 10-30 mW transmission, portée 10m suffisante pour bracelet-smartphone
- **WiFi** : 150-300 mW transmission, portée 50m inutile, batterie réduite à 3h

**Conclusion :** BLE choisi pour autonomie 10h vs 3h WiFi (Gomez, 2012)

## 2 Justifications des Méthodes de Traitement

### 2.1 Pourquoi Signal Vector Magnitude (SVM) ?

**Alternatives :** Analyse mono-axe Z, Analyse multi-axes séparées

**Décision :** SVM combiné 3 axes

$$\text{SVM} = \sqrt{a_x^2 + a_y^2 + a_z^2} \quad (1)$$

**Justifications scientifiques :**

- **Invariance d'orientation :** Bracelet efficace quelle que soit position poignet (Bouten, 1997 : erreur <2% vs 15% mono-axe)
- **Robustesse aux rotations :** Gyroscope non nécessaire pour détection pas, économie calcul
- **Standard industriel :** Fitbit, Apple Watch, Xiaomi utilisent SVM (brevets US8,929,590)

### 2.2 Pourquoi Filtre IIR et pas FIR ?

**Alternatives étudiées :** Filtre FIR ordre 20, Filtre Butterworth ordre 4, Kalman

**Décision :** IIR passe-bas 1er ordre  $\alpha = 0.2$

## 3 Justifications Algorithme de Détection

### 3.1 Pourquoi Seuil 0.15g ?

**Alternatives testées :** 0.10g (trop sensible), 0.20g (rate pas lents), 0.25g (rate marche lente)

**Tests comparatifs (100 pas réels) :**

Seuil	DéTECTÉS	Faux+	Erreur
0.10g	103	3	3%
<b>0.15g</b>	<b>99</b>	<b>1</b>	<b>1%</b>
0.20g	94	0	6%

**Justifications :** Zhao (2010), Oner (2012), Fortune (2014) démontrent 0.15g optimal pour marche 2-8 km/h (plage 95% population)

### 3.2 Pourquoi Délai 250 ms ?

**Cadence humaine mesurée :**

- Marche lente : 80 pas/min = 750 ms/pas
- Marche normale : 110 pas/min = 545 ms/pas
- Course : 180 pas/min = 333 ms/pas

— Course rapide : 240 pas/min = 250 ms/pas (limite physiologique)  
**Décision** : 250 ms = valeur minimale universelle évitant double-comptage

## 4 Justifications Modèles de Calcul

### 4.1 Pourquoi Modèle de Weinberg ?

**Alternatives** : GPS (erreur 5m urbain), Accéléromètre double intégration (dérive 15%), Comptage simple (ignore taille utilisateur)

**Décision** : Modèle Weinberg paramétrique

$$L_{\text{stride}} = h \times k \quad \text{avec } k = \begin{cases} 0.415 & \text{homme} \\ 0.413 & \text{femme} \end{cases} \quad (2)$$

**Justifications** :

- **Précision** : Erreur 3-5% validée sur 500 sujets (**Weinberg, 2002**)
- **Universalité** : Coefficients ajustés pour population mondiale 1.50m-2.00m
- **Simplicité** : Aucun calibrage requis vs Kalman (15 min calibrage marche)
- **Temps réel** : Calcul instantané vs GPS (délai 1-3s, consommation 500 mW)

### 4.2 Pourquoi ACSM et pas METs ?

**Alternatives** : Tables METs (Ainsworth 2011), Équations ACSM complètes, Formules Harris-Benedict

**Décision** : ACSM simplifiée

$$E = \text{steps} \times m \times 0.00035 \times 0.75 \quad (3)$$

**Justifications** :

- **Standard médical** : ACSM = référence mondiale cardiologie/pneumologie
- **Précision** :  $\pm 6\%$  vs calorimétrie indirecte (**ACSM, 2018**)
- **Adaptabilité** : Facteur 0.75 ajuste selon intensité (0.6 marche lente, 0.9 course)

### 4.3 Calcul des Calories Brûlées

**Comment calculer l'énergie dépensée ?**

On utilise les équations officielles de l'**American College of Sports Medicine (ACSM, 2018)** simplifiées par **Ainsworth (2011)** :

$$\text{Calories (kcal)} = \text{Nombre de pas} \times \text{Poids (kg)} \times 0.00035 \times 0.75 \quad (4)$$

**Exemple** : Pour 10000 pas avec un poids de 70 kg :

- Calories =  $10000 \times 70 \times 0.00035 \times 0.75 = 184$  kcal
- Précision : erreur moyenne de 6% par rapport aux mesures professionnelles

## 5 Communication Sans Fil avec le Smartphone

### 5.1 Comment les Données Arrivent sur Votre Téléphone ?

Le bracelet utilise le **Bluetooth Low Energy (BLE)** - la même technologie que les écouteurs sans fil ou les montres connectées. C'est une connexion sans fil qui consomme très peu d'énergie.

### 5.2 Format des Messages

## 6 Justifications Protocoles Communication

### 6.1 Pourquoi Nordic UART Service (NUS) ?

**Alternatives BLE :** Custom GATT (complexe), HID (clavier/souris inadapté), Health Thermometer Profile

**Décision :** NUS (UUID 6E400001-B5A3-F393-E0A9-E50E24DCCA9E)

**Justifications :**

- **Simplicité :** Format texte ASCII vs binaire GATT (débugage facile)
- **Universalité :** Compatible tous smartphones sans driver spécifique
- **Débit :** 20 bytes/paquet à 7.5 ms = 21 kbps suffisant (données 50 bytes/s)
- **Batterie :** Mode notification évite polling (économie 70% vs mode lecture)

**Format messages :** STEP :1523, VELOCITY :5.2, DISTANCE :2.4, CALORIES :150

### 6.2 Pourquoi Flutter pour Application ?

**Alternatives :** React Native, Kotlin natif, Swift natif

**Décision :** Flutter avec flutter\_blue\_plus

**Justifications :**

- **Cross-platform :** 1 codebase iOS+Android (budget développement  $\div 2$ )
- **BLE natif :** flutter\_blue\_plus mature (10M+ téléchargements)
- **Performance :** Dart AOT compilé = vitesse native (60 FPS garantis)

## 7 Validation et Performances

### 7.1 Méthodologie de Test

**Protocole :** 4 testeurs, 100 pas comptés manuellement par activité, 5 répétitions

Activité	Réels	DéTECTÉS	Précision
Marche 3 km/h	100	98	98%
Marche 5 km/h	100	99	99%
Marche 7 km/h	100	99	99%
Course 10 km/h	100	97	97%
<b>Moyenne</b>	<b>400</b>	<b>393</b>	<b>98.25%</b>

**Comparaison commerciale :** Fitbit (98%), Apple Watch (97%), Xiaomi Band (96%) - StepFit compétitif

## 7.2 Bilan Énergétique

**Consommations mesurées :**

- Pico WH : 50 mW (Bluetooth actif) + 15 mW (calculs) + 15 mW (I2C/MPU6500) = **80 mW total**
- Batterie LiPo 500 mAh (3.7V = 1.85 Wh) :  $1850 \text{ mWh} \div 80 \text{ mW} = \mathbf{23h \text{ autonomie théorique}}$
- Autonomie réelle : 10h (duty cycle 43% avec veille intelligente)

## 8 Conclusion et Perspectives

### 8.1 Synthèse des Décisions Optimales

Chaque choix technique maximise un critère spécifique :

Composant	Critère	Gain vs Alternative
Pico WH	Coût/Performance	-23€ vs Arduino IoT
MPU6500	Précision/Bruit	5x meilleur SNR ADXL345
BLE	Autonomie	3x batterie vs WiFi
IIR $\alpha=0.2$	Latence	20x plus rapide FIR
Seuil 0.15g	Précision	98% vs 94% (0.20g)
Weinberg	Universalité	0 calibrage vs Kalman
ACSM	Standard	Médical certifié
NUS	Simplicité	ASCII débogage
Flutter	Budget	Moitié coût natif

### 8.2 Validation Scientifique

**Conformité standards :**

- Algorithmes : **Bouten (1997)**, **Zhao (2010)**, **Weinberg (2002)**
- Précision 98.25% conforme **Fortune (2014)** : "acceptable >95%"
- Calories : équations **ACSM (2018)** standard médical international

## 8.3 Évolutions Justifiées

### Améliorations coût-bénéfice :

- **Baromètre BMP280** (+2€) : Détection étages, précision altitude
- **Machine Learning** : TinyML reconnaissance activités (natation, vélo), RAM suffisante (264 KB)
- **Capteur cardiaque MAX30102** (+5€) : Zones fréquence cardiaque, calories précises  $\pm 3\%$

## Références

- [1] Bouten, C. V., et al. (1997). *Triaxial accelerometer for daily physical activity assessment*. IEEE Trans. Biomed. Eng., 44(3), 136-147. DOI : 10.1109/10.554760
- [2] Zhao, N. (2010). *Pedometer design with 3-axis accelerometer*. Analog Dialogue, 44(06).
- [3] Fortune, E., et al. (2014). *Validity of tri-axial accelerometers for step counting at various gait velocities*. Med. Eng. Phys., 36(6), 659-669.
- [4] Weinberg, H. (2002). *ADXL202 in pedometer applications*. Analog Devices AN-602.
- [5] ACSM (2018). *Guidelines for Exercise Testing* (10th ed.). ISBN : 978-1496339065
- [6] Smith, S. W. (1997). *Digital Signal Processing Guide*. California Tech. Pub.
- [7] Gomez, C., et al. (2012). *BLE : Overview and Comparison with ZigBee*. IEEE Comm. Mag.
- [8] Vasconcelos, L. (2018). *MicroPython for IoT : Rapid Prototyping*. Embedded Systems Conf.