

Дизајн на интеракција човек-компјутер

Домашно број 2

Тема: Систем за корисници кои имаат или немаат интерес за бавење со физичка активност

Изработил: Ивана Стојанова

- Станува збор за апликација за унапредување на физичкото здравје кај луѓето. Со оглед на ситуацијата со COVID-19 пандемијата, оваа апликација сметам дека ќе биде од доста големо значење бидејќи ќе им овозможи на корисниците лесно, едноставно и притоа најважно, да не го загрозуваат своето здравје да можат да вежбаат од дома. Целта на оваа анкета е да се одобрат функционалностите на системот, а и да се даде предлог за други функционалности доколку е потребно, да се одреди потенцијалната група на корисници, нивните барања и желби како би сакале оваа апликација да функционира.

The screenshot shows a Google Form titled "Физичко здравје". The form includes the following fields:

- Required**: A note indicating the survey is for designing a physical health application.
- Пол ***: Gender options: Машки (Male) and Женски (Female).
- Возраст ***: Age options: <18, 18-30, 31-50, >50.
- Статус ***: Status options: Ученик (Student), Студент (Student), Вработен (Employed), Невработен (Unemployed), Пензионер (Pensioner).
- Како би го описале своето физичко здравје ***: A scale from 1 (Лошо - Poor) to 5 (Добро - Good). The "Лошо" row has radio buttons for 1, 2, 3, 4, and 5, with the 5 button being "Добро".
- Колку пати во текот на една седмица сте физички активни? ***: A scale from 1 to 7. The "1" row has radio buttons for 1, 2, 3, 4, 5, 6, and 7.
- Која е вашата физичка активност: ***: A checkbox for "Пешачење" (Walking).

Која е вашата физичка активност: *

Пешачење
 Трчање
 Возење велосипед
 Фитнес
 Тимски спорт
 Other: _____

Дали ќе користите апликација која ќе ве мотивира да почнете со физичка активност? *

Да
 Не

Доколку веќе користите, наведете го името на апликацијата:

Your answer _____

Кои функционалности најмногу Ви се допираат кај апликацијата која ја користите?

Your answer _____

Кои функционалности не ви се допираат кај апликацијата која ја користите?

Your answer _____

Која е причината поради која бихе сакале или веќе вежбувате? *

Проблем со телесна тежина
 Подобрување на физичко здравје
 Подобрување на психичко здравје
 Other: _____

Според Вас кои функционалности треба да ги содржи апликацијата? *

Персонализиран план
 Потсетник за тренинг
 Бројче на калорите што се трошат
 Пораки за мотивација

Додадете дополнителна функционалност:

Your answer _____

Submit

2. Корисничка приказна

Јас сум Милена, 21 година, студирам паралелно на два факултета, а со оглед на ситуацијата со COVID-19 пандемијата, предавањата и полагањата се одвиваат онлајн, па речиси цел ден сум пред компјутер. Имам толку многу обврски во последно време па така од премногу зафатеност и немање доволно време сфатив дека го занемарувам своето физичко здравје. Решив дека сакам да го промени тоа, и започнав да истражувам каде најблиску има теретани, фитнес клубови, но според истражувањето како студент финансиската состојба не би ми дозволила да уплаќам членарини, па така за да си помогнам и да си го решам проблемот кој што ме мачи дојдов до заклучок дека правото решение е апликација која ќе ме води низ целиот тој процес.

3. Анализа на добиените податоци и систематизација на истите во РАСТ анализа на системот

РАСТ – People, Activities, Context, Technologies

1. Луѓе

Таргет група која би била потенцијален корисник на ваков тип на систем се јавуваат: средношколците, студентите, вработените, односно станува збор за хетерогена група на корисници.

Оваа група на луѓе се доволно едуцирани и навлезени во светот на ваков тип на апликации кои им помагаат да бидат подобра верзија од себе. Во конкретниот случај сметам дека секој од нив има потреба од ваква апликација чија предност е да се користи било каде и да се или пак било во кое време, што не е случај со фитнес центрите.

2. Активности

Главна цел на активноста е одбирање на типот на вежби. При најавување на апликацијата таа нуди да се внесат основните потребни информации кои ќе му требаат на системот да изгенерираат вежби прилагодени за секого. Откако корисниците ќе ги внесат основните информации за висина, тежина, ниво на подготвеност за вежбите од почетник до професионалец, им се дава можност дали сакаат да вежбаат според некој план, или пак да вежбаат што сакат тие, на пример, дали денес ќе изберат да вежбаат раце, грб, стомак или нозе.

3. Контекст

Контекстот овозможува да се реализираат активностите, па потребно е истовремено и да се анализираат. Како три најзначајни видови на контекст се јавуваат: организациски, социјален, како и физичките околности во кои се случуваат активностите. Физички извршувањето на активноста не може да се ограничи. Организациски, контекстот е насочен кон брзото усогласување, штедење на време.

4. Технологии

Како последна група се технологиите. Интерактивните технологии се менуваат со брзината на светлината, па затоа дизајнерите е потребно постојано да бидат во тек со новите технологии за да бидат конкурентни на пазарот. Брз внес на мало количество на податоци. (Избирајме каков тип на вежби сакаме и апликацијата сама генерира според внесеното). Начинот на внесување на податоците треба да биде едноставен и очигледен се со цел оние кои прв пат пристапуваат да се снајдат во најкус можен рок.

4. Концептуално сценарио за основната задача на апликацијата

Во денешно време сите ние сме презадатени со премногу обврски, и сакаме да постигнеме се што сме зацртале па така често немаме време за себе и забораваме на своето физичко здравје кое и тоа како битен извор на енергија кое би ни овозможило по ефикасно и ефективно извршување на секојдневните обврски.

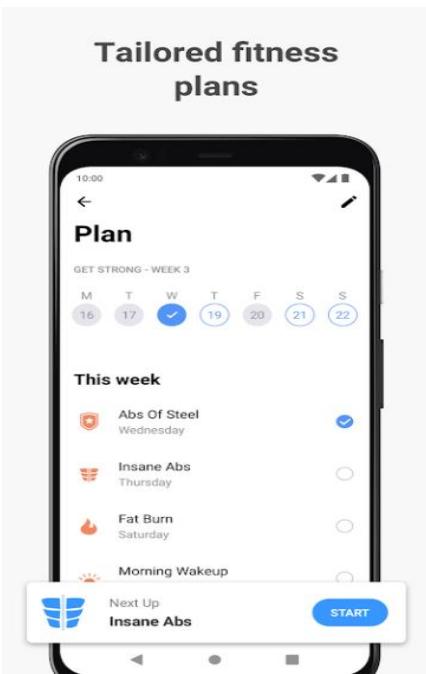
После долго истражување и читање на приказни на луѓе кои константно наоѓаат некоја причина за да немаат никаква физичка активност во текот на неделата, било да е од недостаток на време, ниско ниво на мотивација, непристапност до фитнес центри или пак финансиската состојба не им дозволува да посетуваат фитнес центри, теретани и слично, очигледно е дека е неопходен некој систем или апликација која ќе им овозможи брз, едноставен, бесплатен пристап до тренинг, место кадешто ќе се мотивираат секојдневно да извршат некоја физичка активност, дали тоа ќе биде пешачење, трчање, возење велосипед или изведување на вежби од дома.

5. Анализа на слични апликации што ме инспирираа за дизајнирање на мојот систем

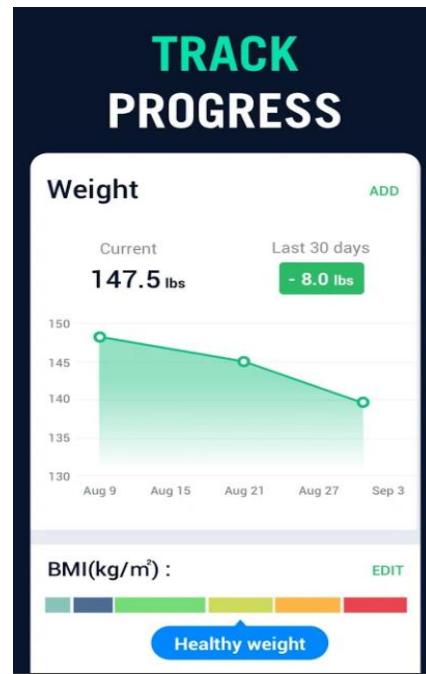
Бидејќи сум тип на личност којашто нема време за одење во теретани, тренирање во групи и слично, голем фан сум на апликациите коишто ми овозможуваат било каде во било кое време да извежбам и да го одржувам своето физичко здравје. Ќе издвојам 2 апликации кои би ги анализирала и би ги кажала нивните предности и недостатоци.

Првата апликација е 7 minute Workout, каде што она што не ми се допаѓа е малиот избор на вежби ако не си претплатник, но од друга страна пак она што ми се допадна и продолжив да ја користам е тоа што можам да си направам своја рутина (види Слика бр.1), да ги прегледувам статистичките податоци и да предизвикувам пријатели да завршат и тие тренинг заедно со мене.

Втората апликација е 30 Day Fitness Challenge, многу добро изработена функционална апликација, лесна, едноставна за користење, која има потсетник за вежбање секој ден, детално преку видео е објаснат начинот на изведување на вежби и автоматски го зачува извршениот тренинг и го следи напредокот (види Слика бр.2), вежбите се поделени во 3 нивоа од почетник до професионалец. Како поддобрување би можноло да се додадат и мотивациски пораки за корисниците да го издржат секој предизвик.



Слика бр.1 Креирање своја рутина



Слика бр.2 Следење на напредок

6. Листа на идеи кои би ги вклучила при дизајнирање на мојота апликација.

Како резултат на спроведената анкета дефинитивно испитаниците се согласуваат со тоа апликацијата да има функционалности како што се:

-пресонализиран план кој ќе му овозможи на корсникот да внесе податоци за себе како што се висина, тежина, ниво до кое е стигнат со вежбање и слично, и според тоа ќе се изгенерира посебен персонализиран план за него.

-потсетник за тренинг е дефинитивно “must have” бидејќи од премногу обврски забораваме дека треба да тренираме.

-пораки за мотивација

-потсетник за количината на дневно внесување вода

7. Персона

Македонка е 30 години, живее во село. Поради здравствени причини стручните лица ја советуваат да започне со некоја физичка активност, покрај пешачење и трчање да почне со изведување на некои вежби. Бидејќи во нејзината околина нема теретана или фитнес клуб, нема можност да ги посетува, па така истажува и после неколку предложи се одлучува за нашата апликација која ќе и овозможи покрај мерењето на дневните чекори и нејзината активност со трчање, да избере вежби прилагодени за неа.