

<가짜 트레이너>

- 집에서도 할 수 있는 홈 트레이닝 어플리케이션



[객체지향 프로그래밍] Project Proposal

수학과 201621136 이재협

수학과 201621138 허창현

소프트웨어학과 201823782 안지영

1. 프로그램 목표

2019년 12월 중국 후베이성 우한시를 시작으로 국내에서도 코로나 19의 확진자가 급증하면서, 지역사회에서는 코로나 19 감염 차단을 위해 '사회적 거리두기' 캠페인이 실시하고 있다. 이로 인해 많은 사람들이 헬스장을 대신하여, '홈 트레이닝'을 선택하고 있다.

이러한 상황을 반영하여 홈 트레이닝을 도울 수 있는 데스크탑 어플리케이션을 개발한다면 개인의 건강증진에 도움이 될 것이라고 생각하였다. 따라서 우리 팀은 첫째, 사용자가 선택한 난이도와 운동 부위에 적합한 운동방법을 제안하고, 둘째, 정확한 자세와 시간을 확인하며 운동할 수 있는 환경을 제공하고, 셋째, 지속적인 동기부여를 위해 운동 기록을 저장할 수 있는 맞춤형 홈 트레이닝 어플리케이션을 개발하고자 한다.

2. 기능

- 1) 운동 난이도: 1단계 ~ 3단계까지 난이도 선택이 가능하다.
- 2) 운동 부위: 가슴 운동, 등 운동, 코어 운동 등 운동 부위를 선택할 수 있다.
- 3) 운동 방법: 운동 부위에 맞는 운동 중 하고 싶은 운동을 선택한다.
- 4) 운동 영상: 선택한 운동의 설명 영상을 보고 정확한 자세를 배운다.
- 5) 스톱워치: 운동을 배웠다면 스톱워치 시간에 맞춰서 자세를 취한다.
- 6) 캘린더: 운동한 내역을 달력 형태로 편하게 볼 수 있다.

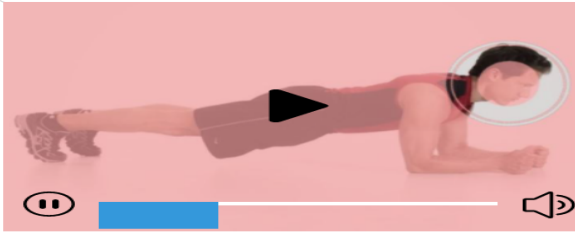
3. 예상 Use Case 시나리오

사진	내용
<div><p>① 사용자 정보 입력</p><div><p>운동의 난이도를 선택하세요</p><div><p>< 1 2 3 ></p></div><p>2. '중급자'를 선택하셨습니다. 난이도를 변경하려면 취소를 누르세요.</p><div><p>Cancel OK</p></div></div><div><p>운동할 부위를 선택하세요</p><div><p>코어 운동</p><div><p>가슴 운동 등 운동 코어 운동 복근 운동 다리 운동</p></div></div></div></div>	운동 난이도와 운동 부위를 선택한다
<div><p>코어를 선택하셨습니다. 운동 방법을 선택해 주세요.</p><div><p>플랭크</p><div><p>사이드 플랭크 리버스 플랭크</p></div></div></div>	하고 싶은 운동을 선택한다.
<div><p>플랭크 자세 배우기</p></div>	정확한 자세에 대해 설명해주는 영상을 보여준다.

가짜 트레이너

해당 운동영상을 참고하여 주어진 시간안에 운동을 완료하세요.

플랭크 운동



스톱워치

60.00 sec

STOP

START

정확한 자세를 배운 후
스톱워치의 시간을 보며 운동한다.

가짜 트레이너

11 월

2020

일	월	화	수	목	금	토
1	2	3	4	5	6	7 (일)
	가슴 운동	등 운동	코어 운동	복근 운동	하체 운동	
	300 kcal	350 kcal	200 kcal	200 kcal	300 kcal	
8	9 (소방의 날)	10	11	12	13	14
	가슴 운동	등 운동	코어 운동	복근 운동	하체 운동	
	300 kcal	350 kcal	200 kcal	200 kcal	300 kcal	
15	16	17	18	19	20	21
	가슴 운동	등 운동	코어 운동	복근 운동	하체 운동	
	300 kcal	350 kcal	200 kcal	200 kcal	300 kcal	
22	23	24	25	26	27	28
	가슴 운동	등 운동	코어 운동	복근 운동	하체 운동	
	300 kcal	350 kcal	200 kcal	200 kcal	300 kcal	
29	30	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5
	가슴 운동	등 운동	코어 운동	복근 운동	하체 운동	
	300 kcal	350 kcal	200 kcal	200 kcal	300 kcal	

캘린더의 형태로
한 달 동안 했던 운동들을
한 눈에 볼 수 있다.