التخطيط

وصف النظام القائم:

هناك عدت طرق للحصول علي نظام غذائي اما بالطريقه التقليدية التي يذهب فيها الشخص الي اخصائي تغذية او عن طريق الذهاب الى الصالات الرياضية أوالبحث عن مواقع خاصة بالتغذية في الانترنت بالنسبة الطريقة التقلدية تكون كالاتي يبحث الشخص عن أخصائي تغدية ثم يتصل لحجز موعد لدى اخصائي تغذيه عند الحصول علي الموعد يذهب الشخص الي أخصائي التغذية وينتظر دوره ثم يدخل إلي الاخصائي ويقوم الاخصائي بطرح أسئلة علي الشخص مثلا (طولك ،عمرك،امراض مزمنة ) وغيرها ليتم إنشاء نظام غذائي صحي خاص بهذا الشخص ومن تم ينبغي علي الشخص مراجعة الاخصائي بعد فتره زمنية معينة . برغم من الامتيازات التي يوفرها هذه الاسليب الا انه يوجد بعض العيوب منها اهدار الوقت في الانتظار للحصول علي موعد ورهبت المستفيد للذهاب للاخصائي وإهدار الجهد . اما بالنسبة للبحث في المواقع الالكترونية فأغلب المواقع تكون باللغات الاجنبية فيصعب الامر علي المستفيد ولكن تتميز هذي المواقع بالتقيم الفوري والسريع و المتابعة و متاحة لجميع الفئات العمرية . وايضا يوجد العديد من تطبيقات الهاتف المحمول التي بدورها تساعد علي التقيد بالنظام الغدائي

وصف النظام المقترح :

قبل التطرق إلى الحديث عن وصف النظام الجديد علينا ان ننوه اولا ان هذا النظام لايحل محل الانظمة القائمة بل قد يعتبر مكملا ومساعدا لاساليب التقليدية ، فهو نظام مخصص لانشاء نظام غذائ صحي حسب المعطيات التي يختارها المستخدم ،وينقسم النظام الالكتروني إلي موقع الالكتروني و تطبيق هاتف محمول بنسبه للموقع الالكتروني يتم من خلاله التسجيل و ادخال البيانات عن طريق عدت اسئلة مختارة بعناية من قبل اخصائيين تغدية يقدمها الموقع للمستخدم بطريقة سهلة من خلال أسئلة اختيار من متعدد حيت يعرض السؤال مع عدت خيارات مرفقه معه، حيث تكون الاسئله واضحه ومدعومه بالصور التوضيحيه وتكون الاسئله بالغه العربيه ، بعد معالجة هذه البيانات ينتج عن هذه العمليه نظام غذائي صحي متكامل مدعوما بانظام تمارين رياضيه ،وبعد اتمام هذه الخطوات يكون المستخدم قد انشاء حساب خاص به داخل هذا النظام ويستطيع مراجعة نظامه الغذائي عن طريق التطبيق الذي سيكون متاح على هواتف الاندرويد،اما بنسبه للتطبيق فهو متاح علي متجر القوقل بلاي مجانا يقوم المستخدم بتسجيل الدخول عن طريق اسم المستخدم وكلمة المرورالتي تم انشاؤوها في الموقع ثم يظهر في هذا التطبيق نظامه الغذائي الخاص به مرفقا بالتمارين الرياضيه ،ويتميز التطبيق بأرسال التنبيهات لتذكير المستخدم بالوجبات والتمارين الرياضيه.

**المهارات الاساسيه:**

من المهارات الاساسية التي يمتلكها فريق المشروعوالتي سوف تساعده في بناء النظام :

تصميم قواعد البيانات بواسطة لغة لغة الاستفسارات المهيكلة

HTML ,CSSتصميم واجهات الموقع بستخدام لغة

PHP,JavaScript,Ajax,Json, react.jsبرمجة الموقع باستخدام لغة

Java تصميم وبرمجة التطبيق بالغة

ملاحظه هل نكتبو البرامج التي سنعمل بها.

دراسة الجدوي

الهدف من هذه الداراسه هو تحديد ما ادا كان النظام المقترح ذو فائدة فاعلية مقارنا بالنظام القائم من ناحية التكاليف والفؤاد التقنية ، وبعد دراسة المشكلة والاطلاع علي كيفية سير العمل ، تم استنباط الاتي :-

الجدوائ الاقتصادية :

من الممكن بناء النظام وفقا للقيود الموضوعه عليه ، واقتصاديا يوفر النظام الفؤاد التالية :

سيكون التطبيق مجانا مبدئيا ولن يكون هناك اي مقابل مادي .

توفير الكتير من الوقت لدي القاري العربي فلا يحتاج الي ان تكون لديه خلفية عن لغات اجنبية .

التقليل من وقت وجهد المتسخدم في عملية البحث عن انظمة غدائية

الجدواي التقنية :

بعد دراسة المشكلة تم التاكد من امكانية بناء النظام واستخدام تقنيات المخطط استخداموها في تنفيذ النظام وفقا لقيوده مما يوفر المزاية التالية :

سهولة تالف المستخدمين معا النظام بسبب وضوح عملياتة

ميزت توفر النظام في كل وقت وسهولة الوصول اليه من اي مكان ، والدقة والسرعه في اعطاء المعلومات الصحيحه

يسهل التقيد بالنظام الغدائ