

01

โครงการพัฒนา เว็บแอพพลิเคชัน สำหรับกายบริหาร เพื่อผู้สูงอายุ

...



02

โครงการพัฒนา เว็บแอพพลิเคชัน สำหรับกายบริหาร เพื่อผู้สูงอายุ **วัยป้อพีตปัง**





03

ที่มาและความสำคัญ

การออกกำลังกาย

คือ การกิจกรรมที่ได้ออกแรงหรือเคลื่อนไหวร่างกายซึ่งมีหลากหลายรูปแบบ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ โดยช่วยจัดระเบียบร่างกายและควบคุมอารมณ์ได้เป็นอย่างดี



04



วัยผู้สูงอายุ เป็นวัยที่ระบบต่างๆเสื่อมสภาพแต่ก็ควรที่จะกำกับบริหารหรือ
ออกกำลังอย่างสม่ำเสมอเพื่อช่วยให้การทำงานของอวัยวะต่างๆนั้นประสาน
งานกันได้ดีขึ้น

...



วัยปี๊อฟตี้

05

20%

จากข้อมูลของสำนักอนามัยผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย

ในปี พ.ศ. 2564
ประเทศไทยได้เข้าสู่

"สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์"

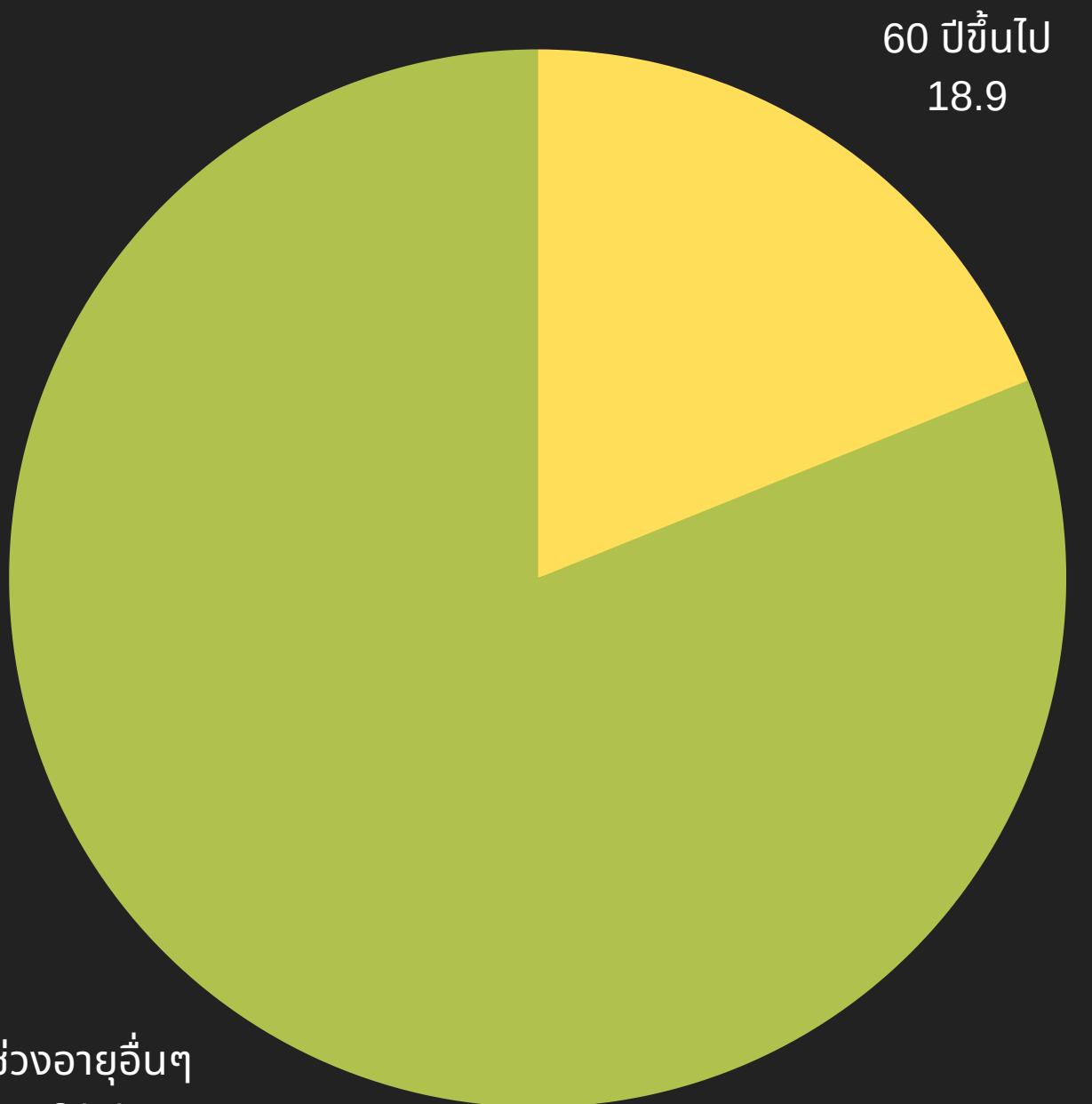
...



06



ช่วงอายุอื่นๆ
81.1

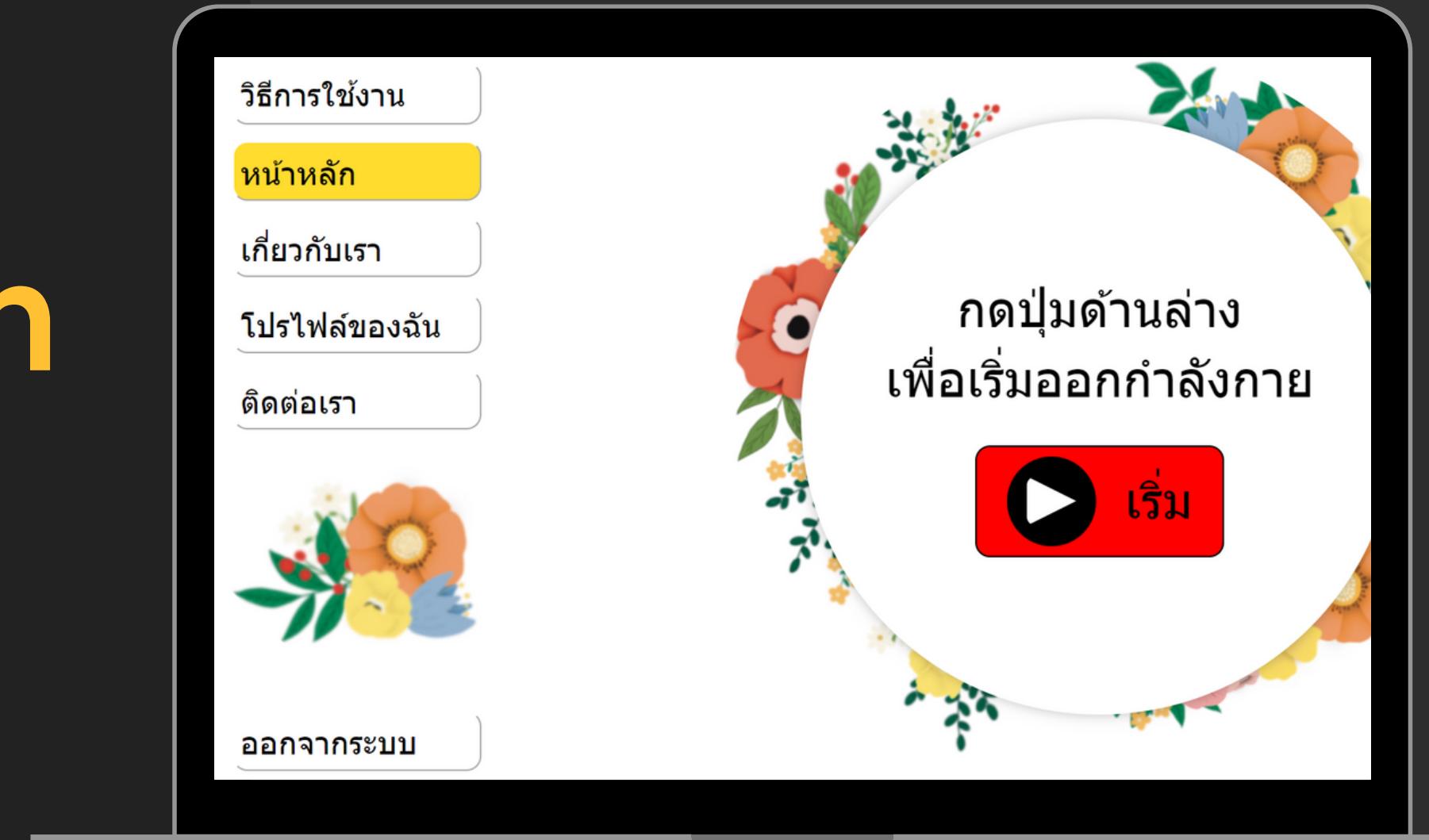


สกิต
ผู้สูงอายุ
สัญชาติไทย
ธันวาคม 2565



Platform Web Application

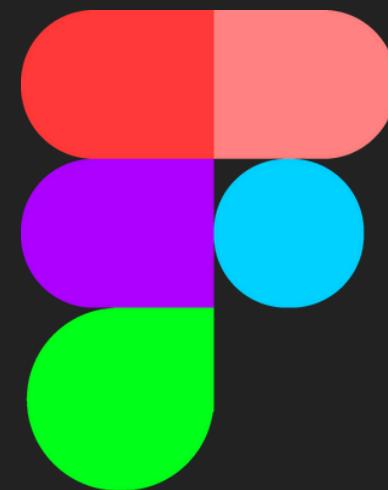
07



...

Technology ຖໍ່ໃຊ້

08



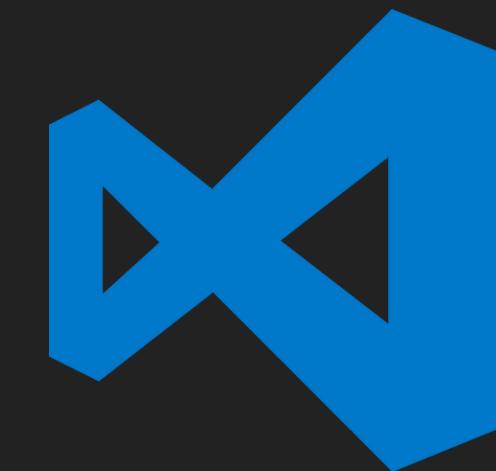
Figma



Flask



Xampp



VS Code



HTML



CSS

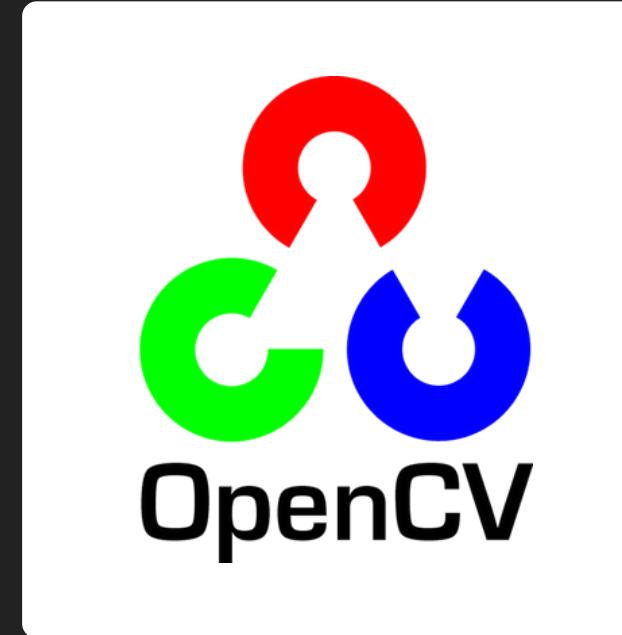


JS



Technology ຖໍ່ໃຊ້

09



● WEB APPLICATION DESIGN

วัยป้อพ้อปปัง

...

10



หลักการ 5 click

การกดปุ่มไม่เกิน 5 ครั้ง

ไม่เยอะเกินไป ทำให้เว็บแอพพลิเคชันดูใช้งานง่ายและไม่ซับซ้อน



สีของปุ่ม

กดปุ่มสีแดงตลอดการใช้งาน

ทำให้การออกแบบหน้าเว็บในส่วนที่สำคัญและต้องการให้เด่นดูด
สายตาเป็นสีเหลืองและแดง



ขนาดฟอนต์และขนาดปุ่ม

ต้องมีขนาดใหญ่กว่าปกติ

มีช่องไฟอย่างน้อย 2 มม.

- ปุ่มควรจะมีขนาดมากกว่า 9.6 มม.
- ใช้ฟอนต์ที่มีขนาดใหญ่กว่า 16 pixel

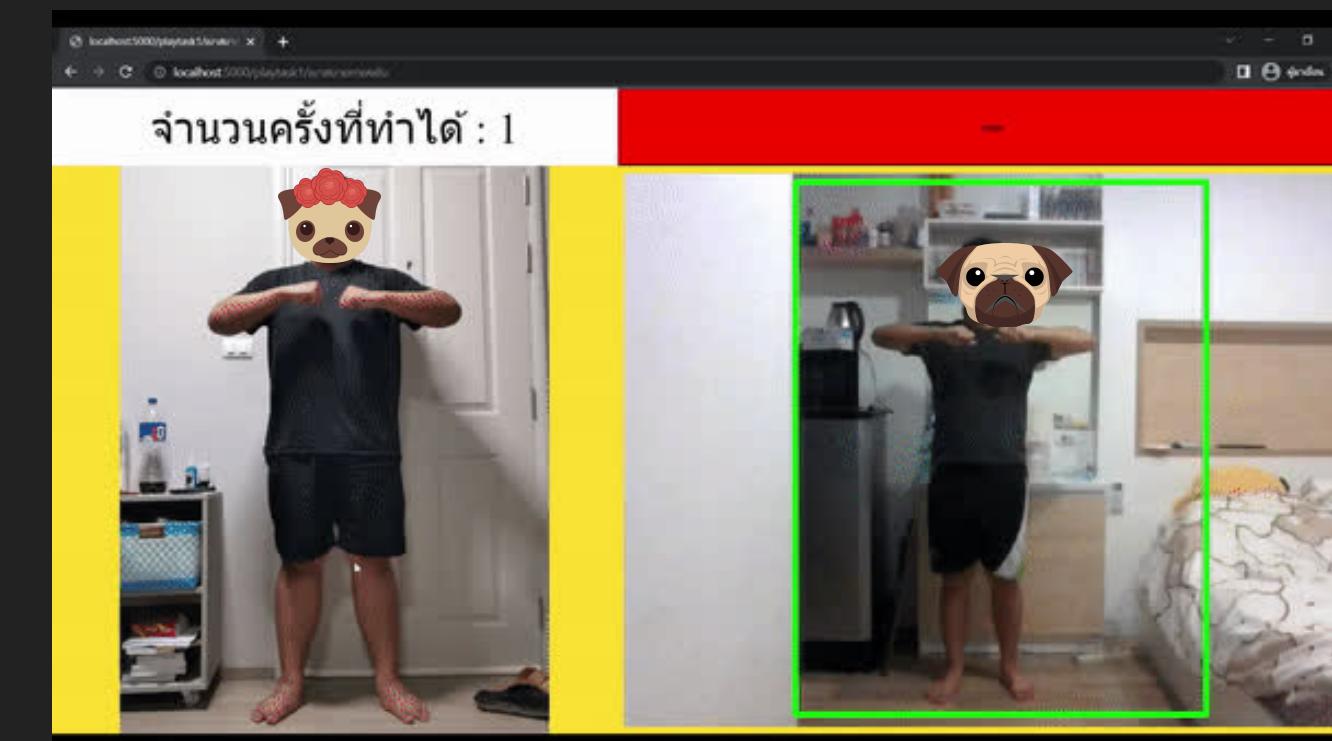
● WEB APPLICATION DEVELOPMENT

วัยป้อพตปั่ง

11



Flask



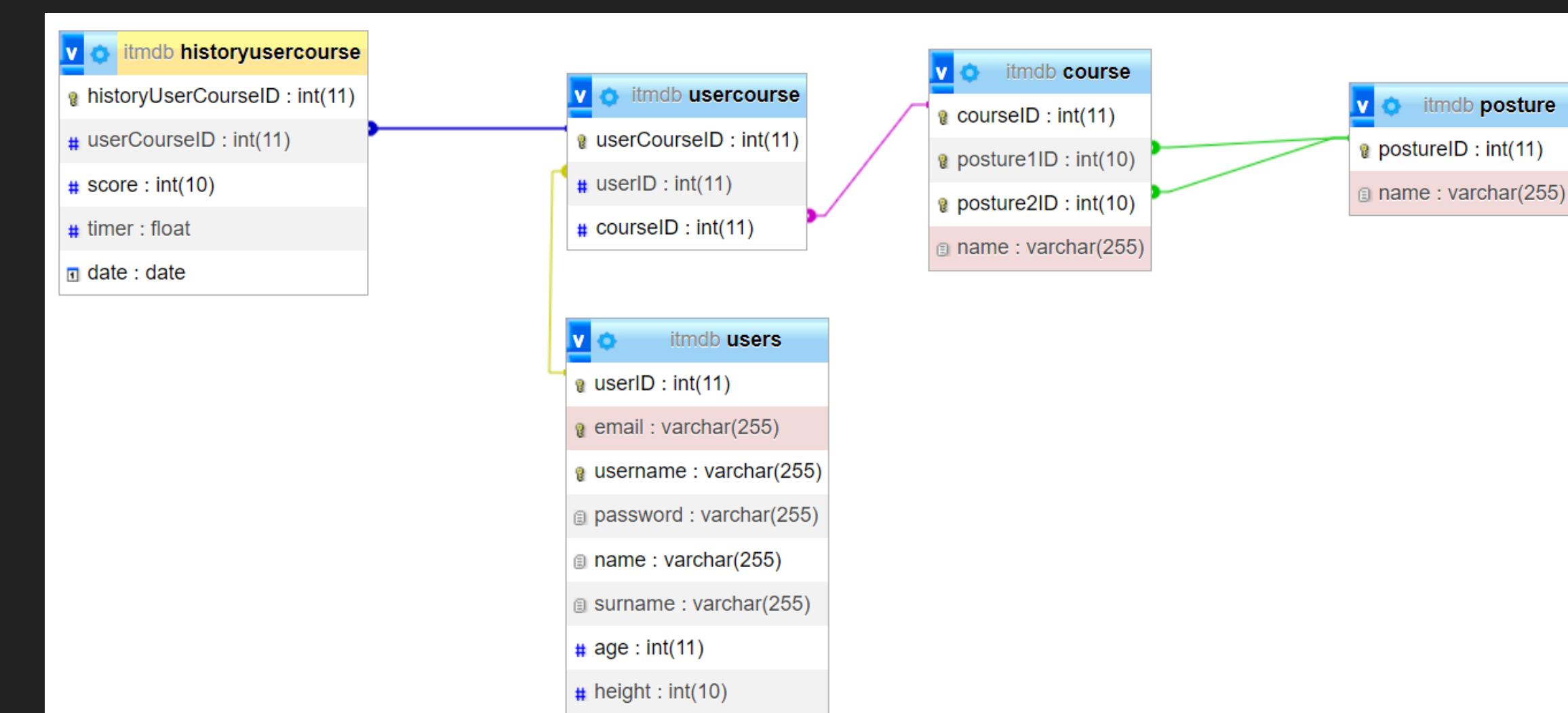
AJAX

...

• WEB APPLICATION DEVELOPMENT

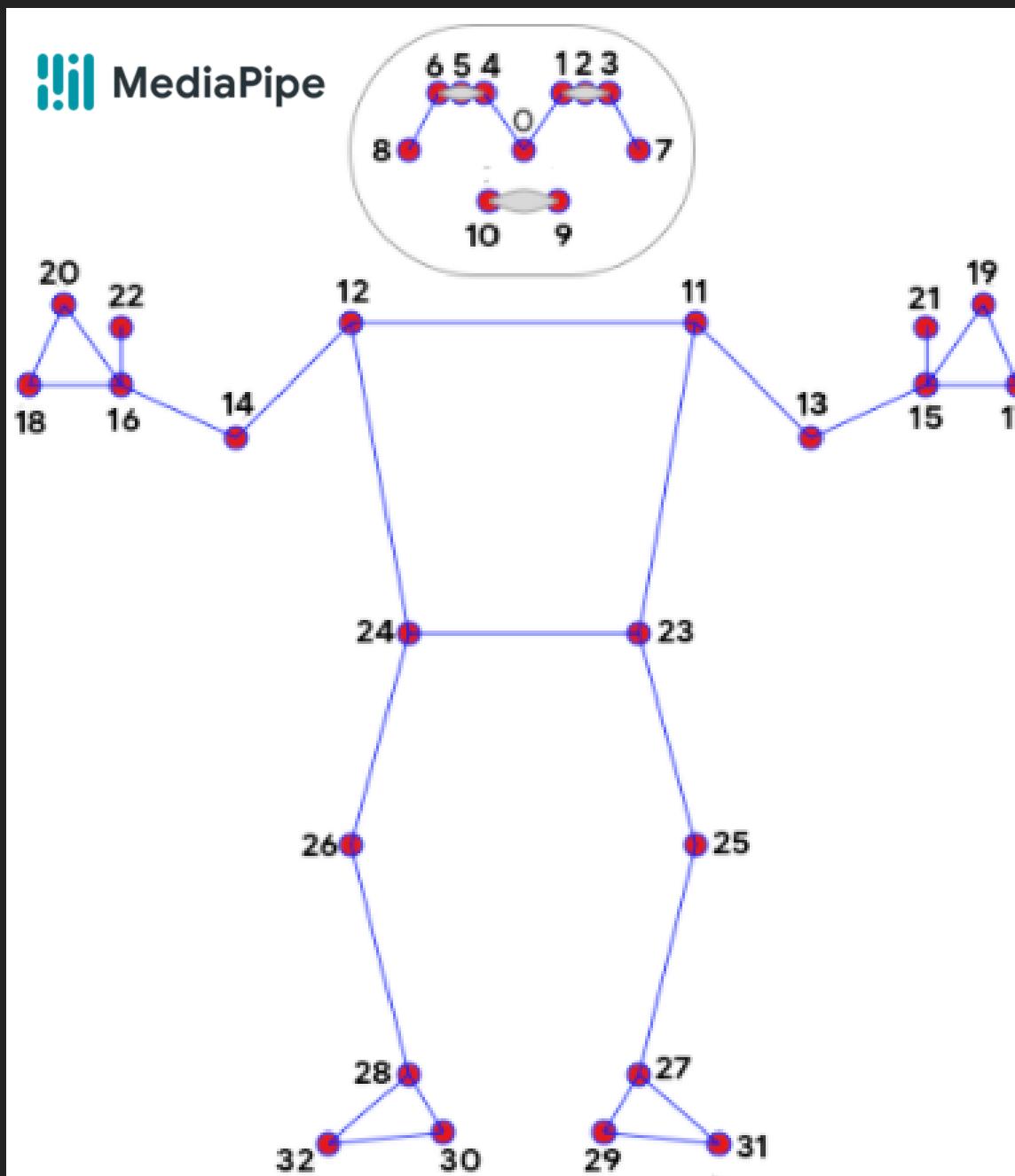
ວັນປົກພົດປັ້ງ

11



...

Dataset



FEATURE

Landmark coordinates : X , Y , Z , V

Label : Exercise Posture

1 RECORD

Label , X (132) , Y (132) , Z (132) , V(132)

* In 1 second = 3 record

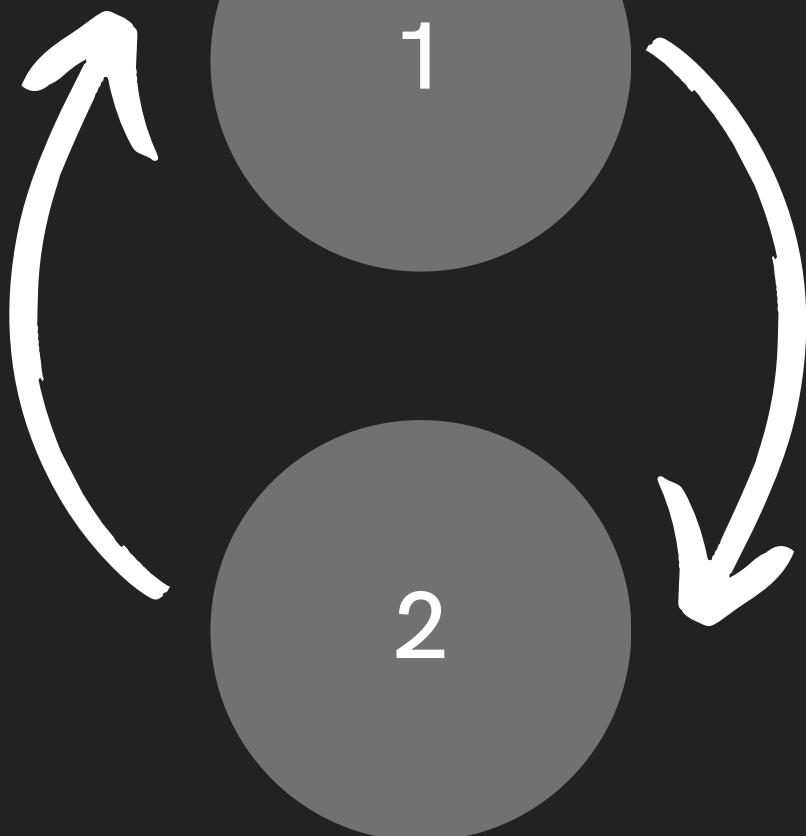
วัยป้อพิตปั่ง

Dataset

Label : ย้ำเก้างอขา

12

Count++



ວຍປ້ອພິຕປິ່ງ

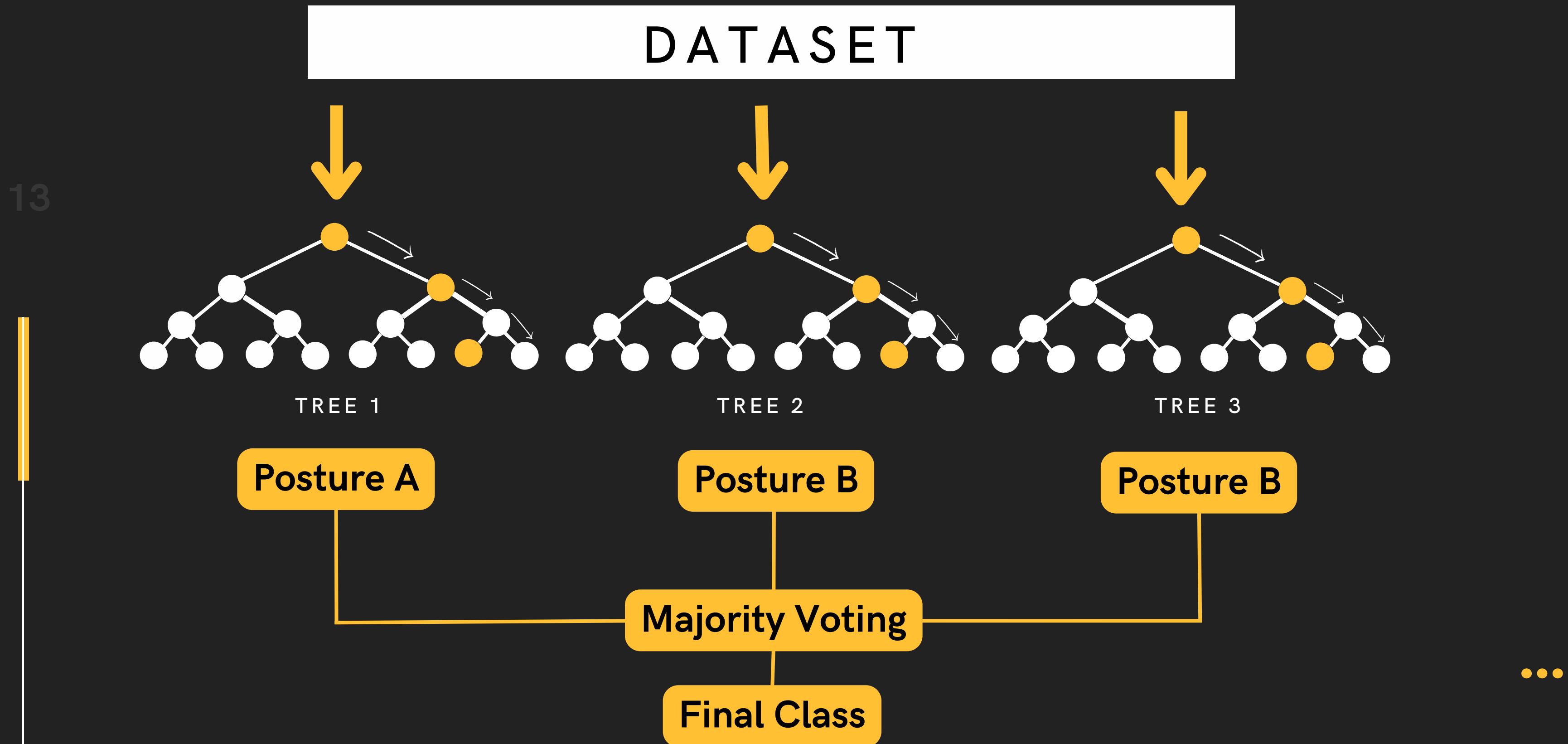
Dataset

12



• Model develop

ວຍປົວພຕປັງ



● Model develop

วัยป้อพตปั่ง

Exercise Posture	Record	Accuracy
ยกแขนยกขา	14155	0.9996
ย้ำเก้างขา	15832	0.9987
กำหมัดก้าวเท้า	13468	0.9975
ยืดออกก้าวหลัง	14413	0.9996

ปัญหาที่พบ

วัยรุ่นพิเศษ

15

เวลาว่างไม่ ตรงกับ

เนื่องจากสมาชิกใน
กลุ่มไม่ได้ลงทุนเบียน
รายวิชาตรงกับทุกคน
ทำให้หาเวลาทำโปรเจค
ร่วมกันยาก

ก่ออุบัติเหตุ ไม่ได้เป็นไปตาม แผนตอนแรก

เนื่องจากในบางครั้งมีข้อจำกัด
ในเรื่องพื้นและบุบบลังท่องทำให้
อาจเกิดความล่าช้าในการ
พัฒนาจึงได้มีการเปลี่ยนใน
บางครั้ง

ความสูงมีผล ต่อการใช้งาน

เมื่อเทียบด้วยคนที่มี
ความสูงปกติ เมื่อมีคน
ที่ความสูงน้อยกว่า
มากๆมาใช้ทำให้เกิด
ปัญหาความแม่นยำมี
ค่าน้อย

การเลือกทำ อุบัติเหตุ

ก่าที่บับสเต็ปเป็นหน้า-
หลัง ไม่ใช่ซ้าย-ขวา มี
ปัญหาในการเทอน

...

● Project Team Lesson Learn

...

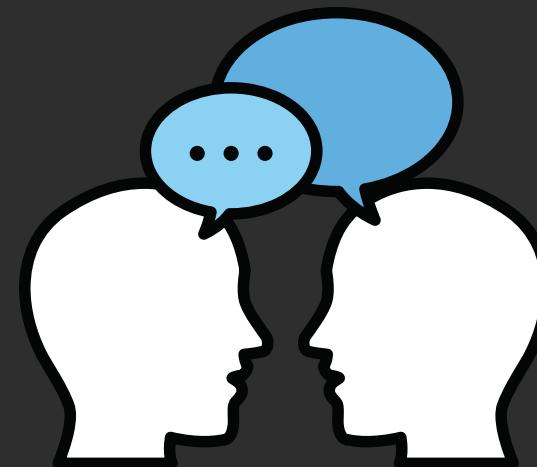
การวางแผน



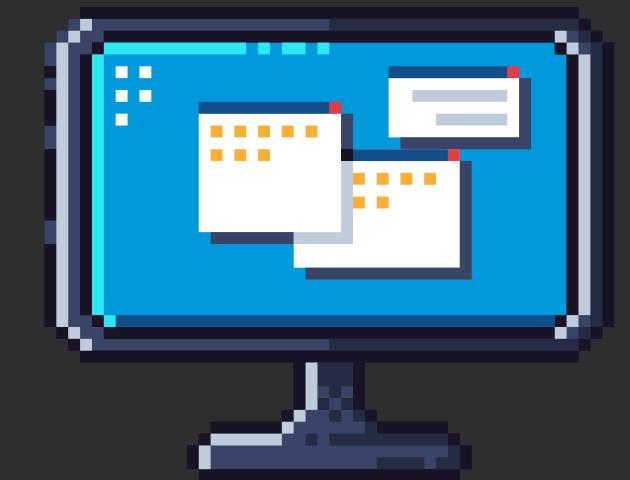
การแบ่งหน้าที่



การสื่อสาร



ชาร์ดแวร์



16



17

ສາຣີຕກາຣໃຈ້ນານ



...