|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| موضوع: سیستم تحلیل سلامت و تناسب اندام با پیشنهادات هوشمند و تغذیه ای و ورزشی | | | | | |
| شماره: | نام | اهمیت | براورد | User story | نكات |
| 1 | ثبت نام و ورود | 100 | 1 | ثبت نام کاربر جدید با ایمیل یا شماره تلفن  ورود به حساب کاربری  بازیابی رمز عبور  تایید هویت (کد پیامکی یا ایمیل) | ذخیره اطلاعات در پایگاه داده |
| 2 | تحلیل نیازمندی های اولیه | 80 | 3 | جمع اوری داده های اولیه کاربران(وزن و سن وقد)  شناسایی نیاز های اصلی کاربران(تمرین و تغذیه و هدف گزاری) | ذخیره اطلاعات در پایگاه داده  و خلاصه وضعیت سلامت |
| 3 | انالیز سلامت | 100 | 5 | محاسبه bmi  بررسی خواب استرس و انرژی  نمودار پیشرفت (وزن و چربی و عضله)  توصیه های ماهانه و شخصی سازی شده | قابل ذخیره سازی در پروفایل شخصی |
| 4 | برنامه تمرینی | 70 | 10 | برنامه تمرینی هفتگی  انتخاب نوع تمرین(چربی سوزی و عضله سازی و افزایش استقامت)  تمرین در خانه یا باشگاه  ویدیو های راهنما برای تمرینات  سطح تمرین(مبتدی و متوسط و حرفه ای) | انتخاب موضوع با توجه به اطلاعات وارد شده و ذخیره در پایگاه داده |
| 5 | برنامه تغذیه ای | 90 | 10 | رژیم غذایی پیشنهادی بر اساس هدف  ثبت وعده های غذایی  محاسبه کالری  پیشنهاد جایکزین های سالم | اماده کردن رژیم غذایی بر اساس اطلاعات وارد شده |
| 6 | مشاور هوشمند | 100 | 12 | راهنمای ورزشی و تغذیه ای  توصیه های روزانه  یاداوری ها | همیشه همراه |
| 7 | تنظیمات | 50 | 4 | تنظیم نوتیفیکیشن  زبان  تم  خروج از حساب | ویرایش |