

ChatGPT API 활용 운동 동기부여 Service

'MotivFit'

Final Presentation

신비한 화가들

Executive Summary

The Problem

세계적으로 현대인들의 운동부족이 심각한 사회문제로 운동을 꾸준히 해야 할 필요성이 있지만, 동기부여가 되지 않아 꾸준한 운동이 쉽지 않음.



The Solution

ChatGPT API를 활용한 'MotivFit'을 통해 사용자에게 상황에 맞게 동기부여, 격려 등을 통해 운동의 습관화를 도움.

The Function

시의 적절한 격려, 칭찬, 위로 등을 통해
목표달성을 위한 동기부여



운동의 습관화

CONTENTS

- 1 Team Introduction**
- 2 Understanding Users**
- 3 Concept**
- 4 Function**
- 5 Demonstration**
- 6 Future Plans**
- 7 Archive**

Team Introduction

“신비한 화가”

ChatGPT에게 추천 받아 사용

“신비와 경이로움을 불러일으키는 예술을 창조하는 데 열정을 가진 팀”



생각해 낸 바를 화가와 같이 그려내 보자!

Team Introduction



김세희

Chat GPT Module
휴먼지능정보공학
201915034



김진석

TTS Module
휴먼지능정보공학
202210829



노유진

Chat GPT Module
휴먼지능정보공학
202010769



임재훈

Application Dev.
컴퓨터 과학
201810986

Understanding Users



WHO "운동부족으로 병 걸릴 전세계 인구, 2030년까지 5억명"

2022-10-19 07:01



"국내 성인 절반 이상, 신체활동 부족 상태"

2022/08/26 09:46

출처

안희 기자, WHO "운동부족으로 병 걸릴 전세계 인구, 2030년까지 5억명", 「연합뉴스」, 2022. 10. 19.
이해나 기자, "국내 성인 절반 이상, 신체활동 부족 상태", 「헬스조선뉴스」, 2022. 08. 26.

동기부여란?

Understanding Users

**“동기부여란 인간이 어떠한 행동을 하기 위한
유인 및 자극을 통해 목표를 달성할 수 있도록
하는 힘이나 의지를 말한다.”**

Understanding Users

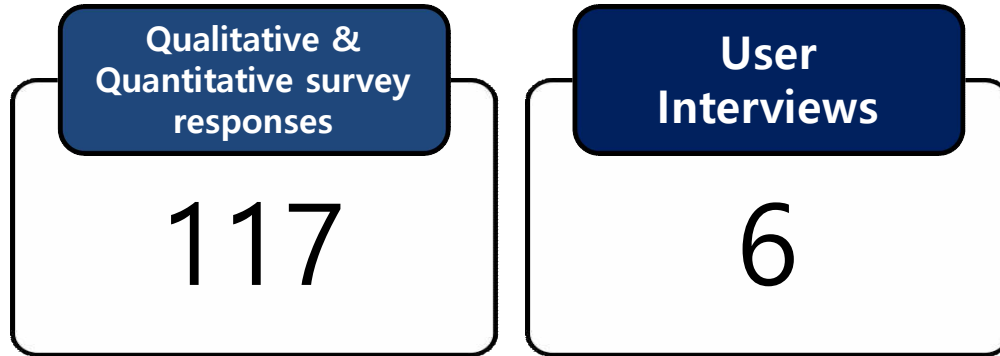
동기부여



목표 달성에 영향
행위 지속에 영향

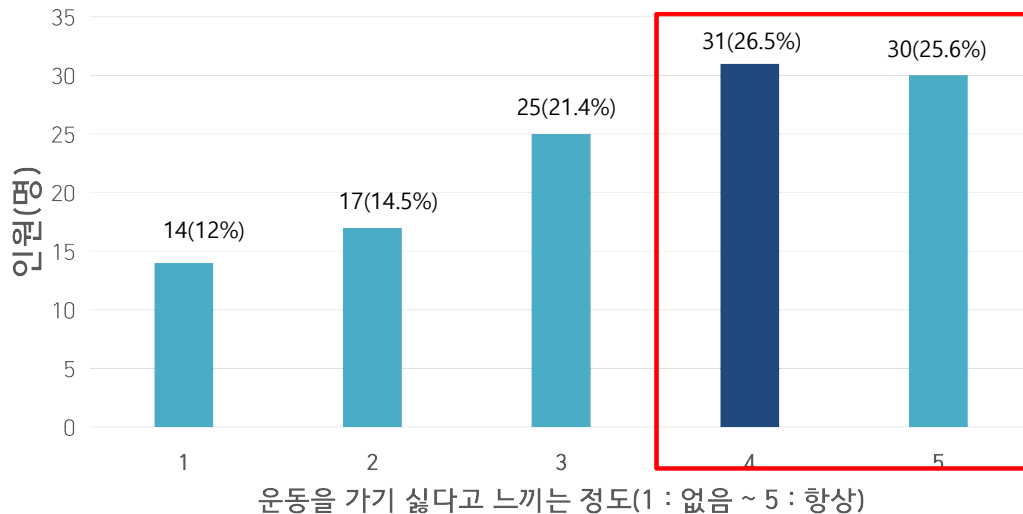
Understanding Users

Research methods



Understanding Users

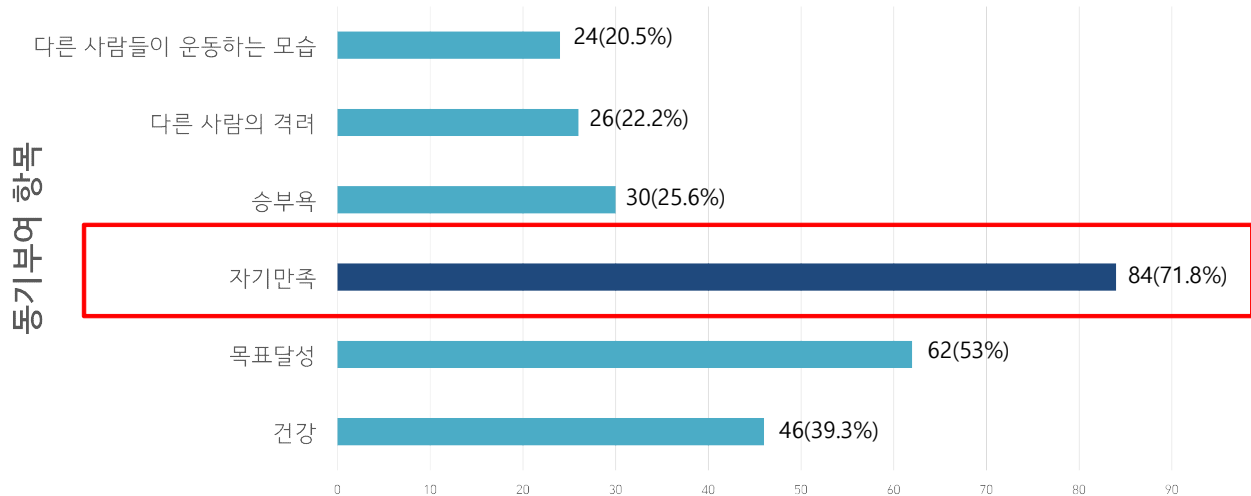
Q. 운동을 가기 싫다고 느끼는 정도는?



대부분의 사람들이 운동을 가기 싫어함

Understanding Users

Q. 어떤 항목이 운동 동기부여에 가장 효과적이라고 생각하는가?(중복선택)



자기만족을 통해 가장 효과적으로 동기부여를 얻음

Understanding Users

사람들은 자기만족이 효과적인 동기부여를
해주는 것을 알고는 있음

하지만

어떻게 자기만족을 할 수 있는지에 대한 방법은 모름!

Understanding Users

외재적 동기부여

Extrinsic motivation

다른 사람이 운동하는 모습, 다른 사람의 격려, 승부욕



내재적 동기 파생 & 지속의 시발점

내재적 동기부여

Intrinsic motivation

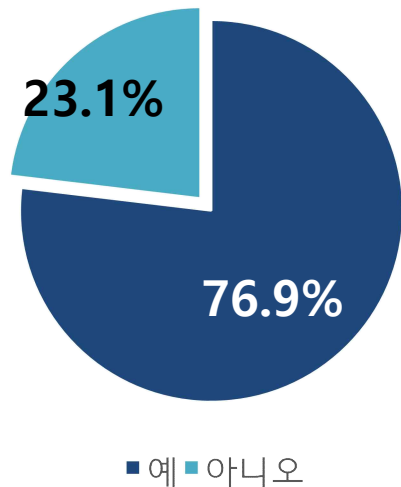
자기만족, 목표 달성



꾸준한 운동

Understanding Users

Q. 격려의 말을 들으면 지속적인 운동에 도움이 될 것인가?

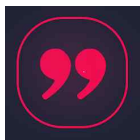


“격려의 말이 지속적인 운동에
도움이 될 것”

Competitive Analysis



동기부여
- 매일 공부 관리



Motivation
- 일일 인용문

감정은 그저 손님일 뿐입니다.
왔다 가도록 내버려 두세요.
-무지



게으름 치료제
- 명언

1퍼센트의 가능성, 그것이 나
의 길이다.

- 나폴레옹

현재 상황과 동떨어짐
뻘하고 다양하지 못한 격려



동기부여 및 격려를 극대화 할 수 없음

Understanding Users

"성취를 했을 때 누군가가 '와 대단하다'라는 한마디를 해주는 것만으로도 더욱 성취감을 느낄 수 있게 되는 것 같다." (남, 25)

"내가 한 운동에 만족하지 못했을 때도, 칭찬을 해준다면, 영혼 없는 리액션을 해주는 것 같은 느낌이 들 것 같다." (남, 23)



사람들은 시의적절한 반응을 원함
ChatGPT 활용 가능성 ↑

운동을 하기 싫을 때



You've got this! Push through!

할 수 있어! 밀고 나가!!

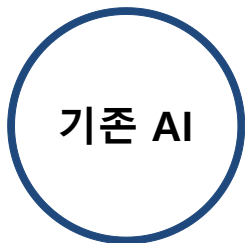
오늘 한 운동에 만족하지 못할 때



Don't be discouraged, every effort counts!

낙담 하지 마!! 모든 노력이 중요하지!

Mental model



VS



나 운동 가기 싫는데 신박한 격려 한마디 해 줘



“운동을 꾸준히 하는 건 정말 대단한 일이야! 하지만
너무 힘들다면 하루 쉬는 것도 좋을 것 같아!”

- 에이닷(S*텔레콤)



사용자 의도 파악X

세희 I don't want to workout today. Please give some motivation!

오늘 운동 가기 싫어! 동기부여 좀 해줘



You're stronger than you think. Push through and feel proud!

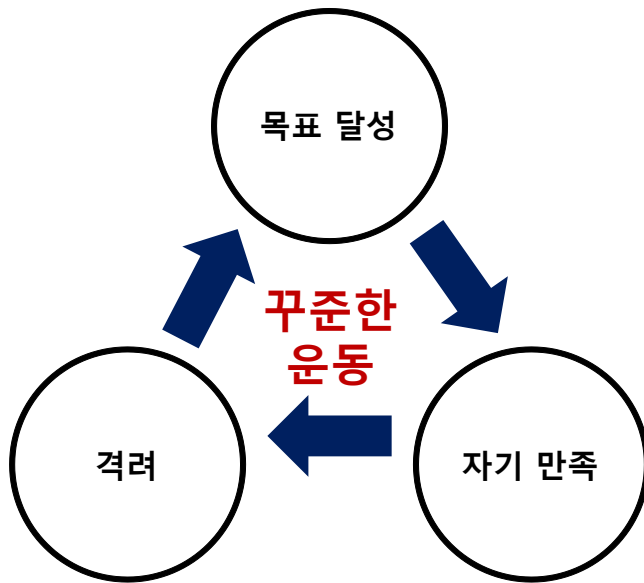
너는 너가 생각하는 것보다 강해!!
끝까지 다 해서 자랑스러워 하자!!



차별화

시의 적절한 답변
임의적으로 매번 다른 다양한 답변

습관화 Mechanism



MotivFit

운동 전/중/후에 동기부여와 격려를 통해 운동을 습관으로 만들자!!

'MotivFit'은 언제 어디서나 당신을 위해 동기 부여를 해주고 집중력을 유지하며 목표를 이룰 수 있도록 도와줍니다!

Mascot



Dazimi

ChatGPT API로 탄생한 'MotivFit'의 마스코트로 당신의 동기부여, 격려를 해주는 친구이자 격려자!

항상 당신을 곁에서 항상 긍정적인 에너지와 격려의 말을 해 줄게요! 당신의 잠재력을 깨우쳐 줄게요!

Technology

Chat GPT API 모듈

Open AI가 개발한 프로토타입 대화형
인공지능 Chatbot

주고받은 대화와 대화의 문맥을 기억할 수
있어, 인간적이고 상세한 글을 생성

TTS 기술

텍스트를 사람의 목소리로 변환하여 사람과
대화하는 느낌을 주는 기술

문장 구조를 이해하고 단어의 발음과 강세,
문장의 감정 표현 등을 활용하여 의미 전달

Function

운동 전

운동 기록 X

7:00 / 12:00 / 19:00

상황에 맞는 적절한 격려, 동기부여

운동 중

START 버튼

10분 / 30분 / 60분

운동 후

SAVE 버튼

운동 기록 저장

Dazimi와 대화

Before Workout

7:00 / 12:00 / 19:00 기준 오늘 하루 운동 기록이 아직 없는 경우 음성 알림

Dazimi "Make today's workout a priority to get closer to your fitness goals."

너의 목표에 더 가까이 가기 위해 운동을 해보자!!



간단한 격려로 운동 상기

적당한 자극을 주어 사용자의 행동 촉진

During Workout

일정 시간이 지나면 더 큰 목표를 달성할 수 있도록 음성 알림

Dazimi "Don't quit, keep pushing yourself forward.
You'll feel amazing once you're finished."

포기 하지 말고 끝까지 해보자!! 끝나면 정말 기분이 좋을 거야!!



매번 동일하지 않은 격려로 더 큰 목표 달성에 도움

After Workout

운동 후 다짐이와의 채팅을 통한 운동에 대한 인정 & 칭찬 / 위로 & 격려

Dead tired!
완전 힘들었어!

User

Dazimi

You've done a fantastic job, be proud of yourself👊
정말 멋진 일을 해낸 거야, 자랑스러워 해도 돼👊

I probably won't be able to exercise tomorrow.
내일은 운동을 못 할 것 같아.

User

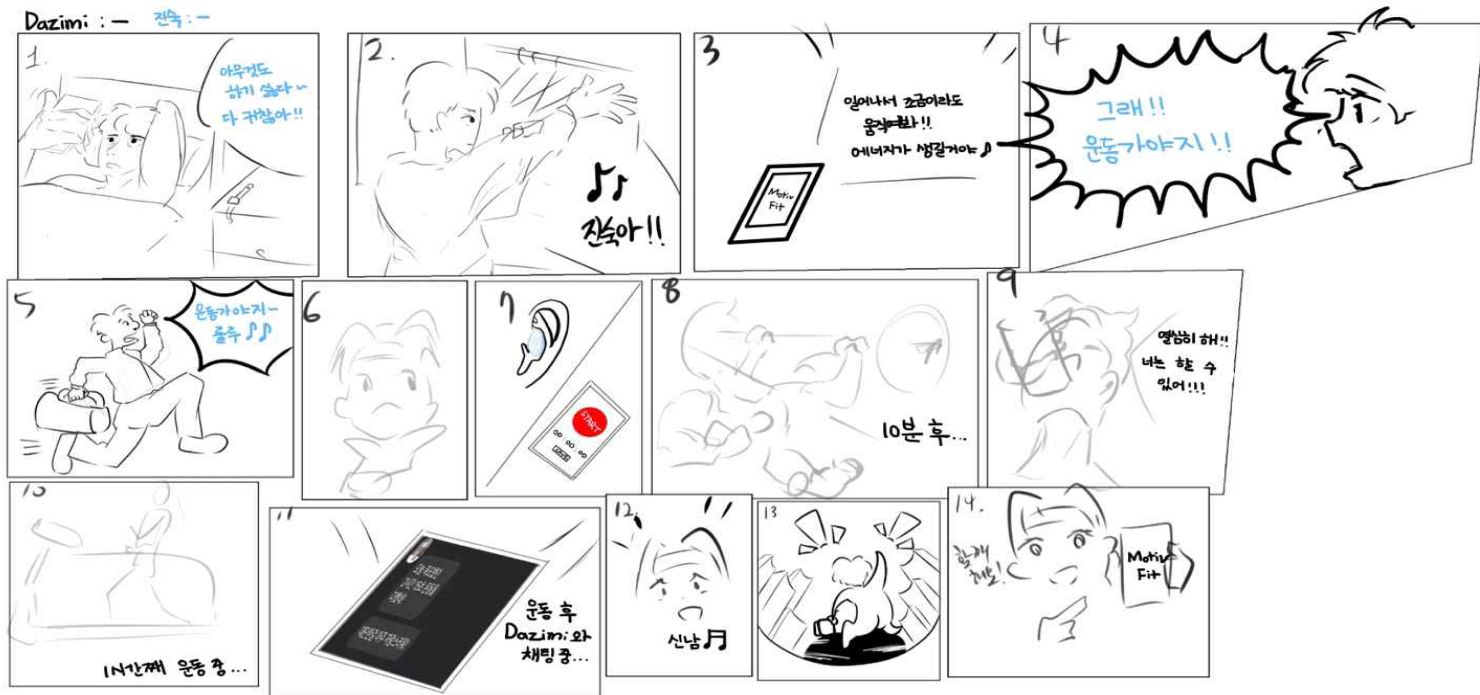
Dazimi

That's okay, Yeonchul. Taking a day off from exercise can actually be beneficial to allow your muscles to rest and recover. Just be sure to get back into your routine as soon as you're able and stay motivated!

괜찮아 연출아. 운동을 하루 쉬는 건 근육이 쉬고 회복되도록 하는 데 도움이 될 수 있어.
가능한 한 빨리 원래의 루틴으로 돌아가면 돼!

Scenario

Dazimi :- 진옥 :-



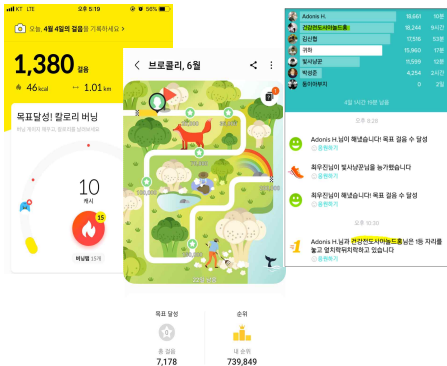
Demonstration

Demo



Future Plans

승부욕 자극 기능 개발



단계에 따른 금전적인 보상
& 친구들과 경쟁

음성 관련 사용자 경험 개선



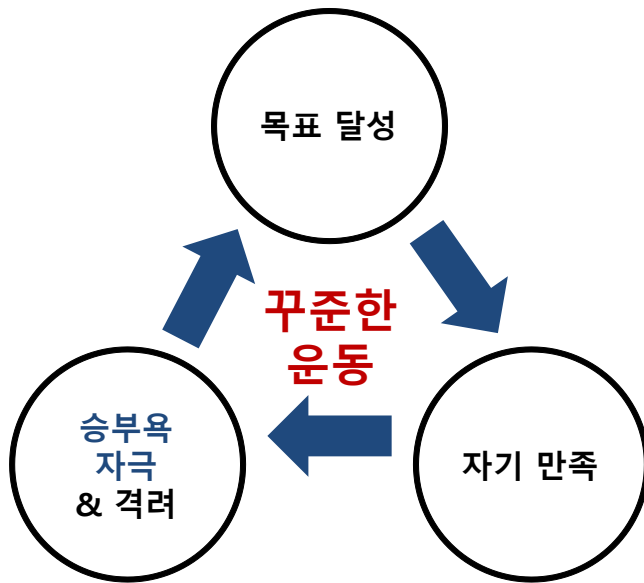
음성 인식 기능

다양한 국적 사용자 경험 개선



'MotivFit' 다양한 언어 Ver

습관화 Mechanism



Future Plans

Paper

**“Designing Encouragement
Services Using Generative
AI : Stimulating Extrinsic
Motivation”**

논문 초안 작성 중

**Services Conference
Federation(SCF 2023)**

Services Conference Federation (SCF 2023)

Award

“2024 Indigo Design Awards”

지원 준비 중



Patent

**“생성형 인공지능을 통한
대화형 동기부여 방법”**

직무발명서 작성 중



특허청

Korean Intellectual Property Office

Archive

운동하는 방법

1. 운동하는 방법
2. 운동하는 방법
3. 운동하는 방법
4. 운동하는 방법
5. 운동하는 방법
6. 운동하는 방법
7. 운동하는 방법
8. 운동하는 방법
9. 운동하는 방법
10. 운동하는 방법

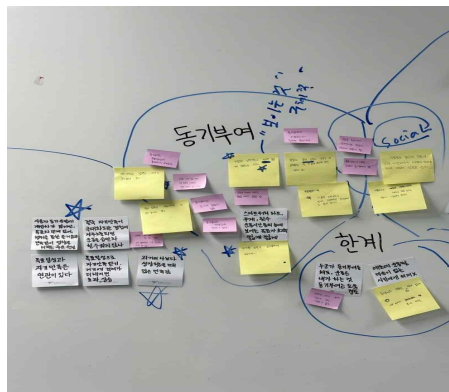
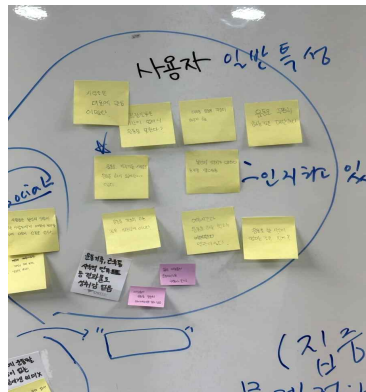
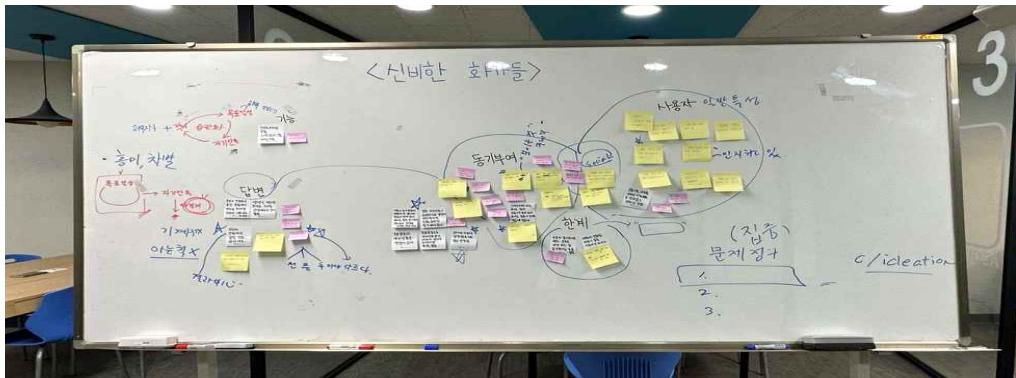
운동하는 방법

운동은 어렵고 지치는 일이지만, 규칙적인 운동은 건강과 체력을 증진하는 데 매우 중요합니다. 운동할 때 지켜야 할 사항은 다음과 같습니다.

- 1. 운동 전 준비운동: 근육을 풀어주고 부상을 예방합니다.
- 2. 적절한 운동량: 자신의 체력에 맞는 강도로 운동합니다.
- 3. 규칙적인 운동: 일정한 시간과 강도로 꾸준히 운동합니다.
- 4. 충분한 휴식: 근육을 회복시키고 다음 운동을 준비합니다.
- 5. 올바른 자세: 운동 시 올바른 자세를 유지하여 부상을 예방합니다.
- 6. 적절한 영양 섭취: 운동 전후에 적절한 영양을 섭취합니다.
- 7. 충분한 수분 섭취: 운동 중 수분을 충분히 섭취하여 탈수를 예방합니다.
- 8. 적절한 운동복 착용: 편안하고 기능적인 운동복을 착용합니다.
- 9. 적절한 운동장소 선택: 안전하고 쾌적한 운동장소를 선택합니다.
- 10. 적절한 운동 시간 선택: 자신의 생활 패턴에 맞는 시간을 선택합니다.

운동하는 방법

운동은 건강을 위한 필수적인 요소입니다. 운동을 할 때는 자신의 체력과 상황에 맞는 강도로 운동해야 합니다. 또한, 운동 전후에 적절한 휴식과 영양 섭취를 해야 합니다. 운동을 할 때는 올바른 자세를 유지하고, 충분한 수분을 섭취하여 탈수를 예방해야 합니다. 또한, 적절한 운동복을 착용하고, 안전한 운동장소를 선택해야 합니다. 마지막으로, 자신의 생활 패턴에 맞는 운동 시간을 선택하여 꾸준히 운동하는 것이 중요합니다.



운동 동기부여 앱 사용자 설문조사

안녕하세요! 저희는 상명대학교 율령공과대학 소속 학생 5명으로 구성된 운동 동기부여 앱을 제공하는 서비스를 개발을 목표로 하는 팀입니다. 이번 설문조사는 사용자에게 더 나은 서비스를 제공하기 위해 진행됩니다. 설문조사 결과를 바탕으로 사용자들의 요구에 부합하는 앱을 만들기 위해 노력하겠습니다. 설문조사 참여에 대한 도움과 기여에 감사드립니다.

THANK YOU

감사합니다