|  |
| --- |
| **1. 주제**  운동시 척추,발목등 관절이 안좋은 사람들을 위한 운동 앱 개발 제안  **분반, 팀, 학번, 이름**  오픈소스 |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. 요약**  관절이 안좋은 사람들을 위한 운동앱  어떤 운동을 할 때, 무리가 가는 부위를 알려줘 그 운동의 추천 혹은 비추천등을 알려주는 앱  운동을 처음 시작할 때 하면 안되는 운동과 되는 운동을 구분 할수있고 자신의 몸상태에 맞춰 조정을 할 수 있음 | **3. 대표 그림**  평소 운동을 할 때 잦은 부상을 당하면서 운동에 관한 지식을 알려 주면 좋겠다고 생각함  운동 정보 전달 인터페이스  신체 사진으로  운동 정보 전달 |

|  |
| --- |
| **4. 서론**  2015년 스포츠 안전사고 실태조사 보고서에 따르면 운동 웨이트중 조사 대상 40.5%가 1년간 트레이닝중 부상을 당했다고 알려졌다.이는 자신의 몸상태를 고려하지 않고 무리하게 운동을 하려다 생긴 부상이 대다수이다.그리고 만약 운동을 시작하려는 초심자의 경우 시작할때 자신의 몸상태를 앎에도 불구하고 운동에 대한 지식이 적어 무리한 운동을 하려는 경우도 있다.  그러므로 자신의 몸상태에 맞춰 운동에 대한 지식을 알려주며 루틴을 짤 수 있어야 한다.  따라서 자신의 몸상태를 입력하면 그것에 맞춰 추천하는 운동과 루틴을 소개한다음,다른 운동을 선택할 시,무리가 가는 부위와 그운동에 대한 추천/비추천을 알려주는 앱을 개발해야 된다고 생각한다. |

|  |
| --- |
| **5. 본론**    우선 이러한 기술을 사용하기 위해서는 입력받은 부위 혹은 질병에 맞춰 운동을 추천할 수 있도록 운동에 대한 방대한 지식,특히 운동을 할때 자극이 가는 부위와 질병을 연관시켜 추천/비추천을 할 수 있는 기준을 마련하는 것이다.그리고 설명하기 위한 그림 및 영상과 같은 가시성이 드러나게 해야합니다.  자바 환경에서 안드로이드 앱개발을 하고 운동에 대한 빅데이터를 수집하여 이와 연관시킬 수 있는 프로그램을 구성합니다. |

|  |
| --- |
| **6. 결론**  **따라서 사용자의 몸 상태에 따른 운동 정보 출력과 운동에 대한 추천 및 비추천을 할 수 있는 앱 개발을 할 것입니다.따라서 이와 같은 시스템을 만들기 위해서는 자바 환경에서 앱을 구축 하되 몸과 운동간의 데이터를 모아 빅데이터를 만든 후 이를 입력 받았을 때 적절한 운동을 추천할 수 있는 프로그램과 가시성 있는 인터페이스를 구축해야합니다.** |

**7. 출처**

[1] 이기수, ”웨이트 부상 70%는 ‘과유불급’ 때문에…“운동전 스트레칭 필수””, 국민일보, 2017/2/6/11:24, http://news.kmib.co.kr/article/print.asp?arcid=0011246503