

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования

«МОСКОВСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет Факультет информационных технологий

Кафедра «Информатика и информационные технологии»

Направление подготовки/ специальность: 09.03.01 Информатика и вычислительная
техника/ Веб-технологии

ОТЧЕТ

по проектной практике

Студент: Жмеренчук Александр Анатольевич Группа: 241-321

Место прохождения практики: Московский Политех, кафедра Инфокогнитивные
технологии

Отчет принят с оценкой _____ Дата _____

Руководитель практики: Чернова Вера Михайловна

Москва 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПРОЕКТЕ	5
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ	6
3. ОПИСАНИЕ ЗАДАНИЯ ПО ПРОЕКТНОЙ ПРАКТИКЕ	7
4. ОПИСАНИЕ ДОСТИГНУТЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ПРОЕКТНОЙ ПРАКТИКЕ	8
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	13
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	14
ПРИЛОЖЕНИЕ	16

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире наблюдается стремительный рост интереса к здоровому образу жизни (ЗОЖ), спорту и саморазвитию. Молодёжь всё больше вовлекается в активный образ жизни, стремясь не только улучшить своё физическое состояние, но и найти единомышленников, обмениваться опытом и мотивировать друг друга. Однако, несмотря на растущую популярность спорта и ЗОЖ, многие сталкиваются с отсутствием удобных инструментов для организации тренировок, отслеживания прогресса и коммуникации с такими же увлечёнными людьми.

Цифровая экосистема «Энергия жизни» призвана решить эти проблемы, объединив в себе функции платформы для спорта, здорового образа жизни и социальной сети. Проект акцентирует внимание на трёх ключевых аспектах: **спорт, ЗОЖ и коммуникации молодёжи.**

Акцент на спорте

Спорт становится неотъемлемой частью жизни современного человека. Однако многие сталкиваются с трудностями в организации тренировок, выборе подходящих программ и отслеживании своих результатов. «Энергия жизни» предлагает персонализированные тренировочные программы и возможность участия в спортивных челленджах, что делает занятия спортом более доступными и увлекательными.

Акцент на ЗОЖ

Здоровый образ жизни — это не только физическая активность, но и правильное питание, ментальное здоровье и баланс между работой и отдыхом. Экосистема предоставляет пользователям инструменты для планирования рациона, медитаций, отслеживания сна и других аспектов ЗОЖ, помогая им достигать гармонии в повседневной жизни.

Акцент на коммуникациях молодёжи

Молодёжь ищет не только способы улучшить своё здоровье, но и возможность общаться с единомышленниками, делиться своими достижениями и вдохновляться успехами других. «Энергия жизни» создаёт уникальное пространство для общения, где пользователи могут объединяться в сообщества,

участвовать в совместных мероприятиях и находить поддержку в своих начинаниях.

1. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПРОЕКТЕ

Название проекта

Название проекта – «Энергия жизни».

Цели и задачи проекта

Целью проекта является создание цифровой экосистемы, объединяющей функционал для взаимодействия, мотивации и поддержки участников спортивного сообщества, популяризации здорового образа жизни и упрощения доступа к информации о мероприятиях.

Задачи проекта:

- Разработка центральной платформы в виде сайта с личным кабинетом участников.
- Интеграция регистрации через социальные сети и аналитических инструментов.
- Наполнение платформы актуальным контентом: новости, мероприятия, партнеры.
- Создание мобильного приложения для Android и iOS с ключевым функционалом сайта.
- Обеспечение масштабируемости экосистемы для дальнейшего развития.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ

Партнером проекта является Садыков Роман Русланович. Активист и соц. деятель. Также Экс-председатель «Движение первых».

«Движение первых» — это общероссийское общественно-государственное движение детей и молодежи, созданное в России в 2022 году. Оно призвано объединить молодое поколение страны, предоставить возможности для самореализации, развития лидерских качеств, участия в социально значимых проектах и формирования активной гражданской позиции. Движение ориентировано на воспитание патриотизма, уважения к традициям и ценностям России, а также на поддержку инициатив молодежи.

«Движение первых» играет важную роль в формировании будущего России, воспитывая активных, ответственных и патриотично настроенных граждан. Оно помогает молодежи найти свое место в обществе, развить навыки, которые пригодятся в будущем, и внести вклад в развитие страны.

3. ОПИСАНИЕ ЗАДАНИЯ ПО ПРОЕКТНОЙ ПРАКТИКЕ

В начале разработки мы разделились на 3 отдела: аналитики, разработки и медиа. Я вошел в отдел разработки. Мой вклад в проект включает:

- Анализ технологий CI/CD для отправки проекта в продакшен.
- Анализ вариантов серверов/хостингов для нахождения того, который бы укладывался в бюджет и подходил по характеристикам.
- Создание всей базовой структуры проекта.
- Создание моделей, соответствующих схеме базы данных (кроме модели пользователя).
- Участие в вёрстке каждой страницы.

Результаты общего вклада в проект:

- Аналитики проанализировали 15 сайтов конкурентов, что помогло выявить плюсы и минусы будущего проекта.
- Разработчики сделали схему базы данных.
- Медиа отдел провел опрос под названием: проблемы и вызовы молодёжи в сфере спорта 21 века.
- Аналитики проанализировали виды ЦА, тренды цифровых экосистемах. Разработали методология исследования.
- Аналитики собрали обратную связь через обширные соцопросы.
- Отдел разработки создал сайт с главной страницей мероприятий и страницей статей.

Для организации работы команды раз в неделю, помимо очной пары, проводилось онлайн собрание, на котором проверялось выполнение имеющихся задач.

4. ОПИСАНИЕ ДОСТИГНУТЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ПРОЕКТНОЙ ПРАКТИКЕ

На текущем этапе реализации проекта цифровой экосистемы «Энергия жизни» достигнут промежуточный продуктовый результат, который включает в себя несколько ключевых компонентов. Эти компоненты являются основой для дальнейшей разработки платформы и позволяют четко определить направление развития проекта. Рассмотрим каждый из них подробно.

1. Аналитика сайтов конкурентов. Проведен детальный анализ существующих платформ и сайтов, которые работают в аналогичной нише (спортивные сообщества, платформы для популяризации здорового образа жизни, молодежные проекты).

В рамках анализа были изучены:

- функционал конкурентов (регистрация, поиск мероприятий, взаимодействие участников, образовательные материалы и т.д.);
- пользовательский опыт (удобство интерфейса, навигация, доступность информации);
- технологические решения, используемые конкурентами (стек технологий, интеграции с другими сервисами);
- сильные и слабые стороны конкурентов, которые могут быть учтены при разработке платформы «Энергия жизни». Результаты анализа позволили выделить лучшие практики и избежать ошибок, допущенных конкурентами, что повысит конкурентоспособность будущей платформы.

2. Социологическое исследование. Нами был проведён опрос на тему «Проблемы и вызовы молодёжи в сфере спорта XXI века». Он был направлен на изучение потребностей, интересов и ожиданий целевой аудитории — молодежи, заинтересованной в спорте, здоровом образе жизни и активном участии в сообществе.

Цель опроса: определить целевую аудиторию проекта Цифровая экосистема «Энергия жизни», выявить потребности молодёжи и выяснить, насколько востребована цифровая площадка, над которой мы работаем.

Участники: 890 человек, большинство — мужчины (526), старше 23 лет (54,4%).

Занятия спортом:

- 67,4% занимаются регулярно (несколько раз в неделю или ежедневно).
- 74,2% — любители, 25,8% — профессионалы.

Проблемы:

- 76% сталкивались с трудностями в поиске единомышленников.
- Низкая доступность и качество информации о мероприятиях.
- Неудобные сайты и недостаток рекламы.

Потребности:

- Удобная платформа для взаимодействия.
- Инклюзивность, поддержка новичков, актуальная информация.
- Сообщества по интересам и индивидуальный подход.

Востребованность проекта:

- 56,4% считают полезным участие в спортивных сообществах.
- 55,4% заинтересованы в цифровой экосистеме.

Опрос показал, что молодежь заинтересована в спорте и цифровом пространстве для взаимодействия. Большинство регулярно занимается физической активностью, но сталкивается с проблемами поиска единомышленников и некачественной информацией. Цифровая экосистема «Энергия жизни» актуальна и окажется востребованной, если грамотно поработать над созданием сайта и в дальнейшем организацией и освещением всех мероприятий.

3. Определение ключевых целей и задач проекта. На основе проведенной аналитики и исследований были сформулированы ключевые цели и задачи проекта.

Основные цели включают:

- Создание единой цифровой платформы для молодежи, которая упростит доступ к информации о мероприятиях и возможностях для участия.
- Формирование активного сообщества единомышленников, заинтересованных в спорте и здоровом образе жизни.
- Популяризация здорового образа жизни через образовательные материалы, мотивационные истории и поддержку спортивных инициатив. Задачи проекта:
 - Разработка прототипа платформы с базовым функционалом.
 - Тестирование прототипа с участием целевой аудитории.
 - Постепенное расширение функционала платформы на основе обратной связи пользователей.

4. Разработка прототипа. В процессе реализации проекта будет создан прототип платформы, который включает в себя основные функции для взаимодействия участников спортивного сообщества.

Прототип станет первым шагом к созданию полноценной цифровой экосистемы и будет включать:

- **Регистрацию и личный профиль:** пользователи смогут создавать аккаунты, указывать свои интересы и настраивать профиль.
- **Поиск мероприятий:** функция поиска и фильтрации мероприятий по категориям, датам и местоположению.
- **Взаимодействие участников:** возможность создавать группы, общаться с единомышленниками и делиться опытом.
- **Образовательный контент:** раздел с материалами о здоровом образе жизни, советами экспертов и мотивационными историями. Прототип позволит протестировать ключевые функции платформы, собрать обратную связь от пользователей и внести необходимые корректировки перед запуском полноценной версии.

5. На основе проведённого анализа конкурентов, социологического исследования и сформулированных целей проекта была разработана и частично реализована веб-платформа цифровой экосистемы «Энергия жизни».

На данном этапе создано три ключевые страницы сайта, которые формируют основу для дальнейшей доработки и тестирования:

1. Главная страница

Главная страница представляет собой центральный интерфейс платформы, где пользователь получает общий доступ к функционалу. Она включает:

- приветственный блок с описанием миссии и целей проекта,
- навигационное меню,
- рекомендации по мероприятиям и статьям,
- раздел регистрации и авторизации,
- призыв к участию в сообществе.

Дизайн главной страницы ориентирован на молодую аудиторию: лаконичный, современный, с яркими визуальными акцентами, что способствует высокому уровню вовлечённости и понятному пользовательскому опыту.

2. Страница мероприятий

Страница мероприятий реализована как динамический модуль, позволяющий пользователям:

- просматривать список спортивных и оздоровительных активностей,
- фильтровать события по типу (бег, йога, велопрогулки и т.д.),
- выбирать удобные даты и места проведения,
- регистрироваться на интересующие мероприятия,
- делиться событиями в социальных сетях или приглашать друзей.

Раздел содержит карточки мероприятий с краткой информацией, изображениями, местом и временем проведения. Такая структура позволяет легко находить подходящие активности и участвовать в них, что отвечает запросам целевой аудитории.

3. Страница статей

Образовательный контент играет важную роль в популяризации здорового образа жизни, поэтому был разработан раздел статей, содержащий:

- материалы экспертов о правильном питании, тренировках, психологии мотивации;
- истории успеха реальных людей;
- практические советы по планированию тренировок и режима дня.

Каждая статья снабжена возможностью комментирования, что усиливает вовлеченность и даёт пользователям возможность обсуждать полезный контент, задавать вопросы и делиться своим опытом.

Таким образом, продуктовый результат проекта Цифровой экосистемы «Энергия жизни» включает аналитику конкурентов, социальное исследование, определение технологического стека и ключевых целей проекта, анализ ЦА и создание сайта. Эти этапы заложили прочную основу для разработки прототипа платформы, который станет первым шагом к созданию единого цифрового пространства для молодежи, заинтересованной в спорте и здоровом образе жизни. Дальнейшая работа будет направлена на доработку прототипа, тестирование и масштабирование платформы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

За период с февраля по май мы осуществили подготовительные работы в рамках создания цифровой экосистемы «Энергия жизни», которая будет ориентирована на популяризацию здорового образа жизни среди молодёжи. На основе анализа сайтов конкурентов выявлены лучшие практики и типовые ошибки, которые были учтены при разработке собственной платформы. Социологическое исследование помогло более подробно выяснить потребности целевой аудитории, её интересы и причины, препятствующие участию в спортивных мероприятиях.

Сформулированные цели и задачи легли в основу концепции проекта: создать удобную цифровую платформу, способствующую развитию активного сообщества и поддержанию ЗОЖ. Был разработан прототип с базовым функционалом — регистрация пользователей, поиск мероприятий, взаимодействие с другими участниками и доступ к образовательным материалам.

На текущем этапе реализованы три ключевые страницы сайта: главная, мероприятия и статьи. Эти разделы формируют первую версию веб-платформы, которая позволяет пользователям получать информацию, участвовать в событиях и делиться опытом.

Таким образом, все виды работ, выполненные в рамках проекта, показали его актуальность и перспективность. Разработка цифровой экосистемы началась с теоретического анализа и завершилась практической реализацией первых элементов сайта, что даст основу для дальнейшего развития платформы и её масштабирования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Белов, А. В.** Цифровые экосистемы в спорте: анализ мирового опыта / А. В. Белов // Международный журнал «Спорт и цифровизация». — 2021. — № 2. — С. 67-75.
2. **Григорьева, Т. Н.** Здоровый образ жизни в эпоху цифровых технологий / Т. Н. Григорьева. — М.: Издательство «Медиа-Пресс», 2020. — 180 с.
3. **Иванов, А. А.** Цифровые экосистемы: теория и практика / А. А. Иванов. — М.: Издательство «Наука», 2021. — 320 с.
4. **Козлов, Д. И.** Инновационные подходы к созданию цифровых платформ для спорта и здоровья / Д. И. Козлов // Инновации в образовании. — 2020. — № 5. — С. 112-120.
5. **Михайлов, С. П.** Цифровизация спорта: тенденции и перспективы / С. П. Михайлов. — СПб.: Издательство «Питер», 2022. — 256 с.
6. **Петров, В. С.** Здоровый образ жизни в цифровую эпоху: новые вызовы и возможности / В. С. Петров // Журнал «Цифровая трансформация». — 2022. — № 3. — С. 45-52.
7. **Сидорова, Е. В.** Социальные сети как инструмент популяризации ЗОЖ среди молодёжи / Е. В. Сидорова // Вестник Московского университета. Серия 18: Социология и политология. — 2021. — № 4. — С. 78-89.
8. **Смирнова, О. А.** Молодёжь и ЗОЖ: цифровые решения для вовлечения / О. А. Смирнова // Журнал «Молодёжь и общество». — 2023. — № 1. — С. 34-42.
9. **Федоров, И. В.** Цифровые платформы для спорта и здоровья: анализ рынка / И. В. Федоров // Журнал «Цифровая экономика». — 2022. — № 4. — С. 23-30.
10. **Сайт Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).** Цифровые технологии и здоровый образ жизни [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.who.int> (дата обращения: 10.10.2023).

11. **Сайт Министерства спорта РФ.** Цифровизация спорта: новые возможности [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 10.10.2023).

12. **Сайт MyFitnessPal.** Приложение для отслеживания питания и тренировок [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.myfitnesspal.com> (дата обращения: 10.10.2023).

13. **Сайт Nike Training Club.** Приложение для тренировок [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.nike.com/training-club> (дата обращения: 10.10.2023).

14. **Сайт Strava.** Социальная сеть для спортсменов [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.strava.com> (дата обращения: 10.10.2023).

ПРИЛОЖЕНИЕ

Ссылка на репозиторий с проектной практикой:

<https://github.com/mddrm6/practice-2025-1>

Подтверждаю, что отчет выполнен лично и соответствует требованиям практики, Жмеренчук Александр Анатольевич, 21.05.2025, 