

1. Концептуален опис

Самата идеја на овој систем за физичко здравје е да им овозможи на корисниците брз и едноставен пристап до персонализирани тренинг сесии во зависност од желбите и барањата на корисниците. Дополнително системот има за цел да им овозможи простор за прогрес на корисниците во добро дефинирани аспекти од физичкото здравје.

При првото најавување на системот истиот преку предефинирани прашања бара од корисникот инпут за полот, висината, тежината, нивото на фитнес, неговите преференци околу времетраењето на идеалната тренинг сесија, категориите на физичка активност, опремата со која истиот располага и средината во која преферира да вежба. При завршувањето на овој инпут корисникот притиска копче “Креирај” при што неговиот профил со податоци е креиран во база на податоци. На следниот екран корисникот има опција да го погледне својот профил (копче “Профил”), да започне со предлог тренинг сесијата од системот (копче “Вежбај”), да започне рандом тренинг сесија која е генерирана од системот базирана на неговото ниво на подготвеност (копче “Рандом”), да листа категории и подкатегории на вежби (копче “Листај”) при што при клик на дадена категорија системот генерира соодветни тренинг сесии за корисникот во однос на неговото ниво на физичка подготвеност. Дополнително постои и копчето “Поставки” на чијшто клик на корисникот му се дава можност за подесување на звучни нотификации и мотивациски пораки.

При старт на одредена тренинг сесија, со секое завршување на моменталната активност на екранот се појавува копче “Продолжи” со што на системот му се кажува дека корисникот успешно ја завршил моменталната активност, па може да продолжи со наредната вежба.

Во случај да корисникот сака да внесе тренинг сесија која не била генерирана од системот, истото може да го направи преку копчето “Супермен”/”Супервотман” (во зависност од полот) при што на корисникот му се прикажува екран на кој има search bar и паѓачко мени како помош за пронаоѓање на активностите кои ги имал корисникот. При клик на соодветната активност, корисникот треба да внесе инпут во зависност од истата (пример: времетраење, километри, интензитет, повторувања).

При завршување на одредена тренинг сесија системот автоматски го упдејтира профилот на корисникот и во зависност од поставките на екран му испишува некаква мотивациона порака.

Корисникот истото треба да го афирмира преку копчето “Заврши” прикажано на екран.

2. Конкретно сценарио

Наслов: Корисник кој за прв пат го користи системот за физичко здравје

Вид на сценарио: Сценарио на активност

Преглед

Луѓе: Марта, 20 години – студент, одлични познавања во компјутерската област

Активности: Најавување на системот и избирање на програма за вежбање

Контекст: Систем за физичко здравје

Технологија: Лаптоп со пристап на интернет

Образложение: Опишан е процесот на најавување на системот за физичко здравје и негово користење од страна на даден корисник за прв пат. Корисникот преку тастатура/маус првично внесува лични податоци во системот. При клик на копчето “Креирај” се креира неговиот профил и системот предложува определена сесија за вежбање која корисникот може да ја прифати или да ја одбие. При завршување на тренинг сесијата системот автоматски го надоградува профилот на корисникот, испраќа порака до него за добро завршена работа со надеж за повторно користење во блиска иднина. Корисникот го затвора системот за физичко здравје.

П1. Марта е студент на ФИНКИ. После завршување на дневните обврски околу факултетот Марта има потреба од физичка активност со цел намалување на стресот предизвикан од активностите.

П2. Со оглед на мноштвото информации со кои се соочува во текот на денот и големиот број на одлуки кои ги носи, Марта нема време и енергија за да состави свој личен план за вежбање – потребен и е некаков помошник.

П3. Марта го пронаоѓа системот за физичко здравје. Со оглед на факултетот кој го изучува и досегашното користење на интернетот забележува дека досега веќе се сретнала со слични интерфејси. Започнува да ги чита и внесува потребните информации (пол, возраст, висина, тежина, степен на физичка подготвеност, идеално времетраење на еден тренинг, идеална категорија....) – на нејзино изненадување истото опфаќа клучни информации кои се лесни за внесување и за кои верува дека се од голема помош за системот да избере идеална тренинг сесија.

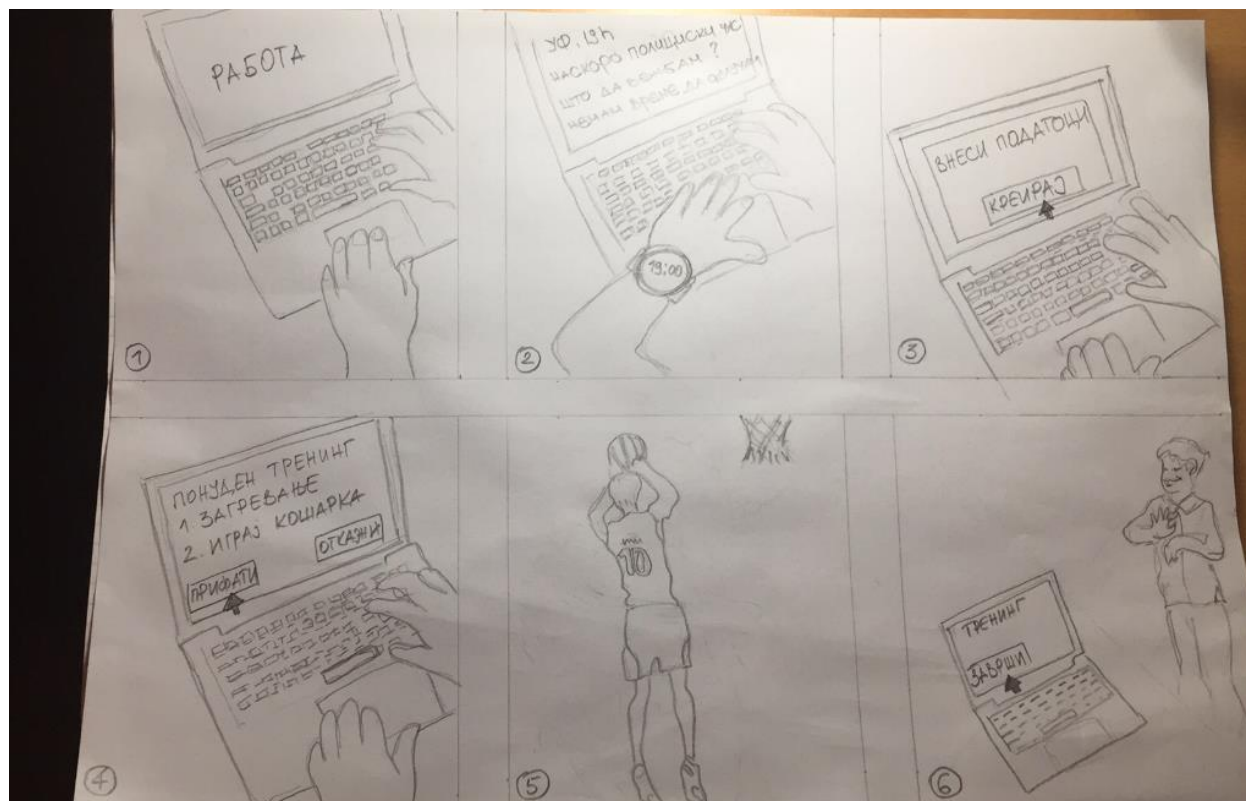
П4. При завршување со внес на потребните информации Марта притиска на копчето “Креирај” со што нејзините лични податоци и преференци се зачувани во еден кориснички профил. Следно, Марта притиска на копчето “Вежбај!” со што системот и нуди предлог тренинг сесија. Марта притиска на копчето “Прифати” со што истата може да започне.

П5. После завршувањето на секоја активност од тренингот Марта притиска на копчето “Продолжи” што ја носи кон следната активност.

П6. При завршување на тренинг сесијата системот автоматски испраќа порака за добро завршена работа согласно преференците кои ги избрала Марта во секцијата “Поставки”. Системот автоматски го надоградува профилот на Марта, која пак прогрес може да го провери во секцијата “Профил”.

П7. Марта е презадоволна од едноставноста за користење на системот за физичко здравје, од неговиот степен на персонализација како и од прогресот што го направила.

3. Табла со приказна



Сликата не е скенирана поради немањето на можност за истото.

4. Прототип со мала верност

A low-fidelity wireframe of a user registration screen. The header bar contains a circular logo with the text "LOGO" on the left. To its right are five parallelogram-shaped buttons labeled "Profile", "Exercise", "Random", "Browse", and "Superman". On the far right of the header is a small circle icon with the text "Settings" below it. The main content area is a large rectangle containing a smaller rectangle. Inside this rectangle is a text input field with the placeholder text "Enter Username" and a "Continue" button below it.

Слика 1: Внес на корисничко име

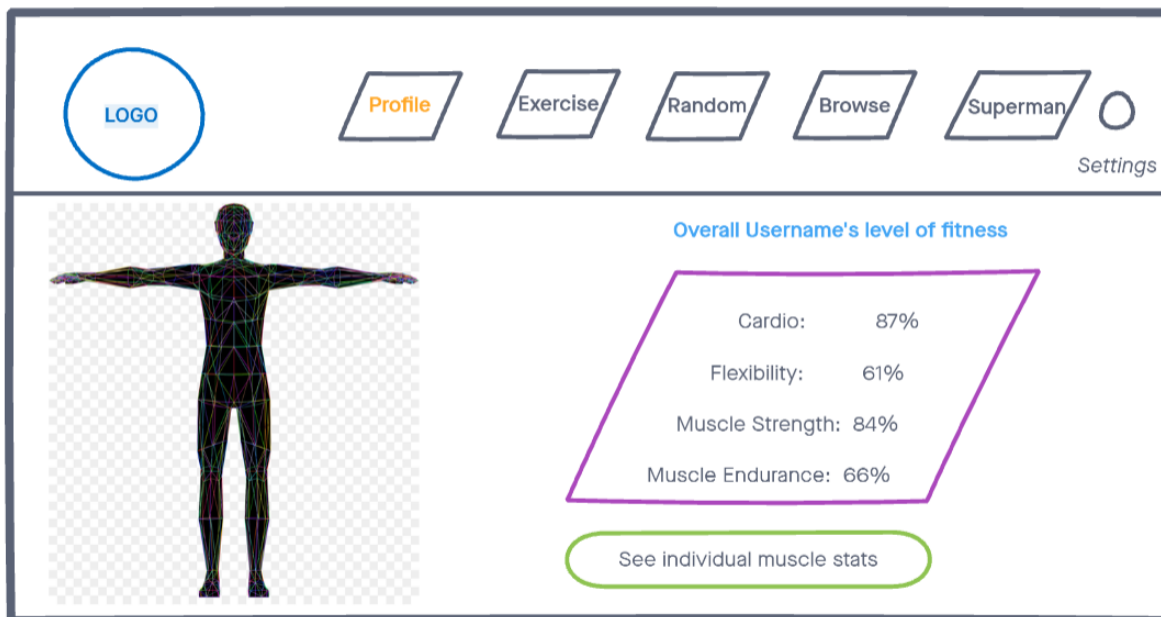
A low-fidelity wireframe of a user registration screen, similar to the first one but with a different input field. The header bar is identical, featuring the "LOGO", navigation buttons ("Profile", "Exercise", "Random", "Browse", "Superman"), and the "Settings" link. The main content area contains a rectangle with a text input field labeled "Enter Height in cm" and a "Continue" button below it.

Слика 2: Внес на висина

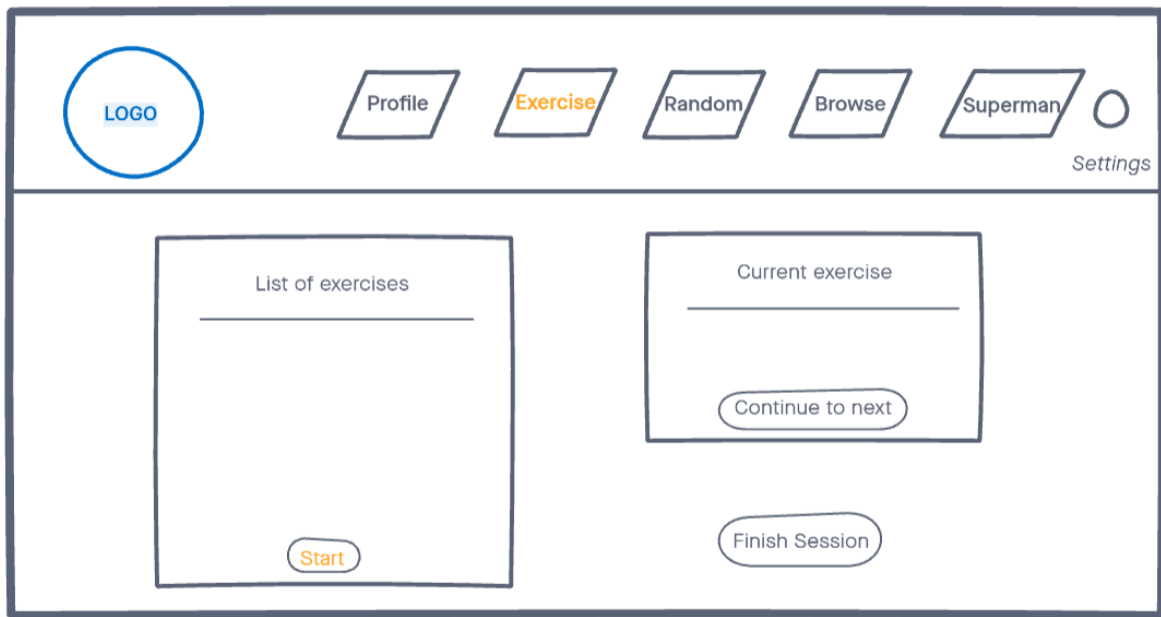


Слика 3: Селектирање на преферирани средини за вежбање

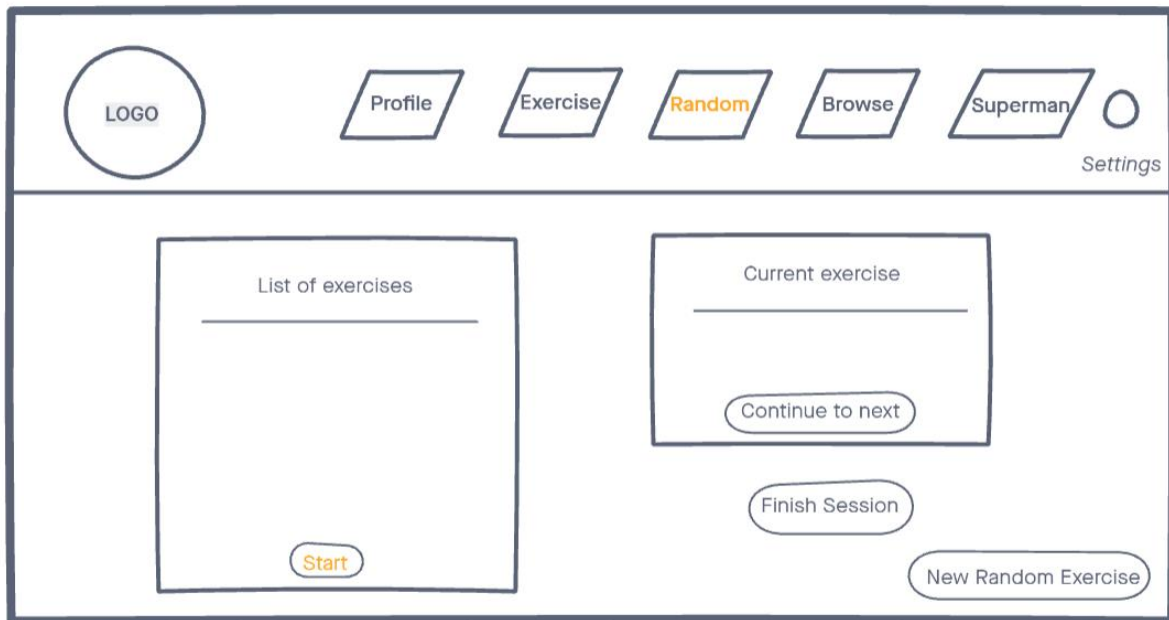
На слика од 1-3 се прикажани само дел од екраните за креирање на профил... Внесовите како тежина, пол и сл. се изоставени со цел да нема преголемо повторување – концептот е тој.



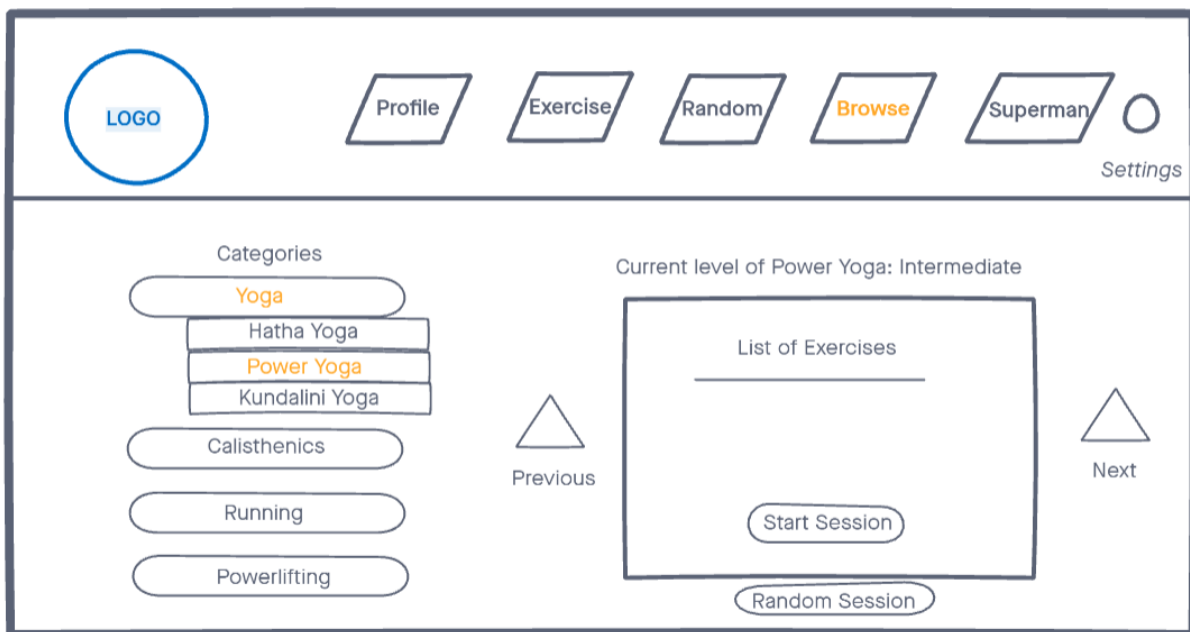
Слика 4: Екран на кориснички профил



Слика 5: Екран на кој е прикажана тренинг сесија според стандардните преференци за тренинг на корисникот



Слика 6: Екран на кој е прикажана рандом тренинг сесија во зависност од нивото на физичка активност на корисникот



Слика 7: Екран на кој се прикажани категории и подкатегории на кои во зависност од физичката подготвеност на корисникот во дадена категорија/подкатегорија истиот може да одбира тренинг сесија



Слика 8: Екран на кој корисникот внесува во системот за физичко здравје веќе завршена сесија