Báo cáo môn phát triển ứng dụng di động

Các thành viên:

1, Hoàng Văn Hiệp MSV: B15DCCN207

2, Hoàng Ngọc Nga MSV: B15DCCN384

3, Phạm Thị Mai MSV: B15DCCN336

- **Tên ứng dụng**: 7M WORKOUT

I. Thiết kế giao diện:

- Giao diện tương đương với app 7M Workout trên Play Store.

Link app: <https://play.google.com/store/apps/details?id=net.workoutinc.seven_7_minutes_workouts_challenge>

II. Mô tả ứng dụng

- **Mục tiêu**:

Ứng dụng hỗ trợ luyện tập thể dục với các bài tập trong thời gian 7 phút hoặc nhiều hơn (tùy vào thời gian nghỉ giữa các bài tập)

- **Phạm vi**:

Dữ liệu standalone lưu thông tin các bài tập, có hình ảnh, video (youtube video), thông tin chi tiết của các bài tập được hiển thị.

- **Cách sử dụng**:

Người dùng xem chi tiết và lựa chọn các bài tập có sẵn, xem hướng dẫn tập bằng video và các bước tập theo mô tả, sau đó bắt đầu luyện tập theo trong thời gian quy định. Người dùng cũng có thể xây dựng bài tập riêng cho mình từ danh sách các bài tập cho phù hợp. Có thể theo dõi kết quả luyện tập và cân nặng của mình theo ngày để có phương án tập thích hợp. Ngoài ra, có thể đặt mục tiêu luyện tập theo bài tập và số ngày luyện tập, có thông báo nhắc nhở mỗi ngày cho các mục tiêu. Khi luyện tập xong mỗi bài tập người dùng có thể nhận thêm coin tương đương với độ khó của bài tập, sử dụng coin để mua các item có sẵn để thể hiện mức độ luyện tập của mỗi người.

- **Ứng dụng**:

Sử dụng cho những người có nhu cầu tập thể dục một cách linh hoạt, bài bản, tính toán được lượng calo tiêu thụ cũng như theo dõi cân nặng đạt được sau quá trình tập mà không cần phải ra phòng gym.

- Các chức năng cơ bản:

+ Luyện tập theo gói bài tập có sẵn theo các level từ dễ đến khó

* Chọn gói bài tập
* Xem mô tả tóm tắt và danh sách các bài tập trong gói
* Xem hướng dẫn chi tiết các bài tập (video + hướng dẫn)
* Bắt đầu luyện tập (đếm ngược thời gian, có gif hướng dẫn, có hướng dẫn bằng giọng nói)

+ Xây dựng gói bài tập riêng tùy ý

* Chọn các bài tập con thuộc 4 loại bài tập bổ trợ, mỗi loại 3 bài – tổng 12 bài luyện tập trong thời gian 7, 8 hoặc 9 phút (tùy thời gian nghỉ giữa các bài là 5, 10 hay 15s): Total body, lower body, upper body, core. Có thể sắp xếp thứ tự các bài. Đặt tên cho gói bài tập.
* Sau đó luyện tập như các gói có sẵn.

+ Theo dõi kết quả quá trình luyện tập:

* Xem tổng số gói bài tập đã hoàn thành, tổng thời gian tập, số calo đã tiêu thụ theo tháng
* Xem chuỗi luyện tập hiện tại và chuỗi luyện tập dài nhất từng thực hiện
* Xem/nhập cân nặng ban đầu, cân nặng hiện tại, tính toán chênh lệch
* Biểu đồ thay đổi cân nặng (theo ngày, tháng, năm)
* Tính toán đánh giá BMI

+ Tạo mục tiêu luyện tập:

* Chọn bài tập
* Chọn giờ luyện tập và số ngày luyện tập
* Theo dõi tiến độ hoàn thành mục tiêu
* Có thông báo nhắc nhở luyện tập mỗi ngày

+ Cho phép mua icon tương ứng với kết quả luyện tập

* Có các icon với giá từ thấp đến cao mà người dùng có thể mua bằng coin
* Khi hoàn thành xong mỗi bài tập sẽ nhận được 1 lượng coin tương ứng với độ khó bài tập

III. Phân công công việc

- Hoàng Văn Hiệp: Thiết kế giao diện, code java màn CustomWorkout Fragment, TargetFragment, màn mua icon, ghép nối các module.

- Hoàng Ngọc Nga: Thiết kế giao diện, code java màn Workout Fragment, màn luyện tập bài tập PlayingActivity, Finish Activity.

- Phạm Thị Mai: Thiết kế giao diện, code java màn Detail Workout Activity , DetailExercise Activity, Calendar Fragment.