

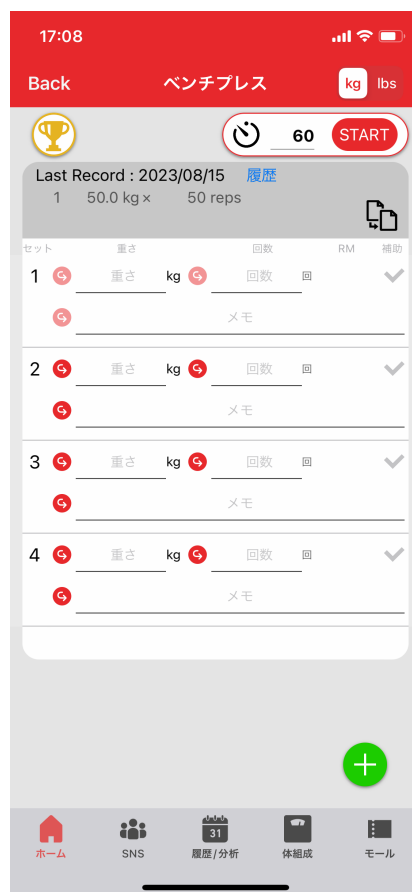
自主制作アプリ企画書

23.08.16

①トレーニング入力画面

- ・トレーニングを行った種目、回数をカウント
- ・重さ、回数、セット数のどれをカウントするか未定
(筋トレは回数よりも質を重視する人もいるので、ユーザーの満足感を考えて決める)

→集計とデータベースの構築、連携が必要

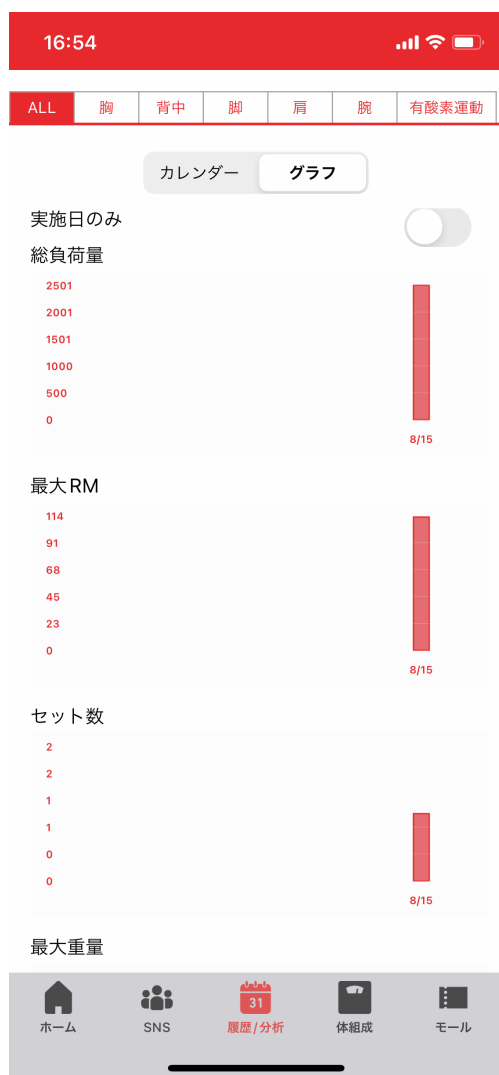


(イメージ画像)

②グラフ画面

- ・行ったトレーニング回数をグラフにして可視化できるようにする
- ・週毎、月毎のグラフを表示できるようにする。
棒グラフか折れ線グラフ

→グラフの作成方法とデータベースの連携が必要



③ログイン画面

- ・パスワードのみでログイン。

ログインは一度ログインしたらアプリ更新するまでは継続

- ・ログイン後は自分の筋トレ後の姿の写真を保存する場所にする
ログアウトもできるようにする。

(ユーザが筋トレの成果を確認し満足感を感じられるようにする。)

→ログイン画面作成と画像を保存する知識が必要

*方針

- ・オブジェクト指向に基づき一つのクラスの記述量を抑え、クラスを複数作成する。保守運用しやすいように。

- ・ビュー(JSP)はごちゃごちゃさせず、処理は書かない

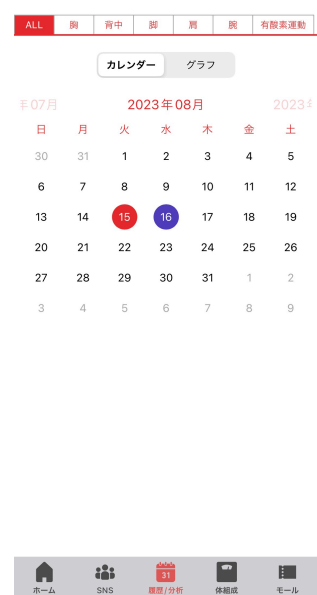
- ・上記①～③が一先ずの目標だが、クリアできそうなら筋肉の部位毎にポイントを加算させるシステムをつくることも検討。

例).懸垂をしたら広背筋3p、脊柱起立筋群2p、僧帽筋1p

- ・カレンダーも追加したい。トレーニングをした日をクリックすると、その日やったメニューが表示できるように。

カレンダー上でもトレーニングした日としてない日はスタンプか何かで判別できるようにしたい。

- ・目的は良いアプリを作ることではなく、あくまで学習すること。プログラムの全体の流れはもちろん、細部まで理解するよう心がける。



補足

① 参考になりそうなサイト

カレンダー作り 参考サイト

https://joytas.net/programming/jsp_servlet/calendarapp-2

グラフ作成 参考サイト

<https://style.potepan.com/articles/31729.html>

<https://style.potepan.com/articles/31709.html>

② 筋肉名称 英語

腕立て伏せ：push-up

腹筋運動：sit-up

背筋運動：back extension

スクワット：squat

柔軟体操：stretching

懸垂：chin-up

縄跳び：rope-jumping

- 「achii muscle」が正式名称ですが、会話や文などでも「biceps」のみで使われるケースがほとんどです。
- **上腕三頭筋**：「triceps」 ※「triceps brachii muscle」が正式名称です。「biceps」と同様に、「triceps」のみを通常使います。
- **胸筋**：「pectoral muscle（または短縮形で、pecs）」 ※短縮形の「pecs」、または「chest muscle」を使うケースも多いです。「chest」は「胸部」という単語です。
- **腹筋**：「abdominal muscle（または短縮形で、abs）」 ※「abdominal」は「腹部の」という形容詞です。
「abdominal breathing」は「腹式呼吸」です。「six pack」は、鍛えられた腹筋（6つに割れている腹筋）のことを指します。
- **太もも**：thigh ※左右の太ももは複数形で「thighs」とします。
- **ふくらはぎ**：「calf」 ※左右のふくらはぎは複数形で「calves」というスペルになります。

③ 参考にしたアプリ 「筋トレMemo」

<https://apps.apple.com/jp/app/最強の筋トレ管理アプリ-筋トレmemo/id1109688815>