

16HCB

1642021

Hà Nguyễn Thái Học

## BTCN1-Khảo sát phần mềm

✚ **Đề tài:** Ứng dụng hỗ trợ tập thể dục – thể hình

✚ **Danh sách các phần mềm liên quan**

1. Tên sản phẩm: **Abs workout**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.shvagerfm.Absworkout>
- Nhà phát triển: ShvagerFM
- Danh sách chức năng
  - o Chọn và tập theo bài tập trong hệ thống
  - o Mô tả chi tiết các bài tập bằng hình động.
  - o Tạo lời nhắc cho việc luyện tập
  - o Tổng hợp lại các bài tập
  - o Tùy chỉnh chế độ tập luyện (PRO)
  - o Tùy chỉnh thời gian linh động để tập luyện
  - o Xem lịch sử tập luyện
  - o Xem lịch sử, theo dõi cân nặng và vòng bụng

2. Tên sản phẩm: **Tập thể dục cho cơ bụng**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.veevapps.absworkout>
- Nhà phát triển : Veev Apps
- Danh sách chức năng:
  - o Chọn và tập theo bài tập trong hệ thống
  - o Theo dõi lịch tập, chế độ lịch tập trong 30 ngày
  - o Tập hợp các bài tập để tạo ra bài tập riêng
  - o Xem mô tả chi tiết các bài tập
  - o Thống kê về các khoá tập huấn và bài tập đã hoàn thành
  - o Tạo lời nhắc cho việc luyện tập

3. Tên sản phẩm: **Tập thể dục bụng hàng ngày**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.caynax.a6w>
- Nhà phát triển: Caynax
- Danh sách chức năng:
  - o Chọn chế độ, bài tập để tập luyện
  - o Xem mô tả, hình ảnh động cho các bài tập
  - o Đặt thông báo bài tập
  - o Xem lịch sử luyện tập, thống kê chiều cao, cân nặng, số đo vòng eo
  - o Mức độ luyện tập đa dạng với 5 mức tập
  - o Thống kê biểu đồ dựa trên các chỉ số cơ thể

4. Tên sản phẩm: **8 Minutes Abs Workout**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=net.p4p.absen>
- Nhà phát triển: Passion4Profession Apps
- Danh sách chức năng:
  - o Chọn và tập theo bài tập trong hệ thống
  - o Lập kế hoạch tập luyện chi tiết theo thời gian biểu
  - o Nâng dần cấp độ, tạo mốc luyện tập để đến cấp độ luyện tập tiếp theo
  - o Chọn bài tập, xem video hướng dẫn bài tập
  - o Các phiên bản bài tập được cập nhật liên tục
  - o Chế độ tập đa dạng với mỗi chế độ tập có 3 mức độ khác nhau kèm thống kê lượng calo tiêu hao
  - o Nhạc và nhịp đếm ứng với mỗi bài tập

5. Tên sản phẩm: Abs workout 7 minutes

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.popularapp.abdominalexercise>
- Nhà phát triển: Simple Design Ltd.
- Danh sách chức năng:
  - o Chọn và tập theo bài tập trong hệ thống
  - o Hỗ trợ Google Fit
  - o Voice hướng dẫn bạn khi cần bắt đầu tập luyện 7 phút hoặc nghỉ ngơi;
  - o Điều chỉnh thời gian mạch theo tình huống của bạn;
  - o Điều chỉnh thời gian tập còn lại
  - o Giữ chế độ màn hình on screen trong suốt quá trình luyện tập
  - o Lưu giữ lịch sử, thống kê quá trình luyện tập
  - o Tạm dừng hoặc bỏ qua một bài tập
  - o Tùy chỉnh thông báo luyện tập mỗi ngày

6. Tên sản phẩm: **Bài Thử Thách Thể Lực 30 Ngày - Giảm Cân**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.popularapp.thirtydayfitnesschallenge>
- Nhà phát triển: Leap Fitness Group
- Danh sách chức năng:
  - o Chọn và tập theo bài tập trong hệ thống
  - o Tiến độ đào tạo tự động ghi lại
  - o Nhắc nhở tập luyện hàng ngày
  - o Xem hướng dẫn bài tập chi tiết bằng video
  - o Chọn được nhiều chế độ thử thách như: 30 ngày thử thách abs, 30 ngày thử thách toàn thân, 30 ngày thử thách mông
  - o Chia sẻ kết quả tập luyện với bạn bè của bạn trên mạng xã hội
  - o Phân chia 3 cấp độ từ khó khăn đến chuyên nghiệp

7. Tên sản phẩm: **300 abs workout. Be Stronger**

- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.shvagerfm.Abs>
- Nhà phát triển: ShvagerFM
- Danh sách chức năng:

- Chọn và tập theo 21 chương trình luyện tập
  - Thống kê nhanh các chỉ số trung bình, huy chương đạt được qua các bài tập
  - Sao lưu và khôi phục dữ liệu lịch sử tập luyện
  - Nhắc nhở bài tập
  - Thay đổi chế độ luyện tập, giảm bớt hoặc bỏ qua bài tập bất kì
8. Tên sản phẩm: 6 Pack Promise - Ultimate Abs
- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mi.AthleanX>
  - Nhà phát triển: ATHLEANX.COM
  - Danh sách chức năng:
    - Chọn lựa và tập luyện linh hoạt giữa 30 bài tập
    - Xem video hướng dẫn từ chuyên gia thể hình
    - Chọn lựa được nhiều cấp độ luyện tập
    - Chế độ tập luyện shuffle tạo ra bài tập ngẫu nhiên từng ngày
    - Thống kê lịch sử, dữ liệu tập luyện
    - Chọn lựa nhạc nền trong lúc luyện tập
9. Tên sản phẩm: **Runtastic Six Pack Abs Workout & Trainer**
- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.runtastic.android.sixpack.lite>
  - Nhà phát triển: Runtastic
  - Danh sách chức năng:
    - Có thể chọn chế độ và luyện tập phù hợp cho cả nam và nữ
    - Chọn và xem trong số 50 video hướng dẫn
    - Chọn cấp độ luyện tập cho bản thân
    - Có thể sử dụng Chromecast
    - Chọn lọc giữa các bài tập theo sở thích cá nhân, tùy chỉnh tập luyện theo thời gian
    - Theo dõi và lưu quá trình tập luyện
    - Quản lý các chỉ số cơ thể, thể hiện bằng các biểu đồ chi tiết
10. Tên sản phẩm: **Bài tập bụng**
- Đ/c cài đặt: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.HomeFitness.AbsExercises>
  - Nhà phát triển: Home Fitness
  - Danh sách chức năng:
    - Chọn lựa và tập luyện giữa 8 bài tập Abs
    - Ghi lại quá trình luyện tập
    - Đặt nhắc nhở luyện tập
    - Chọn lựa 3 mức độ khó khăn tập luyện (Easy, Normal, Hard)
    - Hiện thị ảnh động hướng dẫn các bài tập
    - Bạn không cần bất kỳ thiết bị cho tập luyện.
    - Tùy chỉnh các bài tập với nhau theo sở thích cá nhân

### **Yêu cầu pháp lý liên quan:**

Hiện tại thì vẫn chưa có quy định về pháp lý nào đối với chủ đề của đề tài đưa ra do đề tài khai thác về vấn đề hỗ trợ tập luyện, nâng cao sức khỏe. Vì vậy nên chỉ có những quy định pháp lý liên quan các ứng dụng trên di động nói chung:

- Thương nhân, tổ chức sử dụng ứng dụng di động có cả chức năng bán hàng (với đề tài cụ thể được chọn là việc mua khóa tập luyện và loại bỏ quảng cáo) và chức năng cung cấp dịch vụ thương mại điện tử chỉ thực hiện thủ tục đăng ký với Bộ Công thương theo quy định.
- Đối với những ứng dụng di động do các cá nhân, tổ chức Việt Nam phát triển và phát hành thì nếu có lợi nhuận thì phải tuân thủ quy định về thuế của nhà nước Việt Nam
- Các ứng dụng di động được thành lập và hoạt động trước ngày 31/3/2016 phải tiến hành thông báo hoặc đăng ký theo quy định tại Thông tư [59/2015/TT-BCT](#) trong vòng 60 ngày kể từ ngày Thông tư [59/2015/TT-BCT](#) có hiệu lực.
- Không lồng ghép nội dung quảng cáo không được mang tính chất xuyên tạc chính trị.
- Không được phép thu thập thông tin người dùng.