

당신의 맨몸 운동 관리자

오늘의 (맨몸)운동왕



SSAFY 10기 7반 11팀
99년생 척추측만증 거북이 김태운(팀장), 김유경

CONTENTS

01 기획 배경 및 목표

02 진행 세부사항

03 개발 결과/ 시연

04 기대 효과/ 후기

01 기획 배경 및 목표

운동이 부족하다



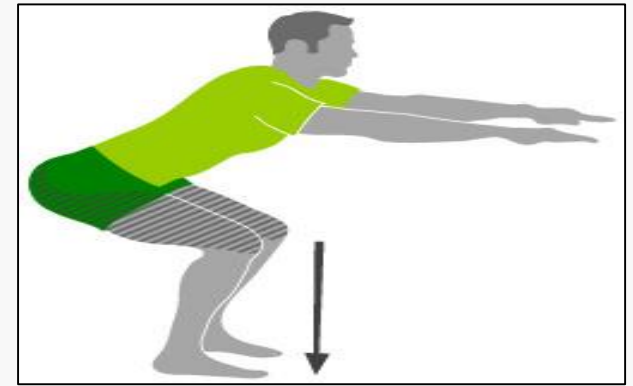
- 도시화와 실내 업무의 증가로 운동 부족 증가
- WHO에 의하면 전세계 인구의 ¼ 이상이 만성적 운동 부족
- 운동 부족은 심장병, 고혈압, 비만 등 성인병 발병 확률 증가시킴

시간은 없고, 돈은 들고...



- 하지만 현대인들에게 시간은 부족
- 시간이 나도 헬스클럽 가입, 운동장비 구매 비용 부담
- 돈도 덜 들고 남는 시간에 할만한 운동 없을까?

답은 맨몸운동



- 시간과 공간에 크게 제약받지 않음
- 운동 기구가 많이 필요하지 않음
- 초보자도 쉽게 접근 가능

01 기획 배경 및 목표

하지만 단점이 있다.

작심-삼일 作心三日

발음 [작쌔삼일]

🔊 전체 1 | 경기 1

표준국어대사전

고려대한국어대사전

우리말샘

명사

1. 단단히 먹은 마음이 사흘을 가지 못한다는 뜻으로, 결심이 굳지 못함을 이르는 말.

☑️ 굵은 결심이 작심삼일로 끝나다.

혼자 하는 경우가 많아 동기 부족.



목표

운동을 할 때 마다 점수라는 성과가 보이고,
다른 사람과의 랭킹이 보이는 시스템.

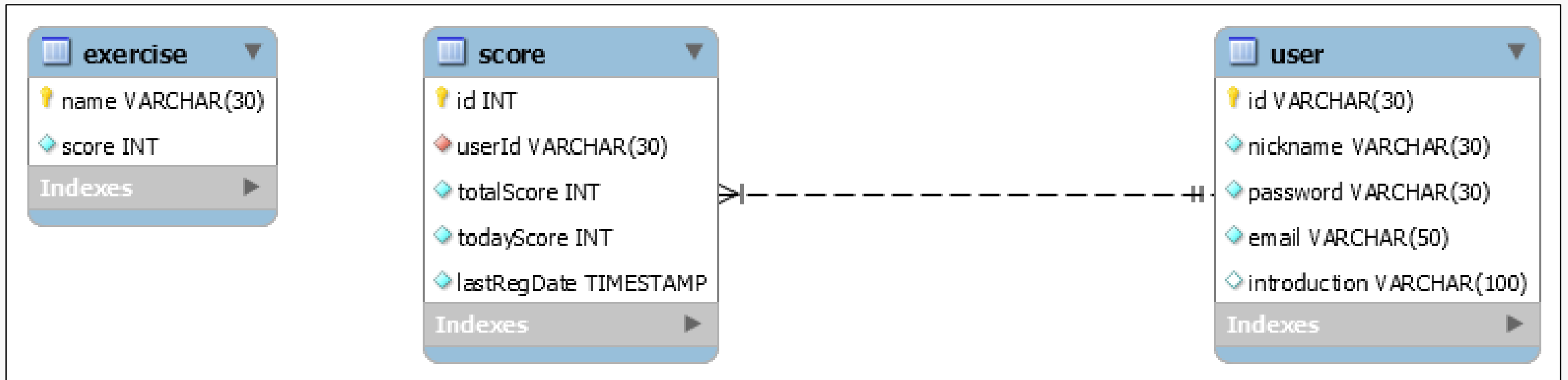
02 진행 세부사항

1. 프로젝트 진행 일정

		11월 16일	11월 17일	11월 18일	11월 19일	11월 20일	11월 21일	11월 22일	11월 23일	11월 24일
기획	문제 기획, 정의									
DB	DB 구조 설계									
BackEnd	스코어 REST_API									
	유저 REST_API									
FrontEnd	유저 CRUD									
	to do list									
	순위 기능									
	점수 확인									
	타이머/알람									
	유튜브 검색									
디버깅	디버깅									

02 진행 세부사항

2. ERD



02 진행 세부사항

3. 사용 기술

Front End



Vue.js



Visual Studio Code



JavaScript

Back End



Spring



Java

DB



MySQL



SQL

03 개발 결과 / 시연

직접 시연해 보겠습니다.

오늘의 (맨몸)운동왕

김운동님 안녕하세요. [로그아웃](#) [마이페이지](#)

운동 선택

무슨 운동을 하시겠습니까?

여기를 클릭해서 운동을 선택하세요!

세트 당 몇 번/분 운동하시겠습니까?

0

몇 세트 운동하시겠습니까?

0

총 0 회/분 운동하실 예정이시군요!

운동 선택 완료

지금까지 선택한 운동은?

☒ 팔굽혀펴기: 20점 (2세트, 2회 반복)

삭제

☐ 윗몸일으키기: 20점 (5세트, 2회 반복)

삭제

총 점수: 20점

점수 업데이트

Timer

운동하실 때 사용하세요^^


타이머/알람 토글

00시간 : 00분 : 00초 00ms

시작

정지

초기화



나의 점수

오늘의 점수: 172점

누적 점수: 411점

오늘의 순위

순위는 오늘 00:00:00부터 23:59:59까지의 운동 결과만 반영됩니다.

유튜브에서 운동 확인하기

운동 종류와 운동 자세를 확인하기 위해 유튜브에서 검색할 수 있는 기능입니다.

04 기대효과 / 아쉬운 점

기대 효과

To do list로 직관적인 루틴 구성

점수와 랭킹을 통한 동기 부여

타이머, 알람, 유튜브 검색으로 운동 보조

아쉬운 점

프로필 사진 등 유저 정보 추가 구현

점수 체계 개편

Q & A

Q&A

THANK YOU

경청해 주셔서 감사합니다.



SSAFY 10기 7반 11팀
99년생 척추측만증 거북이 김태운(팀장), 김유경