Τεχνική Αναφορά

Μέλη

AEM ONOMA

3461 Αντώνης Σιδέρης

3320 Νικόλαος Πολυχρονίδης

3364 Γιώργος Δημοσχάκης

3527 Ραφαήλ Νικοκάβουρας

Όνομα σελίδας: Healthy Living

Η ιστοσελίδα αφορά το **SDG 3** το οποίο αναφέρεται στην επίτευξη υγείας και ευημερίας σε όλο τον κόσμο. Για να επιτευχθεί αυτό η ιστοσελίδα αναφέρεται στην σημαντικότητα της υγείας στην ζωή μας και στο πόσο μεγάλο ρόλο διαδραματίζει στην αυτοπραγμάτωση της η καλή διατροφή και η τακτική άσκηση έτσι ώστε να ενημερωθεί ο μέσος πολίτης.

Η ιστοσελίδα αποτελείται από τρεις βασικές σελίδες από τις οποίες ο χρήστης μπορεί να λάβει πληροφορίες. Στην αρχική σελίδα λαμβάνει γνώσεις γενικά για την υγεία και την επιρροή του αθλητισμού και της διατροφής σε αυτήν ενώ στις σελίδες Άθληση και Διατροφή εξειδικεύεται ο τρόπος με τον οποίο επιδρούν στην υγεία με περισσότερη λεπτομέρεια.

Επίσης ο χρήστης μπορεί να μεταβεί στην σελίδα Μετρητές υγείας όπου μπορεί να υπολογίσει το BMI και με θερμιδομετρητή να υπολογίσει τις θερμίδες που καίει κατά την διάρκεια της ημέρας.

Επιπλέον υπάρχουν σελίδες για σύνδεση , εγγραφή , φόρμα επικοινωνίας αλλά και σελίδα ανάκτησης κωδικού , οι οποίες όμως δεν έχουν λειτουργικότητα καθώς δεν έχει υλοποιηθεί το Back-End της ιστοσελίδας.

Για την δημιουργία των σελίδων χρησιμοποιήθηκε bootstrap4 με συνδυασμό html5 και Css3 για σωστή στοίχιση των σελίδων, ωραία εμφάνιση και mobile responsiveness. Επίσης για scripts χρησιμοποιήθηκε JavaScript και jQuery.

Χρησιμοποιήθηκε jQuery για την ευκολότερη διαχείριση του DOM της ιστοσελίδας και την ευκολότερη υλοποίηση κάποιων λειτουργιών.

Συγκεκριμένα στο αρχείο Register.js στον φάκελο JavaScript χρησιμοποιήθηκε javascript για να υλοποιηθεί ένας event handler στην φόρμα Register έτσι ώστε να γίνεται έλεγχος δυναμικά με κάθε keystroke οτι τα πεδία password και re-enter password ταιριάζουν.

Επιπλέον σε συνδυασμό με το αρχείο Register.js προστέθηκε λειτουργία ελέγχου των πεδίων όλων των φορμών που υλοποιήθηκαν στην σελίδα στο αρχείο form\_check.js. Ο κώδικας του form\_check.js πάρθηκε από την σελίδα: https://www.w3schools.com/bootstrap4/bootstrap\_forms.asp καθώς υλοποιούσε ακριβώς αυτό που ζητούσαμε.

Οι φόρμες στην σελίδα με τους Μετρητές υγείας έχουν ξεχωριστά JavaScript functions προκειμένου να εμφανίζουν τα αποτελέσματα στον χρήστη.

Στο αρχείο Claculators.js υλοποιούνται δύο συναρτήσεις για να βγάζουν αποτέλεσμα οι φόρμες των BMI και Καθημερινή καύση θερμίδων.

Κάθε μία από τις παραπάνω σελίδες έχει header στο οποίο υπάρχει το μενού πλοήγησης με τις σελίδες στις οποίες μπορεί να μεταβεί ο χρήστης και footer το οποίο περιέχει επίσης τις πληροφορίες του header. Επιπρόσθετα οι σελίδες απαρτίζονται από κείμενο συνοδευόμενο από εικόνες από όπου ο χρήστης παίρνει πληροφορίες.

Ειδικότερα στην Αρχική σελίδα υπάρχει slider με φωτογραφίες έτσι ώστε η ιστοσελίδα να γίνει πιο διαδραστική.

Τα κείμενα και οι πληροφορίες που αναγράφονται στην ιστοσελίδα είναι από τις σελίδες:

1. [**http://plinet.kas.sch.gr/project/attachments/article/81/final.pdf**](http://plinet.kas.sch.gr/project/attachments/article/81/final.pdf)
2. <http://lyk-avdir.xan.sch.gr/autosch/joomla15/images/project/athlitismos/ofelh_k_tropoi_athlisis.pdf>
3. <https://en.wikipedia.org/wiki/Body_mass_index>
4. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>
5. <https://en.wikipedia.org/wiki/Basal_metabolic_rate>
6. <https://www.k-state.edu/paccats/Contents/PA/PDF/Physical%20Activity%20and%20Controlling%20Weight.pdf>

Στο μέλλον θα προστεθεί ο κώδικας για το Back End και βάση δεδομένων ,η οποία θα αποθηκεύει τα στοιχεία των χρηστών που κάναν εγγραφή στην ιστοσελίδα.