

УДК 004.9

ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМА ДЛЯ ФИТНЕСА И ЗДОРОВЬЯ

М. А. ВОЛЧЕНКОВА

Научный руководитель Ю. В. ВАЙНИЛОВИЧ, канд. техн. наук

Белорусско-Российский университет

Могилев, Беларусь

В последние годы наблюдается значительный рост популярности здорового образа жизни среди различных слоев населения. Люди все чаще осознают прямую связь между регулярной физической активностью и качеством жизни, что стимулирует развитие фитнес-индустрии. Параллельно с этим цифровизация общества привела к тому, что современный человек все больше полагается на электронные устройства для оптимизации повседневных задач, включая планирование тренировок и рациона питания.

Однако анализ рынка существующих приложений выявил ряд проблем. Пользователи сталкиваются с трудностями в поиске качественной и проверенной информации о тренировках среди множества интернет-ресурсов. Большинство платформ предлагают обобщенные программы, не учитывающие индивидуальные особенности и цели пользователей. Кроме того, существующие решения часто не обеспечивают достаточной мотивации, что приводит к преждевременному прекращению тренировок.

В ответ на выявленные проблемы была спроектирована онлайн-платформа Gymside, обеспечивающая доступ к качественным тренировочным программам, рекомендациям по питанию и возможностям отслеживания прогресса. Платформа сочетает удобство использования с инновационными подходами для улучшения качества жизни пользователей.

Разработанная функциональная модель предусматривает две основные группы пользователей: обычные пользователи и тренеры. Каждая группа имеет доступ к специфическому набору функций, соответствующему их потребностям.

Структурная организация Gymside реализована в виде иерархической древовидной схемы, обеспечивающей логическое разделение функциональных блоков, интуитивно понятную навигацию и оптимальную глубину вложенности страниц (не более трех уровней). Центральным элементом навигации служит домашняя страница, предоставляющая доступ к основным разделам. Каждый раздел имеет унифицированную структуру с возможностями поиска, фильтрации и детального просмотра информации.

Особое место в функциональной структуре платформы занимает ИИ-ассистент, использующий технологии машинного обучения для предоставления персонализированных рекомендаций. ИИ-модель обучена на верифицированной базе данных, включающей научно обоснованные тренировочные методики и принципы спортивного питания.