



Studienprojekte

WS 16/17

PROJEKT PERSONALFIT

THEMA: PROJEKT PERSONALFIT

Kurzbeschreibung

Im Rahmen des Studienprojekts PersonalFit ist es das Ziel und die Aufgabe ein ganzheitliches und umsetzbares Konzept für eine Self-Tracking-App zu erarbeiten, die Nutzer beim Erreichen persönlicher Fitnessziele unterstützt.

Ungeachtet der konkreten Ausprägung des Fitnessziels, von erhöhter Beweglichkeit und Flexibilität über gesteigerten Fettabbau und Muskelaufbau bis hin zu Stressreduktion und verbesserter Konzentrationsfähigkeit, soll die App zunächst den individuellen Fitnesslevel eines Nutzers bestimmen. Nur so wird es möglich realistische Ziele innerhalb eines konkreten Zeitraums für den Nutzer zu bestimmen. Sobald sich ein Nutzer ein Ziel gesetzt hat, generiert die App auf Basis der Ergebnisse des Einstufungstests einen geeigneten Trainingsplan, der die persönlichen Umstände eines Nutzers berücksichtigen muss.

Steht der Trainingsplan, ist diesem sowohl die einzelnen Übungen mit Anleitung zu entnehmen, als auch die erledigten Aktivitäten zu vermerken, bzw. automatisch zu erfassen. Hier ist es die Aufgabe geeignete Tracking-Methoden zu identifizieren. Es wird erwartet, dass die App die persönliche Zielentwicklung dynamisch an die erbrachten Leistungen anpasst und dem Nutzer direktes Feedback über seine Leistungen gibt. Gestützt wird dies durch übersichtliche und ansprechende Visualisierungen, zum Beispiel durch Dashboards.

Projektvorgehen und zu erarbeitende Meilensteine

12.10.2016 **Infoveranstaltung** Studienprojekte am SOFTEC-Lehrstuhl

01.10. - 16.10.2016 **Anmeldephase** zum Projekt

19.10.2016 **Bekanntgabe** der Gruppen

20.10. - 31.10.2016 **Eigenständige Thema-Einarbeitung** anhand vordefinierter Aufgaben

31.10. - 04.11.2016 **Gruppenmeeting mit Betreuer**
Termin wird individuell vereinbart

Ab 05.11.2016 **Eigenständige Projektarbeit** und **Status Meetings** von Studentengruppe und Betreuer

- Analyse bestehender Fitness-Apps und derzeitige Möglichkeiten zum Erfassen von Aktivitäten
- Erarbeiten von Konzepten zur Zusammenstellung unterschiedlicher Trainingspläne auf Basis individueller Rahmenbedingungen
- Ausführliche Beschreibung einzelner Anwendungsszenarien

15.03.2017 **Abschlusspräsentation** und **Abgabe** der Ergebnisartefakte

- Umfang und Form der Abschlusspräsentation sind mit dem Betreuer abzustimmen
- Vorzeitige Abgaben sind möglich

Ergebnisartefakte

Projektdokumentation mit

- **Schriftliches Konzept** des Projekts aus dem sowohl das Projektvorgehen, als auch die im Projektverlauf getroffenen Entscheidungen nachvollzogen werden können
- **Abschlusspräsentation**

Zusätzliche Ergebnisartefakte

- Ggf. **Prototypen**

Instrumente, die genutzt werden können

- Market-Research, User-Research, SWOT
- Use-Cases, User-Stories, User-Journeys, Epics
- Scribbles und Mockups
- Sitemaps und UserFlows
- Wireframes
- Prototypen (papier-, webbasiert oder nativ)

Empfohlene Literatur

Andelfinger, Volker P.; Hänisch, Till (Hg.) (2016): eHealth. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.

Conversio Venture UG (Hg.) (2016): Was ist Quantified Self. und Alles, was du brauchst. Blog. Online verfügbar unter <http://www.quantified-self.de/>.

Petric, Ronald (2016): Das vermessene Selbst. Von der Selbst-Überwachung zur Fremd-Bestimmung. In: *Datenschutz und Datensicherheit (DuD)* 40 (2), S. 94–97. DOI: 10.1007/s11623-016-0553-6.

Sanders, R. (2016): Self-tracking in the Digital Era. Biopower, Patriarchy, and the New Biometric Body Projects. In: *Body & Society*. DOI: 10.1177/1357034X16660366.

Schumacher, Florian (2016): Von Quantified Self zur Gesundheit der Zukunft. In: Volker P. Andelfinger und Till Hänisch (Hg.): eHealth. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, S. 39–51. Online verfügbar unter 26.07.2016.

Selke, Stefan (Hg.) (2016): Lifelogging. Digitale Selbstvermessung und Lebensprotokollierung zwischen disruptiver Technologie und kulturellem Wandel. Wiesbaden: Springer VS.

Silbermann, Alexandra (2015): Gesundheitsbewusstes Konsumentenverhalten. Empirische Analyse der Einflussfaktoren auf der Grundlage einer Systematisierung des Bewusstseins. Univ., Diss.--Potsdam, 2015. Wiesbaden: Springer Gabler (Research).

Steuer, Philipp (2015): Werde der perfekte Mensch! - Selbstvermessung. Hg. v. Was Geht Ab!? Online verfügbar unter <https://www.youtube.com/watch?v=LXHofPmbJWw>, zuletzt geprüft am 25.07.2016.

Wellers, Christin (2014): „Vom Self-Tracking zur Selbstoptimierung“ – eine sozialwissenschaftliche Skizze des Quantified Self – eine Soziotechnik zur Selbstoptimierung? Seminararbeit. Ruhr-Universität Bochum, Bochum. Seminar: Theorien kultureller Identität; Mastermodul: Interkulturalität. Online verfügbar unter http://www.sowi.ruhr-uni-bochum.de/mam/content/soztheo/c._wellers_hausarbeit.pdf.