

Magadért Sportolj! alkalmazás

<https://magadertsportolj.hu/>

Használati útmutató

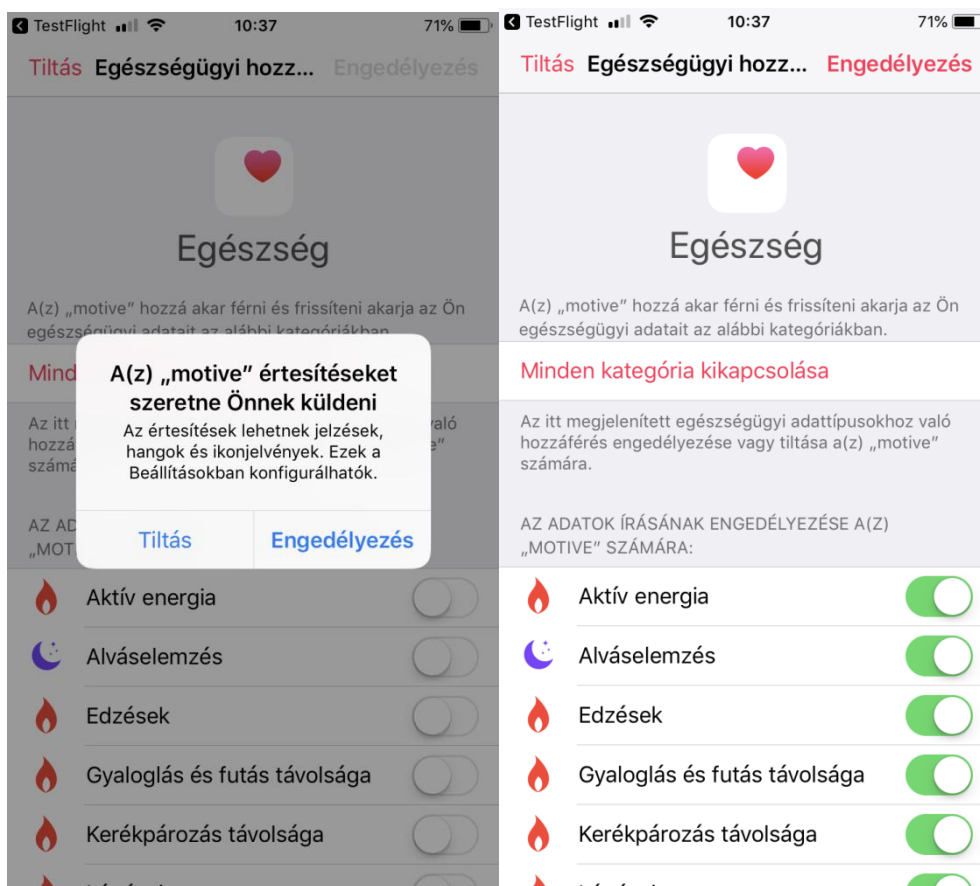
REGISZTRÁCIÓ / BEJELENTKEZÉS

Jogosultságok megadása

Az alkalmazás **csak az egészségügyi adatokhoz kér hozzáférést, valamint engedélyt kér értesítések megjelenítésére**, amikor nem aktív az alkalmazás. Ezeket az első indításkor szükséges megadni.

iOS (Apple)

Az ios rendszerrel működő eszközöknél a Health (Egészség) alkalmazással kommunikál az alkalmazás, amely része az alap programcsomagnak.

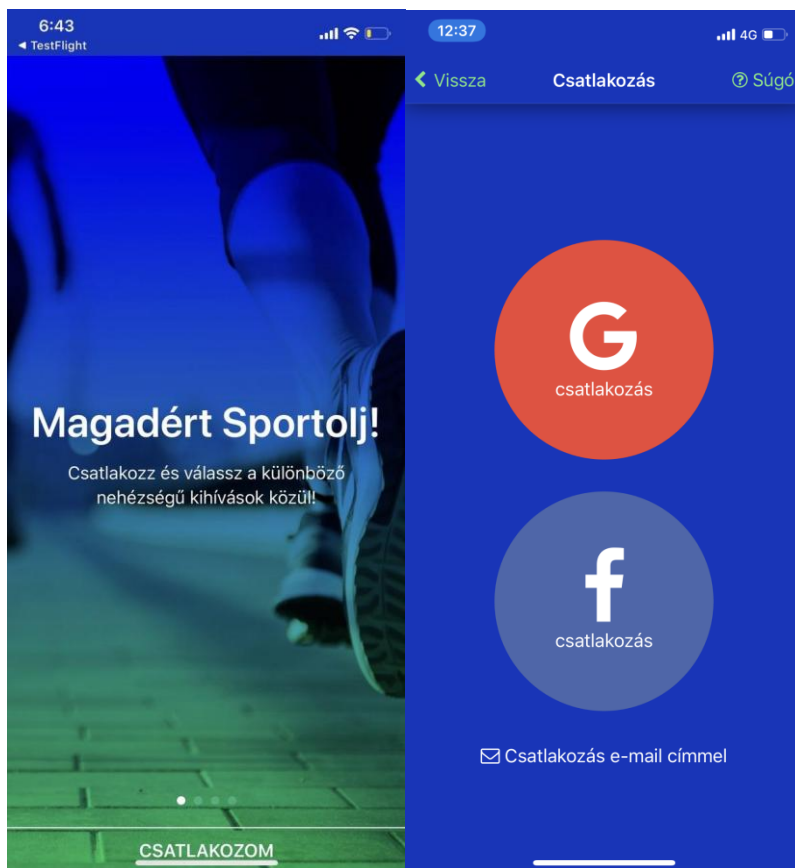


Android

Az androidos eszközöknél a 'Google Fit' alkalmazás adja az aktivitásokat, mely nem minden esetben része az alap programcsomagnak. Amennyiben nem található a készüléken, telepíteni kell. Az alkalmazás az engedély kérésekor elnavigál a Play Store-ban a Google Fit adatlapjára amelyen keresztül ingyenesen telepíthető.

Az értesítések engedélyezése nem kötelező, **de az egészségügyi adatokhoz való hozzáférés nélkül nem lesznek aktivitásaink, amelyekkel részt vehetnénk a kihívásokban.**

Ezt követően (vagy ha már nem először indítjuk az alkalmazást) egy sliderre érkezünk, ahol röviden áttekinthetjük az alkalmazás fontosabb üzeneteit és céljait. A “Csatlakozom” gomb megnyomásával mehetünk tovább a regisztrációs/bejelentkező felületre.



Regisztráció Google-fiókkal

Lehetőség van a google fiókkal történő csatlakozásra a felső piros gombbal. Ha nincs megadva google fiók itt bejelentkezve kapcsolható össze az alkalmazással. A google-től a nevet, e-mail címet és profilképet veszi át az alkalmazás. A további adatokat a bejelentkezés után adhatjuk meg.

The screenshots show the Google account login process on a mobile device. The first screen is the 'Bejelentkezés' (Sign in) page, which includes fields for 'E-mail-cím vagy telefonszám' (Email address or phone number) and 'Adja meg jelszavát' (Enter your password). It also features a 'Következő' (Next) button and a 'Fiók létrehozása' (Create account) link. The second screen is the 'Kétlépcsős azonosítás' (Two-step verification) page, which displays a code input field and a 'Következő' (Next) button. The third screen is another 'Kétlépcsős azonosítás' (Two-step verification) page, showing a code input field and a 'Következő' (Next) button.

Regisztráció Facebook-fiókkal

Lehetőség van a facebook fiókkal történő csatlakozásra a lentebbi kék gombbal. Ha nincs megadva facebook fiók itt bejelentkezve kapcsolható össze az alkalmazással. A facebook-tól a nevet, e-mail címet és profilképet veszi át az alkalmazás. A további adatokat a bejelentkezés után adhatjuk meg.

The screenshots show the Facebook login process on a mobile device. The first screen is the 'facebook' login page, which includes fields for 'E-mail vagy telefon' (Email or phone) and 'Facebook-jelszó' (Facebook password). It also features a 'Bejelentkezés' (Sign in) button and a 'Bejelentkezés telefonszámmal vagy e-mail-címmel' (Sign in with phone number or email address) link. The second screen is another 'facebook' login page, showing the same fields and buttons. The third screen is the 'Bejelentkezés megerősítése' (Verify login) page, which displays a 'Tovább' (Next) button and a 'Mégsem' (Not now) link.

Regisztráció e-mail címmel

Lehetőség van csupán az e-mail címet megadva és egy jelszót választva regisztrálni / bejelentkezni. Ezt a gombok alatt található *'Csatlakozás e-mail címmel'* felíratra kattintva választhatjuk. Itt, ha van regisztrált fiókunk, akkor a választott jelszót kell az e-mail cím után megadni, amennyiben még nincsen, úgy az e-mail cím után megadva a használni kívánt jelszót létrejön a fiókunk. Ez után a további adatok megadására szolgáló felület jelenik meg, ugyanúgy, mint mikor a google illetve facebook fiókkal csatlakozunk.



The screenshot shows a mobile app interface for registration. At the top, the status bar shows the time 12:37, 4G signal, and battery level. The app header is blue with a back arrow, the text 'E-mail csatlakozás', and a help icon labeled 'Súgó'. Below the header are two white input fields: 'E-mail cím' and 'Jelszó'. A green button labeled 'Csatlakozom' is positioned below the fields. A white box contains the heading 'Milyen jelszót válasszak?' followed by three bullet points: 'Legalább 6 karakter hosszú.', 'Legalább 1 kisbetű + 1 nagybetű.', and 'Legalább 1 szám.'. Below this is the text 'Elfelejtetted a jelszavadat? Kattints ide és a fent megadott e-mail címre kapsz egy kódot, amivel megváltoztathatod!'. At the bottom of this box is a green button labeled 'Elfelejtettem a jelszavam, kérem a kódot!'.

Amennyiben elfelejtjük jelszavunkat, az e-mail cím megadása után a lenti *'Elfelejtettem a jelszavam, kérem a kódot!'* gombra kattintva kapunk egy kódot a fent megadott e-mail címre, melyet a következő képernyőn megadva az új jelszóval módosíthatjuk korábbi jelszavunkat.

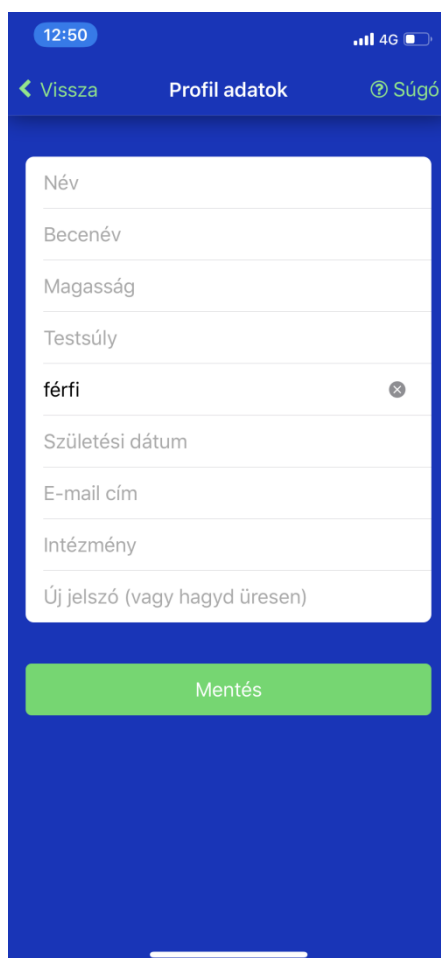
Hiányzó adatok megadása

Regisztrációt követően meg kell adnunk kiegészítő adatokat. Ezek a következők: név, becenév, magasság, súly, nem, születési dátum.

Amennyiben részt kívánunk venni a 2020. évi Fenntarthatósági Témahét programjában ezen a felületen kell kiválasztani az intézményt, amely számára az aktivitásokat és kihívásokat teljesíteni akarjuk.

Kezdjük el gépelni az intézmény hivatalos nevét és a harmadik betű megadása után válasszuk ki a listából.

A megadott adatok a későbbiekben szerkeszthetőek a profil menüben.



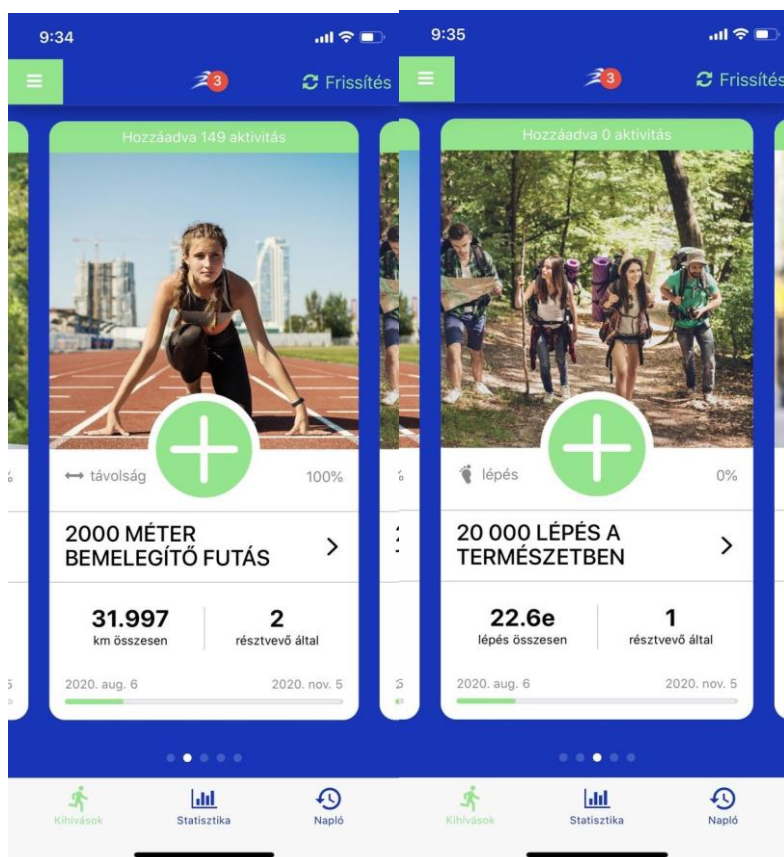
KIHÍVÁSOK

Kártyák

A bejelentkezés/regisztráció után belépve láthatjuk az aktív kihívások listáját. Itt a felső sávban középen láthatjuk az eszközünkön talált aktivitások darabszámát. Bal felül a menü található, míg a jobb felső sarokban található hivatkozással frissíthetjük az adatokat. A kihívások kártyáin felül látható zöld sávban, hogy eddig hány aktivitást rendeltünk hozzá. Ez alatt kihíváshoz tartozó kreatív található. A kihívásoknak 3 típusa van.

1. Megadott kalóriaszám elégetése a cél
2. Megadott távolság megtétele a cél
3. Megadott lépésszám megtétele a cél

Ezeket a kártya közepén található plusz ikon mellett jelöljük. A plusz ikontól jobbra látható, hogy eddig hány százalékban teljesítettük az adott kihívást. A plusz ikonnal ellátott gombbal adható hozzá aktivitás az egyes kihívásokhoz (erről a következő pontban részletesebben). Ezek alatt található a kihívás megnevezése, ez alatt pedig bal oldalt az összes teljesített kcal, km vagy lépés, míg a jobb oldalon a résztvevők száma (résztvevőnek számít, aki legalább 1 aktivitást már beküldött a kihívásra). Ezek alatt pedig látható, hogy mennyi idő van még hátra a kihívás teljesítéséig.



Aktivitások

A plusz ikonra kattintva megjelennek a kihíváshoz hozzárendelhető aktivitások. A hozzáadás gombra kattintva rendelhetjük hozzá a kihíváshoz az aktivitást.

12:49

4G

Vissza

Aktivitások

Súgó

Összes hozzáadása

2020. aug. 24, 0 perc

28 m

38 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 9 perc

174 m

237 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 32 perc

169 m

234 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 34 perc

240 m

364 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 22 perc

85 m

117 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 0 perc

28 m

46 lépés

Hozzáadás

2020. aug. 25, 60 perc

154 m

252 lépés

Hozzáadás

Kihívás adatlap

A kihívás címére kattintva a kártyán eljuthatunk az adatlapjára. Itt látható a kihívás cél értéke (felül bal oldalt), valamint hogy hány nap van hátra (felül jobb oldalt). Ezek alatt látható a plusz ikon, mellyel aktivitás rendelhető hozzá, továbbá bal oldalon az eddig hozzáadott aktivitás darabszáma, jobb oldalon pedig az aktivitásokkal hozzárendelt kcal, km vagy lépésszám.

Ez alatt a megjelölt nehézségi szint, majd a cím látható. Lentebb a leírás látható, majd a kártyákon is megjelenített információk lelhetőek fel (résztevők száma, összes beküldött érték, mettől meddig tart).

14:08

4G

Vissza

2000 MÉTER A VÁ...

Súgó

a kihívás

2

km

hátra van

66

nap

5

db aktivitással

+

1.069

km-t értél el

2000 MÉTER A VÁROSBAN

Sétálj a városban 2000 métert! – városnéző kihívás

Ha már unod a kilométerek és valami értékesebbre vágysz, kösd össze a napi sétádat egy kis városnézéssel. Kifejezetten olyan útvonalat válassz, ahol azelőtt még sohasem jártál. Hogy ne legyél egyedül, hasznos útitársad lehet egy fényképezőgép 😊.

Versenyszabályzat

Erre a kihívásra az általános versenyszabályzat vonatkozik.

14:08

4G

Vissza

20 NAPOS KIHÍVÁS

Súgó

0

db aktivitással

+

0

km-t értél el

20 NAPOS KIHÍVÁS

Sportolj 20 napig kitaróan, naponta 2000 métert! – kihívás a kitartásról

Kezd a napot 20 perc mozgással, tegyél meg naponta 2000 métert! Hidd el, jobb lesz tőle az egész napod! Ha kevés az idő, akár iskolába menet is teljesítheted: menj gyalog vagy kerékpárral suliba. Azért ne felejts el korábban elindulni, hogy időben odaérj

Versenyszabályzat

Erre a kihívásra az általános versenyszabályzat vonatkozik.

1

résztevő

2020. aug. 25

start

49.048

megtett km

2020. okt. 5

cél

Statisztika

A kártyás nézetnél alul látható fülek közül a 'Statisztika' feliratúra kattintva láthatjuk eddig elért eredményeinket. Itt láthatjuk a kihívások számát, amelyekben részt vettünk, valamint a megszerzett jelvények számát. Ezek alatt az összes kihívásra küldött kcal, km és lépésszám értékét láthatjuk. Lejjebb tekerve láthatjuk a folyamatban lévő kihívásainkat.

Ezek azok, amelyekre még lehet küldeni és részt veszünk rajta. Ezek alatt pedig látható az összes jelvény, melyet megszereztünk.



Napló

Az alul látható fülek közül a 'Napló' menüre kattintva tekinthetők meg az összes esemény az első bejelentkezéstől visszamenőleg.



Menü

A bal felső sarokban található három vonalas ikonra kattintva megjelenik a menü. Itt a 'Profil'-ra kattintva szerkeszthetők a profil adatok. Itt lehet kijelentkezni is a 'Kijelentkezés'-re kattintva.

