

ООО «ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ «ЗАРНИЦА»

Программное обеспечение
«Зарница. Ударный молот»

Руководство пользователя

2024

1. Содержание

1. Содержание	2
2. Назначение	3
3. Рекомендуемые системные требования	4
4. Работа с программным обеспечением.....	5

2. Назначение

Программное обеспечение «Зарница. Ударный молот» — это специализированное ПО, предназначенное для управления и контроля тренировочного процесса на тренажере "Ударный молот". Программа позволяет осуществлять управление тренировочными сессиями, мониторинг выполнения упражнений, а также анализировать результаты тренировок. Программное обеспечение используется в тренировочных комплексах, оснащенных тренажерами, и предназначено для повышения эффективности тренировочного процесса, особенно в условиях тепловой камеры.

Функциональные возможности программного обеспечения включают в себя:

- 1) Возможность управления тренировками шести тренажеров одновременно через единый пульт управления;
- 2) задавать параметры тренировок, включая продолжительность, количество циклов подъема и опускания груза, и интенсивность;
- 3) фиксировать и отображать в реальном времени данные о ходе выполнения упражнений, таких как количество выполненных подъемов, время выполнения, а также показатели частоты сердечных сокращений тренирующегося;
- 4) автоматически фиксировать результаты тренировок, включая количество успешных подъемов и другие параметры, и сохраняет их для последующего анализа
- 5) формировать отчет, который можно просмотреть на дисплее и экспортировать для дальнейшего анализа.;
- 6) управлять индуктивными датчиками, которые фиксируют успешное выполнение подъемов и сигнализируют о завершении каждого цикла.
- 7) прекращать фиксацию времени и количества подъемов по завершении заданного режима тренировки

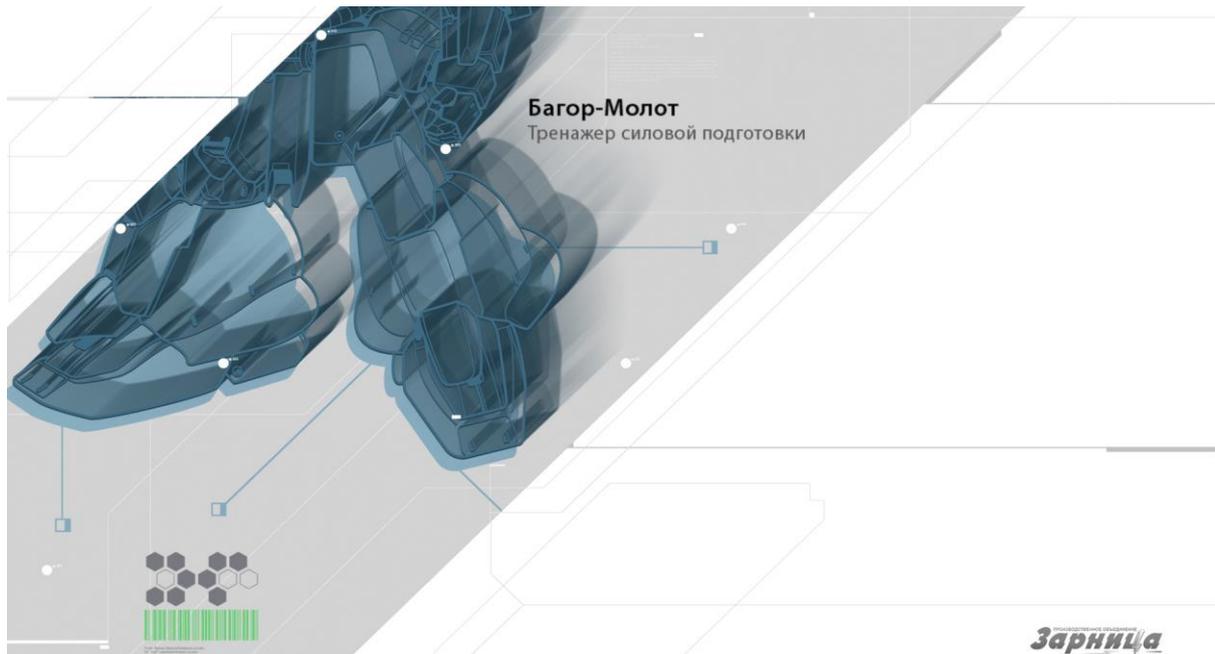
3. Рекомендуемые системные требования

Для успешной работы в программе требуется персональный компьютер с операционной системой Windows.

Требования к аппаратному обеспечению:

- процессор - Intel Core i5-10400F;
- Видеоадаптер — RTX 3050;
- оперативная память — 16 Гб;
- манипулятор типа «мышь», «клавиатура»;

4. Работа с программным обеспечением



Элементы интерфейса

Блок “Ввод данных”:

Поле “ФИО” - необходимо ввести инициалы тренирующегося.

Поле “Время подъемов” – необходимо ввести время в минутах и секундах, отведенное на тренировку.

Поле “Количество подъемов” - необходимо ввести количество подъемов за тренировку.

Кнопка “Старт” - запускает тренировку.

Блок “Результат”:

Поле “Остаток времени” - таймер с обратным отсчетом, отображает остаток времени на тренировку.

Поле “Количество подъемов” - отображает количество выполненных подъемов на тренажере.

Поле “Пульс” - отображает сердечный пульс тренирующегося.

Начало тренировки

Багор-Молот
Тренажер силовой подготовки



Ввод данных				Результат		
Ф.И.О.	Время подъемов	Кол-во подъемов		Остаток времени	Кол-во подъемов	Пульс
<input type="text" value="Студент"/>	<input type="text" value="0:30"/>	<input type="text" value="0"/>	<input type="button" value="СТАРТ"/>	0:28	0	0
<input type="button" value="ОБЩИЙ СТАРТ"/>						

1. Введите инициалы тренирующегося в поле для ввода “ФИО”.
2. Укажите время, за которое планируете выполнить подъемы в поле “Время подъемов”.
3. Введите количество подъемов, которое планируете выполнить за тренировку в поле “Кол-во подъемов”

Все поля обязательны для заполнения. При пропуске одного из них будет выведено сообщение об ошибке.

4. Нажмите кнопку «Старт».



Ввод данных				Результат			
Ф.И.О.	Время подъемов	Кол-во подъемов		Остаток времени	Кол-во подъемов	Пульс	
Студент	0:30	10	СТАРТ	0:27	0	0	СТОП
ОБЩИЙ СТАРТ				ОБЩИЙ СТОП			

Завершение тренировки

1. Нажмите кнопку «Стоп» , чтобы завершить тренировку. При преждевременном завершении тренировки весь прогресс будет утерян. При выполнении заданного количества повторений, либо при истечении времени, будет выведено диалоговое окно с результатами тренировки.

2. Нажмите на кнопку в виде иконки принтера  в правом верхнем углу, чтобы открыть страницу с результатами тренировок по каждому тренирующемуся.

3. Выберите из списка необходимого курсанта,  Иванов Алексей Петрович, установив галочку рядом с полем “ФИО”.

4. Нажмите на кнопку в виде иконки принтера в правом верхнем углу, чтобы распечатать результат прохождения тренировки выбранного курсанта.



Выберите для распечатки

	Ф.И.О	Остаток времени	Кол-во подъемов
<input type="checkbox"/>	Студент	0:21	0