

Приложение для отслеживания сна на Android

Нашел приложение для отслеживания сна для андроидов, называется **Sleep as Android**. Много функций: Частота сердечных сокращений (ЧСС), Вариабельность сердечного ритма (BCP), Насыщение крови кислородом (SpO2), обнаружение движений акселерометром. В том числе и пробуждение в нужной фазе сна. Плюс к этому, много поддерживаемых устройств. Даже нагрудные датчики есть, и не только нагрудные, оптические в том числе, как например verity sense. Полный список всех поддерживающих устройств и их функций привел снизу [1], опробуйте у кого есть возможность.

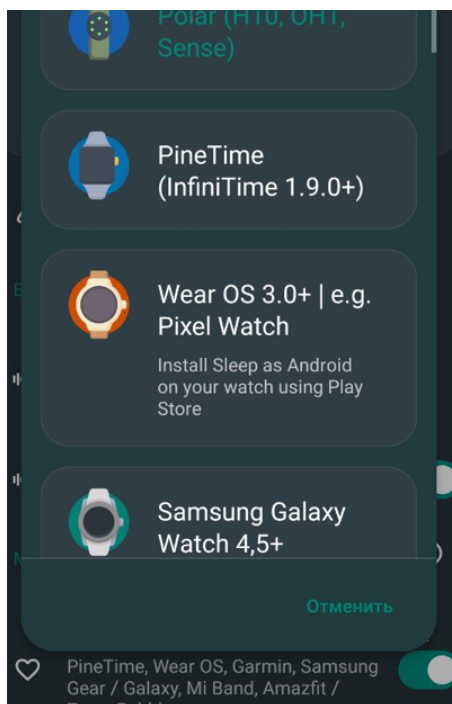
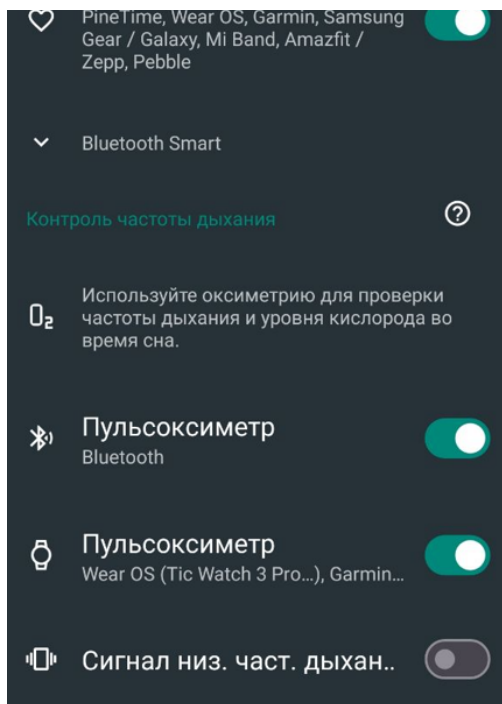
Тут достаточно много людей пользуются и часами, и нагрудными датчиками, и другими девайсами для отслеживания пульса, поэтому они могут быть полезны не только для бега.

Когда опробуете пару дней, разберётесь в функционале, дайте фидбек.

[1] https://docs.sleep.urbandroid.org/devices/supported_wearable.html

Само приложение -

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.urbandroid.sleep&hl=ru&gl=US>



Автор **заметки**: kanoti

Revision #2

Created 18 October 2023 06:17:28 by Тимур

Updated 4 January 2024 06:04:46 by Тимур