

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДДЕРЖАНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Э.И. Середич, 4 курс

Научный руководитель – В.В. Булыга
Полесский государственный университет

В статье рассматривается роль технологий искусственного интеллекта (ИИ) в поддержании здоровья студенческой молодёжи. Актуальность обусловлена ростом вызовов в сфере сохранения здоровья и возможностями ИИ для оптимизации физической активности и тренировочного процесса. Приводится определение искусственного интеллекта как области технических наук, направленной на разработку систем, выполняющих когнитивные функции. Отмечается, что ИИ позволяет оперативно обрабатывать большие массивы данных, что особенно важно для медицины, науки и спортивной индустрии [1].

Особое внимание уделяется преимуществам применения ИИ в учреждениях высшего образования: персонализация программ, прогнозирование рисков травм и перенапряжения, повышение мотивации студентов через интерактивные интерфейсы. Вместе с тем, выделяются барьеры внедрения: защита персональных данных, верификация алгоритмов, а также низкая осведомлённость молодёжи о существующих ИИ-инструментах [2].

Актуальность исследования. Современные изменения образа жизни и высокий уровень нагрузок негативно влияют на здоровье студентов. В связи с этим остро встает вопрос о поиске действенных способов поддержания их физического и психического благополучия [3]. Здоровье будущих специалистов, напрямую влияет на их профессиональное развитие и трудоспособность. Искусственный интеллект открывает новые перспективы. Внедрение технологий ИИ в сферу здравоохранения обусловлено их способностью обеспечивать персонализированный подход к профилактике и мониторингу состояния здоровья [4]. Интеграция ИИ в образовательную среду позволяет осуществлять своевременное выявление рисков и разработку личностных программ оздоровления. Внедрение технологий искусственного интеллекта в образовательный процесс повышает эффективность коммуникации преподавательского состава со студентами, положительно влияя на учебные результаты и формирование кадрового потенциала [5].

Цель работы - определить возможности применения искусственного интеллекта в сфере оздоровительной физической культуры среди студентов Полесского государственного университета.

Для достижения поставленной цели исследования были разработаны и обоснованы методические рекомендации, направленные на повышение использования технологий искусственного интеллекта среди студенческой молодёжи Полесского государственного университета в целях улучшения уровня физического здоровья.

Объект исследования – исследование охватывает студентов с первого по четвертый курс и анализирует процессы формирования их осведомленности в сфере оздоровительной физической культуры среди студенческой молодёжи.

Предмет исследования – технологии искусственного интеллекта, применяемые для улучшения физического здоровья студентов.

Методы и организация исследования. Исследование осуществлялось в три последовательных этапа:

Первый этап (сентябрь 2025 г.) включал теоретическую подготовку: анализ научно-методической литературы, формулировку цели и задачи исследования, разработку программно-методического обеспечения и конструирование анкетного опросника.

Второй этап (октябрь-ноябрь 2025 г.) был посвящен эмпирическому исследованию: проведению анкетирования, сбору и первичной систематизации полученных данных.

Третий этап (декабрь 2025 г.) заключался в статистической обработке собранного материала, анализе и интерпретации результатов, формулировании выводов и практических рекомендаций. На данном этапе велась разработка и внедрение целевых образовательных и просветительских мероприятий, направленных на повышение цифровой грамотности студентов в сфере здравоохранения, формированию осознанного отношения к возможностям искусственного интеллекта для поддержания здоровья, а также практическому освоению релевантных ИИ-инструментов в повседневной оздоровительной и спортивной практике. Проведенный анализ методов и организации исследования позволяет заключить, что для достижения поставленной цели и решения сформулированных задач был реализован комплексный, теоретически обоснованный и последовательный подход.

Была разработана методологическая программа, объединяющая теоретико-аналитические и эмпирические процедуры. Теоретическая база исследования была сформирована на основе системного анализа научно-методической литературы, позволившего выявить современные тенденции и концепции применения ИИ-технологий в оздоровительной практике. Эмпирический компонент исследования базировался на авторском методе анкетирования, реализованного посредством онлайн-опроса «Цифровое здоровье и студенческая молодежь: исследование осведомленности об ИИ в физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности».

Организация исследования, осуществленная в три логически связанных этапа на базе УО «Полесский государственный университет», обеспечила системность и достоверность полученных результатов. Формирование выборки (n=150) с учетом курса, пола и профиля обучения.

Результаты исследования. В реализации задачи, разработаны концептуальные и методические предложения, направленные на повышение осведомленности и мотивации студенческой молодежи. Ключевым элементом концепции стало создание модульной системы обучения, адаптированной под специфику различных факультетов, и развитие междисциплинарных проектных групп. Методические рекомендации включают проведение цикла практико-ориентированных семинаров, создание университетской цифровой платформы с открытыми образовательными ресурсами, а также внедрение системы мотивационных стимулов для активизации использования ИИ-технологий. Особую значимость эти предложения приобретают в свете планируемого республиканского семинара в апреле 2025 года по обобщению опыта применения ИИ в образовании, что создает институциональные предпосылки для реализации разработанных мер. На основании проведенного анализа, с учетом опыта исследования предложенной проблематики, предлагается внедрить следующие конкретные инициативы (рисунок).

Реализация предложенных мер будет способствовать не только преодолению выявленных барьеров, но и формированию цифровой культуры здоровья в студенческой среде, что соответствует современным тенденциям развития высшего образования и задачам национальной образовательной политики в области цифровизации.



Рисунок – Рекомендации по повышению эффективности использования технологий искусственного интеллекта

Заключение. Таким образом, стратегическая интеграция ИИ в триаду «здравоохранение – образование – оздоровление» представляется не просто технологическим трендом, а моральным долгом перспективного поколения, которое должно не слепо доверять «быстро развивающейся машине», а сохранять бдительность, критическое мышление и способность к осознанному управлению технологиями для построения более здорового и гармоничного будущего.

Практическим подтверждением этого выступает Акт о внедрении результатов исследования, разработанный в рамках данной научной работы и используемый кафедрой физической культуры и спорта ПолесГУ с сентября 2025 года при подготовке занятий по дисциплине «Информационные технологии в физической культуре и спорте». Данный акт фиксирует использование комплекса методических предложений и аналитического инструментария.

Представленный опыт внедрения подтверждает практическую значимость проведённого исследования и демонстрирует готовность образовательной среды Полесского государственного университета к системной интеграции технологий искусственного интеллекта в процессы физического воспитания и здоровьесбережения студенческой молодёжи.

Список использованных источников

1. Середич, Э.И. Формирование культуры здоровья у студентов // Проблемы и перспективы организации физиологического сопровождения занятий спортом и физической культурой: сборник научных трудов, посвященный 10-летию науки и технологий РФ / отв. ред. Н.П. Петрушкина. – Челябинск: УралГУФК, 2024. – С. 52-56.
2. Середич Э.И. Фитнес будущего: как искусственный интеллект помогает достичь спортивных целей // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: материалы XIX международной молодежной научно-практической конференции. – 2025. – №1. – С. 356–359.
3. Марченко, Д. В. Применение технологий искусственного интеллекта для мониторинга физического состояния студенческой молодежи / Д. В. Марченко // Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе: сб. науч. тр. – Гродно, 2023. – С. 45–52.
4. Богдановская Е.В., Андрейченко А.В. Использование технологий в физическом воспитании студентов: перспективы и вызовы // Научные и образовательные основы в физической культуре и спорте. – 2024. – №1. – С. 10–14.
5. Соколов, И. А. Теория и практика применения методов искусственного интеллекта / И.А. Соколов. Текст: непосредственный // Вестник Российской академии наук. 2019. № 4. С. 365-370.