

DOI 10.31483/r-155184

*Спартак Геннадиевич Александров*

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОТЕНЦИАЛА ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ: ОПЫТ И ВОЗМОЖНОСТИ

***Аннотация:** в главе рассматриваются перспективы применения технологий искусственного интеллекта (ИИ) и нейросетей в физическом воспитании и спортивной деятельности студентов высших учебных заведений. Актуальность исследования обусловлена необходимостью оптимизации тренировочного процесса, индивидуализации нагрузок и повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой в условиях дефицита финансирования и ограниченного времени. На основе теоретического анализа, педагогического эксперимента и социологического опроса установлено, что 76,5% студентов доверяют ИИ, 100% используют его в различных сферах, при этом 58,8% считают допустимым ограниченное применение ИИ в спорте. Разработана и апробирована обобщённая комплексная программа физической тренировки с использованием нейросети DeepSeek, включающая теоретический блок, развитие координации, спортивные тренировки, оздоровительные направления, рекомендации по питанию и режиму дня. Выявлены потенциальные угрозы распространения нейросетевых технологий в спорте: для спортсменов, тренеров, судей, журналистов, учителей физической культуры. Сделан вывод, что ИИ-решения должны стать дополнением к устоявшимся практикам физической подготовки, а не их заменой.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, спорт, технологии, искусственный интеллект, инновации, студенты вузов, цифровизация.*

***Abstract:** the chapter examines the prospects for using artificial intelligence (AI) and neural network technologies in physical education and sports activities of university students. The relevance of the study stems from the need to optimize the training process, individualize workloads, and increase student motivation for physi-*

*cal education amid funding constraints and time limitations. Based on theoretical analysis, pedagogical experiment, and sociological survey, it was found that 76.5% of students trust AI, 100% use it in various areas, while 58.8% consider limited AI use in sports acceptable. A comprehensive physical training program using the DeepSeek neural network was developed and tested, including a theoretical block, coordination development, sports training, health-improving activities, and recommendations on nutrition and daily routine. Potential threats posed by the spread of neural network technologies in sports are identified – for athletes, coaches, referees, journalists, and physical education teachers. It is concluded that AI solutions should serve as a complement to established physical training practices rather than a replacement for them.*

**Keywords:** *physical education, sports, technology, artificial intelligence, innovation, university students, digitalization.*

Введение.

Актуальность. Цифровизация и «умные технологии» применяются в различных областях жизни общества, включая промышленность и спортивную деятельность. К числу наиболее прогрессивных и дискуссионных технологий относится искусственный интеллект [1].

Сохранение физической активности и поддержание здоровья имеют существенное значение в любом возрасте, однако особую роль они приобретают в период студенческого возраста, от 18 до 25 лет. Это связано с тем, что студенческая жизнь часто характеризуется низкой двигательной активностью, что может привести к негативным последствиям для опорно-двигательного аппарата и мышечного тонуса [2].

Далеко не у всех студентов есть финансовая возможность для занятий с индивидуальным спортивным тренером или посещения платных групповых занятий. В связи с этим значительное количество молодых людей практикует физические упражнения самостоятельно, ориентируясь на видеоролики, доступные в сети [4].

Физкультура и спорт в вузе представляют собой обязательные элементы обучения. Их цель – улучшение самочувствия, раскрытие двигательного потенциала, привитие принципов заботы о здоровье и воспитание осознанного отношения к собственному физическому развитию [6].

Вместе с тем, классические педагогические подходы нередко сужают свои потенциальные преимущества из-за затруднений в реализации персональной работы со студентами, дефицита учебного времени и требуемого обеспечения [3].

Сегодня в рамках высшей школы активно эволюционируют и внедряются передовые технологии на базе искусственного интеллекта, превращаясь в обязательный элемент повседневной образовательной практики обучающихся [5; 16].

Внедрение цифровых технологий играет фундаментальную роль в модернизации учебного процесса. В сфере физической подготовки учащихся это создаёт новые возможности для роста продуктивности занятий, индивидуализации нагрузок и применения современных методик, которые интегрируют классические педагогические приёмы с новейшими техническими решениями, оптимизируя образовательную деятельность [11; 19].

Исследования в данной области помогут определить дальнейшие векторы и тенденции внедрения искусственного интеллекта (ИИ) в студенческую образовательную среду, выявить отношение студентов к этому феномену.

Хотя искусственный интеллект способен создавать действенные программы, он не в состоянии учесть индивидуальные потребности каждого. Планы спортивных занятий должны разрабатываться на основе конкретных задач тренировок, текущих физических кондиций и состояния здоровья человека [20].

В то же время, для составления персонализированных программ нейросети могут применяться достаточно эффективно, совместно с возможностями интернета и профессиональных знаний преподавателей, тренеров и спортивных инструкторов [18].

Цель исследования – выявление перспективных методов и сфер использования искусственных нейронных сетей, оценка их результативности при создании тренировочных планов в области физического воспитания и спортивной деятельности, изучение текущих наработок в этой сфере и анализ мнения студенческой аудитории высших учебных заведений относительно указанного технологического нововведения.

Задачи исследования.

1. Изучить актуальные литературные источники, посвященные данной проблематике.
2. Исследовать современные методики использования технологий искусственного интеллекта в области физической культуры и спорта.
3. Определить мнение студенческой аудитории относительно внедрения ИИ в физкультурно-спортивную практику.

Методы исследования: изучение литературы, программно-аналитических и нормативных материалов, анализ, обобщение, педагогическое наблюдение, эксперимент, социологический опрос, математическая статистика.

Организация исследования.

Исследование проведено в три этапа: на первом (сентябрь–октябрь 2025 г.) определена тема работы, систематизированы и проанализированы научные и программно-нормативные источники, сформулирована цель, задачи, методология и методы исследования; на втором (ноябрь 2025 г. – февраль 2026 г.) осуществлены основные процедуры исследования; на третьем (март 2026 г.) проанализированы полученные результаты, сформулированы заключение, выводы, рекомендации.

Результаты исследования и их обсуждение.

Несмотря на уже длительное присутствие на рынке устройств для мониторинга физических нагрузок, таких как фитнес-браслеты, их возможности ограничены и не позволяют проводить комплексную аналитику информации с формированием индивидуальных советов по оптимизации тренировок [10].

Дисциплины физической культуры являются неотъемлемой частью программ высшего образования. Они нуждаются в интеграции с современными цифровыми технологиями, потребность в которых обусловлена рядом факторов. Основываясь на анализе показателей организма занимающегося, появляется возможность создавать персонифицированные траектории подготовки. Кроме того, специальные программы и устройства обеспечивают постоянное наблюдение за физическими параметрами обучающихся [17].

Сфера искусственного интеллекта демонстрирует динамичный рост и активно внедряется в различные области, такие как обучение и физическая активность. В процессе физического совершенствования молодого поколения технологии ИИ предоставляют широкий спектр инструментов для оптимизации программ тренировок, роста личных результатов, а также для адаптации нагрузок к уникальным характеристикам и потенциалу каждого организма [7].

Нейросети, например, платформы на основе DeepSeek, ChatGPT или OpenAI успешно применяются для разработки универсальных планов физического развития, создания индивидуальных тренировочных комплексов для обучающихся, оценки достигнутых результатов, улучшения психического благополучия, минимизации рисков повреждений и формирования рекомендаций по оптимальному питанию.

Главной особенностью использования нейросетей является безграничная возможность менять планы тренировок в соответствии с постановкой цели. Искусственный интеллект здесь будет «подстраиваться» под генеральную цель подготовки и существующие задачи, параллельно внося корректировки в работу, исходя из динамики промежуточных результатов.

В Российской Федерации меры государственного содействия внедрению искусственного интеллекта в сферу физической культуры и спорта переживают фазу интенсивного развития. Соответствующие проекты и мероприятия, ориентированные на цифровизацию и технологии ИИ, являются составной частью реализуемых национальных программ, таких как «Цифровая экономика Российской Федерации».

Согласно Национальной стратегии развития искусственного интеллекта на период до 2030 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 10.10.2019, «Искусственный интеллект – совокупность технологических решений, способных имитировать когнитивные функции человека и достигать результатов, как минимум сопоставимых с человеческим интеллектом, что включает способность к самообучению и поиску решений без заданных алгоритмов».

Особое значение в данных начинаниях отводится применению искусственного интеллекта для обработки информации, совершенствования тренировочных методик и стимулирования интереса к физкультуре среди населения [15]. В качестве примера можно привести проект «Цифровой тренер», нацеленный на оценку спортивных занятий и индивидуальный подбор физических упражнений.

Этот программный продукт предоставляет пользователям получать возможность увеличить спортивные достижения и минимизировать риск получения травм.

Существующие мобильные приложения отслеживают уровень двигательной активности, формулируют рекомендации по совершенствованию техники и дозировки упражнений, а также могут создавать сообщества единомышленников для совместных тренировок [13].

В сфере физвоспитания и спорта идут активные наработки по практическому применению цифровых технологий «компьютерного зрения».

Одним из значимых направлений развития новых технологий в физкультуре и спорте выступает внедрение искусственного интеллекта в педагогическую систему контроля физического состояния занимающихся. На ключевых аренах апробируются решения, которые непрерывно обрабатывают информацию о здоровье участников, включая показатели давления, теплообмен организма, пульс и иные ключевые метрики. Этот поток информации позволяет мгновенно адаптировать нагрузку в процессе подготовки или своевременно организовать медицинское вмешательство.

Пилотные проекты в школах, направленные на выявление спортивных талантов с помощью искусственного интеллекта, также становятся частью госполитики. В регионах создаются программы, использующие нейросети для анализа крупных массивов данных физического развития, функционального состояния и двигательной подготовленности занимающихся разного возраста для формулирования стратегий физкультурно-спортивной подготовки [8; 9].

Вовлечение молодёжи в проекты, основанные на искусственном интеллекте и нейросетях в области спорта и физического развития, способствует пониманию будущего влияния цифровых инструментов на эту сферу. Студенты положительно воспринимают инновационные методики, использующие ИИ-технологии для формирования нового типа спортивных и физкультурных занятий. Такие занятия приобретают большую практичность, привлекательность и ценность для участников [14]. Основными причинами роста интереса к подобным проектам являются низкий барьер входа в технологии, их пользовательская дружелюбность и возможность адаптации к индивидуальным потребностям.

Искусственный интеллект способен собирать данные с помощью носимых гаджетов – телефонов, фитнес-трекеров, смарт-часов, отслеживать и корректировать нагрузку, расход калорий, прирост физических способностей, профилактируя травматизм и перетренированность.

Вместе с тем, распространение искусственного интеллекта в перспективе несёт определенные реальные угрозы [12].

Таблица 1

Возможные угрозы распространённости нейросетевых технологий  
среди субъектов сферы физической культуры и спорта  
(по Померанцеву А.А., Уполовневой А.А., 2024)

«Угрозы для субъекта»	«Угрозы для спорта»
Спортсмены	
Потеря человеческой сущности: соревнования спортсменов-киборгов или спортсменов-мутантов. Риск потери приватности персональных данных о состоянии здоровья, состоянии подготовленности, травмах, питании, тренировках, особенностях адаптации организма	Предопределенность успеха каждого спортсмена. Снижение интереса к традиционному спорту

Тренеры	
<p>Моделирование физиологических процессов адаптации, управление тренировочным процессом на основе больших данных с применением ИИ. Перманентное состояние некомпетентности тренера в современном цифровом мире. Преимущество ИТ специалистов перед тренерами-практиками. Исчезновение профессии спортивного тренера и инструктора по физической культуре</p>	<p>Передача спортивного опыта подготовки и физического воспитания не через тренера-наставника, а через ИИ. Потеря культуры и спортивных традиций</p>
Учёные	
<p>Применение ИИ для исследования возможностей спортсменов. Упразднение учёных, занимающихся рутинными измерениями в рамках традиционных исследовательских концепций</p>	<p>Единственное определяющее значение в подготовке спортсмена будет иметь наука</p>
Организаторы соревнований	
<p>Принятие управленческих решений на основе ИИ. Учёт всех влияющих факторов позволит определить вероятность победы каждого спортсмена, как следствие – отказ от участия в соревнованиях спортсменов-аутсайдеров. Нарушение принципа «соревновательного баланса». Снижение интереса к организации соревнований</p>	<p>Изменение правил и формата соревнований с целью сделать результат более непредсказуемым</p>
Судьи	
<p>Применение ИИ для объективного контроля соревнований и выстраивания иерархии мест. Отсутствие обсуждений, дискуссий и споров, связанных с необъективным судейством. Замена судей цифровыми системами. Исчезновение профессии спортивного судьи</p>	<p>Снижение информационных поводов обсуждать спорт</p>
Зрители	
<p>Применение ИИ для визуализации и дополненной реальности с целью повышения информационной и визуальной привлекательности соревнований. Пресыщенность эмоциями и потеря интереса</p>	<p>Широчайший выбор информационного контента. Отмирание незрелищных видов спорта</p>
Журналисты	
<p>Генерация текстов и видеоряда с помощью ИИ до окончания спортивного мероприятия. Подбор новостного пакета с учетом интересов конкретного потребителя информации. Переключение интереса с эмоциональной составляющей на статистическую информацию. Исчезновение профессии спортивного журналиста</p>	<p>Стремительный рост избыточной информации. Спортивные новости ближайшего будущего – это графики и цифры</p>
Учителя, преподаватели физической культуры, фитнес-инструкторы	
<p>Повсеместное использование компьютерного зрения и ИИ сделает бессмысленным пребывание человека в спортивном зале. Визуализация образов, объективный контроль параметров здоровья учеников на основе ИИ. Смещение образовательных акцентов с подвижных (спортивных) дисциплин на дисциплины цифровой грамотности. Исчезновение профессий учителя ФК, преподавателя по ФК и фитнес-инструктора</p>	<p>Отсутствие «живого» примера для подрастающего поколения. Исчезновение воспитательной функции спорта</p>
Спонсоры	
<p>Потеря интереса к традиционным видам спорта по причине низкого зрительского интереса. Отказ от спонсорства в традиционных видах спорта и сотрудничество с кибер- и фиджитал-спортом. Смещение интересов спонсоров в сторону таргетированной рекламы</p>	<p>Дефицит финансовых средств у традиционных видов спорта</p>

Важным фактором становится интеграция в учебно-тренировочный процесс игрового и соревновательного подходов, что делает его более привлекательным.

Спортивные инициативы, направленные на продвижение «передовых умных технологий», могут включать в себя разработку обучающих модулей для размещения на общедоступных онлайн-ресурсах.

С целью анализа текущих практик применения технологий искусственного интеллекта и возможностей их внедрения в образовательную программу и спортивные активности был организован онлайн-опрос студентов Крымского филиала РЭУ им. Г.В. Плеханова. В исследовании участвовал 51 студент. На вопрос о доверии к искусственному интеллекту положительный ответ дали 76,5% опрошенных (39 человек), отрицательный – 23,5% (12 человек).

Для определения уровня распространения использования ИИ среди участников исследования им был задан вопрос: «Применяете ли вы искусственный интеллект?». Все респонденты (51 человек, 100%) ответили утвердительно. Ответ «нет» не был получен.

Для определения частоты применения технологий искусственного интеллекта студентами в анкете был предложен вопрос: «Как часто Вы пользуетесь искусственным интеллектом?» с пятью вариантами ответов. Результаты показали, что 8 человек (15,7%) используют ИИ редко, 21 участник опроса (41,2%) – иногда, 13 респондентов (25,5%) – довольно часто, и 9 человек (17,6%) – регулярно.

С целью выяснения уровня удовлетворённости эффективностью искусственного интеллекта был задан вопрос: «Насколько эффективен искусственный интеллект?».

35,3% респондентов ответили «Удовлетворительно», 51% опрошенный ответил «Довольно эффективен», 9,8% студентов указали – «Очень эффективен».

Отвечая на вопрос о допустимости применения технологий искусственного интеллекта в спортивной сфере, мнения участников опроса разделились следующим образом: положительный ответ дали 31,4% опрошенных, отрицатель-

ный – 9,8%. Большинство же, 58,8% респондентов, считают, что такое использование должно быть ограниченным.

Далее все студенты были разделены на равные группы по 25 человек, причём первая занималась по традиционной программе, а вторая согласно плану, сформированного искусственным интеллектом.

С помощью нейросети DeepSeek разработана обобщенная комплексная программа физической тренировки студентов вузов.

Цели программы.

1. Повышение активности, позитивный эмоционально-психологический настрой.

2. Улучшение двигательных качеств.

3. Оптимизация физического состояния.

4. Создание здоровых привычек в питании и тренировках.

Учебный курс состоял из нескольких блоков.

1. Изучение теоретических основ.

2. Выполнение начальных упражнений для подготовки организма.

3. Развитие координации движений.

4. Спортивные тренировки (легкая атлетика, гимнастика, футбол, баскетбол, волейбол).

5. Занятия по оздоровительному и восточному направлениям (йога, аэробика, кроссфит, стретчинг и другие).

Помимо этого, интенсивные физические упражнения сменялись подвижными и спортивными играми, а далее – упражнениями «на расслабление» и «растяжку».

Отдельно были составлены обобщенные рекомендации по повышению суточной двигательной активности, планированию питания и отказу от вредных привычек.

1. Перед тем как приступить к физическим нагрузкам, необходимо получить меддопуск, особенно для студентов, имеющих хронические заболевания.

2. Эффективность занятий напрямую зависит от правильно составленного режима питания. Необходимо соблюдать баланс белков, жиров и углеводов. Воды употреблять около 2–2,5 литров.

3. Процесс восстановления: для достижения результата необходимо обеспечить организму качественный ночной отдых (от 7 до 9 часов) и соблюдать достаточные интервалы для отдыха между сериями упражнений.

Основные организационные принципы тренировок.

1. Физнагрузку (величину отягощений, количество серий и подходов) наращивайте систематически, в зависимости от уровня подготовленности.

2. Для контроля техники выполнения упражнений целесообразно изучить соответствующие методические материалы и проконсультироваться со специалистом (инструктором или тренером).

Рекомендуемая периодичность занятий:

– три занятия в неделю с обязательными днями восстановления между ними;

– один-два дня посвятить легким кардио-упражнениям (прогулка, плавание, езда на велосипеде).

Примерный график тренировок на неделю (по принципу «день через день») представлен ниже.

День 1. Акцент на нижнюю часть тела:

– подготовка (5–10 мин): кардио низкой интенсивности, динамическая разминка;

– приседания с отягощением (штанга или гантели): 3 серии по 8–12 повторов;

– выпады с утяжелителями: 3 подхода по 10–12 раз для каждой ноги;

– жим платформы в тренажере: 3 сета по 10–15 повторений;

– «ягодичный мост» с отягощением: 3 подхода по 12–15 раз;

– сгибание голеней лежа в станке: 3 серии по 12–15 повторений;

– завершение (5–10 мин): статическая растяжка, спокойное кардио.

День 2. Проработка спины и двуглавой мышцы плеча:

- вводная часть (5–10 мин): легкое кардио, динамические упражнения на растяжку;
- тяга штанги к животу в наклоне: 3 сета по 8–12 повторов;
- тяга гантели одной рукой в наклоне: 3 подхода по 10–12 раз на каждую сторону;
- вертикальная тяга к груди в блоке: 3 серии по 10–15 повторений;
- упражнение «подтягивание»;
- подъем штанги или гантелей на бицепс: 3 сета по 8–12 повторов;
- изолированное сгибание руки на бицепс с упором: 3 подхода по 10–12 раз на каждую руку;
- финальная часть (5–10 мин): статическая растяжка, кардио низкой интенсивности.

### День 3. Тренировка грудных мышц, дельт и трицепса:

- разминка (5–10 мин): кардио низкой интенсивности, динамическая растяжка;
- жим штанги горизонтально на скамье: 3 подхода по 8–12 повторений;
- жим гантелей на скамье с положительным наклоном: 3 сета по 10–12 раз;
- подъем гантелей через стороны стоя: 3 серии по 12–15 повторений;
- жим штанги с груди сидя или жим гантелей с вращением: 3 подхода по 10–12 повторов;
- «отжимания» от пола или на параллельных брусьях (можно с поддержкой): 3 сета до мышечного отказа;
- разгибание руки с гантелью из-за головы на трицепс: 3 подхода по 10–12 раз;
- восстановление (5–10 мин): статическое растягивание, легкое кардио.

### Примерный суточный рацион:

- 1) завтрак – каша из овсяных хлопьев с добавлением свежих или замороженных ягод и орехов, два-три яйца;
- 2) второй завтрак – молоко или йогурт с кусочками фруктов;

3) обед – филе курицы или рыба, гречневая каша или рис, салат из свежих овощей;

4) полдник – нежирный творог или смесь орехов с фруктовым соком;

5) ужин – тушеное мясо индейки или говядина с овощами.

6) «перекус» перед сном – йогурт.

Суточная энергетическая ценность: 2200–2500 килокалорий (может изменяться в зависимости от уровня вашей двигательной активности). Следите за достаточным потреблением жидкости. Распределение белков, жиров и углеводов: Белки: 1.6–2 грамма на килограмм массы тела, жиры: 0.8–1 грамм на килограмм массы тела, остальная часть рациона – углеводы.

Правила постепенного увеличения тренировочной нагрузки:

– выберите начальный вес, позволяющий выполнить 10–12 повторений с соблюдением правильной техники;

– после того как 12 повторений станут выполняться без затруднений, добавьте вес или увеличьте число подходов/повторений в следующем занятии;

– избегайте чрезмерного и резкого повышения нагрузки для минимизации риска получения травм.

Адаптация и индивидуализация «тренировочного плана»:

– обращайте внимание на сигналы организма: при ощущении сильной усталости или боли обеспечьте себе полноценный отдых;

– в зависимости от динамики результатов, можно заменять упражнения или повышать уровень интенсивности;

– если самостоятельное увеличение нагрузки вызывает трудности, получите рекомендации от квалифицированного специалиста;

Рекомендации занимающимся:

– регулярно фиксируйте данные тренировок в дневнике самоконтроля (упражнения, вес, повторения);

– каждые 3 недели делайте фотографии для визуальной оценки улучшения телосложения;

– повышайте мотивацию, тренируйтесь с партнером, используйте энергичную музыку, сохраняйте упорство.

Данные эксперимента свидетельствуют об улучшении показателей физического развития и двигательных навыков у студентов в обеих группах. Однако группа, участвовавшая в эксперименте, продемонстрировала статистически значимое преимущество по всем проведенным контрольным испытаниям.

**Заключение.**

Технологии искусственного интеллекта трансформируются и совершенствуются и способны значительно улучшить результативность тренировочного процесса.

Нейросети могут помочь с адаптацией тренировочных программ, индивидуализируя степень нагрузок для занимающихся, способствуя повышению безопасности занятий.

Таким образом, российское студенчество обладает широкими возможностями для участия в инновационных проектах в сфере физической культуры и спорта, связанных с применением нейротехнологий.

Также необходимо учитывать интересов, побуждений и запросов целевой аудитории – студенчества.

Вместе с тем, при организации такой работы помимо преимуществ, могут возникать и дискуссионные вопросы.

Следует учитывать, что «инновационные цифровые» решения должны стать дополнением к устоявшимся практикам физической подготовки в вузе, а не заменить их.

### ***Список литературы***

1. Александров С.Г. Использование GPT-технологий в физкультурно-спортивном совершенствовании занимающихся (на примере автоматизированной электронной системы «Умный дом») / С.Г. Александров // Современные образовательные технологии: психология и педагогика: коллективная монография. – Чебоксары: Среда, 2025. – С. 197–209. DOI 10.31483/r-149873. EDN EBYQOV

2. Александров С.Г. О повышении эффективности и комфортности физкультурно-спортивных тренировок путём использования электронной системы автоматизации «Умный дом» / С.Г. Александров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2025. – №6(244). – С. 283–292. DOI 10.5930/1994-4683-2025-283-292. EDN XGXSTE

3. Александров С.Г. Значение систем автоматизации и искусственного интеллекта в физкультурно-спортивном совершенствовании занимающихся / С.Г. Александров, А.Э. Бондаренко // Экономика и устойчивое развитие региона в контексте цифровой трансформации: сборник статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции преподавателей, аспирантов, магистрантов. – Иваново: ИФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2025. – С. 105–108. EDN LCVCSA

4. Александров С.Г. Об организации занятий физкультурой и спортом студентов вузов в онлайн-пространстве: к постановке вопроса / С.Г. Александров, Д.И. Сушко // Сфера услуг: инновации и качество. – 2022. – №60. – С. 23–30. EDN IPFUKA

5. Анпилогова К.А. Использование ИИ в персонализации обучения: возможности и вызовы / К.А. Анпилогова // Обновление воспитательного процесса в образовательной организации. Панорама практик воспитания: материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары: Среда, 2025. – С. 39–44. EDN GRUFWT

6. Гайдук А.Ю. Использование технологий виртуальной реальности для улучшения процесса обучения и тренировки в физической культуре / А.Ю. Гайдук // Проблемы современного социума глазами молодых исследователей: материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции. – Волгоград: ВФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2024. – С. 355–358. EDN JLCSNO

7. Ерофеева Р.Ж. Искусственный интеллект на занятиях физической культурой / Р.Ж. Ерофеева // Физическое воспитание и спорт в системе образования: современное состояние и перспективы: материалы V Международной научно-

практической конференции. – Омск: ОмскГТУ, 2024. – С. 369–374. EDN TYSTAI

8. Лактионова Н.В. Об авторском мобильном приложении для реализации совместных (групповых) занятий физкультурой и спортом / Н.В. Лактионова, С.Г. Александров // Бизнес. Образование. Право. – 2024. – №2(67). – С. 150–157. DOI 10.25683/VOLBI.2024.67.998. EDN GNSNOS

9. Лактионова Н.В. О разработке и внедрении в практику многофункционального приложения для совместных физкультурно-спортивных занятий – «Fit-Mile» / Н.В. Лактионова, С.Г. Александров, Е.И. Ефремова // Экономика данных: повышение эффективности экономики, торговли и производства России: сборник VIII Международной научно-практической конференции. – Краснодар: КФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2024. – С. 192–196. EDN OЕКPRN

10. Михайлова П.В. О цифровых платформах для организации и проведения физкультурно-спортивных онлайн-тренировок / П.В. Михайлова, С.Г. Александров // Социально-культурные практики в области физической культуры и спорта: сборник материалов Всероссийской конференции. – Волгоград: ВФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2025. – С. 98–100. EDN XLAIKP

11. Панков Д.А. Об использовании цифровых информационных технологий в процессе обучения по предмету «физическая культура» в вузе / Д.А. Панков, С.Г. Александров // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания: материалы III Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары: Среда, 2022. – С. 241–243. EDN DXJVCD

12. Померанцев А.А. Искусственный интеллект в спорте и физической культуре: тренды, угрозы и адаптация к новой реальности / А.А. Померанцев, А.А. Уполовнева // Человек. Спорт. Медицина. – 2024. – Т. 24. №S2. – С. 137–144. DOI 10.14529/hsm24s221. EDN BLQHWJ

13. Романова А.В. Цифровая эволюция: как технологии помогают в развитии здорового образа жизни населения в России / А.В. Романова, Я.Д. Дзябенко, С.Г. Александров // Социально-культурные практики в области физической

---

культуры и спорта: сборник материалов Всероссийской с международным участием конференции. – Волгоград, 2025. – С. 134–136. EDN TRHNRI

14. Секинаева В.Н. Виртуальная и дополненная реальность в спортивной тренировке: анализ эффективности / В.Н. Секинаева // Социально-культурные практики в области физической культуры и спорта: сборник материалов Всероссийской конференции с международным участием. – Волгоград: ВФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, 2025. – С. 142–145. EDN JQIGMS

15. Указ Президента РФ «О внесении изменений в Указ Президента Российской Федерации от 10 октября 2019 г. №490 «О развитии искусственного интеллекта в Российской Федерации» и в Национальную стратегию, утвержденную этим Указом» №124 от 15.02.2024. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202402150063> (дата обращения: 15.03.2026).

16. Genç N. Artificial Intelligence in Physical Education and Sports: New horizons with ChatGPT / N. Genç // Mediterranean Journal of Sport Science. – 2023.

17. International Association of Sports Technologies (IAST). – URL: <https://istassociation.com/> (дата обращения: 08.01.2026).

18. Kaya F. Artificial Intelligence and its use in sports / F. Kaya // Spor Bilimleri ve Egzersizde Butunsel Yaklasimlar. – 2023.

19. The application and Impact of Artificial Intelligence on Sports Performance Improvement: A Systematic Literature Review / D. Krstic, T. Vuckovic, D. Dakic [et al.] // Communications, Information, Electronic and Energy Systems. – 2023.

20. SportTech. – URL: <https://vc.ru/u/1035277-akselerator-sporttech/757370-kak-rabotaet-akselerator-sporttech> (дата обращения: 14.12.2025).

---

**Александров Спартак Геннадьевич** – канд. пед. наук, доцент кафедры корпоративного и государственного управления, Краснодарский филиал ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова», Краснодар, Россия.

---

