

- Развитие единой системы оценки физической подготовленности: Программа ГТО могла бы стать основой для создания единой системы оценки физической подготовленности в России, что позволило бы сопоставить результаты и повысить эффективность физкультурно-спортивной работы.

Реализация комплекса ГТО также сопряжена с рядом проблем и препятствий, которые могут повлиять на ее успешное выполнение.

Одной из главных проблем внедрения ГТО является недостаточная подготовка тренеров и преподавателей, которые должны проводить физические тесты и обучать учеников технике выполнения упражнений. Некоторые тренеры не имеют достаточного опыта в этой области, что может привести к неправильному выполнению упражнений и травмам.

Еще одной проблемой является недостаточное количество спортивных площадок и оборудования для проведения ГТО. В ряде регионов России не хватает специализированных спортивных площадок, где можно проводить физические тесты. Это приводит к тому, что некоторые ученики не могут выполнить все упражнения из-за отсутствия необходимых условий.

Также внедрение ГТО сталкивается с проблемой мотивации учеников. Некоторые из них не видят смысла в выполнении упражнений, так как считают, что это не поможет им в дальнейшей жизни или карьере. Кроме того, ученики могут испытывать дискомфорт или стеснение при выполнении физических тестов, особенно если они не имеют спортивной подготовки или ограничены в своих физических возможностях.

Наконец, существует проблема с оценкой результатов выполнения ГТО. Некоторые критики считают, что текущая система оценки недостаточно объективна и не учитывает индивидуальные различия между учениками. Кроме того, некоторые ученики могут не получить достаточно времени на подготовку и не смогут продемонстрировать свои настоящие возможности [1].

В заключение можно сказать, что программа ГТО является перспективным проектом, который может привести к положительным изменениям в сфере физической культуры и спорта в России. Однако для успешной реализации программы необходимо решить ряд задач и проблем, которые могут возникнуть в ходе ее реализации.

Библиографический список:

1. Володина А.А. Актуальность ГТО в России, проблемы проведения ГТО и их решение // Наука и социум: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. 2019. Т. 11, Ч. 2. С. 169-173. Текст: электронный.
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» URL: <https://base.garant.ru/70675222/> Текст: электронный.
3. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) URL:https://www.gto.ru/files/docs/03_prizay/04.pdf Текст: электронный.

УДК 004:796

Чванин А. А., Голиков Д. М., Пермяков О.М.
Chvanin A. A., Golikov D. M., Permyakov O. M.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия
Russian state vocational pedagogical university,*

Ekaterinburg, Russia
chvanin@internet.ru
Dragogogo999@mail.ru
Oleg_magic@mail.ru

РОЛЬ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В РАЗРАБОТКЕ ПРОГРАММ ТРЕНИРОВОК СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Аннотация: В статье рассматривается роль искусственного интеллекта в разработке программ тренировок спортивной направленности. Указаны преимущества нейронных сетей в решении задач совершенствования спортивной деятельности.

Ключевые слова: физическая культура, искусственный интеллект, программа тренировок, спорт.

THE ROLE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN THE DEVELOPMENT OF SPORTS- ORIENTED TRAINING PROGRAMS

Abstract: The article discusses the role of artificial intelligence in the development of sports-oriented training programs. The advantages of neural networks in solving problems of improving sports activities are indicated.

Keywords: physical education, artificial intelligence, training program, sports.

В настоящее время использование искусственного интеллекта в спортивных тренировках становится все более актуальным и востребованным. Использование искусственного интеллекта в разработке программ тренировок спортивной направленности может повысить их эффективность, точность и индивидуализацию, что позволит улучшить результаты тренировок у спортсменов.

Искусственный интеллект – междисциплинарное научное направление, возникшее около 60 лет назад на стыке психологии, лингвистики, математических методов и компьютерных наук [4, с. 365].

Искусственный интеллект может выполнять автоматизированные задачи, помогать человеку делать свою работу быстрее и качественнее, принимать более взвешенные и эффективные решения и в конечном итоге автоматизировать процессы принятия решений, осуществляя их без участия людей.

Проблема высокой заболеваемости является одной из важнейших задач в области здравоохранения. В настоящее время, искусственный интеллект может быть использован для решения этой проблемы с помощью создания индивидуальных программ занятий физической культурой для каждого человека.

Существует множество факторов, которые влияют на здоровье человека, включая его физическую активность, наличие хронических заболеваний и медицинские рекомендации. Искусственный интеллект может использоваться для обработки большого объема данных и создания индивидуальных программ тренировок, которые учитывают все эти факторы [1, с. 21].

Искусственный интеллект может использоваться для анализа индивидуальных характеристик спортсмена, его физической форме, физической активности, состоянию здоровья и других факторах, влияющих на спортивные результаты. Это позволяет более точно определить оптимальные тренировочные нагрузки и персонализировать тренировочные программы в соответствии с индивидуальными потребностями и целями каждого спортсмена.

Кроме того, искусственный интеллект может быть использован для создания виртуальных тренеров и тренировок, которые могут быть адаптированы к индивидуальным потребностям спортсменов. Это помогает улучшить качество тренировок, особенно в условиях, когда нет возможности заниматься с тренером [3, с. 41].

Также, искусственный интеллект может использоваться для мониторинга состояния здоровья и прогресса каждого человека, что позволяет более точно адаптировать программу тренировок к его потребностям и достигать лучших результатов.

Создание индивидуальных программ занятий физической культурой с помощью искусственного интеллекта имеет потенциал для снижения заболеваемости во многих областях, включая сердечно-сосудистые, дыхательные и эндокринные заболевания.

Физические упражнения играют важную роль в поддержании здоровья человека. Они помогают укрепить мышцы, улучшить работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также снизить риск различных заболеваний. Однако многие люди не занимаются физической культурой, что может привести к серьезным последствиям для их здоровья.

Технологии искусственного интеллекта играют важную роль в разработке персонализированных программ тренировок, которые будут подходить для каждого конкретного человека. Такие программы учитывают множество факторов, таких как возраст, физическая форма, наличие хронических заболеваний, а также специальные потребности, такие как реабилитация после травмы. Эти программы помогают людям начать заниматься физическими упражнениями без риска для здоровья и улучшить свою физическую форму [3, с. 53].

Некоторые приложения для мониторинга физической активности используют алгоритмы машинного обучения для анализа данных о тренировках и общей физической активности. Эти данные помогают определить оптимальные уровни физической активности для каждого человека и адаптировать программу тренировок под его потребности. Однако важно помнить, что использование технологий должно быть сбалансировано и не заменять полноценный образ жизни, включающий правильное питание, режим труда и отдыха.

Нейронные сети являются одним из наиболее важных инструментов в различных областях, включая спорт и физическое здоровье. В современном мире существует необходимость использования нейронных сетей в тренировочном процессе, так как они позволяют оптимизировать физические занятия и обеспечивать максимальный эффект от тренировок.

Одним из ключевых преимуществ нейронных сетей является их доступность. Сегодня существуют множество открытых библиотек и фреймворков, которые позволяют создавать нейронные сети без необходимости иметь высокий уровень знаний в области компьютерных наук и искусственного интеллекта [2, с. 15].

Для эффективного применения нейронных сетей в сфере физической культуры и спорта, необходима доступность и простота в использовании. Это позволит тренерам и спортсменам использовать различные приложения для анализа своих результатов, прогнозирования будущих показателей и разработки программ тренировок на основе данных.

Еще одним важным аспектом доступности нейронных сетей является их производительность. Различные приложения учитывают множество данных о состоянии здоровья и физической активности в своей работе. Это позволяет тренерам и спортсменам получать быстрые и точные результаты, на основании которых, можно корректировать план работы.

Таким образом, применение искусственного интеллекта в разработке программ тренировок спортивной направленности может значительно повысить их эффективность и индивидуализацию. Это может помочь спортсменам достичь более высоких результатов в тренировочном процессе и снизить риск получения травм. В свете растущего интереса к спорту и здоровому образу жизни, применение искусственного интеллекта в этой области может иметь значительный потенциал для развития и инноваций. Использование искусственного интеллекта для создания индивидуальных программ занятий физической культурой и спортом является перспективным подходом для решения проблемы высокой заболеваемости и низкого уровня физического развития. Однако необходимо учитывать этические аспекты при разработке и внедрении подобных систем.

Библиографический список:

1. Богомолова, А. И. Искусственный интеллект и экспертные системы в мобильной медицине / А.И. Богомолов, В.П. Невежин, Г.А. Жданов. Текст: непосредственный // Хроноэкономика. 2018. № 3 (11). С. 17-28.
2. Джонс, М. Т. Программирование искусственного интеллекта в приложениях / М.Т. Джонс; Пер. с англ. А. И. Осипов. Москва: ДМК Пресс, 2011. 312 с. Текст: непосредственный.
3. Иванцов, П. П. Искусственный интеллект в спортивной тренировке: монография / П.П. Иванцов, А.Б. Лукьянов, Б.Г. Лукьянов, В.С. Степанов. Санкт-Петербург: Изд-во СПбГИКиТ, 2021. 256 с.
4. Соколов, И. А. Теория и практика применения методов искусственного интеллекта / И.А. Соколов. Текст: непосредственный // Вестник Российской академии наук. 2019. № 4. С. 365-370.

УДК 373.037

Черепанова Ю.А., Сапегина Т.А.

Cherepanova Yu.A., Sapagina T.A.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Russian state vocational pedagogical university,

Ekaterinburg, Russia

t.sapagina54@yandex.ru

СОВРЕМЕННЫЕ КОНЦЕПЦИИ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

Аннотация. Вопрос сохранения здоровой нации остро стоит в нашей стране. Независимо от того, что наблюдаются общие позитивные тенденции, в целом, демографическая ситуация в стране, данные о состоянии здоровья нации находятся на достаточно низком уровне. В статье представлены современные концепции сохранения здоровья населения нашей страны которые носят рекомендательный характер.

Ключевые слова: здоровье населения, здоровьесберегающие технологии, профилактические меры.

MODERN CONCEPTS OF PUBLIC HEALTH PRESERVATION

Abstract. The issue of preserving a healthy nation is acute in our country. Regardless of the fact that there are general positive trends, in general, the demographic situation in the country, data on the state of health of the nation are at a fairly low level. The article presents modern concepts of preserving the health of the population of our country, which are advisory in nature.

Keywords: public health, health-saving technologies, preventive measures.

Любая страна нуждается не только в высокопрофессиональных специалистах, самое главное, нужны здоровые, крепкие рабочие руки. Обороноспособность страны зависит от того, насколько эффективно государство заботится об укреплении и сохранении здоровья своего народа.

Не только медицина должна способствовать укреплению здоровья человека, но и его самостоятельные шаги, направленные на профилактику заболеваний, особенно таких, которые напрямую зависят от отказа от вредных привычек, увеличению двигательной активности, приверженности к здоровому образу жизни. Человек должен понимать, что его здоровье – это его личный капитал, который увеличивать и получать от него дивиденды будет он сам. Но все его устремления будут сведены к нулю, если на помощь не приходит государство.

Непростая социально-экономическая ситуация 90-х годов прошлого века оказала явное негативное влияние на все важные показатели здоровья населения России, и, несмотря на выравнивающуюся в последние годы ситуацию, продолжает косвенно оказывать до сих пор. В связи с этим государством принимаются различные меры.