

ИССЛЕДОВАНИЕ ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ В СФЕРЕ ФИТНЕС-ПРИЛОЖЕНИЙ

Волченкова М. А., студент,

Вайнилович Ю.В., к. т. н., доцент,

Белорусско-Российский университет, г. Могилев, Беларусь

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема разработки фитнес-приложений, отвечающих современным требованиям пользователей. Проведен анализ предпочтений и потребностей студентов Белорусско-Российского университета в отношении функциональности и возможностей фитнес-приложений, выявлены ключевые факторы, влияющие на выбор и использование фитнес-приложений. Установлено, что большинство опрошенных используют приложения для занятий спортом и высоко мотивированы к ведению здорового образа жизни. Однако, существующие решения не в полной мере удовлетворяют их потребности.

Ключевые слова: фитнес, тренировки, спорт, здоровье, приложение, фитнес-трекер, прогресс.

В настоящее время популярность набирают приложения, касающиеся сферы фитнеса и отслеживания тренировочного прогресса. С каждым годом растет количество людей, выбирающих здоровый образ жизни и нуждающихся в современных решениях, позволяющих персонализировать процесс занятий спортом. Поэтому возникает необходимость разработки такого программного средства, которое удовлетворяло бы большинству требований целевой аудитории[1].

С целью выявления преимуществ и недостатков существующих решений был проведен социальный опрос среди студентов Белорусско-Российского университета.

Для проведения исследования была разработана анкета, состоящая из 20 вопросов различного вида. В некоторых из них необходимо было выбрать вариант ответа, а в остальных написать свой вариант. В опросе приняли участие студенты Белорусско-Российского университета, возраст студентов находился в диапазоне 18-21 год.

На вопрос «Вы когда-нибудь использовали приложения для занятий спортом?» утвердительно ответили 80,5% опрошенных, что доказывает актуальность фитнес-приложений среди молодого населения. При оценке своей мотивации к занятиям физической активностью 36,6% оценили ее как «средняя», 29,3% как «очень высокая», 17,1% как «высокая», оставшиеся же оценили свою мотивацию как «низкая» и «очень низкая». Большинство опрошенных замотивированы заниматься спортом и нуждаются в удобных инструментах для отслеживания прогресса. Удобство существующих решений 56,1% опрошенных оценили как «есть недостатки», 24,4% как «очень удобно», остальные же – «неудобно». Исходя из этого можно сделать вывод, что существующие решения требуют доработки, чтобы избавиться от недостатков и удовлетворять потребностям пользователей.

На вопрос «Что бы вы добавили в существующие фитнес-приложения?» были предоставлены разнообразные ответы, такие как:

- ничего;
- искусственный интеллект;
- больше тренировочных программ;
- персонализация;
- видео с техникой выполнения упражнений;
- система поощрений, геймификация, достижения и другие.

Среди опрошенных 9 человек предпочли бы видеть в фитнес-приложении больше мотивирующих элементов, которые бы заставляли их заниматься дальше. Также многие из опрошенных хотели бы использовать внедренный искусственный интеллект, позволяющий персонализировать тренировочные программы и планы питания. На вопрос «Каково ваше отношение к

использованию искусственного интеллекта в фитнес-приложениях?» 87,8% опрошенных ответили «положительное», что говорит о необходимости разработки такого программного средства, которое бы удовлетворяло данному требованию.

При оценке важности отзывов других пользователей в выборе приложения мнения опрошенных разделились. Из всех студентов, участвовавших в опросе 53,7% отметили важность отзывов, а остальные не считают их важным критерием при выборе фитнес-трекера.

Большинство опрошенных студентов предпочитают обучение в формате видео и изображений (рисунок 1), что позволяет посмотреть правильную технику выполнения того или иного упражнения и снижает риск травмы при самостоятельных занятиях спортом.

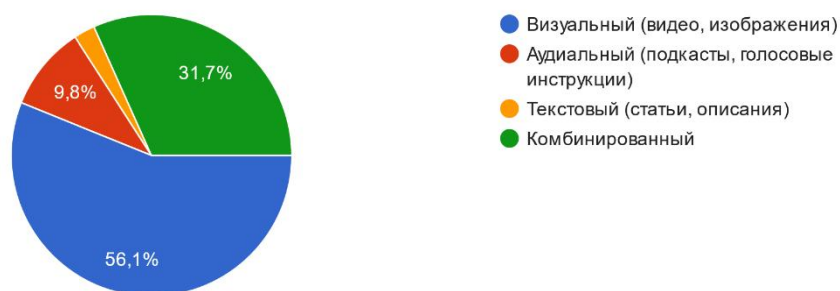


Рисунок 1 – Результаты опроса о предпочитаемом способе обучения

На вопрос «Хотели бы вы, чтобы в фитнес-приложениях было больше информации о здоровье?» 78% опрошенных ответили утвердительно. Можно сделать вывод о необходимости добавления научных статей и полезных ресурсов, благодаря которым пользователи смогли бы углубиться в сферу фитнеса и здоровья и лучше понять, как устроен их организм.

Не все программные решения поддерживают функцию напоминаний о тренировках и активности, однако результаты опроса показали, что большая часть пользователей нуждается в этой функции. Результаты опроса о необходимости уведомлений представлены на рисунке 2.

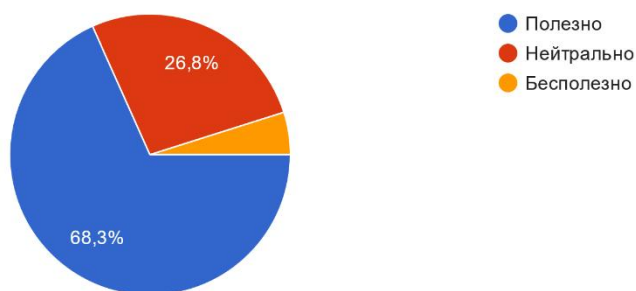


Рисунок 2 – Результаты опроса о важности уведомлений в приложении

Исследование показало, что большинство студентов высоко замотивированы в ведении здорового образа жизни и нуждаются в качественных программных средствах, которые помогли бы им развиваться в этой области. Наиболее важным критерием при выборе фитнес-приложения является наличие тренировочных программ и удобство интерфейса (рисунок 3).

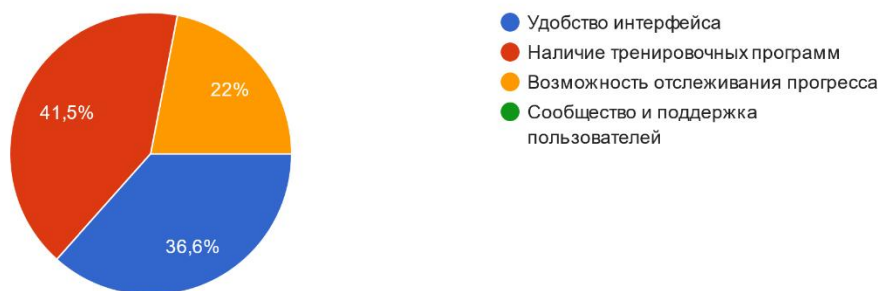


Рисунок 3 – Результаты опроса о наиболее важных функциях приложений

Таким образом, исследование показало, что наиболее важными критериями при выборе фитнес-приложения являются наличие разнообразных тренировочных программ, удобство интерфейса, персонализация тренировок и планов питания, а также наличие обучающих материалов в формате видео и изображений. Значительный интерес вызывает возможность интеграции

искусственного интеллекта для создания персонализированных рекомендаций и планов тренировок (87,8% опрошенных положительно относятся к использованию ИИ). Также выявлена потребность в мотивирующих элементах, таких как система поощрений, геймификация, наличие уведомлений о тренировках и активности.

Полученные результаты исследования позволяют сформулировать основные требования к современным фитнес-приложениям и определить направления их дальнейшего развития с учетом потребностей молодой аудитории.

Следует отметить, что результаты исследования, основанного на опросе студентов, могут не отражать всю популяцию, и их следует интерпретировать с осторожностью. Поэтому целесообразно провести дополнительные исследования с использованием различных методов и более крупных выборок, чтобы получить более полное представление о востребованности онлайн-платформ в сфере фитнеса.

Литература

1. Аникеева, А. Д. Веб-приложение «фитнес» / А. Д. Аникеева // Новые информационные технологии в телекоммуникациях и почтовой связи. – 2023. – Т. 1, № 1. – С. 113-114. – EDN EJFOOC.