суставе ногу, делая выдох. Медленное и спокойное движение стимулирует работу органов брюшной полости, а также затрагивает и соседние органы благодаря анатомическому и функциональному единству. Далее – следующее упражнение, подходящее практически всем: сидя на табурете, следует поместить кисти рук на талию, наклонить плавно корпус вперед и вращать туловищем поочередно вправо и влево.

Физические упражнения должны последовательно охватывать различные мышечные группы. Упражнения выполняют ритмично, в спокойном, среднем темпе.

Физические упражнения, стимулируя функциональную деятельность всех основных систем организма, в качестве итога приводят к развитию функциональной адаптации больного. ЛФК надо считать действенным методом терапии. Физические упражнения, влияя на реактивность человека с определенным заболеванием, изменяют как общее самочувствие, физиологическое состояние, так и местные реакции на тренировки.

Библиографический список

1. *Дубровский, В. И.* Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., стер. / В. И. Дубровский. М.: Гуманит. изд. Центр, ВЛАДОС, 2001. 608 с. Текст: непосредственный.
2. *Епифанов, В. А.* Лечебная физическая культура. Учебное пособие / В. А. Епифанов. М.: ГЭОТАР – Медиа. 2006. 568 с. Текст: непосредственный.

Гоштонар К. Н., Бараковских К. Н.

*Российский государственный
профессионально – педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ОБСЛУЖИВАНИЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ СЕРВИСЕ

Аннотация. В статье представлены особенности обслуживания потребителя спортивно-оздоровительных услуг, выявлены основные правила его обслуживания в спортивно-оздоровительном сервисе.

Ключевые слова: обслуживание, потребители, спортивно-оздоровительный сервис.

Спортивно-оздоровительный сервис является сферой «человек-человек», поэтому очень важно оказывать услугу качественно и обслуживать клиентов, руководствуясь особыми правилами и методами. Ведь от обслуживания клиента спортивно-оздоровительного сервиса, зависит дальнейшее продвижение оздоровительной деятельности организаций фитнес-индустрии.

Физкультурно-оздоровительная услуга – деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга. Следовательно, условия обслуживания потребителей должны быть безопасными для жизни, здоровья и имущества потребителей [2].

Первая особенность обслуживания потребителя – это приветствие клиента. Особенность приветствия заключается в том, что администратор обязан доброжелательно приветствовать клиента, подать ключи от шкафчика и следом направить его в зал. Далее его встречает тренер и уже затем начинается тренировка. С помощью доброжелательного приветствия, клиент сразу будет знать и понимать, что тренер ждал его на тренировку, следовательно, у клиента будет расположен для продуктивного взаимодействия в тренировочном процессе [1].

Второй особенностью обслуживания потребителя является безопасный тренировочный процесс. Тренер обязан обеспечить и соблюсти все правила безопасности в процессе тренировки, то есть подобрать подходящую программу для клиента, с адекватной нагрузкой, которая не нанесет вреда здоровью занимающегося. Также перед

тренировкой необходимо проверить все тренажеры, которые будут задействованы в тренировочном процессе. Учитывая эту особенность оказания услуги потребителю, для обеспечения безопасности, процесс тренировки будет реализовываться с индивидуальным подходом и учетом особенностей, занимающихся, что позволит избежать различного рода травм у потребителя спортивно-оздоровительных услуг.

Далее следует отметить третью особенность обслуживания потребителя. Это мотивации тренером клиента в ходе взаимодействия в тренировочном процессе. Таким образом тренер дает клиенту уверенность в себе, в свои силы. С помощью таких слов тренера, как «Вы все сможете», «Молодец!», «Вперед!», «Отличный результат» и т.д., клиент становится самоуверен, ему вновь и вновь хочется вернуться к занятиям и именно к этому тренеру. Эта особенность в обслуживании потребителя в спортивно-оздоровительном сервисе, также имеет большое значение в сохранности контингента организации и привлечении в нее новых потребителей [3].

И последняя самая главная особенность обслуживания потребителя услуг спортивно-оздоровительного сервиса – это качественное выполнение запроса потребителя услуги. Это значит, что тренер должен качественно выполнять услугу за которой обратился потребитель, подстраиваться под индивидуальные запросы клиента, стараться полностью удовлетворить его потребности в отношении оказываемой услуги. Результат оказания услуги должен быть максимально положительным, а клиент должен быть доволен процессом оказания и получения услуги.

Также стоит отметить, что в фитнес-клубах, необходимо вести базу данных, в ней будет отражена информация о клиенте, его предпочтениях и желаниях и все это нужно для обеспечения высокого качества обслуживания потребителя. Следовательно, можно сделать вывод, что

учет особенностей обслуживания потребителей услуг спортивно-оздоровительного сервиса играет важную роль в выстраивании эффективного и качественного процесса его взаимодействия с организацией в лице тренера, предоставляющего услугу, что позволяет поддерживать на должном уровне финансовое благополучие всего предприятия данной отрасли, в котором эта деятельность осуществляется.

Библиографический список

1. Гембл, П. Маркетинг взаимоотношений с потребителями / П. Гембл, М. Стоун, Н. Вудкок. Москва: «Гранд», 2012. 152с. Текст: непосредственный.
2. Карнаухова, В. К. Сервисная деятельность / В.К. Карнаухова, Т. А. Краковская. Москва: ИКЦ МарТ, 2009. 256 с. Текст: непосредственный.
3. Коробкова, С. Н. Сервисная деятельность / С. Н. Коробкова, В. И. Кравченко, под ред. В. К. Романович. СПб.: Питер, 2012. 156с. Текст: непосредственный.

Давыдов Д.А., Кетриш Е.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет

г. Екатеринбург, Россия

ЗНАЧИМОСТЬ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация. Спортивно-массовые мероприятия, в частности занятия лыжными гонками, формируют здоровый образ жизни людей разного возраста и физического развития. Лыжный спорт, вовлекая в работу практически все системы организма, способствует повышению его сопротивляемости к разным заболеваниям, положительно сказываясь на работоспособность и общее здоровье нации.