Қазақстан Республикасының Бірінші Президенті күніне арналған **«Сейфуллин оқулары – 9:** жоғарғы білім және ғылым дамуындағы жаңа бағыт» атты Республикалық ғылыми-теориялық конференция материалдары = Материалы Республиканской научно- теоретической конференции **«Сейфуллинские чтения – 9:** новый вектор развития высшего образования и науки**»** посвященная дню Первого Президента Республики Казахстан. – 2013. – Т.2, ч.1. – С.98-99

РАЗВИТИЕ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Афонина Е.

На сегодняшний день, тема здорового образа жизни занимает одно из приоритетных мест. Наибольшую тревогу вызывают отношения к своему здоровью подрастающего поколения, образ жизни которого будет определять качество трудовых и социальных ресурсов населения, а значит и социально-экономический, политический, научно-технический прогресс общества. Большинство взрослых людей в силу специфики своих профессий обязаны проводить рабочий день в кабинете за столом, поэтому особо актуальным стал активный отдых или посещение фитнес - клубов.

Фитнес в современном понимании появился в США около тридцати лет назад, хотя первые фитнес-программы появились там еще во время второй мировой войны для тренировок в армии и флоте. В 70-е же годы специальные тесты, проведенные правительством США, выявили массу проблем со здоровьем у многих американцев, вызванных, в том числе и недостаточным физическим развитием.

К концу 80-х годов прошлого века фитнес начал появляться в СССР, тем самым начертав в истории очередной, советский, этап своего развития, за которым последовал т. н. славянский, или же постсоветский этап.

До начала исторических изменений в 80-е годы в бывшем Советском Союзе понятия фитнеса не было вовсе, существовали только спорт и физическая культура. Абсолютная доступность занятий и послужила фундаментом для успехов советского спорта. Возможность бесплатно заниматься в многочисленных секциях при школах, домах культуры, спортивных комплексах была у каждого человека любого возраста. Способные дети и подростки могли рассчитывать на дальнейшие занятия спортом высших достижений. Остальные могли заниматься сколько угодно — для собственного удовольствия и поддержания хорошей физической формы. Именно физическая культура и является прообразом современного фитнеса. Спортивные клубы сегодня можно найти в любом городе. Приятный персонал, большой зал, множество тренажеров – всё это вместе принято называть фитнес-клубом. Принято выделять несколько категорий спортивных клубов: бюджетные фитнес-клубы, спортклубы среднего уровня и элитные фитнес-клубы.

Услуги бюджетных фитнес-клубов рассчитаны на рядовых граждан со средним достатком. Прайс-лист данной категории клубов включает в себя минимальный перечень услуг. Небольшая площадь помещения. Спортклубы среднего уровня – это заведения для граждан, уровень доходов у которых несколько выше бюджетных. В таких фитнес-клубах тренажерные и

спортивные залы более просторны и позволяют размещать большее количество разнообразных тренажеров. В спортклубе среднего уровня возможен бассейн.

Элитные фитнес-клубы предлагают услуги самого высокого уровня. В элитных спортивных клубах предусматриваются залы с тренажерами премиум-класса, а также отдельные залы для занятий танцами, боксом, теннисом и другими видами спорта. Здесь же сауны, джакузи, бассейны; отдельно предоставляются услуги массажиста и косметолога.

На современном этапе потребность в строительстве спортивных сооружений довольно высока. Главные критерии таких помещений - это не столько скорость строительства, сколько качество, надежность, долговечность и функциональность. Спортивные сооружения должны представлять собой довольно сложный объект, где наряду с привычными и прочными строительными материалами должны использоваться сложные инженерные системы.

Расположение спортивных залов в городе зависит от их назначения (имеют ли они универсальный характер или предназначены только для занятий спортом) и от спортивных традиций страны, региона или города. При этом необходимо обеспечить удобные транспортные связи, достаточную площадь для автомобильных стоянок, удобную связь с другими спортивными сооружениями.

Руководитель: Хоровецкая Е.М., кандидат архитектуры