

УДК 681.3.069

В.Е.Пузовик (2 курс, каф. физвосп.), Е.В.Мусатова, ст. преп.

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ОДНА ИЗ ЕГО СОСТАВЛЯЮЩИХ

На современном этапе развития человечества, проблемы уровня жизни населения и факторы, определяющие его динамику, становятся очень важными. От их решения во многом зависит стабильность в обществе. Философия качества жизни в конце XX века выходит на первый план в государственной политике и социальной работе в развитых странах мира.

В данной работе мы попытались дать определение понятию качества жизни с учетом роли физического воспитания в обществе, дать его краткую характеристику на данный момент времени.

Качество жизни (англ. – quality of life, сокр. – QOL; нем. – Lebensqualität, сокр. LQ) – категория, с помощью которой характеризуют существенные обстоятельства жизни населения, определяющие степень достоинства и свободы личности каждого человека.

Качество жизни предполагает:

- чистую окружающую среду;
- личную и национальную безопасность;
- политические и экономические свободы;
- другие условия человеческого благополучия, трудно поддающиеся количественному измерению.

Государственная работа по определению и реализации заданного качества жизни ведется через законодательное введение стандартов (индексов) качества жизни, которые обычно включают три блока комплексных индикаторов. Одним из этих блоков является блок индикаторов качества жизни, характеризующий здоровье населения и демографическое благополучие, которые оцениваются по уровням рождаемости, продолжительности жизни, естественного воспроизводства. Рассматривая данный фактор, следует особое внимание уделить понятию физической культуры и физического воспитания.

Физическая культура – это часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленной на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека. Основные показатели уровня физической культуры в обществе: уровень здоровья и физического развития людей, степень использования физической культуры в сфере воспитания и образования, в производстве, быту, спортивные достижения и др.

Физическое воспитание – это ограниченная часть общего воспитания; социально-педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья, гармоническое развитие форм и функций организма человека; один из показателей состояния физической культуры в обществе. Основные средства физического воспитания – занятия физическими упражнениями, закаливание организма, гигиена труда и быта.

Мы рассмотрели наиболее важные составляющие качества жизни, в том числе физическую культуру и физическое воспитание граждан, а также методы оценки качества жизни населения и систему его социальной защиты, приняли во внимание список стран по качеству жизни, составленный ООН («список стран, в которых лучше всего жить»).

В итоге можно сделать вывод, что качество жизни – чрезвычайно широкое, многоаспектное, многогранное понятие, охватывающее все сферы общества. Достижение максимально высокого качества жизни населения является приоритетной целью социальной рыночной экономики, так как более грамотная политика в области социальной защиты

населения должна привести к обеспечению достойной жизни пенсионеров, сирот, инвалидов и др. социально незащищенных слоев населения.