**Корольова Н.Ю.**

 **ТЕХНОЛОГІЯ КОРЕКЦІЇ ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Модельні характеристики рівнів фізичного стану і програми занять фізичними вправами це план, який повинен коригуватися з урахуванням фактичних змін, що відбуваються в організмі. Технологія корекції програм має свої відмінності в залежності від їх виду – групові та індивідуальні.

Групові програми складаються для осіб певного віку і статі, відповідно до завдань фізичного виховання. Такі програми мають свій складовий компонент, який базується на вікових і статевих закономірностях розвитку організму, моделях нормативного рівня фізичної підготовленості, який повинен бути досягнутий в процесі занять.

Корекція групових програм здійснюється з урахуванням наступних факторів, а саме: кліматогеографічних, антропогенних, мотиваційних, національних.

Групові програми складаються для осіб, об'єднаних за наступними ознаками: рівнем фізичного стану, рівнем фізичної підготовленості, нозологічними видом захворювання тощо.

Коригування цих програм здійснюється з урахуванням перерахованих факторів, а також з використанням технології корекції індивідуальних програм.

Корекція індивідуальних і групових програм поділяється на поточну та оперативну. Поточна корекція здійснюється за результатами контролю відновлення функцій організму після попереднього заняття, після серії занять або вимушеної перерви в заняттях, пов'язаних з хворобою.

Оперативна корекція передбачає: виправлення технічних помилок при виконанні вправи, введення додаткових спроб для закріплення рухової навички, регулювання інтенсивності фізичного навантаження на занятті.

Корекція програм занять здійснюється після завершення етапу підготовки, про що свідчить досягнення модельної характеристики вищого рівня фізичного стану, з урахуванням індивідуальних адаптаційних реакцій організму.