

Родителям на заметку: температурный режим для проведения уроков физической культуры на открытом воздухе

Занятия физической культурой проводятся на открытом воздухе в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 марта 2021 года N 115 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях».

Температурный режим при занятиях на открытом воздухе (в соответствии с Приложением 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10 «Рекомендации по проведению занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра, в некоторых климатических зонах Российской Федерации на открытом воздухе в зимний период года»)

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6-10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9 °С	-6 °С	-3 °С	Занятия не проводятся
	12-13 лет	-12 °С	-8 °С	-5 °С	
	14-15 лет	-15 °С	-12 °С	-8 °С	
	16-17 лет	-16 °С	-15 °С	-10 °С	

Рекомендуемая форма на улицу (осень, весна):

Спортивная форма: футболка или водолазка, спортивные брюки, девочки можно «лосины», толстовка или олимпийка, ветровка, жилетка или куртка в прохладную погоду, шапка в прохладную погоду, кепка или панамка в солнечную погоду, носки.

Сменная спортивная обувь на улицу (кроссовки или кеды).

ПРИ ДОЖДЛИВОЙ ПОГОДЕ И СИЛЬНОМ ВЕТРЕ ЗАНЯТИЯ ПРОВОДЯТСЯ В ЗАЛЕ.