

Департамент образования города Москвы  
 Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 «Школа № 718»

**Нормы температуры воздуха при занятии физической культурой зимой на открытом воздухе (для средней полосы России)**  
 (в соответствии с САНПИН)

Возраст и спортивная квалификация	Безветренно (ветер 0-1 балл, или 0-1,7 м/с) Дым поднимается прямо или слегка отклоняется. Деревья спокойны, снег падает тихо.	Ветер умеренный (2-4 балла или 2-7,4 м/с). Дым отклоняется по направлению ветра. Мелкие ветки деревьев колышутся. Снег сдувает с крыш, деревьев, метёт по земле.	Сильный ветер (5-7 баллов, или 7,5-15,3 м/с). Дым прибывает к земле. Деревья резко качаются. Снег бьёт в лицо, затрудняет дыхание и ходьбу. В поле пурга	Штормовой ветер (больше 7 баллов или выше 15,3 м/с). Ветер ломает сучья деревьев. Слабые деревья вырывает с корнем, В поле буран.
Школьники 7-13 лет	Не ниже -12 гр.С	Не ниже -8 гр.С	Не ниже -5 гр.С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 минут.	Вне зависимости от температуры занятия не проводятся.
Школьники 14-15 лет	Не ниже -15 гр.С	Не ниже -12 гр.С	Не ниже -12 гр.С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 минут	
Школьники 16 лет	Не ниже -16 гр.С	Не ниже -15 гр.С	Не ниже -15 гр.С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 минут	
Юноши и девушки-спортсмены не ниже 3-го разряда (лыжи) и участники соревнований по конькам и хоккею (на стадионе)	Не ниже -25 гр.С	Не ниже -20 гр.С	Не ниже -20 гр.С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 минут	

Учитель физкультуры



Е.В.Добринская.