

Таблица 1

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
Северная часть Российской Федерации (Красноярский край, Омская область и др.)	до 12 лет	- 10-11 ⁰ С	- 6-7 ⁰ С	- 3-4 ⁰ С	Занятия не проводятся
	12-13 лет	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	- 5 ⁰ С	
	14-15 лет	- 15 ⁰ С	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	
	16-17 лет	- 16 ⁰ С	- 15 ⁰ С	- 10 ⁰ С	
В условиях заполярья (Мурманская область)	до 12 лет	- 11-13 ⁰ С	- 7-9 ⁰ С	-4-5 ⁰ С	Занятия не проводятся
	12-13 лет	- 15 ⁰ С	- 11 ⁰ С	- 8 ⁰ С	
	14-15 лет	- 18 ⁰ С	- 15 ⁰ С	- 11 ⁰ С	
	16-17 лет	- 21 ⁰ С	- 18 ⁰ С	- 13 ⁰ С	
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	- 9 ⁰ С	- 6 ⁰ С	- 3 ⁰ С	Занятия не проводятся
	12-13 лет	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	- 5 ⁰ С	
	14-15 лет	- 15 ⁰ С	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	
	16-17 лет	- 16 ⁰ С	- 15 ⁰ С	- 10 ⁰ С	