Приложение №4

к письму от \_31.12.2013 г.\_ №\_465\_

Приложение 7

к СанПиН 2.4.2.2821-10

Таблица 1

Рекомендации по проведению занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорость 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 | - 10-110 С | - 6-70 С | - 3-40 С | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | - 120 С | - 80 С | - 50 С |
| 14-15 лет | - 150 С | - 120 С | - 80 С |
| 16-17 лет | - 160 С | - 150 С | - 100 С |
| В условиях заполярья (Мурманская область) | до 12 лет | - 11-130 С | - 7-90 С | -4-50 С | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | - 150 С | - 110 С | - 80 С |
| 14-15 лет | - 180 С | - 150 С | - 110 С |
| 16-17 лет | - 210 С | - 180 С | - 130 С |
| Средняя полоса Российской Федерации | до 12 лет | - 90  С | - 60 С | - 30 С | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | - 120 С | - 80 С | - 50 С |
| 14-15 лет | - 150 С | - 120 С | - 80 С |
| 16-17 лет | - 160 С | - 150 С | - 100 С |