

# 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 времени

(Приложение 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10,  
выписка из таблицы 1)

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