

## Температурный режим в период лыжной подготовки



Лыжная подготовка — часть обязательной программы по физической культуре, утвержденной Министерством образования.

«Не хочу», «не умею», «не нравится» — это не аргумент. Вопрос об освобождении от физкультуры решает врач. А по поводу «холодно» существуют правила безопасности на занятиях физкультурой и спортом в школе, также утвержденные министерством.

### РЕЖИМ ТЕМПЕРАТУРЫ ВОЗДУХА ПРИ ЗАНЯТИЯХ НА ЛЫЖАХ

## Температурный режим при занятиях лыжной подготовкой

Классы	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
	Безветра	При скорости ветра до 5 м/сек	При скорости ветра 6- 10 м/сек	При скорости ветра более 10 м/сек
1-2 классы	-12 °С	-8 °С	-5 °С	Занятия не проводятся
3-5 классы	-14 °С	-12 °С	-8 °С	
6-8 классы	-16 °С	-14 °С	-12 °С	
9-11 классы	-18 °С	-16 °С	-14 °С	