

**Нормы температуры воздуха при занятиях физической культурой
зимой на открытом воздухе.**

Возраст	Безветренно (ветер 0-1 балл или 0-1Ю7 ми/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 сдувается 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. В поле пурга. Ветер режет лицо, затрудняет дыхание и ходьбу.	Штормовой ветер (больше 7 баллов или выше 15,3 м/с). Ветер ломает сучья деревьев. Слабые деревья вырывает с корнем. В поле буран.
12-13 лет	Не ниже – 12 ⁰ С	Не ниже – 8 ⁰ С	Не ниже – 5 ⁰ С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 мин.	Вне зависимости от температуры занятия не проводятся.
14 - 15 лет	Не ниже – 15 ⁰ С	Не ниже – 12 ⁰ С	Не ниже – 8 ⁰ С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 мин.	
16 лет	Не ниже – 16 ⁰ С	Не ниже – 15 ⁰ С	Не ниже – 10 ⁰ С. Занятия только на стадионах и вблизи жилищ до 30 мин.	