



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 73

Н.Г. Мелоян

31.03.2019г.

Температурный режим для проведения уроков физической культуры на улице

Занятия по физической культуре согласно учебной программы вида спорта «лёгкая атлетика» проводятся на улице в следующие периоды:

- с 1 сентября по 28 октября
- с 1 апреля по конец мая

Уроки физической культуры на свежем воздухе

Согласно:

СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3 уроков физической культуры в неделю.

Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участвовать во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Занятия для подготовительной и специальной групп проводятся с учетом заключения врача и снижением физической нагрузки. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха).

В соответствии с приложением 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10 проведение занятий физической культуры, в зависимости от температуры и скорости ветра, на открытом воздухе в осенний и весенний период года должно соответствовать следующим показателям в Краснодарском крае:

- для обучающихся при температуре воздуха от +5 до -5 и скорости ветра до 7 м/с ребенку для занятий физической культурой на улице рекомендована следующая форма одежды :
- теплый спортивный костюм, футболка с длинным рукавом, шерстяная шапочка, шерстяные носки, кроссовки.