

Уроки физкультуры на улице

Физическая культура в школьный период жизни человека является основой в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Всё это способствует гармоничному развитию личности.

Спортивные нагрузки на уроках физкультуры, соревнованиях, внеурочных спортивных занятиях должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности школьников. В соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях» уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Однако возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Свердловская область находится в средней полосе Российской Федерации.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

Допускается проведение занятий на открытом воздухе для детей:

до 12 лет при безветренной погоде и температуре воздуха -9°C ; при скорости ветра до 5 м/сек. и температуре -6°C ; при скорости ветра 6-10 м/сек и температуре -3°C ;

12-13 лет при безветренной погоде и температуре воздуха -12°C ; при скорости ветра до 5 м/сек. и температуре -8°C ; при скорости ветра 6-10 м/сек и температуре -5°C ;

14-15 лет при безветренной погоде и температуре воздуха -15°C ; при скорости ветра до 5 м/сек. и температуре -12°C ; при скорости ветра 6-10 м/сек и температуре -8°C ;

16-17 лет при безветренной погоде и температуре воздуха -16°C ; при скорости ветра до 5 м/сек. и температуре -15°C ; при скорости ветра 6-10 м/сек и температуре -10°C .

Если скорость ветра более 10 м/сек. занятия физкультурой не проводятся на улице для всех категорий детей.