

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПРОГУЛКИ — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА!

* ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?	🕒 СКОЛЬКО ГУЛЯТЬ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>♥ Укрепляют здоровье</li> <li>🚶 Развивают физически</li> <li>😊 Улучшают настроение</li> <li>🧠 Развивают мышление</li> <li>🗣️ Развивают речь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🌸 Весна/лето: 2–3 часа</li> <li>❄️ Осень/зима: 1–2 часа</li> <li>📅 ЕЖЕДНЕВНО!</li> </ul>

👕 КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ПРОГУЛКУ
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Одевайте по погоде</li> <li>✓ Не перегревайте</li> <li>✓ Безопасные места</li> <li>✓ Больше движения</li> <li>✓ Общение и игры</li> </ul>

🎲 ИГРЫ	★ СОВЕТ ДЕФЕКТОЛОГА
<ul style="list-style-type: none"> <li>🌳 Что я вижу?</li> <li>🍂 Собери листочки</li> <li>🚗 Посчитай</li> <li>👣 Следопыт</li> <li>🚶 Подвижные игры</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❓ Что это?</li> <li>❓ Какого цвета?</li> <li>❓ Что делает?</li> <li>👉 Развитие речи, внимания, мышления</li> </ul>

💡 **ПОМНИТЕ:** прогулка — здоровье, развитие и радость ребенка!

