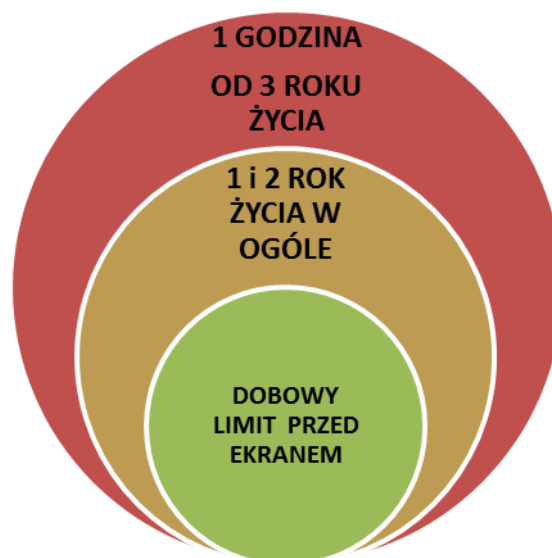


CZAS EKRAŃOWY I AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA MAŁEGO DZIECKA



**MAKSYMALNY CZAS UNIERUCHOMIENIA OD URODZENIA DO UKOŃCZENIA 5-ciu LAT
NIE MOŻE PRZEKRACZAĆ 1 GODZINY BEZ PRZERWY**

**WÓZEK
NOSIDEŁKO**

**CHUSTA
FOTELIK SAMOCH.**

**BUJACZEK
KRZESŁO**

PONIŻEJ 1. ROKU ŻYCIA

- CO NAJMNIEJ 30 MINUT W POZYCJI NA BRZUSZKU W CIĄGU DOBY
- JAK NAJWIĘCEJ SWOBODNEGO RUCHU NA TWARDYM PODŁOŻU

OD 1. DO UKOŃCZENIA 3. ROKU ŻYCIA

- AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA CO NAJMNIEJ 3 GODZINY W CIĄGU DOBY
- ZRÓŻNICOWANY POZIOM INTENSYWNOŚCI

OD 3. DO UKOŃCZENIA 5. ROKU ŻYCIA

- AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA CO NAJMNIEJ 3 GODZINY W CIĄGU DOBY
- AKTYWNOŚĆ WYSOKA I UMIARKOWANA CO NAJMNIEJ 1 GODZINA



