



## Винзилинский детский сад расширит программу закаливания детей в рамках проекта "Регион здоровья"

Первые итоги мероприятий по закаливанию детей подвели 14 марта в Винзилинском детском саду "Малышок" на родительском собрании с участием экспертов регионального проекта "Регион здоровья". Опираясь на положительный опыт, руководство дошкольного учреждения заявило о намерении расширить программу закаливания и внедрить новые методики.

На сегодняшний день в проекте участвует экспериментальная группа из 15 детей. С октября 2018 года ребята ежедневно укрепляли свое здоровье, строго следуя методологии комплексного закаливания.

Перед собранием воспитанники детского сада продемонстрировали, как проходит процедура закаливания с посещением quadro-сауны, которую помог приобрести для детского сада в рамках реализации проекта "Регион здоровья" депутат Тюменской областной думы Алексей Салмин.

Положительную динамику отмечают как сотрудники садика и родители, так и эксперты – медики и ученые. Как рассказала старший научный сотрудник ТюмНЦ СО РАН, кандидат биологических наук Татьяна Фишер, в экспериментальную группу "Здоровое поколение 4+" вошли дошколята, предварительно прошедшие строгий отбор по состоянию здоровья, а родители подписали согласие на участие их детей в программе.

За время участия в проекте ни один ребенок не болел гриппом, даже в период эпидемии, а время пребывания на больничном сократилось в два раза. Кроме того, заметно положительное влияние на психоэмоциональное состояние. Проводилось тестирование детей до процедуры закаливания и после. В результате отмечается повышение работоспособности и снижение уровня стресса.

По словам заведующей детским садом "Малышок" Елены Дреминой, закаливание помогает укрепить иммунитет, благодаря чему ресурсы организма направляются не на борьбу с окружающими угрозами, а на интеллектуальное и физическое развитие детей.

*"Регион здоровья" – тюменский областной проект, призванный повысить ресурсный потенциал и качество жизни населения Тюменской области, за счет приобщения к сохранению здоровья через рациональное использование природной силы холодной воды. В числе основных задач: воспитание культуры здоровья тюменцев с детского возраста, продление физического, психического и профессионального здоровья жителей региона, создание инновационной*

*системы спортивного зимнего плавания. Реализуется по пяти основным направлениям с использованием экспериментальных площадок. Руководитель проекта – Алексей Салмин.*