

● ГРАНТОВЫЙ КОНКУРС

Приучить ребенка к чтению



Проект «УмКА» МКУК «Кильмезская МБС» вошел в число победителей первого грантового конкурса Президентского фонда культурных инициатив.

Президентский фонд культурных инициатив был создан 17 мая 2021 года по инициативе главы государства Владимира Путина. На проекты в области культуры, искусства и творчества было выделено 3,5 миллиарда рублей. На конкурс было подано 12 460 заявок из 83 регионов на общую сумму свыше 84 миллиарда рублей. Как стало известно, по итогам конкурса 19 организаций Кировской области получили поддержку фонда и привлечены в регион 18 116 183 рублей. Как отметил генеральный директор фонда Роман Карманов: «Создание Президентского фонда культурных инициатив – ответ государства на запрос общества».

Важное дело – приучение ребенка к чтению. С первого знакомства с книгой перед юным читателем открывается потрясающий мир, который учит и развлекает, помогает и поддерживает. И важно не упустить момент, когда любопытство превращается в хорошую и нужную привычку.

Наша идея смогла победить в острой конкурентной борьбе – ведь конкурс на получение гранта оказался высоким: только одна из 8 проспективных команд, подавших заявку, получила поддержку. Всего пять муниципальных библиотек Киров-

● ЗДОРОВЬЕ



ской области стали победителями Грантового конкурса, среди них МКУК «Кильмезская межмуниципальная библиотечная система». Это, без всяких сомнений, повод для гордости. Сумма гранта составила 425 621 рублей.

Воцлощать в жизнь идеи проекта «УмКА» будет коллектив Детской библиотеки в тесном сотрудничестве с детскими садами поселка Кильмеза: «Колосок», «Солнечко», «Родничок». Срок реализации проекта составляет семь месяцев: с октября 2021 года по апрель 2022 г.

Проект будет продолжать свою деятельность и после завершения финансирования. Ежегодно, с октября по апрель, при детских садах будут действовать библиотечные уголки и пункты выдачи, а в детской библиотеке проводиться мероприятия, способствующие творческому развитию, эстетическому и духовно-нравственному, патриотическому воспитанию детей.

Л. КУЗНЕЦОВА,
директор
МКУК «Кильмезская МБС».

Вдыхаем медленно

Комплекс упражнений после перенесенной коронавирусной инфекции.

Упражнение 1. Диафрагмальное дыхание

Исходное положение: лежа на спине, правая ладонь на грудной клетке, левая на животе. Медленно и глубоко вдохнуть через нос. Живот на вдохе поднимается, верхняя часть грудной клетки остается неподвижной. Медленный выдох, подтянуть живот к позвоночнику.

Упражнение 2

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. На вдохе подняться на носки, на выдохе – вернуться в исходное положение.

Упражнение 3

Исходное положение: стоя, опираясь руками о спинку стула. На вдохе отвести ногу назад, на выдохе – вернуться в исходное положение.

Упражнение 4. Звуковая гимнастика

Исходное положение: сидя на стуле. Руки ладонями вниз на коленях. Вдох через нос. На выдохе произнести звук Р. Выдох через рот. Выдох длинней вдоха в 2 раза. Затем, так же на выдохе произнести звук М. Повторить по 2 раза каждый звук.

Упражнение 5

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки прямые. Круговые движения в плечевых суставах вперед, а затем в обратном направлении.

Упражнение 6

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки в стороны. На вдохе – поворот туловища влево, на выдохе – вернуться в исходное положение, на вдохе поворот туловища вправо, на выдохе – в исходное положение.

Упражнение 7. Грудное дыхание

Исходное положение: лежа на спине, правая ладонь на грудной клетке, левая на животе. Медленно и глубоко вдохнуть через нос. Живот на вдохе поднимается, грудная клетка расширяется. Медленный выдох, подтянуть живот к позвоночнику, грудная клетка движется вправо влево.

Упражнение 8

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. На вдохе – наклониться влево, на выдохе – вернуться в исходное положение, на вдохе – наклониться вправо, на выдохе – вернуться в исходное положение.

Упражнение 9

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки согнуты, ки-

сти на плечевых суставах. Круговые движения в плечах вперед и назад.

Упражнение 10. Глубокое полное дыхание

● РАССКАЗ



Всех жалко

У птиц и животных очень хорошая память. Особенно на добро. Голуби, синицы, воробы всегда помнят хорошее к ним отношение. Как и кошки, собаки. Они не сразу привыкают, вначале присматриваются, но когда в тебе уверят, то тебе много радости прибавится от их внимания.

Сделал кормушку в Никольском уже давно. Нынче еще одну прикрепил. В начале холода воробы и синицы не сразу летели к нему, когда я смешал корм, а ждали, когда отойду. Потом, увидев, что ничего им не сделаю, становились побочкой, а вскоре почти что на плечи садились.

Но вот какая история случилась. Вышел я с пакетом проса, а где мои подопечные? Сидят на ветках. А почему не летят на обед? Оглянулся и понял. У крыльца появился серо-рыжий ободраный худощавый кот. Конечно, птицы не меня, а его боялись.

– Не уходи, – сказал я коту. – Сейчас принесу и тебе.

И принес ему сырья. Но он отпрянул и скрылся. Ладно, подожду. Ушел в дом. Из окна поглядывала на кормушку и на сыр. Птицы летали к кормушке, но как-то очень боязливо. Клюнут и отскочат. Садятся торопливо на секунду-другую, оглядываются. Конечно, это не обед, одно название. Увидел и кота. Не смру он крался, к кормушке. Я выскочил на крыльцо, он тут же умчался. Но к вечеру сыр исчез. И просо в кормушке уменьшилось.

С котом, назвал его Рыжиком, я тоже подружился. Гладил его по голове, по короткой шерсти, уговаривал на воробьев не охотиться. Улучшал рацион его питания. Прибавлял белков и жиров. Кормушки поднял повыше.

Но нет, не выходило у меня их подружить. Я-то любил и кота, и птички, но они-то друг друга не любили. Получилось так, что мне надо было выбирать, кого я буду сдерживать: кота или пернатых. Высота кормушки не имела значения для Рыжего, его прыжки меня изумляли. Птицы успевали отскочить в воздух, но ведь до поры, до времени. А однажды вообще было громадное расстройство: на земле под кормушкой увидел воробынины перышки.

И что мне теперь было делать? Этот Рыжий никогда не нападался. Вот уже вроде насылся до отвала, вроде начинает сонно мигать зелеными глазами, а на воробьев и синицы все равно смотрят. И то сказать, к какому отряду животных он принадлежит? К семейству хищников. А все они: рыси, тигры, львы, пантеры, гепарды, ягуары, леопарды, – все они представители семейства кошачьих. Кошачьих. То есть кровожадных. И их не перевоспитать. И пословицу народную вспомнил: «Постриги кат Евстафий, похимился, а все про мышь думает». То есть, мне еще и мышь надо жалеть.

Хотя воробы и синицы, и голуби были мне любезнее всех: им принадлежит близкое небо. Пусть тогда летают за кормом. Например, в церковный двор. Рядом церковь, там старушка голубей кормит. Воробьев не отгоняет, они около голубей как цыплята с курочками. А какая им еда у меня: не время под страхом нападения хищника. Не всегда же я могу дежурить у кормушек. Хорошо, что хотя бы крыльев у Рыжего нет, не кинется в погоню по воздуху.

А вот что случилось сегодня. Сегодня мой хищник привел подругу. Я поглядел на нее, и у меня невольно вырвался возглас: «Беляночка». Ах, хороша! Рыжий извинялся передо мной, терся мордой о штаны, то есть уговаривал меня ее принять. А она скромно сидела у калитки. И видно, что не помочея, чистенькая такая. Вот что любовь делает: сблизил Рыжий несчастную кошечку, из дома сбежала. А дальше что? Еще и дети пойдут. А у меня весной мои любимые скворцы прилетят. Придется трястись, переживать за скворчат.

Всех жалко.

Комплекс упражнений подготовлен
ЛФК КОГБУЗ «Центр медицинской реабилитации».

В. КРУПИН.

Фото Валентины ЧИРГИНОЙ.