

Утверждаю  
Директор школы

Л.Ю.Мортова

Приказ № 174-ос от 01.09.2023 года

### **Календарно-тематическое**

внеурочных занятий, связанных с реализацией особых интеллектуальных и  
социокультурных потребностей обучающихся  
«Моё здоровье»

Класс 4

Учитель Константинова И.Д.

Количество часов: всего 34 часа; в неделю 1 час;

**Планирование разработано на основе** адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития ГБОУ СО «Санаторная школа - интернат г. Калининска», авторской программы внеурочной деятельности П.В. Степанова, С.В. Сизяева, Т.Н. Сафронова, ориентировано на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в рабочей программе воспитания ГБОУ СО «Санаторная школа-интернат г. Калининска»

| № п/п                                     | Наименование разделов, тем   | Планируемая дата проведения | Фактическая дата проведения | Форма проведения занятия          | ЦОР  |
|---|--|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--|
| <b>Введение «Вот мы и в школе» - 4 ч.</b> |  |                             |                             |                                   |  |
| 1   | «Здоровье и здоровый образ жизни».<br>Игра «Светофор здоровья».                                | 5.09                        |                             | Беседа. Игра                      | <a href="http://www.nachalka.com/igrovaja">http://www.nachalka.com/igrovaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 2   | Правила личной гигиены.<br>Творческое задание «Здоровье – это...»                              | 12.09                       |                             | Викторина.                        |  |
| 3   | Физическая активность и здоровье.<br>Подвижные игры на свежем воздухе.                         | 19.09                       |                             | Подвижные игры на свежем воздухе. |  |
| 4   | Как познать себя.<br>Игра «Твоё имя».  | 26.09                       |                             | Беседа. Игра.                     |  |
| <b>Питание и здоровье –5ч.</b>            |  |                             |                             |                                   |  |
| 5   | Питание необходимое условие для жизни человека.<br>Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». | 3.10                        |                             | Беседа. Игра.                     | <a href="http://www.nachalka.com/igrovaja">http://www.nachalka.com/igrovaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 6   | Здоровая пища для всей семьи.<br>Игра «Угадай сказку».   | 10.10                       |                             | Викторина. Игра.                  |  |
| 7   | Как питались в стародавние времена и питание   | 17.10                       |                             | Беседа. Игра.                     |  |

|   |   |       |  |   |  |
|---|---|-------|--|---|--|
|   | нашего времени.<br>Игра «Отгадай - ка».   |       |  |   |  |
| 8   | Секреты здорового питания.<br>Рацион питания.   | 24.10 |  | Беседа. Практическая работа.              |  |
| 9   | КВН «Богатырская силушка»   | 7.11  |  | КВН                                       |  |
| <b>Моё здоровье в моих руках- 7 часов</b> |   |       |  |   |  |
| 10  | Домашняя аптечка.<br>Игра «Светофор здоровья».  | 14.11 |  | Беседа. Практическая работа.              | <a href="http://www.nachalka.com/igro vaja">http://www.nachalka.com/igro vaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 11  | «Мы за здоровый образ жизни».<br>Конкурс рисунков.  | 21.11 |  | Беседа. Выставка рисунков.                | ( <a href="http://fcior.edu.ru/">http://fcior.edu.ru/</a> )  |
| 12  | Марафон «Сколько стоит твоё здоровье».  | 28.11 |  | Подвижные игры на свежем воздухе.         |  |
| 13  | «Береги зрение смолоду».<br>Игра «Полезно – вредно».<br>Правила бережного отношения к зрению. | 5.12  |  | Беседа. Игра.                             |  |
| 14  | Как избежать искривления позвоночника.<br>Игры на свежем воздухе.<br>«Мяч в воздухе» и др.    | 12.12 |  | Беседа. Подвижные игры на свежем воздухе. |  |
| 15  | Отдых для здоровья.<br>Спортивная викторина   | 19.12 |  | Викторина.                                |  |
| 16  | Умеем ли мы отвечать за своё здоровье.<br>Тест «Мое   | 26.12 |  | Тест.                                     | <a href="http://www.nachalka.com/igro vaja">http://www.nachalka.com/igro vaja</a><br><a href="http://www.art.septe">http://www.art.septe</a>             |

|  |  |       |  |  |  |
|--|--|-------|--|--|--|
|  | здоровье».   |       |  |  | mber.r   |
| <b>Я в школе и дома - 6 часов</b>        |  |       |  |  |  |
| 17                                       | «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим». Игра «Беседа по кругу».  | 9.01  |  | Беседа. Игра.                                    |  |
| 18                                       | «Класс не улица ребята И запомнить это надо!» Чтение и работа по содержанию рассказов М. Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой». | 16.01 |  | Презентация о правилах поведения в школе.        |  |
| 19                                       | Что такое дружба? Как дружить в школе? Игра «Кто больше знает?».   | 23.09 |  | Беседа. Игра.                                    |  |
| 20                                       | Мода и школьные будни. Игра «Давай поговорим».   | 30.01 |  | Беседа. Игра.                                    |  |
| 21                                       | Делу время , потехе час. Игра - викторина  | 6.02  |  | Игра - викторина                                 |  |
| 22                                       | Мальчишки и девчонки. Игра «Противоположности».  | 13.02 |  | Беседа. Игра.                                    |  |
| <b>Чтоб забыть про докторов - 4 часа</b> |  |       |  |  |  |
| 23                                       | Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься. Игра-викторина  | 20.02 |  | Игра-викторина. Подвижные игры на свежем воздухе | <a href="http://www.nachalka.com/igro vaja">http://www.nachalka.com/igro vaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 24                                       | <u>День здоровья</u> «За здоровый  | 27.02 |  | Подвижные игры на свежем воздухе                 |  |

|  |  |       |  |  |  |
|--|--|-------|--|--|--|
|  | образ жизни»   |       |  |  |  |
| 25   | «Разговор о правильном питании»<br>Вкусные и полезные вкусы.           | 5.03  |  | Беседа. Игра.                            |  |
| 26   | Чистота и здоровье.<br>Игра «Три движения».                            | 12.03 |  | Презентация.                             |  |
| <b>Я и моё ближайшее окружение - 4 часа</b>      |  |       |  |  |  |
| 27   | Размышление о жизненном опыте.   | 19.03 |  | Беседа. Игра.                            | <a href="http://www.nachalka.com/igrovaja">http://www.nachalka.com/igrovaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 28   | Вредные привычки и их профилактика.<br>Игра «Выбери правильный ответ». | 2.04  |  | Беседа. Игра.                            |  |
| 29   | Школа и моё настроение.<br>Упражнение «Азбука волшебных слов».         | 9.04  |  | Беседа. Игра.                            |  |
| 30   | В мире интересного.<br>Игра – викторина                                | 16.04 |  | Игра – викторина                         | <a href="http://www.nachalka.com/igrovaja">http://www.nachalka.com/igrovaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| <b>«Вот и стали мы на год взрослей» - 3 часа</b> |  |       |  |  |  |
| 31   | Я и опасность.<br>Игра «Светофор здоровья».<br>Игра «Мой горизонт».    | 23.04 |  | Презентация «Правила ДД»                 | <a href="http://www.nachalka.com/igrovaja">http://www.nachalka.com/igrovaja</a><br><a href="http://www.art.september.r">http://www.art.september.r</a> |
| 32   | КВН «Наше здоровье»  | 7.05  |  | КВН                                      | <a href="https://space4kids.ru/">https://space4kids.ru/</a>  |
| 33   | Будем здоровы.<br>Игра «Письма».                                       | 14.05 |  | Беседа. Подвижные игры на свежем воздухе |  |
| 34   | Итоговое занятие.<br>«Умеете ли вы вести здоровый                      | 21.05 |  | Беседа. Подвижные игры на свежем воздухе |  |

|  |               |  |  |  |  |
|--|---------------|--|--|--|--|
|  | образ жизни». |  |  |  |  |
|--|---------------|--|--|--|--|