

**Там, на неведомых  
дорожках...**

**(Что можно есть в  
походе)**

**Подготовила : Сулова Нелли  
Владиславовна,  
учитель начальных классов,  
МБОУ СШ №6 г.Липецка**


# Цели занятия:

- Сформировать представление детей о том, как вести себя во время похода, какие реквизиты должны быть с собой, что из продуктов можно употреблять в походных условиях.
- Акцентировать внимание детей на полноценной и вкусной пище, независимо от места ее приема.
- Показать влияние неправильного питания на здоровье.
- Сформировать осознанный подход к употреблению пищи в походных условиях.

# В день на человека должно приходиться:

- хлеба — 500 г или 250 г сухарей
- крупы — 200 г
- масла сливочного — 30—40 г
- масло растительное — 10 г
- мясные консервы — 125 г
- сахар — 150 г
- молоко сухое — 15 г
- сыр — 50 г
- леденцы — 10 г
- морковь, картофель — 100 г
- чай, соль, перец, лавровый лист, лук — всего 50 г



A vibrant, sunlit forest scene. The foreground is filled with lush green plants and small yellow flowers. The middle ground shows a dense stand of tall, thin trees with green foliage. The background is a thick canopy of trees, with some sunlight filtering through. The overall atmosphere is bright and natural.

**Здравствуй, лес, дремучий лес,  
Полный сказок и чудес!**



# 1. Правила поведения в лесу.

- **Не** уходите далеко от знакомых мест.
- **Не** оставляйте мусор в лесу.
- **Не** ломайте ветки и деревья.
- **Не** разорять птичьи гнезда и муравейники.
- **Не** разжигайте костры, берегите лес от пожара.







**малина**





**ЗЕМЛЯНИК**





**ШИПОВНИ**





**ежевик**





**СМОРОДИ**





**Черника**





**голубика**





**Морошка**





**брусника**





**КЛЮКВ**





**медуніц**





**ПОДРОЖНИК**





**МАТЬ-И-**





**липа**





**крапива**





**душица**



A close-up photograph of a flowering plant, likely a species of thyme or oregano. The image shows several upright stems with dense clusters of small, light purple flowers. The leaves are small, green, and appear to be opposite or whorled along the stems. The background is a soft-focus green, suggesting a natural outdoor setting.

**чабрец**





**дурман**





**ВОЛЧЬЕ ЛЫКО**






**ВОРОНИЙ**





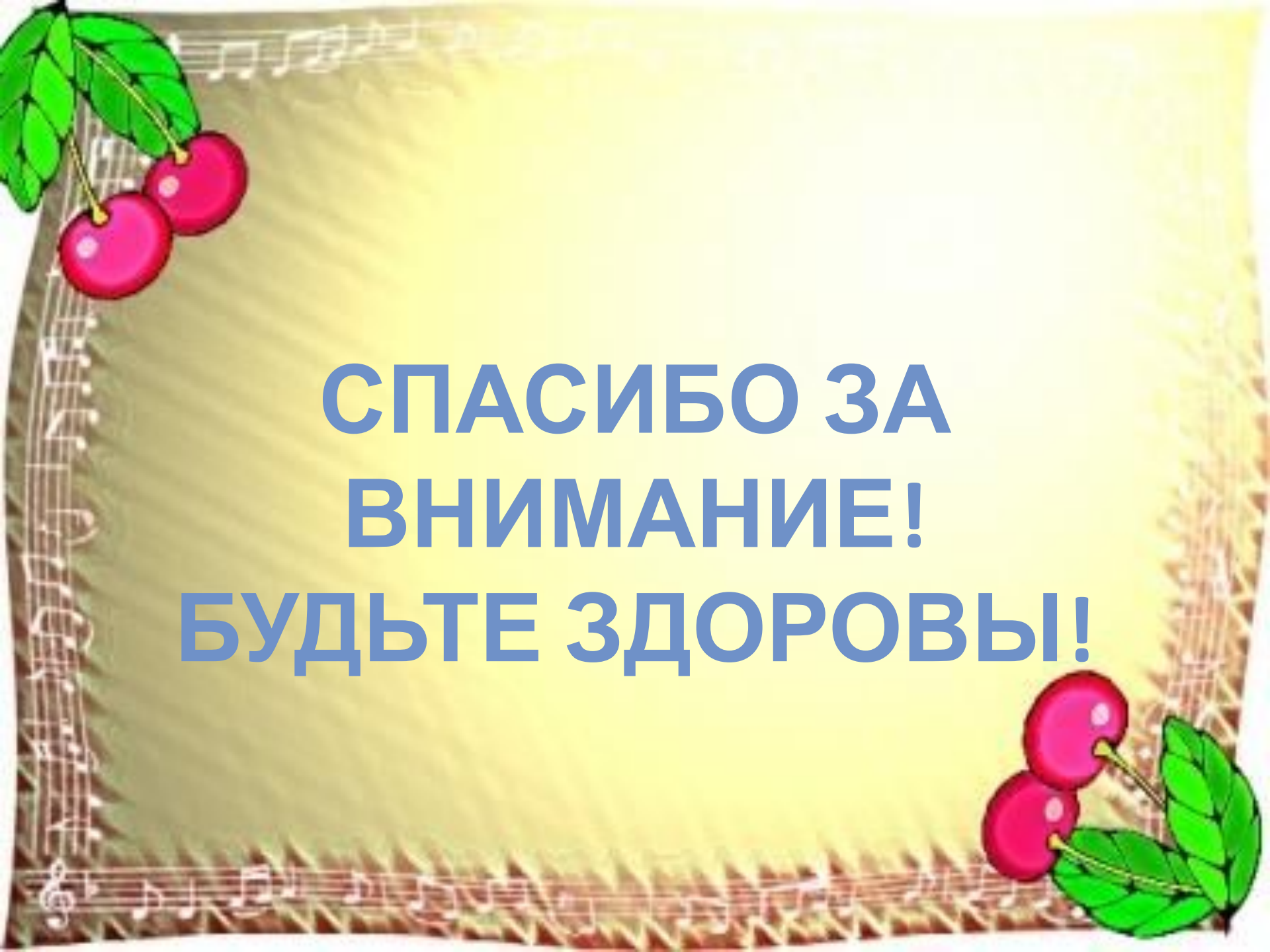
**белена**





*Любите родную природу:  
Озёра, леса и моря,  
Ведь это же наша с тобою  
Навеки родная земля.  
На ней мы с тобою родились,  
Живём мы с тобою на ней.  
Давайте же, люди, все вместе  
Мы к ней относиться добрей.*



The image features a decorative border with musical notes and cherries. The background is a light yellow-green gradient. The text is centered in a bold, blue, sans-serif font. The cherries are bright red with green leaves, and the musical notes are white on a brown staff.

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!  
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**