

UNIT 6. Are you a foodie? Еда, вкусы и английская лексика

Учимся говорить о еде по-английски:
просто, понятно и с интересом.

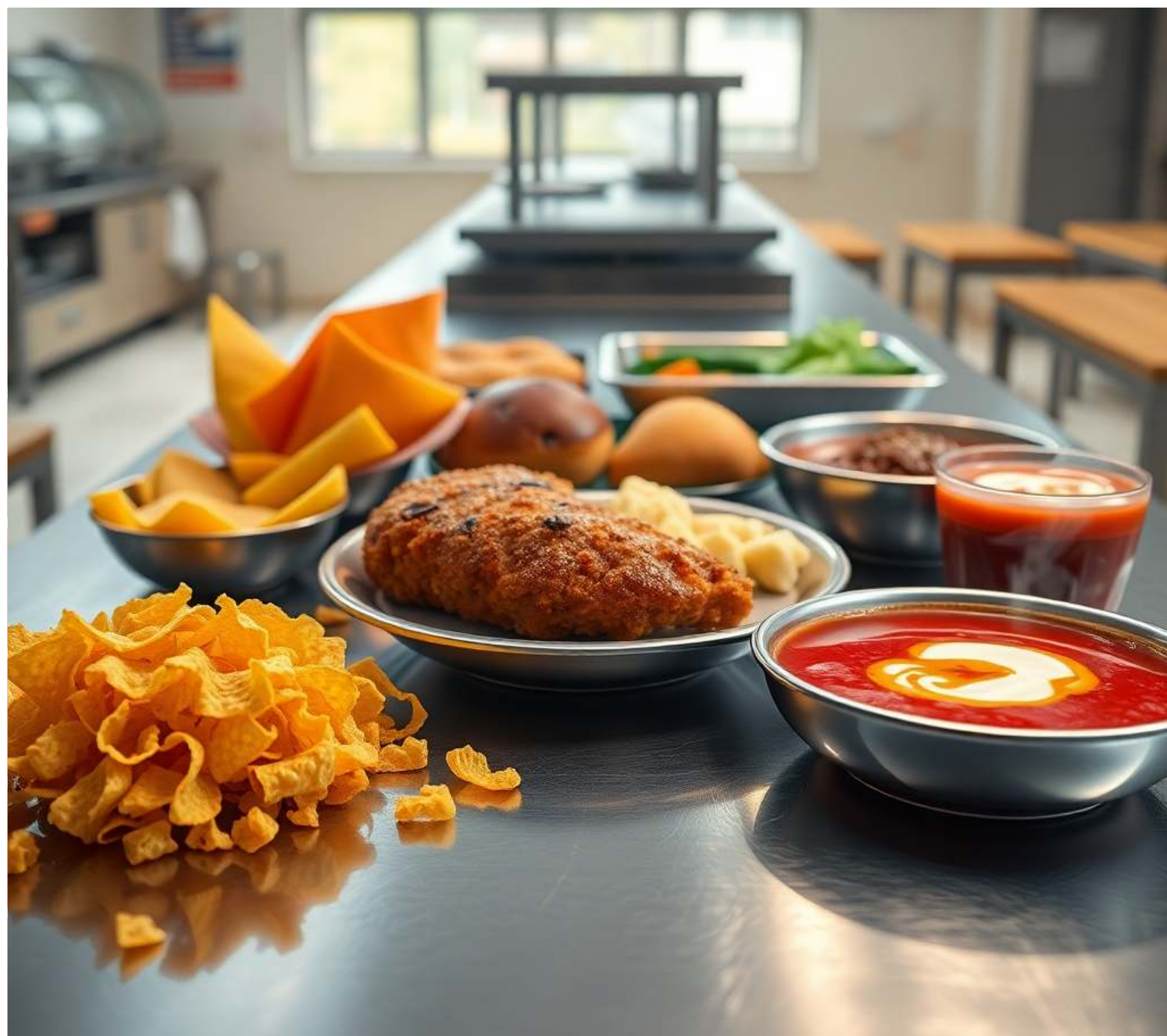


Food, foodie и язык повседневной еды

Слова food, meal и snack помогают говорить о еде в разных ситуациях. А foodie — это человек, который внимательно относится к вкусам, блюдам, ингредиентам и кухне. Эта лексика нужна в диалогах, меню, текстах и заданиях на описание картинок.



Любимая еда школьников: что влияет на выбор



Вкус важнее всего

Дети 11–13 лет чаще выбирают то, что кажется вкусным с первого взгляда. Сладкие, солёные и знакомые блюда вызывают доверие, потому что их вкус уже понятен и предсказуем.

Текстура и ощущение

Хрустящая еда нравится многим из-за интересной текстуры, а тёплые домашние блюда ассоциируются с комфортом. Именно ощущения во рту часто делают еду особенно привлекательной.

Семейные привычки

То, что готовят дома, сильно влияет на предпочтения ребёнка. Если определённые блюда часто появляются на столе, они становятся привычными и обычно вызывают меньше сомнений.

Реклама и окружение

На выбор еды также влияют реклама, школьные перекусы, праздники и блюда, которые ребёнок видит у друзей или во время поездок. Новизна нередко вызывает интерес.

Знакомое и новое

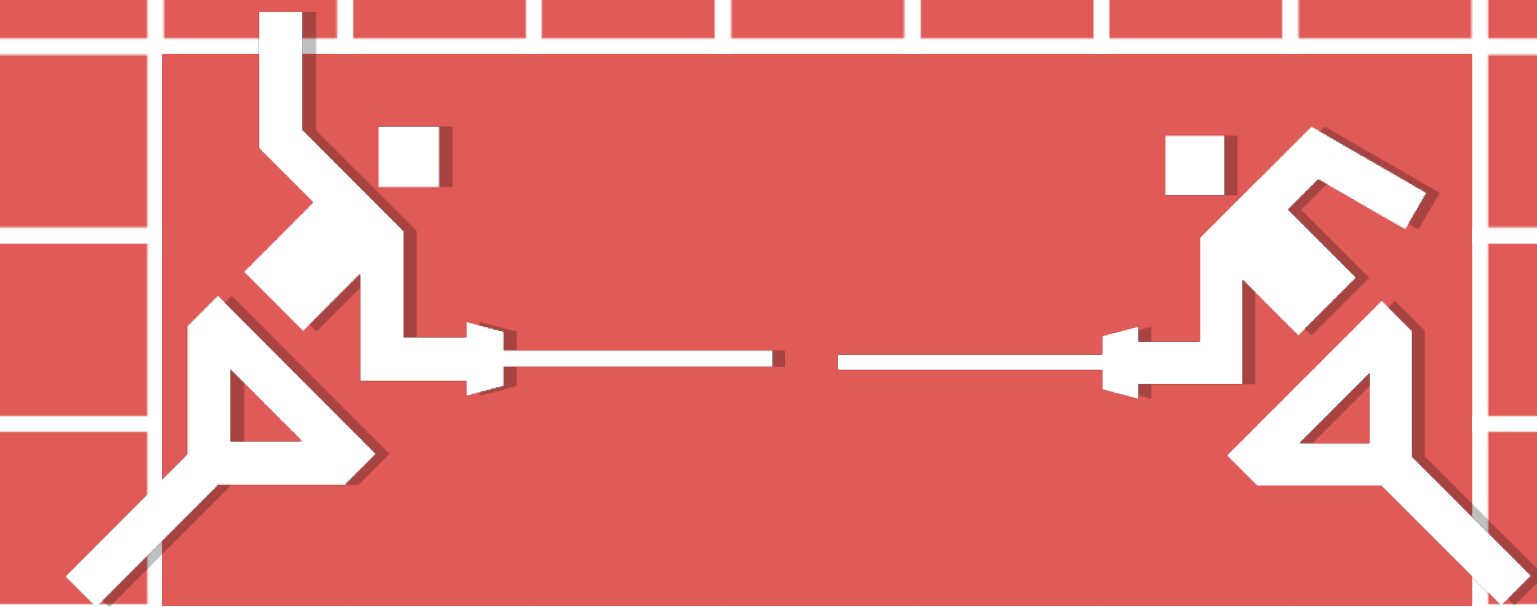
Многие школьники сначала выбирают знакомые продукты, а затем постепенно пробуют новое. Чем безопаснее и понятнее выглядит блюдо, тем легче решиться его попробовать.

Какие продукты чаще всего выбирают школьники

pizza
 burgers
 pasta
 fruit
 ice cream



Данные из условия задания (учебный опрос)



В ответах заметны и быстрые блюда, и более полезные варианты, поэтому вкус не всегда означает только сладкое.

Пицца лидирует, но фрукты тоже выбирают часто — значит, предпочтения школьников достаточно разнообразны.

Street food: еда на улице в разных странах

Тёплый перекус на улице

Во многих городах street food помогает быстро поесть без долгого ожидания. На шумной улице легко увидеть маленькие киоски, где готовят tacos, hot dog или crepe. Такая еда часто недорогая и связана с ритмом города.



Вкус, который рассказывает о стране

Уличная еда показывает местные привычки лучше любого учебника. Shawarma, samosa и другие популярные блюда часто готовят по знакомым для региона рецептам. Через такие вкусы можно узнать, что любят жители разных стран каждый день.



Простота и движение

Street food удобна для людей, которые спешат, гуляют или едут домой после школы и работы. Блюдо обычно готовят быстро, подают сразу и едят без долгой подготовки. Поэтому уличная еда стала частью городской жизни.



Как мы чувствуем вкус: taste, smell, texture, appearance



Taste

Taste помогает понять, какой у еды основной вкус: sweet, salty, sour, bitter или spicy. Именно он первым подсказывает, нравится ли блюдо и хочется ли попробовать ещё.



Smell

Smell влияет на аппетит ещё до первого укуса. Приятный запах делает блюдо более привлекательным, а резкий или неприятный запах может сразу изменить впечатление.



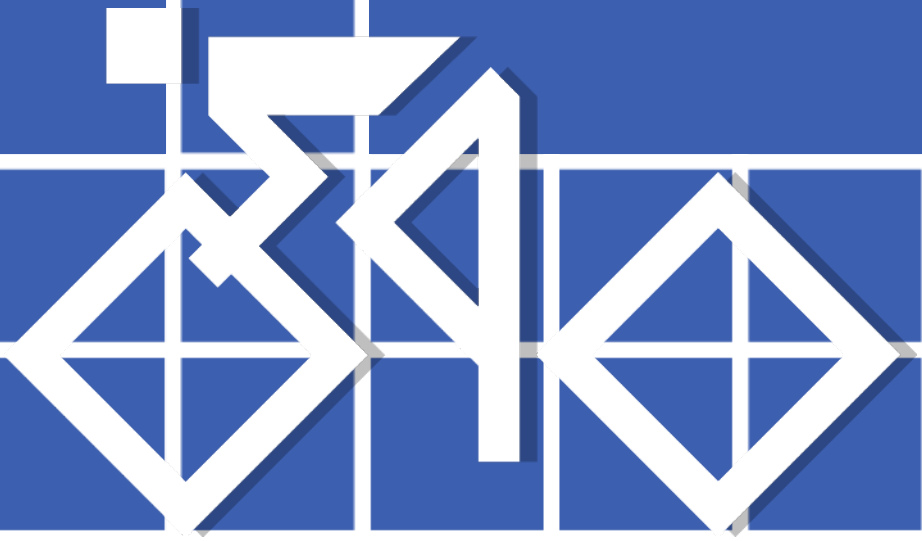
Texture

Texture описывает ощущения во рту: crunchy, soft, creamy или chewy. Одна и та же еда может казаться интересной именно благодаря необычной текстуре.



Appearance

Appearance включает цвет, форму и подачу блюда. Красивый вид часто создаёт первое впечатление и помогает решить, хочется ли попробовать еду.



Основная лексика по теме еды



Базовые слова темы food помогают описывать блюда, выбирать перекус и говорить о своих предпочтениях в простых фразах.

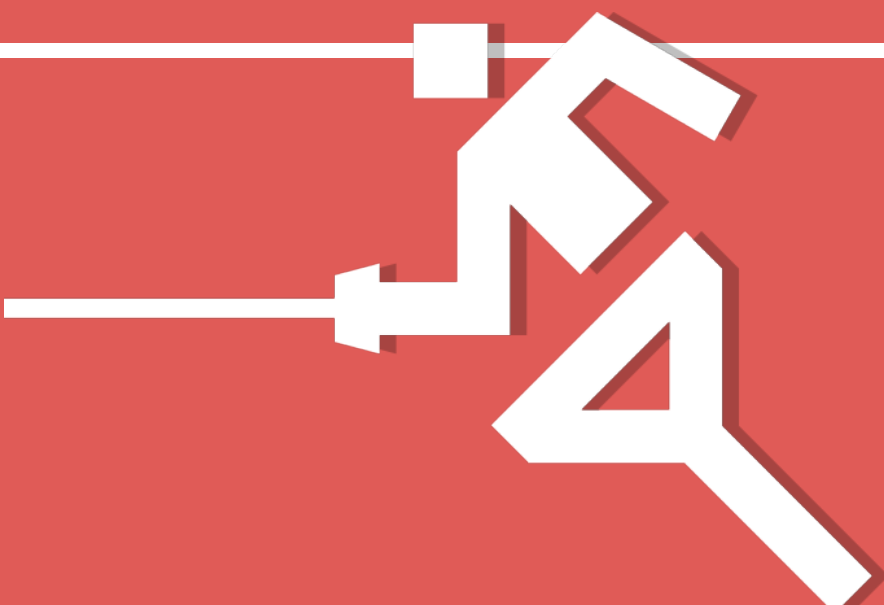
Эти слова нужны для простых ответов, описания еды и понимания школьных текстов на тему питания.

English word	Russian meaning	example
Food	еда	I like fruit.
Meal	приём пищи	This is my meal.
Snack	перекус	I want a snack.

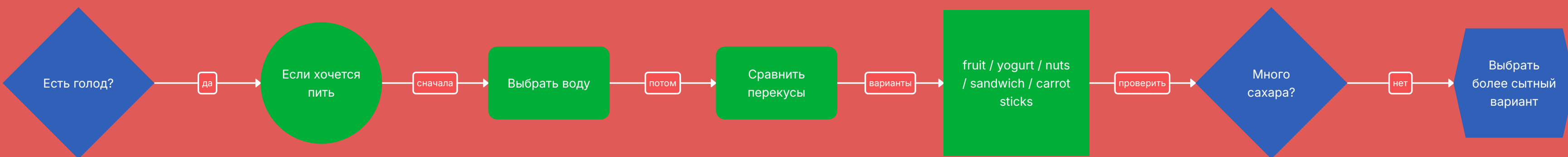
Слова и примеры из учебной темы UNIT 6

Как выбрать полезный перекус

Схема построена по шагам выбора еды для школы и прогулки.



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Полезная еда и энергия для учёбы

1

Энергия для дня

Полезная еда помогает сохранять силы на уроках, переменах и после школы. Она даёт организму не только энергию, но и вещества, которые нужны для роста и восстановления.

2

Фрукты и овощи

Фрукты и овощи помогают получать витамины, воду и клетчатку. Они поддерживают хорошее самочувствие и делают рацион более разнообразным и свежим.

3

Крупы и сытость

Крупы дают ощущение сытости надолго, поэтому помогают не отвлекаться на голод. Такие продукты удобно есть в обед или брать с собой в школьный день.

4

Молочные и белковые продукты

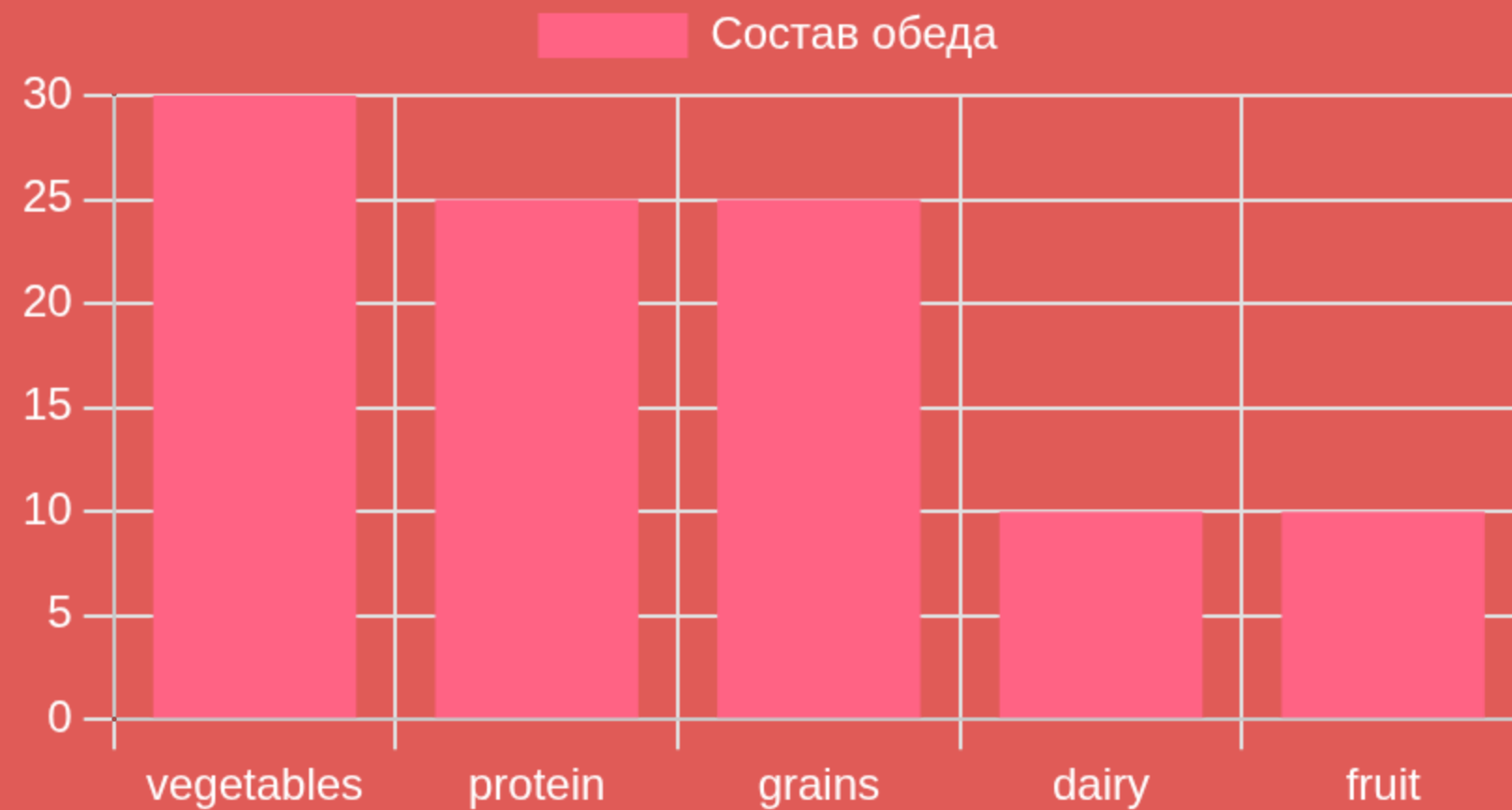
Молочные продукты поддерживают рост и развитие костей, а белковые блюда помогают организму восстанавливаться после активности. Они важны для растущего школьника.

5

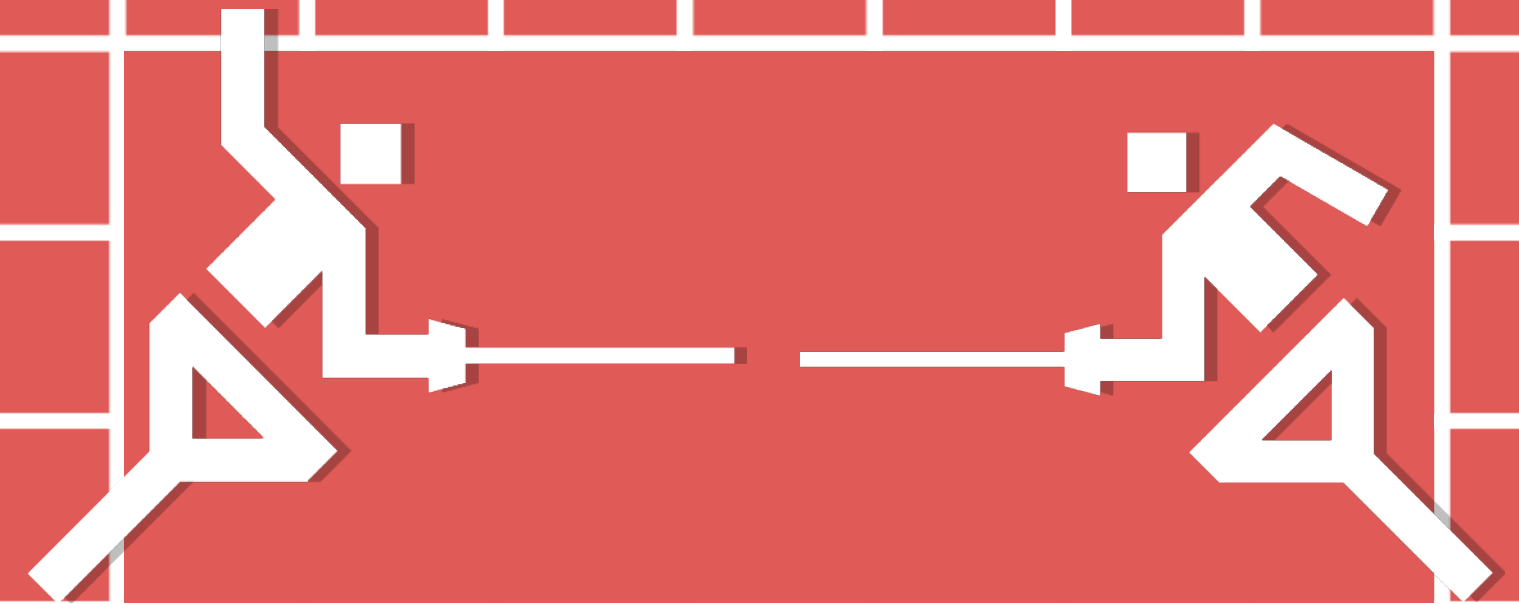
Сладкое и жирное

Слишком сладкая и жирная еда может быстро поднять энергию, но чувство сытости обычно проходит быстрее. Поэтому такие продукты лучше выбирать не каждый день.

Из чего состоит сбалансированный обед



Данные из условия задания (учебная схема питания)



Такой обед легче сделать вкусным, если сочетать продукты разной группы и не ограничиваться одним блюдом.

Овощи, белок и крупы составляют основу обеда, а фрукты и молочные продукты дополняют рацион.

Домашняя еда и семейные традиции



Обед, который объединяет
За общим столом еда становится частью разговора, а не только быстрым перекусом. У многих семей есть свои привычные блюда, которые готовят по выходным, на праздники или просто для уютного вечера дома. Такие блюда часто

запоминаются на всю жизнь.

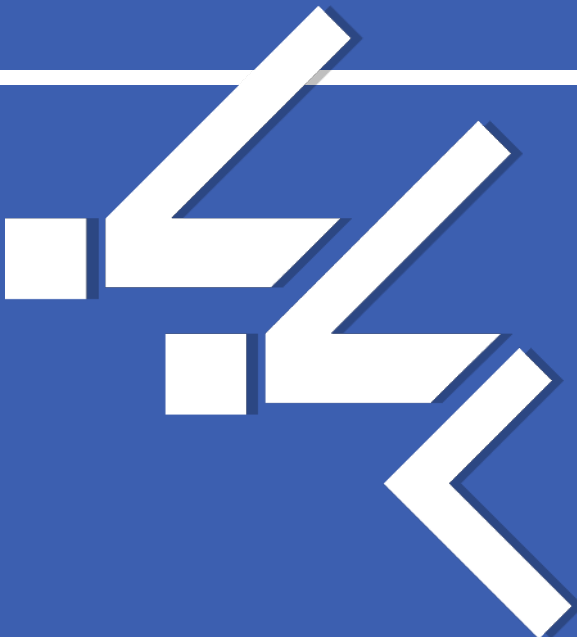
Рецепты из поколения в поколение

Некоторые домашние блюда передаются от бабушек и дедушек к детям. Рецепт может немного меняться, но смысл остаётся прежним: приготовить знакомую еду с заботой. Суп, каша, пельмени или борщ часто ассоциируются именно с семейными традициями.

Еда как воспоминание

Домашняя еда связана не только с сытостью, но и с настроением. Запах каши, супа или запеканки может напомнить о выходном дне, празднике или поездке к родственникам. Поэтому многие блюда становятся частью семейной истории.

Как описывать блюда на английском



Говорим о вкусе

Для описания еды удобно использовать слова delicious, tasty, sweet, salty, sour и spicy. Они помогают быстро сказать, нравится ли блюдо, и сделать ответ понятным даже в коротком диалоге на уроке.

Описываем ощущения

Слова crunchy, soft, hot и cold передают не только вкус, но и то, как еда ощущается во рту или какая она по температуре. Это делает описание точнее и естественнее.

Простые фразы о предпочтениях

Фразы I like apples и I don't like spicy food помогают говорить о своих привычках без сложных конструкций. Такие короткие ответы особенно полезны, когда нужно описать картинку или меню.

Что чувствует нос и рот

It smells good и It tastes sweet — это удобные модели для первых описаний блюда. Они помогают замечать не только вкус, но и запах, который часто влияет на впечатление от еды.

Свежесть и выбор

Слово fresh часто используют, когда говорят о бутербродах, овощах или салате. Оно помогает сравнивать блюда и выбирать более подходящую еду для школы, дома или прогулки.

Сравнение напитков: польза и содержание сахара



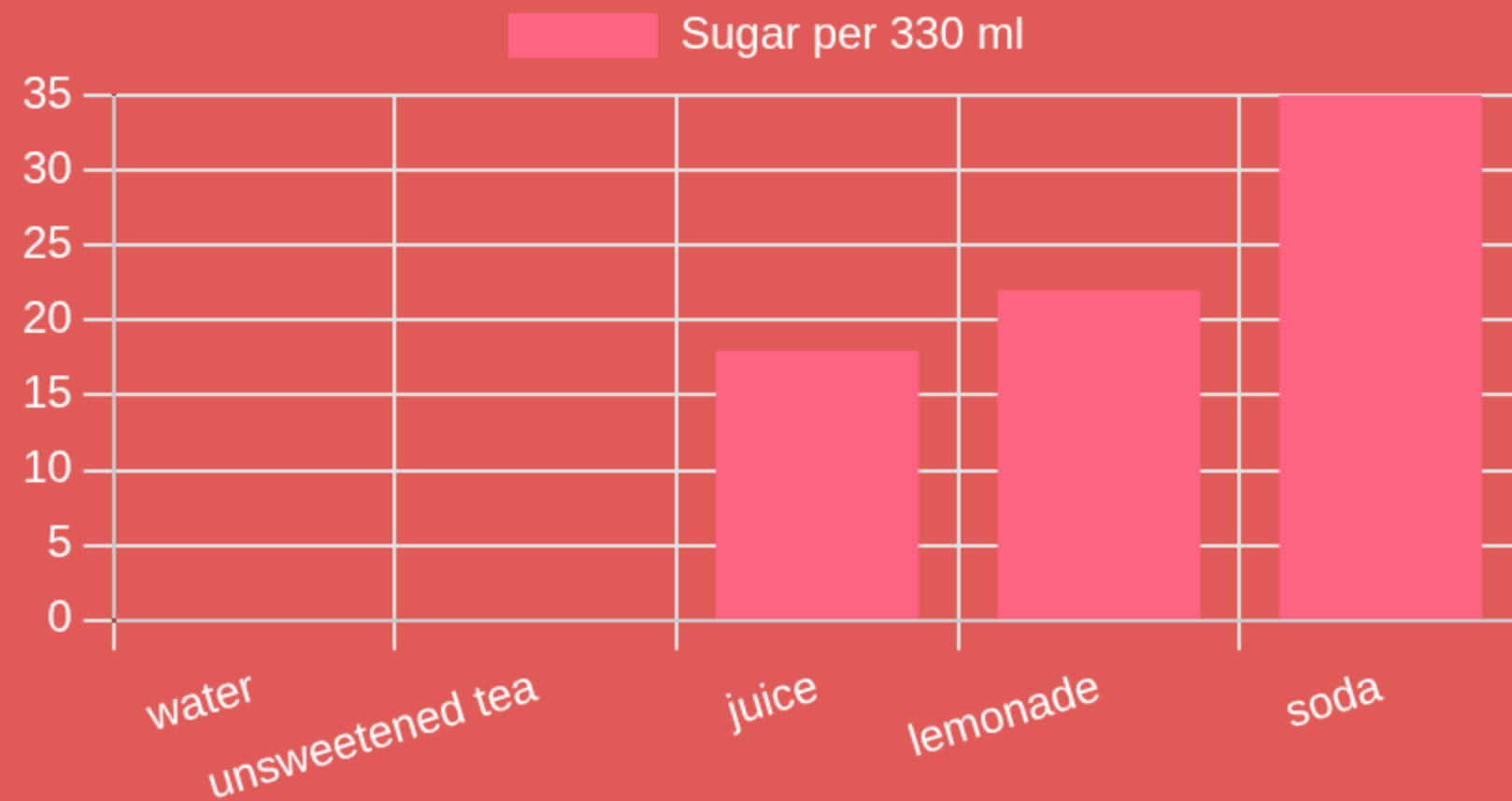
Напиток	Сахар	Польза	Как часто
Water	0 g	daily choice	every day
Unsweetened tea	0 g	без добавок	often
Milk	low sugar	protein, calcium	regularly
Juice	18 g/330 ml	лучше умеренно	sometimes
Soda	35 g/330 ml	много сахара	rarely

Таблица показывает, какие напитки лучше подходят для школьного дня и как на выбор влияет количество сахара.

Чем меньше сахара, тем полезнее напиток для ежедневного школьного рациона; воду и несладкий чай стоит выбирать чаще всего.

Учебная подборка по теме здорового питания; значения сахара для сока и газировки указаны на 330 мл.

Сколько сахара содержится в популярных напитках



Учебная схема на основе типичных значений сахара на 330 мл; округлённые данные для сравнения.

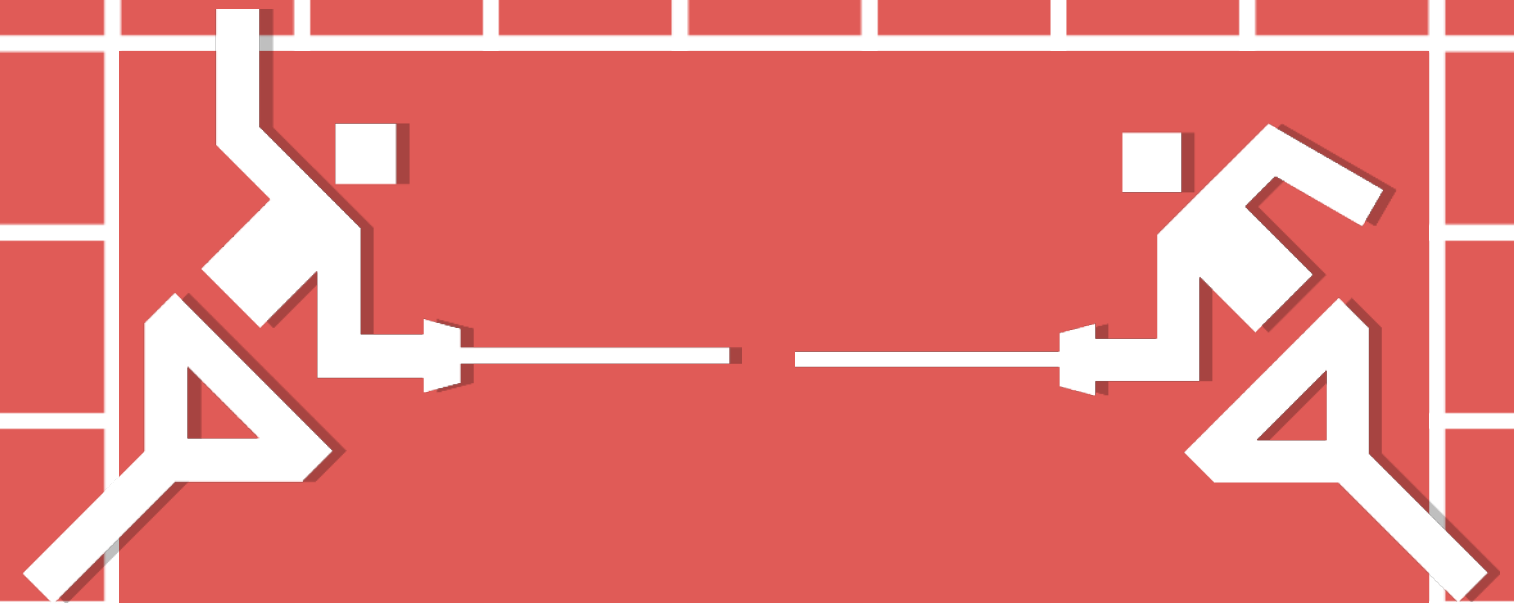
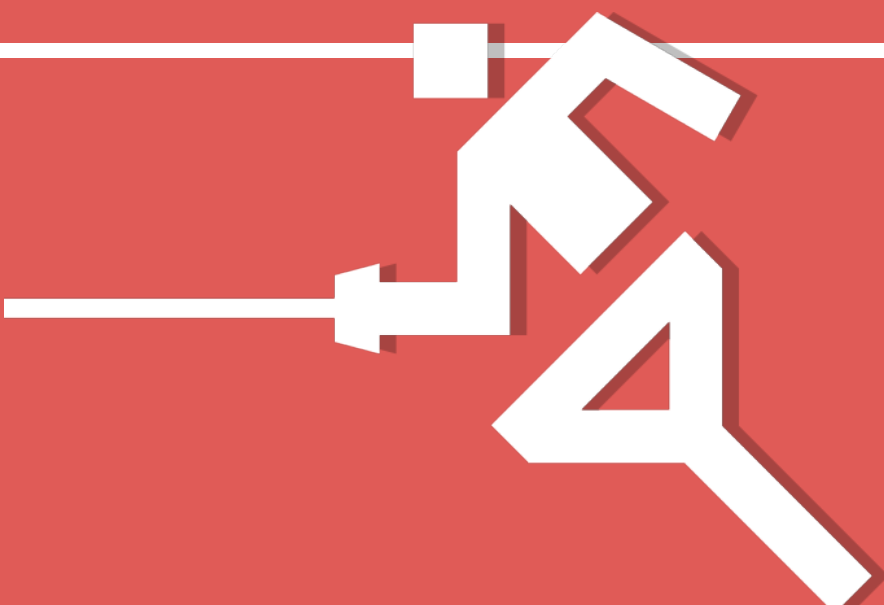


Диаграмма помогает быстро сравнить напитки, которые школьники встречают каждый день дома, в кафе и в магазине.

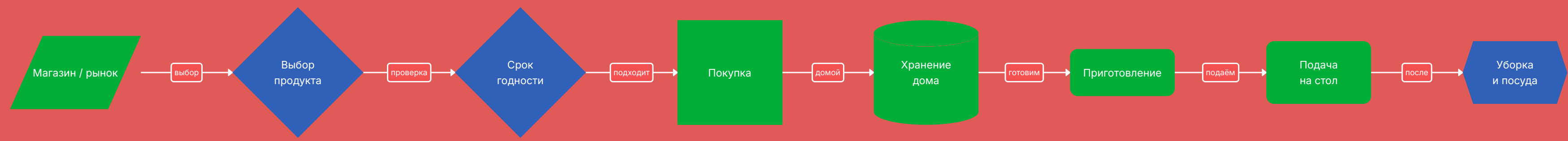
Сладкие напитки заметно опережают воду по содержанию сахара, поэтому их стоит пить реже и в меньших порциях.

Путь еды от магазина до тарелки

Последовательность показывает, как продукт проходит путь от выбора до сервировки и уборки.



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Безопасность еды и гигиена на кухне



Чистые руки

Перед едой руки нужно мыть с мылом, особенно после улицы, школы или игр. Это простое правило помогает уменьшить риск попадания микробов в пищу и делает приём еды безопаснее.



Мытьё овощей и фруктов

Овощи и фрукты нужно промывать водой, даже если они выглядят чистыми. На поверхности могут оставаться пыль и грязь, поэтому аккуратное мытьё важно перед приготовлением и едой.



Разделяй сырое и готовое

Сырые продукты не должны соприкасаться с готовой едой. Для них лучше использовать отдельные ножи и доски, чтобы снизить риск загрязнения и сохранить качество блюда.



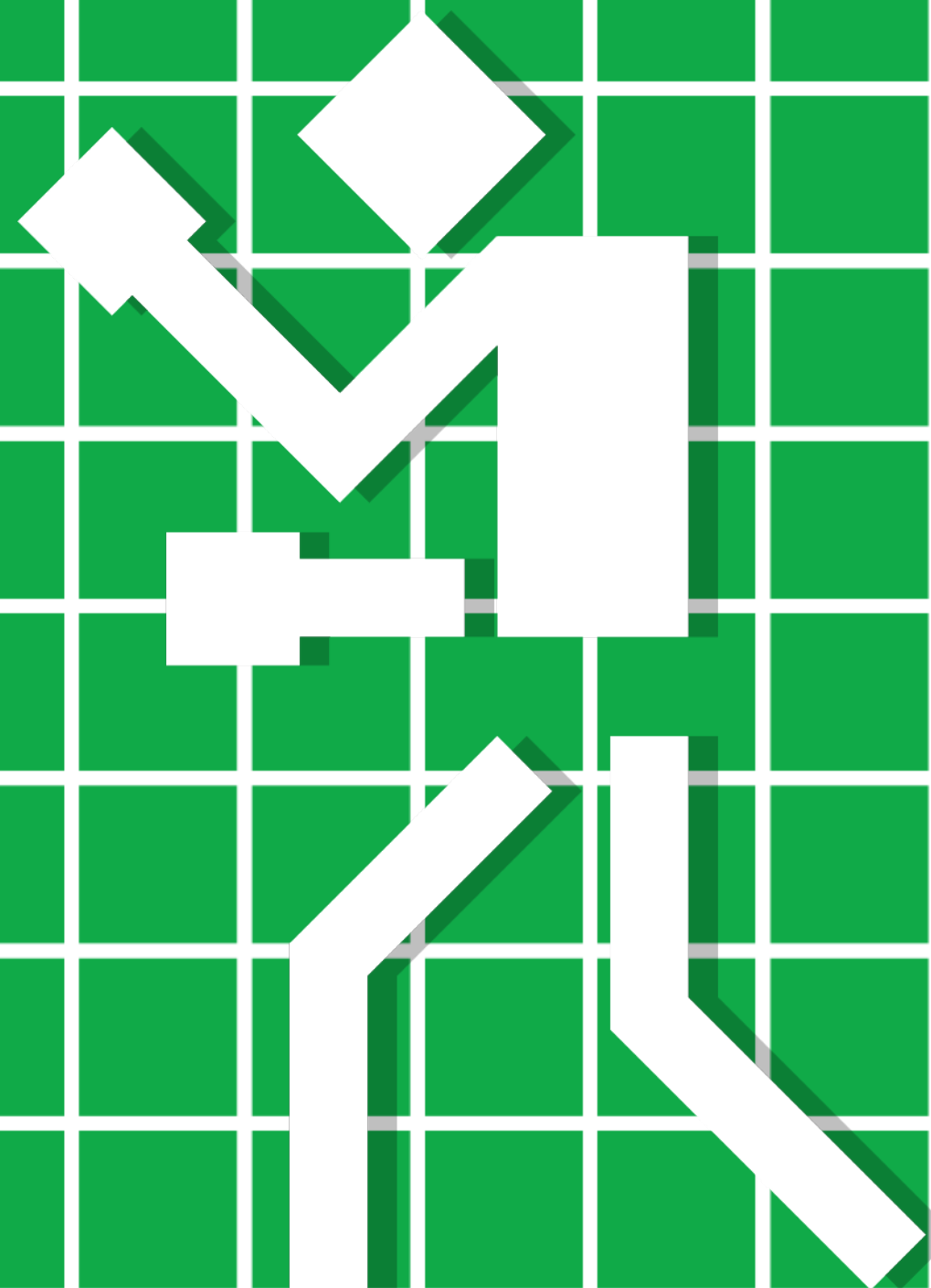
Холодильник и свежесть

Холодильник помогает дольше сохранять молоко, мясо, рыбу и готовые блюда. Для таких продуктов особенно важны правильная температура и срок годности, иначе они могут испортиться быстрее.



Просроченные продукты

Еду с истёкшим сроком годности лучше не использовать, даже если она выглядит нормально. Безопасность важнее экономии, потому что испорченные продукты могут быть вредны для здоровья.



Фуд-фото, блогеры и современные привычки



Еда в социальных сетях

Фотографии блюд стали привычной частью общения в интернете. Люди показывают домашнюю еду, кафе и праздничные столы, а красивые снимки часто вызывают интерес и желание попробовать блюдо.

Что замечают блогеры

Food bloggers обращают внимание на цвет, форму, оформление и название блюда. Для них важен не только вкус, но и то, как еда выглядит на фото и в коротком видео.

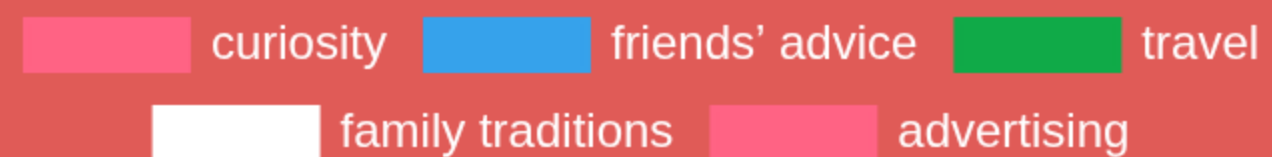
Рецепт как контент

Многие делятся не только снимками, но и простыми рецептами. Такой формат помогает узнавать новые блюда, сравнивать способы приготовления и учить полезную лексику по теме food.

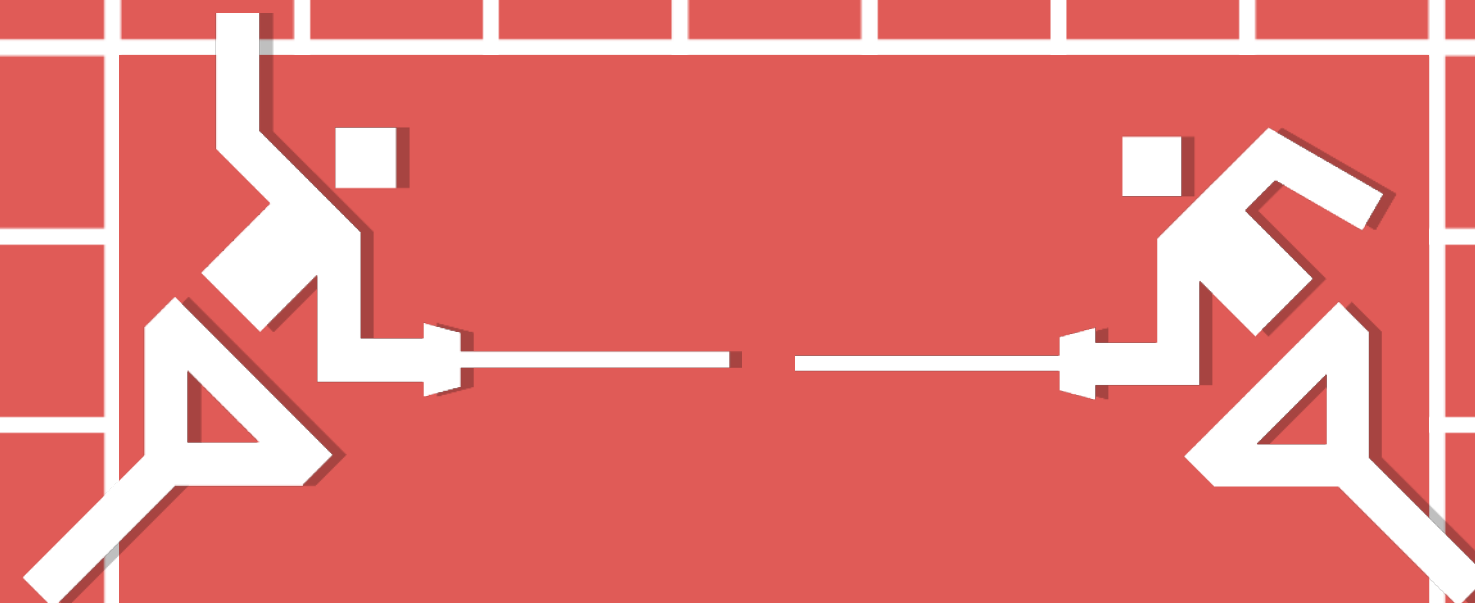
Еда как часть культуры

В интернете еда становится темой для общения, хобби и обсуждения традиций. Через фотографии и отзывы люди узнают о кухнях разных стран и о том, как едят в семье или в путешествии.

Почему люди пробуют новую еду



Учебная диаграмма по теме пищевых привычек; условные данные для сравнения причин.



Новые вкусы часто появляются случайно: в поездке, на празднике или после совета друга. Иногда достаточно увидеть блюдо в кафе или на фотографии. Любопытство и мнение друзей влияют сильнее всего, поэтому личный интерес и общение остаются главными мотивами для проб.

Foodie и современная культура питания																	
Рестораны и рынки Foodie интересуется не только известными блюдами, но и тем, где их готовят и продают. Рестораны и рынки помогают сравнивать вкусы, выбирать новые продукты и узнавать местные традиции.			Рецепты и идеи Кулинарные рецепты дают возможность попробовать новое блюдо дома. Для школьника это ещё и удобный способ учить английские названия продуктов, действий и простых описаний вкуса.			Шоу и видео Кулинарные шоу и короткие ролики показывают, как выглядит процесс приготовления. Они делают тему еды живой и понятной, потому что можно видеть ингредиенты, шаги и результат.			Фото и оформление Для foodie важны не только вкус, но и подача. Красивое фото блюда, удачное освещение и аккуратная сервировка помогают заметить детали, которые раньше могли остаться незамеченными.			Еда и мир Интерес к еде часто связан с языком, путешествиями и общением. Через блюда люди узнают о странах, привычках семей и образе жизни, поэтому еда становится способом понять мир шире.					

Что даёт UNIT 6

Этот юнит помогает говорить о еде по-английски: называть продукты, описывать вкус, сравнивать напитки и выбирать полезные привычки.
А foodie — это тот, кто замечает в еде больше, чем просто вкус.

