

A1.16.1 El día de Lucas

Il giorno di Lucas

<https://app.colanguage.com/it/spagnolo/dialoghi/el-dia-de-lucas>



1. Guarda il video e rispondi alle domande correlate.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=pBawcO4GZGg&start=15&end=122>

Levantarse temprano (*Alzarsi presto*)

La mañana (*La mattina*)

Posponer la alarma (*Rimandare la sveglia*)

Rutina (*Routine*)

Despertarse (*Svegliarsi*)

Hacer la cama (*Riordinare il letto*)

Desayuno saludable (*Colazione salutare*)

Zapatillas (*Scarpe da ginnastica*)

Luz (*Luce*)

Beber agua (*Bere acqua*)

Hidratarse (*Idratarsi*)

Cocina (*Cucina*)

1. ¿Cuál es la primera clave de la rutina de la mañana?
 - a. Levantarse temprano
 - b. Beber agua
 - c. Hacer la cama
 - d. Preparar el desayuno
2. ¿Qué es importante evitar para crear una rutina natural?
 - a. Cenar tarde
 - b. Ver la televisión
 - c. Posponer la alarma
 - d. Tomar café por la noche
3. ¿Qué hace la persona nada más levantarse?
 - a. Se ducha
 - b. Sale de casa
 - c. Mira el móvil
 - d. Bebe agua
4. ¿Por qué la persona hace la cama al levantarse?
 - a. Porque es parte de su trabajo
 - b. Para limpiar la habitación
 - c. Para no tener la tentación de volver a meterse en la cama
 - d. Porque viene una visita

1-a 2-c 3-d 4-c

2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

Rutina en el trabajo nuevo

Routine al nuovo lavoro

Lucas: Hola, Sara, ¿cómo estás? ¿Te estás adaptando bien al trabajo? (*Ciao, Sara, come stai? Ti stai ambientando bene al lavoro?*)

Sara: Hola, Lucas, poco a poco. Todavía me siento un poco perdida. (*Ciao, Lucas, piano piano. Mi sento ancora un po' persa.*)

Lucas: Es normal cuando empiezas un trabajo nuevo. Necesitas una buena rutina. (*È normale quando inizi un lavoro nuovo. Ti serve una buona routine.*)

Sara: Sí, me cuesta organizarme. ¿Cómo lo haces tú cada día?	<i>(Sì, fatico a organizzarmi. Come fai tu ogni giorno?)</i>
Lucas: Yo me levanto a las seis para tener tiempo de prepararme bien. Me ducho, me visto y desayuno una tostada y un café.	<i>(Mi alzo alle sei per avere il tempo di prepararmi con calma. Faccio la doccia, mi vesto e faccio colazione con una fetta di pane tostato e un caffè.)</i>
Sara: ¡Uf, madre mía! Yo no puedo despertarme tan temprano y casi nunca desayuno.	<i>(Uffa, mamma mia! Io non riesco a svegliarmi così presto e quasi mai faccio colazione.)</i>
Lucas: El desayuno es muy importante porque te da energía para todo el día, especialmente si trabajamos de nueve a cinco.	<i>(La colazione è molto importante perché ti dà energia per tutta la giornata, soprattutto se lavoriamo dalle nove alle cinque.)</i>
Sara: Ya, es verdad. ¿Qué haces después del trabajo entonces?	<i>(Già, è vero. E cosa fai dopo il lavoro?)</i>
Lucas: Descanso, ceno con mi familia a las nueve, me pongo cómodo, veo la tele y a las once me acuesto.	<i>(Mi riposo, ceno con la mia famiglia alle nove, mi metto comodo, guardo la televisione e verso le undici vado a letto.)</i>

1. ¿Cómo se siente Sara en su trabajo nuevo?
 - a. Muy enfadada con sus compañeros.
 - b. Un poco perdida, todavía se está adaptando.
 - c. Muy segura, todo es fácil para ella.
 - d. Aburrida porque no tiene nada que hacer.
2. ¿A qué hora se levanta Lucas normalmente?
 - a. A las cinco de la mañana.
 - b. A las nueve de la mañana.
 - c. A las once de la noche.
 - d. A las seis de la mañana.

1-b 2-d