

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	(<i>Alzarsi presto</i>)	Desayuno saludable	(<i>Colazione salutare</i>)
La mañana	(<i>La mattina</i>)	Zapatillas	(<i>Scarpe da ginnastica</i>)
Posponer la alarma	(<i>Rimandare la sveglia</i>)	Luz	(<i>Luce</i>)
Rutina	(<i>Routine</i>)	Beber agua	(<i>Bere acqua</i>)
Despertarse	(<i>Svegliarsi</i>)	Hidratarse	(<i>Idratarsi</i>)
Hacer la cama	(<i>Riordinare il letto</i>)	Cocina	(<i>Cucina</i>)

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
 - d. Porque viene una visita

China can

3. Leggi il dialogo e rispondi alle domande

Putina en el trabajo nuevo

Rutina en el trabajo

Lucas: Hola, Sara, ¿cómo estás? ¿Te estás adaptando bien al trabajo?

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

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

Sara: Sí, me cuesta organizarme. ¿Cómo lo haces tú cada día?	(<i>Si, 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, cenó 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