

A1.16.1 El día de Lucas

Dzień Lucasa



1. ¿Por qué es importante no posponer la alarma?
 - a. Para hacer la cama más rápido
 - b. Para dormir más horas cada día
 - c. Para crear una rutina natural
 - d. Para preparar la cena temprano
2. ¿Qué hace la persona para levantarse mejor?
 - a. Se ducha antes de levantarse
 - b. Abre la ventana y sale al balcón
 - c. Deja las zapatillas cerca de la cama
 - d. Pone el móvil debajo de la almohada

1-c 2-c

2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Lucas tiene una rutina diaria sencilla: trabaja de día, descansa por la tarde y cena con su familia.

Lucas ma prostą codzienną rutynę: pracuje w ciągu dnia, odpoczywa po południu i je kolację z rodziną.

- Lucas:** Hola, Sara. ¿Cómo estás? ¿Te estás adaptando bien al trabajo? *(Cześć, Sara. Jak się masz? Dobrze odnajdujesz się w pracy?)*
- Sara:** Hola, Lucas. Poco a poco. Todavía me siento un poco perdida. *(Cześć, Lucas. Powoli. Wciąż czuję się trochę zagubiona.)*
- Lucas:** Es normal al empezar un trabajo nuevo. Necesitas una buena rutina. *(To normalne na początku nowej pracy. Potrzebujesz dobrej rutyny.)*
- Sara:** Sí, me cuesta organizarme. ¿Cómo lo haces tú cada día? *(Tak, trudno mi się zorganizować. Jak ty robisz to każdego dnia?)*
- Lucas:** Yo me levanto a las seis para tener tiempo de prepararme. Me ducho, me visto y desayuno una tostada y café. *(Wstaję o szóstej, żeby mieć czas się przygotować. Biorę prysznic, ubieram się i na śniadanie jem tost i piję kawę.)*
- Sara:** ¡Uff! Yo no puedo despertarme tan temprano y casi nunca desayuno. *(Uff! Nie potrafię wstawać tak wcześnie i prawie nigdy nie jem śniadania.)*
- Lucas:** El desayuno es muy importante porque te da energía para todo el día, especialmente si trabajamos de nueve a cinco. *(Śniadanie jest bardzo ważne, bo daje energię na cały dzień, zwłaszcza jeśli pracujemy od dziewiątej do piątej.)*
- Sara:** Sí, es verdad. ¿Qué haces después del trabajo? *(Tak, to prawda. Co robisz po pracy?)*
- Lucas:** Descanso. Ceno con mi familia a las nueve, me pongo cómodo, veo la tele y a las once me acuesto. *(Odpoczywam. Jem kolację z rodziną o dziewiątej, relaksuję się, oglądam telewizję i o jedenastej kładę się spać.)*

1. ¿A qué hora se levanta Lucas? *(O której godzinie wstaje Lucas?)*
 - a. A las once
 - b. A las ocho
 - c. A las nueve
 - d. A las seis

2. ¿Qué hace Lucas después del trabajo? *(Co robi Lucas po pracy?)*

a. Se ducha y se viste para ir al trabajo

b. Casi nunca desayuna

c. Se acuesta a las nueve

d. Descansa y luego cena con su familia

1-d 2-d