

A1.16.1 El día de Lucas

Dzień Lucasa

<https://app.colanguage.com/pl/hiszpanski/dialogi/el-dia-de-lucas>



1. Obejrzyj video i odpowiedz na powiązane pytania.

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

Levantarse temprano	<i>(Wstawać wcześniej)</i>	Desayuno saludable	<i>(Zdrowe śniadanie)</i>
La mañana	<i>(Ranek)</i>	Zapatillas	<i>(Kapcie)</i>
Posponer la alarma	<i>(Odkładanie budzika)</i>	Luz	<i>(Światło)</i>
Rutina	<i>(Rutyna)</i>	Beber agua	<i>(Pić wodę)</i>
Despertarse	<i>(Budzić się)</i>	Hidratarse	<i>(Nawadniać się)</i>
Hacer la cama	<i>(Ścielić łóżko)</i>	Cocina	<i>(Kuchnia)</i>

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

1-b 2-a 3-b 4-a

2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Rutina en el trabajo nuevo

Rutyna w nowej pracy

Lucas: Hola, Sara, ¿cómo estás? ¿Te estás adaptando bien al trabajo?	<i>(Cześć, Sara, jak się masz? Czy dobrze przystosowujesz się do pracy?)</i>
Sara: Hola, Lucas, poco a poco. Todavía me siento un poco perdida.	<i>(Cześć, Lucas, powoli. Nadal czuję się trochę zagubiona.)</i>
Lucas: Es normal cuando empiezas un trabajo nuevo. Necesitas una buena rutina.	<i>(To normalne, kiedy zaczynasz nową pracę. Potrzebujesz dobrej rutyny.)</i>

- Sara:** Sí, me cuesta organizarme. ¿Cómo lo haces tú cada día? *(Tak, trudno mi się zorganizować. Jak ty to robisz każdego dnia?)*
- Lucas:** Yo me levanto a las seis para tener tiempo de prepararme bien. Me ducho, me visto y desayuno una tostada y un café. *(Wstaję o szóstej, żeby mieć czas dobrze się przygotować. Biorę prysznic, ubieram się i jem tosta oraz piję kawę.)*
- Sara:** ¡Uf, madre mía! Yo no puedo despertarme tan temprano y casi nunca desayuno. *(Ojej, 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 gdy pracujemy od dziewiątej do piętnastej.)*
- Sara:** Ya, es verdad. ¿Qué haces después del trabajo entonces? *(Tak, to prawda. Co robisz potem 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. ¿Cómo se siente Sara en su trabajo nuevo?
 - a. Muy segura, todo es fácil para ella.
 - b. Un poco perdida, todavía se está adaptando.
 - c. Muy enfadada con sus compañeros.
 - d. Aburrida porque no tiene nada que hacer.
2. ¿A qué hora se levanta Lucas normalmente?
 - a. A las once de la noche.
 - b. A las nueve de la mañana.
 - c. A las cinco de la mañana.
 - d. A las seis de la mañana.

1-b 2-d