

Cuento: Hábitos del deporte

Opowiadanie: Nawyki sportowe

» <https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/habitos-del-deporte>

La historia de Laura, una atleta disciplinada que tiene buenos hábitos deportivos.

Cada día, Laura **practica** sus hábitos para ser una buena atleta.

Si tiene que levantarse temprano, lo hace con **disciplina**.

Cuando corre, es constante y **ambiciosa**, aunque sienta cansancio.

Es **paciente** y practica cada movimiento hasta lograr hacerlo de forma perfecta.

Laura sabe si **tiene carácter**, haría mejor sus entrenamientos.

También, siempre tiene buen **sentido del humor** cuando los entrenamientos son difíciles.

Si sigue sus **hábitos**, cada día es una oportunidad para ser mejor.

Al final del día, se siente feliz de **ser buena persona** y de seguir sus pasos para lograr sus objetivos.

Laura sabe que, si queda ambiciosa, **lograría** sus objetivos.

Así, quiere quedar **constante** para construir su futuro como atleta.

Historia o Laurze, zdyscyplinowanej atletce, która ma dobre nawyki sportowe.

*Każdego dnia Laura **praktykuje** swoje nawyki, aby być dobrą lekkoatletką.*

*Jeśli musi wstać wcześniej, robi to z **dyscypliną**.*

*Kiedy biegnie, jest wytrwała i **ambitna**, mimo że czuje zmęczenie.*

*Jest **cierpliwa** i ćwiczy każdy ruch, aż uda jej się go wykonać perfekcyjnie.*

*Laura wie, że jeśli **ma charakter**, lepiej by trenowała.*

*Także zawsze ma dobre **poczucie humoru**, gdy treningi są trudne.*

*Jeśli ona przestrzega swoich **nawyków**, każdy dzień jest okazją, by być lepszą.*

*Pod koniec dnia czuje się szczęśliwa z **bycia dobrą osobą** i z tego, że podąża za swoimi krokami, aby osiągnąć swoje cele.*

*Laura wie, że jeśli pozostanie ambitna, **osiągnęłaby** swoje cele.*

*Tak, ona chce pozostać **stała**, aby budować swoją przyszłość jako atletka.*

Hábitos del deporte

Nawyki sportowe

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/habitos-del-deporte>



Ejercicio 1:

Preguntas de debate

Instrucción: Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué hace Laura cada día para ser una buena atleta?
2. ¿Por qué Laura se siente feliz al final del día?
3. ¿Cuál es el objetivo de Laura al seguir sus buenos hábitos?
4. ¿Crees que eres una persona disciplinada? ¿Por qué?
5. ¿Qué hábitos piensas son importantes para lograr tus objetivos en el deporte o en el trabajo?

Hábitos del deporte

Nawyki sportowe

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/habitos-del-deporte>



Ejercicio 2:

Instrucción: Wstaw poprawne słowo.

practica, tiene carácter, disciplina, constante, hábitos, sentido del humor

1. Si tiene que levantarse temprano, lo hace con
2. Cada día, Laura sus hábitos para ser una buena atleta.
3. Laura sabe si, haría mejor sus entrenamientos.
4. Si sigue sus, cada día es una oportunidad para ser mejor.
5. También, siempre tiene buen cuando los entrenamientos son difíciles.
6. Así, quiere quedar para construir su futuro como atleta.

Rozwiązania:

1. disciplina 2. practica 3. tiene carácter 4. hábitos 5. sentido del humor 6. constante