



A1.16 Dagelijkse routines

- Opowiedz o swojej codziennej rutynie.
- Porozmawiaj o nawykach.

Dagelijks	<i>(Codziennie)</i>	Kammen	<i>(Czesać się)</i>
Opstaan	<i>(Wstawać)</i>	Zich aankleden	<i>(Ubierać się)</i>
Wakker worden	<i>(Budzić się)</i>	Ontbijten	<i>(Jeść śniadanie)</i>
Slapen	<i>(Spać)</i>	Werken	<i>(Pracować)</i>
Douchen	<i>(Brać prysznic)</i>	Beginnen	<i>(Zaczynać)</i>
Zich wassen	<i>(Myć się)</i>	Doen	<i>(Robić)</i>
Zich scheren	<i>(Golić się)</i>		

1. Dialog: Twee vrienden praten over Linda en haar ochtendroutine

- Liam:** Heb je het gehoord van Linda? Zij staat om vier uur op!
(Słyszałaś o Lindzie? Ona wstaje o czwartej!)
- Emma:** Ja joh! Dat kan ik echt niet. Ik slaap tot acht uur.
(No jasne! Ja naprawdę nie mogę. Śpię do ósmej.)
- Liam:** Ik sta om negen uur op. Ik scheer me en ontbijt daarna.
(Ja wstaje o dziewiątej. Gole się i potem jem śniadanie.)
- Emma:** Ik ook! Ik ontbijt altijd en drink er ook een kop koffie bij.
(Ja też! Zawsze jem śniadanie i do tego piję też filiżankę kawy.)
- Liam:** Scheer jij je ook?
(Ty też się golisz?)
- Emma:** Nee, grapjas. Ik was me, doe mascara op en zet de koffie klaar.
(Nie, żartownisiu. Myję się, nakładam tusz do rzęs i przygotowuję kawę.)
- Liam:** Oh, oke. Ik ga net als Linda met de auto naar het werk.
(Och, okej. Jadę do pracy samochodem, tak jak Linda.)
- Emma:** Zullen we morgen samen met de fiets naar het werk gaan in plaats van met de auto?
(Może jutro pojedziemy razem do pracy rowerem zamiast samochodem?)
- Liam:** Ja, dat is goed! Dan begint onze ochtendroutine ontspannen en gezond.
(Tak, dobrze! Wtedy nasza poranna rutyna zaczyna się spokojnie i zdrowo.)

1. Hoe laat staat Linda op?
 - a. Om acht uur.
 - b. Om tien uur.
 - c. Om negen uur.
 - d. Om vier uur.
2. Wat doen Liam en Emma morgen?
 - a. Ze nemen de trein naar het werk.
 - b. Ze lopen naar het werk.
 - c. Ze gaan samen met de fiets naar het werk.
 - d. Ze gaan met de auto naar het werk.

1-d 2-c



2. Gramatyka: Czasowniki zwrotne (zich wassen, zich scheren)

Czasowniki zwrotne używają zaimka zwrotnego. Przykłady: zich wassen, zich scheren.

1. Czasowniki zwrotne używają zaimków 'me', 'je', 'zich'.

Persoon (Osoba)	Vervoeging (Odmiana)	Wederkerend voornaamwoord (Zaimki zwrotne)
Ik	was	me
Jij	wast	je
Hij/Zij	wast	zich
Wij	wassen	ons
Jullie	wassen	je
Zij	wassen	zich

- Ik sta om zeven uur op en dan was ik _____ snel voordat ik naar mijn werk ga.
a. ons b. mij c. zich d. me
- Kun je _____ wat zachter wassen? De douche maakt nu veel lawaai.
a. jij b. jou c. je d. zich
- Jullie wassen _____ en daarna gaan jullie ontbijten.
a. zich b. jullie c. je d. ons
- Na het sporten douchen we en scheren we _____ in de kleedkamer op het werk.
a. zich b. je c. we d. ons

1. me 2. je 3. je 4. ons

3. Ćwiczenia



1. Dopasuj każdy początek do właściwego zakończenia.

- | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| a. Ik sta doordeweeks om zeven uur | 1. douche ik en was ik me. |
| b. Na het opstaan | 2. op om naar mijn werk te gaan. |
| c. In het weekend | 3. voordat hij naar kantoor gaat. |
| d. Hij scheert zich elke ochtend | 4. slaap ik liever iets langer. |

1-b: W dni powszednie wstaję o siódmej, żeby pójść do pracy. **2-a:** Po wstaniu biorę prysznic i myję się. **3-d:** W weekend wolę spać trochę dłużej. **4-c:** On goli się każdego ranka, zanim pójdzie do biura.

2. Blog: Mój poranek jako młody ojciec (Audio dostępne w aplikacji)

Wypełnij luki: kleed, slaapt, ontbijt, fiets, koffie, wakker, douchen, dagelijkse, op, wakker

Sinds drie maanden ben ik vader. Mijn _____ routine is nu anders. Om half zeven word ik _____. Ik sta _____ en ik ga eerst _____. Daarna was ik mijn gezicht en kam ik mijn haar. Dan _____ ik me aan voor mijn werk.

Om zeven uur maak ik _____ en _____ ik met mijn vriendin. Soms is de baby _____, soms _____ hij nog. Dan wassen wij hem samen en doen we schone kleren aan. Om half acht ga ik met de _____ naar mijn werk. 's Avonds spelen wij met de baby, eten wij samen en om elf uur ga ik slapen.

Od trzech miesięcy jestem ojcem. Moja codzienna rutyna jest teraz inna. O wpół do siódmej budzę się. Wstaję i najpierw idę pod prysznic. Potem myję twarz i czeszę włosy. Następnie ubieram się do pracy.

O siódmej robię kawę i jem śniadanie z moją dziewczyną. Czasem dziecko nie śpi, czasem jeszcze śpi. Wtedy myjemy je razem i zakładamy czyste ubranka. O wpół do ósmej jadę rowerem do pracy. Wieczorem bawimy się z dzieckiem, jemy razem i o jedenastej idę spać.

3. Posłuchaj fragmentów audio i wybierz poprawne rozwiązanie.



1. Wat vertelt de man vooral over zichzelf?
(Co mężczyzna opowiada przede wszystkim o sobie?)
 - a. Hij legt uit wat hij in de avond na zijn werk doet.
 - b. Hij beschrijft zijn ochtendgewoonte voordat hij gaat werken.
 - c. Hij praat over zijn plannen voor het weekend.
2. Wat doen de vrouw en haar man samen in hun dagelijkse routine?
(Co kobieta i jej mąż robią razem w swojej codziennej rutynie?)
 - a. Ze douchen samen voordat ze naar het werk gaan.
 - b. Ze eten samen de eerste maaltijd van de dag.
 - c. Ze lopen samen naar kantoor na het opstaan.

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Ik sta om zeven uur op en daarna _____ ik _____ (Wstaję o siódmej i potem myję się w łazience.)
a. was b. was me c. wast d. wassen
2. In het weekend _____ jij je niet, want je wilt uitslapen. (W weekend nie golisz się, bo chcesz się wyspać.)
a. scheer je b. scheeren c. scheer d. scheert
3. Elke avond _____ wij ons snel, want we gaan vroeg naar bed. (Każdego wieczoru myjemy się szybko, bo kładziemy się wcześniej spać.)
a. was b. wasten c. wast d. wassen

1. was 2. scheert 3. wassen

5. Odegraj rolę: Uzupełnij dialogi



a. Koffiepauze bij de automaat

Collega Peter: *Hoi, hoe laat sta jij meestal op op een werkdag?*
(Cześć, o której godzinie zwykle wstajesz w dzień roboczy?)

Jij: 1. _____

Collega Peter: *Ik word om zes uur wakker, maar ik douche 's avonds; 's ochtends ontbijt ik snel en ga ik werken.*
(Budzę się o szóstej, ale biorę prysznic wieczorem; rano szybko jem śniadanie i idę do pracy.)

Jij: 2. _____

b. Avond en slaap bespreken

Partner Anna: 3. _____

Jij: *Ik ga vaak pas om half twaalf slapen, omdat ik 's avonds nog werk.*
(Często kładę się spać dopiero o wpół do dwunastej, bo wieczorem jeszcze pracuję.)

Partner Anna: 4. _____

Jij: *Ja, goed idee — dan kleeid ik me op tijd aan en gaan we samen even zitten voordat we naar bed gaan.*
(Tak, dobry pomysł — wtedy ubiorę się na czas i usiądziemy razem na chwilę, zanim pójdziemy do łóżka.)

Przykładowe odpowiedzi:

1. Ik sta om half zeven op en ik ga eerst douchen. 2. Ik ontbijt ook snel, anders begin ik te laat met werken. 3. Je bent elke ochtend zo moe, hoe laat ga jij eigenlijk slapen? 4. Misschien kun je eerder stoppen met werken en eerst even rustig wassen en ontspannen.

6. Ćwiczenia w parach lub z nauczycielem.

1. Je appt een collega. Morgen begin je vroeg met werken en je wilt na het werk op tijd naar huis. Vertel kort hoe jouw ochtend is. (Gebruik: werken, opstaan, ontbijten)

2. Je partner vraagt: "Hoe laat sta jij doordeweeks op?" Antwoord en vertel kort wat je dan als eerste doet. (Gebruik: opstaan, wakker worden, douchen)

7. WhatsApp

Hoi [naam],

Morgen wil ik iets nieuws proberen. Ik wil niet met de auto, maar met de **fiets** naar het werk gaan.

Hoe ziet jouw **ochtend** eruit? Hoe laat **sta jij op**? **Douche** je in de ochtend? Neem je tijd om te **ontbijten** of drink je alleen koffie?

Wil je morgen om **8.00 uur** bij mijn huis vertrekken? Dan **beginnen** we de dag rustig en gezond.

Laat je het even weten?

Groetjes,

Emma



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Ik sta om ... uur op en dan ... / Daarna douche ik en ik ... / Morgen kan ik wel/niet meefietsen, want ...*

Ważne czasowniki	Zich scheren (<i>golić się</i>)	Zich wassen (<i>myć się</i>)	Slapen (<i>spać</i>)
	Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)	Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)	Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)
ik	scheer me	was me	slaap
jij/je	scheert je	wast je	slaapt
hij/zij/ze/het	scheert zich	wast zich	slaapt
wij/we	scheren ons	wassen ons	slapen
jullie	scheren je	wassen je	slapen
zij/ze	scheren zich	wassen zich	slapen