



A1.16 Ежедневни рутинни задачи

- Fala sobre a tua rotina diária.
- Fale sobre hábitos.

Сутрин (сутринта) *(de manhã (manhã))*

Събуждам се *(acordar-se)*

Ставам (от леглото) *(levantar-se (da cama))*

Закуска (закуската) *(pequeno-almoço (o pequeno-almoço))*

Отивам на работа *(ir para o trabalho)*

Работно място *(local de trabalho)*

Обяд (обядът) *(almoço (o almoço))*

Почивка (почивката) *(pausa (a pausa))*

Прибирам се (вкъщи) *(voltar para casa)*

Вечеря (вечерята) *(jantar (o jantar))*

Гледам телевизия *(ver televisão)*

Лягам си *(deitar-se)*

Навик (навикът) *(hábito (o hábito))*

Рутина (рутината) *(rotina (a rotina))*

1. Exercícios

1. Associe cada início à sua terminação correta.



- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| 1. Сутрин в осем часа | a. пия кафе с колеги. |
| 2. Всеки ден в офиса | b. се занимавам със спорт. |
| 3. Вечер след работа | c. лягам си към единайсет. |
| 4. В делнични дни | d. отивам на работа. |

1-d: De manhã às oito horas vou para o trabalho. **2-a:** Todos os dias no escritório tomo café com colegas. **3-b:** À noite, depois do trabalho, pratico esporte. **4-c:** Nos dias úteis vou para a cama por volta das onze.

2. Um dia de um médico estrangeiro em Sófia (QR: Áudio)



Preencha as lacunas: връщам се у дома, поздравявам се, почивка, събуждам, работа, навик, лягам си, тръгвам на работа, график, закусвам, приготвям

Казвам се Давид и съм лекар в болница в София. Живея близо до болницата.

Всеки ден се (1) _____ в 6 часа. Ставам, къпя се и се (2) _____ за работа. После (3) _____ с кафе и хляб с масло.

В 7 часа (4) _____ пеша. В болницата (5) _____ с колегите и започвам работа. Гледам (6) _____ а си и планирам деня. До обяд имам много пациенти. В 12 часа имам (7) _____ и обядвам в стола.

Следобед продължавам да (8) _____. В 17 часа приключвам и (9) _____. Вечерям със семейството си и говорим за деня. После почивам, чета малко книга и в 22 часа (10) _____. Денят ми е почти винаги един и същ. Това е моят (11) _____.

Chamo-me David e sou médico num hospital em Sófia. Vivo perto do hospital.

Todos os dias acordo às 6 horas. Levanto-me, tomo banho e preparo-me para o trabalho. Depois tomo o pequeno-almoço com café e pão com manteiga.

Às 7 horas vou para o trabalho a pé. No hospital cumprimento os colegas e começo a trabalhar. Vejo o meu horário e planeio o dia. Até ao almoço tenho muitos pacientes. Às 12 horas tenho uma pausa e almoço na cantina.

À tarde continuo a trabalhar. Às 17 horas termino e volto para casa. Janto com a minha família e conversamos sobre o dia. Depois descanso, leio um pouco um livro e às 22 horas vou para a cama. O meu dia é quase sempre o mesmo. Este é o meu hábito.

(1) събуждам, (2) приготвям, (3) закусвам, (4) тръгвам на работа, (5) поздравявам се, (6) график, (7) почивка, (8) работа, (9) връщам се у дома, (10) лягам си, (11) навик



3. Ouça os fragmentos de áudio e escolha a solução correta. (QR: Áudio)

- Какво прави мъжът след като стане от леглото? (*O que o homem faz depois de sair da cama?*)
 - Ходи на обяд в ресторант.
 - Приготвя и яде нещо за закуска.
 - Отива директно да спи отново.
- Какъв е навикът ѝ вечер? (*Qual é o hábito dela à noite?*)
 - Да остава на работа до късно.
 - Да обядва с колегите си.
 - Да вечеря и после да гледа телевизия.

1-b 2-c

4. Escolha a solução correta

- Сутрин аз _____ в 7 часа и пия кафе. (*De manhã eu acordo às 7 horas e bebo café.*)
 - ставаме
 - става
 - ставам
 - ставам
- След закуска аз _____ на работа с метрото. (*Depois do café da manhã vou para o trabalho de metrô.*)
 - отиват
 - отиваш
 - отида
 - отивам
- В 12:30 имам обяд и _____ малко телевизия в офиса. (*Às 12:30 eu almoço e assisto um pouco de televisão no escritório.*)
 - гледаме
 - гледам
 - гледат
 - гледам

1. ставам 2. отивам 3. гледам

5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)



a. Обсъждане на дневния график на работа

- Елена:** Здравей, Иван, какъв е твоят график за деня?
(*Olá, Ivan, como é o teu horário do dia?*)
- Иван:** Събуждам се в седем и закусвам вкъщи, после тръгвам за работа.
(*Acordo às sete e tomo o pequeno-almoço em casa, depois vou para o trabalho.*)
- Елена:** Добър навик! Аз винаги планирам почивка следобед, за да се почувствам по-добре.
(*Vom hábito! Eu planeio sempre descansar à tarde, para me sentir melhor.*)
- Иван:** И аз така правя, понякога почивствам за кратко след обяд.
(*Eu também faço isso, às vezes descanso um pouco depois do almoço.*)

- Какъв е дневният график на Иван?
-

b. Обсъждане на вечерната рутина вкъщи

- Мария:** Обикновено вечерям в шест и след това се приготвям за лягане.
(*Normalmente janto às seis e depois preparo-me para ir dormir.*)

- Николай:** *Аз вкъщи се къпя по-късно и после приспивам детето.
(Em casa, tomo banho mais tarde e depois adormeço a criança.)*
- Мария:** *След това лягам си в осем и половина, имам постоянен график.
(Depois disso, vou para a cama às oito e meia; tenho um horário fixo.)*
- Николай:** *Струва ми се хубаво, аз също се опитвам да имам постоянен навик за лягане.
(Parece-me bom; eu também tento ter um hábito fixo de ir dormir.)*

1. Как Мария описва своята вечерна рутина?

6. Pratique em pares ou com o seu professor. (QR: IA+)

1. Ситуация 1: Колега те пита за твоя работен ден. Обясни накратко какво правиш всеки ден на работа. (Използвай: работа, график, всеки ден)



2. Ситуация 2: Живееш с приятел/съквартирант. Той те пита кога сутрин ставаш и кога излизаш за офиса. Обясни своята сутрешна рутина. (Използвай: събуждам се, тръгвам на работа, всеки ден)

7. Escrita: WhatsApp (QR: IA+)

Мария:

Здрасти!

Утре си в офиса, нали?

Аз **ставам** в 7:00, **закусвам** и в 9:00 **отивам на работа**. На работа в 11:00 **правя почивка** и **пия кафе**. В 13:00 имам **обедна почивка** и ям салатата.

В 18:00 **прибирам се** вкъщи, **готвя вечеря** и вечер съм **уморена**. Обикновено в 23:00 **лягам да спя**.

Разкажи ми, моля, за твоята **ежедневна рутина**.

В колко часа **ставаш**? Кога **правиш почивка**? Кога искаш да **обядваме** заедно утре?



Escreva uma resposta apropriada: *Здравей, Мария, / Ставам в ... часа. / Искам да обядваме в ... часа.*
