

Cuento: Hábitos del deporte

Story: Sports Habits

🔊 <https://app.colanguage.com/spanish/short-story/habitos-del-deporte>

Una historia sobre Laura, una atleta disciplinada que tiene buenos hábitos deportivos.

Cada día, Laura sigue una rutina para mejorar como deportista.

Si tiene que levantarse temprano, lo hace con disciplina.

Cuando corre, es constante y tiene ganas de mejorar, aunque esté cansada.

Es paciente y repite cada ejercicio hasta hacerlo bien.

Laura sabe que, si tiene fuerza de voluntad, entrenará mejor.

Además, siempre mantiene buen humor aunque los entrenamientos sean duros.

Si mantiene estos hábitos, cada día es una oportunidad para avanzar.

Al final del día, se siente satisfecha por esforzarse y seguir sus metas.

Laura sabe que si mantiene su motivación, conseguirá sus objetivos.

Por eso, quiere ser constante para preparar su futuro como atleta.

A story about Laura, a disciplined athlete who has good sports habits.

Every day, Laura follows a routine to improve as an athlete.

If she has to get up early, she does it with discipline.

When she runs, she is consistent and eager to improve, even if she is tired.

She is patient and repeats each exercise until she does it well.

Laura knows that, if she has willpower, she will train better.

Also, she always keeps a good mood even if the training sessions are tough.

If she maintains these habits, every day is an opportunity to move forward.

At the end of the day, she feels satisfied for making an effort and pursuing her goals.

Laura knows that if she keeps her motivation, she will achieve her objectives.

That's why she wants to be consistent to prepare her future as an athlete.

Hábitos del deporte

Sporting Habits

<https://app.colanguage.com/spanish/short-story/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?

.....

