

**LA RUTINA DIARIA
RUTYNA DNIA CODZIENNEGO**

POR LAS MAÑANAS • rano

airear la habitación – wietrzyć pokój
beber – pić
coger – brać; **coger el autobús** – jechać autobusem; **coger el tranvía** – jechać tramwajem; **coger un taxi** – jechać taksówką
despertarse (e/ie) – budzić się
desayunar – jeść śniadanie; **desayunar mucho** – jeść dużo na śniadanie; **desayunar poco** – jeść mało na śniadanie
el desayuno – śniadanie; **tomar el desayuno** – jeść śniadanie
empezar las clases a las - zaczynać lekcje o godzinie
entrar – wchodzić; **entrar a trabajar** – zaczynać pracę
esperar – czekać; **esperar el autobús/ el tranvía** – czekać na autobus/tramwaj
hacer – robić; **hacer gimnasia** – gimnastykować się/ćwiczyć; **hacer la cama** – słać łóżko
ir – iść, jechać; **ir a la parada de autobús** – iść na przystanek autobusowy; **ir al trabajo** – iść do pracy; **ir andando/caminando/a pie** – iść pieszo; **ir en autobús** – jechać autobusem; **ir en coche** – jechać samochodem
levantarse – wstawać
llegar – przychodzić, przyjeżdżać, docierać; **llegar a la escuela** – docierać do szkoły
madrugar – wstawać wcześnie rano
perder (e/ie) – gubić, tracić; **perder el autobús** – spóźnić się na autobus
ponerse algo – założyć na siebie (ubranie); **ponerse una camisa** – zakładać koszulę
preparar – przygotowywać; **preparar el desayuno** – przygotowywać śniadanie
quitarse algo – zdejmować z siebie (ubranie)
salir – wychodzić; **salir de casa** – wychodzić z domu
sentarse (e/ie) – siadać
tener clases de a/ desde las hasta las – mieć lekcje/zajęcia od do

tomar – brać; **tomar algo** – pić/jeść coś; **tomar un bocadillo** – jeść kanapkę; **tomar un café** – pić kawę
trabajar – pracować
vestirse (e/i) – ubierać się

aseo personal • higiena osobista

afeitarse – golić się
bañarse – kąpać się
el baño – kąpiel; **tomar un baño** – brać kąpiel
cepillarse los dientes – szczotkować zęby
la ducha – prysznic; **darse una ducha** – brać prysznic
ducharse – brać prysznic
enjuagarse la boca – płukać usta
ir al baño – iść do łazienki
lavar – myć
lavarse – myć się
lavarse el pelo – myć włosy
lavarse la cara – myć twarz
maquillarse – robić sobie makijaż
peinarse – czesać się
pintarse – malować się
secarse – wycierać się
secarse con toalla – wycierać się ręcznikiem

productos de aseo personal y cosméticos - środki higieny i kosmetyki

la barra de labios – szminka
el cepillo de dientes – szczoteczka do zębów
el cepillo de dientes eléctrico – elektryczna szczoteczka do zębów
el champú – szampon
la crema – krem
la crema/la espuma de afeitar – krem/pianka do golenia
el dentífrico – pasta do zębów
el desodorante – dezodorant
el enjuague bucal – płyn do płukania jamy ustnej
la esponja – gąbka
el gel de baño – płyn do kąpieli
el gel de ducha – żel pod prysznic
el hilo dental – nitka dentystyczna
el jabón – mydło
el maquillaje – makijaż
la maquinilla de afeitar – maszynka do golenia
el pañuelo/clínex – chusteczka higieniczna
el papel higiénico – papier toaletowy
el peine – grzebień
el pintalabios – szminka
el secador de pelo – suszarka do włosów
la toalla – ręcznik

POR LAS TARDES · popołudniami

almorzar (o/ue) – jeść obiad
comer – jeść/jeść obiad
comprar – kupować
descansar – odpoczywać
dar – dawać; **dar un paseo/ dar una vuelta** - iść na spacer
escuchar – słuchać; **escuchar la radio** – słuchać radia; **escuchar música** – słuchać muzyki
hacer los deberes – odrabiać lekcje
leer – czytać; **leer el periódico** – czytać gazetę
merendar (e/ie) – jeść podwieczorek
la merienda – podwieczorek
pasar – spędzać; **pasar mucho tiempo en casa** – spędzać dużo czasu w domu
quedar con alguien – umawiać się z kimś, spotykać się z kimś
quedarse en casa – zostać w domu
terminar las clases – kończyć lekcje/zajęcia
ver – widzieć; **ver la tele** – oglądać telewizję
volver (o/ue) – wracać; **volver a casa** – wracać do domu; **volver del trabajo** – wracać z pracy

POR LAS NOCHES · wieczorem/nocą

acostarse (o/ue) – kłaść się spać
la cena - kolacja
cenar – jeść kolację
dormir (o/ue) – spać; **dormir hasta las** – spać do godziny
dormirse – zasypiać
ir a dormir – iść spać
ir a la cama – iść do łóżka

poner – kłaść, nastawiać; **poner el despertador** – nastawiać budzik
relajarse – odprężyć się

LOS QUEHACERES DE LA CASA • obowiązki domowe

barrer – zmiatać
barrer el suelo – zmiatać podłogę
fregar (e/ie) – myć
fregar los platos – myć naczynia
hacer la comida – przygotowywać obiad
hacer la compra – robić zakupy
ir de compras – iść na zakupy
limpiar – czyścić, sprzątać
limpiar la casa – sprzątać dom
planchar – prasować
poner la lavadora – włączać pralkę, robić pranie
poner la mesa – nakrywać do stołu
quitar – usuwać
quitar el polvo – ścierać kurz
quitar la mesa – sprzątać ze stołu
recoger – zbierać, sprzątać
recoger la cocina – sprzątać kuchnię
regar las plantas (e/ie) – podlewać kwiaty
sacar – wyciągać
sacar la basura – wyrzucać śmieci
secar – suszyć, wycierać
secar la ropa – suszyć pranie
secar los platos – wycierać naczynia
tender (e/ie) la ropa – rozwieszać pranie

productos de limpieza • środki czystości

el blanqueador – wybielacz
el cubo – wiadro
el detergente – detergent
la escoba – miotła
la fregona – mop
la lavadora – pralka
la lejía – ług, wybielacz
el quitamanchas – odplamiacz
el suavizante – płyn zmiękczający pranie
el tendedero – suszarka do prania
el trapo – szmata

OTRAS PALABRAS Y EXPRESIONES ÚTILES • inne użyteczne słowa i wyrażenia

empezar (e/ie) – zaczynać
empezar a hacer algo – zaczynać coś robić
ponerse a hacer algo – zabrać się do robienia czegoś
tardar en hacer algo – potrzebować czasu na zrobienie czegoś
tardar en llegar a.... – potrzebować czasu na dotarcie do
tener un día ajetreado – mieć ciężki dzień
terminar – kończyć
terminar de hacer algo – kończyć robienie czegoś

EJERCICIOS

I. Co i o której godzinie robi Ana w ciągu dnia? Uzupełnij zdania wyrażeniami z ramki:

ducharse escuela	almorzar con sus padres terminar las clases levantarse	acostarse salir de casa cenar	llegar a la volver a casa
---------------------	--------------------------------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------

1. A las 7 de la mañana Ana
2. A las 7.15 de la mañana Ana
3. A las 7.45 de la mañana Ana
4. A las 8.15 de la mañana Ana
5. A las 3 de la tarde Ana
6. A las 3.30 de la tarde Ana
7. A las 4 de la tarde Ana
8. A las 9 de la tarde Ana
9. A las 11 de la noche Ana

II. Które ze słów nie pasuje do pozostałych?

1. jabón, gel de ducha, toalla, espuma de afeitar, lejía,
2. detergente, quitamanchas, tendedero, champú, lavadora
3. cubo, peine, fregona, escoba, barrer
4. enjuague bucal, cepillo de dientes, hilo dental, esponja, dentífrico
5. cenar, descansar, almorzar, merendar, desayunar

III. Rozwiąż krzyżówkę, a otrzymasz hasło:

1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			

1. sinónimo de hacer, por ejemplo el desayuno
2. antónimo de entrar
3. primera comida del día
4. antónimo de ponerse, por ejemplo la chaqueta
5. se usa para secarse el cuerpo
6. por ejemplo de dientes se usa para lavarse los dientes
7. lo hacemos cuando no trabajamos
8. tareas que los alumnos tienen que hacer en casa
9. ponerse ropa
10. pasta que se usa para lavarse los dientes
11. por ejemplo de afeitar, producto cosmético que se usa para afeitarse

IV. Wstaw właściwą formę czasowników z ramki:

regar	entrar	quedarse	desayunar	lavarse	dormir
		acostarse	merendar	tardar	

1. Como la oficina está lejos de mi casa, mucho tiempo en llegar al trabajo.
2. A eso de las 7 de la tarde mis hijos tienen hambre y entonces dulces .
3. Por lo general mi marido y yo a las 8 de la mañana.
4. Milagros tiene muchas plantas y las casi todos los días.
5. ¿A qué hora (tú) a trabajar?
6. Carmen el pelo todos los días.
7. Hoy no trabajo, en casa.
8. ¿Cuántas horas (vosotros) al día?
9. Los sábados salgo con mis amigos y po eso muy tarde.

V. Połącz elementy obu kolumn tak, by powstała lista prac do wykonania:

- | |
|-----------|
| 1. pasar |
| 2. fregar |
| 3. sacar |
| 4. poner |
| 5. tender |
| 6. ir |
| 7. hacer |
| 8. regar |
| 9. airear |

- | |
|------------------|
| a. la ropa |
| b. las plantas |
| c. la aspiradora |
| d. de compras |
| e. los platos |
| f. la basura |
| g. la lavadora |
| h. la cama |
| i. la habitación |

1	2	3	4	5	6	7	8	9

VI. Uzupełnij tekst słowami z ramki:

se acuesta	descansa	días	amigos	tiene	se levanta
	los	cerca	vive	andando	su

Marta es estudiante y (1)..... en Segovia. Todos los (2)..... (3)..... a las 7, se ducha, se viste, se pinta y va a la universidad (4)..... porque queda muy (5)..... . Normalmente (6)..... 4 ó 5 clases. Después vuelve a casa y come. A veces va a comer con unos (7)..... . Por las tardes (8)..... leyendo o viendo la tele. (9)..... martes y jueves va a la piscina con (10)..... novio. Antes de cenar estudia un poco. (11)..... a la medianoche.

KLUCZ

I. 1. se levanta 2. se ducha 3. sale de casa 4. llega a la escuela 5. termina las clases 6. vuelve a casa 7. almuerza con sus padres 8. cena 9. se acuesta

II. 1. lejía 2. tendedero 3. peine 4. esponja 5. descansar

III. 1. preparar 2. salir 3. desayuno 4. quitarse 5. toalla 6. cepillo 7. descansar 8. deberes
9. vestirse 10. dentífrico 11. espuma
hasło: pintalabios

IV. 1. tardo 2. meriendan 3. desayunamos 4. riego 5. entras 6. se lava 7. me quedo 8. duermes 9. me acuesto

V. 1c 2e 3f 4g 5a 6d 7h 8b 9i

VI. 1. vive 2. días 3. se levanta 4. andando 5. cerca 6. tiene 7. amigos 8. descansa 9. los 10. su 11. se acuesta