



**FLEXI CLASSES**  
LTL LANGUAGE SCHOOL

# Mi rutina diaria

## Daily routine

**NIVEL**  
**A1**

**PRÁCTICA**

## ✔ Objetivos

Puedo usar verbos reflexivos para hablar de rutinas.

Puedo hablar de tareas diarias.



# Mi rutina diaria

## Empezar

¡Saludos a todos en nuestra lección sobre verbos reflexivos de rutina y tareas diarias en español!

¿Hay algo que haces todos los días y no podrías dejar de hacer nunca?



# Mi rutina diaria

## La rutina



Me despierto a las 7.



Me levanto y me lavo la cara.



Me visto para ir al trabajo.



Me cepillo los dientes.



Me peino el pelo rápidamente.



Me acuesto temprano por las noches.

## Gramática Verbos reflexivos

Los verbos reflexivos indican que la acción del verbo recae sobre el sujeto que la realiza. En otras palabras, la acción vuelve o se refleja en la persona que realiza la acción. En español, **estos verbos se conjugan con pronombres reflexivos** que concuerdan con el sujeto. Los pronombres reflexivos son: **me, te, se, nos, os, se.**

*Yo me levanto a las 6 de la mañana.  
Ella se lava las manos antes de comer.  
Nosotros nos vestimos para la fiesta.*



# Mi rutina diaria

## Gramática Verbos reflexivos

Yo	<b>Me</b> despierto	<b>Me</b> pongo	<b>Me</b> visto
Tú	<b>Te</b> despiertas	<b>Te</b> pones	<b>Te</b> vistes
Él/ella	<b>Se</b> despierta	<b>Se</b> pone	<b>Se</b> viste
Nosotros	<b>Nos</b> despertamos	<b>Nos</b> ponemos	<b>Nos</b> vestimos
Vosotros	<b>Os</b> despertáis	<b>Os</b> ponéis	<b>Os</b> vestís
Ellos/as	<b>Se</b> despiertan	<b>Se</b> ponen	<b>Se</b> visten

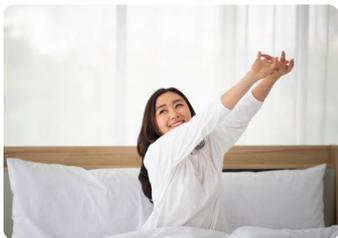
 ¡Usa un verbo reflexivo en una frase!

## Práctica

Completa estas frases con el verbo reflexivo o no en presente.

1. (levantarse, yo) \_\_\_\_\_ temprano para ir al trabajo.
2. ( ducharse, ella) \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ (ponerse, ella) ropa cómoda después de trabajar.
3. (divertirse, nosotros) \_\_\_\_\_ mucho los fines de semana.
4. (despertarse, vosotros) \_\_\_\_\_ con ganas de aprender cosas nuevas todas las mañanas.
5. (cepillarse, tú) \_\_\_\_\_ los dientes y \_\_\_\_\_ (lavarse, tú) la cara antes de dormir.
6. (leer, ellos) \_\_\_\_\_ una historia antes de dormir.
7. (ir, yo) \_\_\_\_\_ a correr con mis amigos los sábados por la noche.

## La rutina con verbos reflexivos



Me levanto temprano para trabajar.



Todos los días me baño en el mar.



Me divierto viendo películas.



Nos vamos de compras.



Me dedico a la enseñanza.



Me ducho por la mañana.

## Práctica

Completa las palabras con el pronombre adecuado.

\_\_ levantas

\_\_ acuestan

\_\_ baño

\_\_ despertamos

\_\_ vestimos

\_\_ sentís

\_\_ peinan

\_\_ lava

\_\_ maquillas

\_\_ divierto

## Gramática Las horas

En español, las horas se expresan utilizando un formato de reloj de 12 horas. Por tanto, las horas del día se dividen en dos ciclos de 12 horas, **de la mañana (am)** y **de la tarde-noche (pm)**. **La medianoche es 12:00 am y el mediodía es 12:00 pm.**

*1:00 am: La una de la madrugada.*

*10:00 am: Las diez de la mañana.*

*12:00 pm: Las doce del mediodía.*

*3:15 pm: Las tres y cuarto de la tarde.*

*08:00 pm: Las ocho de la noche.*



## Escenarios

**En punto**      15:00 – Son las tres **en punto**.  
/                    15:30 – Son las tres **y media**.  
**Y media**

**Y**                    10:10 – Son las diez **y diez**.  
10:15 – Son las diez **y cuarto**.

**Menos**            10:40 – Son las once **menos veinte**.  
10:45 – Son las once **menos cuarto**.

## Práctica

¿Qué hora es? Indica las siguientes horas.

08:00

17:50

12:30

19:05

13:15

22:25

14:45

23:55

10:20

16:35

## Conversemos

¿A qué hora haces estas actividades?

Trabajar o estudiar.

Cenar.

Estudiar español.

Hacer deporte.

# Mi rutina diaria

## Conversemos

¡Practica estas preguntas con tus compañeros/as!

¿A qué hora te levantas habitualmente?

¿Qué haces después de levantarte?

¿Qué haces antes de irte a dormir?

¿Qué rutina te parece ideal? ¿Sigues esa rutina?

### Práctica

Lee la rutina de esta persona y compárala con la tuya.

Cada día, David sigue una rutina disciplinada. A las 6 de la mañana, se despierta con energía. Después de levantarse, se ducha y se viste para el día. A las 7, disfruta de un desayuno nutritivo antes de dirigirse al trabajo. Durante la jornada laboral, se concentra en sus tareas y toma pequeños descansos para mantenerse productivo. Después del trabajo, visita el gimnasio para hacer ejercicio, una parte esencial de su rutina diaria. Por las noches, comparte momentos con su familia y dedica tiempo a la lectura antes de acostarse a las 10. Esta rutina constante le proporciona equilibrio y bienestar en su vida diaria.



## ★ ¿Sabías que?



## La rutina

En España, otra cosa especial en la rutina es el horario de las comidas. A diferencia de algunos lugares, en España la comida es muy importante. El almuerzo se toma generalmente alrededor de las 2 de la tarde y suele ser la comida principal del día, con platos variados y nutritivos. La cena, por otro lado, es más ligera y se sirve más tarde, alrededor de las 9 o 10 de la noche. Esta costumbre de tener una comida abundante durante el almuerzo y una cena más ligera refleja la importancia cultural que se le da a compartir momentos con la familia y los amigos alrededor de la mesa.

¿Cómo es en tu país?

### Tarea

Lee el texto y responde a las preguntas.

En España, algo especial en la rutina son las "tapas". Después del trabajo, muchas personas se reúnen en bares para disfrutar de pequeñas porciones de deliciosas tapas junto con bebidas. Esta tradición fomenta la socialización y permite a la gente probar una variedad de platos en un solo lugar. Las tapas varían desde aceitunas y jamón hasta platos más elaborados. La cultura de las tapas es única y resalta la importancia de la comida y la convivencia.

1. ¿Qué son las tapas?
2. ¿Cómo fomenta la cultura de las tapas la socialización?
3. ¿Qué tipos de platos se pueden encontrar comúnmente como tapas?

## Respuestas de la tarea

Pg. 17: 1. Las tapas son pequeñas porciones de comida que se disfrutan en bares en España. / 2. La cultura de las tapas fomenta la socialización al incentivar a las personas a reunirse en bares después del trabajo para compartir estos pequeños platillos junto con bebidas. La práctica de disfrutar tapas crea un ambiente relajado y propicio para la conversación entre amigos y familiares. / 3. Los tipos de platos que comúnmente se encuentran como tapas varían, desde simples aceitunas y jamón hasta platos más elaborados que reflejan la diversidad culinaria española.



**FLEXI CLASSES**  
LTL LANGUAGE SCHOOL

This study material was created by LTL Flexi Classes and can be used for free by anyone who wants to learn this beautiful language.

## **LEARN, TRAVEL, AND LIVE THE LANGUAGE (LTL)**

**Want to learn another language?**

**Vietnamese** [www.flexiclass.com / online-vietnamese-courses](http://www.flexiclass.com/online-vietnamese-courses)

**Korean** [www.flexiclass.com / online-korean-courses](http://www.flexiclass.com/online-korean-courses)

**Mandarin** [www.flexiclass.com / online-chinese-courses](http://www.flexiclass.com/online-chinese-courses)

**Hokkien** [www.flexiclass.com / online-hokkien-courses](http://www.flexiclass.com/online-hokkien-courses)

**Shanghainese** [www.flexiclass.com / online-shanghainese-courses](http://www.flexiclass.com/online-shanghainese-courses)

**Cantonese** [www.flexiclass.com / online-cantonese-courses](http://www.flexiclass.com/online-cantonese-courses)

## **LEARN CHINESE IN CHINA**

**Beijing** [www.ltl-beijing.com](http://www.ltl-beijing.com)

**Taipei** [www.ltl-taiwan.com](http://www.ltl-taiwan.com)

**Shanghai** [www.ltl-shanghai.com](http://www.ltl-shanghai.com)

**Singapore** [www.ltl-singapore.com](http://www.ltl-singapore.com)

**All Destinations** [www.ltl-school.com](http://www.ltl-school.com)

**DO NOT MODIFY, EDIT, OR CHANGE THIS PDF**