

# A1.16 Rutinas diarias

## Dagelijkse routines

*“Habla un nuevo idioma para que el mundo sea un mundo nuevo.”  
“Spreek een nieuwe taal zodat de wereld een nieuwe wereld wordt.”*

*Rumi/ Yalāl ad-Dīn Muhammad Rūmī*

## Objetivos de aprendizaje

### Leerdoelen

- ✓ Situación : Habla sobre tu rutina diaria. / Situatie : Praat over je dagelijkse routine.
- ✓ Situación : Hablar sobre hábitos. / Situatie : Praten over gewoontes.
- ✓ Cultura : Rutina diaria tradicional española / Cultuur : Traditionele Spaanse dagelijkse routine
- ✓ Gramática : Verbos y pronombres reflexivos / Grammatica : Wederkerende werkwoorden en voornaamwoorden

 **Este folleto para estudiantes está disponible en múltiples traducciones.**


**Deze folder voor studenten is beschikbaar in meerdere vertalingen.**

1. Gedeeltelijke downloads, audio en oefeningen beschikbaar op:

 <https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>

2. Legende (beschikbaar op de website):

 Interactieve oefening.

 Audio met vertalingen.

## Recapitulación y ejercicios de preparación

### Samenvatting en voorbereidingsopdrachten

 <https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/15>

 <https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16/leergeschiedenis>

# A1.16 Vocabulario básico (17)

## A1.16 Basiswoordenschat (17)

🔊 <https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>

### Spaans

A diario

*Me ducho a diario antes de desayunar con café y tostadas.*

Acostarse

*Nosotros nos acostamos después de cenar.*

Bañarse

*Me baño a diario.*

Cenar

*Ellos cenan en el restaurante italiano.*

Desayunar

*Tú desayunas cereal con leche.*

Despertarse

*Él se despierta antes del amanecer.*

Dormir

*Ellos duermen hasta tarde los fines de semana.*

Ducharse

*Os ducháis después de hacer ejercicio.*

El día a día

*En el día a día, ella se levanta y desayuna café.*

El horario

*Me despierto a diario según el horario del día.*

Hacer

*Tú haces un excelente trabajo.*

Lavarse

*Ellos se lavan el cuerpo los fines de semana.*

Levantarse

*Nosotros nos levantamos juntos los fines de semana.*

Peinarse

*Nosotros nos peinamos juntos por la mañana.*

Soñar

*Vosotros soñáis con abrir vuestro propio negocio.*

Tener tiempo

*Necesito tener tiempo para ducharme y desayunar tranquilo.*

### Nederlands

Dagelijks

*Ik douche me dagelijks voordat ik ontbijt met koffie en toast.*

Zich neerleggen

*Wij gaan naar bed na het avondeten.*

Zich wassen

*Ik neem dagelijks een bad.*

Avondeten

*Zij dineren in het Italiaanse restaurant.*

Ontbijten

*Je ontbijt met ontbijtgranen en melk.*

Zich wakker maken

*Hij wordt wakker vóór zonsopgang.*

Slapen

*Zij slapen laat in het weekend.*

Zich douchen

*Jullie douchen na het sporten.*

De dag tot dag

*In het dagelijks leven staat zij op en ontbijt met koffie.*

Het rooster

*Ik word elke dag wakker volgens het schema van de dag.*

Doen

*Jij doet uitstekend werk.*

Zich wassen

*Zij wassen hun lichaam in het weekend.*

Opstaan

*Wij staan samen op in het weekend.*

Zich kammen

*Wij kammen ons samen 's ochtends.*

Dromen

*Jullie dromen ervan om jullie eigen bedrijf te openen.*

Tijd hebben

*Ik heb tijd nodig om te douchen en rustig te ontbijten.*

Vestirse

*Tú te vistes con ropa elegante para la fiesta.*

Zich aankleden

*Je kleedt je elegant aan voor het feest.*

# A1.16.1 Diálogo: Las rutinas diarias

## A1.16.1 Dialoog: De dagelijkse routines

🔗 <https://spaans.colanguage.nl/dialogen/rutinas-diarias>

*Aprendemos sobre las rutinas diarias, como lavarse, ducharse, vestirse, irse a la cama, peinarse y levantarse.*

**Pedro:** ¿A qué hora **te despiertas** por la mañana?

**Ana:** Me despierto a las siete.

**Pedro:** ¿Qué haces después de despertarte?

**Ana:** **Me ducho** y me peino.

**Pedro:** ¿Qué haces después de ducharte?

**Ana:** **Me visto** y desayuno un café.

**Pedro:** ¿Qué haces después de desayunar?

**Ana:** Me lavo los dientes y voy al trabajo.

**Pedro:** ¿**Sueñas** mucho por la noche?

**Ana:** Sí, sueño mucho pero siempre **duermo** bien.

**Pedro:** ¿A qué hora **te acuestas** por la noche?

**Ana:** Yo **me acuesto** a las diez.

**Pedro:** ¿Qué haces antes de **dormir**?

**Ana:** **Me baño** antes de dormir.

---

*We leren over de dagelijkse routines, zoals wassen, douchen, aankleden, naar bed gaan, haren kammen en opstaan.*

**Pedro:** Hoe laat **word je wakker** 's ochtends?

**Ana:** Ik word wakker om zeven uur.

**Pedro:** Wat doe je nadat je wakker bent geworden?

**Ana:** **Ik douche** en kam mijn haar.

**Pedro:** Wat doe je nadat je gedoucht hebt?

**Ana:** **Ik kleed me aan** en ontbijt met een kopje koffie.

**Pedro:** Wat doe je na het ontbijt?

**Ana:** Ik poets mijn tanden en ga naar het werk.

**Pedro:** Droom je veel 's nachts?

**Ana:** Ja, ik droom veel maar ik **slaap** altijd goed.

**Pedro:** Hoe laat **ga je naar bed** 's avonds?

**Ana:** *Ik **ga naar bed** om tien uur.*

**Pedro:** *Wat doe je voordat je gaat **slapen**?*

**Ana:** *Ik **douche** voor het slapen gaan.*

# A1.16.1 Las rutinas diarias

## A1.16.1 De dagelijkse routines

<https://spaans.colanguage.nl/dialogen/rutinas-diarias>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué hace Ana a las siete de la mañana?
2. ¿Qué hace Ana después de despertarse?
3. ¿Qué hace Ana a las diez de la noche?
4. ¿Cómo es tu rutina diaria?

# A1.16.1 Las rutinas diarias

## A1.16.1 De dagelijkse routines

<https://spaans.colanguage.nl/dialogen/rutinas-diarias>



### Ejercicio 2:

**Instrucción:** Vul het juiste woord in.

*Me ducho, me acuesto, Me baño, duermo, Me visto*

1. .... antes de dormir.
2. Sí, sueño mucho pero siempre ..... bien.
3. .... y desayuno un café.
4. .... y me peino.
5. Yo ..... a las diez.

**Oplossingen:**

1. Me baño 2. duermo 3. Me visto 4. Me visto 5. me acuesto

# A1.16.1 Las rutinas diarias

## A1.16.1 De dagelijkse routines

<https://spaans.colanguage.nl/dialogen/rutinas-diarias>



### Ejercicio 3:

### Ordena el texto

**Instrucción:** Numera las oraciones en el orden correcto y léelas en voz alta.

... Me baño antes de dormir.

... Sí, sueño mucho pero siempre duermo bien.

... ¿Qué haces antes de dormir?

... Me ducho y me peino.

... Yo me acuesto a las diez.

... Me visto y desayuno un café.

9 ¿Sueñas mucho por la noche?

... ¿A qué hora te acuestas por la noche?

1 ¿A qué hora te despiertas por la mañana?

**Oplossingen:**

14, 10, 13, 4, 12, 6, 9, 11, 1



## A1.16.2 Cuento: Ana se prepara para una entrevista de trabajo

### A1.16.2 Verhaal: Ana bereidt zich voor op een sollicitatiegesprek

🔗 <https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/ana-se-prepara>

*Aprendemos sobre los verbos reflexivos que se utilizan diariamente en un contexto común: una entrevista de trabajo.*

Hoy Ana tiene una **entrevista** de trabajo.

**Se levanta** a las seis de la mañana.

**Desayuna** un café con leche.

**Se lava** la cara.

Después **se ducha**.

**Se peina** el pelo.

Luego **se viste** con un vestido.

Está muy bien preparada.

---

*We leren over de reflexieve werkwoorden die dagelijks gebruikt worden in een gewone context: een sollicitatiegesprek.*

*Vandaag heeft Ana een **sollicitatiegesprek**.*

***Ze staat op** om zes uur 's ochtends.*

***Ze ontbijt** met een koffie verkeerd.*

***Ze wast** haar gezicht.*

*Daarna **douche ze**.*

***Ze kamt** haar haar.*

*Dan **kleedt ze zich aan** met een jurk.*

*Zij is heel goed voorbereid.*

# A1.16.2 Ana se prepara para una entrevista de trabajo

## A1.16.2 Ana bereidt zich voor op een sollicitatiegesprek

<https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/ana-se-prepara>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué es lo primero que hace Ana?
2. ¿Qué es lo último que hace Ana?
3. Verdadero o falso: Ana está bien preparada.

# A1.16.2 Ana se prepara para una entrevista de trabajo

## A1.16.2 Ana bereidt zich voor op een sollicitatiegesprek

<https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/ana-se-prepara>



### Ejercicio 2:

**Instrucción:** Vul het juiste woord in.

*Se levanta, se ducha, se viste, Se lava, Desayuna, entrevista*

1. Hoy Ana tiene una ..... de trabajo.
2. .... a las seis de la mañana.
3. Luego ..... con un vestido.
4. .... la cara.
5. .... un café con leche.
6. Después .....

**Opciones:**

1. entrevista 2. Se levanta 3. se viste 4. Se lava 5. Desayuna 6. se ducha

# A1.16.3 Cultura: Rutina diaria tradicional española

## A1.16.3 Cultuur: Traditionele dagelijkse routine in Spanje

🔊 <https://spaans.colanguage.nl/cultuur/cliches-dia-a-dia>

### *Aprendemos sobre la rutina diaria tradicional de los españoles*

La gente **se levanta** temprano por la mañana, entre las 7 y las 8. Después de levantarse, se ducha y **se viste**. A media mañana, sobre las 11, se hace una pausa, llamado "almuerzo". Al mediodía, entre las 2 y las 3, se come. A veces, la comida va seguida de una breve siesta. Por la tarde, se merienda entre las 5 y las 6. **Se cena** bastante tarde, sobre las 9 y las 10 de la noche. La gente **se acuesta** tarde.

---

### *We leren over de traditionele dagelijkse routine van de Spanjaarden*

De mensen **staan op** vroeg in de ochtend, tussen 7 en 8 uur. Na het opstaan, douchen ze en **kleden zich aan**. Halverwege de ochtend, rond 11 uur, wordt er een pauze gehouden, genaamd 'almuerzo'. Rond het middaguur, tussen 2 en 3 uur, eten ze. Soms wordt de maaltijd gevolgd door een kort dutje. In de namiddag wordt er tussen 5 en 6 uur geluncht. **Er wordt** vrij laat **avond gegeten**, rond 9 en 10 uur 's avonds. De mensen **gaan** laat **naar bed**.

# A1.16.3 Rutina diaria tradicional española

## A1.16.3 Traditionele Spaanse dagelijkse routine

<https://spaans.colanguage.nl/cultuur/cliches-dia-a-dia>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué se hace entre las 7-8 de la mañana?
2. ¿Qué se hace después de levantarse?
3. Verdadero/Falso: "La gente se acuesta temprano."
4. ¿Qué te parece la rutina diaria en España?
5. ¿Es similar la rutina diaria en tu país?

# A1.16 Deberes / ejercicios

## A1.16 Huiswerk / oefeningen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>

### Ejercicio 1: Ejercicio de conversación

#### Instrucción:

1. Diga a qué hora hace Raúl qué actividad. *(Vertel op welk uur Raul welke activiteit doet.)*
2. Describe tu rutina diaria. *(Beschrijf je dagelijkse routine.)*



.....

.....

.....

.....

## Voorbeeldzinnen:

A las 7:00 Raúl se despierta.

*Om 7:00 wordt Raul wakker.*

A las siete y cuarto Raúl se ducha.

*Om kwart over zeven doucht Raul.*

Raúl se acuesta a las once y media de la noche.

*Raul gaat om half twaalf 's nachts naar bed.*

Me levanto a las siete y media.

*Ik sta op om half acht.*

Desayuno a las ocho menos cuarto.

*Ik ontbijt om kwart voor acht.*

Me acuesto a las diez de la noche.

*Ik ga om tien uur 's avonds naar bed.*

...

# A1.16 Deberes / ejercicios

## A1.16 Huiswerk / oefeningen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>

### Ejercicio 2: Reordenar oraciones

**Instrucción:** Haz frases correctas y traduce.

1. según el | horario del | a diario | día. | Me despierto

.....

2. vuestro propio | Vosotros soñáis | negocio. | con abrir

.....

3. fiesta. | para la | ropa elegante | vistas con | Tú te

.....

4. por la | a diario | mañana? | ¿Te duchas

.....

5. desayunar tranquilo. | Necesito tener | ducharme y | tiempo para

.....

6. la tarde. | hago mis | Yo siempre | tareas por

.....

7. y desayuna | café. | día a | día, ella | En el | se levanta

.....

**Oplossingen:**

En el día a día, ella se levanta y desayuna café.

4. ¿Te duchas a diario por la mañana? 5. Necesito tener tiempo para ducharme y desayunar tranquilo. 6. Yo siempre hago mis tareas por la tarde. 7.

1. Me despierto a diario según el horario del día. 2. Vosotros soñáis con abrir vuestro propio negocio. 3. Tú te vistas con ropa elegante para la fiesta.



# A1.16 Deberes / ejercicios

## A1.16 Huiswerk / oefeningen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>



### Ejercicio 3:

### Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Elige una palabra, tradúcela y utiliza la palabra en una frase o diálogo.

1. Peinarse

.....

2. Lavarse

.....

3. Acostarse

.....

4. El horario

.....

5. Ducharse

.....

**Oplossingen:**

1. Zich kammen 2. Zich kammen 3. Zich wassen 4. Het rooster 5. Zich douchen

# A1.16 Deberes / ejercicios

## A1.16 Huiswerk / oefeningen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>



### Ejercicio 4: Conjugación verbal

**Instrucción:** Elige el verbo y el tiempo correctos.

*nos lavamos, os laváis, se duchan, te bañas, se baña, me baño, nos duchamos, os levantáis*

1. Vosotros ..... el pelo todos los días.
2. .... antes de desayunar.
3. .... después de levantarse.
4. .... cada día antes del trabajo.
5. Ellas ..... todas las noches para relajarse.
6. Vosotros ..... muy tarde los domingos.
7. .... a diario.
8. Nosotros ..... los pies después de caminar.

**Opciones:**

1. os laváis 2. te bañas 3. se baña 4. nos duchamos 5. se duchan 6. os duchan 7. me baño 8. nos lavamos

# A1.16 Deberes / ejercicios

## A1.16 Huiswerk / oefeningen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>



### Ejercicio 5:

### Verbos y pronombres reflexivos

**Instrucción:** Vul het juiste woord in.

*nos levantamos, os laváis, nos duchamos, te vistes, me peino, se acuestan, te levantas, me lavo*

1. Yo ..... las manos.
2. Vosotros ..... la cara.
3. Ellos ..... a las diez de la noche.
4. Nosotros ..... pronto.
5. Yo ..... el pelo todas las mañanas.
6. Tú ..... a las seis.
7. Nosotros ..... después de hacer ejercicio.
8. Tú ..... con ropa cómoda.

**Opciones:**

1. me lavo 2. os laváis 3. se acuestan 4. nos levantamos 5. me peino 6. te levantas 7. nos duchamos 8. te vistes

# A1.16.4 Gramática: Verbos y pronombres reflexivos

## A1.16.4 Grammatica: Werkwoorden en wederkerende voornaamwoorden

*Los pronombres reflexivos se utilizan con verbos reflexivos para indicar que el sujeto realiza y recibe la acción.*

<https://spaans.colanguage.nl/grammatica/pronombres-verbos-reflexivos>

### Reglas de formación / Formatieregels:

1. Het persoonlijk voornaamwoord wordt weggelaten wanneer we wederkerende voornaamwoorden gebruiken.
2. Het wederkerend voornaamwoord wordt in het Spaans vervoegd.
3. Als het werkwoord wederkerend is, voegen we de uitgang "-se" toe aan het einde van het infinitief.
4. Met de vervoegde werkwoordsvormen plaatsen we het ervoor, bijvoorbeeld "me lavo".

### Excepciones / Uitzonderingen!

1. Het voornaamwoord 'se' is hetzelfde voor de derde persoon enkelvoud en meervoud.

## Verbos y pronombres reflexivos

### Wederkerende werkwoorden en voornaamwoorden

Lee los ejemplos en la tabla en voz alta antes de hacer los ejercicios.

Pronombre		Pronombre	
Personal	Reflexivo	Lavarse	Levantarse
Yo	Me	<b>Me</b> lavo ( <i>Ik wash me</i> )	<b>Me</b> levanto ( <i>Ik sta op</i> )
Tú	Te	<b>Te</b> lavas ( <i>Jij wast je</i> )	<b>Te</b> levantas ( <i>Je staat op</i> )
Él/Ella/Usted	Se	<b>Se</b> lava ( <i>Hij wast zich</i> )	<b>Se</b> levanta ( <i>Hij/zij staat op</i> )
Nosotros/Nosotras	Nos	<b>Nos</b> lavamos ( <i>Wij wassen ons</i> )	<b>Nos</b> levantamos ( <i>Wij staan op</i> )
Vosotros/Vosotras	Os	<b>Os</b> laváis ( <i>Jullie wassen je</i> )	<b>Os</b> levantáis ( <i>Jullie staan op</i> )
Ellos/Ellas/Ustedes	Se	<b>Se</b> lavan ( <i>Zich wassen</i> )	<b>Se</b> levantan ( <i>Ze staan op</i> )

## A1.16.4 Verbos y pronombres reflexivos

### A1.16.4 Wederkerende werkwoorden en voornaamwoorden

<https://spaans.colanguage.nl/grammatica/pronombres-verbos-reflexivos>



#### Ejercicio 1:

#### Verbos y pronombres reflexivos

**Instrucción:** Vul het juiste woord in.

*nos levantamos, os laváis, nos duchamos, te vistes, me peino, se acuestan, te levantas, me lavo*

1. Yo ..... las manos.
2. Vosotros ..... la cara.
3. Ellos ..... a las diez de la noche.
4. Nosotros ..... pronto.
5. Yo ..... el pelo todas las mañanas.
6. Tú ..... a las seis.
7. Nosotros ..... después de hacer ejercicio.
8. Tú ..... con ropa cómoda.

**Opciones:**

1. me lavo 2. os laváis 3. se acuestan 4. nos levantamos 5. me peino 6. te levantas 7. nos duchamos 8. te vistes

# A1.16.4 Verbos y pronombres reflexivos

## A1.16.4 Wederkerende werkwoorden en voornaamwoorden

<https://spaans.colanguage.nl/grammatica/pronombres-verbos-reflexivos>



### Ejercicio 2:

### Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Elige una palabra, tradúcela y utiliza la palabra en una frase o diálogo.

1. Te vistes

.....

2. Os laváis

.....

3. Me lavo

.....

4. Se acuestan

.....

**Oplossingen:**

1. Jij kleedt je aan 2. Jullie wassen je 3. Ik was me 4. Zij gaan naar bed

# A1.16 Tablas de conjugación verbal

## A1.16 Werkwoordsvervoegingstabellen

<https://spaans.colanguage.nl/leerplan/a1/16>

### Levantarse *opstaan* Presente

### Ducharse *zich douchen* Presente

Spaans	Nederlands	Spaans	Nederlands
yo me levanto	ik sta op	yo me ducho	ik douche me
tú te levantas	jij staat op	tú te duchas	jij doucht
él/ella se levanta	hij staat op	él/ella se ducha	hij doucht zich
nosotros/nosotras nos levantamos	wij staan op	nosotros/nosotras nos duchamos	wij douchen ons
vosotros/vosotras os levantáis	jullie staan op	vosotros/vosotras os ducháis	jullie douchen je
ellos/ellas se levantan	zij staan op	ellos/ellas se duchan	zij douchen zich



**Lavarse** *zich wassen* **Presente**

**Bañarse** *zich wassen* **Presente**

Spaans	Nederlands	Spaans	Nederlands
yo me lavo	ik was me	yo me baño	ik was me
tú te lavas	jij wast je	tú te bañas	jij wast je
él/ella se lava	hij wast zich	él/ella se baña	hij/zij wast zich
nosotros/nosotras nos lavamos	wij wassen ons	nosotros/nosotras nos bañamos	wij wassen ons
vosotros/vosotras os laváis	jullie wassen zich	vosotros/vosotras os bañáis	jullie wassen je
ellos/ellas se lavan	zij wassen zich	ellos/ellas se bañan	zij wassen zich

# A1.16 Ejercicio de conjugación verbal

## A1.16 Oefening in werkwoordvervoeging



### Ejercicio:

### Conjugación verbal

**Instrucción:** Elige el verbo y el tiempo correctos.

*te bañas, os laváis, se ducha, os levantáis, se baña, me lavo, me levanto, se duchan, te duchas, nos bañamos*

1. Vosotros ..... el pelo todos los días.
2. .... después de levantarse.
3. Yo ..... los dientes todas las mañanas.
4. Yo ..... temprano todos los días.
5. .... antes de desayunar.
6. .... tras el gimnasio.
7. ¿..... a diario por la mañana?
8. Él ..... antes de vestirse.
9. Vosotros ..... muy tarde los domingos.
10. Ellas ..... todas las noches para relajarse.

**Opciones:**

1. os laváis 2. se baña 3. me lavo 4. me levanto 5. te bañas 6. nos bañamos 7. te duchas 8. se duchas 9. os levantáis 10. se duchan

