

Focusing on verbs in the present tense for yo, I.

Note: Remember that in Spanish, we remove the ending (ar, er, ir) in regular verbs to conjugate the verbs, and we add the ending -o. A few verbs are irregular and don't end in -o like: soy, doy, estoy.

Mi mañana

Yo generalmente me **despierto** alrededor de las siete de la mañana. **Pongo** la alarma a las siete de la mañana y cuando suena la alarma, la **vuelvo** a poner para las siete y media. Yo no me **levanto** de la cama inmediatamente. Me **quedo** en la cama por veinte o treinta minutos más. Me **relajo** por veinte a treinta minutos más antes de comenzar mi día. Algunas veces **tomo** una pequeña siesta; **tomo** una mini siesta antes de pararme de la cama. Esa es mi rutina antes de levantarme de la cama para comenzar mi día.

Una vez que me **levanto**, **abro** la cortina y la ventana del cuarto para airear el cuarto, para dejar que el aire entre al cuarto para recibir aire fresco. Después, **sacudo** las cobijas y las sábanas y **hago** la cama, **tiendo** la cama, y **limpio** el cuarto un poco. Me gusta cuando el cuarto está limpio y todo está organizado, arreglado y con las cosas en su lugar. **Recojo** cualquier basurita de la alfombra y **coloco** la ropa para dormir en el canasto de la ropa sucia para lavar después.

Después, **tomo** quince minutos para estirarme y para hacer ejercicios de estiramiento para los brazos, el cuello, las piernas y la espalda. También **hago** otros ejercicios de relajación para relajar el cuerpo. En mi cuarto **tengo** unas pesas pequeñas que **uso** para hacer ejercicio y para ejercitar los músculos de los brazos y los hombros. Si es un día cuando **tengo** más tiempo libre por la mañana, me gusta salir a caminar o a correr por 20 a 30 minutos antes de comenzar mis actividades del día.

Algunas veces me **baño** por la mañana. Si **hago** ejercicio ese día, definitivamente me doy un baño. Me gusta ducharme por la mañana la mayoría de las veces, pero otras veces solamente me **lavo** la cara, los brazos y las manos con agua y jabón y me **pongo** crema en la cara y en los brazos. Me **mojo** el cabello con un poco de agua, me **pongo** un poco de mousse y me **peino** el cabello con un cepillo.

Después de quitarme la ropa para dormir, de quitarme (Raúl: mi pijama) (Alba: mi pijama), me **visto**. Por lo regular, me **pongo** ropa cómoda y no demasiado formal para mi día de trabajo. Si es un día formal en el trabajo, me **pongo** ropa más formal. Si es un día regular, un día normal, me **pongo** ropa menos formal, pero más cómoda. Si hace mucho frío, me **pongo** un suéter o una chaqueta, unos guantes y una gorra. No me gusta tener frío y me gusta abrigarme cuando hace frío. Pero si hace calor, me **pongo** un atuendo más ligero y fresco.

Me **preparo** un desayuno ligero o mediano. No me gusta desayunar una comida muy abundante o fuerte. Me gusta desayunar. El desayuno es una comida muy reconfortante. También, me gusta tomar un vaso de agua. **Trato** de tomar por lo menos un vaso de agua por la mañana. **Tomo** agua sola, agua simple o agua con unas gotas de limón.

Mientras **desayuno**, **escucho** música, **escucho** la radio o **escucho** programas de podcast. También, mientras **como** mi desayuno y me **tomó** mi café o mi té, **leo** mis mensajes en mis redes sociales, **veo** las publicaciones de mis amigos en las redes sociales y también **leo** el periódico en mi Smartphone o en la computadora. **Paso** media hora de la mañana desayunando y leyendo. Cuando termino de desayunar, **lavo** los platos y los vasos y limpio la mesa. Me gusta cuando todo está limpio. Finalmente, **contesto** mis mensajes de correo electrónico y mis mensajes en las redes sociales y **comienzo** a hacer mis actividades del día.

Esta es mi rutina por la mañana.