

**Los horarios de los españoles**

COMER

TARDE

Y DORMIR

POCO

**Comidas**

En España, los horarios de las comidas son diferentes de los europeos. Normalmente se

desayuna muy poco antes de ir al trabajo (un café, un vaso de leche con galletas…), pero es muy normal hacer una pausa a media mañana, sobre las 11h, para comer un bocadillo o un cruasán, y un café.

Para la mayoría de los españoles, la comida principal es al mediodía, entre las 13.30 y las 15h de la tarde (las comidas de negocios pueden durar hasta las cinco).

De todos modos, la costumbre de almorzar más ligero se extiende entre los jóvenes. A los restaurantes, por la noche, se llega entre las 21.30 y las 00.00h. En casa, excepto niños y ancianos, es normal cenar a partir de las 21h. Y en verano, más tarde…

**Ano letivo 2015/2016 – abril**

**Comercios y oficinas**

Muchas tiendas cierran dos o tres horas al mediodía (de 13.30 a 16.30h) y muchas oficinas de organismos públicos o bancos no abren por la tarde. Los supermercados y grandes almacenes no cierran al mediodía.

**La siesta**

La famosa siesta española consiste en dormir un sueño corto después del almuerzo para recuperar la energía perdida durante la digestión, a causa del calor intenso de las tardes. Los españoles insisten en que se debe dormir unos minutos, entre quince y treinta, después de almorzar.

No es un fenómeno particular de España, ya que se ha extendido por Latinoamérica, Filipinas, Oriente Medio y el norte de África.

Adaptado de: Baulenas, N. S., Peris, E. M. & Garmendia, A. (2011). *Bitácora 1 – libro del alumno A1* (pp.70-71). Barcelona: Difusión.

www.1800sucolchon.com/sleepwell/siesta.asp

**Ocio**

A la salida del trabajo muchos españoles no vuelven inmediatamente a su casa. Toman una caña de cerveza o una copa de vino y una tapa con colegas o amigos. Por la noche, los españoles se acuestan muy tarde especialmente los fines de semana.

**Niños y escuelas**

Las escuelas primarias españolas tienen una pausa para comer de dos horas y media o tres. Los niños entran en el colegio a las 9 o a las 9.30h. Muchos comen en el colegio y salen de la escuela a las 17h.

Los alumnos de secundaria entran a las 8.30h. Después de la escuela, la mayoría tiene una o dos horas de actividades extraescolares (música, deporte…). Después, los deberes, la cena y un poco de tele. Resultado: muchos escolares no duermen lo suficiente.

**Ficha de comprensión escrita de Español – 7º curso – Unidad 3**

**1. Lee el texto y di si estas afirmaciones son verdaderas (V) o falsas (F):**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **V** | **F** |
| a. Los españoles desayunan un bocadillo o un cruasán y beben un café. | □ | □ |
| b. La comida principal es entre la una y media y las tres. | □ | □ |
| c. Las tiendas nunca cierran. | □ | □ |
| d. A la hora de la siesta los españoles duermen una hora todos los días. | □ | □ |
| e. La siesta no es un fenómeno particular de España. | □ | □ |
| f. A la salida del trabajo todos los españoles vuelven a casa. | □ | □ |
| g. Las horas de entrada de primaria y de secundaria son distintas. | □ | □ |
| h. Después de la escuela los estudiantes tienen actividades extraescolares. | □ | □ |

*[Escreva uma citação do documento ou o resumo de um ponto interessante. Pode posicionar a caixa de texto em qualquer ponto do documento. Utilize o separador Ferramentas da Caixa de Texto para alterar a formatação da caixa de texto do excerto.]*