|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **An ordinary day of sportsmen** | | |
| Утром | *Usually*  *Often*  *Always* | Просыпаемся в 7 утра |
| Каждый день | Спим 8 часов |
| Затем | Занимаемся бегом и принимаю душ |
| На завтрак | Едим кашу (porridge) |
| После завтрака | Идём в спортивный зал |
| На обед | Едим суп и салат |
| Днём | Занимаемся работой по дому |
| На ужин | Едим овощи, мясо или рыбу |
| Вечером | Встречаемся с друзьями и идём спать |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **An ordinary day of ordinary people** | | |
| Утром | *Usually*  *Often*  *Always* | Встаём поздно |
| Каждый день | Иногда мы работаем ночью и спим 4 часа |
| Затем | Принимаем ванну |
| На завтрак | Едим сэндвич и несколько конфет |
| После завтрака | Наша работа начинается |
| На обед | Едим гамбургер и газировку/кока-колу |
| Днём | Ходим по магазинам |
| На ужин | Пьём много кофе |
| Вечером | Смотрим телевизор и играем в компьютерные игры |

Homework:

1. *Write an email with a new daily routine for Marina* ***OR***
2. *Make a list of good daily habits*

Send on the email: asiakl72@mail.ru