

20 First-Person Singular Reflexive Chunk Families (with a Simple Past-Tense Preview)

1. (despertarse = to wake up)

- *Me despierto.*
- *Me despierto temprano.*
- *Me despierto temprano todos los días.*
- *Me despierto temprano todos los días porque me gusta trabajar por la mañana. (I wake up early every day because I like to work in the morning.)*
- **Past tense:** *me desperté (I woke up)*

2. (acostarse = to go to bed)

- *Me acuesto.*
- *Me acuesto tarde.*
- *Me acuesto tarde casi siempre.*
- *Me acuesto tarde casi siempre porque trabajo mejor por la noche. (I go to bed late almost always because I work better at night.)*
- **Past tense:** *me acosté (I went to bed)*

3. (prepararse = to get oneself ready)

- *Me preparo.*
- *Me preparo rápido.*
- *Me preparo rápido por la mañana.*
- *Me preparo rápido por la mañana porque no me gusta levantarme temprano. (I get ready quickly in the morning because I don't like waking up early.)*
- **Past tense:** *me preparé (I got ready)*

4. (vestirse = to get dressed)

- *Me visto.*
- *Me visto antes de desayunar.*
- *Me visto antes de desayunar todos los días.*
- *Me visto antes de desayunar todos los días para empezar el día con calma. (I get dressed before breakfast every day to start the day calmly.)*
- **Past tense:** *me vestí (I got dressed)*

5. (acordarse = to remember)

- *Me acuerdo.*
- *Me acuerdo de mis tareas.*
- *Me acuerdo de mis tareas cuando tomo café.*
- *Me acuerdo de mis tareas cuando tomo café porque empiezo a pensar en el día. (I remember my tasks when I drink coffee because I start thinking about the day.)*
- **Past tense:** *me acordé (I remembered)*

6. (bañarse = to bathe / shower)

- *Me baño.*
- *Me baño rápido.*
- *Me baño rápido por la mañana.*
- *Me baño rápido por la mañana porque tengo muchas cosas que hacer. (I take a quick shower in the morning because I have a lot to do.)*
- **Past tense:** *me bañé (I showered)*

7. (**peinarse = to do one's hair**)

- *Me peino.*
- *Me peino antes de salir.*
- *Me peino antes de salir todos los días.*
- *Me peino antes de salir todos los días para sentirme más preparada. (I do my hair before going out every day to feel more put-together.)*
- **Past tense:** *me peiné (I did my hair)*

8. (**quitarse = to take off**)

- *Me quito.*
- *Me quito los zapatos al llegar a casa.*
- *Me quito los zapatos al llegar a casa siempre.*
- *Me quito los zapatos al llegar a casa siempre porque me gusta relajarme. (I take off my shoes when I get home because I like to relax.)*
- **Past tense:** *me quité (I took off)*

9. (**ponerse = to put on**)

- *Me pongo.*
- *Me pongo la chaqueta.*
- *Me pongo la chaqueta cuando salgo a caminar.*
- *Me pongo la chaqueta cuando salgo a caminar porque hace fresco por la mañana. (I put on my jacket when I go for a walk because it's cool in the morning.)*
- **Past tense:** *me puse (I put on)*

10. (prepararse = to get oneself ready)

- *Me preparo.*
- *Me preparo para salir.*
- *Me preparo para salir con tiempo.*
- *Me preparo para salir con tiempo porque no me gusta sentirme apurada. (I get ready to go out with plenty of time because I don't like feeling rushed.)*
- **Past tense:** *me preparé (I got ready)*

11. (levantarse = to get up)

- *Me levanto.*
- *Me levanto temprano.*
- *Me levanto temprano los fines de semana.*
- *Me levanto temprano los fines de semana porque me gusta aprovechar la mañana. (I get up early on weekends because I like to make the most of the morning.)*
- **Past tense:** *me levanté (I got up)*

12. (relajarse = to relax)

- *Me relajo.*
- *Me relajo por la tarde.*
- *Me relajo por la tarde después del trabajo.*
- *Me relajo por la tarde después del trabajo para desconectarme un poco. (I relax in the afternoon after work to unwind a bit.)*
- **Past tense:** *me relajé (I relaxed)*

13. (sentarse = to sit down)

- *Me siento.*
- *Me siento en la sala.*
- *Me siento en la sala a leer.*
- *Me siento en la sala a leer porque es mi momento tranquilo del día. (I sit in the living room to read because it's my quiet moment of the day.)*
- **Past tense:** *me senté (I sat down)*

14. (quedarse = to stay / remain)

- *Me quedo.*
- *Me quedo en casa.*
- *Me quedo en casa los domingos.*
- *Me quedo en casa los domingos para descansar y organizar la semana. (I stay home on Sundays to rest and organize the week.)*
- **Past tense:** *me quedé (I stayed)*

15. (preocuparse = to worry)

- *Me preocupo.*
- *Me preocupo a veces.*
- *Me preocupo a veces por mis proyectos.*
- *Me preocupo a veces por mis proyectos porque quiero hacer las cosas bien. (I worry sometimes about my projects because I want to do things well.)*
- **Past tense:** *me preocupé (I worried)*

16. (lavarse = to wash oneself)

- *Me lavo.*
- *Me lavo las manos.*
- *Me lavo las manos antes de comer.*
- *Me lavo las manos antes de comer porque siempre tengo prisa y toco muchas cosas. (I wash my hands before eating because I'm always in a hurry and touch many things.)*
- **Past tense:** *me lavé (I washed)*

17. (afeitarse = to shave)

- *Me afeito.*
- *Me afeito por la mañana.*
- *Me afeito por la mañana casi todos los días.*
- *Me afeito por la mañana casi todos los días para sentirme más despierto/a. (I shave in the morning almost every day to feel more awake.)*
- **Past tense:** *me afeité (I shaved)*

18. (maquillarse = to put on makeup)

- *Me maquillo.*
- *Me maquillo un poco.*
- *Me maquillo un poco cuando salgo.*
- *Me maquillo un poco cuando salgo porque me hace sentir más arreglada. (I put on a little makeup when I go out because it makes me feel more put-together.)*
- **Past tense:** *me maquillé (I put on makeup)*

19. (dormirse = to fall asleep)

- *Me duermo.*
- *Me duermo rápido.*
- *Me duermo rápido cuando estoy cansada.*
- *Me duermo rápido cuando estoy cansada porque el día fue largo. (I fall asleep quickly when I'm tired because the day was long.)*
- **Past tense:** *me dormí (I fell asleep)*

20. (enojarse = to get angry)

- *Me enojo.*
- *Me enojo a veces.*
- *Me enojo a veces cuando hay mucho tráfico.*
- *Me enojo a veces cuando hay mucho tráfico porque me siento atrapada. (I get angry sometimes when there's a lot of traffic because I feel trapped.)*
- **Past tense:** *me enojé (I got angry)*

Pattern Recognition:

Most reflexive verbs that describe daily routines are -AR verbs.

- daily routines
- self-care
- getting ready
- morning/evening habits

Daily-Routine Reflexive Verbs include:

- **despertarse** — to wake up
- **levantarse** — to get up (physically get out of bed)
- **ducharse** — to take a shower

- **bañarse** — to bathe / to take a bath
- **afeitarse** — to shave
- **maquillarse** — to put on makeup
- **peinarse** — to do one's hair / to comb one's hair
- **vestirse** — to get dressed (*the big -IR exception*)
- **relajarse** — to relax
- **quedarse** — to stay / to remain
- **acostarse** — to go to bed
- **prepararse** — to get oneself ready

Full present tense conjugation of sample verb levantarse:

levantarse = to get up

yo → *me levanto*

tú → *te levantas*

él / ella → *se levanta* **usted** → *se levanta*

nosotros / nosotras → *nos levantamos*

ellos / ellas → *se levantan* **ustedes** → *se levantan*