mangio sempre una mela a pranzo

I always have / eat an apple at LUNCH / lunchtime

(*“for lunch" = per pranzo, e significa che si mangia solo quello*; *per le azioni che sono sempre vere si usa il present simple*)

Ciao, che fai? Vado a scuola

Hi / Hello, what are you doing? What are you up to / What’s up? I’m going to ~~the~~ school (*per le azioni che si stanno verificando nel momento in cui si parla si usa il present progressive*)

Il giovedì vado in bicicletta con mio cognato in campagna

On ThursdayS / Every Thursday I ride ~~the~~ my bike in the countryside with my brother-in-law

On ThursdayS I go ~~on the bike bicycling~~ cycling / I ride my bike … with my brother-in-law in the country(side). *Meglio: cycling in the country bike può essere sia bici che moto, nel dubbio bicyle*

Che fa? Sta guardando dalla finestra.

What ~~does~~ is he doing?

What ~~he’s~~ IS HE doing? He’s ~~watching out~~ LOOKING OUT the window. (*quando si usa watch si specifica sempre cosa si sta guardando, es. “he’s watching a bird outside the window”)*

Mi stai dicendo che vieni?

Are you saying TO me that you are going to come?

Are you saying ~~me~~ / telling me ~~are you~~ you are / you’re coming ~~come~~? (*say si usa senza specificare a chi si si parla, se si vuole specificare bisogna usare “tell”; nella frase secondario l’ordine soggetto verbo è regolare (are you saying “Are you coming?” diventa “are you saying you’re coming?). Notare che il primo presente progressivo esprime una azione presente, mentre il secondo esprime una azione futura (verra*i)

Stai capendo?

Are you ~~understandING~~

Do you understand? / Did you understand (what he just said)? / Are you following? (*understand nel senso di comprendere non si usa con la forma progressiva (è un cosidetto “stative” verb);*