

## Pramogos, gyvenimo būdas ir laisvalaikis

Kiekvienam žmogui privalu **pailsėti** (ne tik fiziškai, bet ir dvasiškai), o tam ir [skirtas] yra mūsų laisvalaikis. **Aplamai paėmus**, žmogus turi daug laisvalaikio, bet reikia turėti galvoje, kad maždaug vieną paros trečdalį miegame, kitą trečdalį praleidžiame darbe arba mokykloje, o paskutinį trečdalį poilsiaujame. Deja, laisvalaikis - tai ne vien pramogos. Ir laisvalaikio metu turime nemažai pareigų: studentai ir moksleiviai privalo ruoštis pamokoms bei paskaitoms, o dirbantys žmonės (vyrai ir moterys) privalo paaukoti dalį laisvo laiko šeimai ir buičiai arba pasirengimui darbui (tai priklauso nuo darbo). Atlikus visas tas pareigas, pagaliau lieka šiek tiek laiko mums patiems. Kiekvienas iš mūsų laisvalaikį leidžia savaip // kitu būdu; vieni aktyviai, o kiti - pasyviai. Aš nežinau, kaip nustatyti skirtumą tarp pasyvaus ir aktyvaus poilsio, bet tai nesvarbu.

Kurie ne kurie žmonės sugrįžę iš darbo įsijungia televizorių ir žiūri visas programas iš eilės arba įsijungia kompiuterį ir žaidžia kompiuterinius žaidimus. Toks būdas leisti savo laisvalaikį nėra labai naudingas // prasmingas (**nebent žmonės žiūrėtų** kokį dokumentinį filmą). Būtų geriau, jeigu jie atsiverstų knygą. Apie šitaip leidžiamą laisvalaikį galima kalbėti kaip apie pasyvų laisvalaikio leidimo būdą.//Šitaip leidžiamą laisvalaikį galima pavadinti pasyviu.

Kiti žmonės paliginti su pirmesniais yra aktyvesni, o išvyksta praleisti laisvalaikį ar pramogą lauke – ne tik mieste bei gamtoje. Dabar, yra labai populiarus sveikas gyvenimas būdas ir su juo yra sietas sportas. Sportuoti galima per viso <b>metinio laikų</b> – net per viso dieno laikų ☺. Pasaulyje eksistuoja labai daug įvairių sportų, kurie nei niekas negali suskaičiuoti. Dabar	Kiti žmonės <b>paliginti</b> su pirmesniais yra aktyvesni ir mėgsta leisti laisvalaikį bei pramogauti lauke – ne tik mieste, <b>bet</b> ir gamtoje. Dabar labai populiarus sveikas gyvenimo būdas, o su juo yra neatskiriama <b>susijęs</b> sportas. Sportuoti galima bet kuriuo metų laiku ir net bet kuriuo dienos//paros metu ☺. Pasaulyje <b>egzistuoja</b> labai daug įvairių sportų – niekas jų net suskaičiuoti
---	--

Čekijoje vyrams yra labai populiarius futbolą ir ledo ritulys (ne tik aktyviai, bet ir pasyviai televizijoje), tačiau ir kiti sportai, pvz. tenisas, tinklinis, krepšinis, golfas, važiavimas dviračiu ir pan. **Žmonams** labai populiarius lengvesni sportai pvz. aerobika, joga, bėgimas, plaukymas, mankšta, šokimas, baletas ir pan., bet tai nereiškia, kad žmonos nežaidžia futbolą, tinklinį ir kitus sportus. Šiuo laiku pradeda būti paprasti ir adrenalino sportai, jei turime gana pinigų galime pvz.: šokinėti parašiu, skraidyti parasparniais ar skraidyklėmis, slidinėti pro nepažymėtus kelius kalnuose ir t.t.

Žmonės, kurie nėra taip fiziškai talentingi, ar jiems nelabai patinka sportuoti, randa pramogą kultūroje. Žmonės mylinti dailę gali lankyti įvairias galerijas ir parodas. Žmonės mylinti istoriją lankosi muziejuose, važinėja į pilių ekskursijas, ar į kitų istorijų paminklus. Žmonės mylinti gamtą, gali išvykti nacionalinių parkų, gražios vietos kažkur miške ar paprastai aplankyti žvėrelius zoologijos sode... Daug žmonių savo laisvalaikyje groja pvz. pianu, fleita ar griežia smuiku.

negali. Dabar Čekijoje **tarp vyrų** labai populiarius futbolą ir ledo ritulys (jais domimasi ne tik aktyviai, bet ir pasyviai – **per** televiziją), tačiau domimasi ir kitais sportais, pvz., tenisu, tinkliniu, krepšiniu, golfu, **dviračių sportu** ir pan. Tarp moterų populiariesni lengvesni sportai, pvz., aerobika, joga, bėgimas, plaukiojimas, mankšta, šokiai, baletas ir pan., bet tai nereiškia, kad **moterys** nežaidžia futbolo, tinklinio ir kt. Šiais laikais vis labiau populiarėja ir **ekstremalieji** sportai - jei turime **užtektinai** pinigų, galime, pvz., šokinėti parašiu, skraidyti parasparniais ar skraidyklėmis, slidinėti nepažymėtomis kalnų trasomis ir t. t.

Žmonės, kurie nėra fiziškai gabūs ar kuriems nelabai patinka sportuoti, randa kultūrinių pramogų. **Dailės mėgėjai//mylėtojai** gali lankyti įvairias galerijas ir parodas. Žmonės, **mėgstantys** istoriją, lankosi muziejuose, važinėja į ekskursijas **po pilis** ar kitus istorijos paminklus. Žmonės, mylintys gamtą, gali keliauti į nacionalinius parkus, ieškoti gražių vietų kur nors miške ar **paprasciausiai** aplankyti **žvėrelius//gyvūnėlius** zoologijos sode... Daug žmonių laisvalaikiu groja, pvz., **pianinu**, **fleita** ar griežia smuiku. Vakara

Vakarais žmonės lankosi teatre, kine ir jei jie nėra kultūros ar sporto sirgaliai, jie eina pasisedėti ir paplepėti su savo draugais į restorane. Taip pat vakarais nueita į šokius arba diskoteką, o taip pat koncertus klausinėti muzikos.

Nemažas dalis iš laisvalaikio yra atostogaujimas. Yra labai daug vietų, kur žmonės atostogauja poilsiauti ar linksmintis. Labai populiarios yra atostogos prie jūros, aplankėjimai istorijos paminklų užsienyje, poilsiauti vasaravietėje ar kaime – todėl kad ne tik užsienyje galima praleisti gerų pramogų. Kaime galite vaikščioti per mišką ar grybauti, maudytis tvenkinyje, važinėti dviračiu, įdėgti ir t.t.

Kai mes nemokame teisingai pasinaudoti laisvalaikiu, tai veda nuobouliu. Todėl yra svarbu, kad tėvai vestų savo vaikus gerai pasinaudoti laisvalaikio.

Gyvenimo būdas yra skirtingas žmogus nuo žmogaus, tai priklauso nuo šeimą, draugus, socialinę poziciją bei nuo gyvenimo viietą. Gyvenimo būdas yra dažnai susijusi su apsirengimo stilumi, pvz. žmogus klausantis kokį nors

žmonės lankosi teatre, kine, o jei jie nėra [ypatingi] kultūros mėgėjai ar sporto sirgaliai, eina pasisėdėti ir paplepėti su savo draugais į restoraną. Taip pat vakarais einama į šokius, diskoteką arba į koncertą pasiklausyti muzikos.

Nemaža laisvalaikio dalis tenka atostogoms. Yra labai daug vietų, kur žmonės atostogauja, poilsiauja ar linksminasi. Labai populiaria yra atostogauti prie jūros, aplankyti istorijos paminklus užsienio šalyse, poilsiauti vasaravietėje ar kaime – todėl kad ne tik užsienyje galima puikiai papramogauti. Kaime galite vaikščioti po mišką ar grybauti, maudytis tvenkinyje, važinėti dviračiu, degintis ir t.t.

Jei nemokame//nesugebame turiningai praleisti laisvalaikio, užplūsta nuobodulys // imame nuobodžiauti. Todėl svarbu, kad tėvai (iš)mokytų savo vaikus prasmingai panaudoti [savo] laisvalaikį.

Kiekvieno žmogaus gyvenimo būdas vis kitoks // Kiek žmonių, tiek gyvenimo būdų, tai priklauso nuo šeimos, draugų, socialinės padėties bei nuo gyvenamosios vietos. Gyvenimo būdas yra dažnai susijęs su apsirengimo stilumi, pvz., žmogus, klausantis tam tikro stiliaus muzikos,

muzikos stilius yra dažnai apsilikęs kaip jo mėgstamas muzikantas.

dažnai vilki kaip jo mėgstamas muzikantas.