

«Ты и твое  
свободное время!»



- Вряд ли кто-нибудь хочет целыми днями сидеть дома и ничего не делать. Иногда бывают такие моменты, когда просто не знаешь чем заняться в свободное время.
- Разнообразить свое свободное время можно по-разному, но для этого нужны определенные усилия. В отличие от просмотра телевизора или простого расслабления, активный отдых должен быть продуман заранее. Возможно, вам потребуется составить план, и обязательно понадобится первоначальный толчок, чтобы сдвинуть вас с места.



# Советы как весело провести свободное время:



# 1. Создай свой собственный сад.

- Создав свой личный сад, ты будешь ежедневно уделять ему как минимум 30 минут времени, что уже дает пользу прожитому дню. Так же есть другие плюсы: уход, забота и, в конце концов, радость, когда твоя любимая растение расцветает.



## 2. Прогулка по парку.

- Это действительно хороший способ весело провести свободное время. Можно разнообразить прогулку и покататься на велосипеде или роликах. Лучший способ весело провести свободное время это позвать своих лучших друзей и вместе сходить в парк, говоря о прошлом и настоящем.



## 3. Концерты.

- Концерты бывают часто, особенно если вы живете в большом городе. В Интернете есть сайты, посвященные именно такому способу проведения свободного времени. На них вы можете найти точную дату ближайшего концерта в вашем городе. На концерте всегда можно найти, чем заняться.



## 4. Изучением нового языка

- Попробуйте выучить новый язык. Овладение любой неродном языке очень стимулирует и приносит массу удовольствия.



## 5. Пикник.

- Это лучший способ провести время с друзьями в лесу. Сделайте несколько бутербродов, возьмите фруктов и овощей, а также почитайте способы, как развлечься с друзьями. Ваше свободное время пройдет замечательно!





## 6. Освободи полки.

- У каждого в доме есть не нужные книги и журналы, которые все время мешают или занимают много места. Так почему бы тебе не собрать все эти материалы в мешки и не отнести в библиотеку, если ты не знаешь чем заняться в свободное время? Тебе там будут рады и еще спасибо скажут!



## 7. Изучай звезды.

- Проведи ночь с пользой, когда тебе не спится! Когда ночью нет ни единой тучки и видны звезды, поищи в Интернете созвездия и найди каждое из них. Так же в Интернете ты сможешь найти подробную информацию о звезде, которая отличается от других. Найди источник информации и побудь одну ночь звездочетом!



## 8. Будь добровольцем.

- Конечно, я понимаю, что не каждый хочет кому-то бесплатно помогать, но чем еще заняться в свободное время? Помогая кому-то ты знакомишься с совершенно новыми людьми, и может быть это что-то изменит в твоей жизни. Вдруг ты найдешь новых друзей или даже вторую половинку. Попробуй и ты узнаешь!



## 9. Поход в библиотеку.

- Если ты записан в библиотеку, то тебе точно надо туда сходить на весь день. Ты можешь что-то иметь против библиотек, и я тебя пойму, но в библиотеке ты можешь всегда найти то, что тебя заинтересует. Это может быть интересный боевик, любимый журнал или познавательная энциклопедия.



# 10. Рисуйте.

- Когда не знаешь чем заняться дома в свободное время, можно попытаться развить свои художественные способности. Возьмите карандаши, фломастеры, краски и чистый альбом бумаги. Рисуй то, что хочешь. Если в голову ничего не приходит, зайти на сайты с красивыми картинками и выберете какой-то один, который тебе понравится больше и который будет легко нарисовать.



# 11. Создайте картину из картинок.

- Когда нечем заняться дома соберите не нужную кучу журналов, возьмите ножницы, клей и огромный лист бумаги. Из журналов вырезайте интересные картинки и фотографии и сделайте из них одну целую картину со смыслом. Так же таким образом вы можете сделать оригинальный подарок на день рождения своим друзьям. Вырезайте смешные фотографии людей из журналов и замените их головы, головами ваших друзей. Замечательный подарок!



# 12. Занимайся спортом.

- Каждый день, вместо того чтобы бездельничать в свободное время лучше создать личную программу физических упражнений и заниматься по ней ежедневно. Это очень полезно и ты будешь знать как провести свободное время, особенно когда не знаешь чем заняться. Выбери любой вид физической деятельности, который будет тебя захватывать, и создай хорошую стимулирующую атмосферу. Это не только укрепит твое здоровье, но и создаст ощущение деятельности скорее, чем сидение на диване.



## 13. Создай дневник.

- В Интернете есть огромное количество сайтов, которые предлагают тебе личную страницу в Интернете. Ты можешь ее использовать в своих целях. Можешь писать свои мемуары и запрещать их просматривать другим, а можешь зарабатывать на личной странице деньги пополняя ее ежедневно интересной информацией.





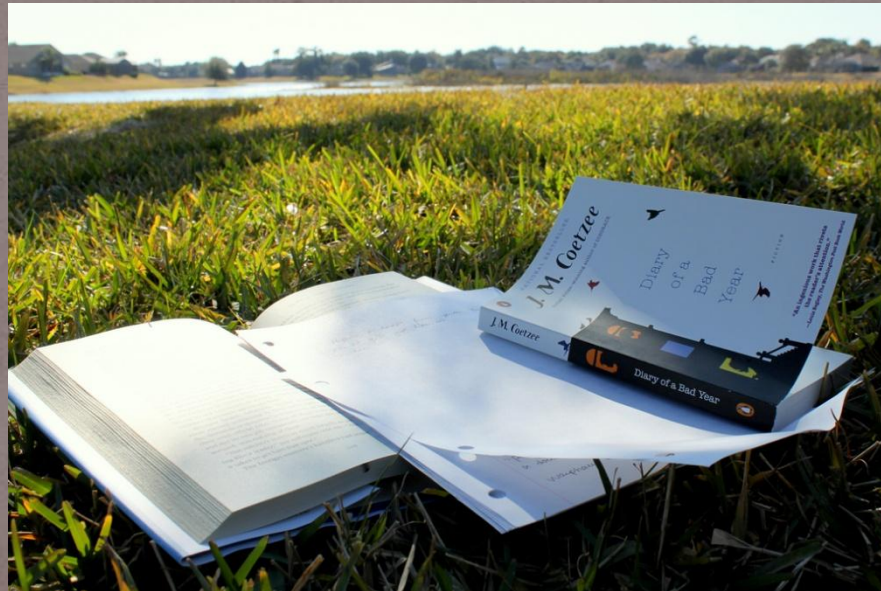
# 14. Компьютерные игры.

- Интерактивные развлечения могут в значительной степени способствовать созданию активного настроения. К такого рода развлечениям можно привыкнуть, но если вы запланируете уделять этому лишь немного времени, то это поможет вам расслабиться и приятно провести свободное время.



# 15. Начните какой-то проект.

- Проект, рассчитанный на достижение определенной цели течения нескольких месяцев - очень увлекательная и невероятно полезное дело. Начните уже писать этот роман, о котором давно думаете.



# 16. Общение.

- Общественная деятельность, разнообразные кружки, а также походы в гости и встречи с друзьями приносят массу положительных эмоций.



*Правильно выбранное и  
содержательное занятие на  
свободное время должно  
восстанавливать силы и  
психическую энергию, а также  
способствовать  
совершенствованию человека.*

Это были лишь советы как можно  
провести свое свободное время, но  
ты в праве сам выбирать, чем ты  
можешь и хочешь заниматься!