

Hva er fritid?

I Norge har mange mye fritid. Fritid er den tida i døgnet når vi ikke jobber eller går på skole.

Dette kan være mange timer i døgnet. Normal arbeidstid i full jobb er 7,5 timer hver dag fra mandag til fredag. Dette blir 37,5 timer i uka. I tillegg bruker vi tid til å reise eller gå til jobb eller skole.

Vi bruker og mange timer til andre oppgaver i hjemmet eller i familien. Så det er ikke helt riktig å si at vi enten er på jobb/ skole eller så har vi fritid.

Hjemme må vi lage mat, vaske klær, vaske hus og ta oss av familien. Dersom vi har barn, så er dette en stor oppgave. Barna skal hjelpes med mange oppgaver. Noen foreldre hjelper ungene med lekser, noen er med barna på fritidsaktiviteter. Fritidsaktiviteter for barn kan være fotball, håndball eller andre former for idrett eller musikk.

Mye tid bruker vi voksne til faste oppgaver i hjemmet. Men noe **tid** blir igjen til fritid. Voksne mennesker bruker mye fritid hjemme. Noen liker å lese, noen synes det er moro å se på Tv, andre liker å være på Internett. Mange sier *at de koser seg* hjemme. Men mange er og glad i å være sammen med andre mennesker. Dette kan være familie eller venner

Noe av fritida blir brukt til å gjøre ting utenom hjemmet. Noen liker å shoppe. Andre like å gå tur i byen. Mange liker å være ute i naturen. Å gå på ski er en aktivitet. Å gå tur i skogen er også populært.

Mange mennesker er med på frivillige aktiviteter. Noen er med som ledere i idretten, noen er med i Røde kors og liknende organisasjoner.

Folk bruker fritida forskjellig. Ikke alt vi gjør på fritida trenger å koste mye penger. Det er gratis å låne bøker, høre på radio eller å gå tur. Tv må vi betale for, men prisen er den samme om vi ser mye eller lite.

Vi snakker nok mye om fritid fordi den er viktig for oss mennesker.

Spørsmål.

- 1: Hva er fritid?
- 2: Hvor mange timer har et døgn?
- 3: Hvor mange timer er en vanlig arbeidsdag?
- 4: Hva **må** vi gjøre hjemme?
- 5: Fortell om fritidsaktiviteter for barn?
- 6: Fortell om fritidsaktiviteter for voksne?
- 7: Finnes det fritidsaktiviteter som er gratis?
- 8: Hva mener vi med *å kose oss* hjemme?