DIỄN TẢ LÝ DO THÍCH

Mang tính giải trí

Cụm từ/Động từ đi kèm:

- *giảm căng thẳng* --> **reduce stress**
- *thư giãn* --> **relax / unwind**
- *giải tỏa đầu óc* --> **clear my head**
- *nạp lại năng lượng* --> **recharge my batteries**
- *thổ lộ/ giải bày cảm xúc bên trong* --> **express my inner feelings**
- *thoát khỏi thực tại* --> **escape from reality**
- *thoát khỏi sự hối hả và nhộn nhịp của thành phố* --> **escape from the hustle and bustle of the city**
- *tạm thời quên đi tất cả áp lực và lo lắng từ cuộc sống hàng ngày của tôi* --> **temporarily forget all the pressures or worries from my daily life**

Mang tính giáo dục

1. Dạng danh từ / cụm danh từ: learn various skills such as [V-ing / N]

- *giải quyết vấn đề* --> **problem-solving *skills***
- *quản lý tiền bạc* --> **money management *skills***
- *quản lý căng thẳng* --> **stress management *skills***
- *làm việc theo nhóm* --> **teamwork *skills***
- *suy nghĩ độc lập* --> **independent thinking *skills***

2. Dạng động từ: learn how to + [V]

- *giải quyết các tình huống khó khăn một cách hiệu quả hơn*
  → **deal with difficult situations more effectively**
- *quản lý tiền bạc/ ngân sách tốt hơn*
  → **manage my money/ budgets better**
- *kiểm soát căng thẳng hiệu quả hơn*
  → **curb stress more effectively**
- *làm việc theo nhóm/ làm việc trong một môi trường đội nhóm*
  → **work as a team/ work effectively in a team environment**
- *suy nghĩ độc lập hơn*
  → **think more independently**
- *đặt ra mục tiêu tài chính cá nhân*
  → **set personal financial goals**
- *gặp gỡ nhiều người khác nhau*
  → **meet people from all (different) walks of life / meet different people**
- *khám phá những khu vực khác nhau của thế giới*
  → **explore different parts of the world**
- *khám phá những văn hóa và truyền thống khác nhau*
  → **explore different cultures and traditions**
- *mở rộng tầm nhìn*

LIVEWORKSHEETS

→ **widen my horizons**

- *làm giàu vốn kiến thức*
  → **enrich my knowledge**
- *thử thách bản thân/ đẩy bản thân tới giới hạn cao nhất*
  → **challenge myself / push myself to the limit**
- *trở nên tự tin và độc lập hơn*
  → **become more confident and independent**
- *trở thành một phiên bản tốt hơn của bản thân*
  → **become a better version of myself**
- *trở thành một con người toàn diện hơn*
  → **become a more well-rounded person**
- *phát triển trí tưởng tượng và sáng tạo của mình*
  → **develop my imagination and creativity**

Tốt cho sức khỏe

- ***keep fit / stay healthy / keep in shape***
- *--> giữ dáng / khỏe mạnh*
- ***improve my health***
- *--> cải thiện sức khỏe*
- ***prevent various health problems such as high blood pressure / stroke / heart attack / cancer***
- *--> tránh các vấn đề về sức khỏe như cao huyết áp / đột quỵ / đau tim / ung thư*
- ***strengthen my muscles***
- *--> tăng cường cơ bắp*
- ***burn excess calories and maintain a healthy weight***
- *--> đốt calo thừa và duy trì một cân nặng phù hợp*
- ***enhance agility and flexibility***
- *--> tăng cường sự nhanh nhạy và dẻo dai*
- ***build mental resilience and discipline***
- --> Xây dựng sự kiên cường tinh thần và tính kỷ luật
- ***clear one's mind / sharpen mental focus***
- --> Làm trống đầu óc / Tăng cường sự tập trung trí tuệ
- ***foster teamwork and friendship***
- *--> Nuôi dưỡng tinh thần đồng đội và tình bạn*

LIVEWORKSHEETS