La découverte de Léa : s'amuser sans les écrans

Histoire réaliste • 9 ans et plus

Chapitre 1 : La petite fille et les écrans

La petite fille s'appelait Léa, elle avait 10 ans et aimait passer du temps devant la télévision et jouer à des jeux sur sa tablette. Ses parents travaillaient beaucoup et n'avaient pas toujours le temps de jouer avec elle ou de la surveiller lorsqu'elle utilisait les écrans.

Un jour, Léa est rentrée de l'école et a allumé la télévision. Elle a regardé des dessins animés pendant des heures sans se rendre compte du temps qui passait. Quand sa mère est rentrée à la maison, elle a vu que la petite fille était toujours devant la télévision et lui a demandé de l'éteindre.

Léa a protesté et a dit qu'elle ne voulait pas arrêter de regarder la télévision. Sa mère a expliqué que passer trop de temps devant les écrans n'était pas bon pour sa santé et qu'elle devait faire d'autres activités pour se divertir.

Léa n'était pas convaincue et a finalement fini par éteindre la télévision. Elle s'est alors demandé ce qu'elle pouvait faire d'autre.

Chapitre 2 : Les activités de Léa

Léa a décidé de sortir dehors et de jouer avec ses amis dans le parc. Elle a joué au football, fait de la balançoire et a couru dans l'herbe. Elle s'est rendue compte qu'elle aimait beaucoup être dehors et jouer avec ses amis.

Le lendemain, Léa a décidé de faire autre chose. Elle a pris un livre et a commencé à lire. Elle s'est plongée dans une histoire passionnante et a passé des heures à lire. Elle a ensuite dessiné les personnages du livre et a inventé sa propre histoire.

Léa a également décidé de passer du temps avec sa famille. Elle a joué aux cartes avec son frère et a aidé sa mère à préparer le dîner. Elle s'est rendue compte qu'elle aimait passer du temps avec les personnes qu'elle aimait et qu'elle pouvait s'amuser sans les écrans.

Chapitre 3 : La découverte de Léa

Léa a commencé à explorer d'autres activités en dehors des écrans. Elle a commencé à faire de la danse et a adoré ça. Elle a également commencé à jouer d'un instrument de musique et a découvert qu'elle avait beaucoup de talent.

Elle a également commencé à s'intéresser aux insectes et aux animaux. Elle a acheté des livres sur le sujet et a commencé à observer les animaux dans son jardin. Elle a même commencé à créer un jardin pour les papillons et les abeilles.

Léa était heureuse de découvrir de nouvelles choses et de s'amuser sans les écrans. Elle a compris que les écrans étaient amusants, mais qu'il y avait tellement d'autres choses à faire dans la vie.

Chapitre 4 : Les bienfaits de la vie sans écrans

Léa a remarqué qu'elle se sentait mieux depuis qu'elle passait moins de temps devant les écrans. Elle avait plus d'énergie et se sentait plus en forme. Elle dormait mieux la nuit et avait moins de maux de tête.

©www.meshistoiresdusoir.fr

Elle a également remarqué que sa concentration s'était améliorée et qu'elle était plus attentive à l'école. Elle avait plus de temps pour faire ses devoirs et pour apprendre de nouvelles choses.

Léa a compris que passer moins de temps devant les écrans avait de nombreux bienfaits pour sa santé et son développement personnel. Elle était heureuse d'avoir découvert de nouvelles activités et de s'amuser sans les écrans.

Chapitre 5 : Conclusion

Léa a compris que les écrans étaient amusants, mais qu'il était important de ne pas en abuser. Elle avait découvert de nouvelles activités et de nouveaux centres d'intérêt qui lui permettaient de s'amuser sans les écrans.

Elle a également compris que passer moins de temps devant les écrans avait de nombreux bienfaits pour sa santé et son développement personnel. Elle était heureuse d'avoir découvert de nouvelles choses et de s'amuser sans les écrans.

Léa a décidé de continuer à explorer de nouvelles activités et de passer moins de temps devant les écrans. Elle était heureuse de s'amuser et de profiter de la vie sans les écrans.

©www.meshistoiresdusoir.fr

Le quizz : as-tu bien compris l'histoire ?

1) Comment s'appelle la petite fille de l'histoire ?
• Lucie
• Léa
• Lola
• Léna

2) Quel est le problème de Léa avec les écrans ?
• Elle ne sait pas comment les utiliser
• Elle passe trop de temps devant
• Elle n'aime pas les écrans
• Elle n'en a pas accès

3) Que fait Léa pour se divertir en dehors des écrans ?
• Elle joue à des jeux sur sa tablette
• Elle regarde la télévision
• Elle sort jouer avec ses amis
• Elle reste seule dans sa chambre

4) Quels sont les bienfaits de la vie sans écrans selon Léa ?
• Plus de fatigue
• Meilleure concentration
• Plus de maux de tête
• Toutes les réponses sont correctes

5) Que décide Léa à la fin de l'histoire ?
• De passer encore plus de temps devant les écrans
• De ne plus jamais utiliser d'écrans
• De continuer à explorer de nouvelles activités et de passer moins de temps devant les écrans
• De ne plus jamais sortir dehors

Bonnes réponses :
1) Léa 2) Elle passe trop de temps devant 3) Elle sort jouer avec ses amis 4) Toutes les réponses sont correctes 5) De continuer à explorer de nouvelles activités et de passer moins de temps devant les écrans

©www.meshistoiresdusoir.fr

Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

Divertir: Amuser
Plonger: être totalement absorbé par quelque chose
Insectes: Petits animaux à six pattes comme les abeilles, les papillons, les fourmis, etc.
Talent: Capacité naturelle à faire quelque chose de bien
Concentration: Capacité à se concentrer sur une tâche
Abuser: Utiliser quelque chose trop souvent ou trop longtemps

©www.meshistoiresdusoir.fr