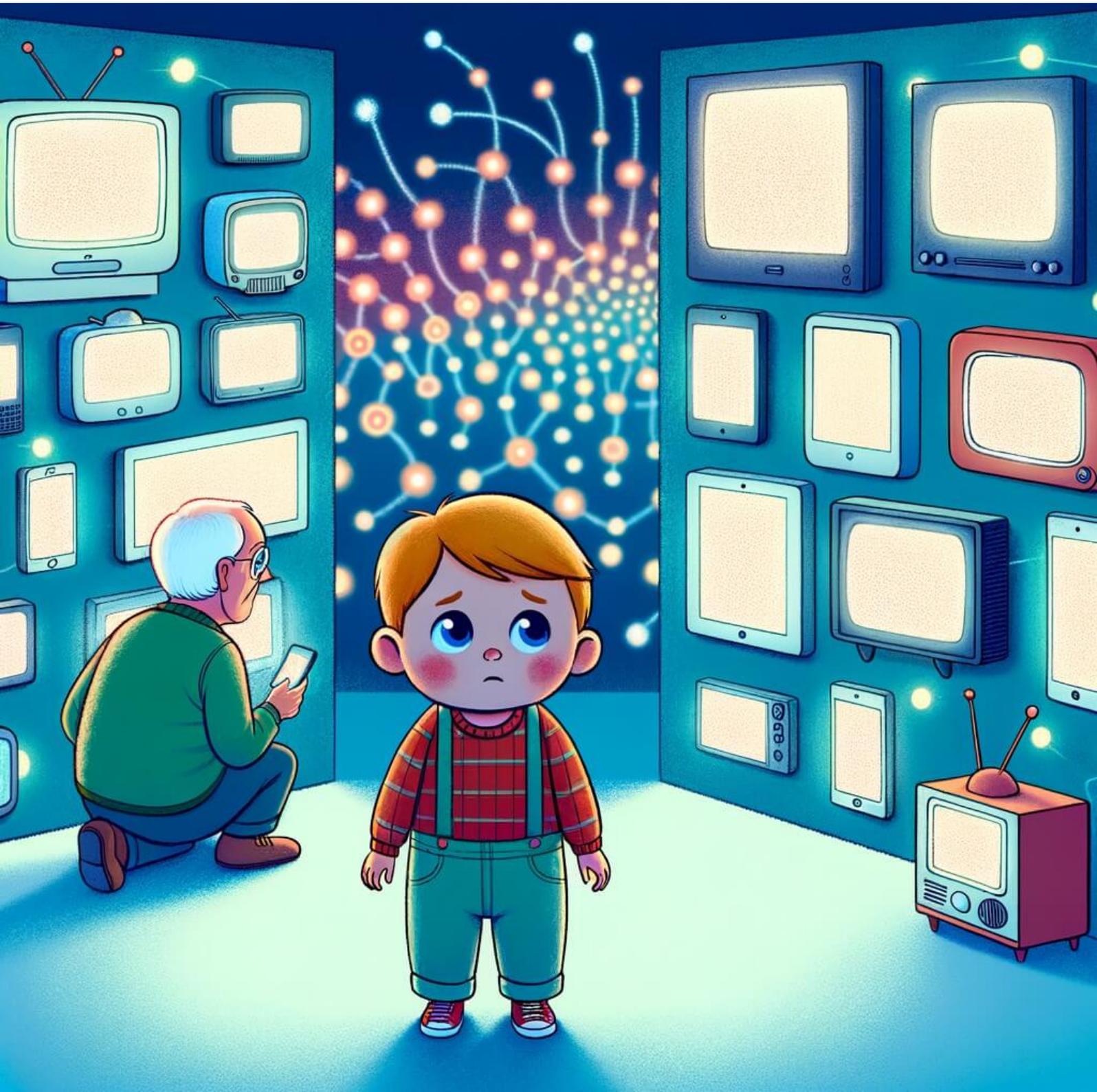


Léo et la gestion des écrans

Histoire réaliste • 5/6 ans



Aujourd'hui, c'est une journée comme les autres pour Léo, un petit garçon de 6 ans. Il se réveille, se lave les dents, s'habille et part déjeuner avec sa famille. Mais ce matin, quelque chose d'étrange se passe. Léo ne parle pas beaucoup et semble préoccupé. Sa maman lui demande ce qui ne va pas, mais Léo reste silencieux.

En arrivant à l'école, Léo ne joue pas avec ses amis comme d'habitude. Il reste assis à l'écart, les yeux dans le vague. Sa maîtresse le remarque et vient le voir. Elle lui demande ce qui se passe, mais Léo ne répond pas. La maîtresse se dit qu'il vaut mieux laisser Léo tranquille pour l'instant.

En rentrant de l'école, Léo ne veut pas jouer avec sa petite sœur ni regarder la télévision. Il reste assis sur le canapé, sans rien faire. Sa maman s'inquiète de plus en plus et décide de lui parler.

« Léo, est-ce que tout va bien ? Tu es si silencieux aujourd'hui. Est-ce que tu veux me parler de quelque chose ? »

Léo reste silencieux pendant un moment, puis il finit par répondre : **« Je ne sais pas si j'aime les écrans. Tout le monde parle de la télévision, des jeux vidéo et des tablettes, mais je ne sais pas si c'est bien pour moi. »**

Sa maman sourit et l'invite à s'asseoir à côté d'elle. **« Je comprends ce que tu ressens, Léo. Les écrans peuvent être amusants, mais ils peuvent aussi être mauvais pour nous. Regarder la télévision toute la journée peut nous rendre paresseux et ne pas nous permettre de faire assez d'exercice. Jouer à des jeux vidéo peut nous rendre agressifs et ne pas nous permettre de développer notre créativité. Mais cela ne veut pas dire que nous ne pouvons pas profiter des écrans de temps en temps. Il suffit de les utiliser avec modération. »**

Léo réfléchit à ce que sa maman vient de dire et décide de faire quelque chose pour mieux gérer son temps d'écran. Il commence par faire du sport avec sa petite sœur, puis il dessine un beau dessin avec des couleurs vives. Ensuite, il aide sa maman à préparer le dîner et à mettre la table. Léo a tellement de choses à faire qu'il ne pense plus aux écrans.

Le soir, Léo se sent mieux. Il a compris qu'il pouvait utiliser les écrans avec modération et qu'il y avait tellement d'autres choses à faire dans la vie. Il remercie sa maman et sourit en se disant que demain sera un nouveau jour rempli d'aventures.

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

1) Comment s'appelle le petit garçon de l'histoire ?

- Lucas
- Léo
- Louis
- Liam

2) Pourquoi Léo est-il triste au début de l'histoire ?

- Parce qu'il n'a pas d'amis
- Parce qu'il est malade
- Parce qu'il ne veut pas aller à l'école
- On ne sait pas

3) Pourquoi la maîtresse ne dérange-t-elle pas Léo à l'école ?

- Parce qu'elle est fâchée contre lui
- Parce qu'elle ne l'aime pas
- Parce qu'elle pense qu'il a besoin de temps pour réfléchir
- On ne sait pas

4) Qu'est-ce que la maman de Léo lui explique sur les écrans ?

- Qu'il ne doit jamais les utiliser
- Qu'il peut les utiliser autant qu'il veut
- Qu'il doit les utiliser avec modération
- On ne sait pas

5) Que fait Léo pour se sentir mieux ?

- Il regarde la télévision
- Il joue à des jeux vidéo
- Il fait du sport, dessine et aide sa maman
- On ne sait pas

Bonnes réponses :

1) Léo 2) On ne sait pas 3) Parce qu'elle pense qu'il a besoin de temps pour réfléchir 4) Qu'il doit les utiliser avec modération 5) Il fait du sport, dessine et aide sa maman

Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

Modération: Utilisation raisonnable et limitée

Développer: Améliorer et faire grandir

Agressif: Qui est en colère et peut faire du mal aux autres

Exercice: Activité physique pour rester en bonne santé

Créativité: Capacité à inventer et à créer des choses nouvelles