

# Lisa et les écrans

Histoire réaliste • 5/6 ans



## Chapitre 1: La petite fille et la télévision

Lisa était en train de regarder la télévision pour la troisième fois aujourd'hui. Elle aimait bien regarder des dessins animés et des films, mais elle commençait à s'ennuyer. Elle décida d'éteindre la télévision et de chercher quelque chose à faire.

Elle alla voir sa maman dans la cuisine pour lui demander des idées. Sa maman lui proposa de dessiner ou de jouer avec ses jouets. Lisa aimait bien dessiner, donc elle décida de prendre ses crayons et son carnet de dessin.

En dessinant, elle se rendit compte qu'elle s'amusait beaucoup plus que devant la télévision. Elle se dit qu'elle devrait faire ça plus souvent.

## Chapitre 2: Lisa et sa tablette

Le lendemain, Lisa jouait avec sa tablette. Elle aimait jouer à des jeux et regarder des vidéos. Sa maman lui avait dit qu'elle pouvait jouer avec sa tablette pendant une heure par jour, mais Lisa avait du mal à s'arrêter.

Sa maman lui demanda si elle voulait faire autre chose, comme aller jouer dehors ou lire un livre. Lisa répondit qu'elle voulait continuer à jouer. Sa maman lui expliqua que jouer avec sa tablette était bien, mais qu'il était important de faire d'autres activités pour s'amuser et apprendre.

Lisa finit par s'arrêter et alla jouer dehors avec ses amis. Elle avait oublié à quel point c'était amusant de jouer avec d'autres enfants.

## Chapitre 3: Lisa et son ordinateur

Plusieurs semaines plus tard, Lisa avait besoin de l'ordinateur pour faire un travail pour l'école. Elle aimait bien utiliser l'ordinateur, mais elle avait du mal à se concentrer. Elle avait envie d'aller sur des sites web amusants plutôt que de travailler.

Sa maman lui donna quelques astuces pour se concentrer, comme prendre des pauses régulières et se fixer des objectifs. Lisa suivit les conseils de sa maman et réussit à finir son travail plus rapidement que prévu.

## Chapitre 4: Lisa et les écrans

Lisa comprit que les écrans étaient amusants, mais qu'il était important de faire d'autres activités pour s'amuser et apprendre. Elle aimait dessiner, jouer dehors et lire des livres autant que jouer avec sa tablette ou regarder la télévision.

Un jour, Lisa et sa maman allèrent à la bibliothèque. Lisa adorait la bibliothèque, car elle pouvait emprunter des livres et des DVD. Sa maman lui dit qu'ils pouvaient emprunter un livre ou un DVD pour la soirée, mais pas les deux.

Lisa prit un livre et sa maman prit un DVD. Ils rentrèrent à la maison et Lisa adora lire son livre pendant que sa maman regardait le DVD. Elle se rendit compte qu'elle aimait autant lire que regarder des films.

## Chapitre 5: Conclusion

Depuis ce jour, Lisa avait appris qu'il était important de faire différentes activités pour s'amuser et apprendre. Elle aimait toujours regarder la télévision et jouer avec sa tablette, mais elle aimait aussi lire, dessiner et jouer dehors.

Lisa comprit que les écrans étaient amusants, mais qu'il était important de ne pas y passer toute la journée. Elle se sentait plus heureuse et plus épanouie en faisant d'autres activités.

Sa maman était fière d'elle et lui dit qu'elle avait appris une leçon importante. Lisa était contente de savoir qu'elle pouvait s'amuser de différentes manières et profiter de chaque moment de sa vie.

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

### 1) Que faisait Lisa en début d'histoire ?

- a) Elle jouait avec ses jouets
- b) Elle regardait la télévision
- c) Elle dessinait
- d) Elle lisait un livre

### 2) Que propose la maman de Lisa pour qu'elle s'amuse ?

- a) Jouer à des jeux vidéo
- b) Aller faire les courses
- c) Dessiner ou jouer avec ses jouets
- d) Regarder la télévision

### 3) Combien de temps par jour Lisa peut-elle jouer avec sa tablette ?

- a) 30 minutes
- b) 1 heure
- c) 2 heures
- d) Autant qu'elle veut

### 4) Que doit faire Lisa pour se concentrer sur son travail sur l'ordinateur ?

- a) Regarder des vidéos
- b) Prendre des pauses régulières
- c) Jouer à des jeux vidéo
- d) Ne rien faire

### 5) Que fait Lisa à la bibliothèque avec sa maman ?

- a) Elle emprunte un livre et un DVD
- b) Elle regarde les magazines
- c) Elle joue à des jeux vidéo
- d) Elle ne fait rien

### Bonnes réponses :

1) b) Elle regardait la télévision 2) c) Dessiner ou jouer avec ses jouets 3) b) 1 heure 4) b) Prendre des pauses régulières 5) a) Elle emprunte un livre et un DVD

## Glossaire : les mots compliqués de l'histoire

**épanouie:** Heureuse et satisfaite

**Astuces:** Conseils pour aider à faire quelque chose

**Objectifs:** Choses que l'on veut accomplir

**Emprunter:** Prendre quelque chose en prêt pour une période de temps déterminée

**DVD:** Disque contenant un film ou une émission de télévision pour être regardé sur un lecteur de DVD

**Concentration:** Capacité à se concentrer et à se concentrer sur une tâche

**Tablettes:** Appareils électroniques portables qui permettent de naviguer sur Internet, d'envoyer des courriels, de jouer à des jeux, etc.

**écrans:** Dispositifs électroniques, tels que des télévisions, des ordinateurs et des tablettes

**Dessins animés:** Films d'animation avec des personnages dessinés à la main ou à l'ordinateur

**Enrichissantes:** Rempli de choses intéressantes et éducatives

**Période:** Une quantité de temps spécifique