

СДЕЛАЙ КОМПЬЮТЕР СВОИМ ДРУГОМ

Здравствуйте, дорогие ребята! Я уверена, что вы любите смотреть мультфильмы по телевизору и играть в компьютерные игры.

Компьютер — очень умная машина! С помощью компьютера можно играть, рисовать, сочинять музыку, переписываться с друзьями. Но я хочу предупредить вас, что проводить время за компьютером и телевизором по многу часов — вредно для вашего здоровья.

Вместо того чтобы гулять на свежем воздухе, играть в подвижные игры, вы сидите перед светящимся экраном, часто в душной комнате. У врачей есть такое понятие — *гиподинамия*.

Что это означает?

Гиподинамия — значит, малая, недостаточная подвижность.

А ведь, ребяташкам, чтобы вырасти здоровыми, нужно много двигаться, заниматься спортом, гулять на свежем воздухе. Кроме того, перед экраном телевизора или компьютера вы напряженно вглядываетесь в бегущие яркие картинки, а это может плохо отразиться на зрении. Наконец, не стоит забывать и о вредном излучении, которым воздействуют и компьютер и телевизор на человека.

От телевизора лучше садиться подальше, а в компьютерных играх стоит соблюдать меру!

У компьютера можно проводить не больше двадцати-тридцати минут. Тогда эти занятия не принесут вреда вашему здоровью.

Спаси Веронику

Вася, худенький бледный мальчик, любимым занятием которого было часами просиживать за компьютером, играя в компьютерные игры, очень редко гулял с друзьями, не умел кататься ни на лыжах, ни на коньках. Поэтому и рос он болезненным. Мог схватить простуду от легчайшего сквозняка.

Он не обливался прохладной водой, не делал зарядку.

—Васенька! Ты бы сходил погулять! — упрашивала внука бабушка. — Посмотри, какая чудесная погода! На горке ребяташки катаются! Ведь каникулы!

—Нет, бабуля! Мне что-то не хочется! Собираться надо, одеваться, да и холодно сегодня. Я лучше потом погуляю, попозже, или завтра.

Однажды Вася пошел в магазин, чтобы купить новую игру — старые ему уже надоели, — и по дороге встретил старенького сгорбленного старичка. Тот медленно брел, опираясь на палку.

—Мальчик! — обратился к Васе старик. — Не знаешь, где здесь продаются диски для компьютеров?

—Знаю, как не знать! Я сам туда иду. Если хотите, дорогу покажу, — вежливо ответил Вася.

— Вот спасибо. Вот удружил! — обрадовался старичок. — Я еле иду, очень уж скользко, того и гляди, упадешь, и палка не поможет!

— Давайте я вам помогу, — предложил Вася и взял старика под руку.

Вдвоем, не спеша, они подошли к магазину.

Перед стеклянными дверями магазина старичок остановился и вытащил из-за пазухи нарядную коробочку с компьютерной игрой. На ней была нарисована прелестная белокурая девочка в голубом платьице, усыпанном золотыми звездочками.

Вот купил внуку игру. «Спаси Веронику!» называется. А у него, оказывается, такая уже есть. Я хочу ее тебе подарить! Ведь скоро Рождество, в это время всякие чудеса случаются. Пусть это будет мой подарок тебе!

Ну что вы, не надо! Неудобно как-то! — стал отказываться Вася.

Бери, бери! — настаивал старик. — Ты мне помог, а я теперь хочу тебе помочь! Только имей в виду, что это игра не простая, а волшебная. Она может всю твою жизнь изменить!

Старик сунул коробку в руки мальчика и вдруг куда-то исчез, словно его и не бывало, будто в воздухе растаял!

Вася подумал, что старичок затерялся в толпе, снующей по улице возле магазина, или зашел внутрь.

Мальчик заглянул в магазин, но седенького старичка с палкой там не было! Вася еще немного потоптался возле магазина, да делать нечего, пошел домой.

«Странный какой-то старик! И куда он мог исчезнуть? Словно сквозь землю провалился. Может, и вправду волшебник?» — размышлял по дороге Вася.

Дома он тотчас вставил диск в компьютер. На экране появилась надпись: «Волшебная игра "Спаси Веронику!"»,

а затем возникла яркая картинка. Откуда-то с небес сыпались ледяные разноцветные звездочки, и Вася вдруг очутился во дворе своей школы.

Дверь школы широко распахнулась, из нее выбежали ребята. Среди них Вася узнал и Веронику. На ней была белая пушистая шубка, белые сапожки с мехом, светлые волосы рассыпались по плечам.

— Здравствуй, Вася! — нежным голосом сказала девочка. — Проводи меня, пожалуйста, домой!

— С удовольствием! — согласился мальчик.

Дети, смеясь и болтая, словно знали друг друга давным-давно, пошли по улице. Вдруг Вероника поскользнулась и упала в глубокую занесенную снегом канаву.

— Вася! Помоги мне! Здесь очень скользко, я сама не выберусь!

Вася быстро снял с куртки пояс и один конец бросил девочке. Та обеими руками ухватилась за пояс, а Вася что есть силы потянул за другой конец и вытащил Веронику из канавы.

— Спасибо, Вася! — поблагодарила девочка.

Она отряхнула шубку, и дети пошли дальше.

Но вот перед ними возник глубокий незамерзающий ручей, через него был перекинут узкий обледенелый мостик.

— Ой, я боюсь! — прошептала Вероника.

— Не бойся! Я пойду первым и дам тебе руку! — успокоил ее мальчик.

Вася осторожно пошел по шаткому мосточку, ведя за руку девочку. Скоро они оказались на другом берегу ручья.

В это время из-под подворотни, заливаясь громким лаем, вылетел огромный черный пес. Вася не растерялся, схватил палку и запустил ею в пса. Тот рыча снова спрятался в подворотне.

Картинка на экране внезапно погасла, и появилась надпись: «Вася! Ты прошел первый уровень игры, проявив находчивость и смелость. Но чтобы продолжить игру, тебе надо стать крепче, сильнее. Ко второму уровню ты пока не допускаешься! Начни делать зарядку, займись спортом, укрепи здоровье. Только после этого ты сможешь продолжить игру!»

Вы, конечно, догадались, что Васе очень хотелось продолжить волшебную игру. Поэтому на следующий же день он записался в школьную спортивную секцию. Стал обтираться по утрам, делать зарядку и заниматься в спортивном зале под руководством опытного тренера: прыгать, бегать, играть в волейбол, настольный теннис, научился кататься на лыжах и коньках. Да так увлекся спортом, что про компьютерную игру почти забыл!

Но однажды вечером он включил компьютер и решил проверить, допустят ли его теперь на второй уровень игры. Надпись на экране гласила: «Вася! Ты допущен ко второму уровню игры!»

— Ура! — воскликнул мальчик.

Он снова увидел Веронику, она терпеливо ждала его. Дети направились к ее дому с красной черепичной крышей. Когда до него оставалось лишь несколько шагов, небо вдруг потемнело, подул сильный ветер, загредел гром и засверкали молнии.

Словно черная туча, налетел на девочку крылатый Дракон со светящимися красными глазами, схватил ее когтистыми лапами и унес в свой дворец, что стоял на высокой отвесной скале.

— Я спасу тебя, Вероника! — крикнул Вася и бросился в погоню.

Мальчик пробирался через болотные топи, сквозь дремучие дебри, переплывал широкие реки, боролся с дикими зверями и везде, проявляя храбрость, ловкость и силу, выходил победителем. Наконец он добрался до дворца Дракона и остановился у подножия скалы.

В это время на экране снова возникли слова: «Вася! Ты успешно прошел два уровня игры, но чтобы попасть на третий уровень, тебе следует изучить единоборства, заняться борьбой, накачать мышцы, стать умелым скалолазом и альпинистом!»

Вася ничуть не огорчился. Он стал тренироваться в школе «Самбо», одновременно занимаясь альпинизмом и скалолазанием. По утрам мальчик

бегал в бассейн, потом шел в школу. Его день был расписан по минутам!

Если бы вы встретили Васю на улице, то едва ли узнали в розовощеком, крепком юноше худенького бледного мальчугана. Как говорится, скоро сказка сказывается, да не скоро дело делается!

Наконец Вася почувствовал, что готов сразиться с могучим Драконом. Он снова включил компьютер и оказался у подножия отвесной скалы. Мальчик ловко вскарабкался по гладкой поверхности скалы и оказался в великолепном дворце Дракона. Тот восседал на золотом троне и, кажется, не ожидал встречи с Васей.

Вася смело бросился к Дракону и сумел победить его в схватке. Потом он сорвал с головы чудовища корону, в которой была спрятана вся сила Дракона, и растоптал ее. Вероника была спасена!

За это время она тоже подросла и превратилась в юную красавицу. Вася помог ей выбраться из дворца по потайной лестнице.

Вот и конец игре! Васе стало грустно прощаться с Вероникой, но что поделаешь! Он выключил компьютер и стал думать о девушке: жаль, что таких красивых в жизни он пока не встречал!

На следующий день Вася, как обычно, пошел в школу. Как же он удивился, когда встретил там Веронику! Как ни в чем не бывало, она села с ним за парту и шепнула мальчику:

— Вася! Я восхищаюсь тобой! Ты настоящий герой!

Ответь на вопросы

1. Есть ли у тебя компьютер?
2. Нравится ли тебе играть в компьютерные игры?
3. Сколько времени ты проводишь за компьютером и телевизором?
4. Смотришь ли ты мультфильмы? Какой твой любимый мультфильм?
5. Почему надо садиться подальше от телевизора?
6. Как сделать компьютер своим другом?
7. Почему вредно долго сидеть неподвижно?
8. Что помогло Васе спасти Веронику?

Выполни задания

1. Нарисуй и раскрась любимого героя мультфильма.
2. Чем он тебе нравится?
3. Попробуй сам придумать сказку или мультфильм.
4. Нарисуй и раскрась героев сказки «Спаси Веронику!»: Васю, Веронику, черного пса, Дракона, старика-волшебника.

