

	Некоторые люди думают, что вместо игры в компьютерные игры, подростки должны тратить свое свободное время на физические упражнения, тогда как другие не согласны.
	Они верят , что компьютерные игры не так уж плохи.
	Я думаю , что в компьютерных играх нет ничего плохого.
	Во-первых , некоторые из них образовательные, другие интерактивные, и все они очень веселые .
	Тем не менее не стоит тратить слишком много времени, играя в них.
	Сидеть часами в кресле вредно для здоровья.
	Вот почему деятельность на свежем воздухе так важна, и она не менее веселая .
	Между ними должен быть здоровый баланс .
	В то же время есть люди , которые считают, что подростки должны проводить больше времени, занимаясь физическими упражнениями.
	Они считают, что играть в компьютерные игры - пустая трата времени, и гораздо важнее физически развиваться .
	На мой взгляд , в суждениях этих людей есть рациональное зерно.
	Некоторые подростки просто не знают, когда остановиться и продолжают играть в течение нескольких часов подряд , забывая про сон и еду, не говоря уже о физических нагрузках.
	Тем не менее , я думаю, что играть в компьютерные игры само по себе неплохо.
	Людам просто нужно учиться не переусердствовать .
	Если человек дисциплинирован, он может делать и то и другое: играть в компьютерные игры без вреда для здоровья и заниматься физическими упражнениями.
	Не должно быть только одно, а не другое.
	В заключение я хотел бы сказать, что

	компьютерные игры стали частью нашей жизни.
	Тем не менее , мы должны убедиться, что они не стали нашей жизнью.
	Физическая активность очень важна, если мы хотим быть здоровыми и сильными, мы должны стать достаточно дисциплинированными, чтобы сделать эти два занятия частью нашей повседневной жизни.