

題目：玩電子遊戲是有害的

現今科技發達，玩電子遊戲已成為不少人至愛的消閒活動。有人每天會花一至三小時來玩電子遊戲，有人會廢寢忘餐地玩電子遊戲，更有人會二十四小時無休止地玩電子遊戲，毫不厭倦或困倦般。玩電子遊戲會影響我們的日常生活，因此我同意玩電子遊戲是有害的。

首先，玩電子遊戲會令人沉迷，甚至上癮。市面上的電子遊戲五花八門，設計新穎和獨特，很容易把人的靈魂吸進遊戲的黑洞中，就好像吸毒一樣，一旦開始玩電子遊戲便會泥足深陷，使人無法抽離，後果不堪設想。

其次，玩電子遊戲會影響健康。我們都知道電子產品的輻射會對眼睛構成傷害，許多研究證實長時間用電子遊戲容易使眼睛疲勞，加深近視，影響視力。再加上不良的姿勢，會造成肩膀痠痛和關節發炎等疾病。

此外，玩電子遊戲會破壞家庭關係。沉迷玩電子遊戲導致時間分配不佳，缺乏親子活動和溝通的時間。父母看見子女沉迷玩電子遊戲便會不停責罵，而子女也會因此感到不悅。久而久之，一家人互相指罵，這不是兩敗俱傷嗎？

總而言之，玩電子遊戲是有害的。希望同學不要沉迷玩電子遊戲，不妨以其他有益身心的活動來代替，善用閒餘的時間。