

題目：玩電子遊戲是有害的

現在越來越多青少年沉迷玩電子遊戲，以為可以舒展身心，但其實玩電子遊戲有很多壞處呢！

首先，很多沉迷玩電子遊戲的人都會廢寢忘餐、不眠不休地玩。這樣可能會出現睡眠不足、營養不良及視力下降等問題，甚至會影響日常的生活。玩電子遊戲就像吸食毒品，曾經有人多天連續玩電子遊戲，缺乏休息的時間，最後導致猝死，你說這樣玩電子遊戲可怕嗎？所以，我們不可以過度沉迷玩電子遊戲呢！

其次，玩電子遊戲會令我們荒廢學業。俗語有云：「一寸光陰一寸金」，時間流逝得很快。我們一天只有二十四小時，要是只顧玩電子遊戲，還哪能同時兼顧學業？這樣下來，成績必定會一落千丈。我們一定要好好珍惜時間，千萬不要荒廢學業。

再者，玩電子遊戲很容易在網上結交損友。例如玩連線遊戲很可能會遇到不良的朋友。所謂：「近朱者赤，近墨者黑」，壞朋友會影響我們，引誘我們做壞事。還有，電腦或平板電腦很容易被黑客入侵，非常危險呢！在網上玩電子遊戲會誤交損友，我們要很小心。

總括而言，玩電子遊戲百害而無一利，為了一瞬間的快樂，值得放棄這麼多東西嗎？