

《瀏覽網上視頻是有益的》

現代科技日新月異，有不同的電子工具誕生，它們對小學生是不可或缺的工具，為我們帶來很多便利，但當中的程式既是天使，又是魔鬼，當中的內容有好壞之分。我認為瀏覽網上視頻對小學生而言是沒有益的。

網上視頻是學生學業成績退步或不理想的元兇。根據衛生署為學生健康服務的調查，顯示有八成學生每天看視頻三小時以上，有五成學童瀏覽視頻更達到五小時以上！由於學童的自制能力低，不懂節制，長時間收看視頻會令他們忽略了功課及學習，令成績一落千丈。

二零一九年九月十三日，兩名女童模仿視頻中用鐵罐和酒精自製爆谷，在製作時忽然爆炸，結果造成一死一傷的慘劇。這顯示互聯網的資訊包羅萬有，但是可能含有不良和不正確的信息，對學童心理發展帶來不良影響。

此外，長期瀏覽視頻，對學童的健康有壞影響。有專家提到：「如果我們長期看着電子產品，會增加患上青光眼或其他眼疾病的風險，這是因為電子產品產生的藍光，會影響視力。此外，如果他們看視頻的坐姿不正確，更令小學生的脊椎勞損，令小學生付上沉重的健康代價。」這可反映視頻對學生的健康造成不良影響。

總括而言，看網上視頻不是「百利而無一害」的，我們要懂得選擇和好好運用。孔子說：「水能載舟，亦能覆舟。」一件東西必有它的好處，也有它的壞處，只要我們好好善用，才能享受到當中的樂趣！

5S 盧禹軒

《給朋友的一封信》

親愛的仲浩：

你好嗎？最近你的心情如何？

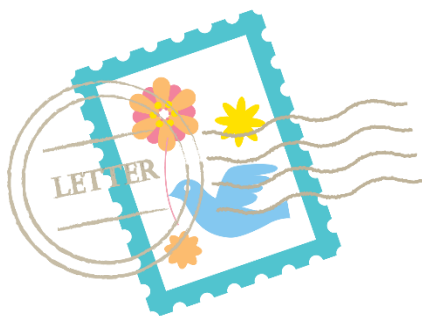
我聽說你和志軒因為輸了一場比賽鬧翻了，其實，知道這個消息時，我的心裏也不好受。記得一年級時，我和志軒經常被別人欺負。一開始，我的心裏很憂慮，直到你們為我挺身而出，我才變得陽光正面。之後，我們一起玩，一起鬧，一起哭，一起笑，一起被老師批評，一起被老師罰站……慢慢地，我們成為了最要好的朋友。難道你忘了我們的交情嗎？現在得知你們鬧翻了，我真的很傷心。

一位著名的文學家曾經說過：「情和義，值千金」，現實也確實如此。記得上次視藝課時，你打翻了調色盤。當時你手忙腳亂地清理地板，只有志軒站出來幫助你。最後，志軒因為幫你而沒有足夠時間完成畫作，他也沒有說過半點怨言。你真的忍心和曾經的好友絕交嗎？

我們曾經是最好的朋友，一起玩鬧。可是現在呢？你和曾經的好朋友鬧翻了，真的值得嗎？其實寫到這裏，我的眼淚已經不聽話的滾下來了！人的一生中又有多少知己呢？你們和好吧，相信只要你誠心道歉，志軒一定會原諒你的！

祝

友誼永固



最好的朋友

禹軒

五月四日