

合理安排时间 充实度过假期

现在正是圣诞和新年假期，智胜学院很开心看到每一位学员在 2016 年取得了优异的成绩，感谢广大家长和同学们一如既往的支持与厚爱，我们也希望能够和大家一起在新的学期努力进步。

最近，很多家长向我们反映了对孩子在电子游戏及产品方面的忧虑。尤其是刚刚过完圣诞新年，许多家长或给孩子选择手机电脑等作为礼物。家长的本意是希望这些产品帮助他们更方便快捷的了解学习资讯，但是很多孩子一到放假就不分日夜的在家打游戏和上网聊天，完全荒废了学业。家长们的顾虑是很有道理的，沉迷于电子产品会造成很多严重的生理和心理问题。

其一：长期近距离对着屏幕，眼球处于紧张状态，容易导致晶体变凸，眼轴拉长，日久天长就容易造成近视。作息颠倒，饮食不规律更是伤害了身体健康，影响身体发育。

其二：过度关注 Facebook 等社交软件会影响孩子在课堂上的注意力不集中，无法静心听课，成绩直线下降。

其三：如果一直沉迷于虚拟的游戏世界当中不能自拔，青少年还会产生严重的心理问题。不愿面对真实的现代社会，与社会、朋友、亲人缺少交流，导致孤僻，自卑等不良心理。

为了应对这些网络时代造成的负面影响，家长应该积极帮助孩子合理规划好学习和娱乐的时间，保证不让电子产品影响到孩子的健康和学业。我们建议周一到周五小孩子课业繁忙，家长要控制就不要再浪费时间上网，防止造成睡眠不足，影响第二天上课。周末和假期可以适当劳逸结合，安排几个小时给孩子玩乐，但也要注意休息，不能玩的忘乎所以，黑白颠倒。更重要的是要帮助小孩子找到自己的兴趣爱好，把自由时间放到户外运动，阅读等有益身心健康，促进交流的活动中去。

智胜学院春季班将于 2017 年 1 月 14 日开课，5 月 13 日结束。此次我们为 2-12 年级学生精心安排了包括英文，数学，科学及大学申请培训等系统全面的课程。现在报名已经全面展开，详细内容和老师介绍请至我们的网站查询，如果有任何课程及报名方面的问题也欢迎大家电话或邮件咨询。另外智胜现已开通网上注册平台，方便各位学生家长报名。

智胜学院上课地点: KIPP College Prep, 8440 Westpark Drive, Houston, TX 77063

办公室地址: 6203 Corporate Drive, Houston, TX 77036

垂询电话: 713-777-1688

网站: www.AdvanceAcademyHouston.com

微信公众号“AAHouston”，欢迎大家关注。