

香港教師中心活動

HK 16-088

香港女教師協會 與 香港教師中心 合辦

健腦操工作坊

「健腦操」(Brain Gym[®])是提升全腦的科學運動，這些運動會刺激腦內的神經元細胞，產生實實在在的神經聯繫，從而使腦內之神經網絡更加發達，令個人的大腦維持高效率的運作。「健腦操」適合任何年齡的人仕學習，從事教育工作者學習「健腦操」可豐富教學寶箱，增加資源，更可全面協助學生改善學習情況，提升學業表現。

是次工作坊內容如下：

1. 如何有效提升學習速度，促進全腦智力發展
2. 如何以五分鐘的全腦運動、瞬間提升專注力，以快一倍時間完成家課
3. 如何改變大腦運作狀態，提升工作效率
4. 如何每天為大腦充電，提升能量水平
5. 如何使左、右腦一起工作，發揮學習潛能
6. 如何平衡腦部活動，有效控制個人情緒，有利學習及工作
7. 如何應用於改善讀寫困難等學習障礙
8. 分享成功個案

講者：何明生先生（資深教育工作者，健體腦教練，NLP 執行師）

日期：2016 年 6 月 24 日（星期五）

時間：晚上 7:00 至 8:30

地點：九龍塘沙福道 19 號 教育局九龍塘教育服務中心

語言：粵語

對象：中學、小學、幼稚園及特殊學校教師

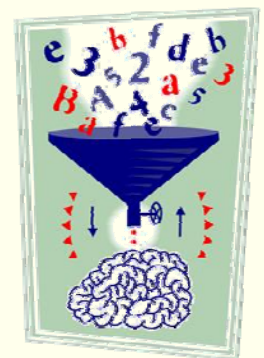
名額：40 名

費用：全免

截止報名日期：2016 年 6 月 14 日

報名辦法：有意參加的教師，請於截止報名日期或之前登入香港教師中心網頁報名（<http://www.edb.gov.hk/hktc/activity>）。報名者可於 **2016 年 6 月 17 日或之後**到上述網址查詢取錄名單，亦可致電本中心查詢。

- 備註：
1. 截止報名日期後，不可轉換參加活動人選。
 2. 若報名人數超過限額，將以抽籤決定取錄名單。
 3. 參加者如有需要，應自行購買個人或其他意外保險。



請在教員室內張貼，本宣傳海報已上載在香港教師中心網頁。