

主辦機構：



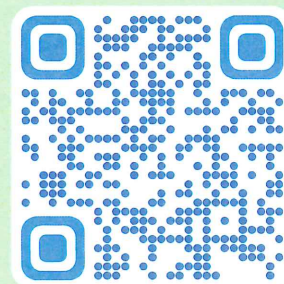
女青賽馬會家庭健康促進中心
YWCA Jockey Club
Family Wellness Centre



捐助機構：



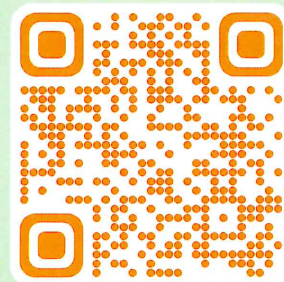
由女青賽馬會家庭健康促進中心舉辦、李錦記家族基金捐助的「升中特工隊」拍攝了兩段有關升中適應的短片，包括：



升中適應系列 之 執行攻略

1

如何提升執行功能，改善學習效能？此短片以打機畫面，讓觀眾代入主角的角度，一同以完成家務為目標，用「法寶」提升任務啓動力、規劃力、時間管理力和專注力，從而改善執行任務的動力及效能。



升中適應系列 之 「讀」家記憶

2

有甚麼讀書方法適合自己？有甚麼記憶方法可以提升讀書效能？此短片以誇張及有趣的方式，分享三種不同的記憶方法——腦圖、康乃爾筆記法及聯想記憶法，鼓勵觀眾嘗試適合自己的溫習方式，提升讀書效能。

歡迎老師或社工於學生講座或課堂中播放短片，以協助學生提升學習效能



如有查詢，可致電2700 1700聯絡余姑娘