

家長八達通

親子

資訊

育兒

升學

十五幼兒園推生活律動課程 林懷民教小朋友「敢動！」

香港地方狹小，為人家長的，面對精力充沛，愛跑愛跳的孩子，為怕他們因碰撞而受傷，總是常跟他們說，「不要亂動！」或「不要四圍跑！」久而久之，有的小朋友真的乖乖坐下來，但他們面對的，不是電腦就是遊戲機，這又可是好現象？曾獲世界十大傑青的台灣編舞家林懷民，日前來港，並在昨日出席了由香港何鴻毅家族基金策劃、台灣雲門舞集舞蹈教室協辦，以及東華三院作為校園夥伴的「敢動！」身體教育活動起步禮，Elsie亦獲邀出席。

Elsie知道，「敢動！」是源自台灣雲門舞集舞蹈教室創辦人林懷民，與多位藝術家和教育家共同研發的「生活律動」課程。今年三月，在何鴻毅家族基金策劃下，引入了「生活律動」課程，並加入本地元素，成為「敢動！」課程，並先在東華三院轄下三所幼兒園推行先導計畫；其後在今年九月，正式在全港十五所東華三院幼兒園開辦「敢動！」課程，對象為四歲至六歲的幼兒，現時已有約七百人參加。

Elsie在起步禮前，跟林懷民老師傾過，得知他有份創辦的「生活律動」課程，當中是包括了舞蹈、戲劇、心理學、幼兒教育等元素，課程可幫助小孩子重拾對身體的敏感度，認識自己的身體，啟發自己的本能，從而得到快樂。

慨歎失去「動」本能

林老師慨嘆在社會愈來愈文明下，人



台灣雲門舞集舞蹈教室創辦人林懷民(左)和何鴻毅家族基金主席馮愷若(右)表示，「敢動！」課程有助小朋友認識身體，增加創造力。



「敢動！」課程內沒有標準的動作，每個小朋友都可以隨意發揮。

類逐漸喪失了天生的本能。「小孩子在一個房間內，就會被叮囑『不要吵！』、『不要動！』，而他們根本也沒有空間去『動』。」林老師說「生活律動」課程，就是讓小朋友發掘身體的可能性，開放小朋友的自由度，讓他們用身體表達無法用言語表達出來的話。

聽林老師說，「生活律動」課程不是教跳舞，因此也不會教下腰、拉筋等動作，但老師會通過音樂、模擬情景、角色扮演等，去跟小朋友玩遊戲，並引導小朋友自己去創作動作，當中並沒有錯與對的標準，他跟Elsie分享，某次的課程中，要小朋友模仿舔牛奶的動作，當中有人用手勢去表達，有人以膊頭模仿，甚至有小朋友舔其他人的腳，老師卻不會阻止，這反而讓小朋友明白，事情具有很多可能性，這對他們日後成長有很大幫助。

正因為老師在課堂擔當住重要的引導角色，因此，「敢動！」課程的老師也必須受過嚴謹的訓練。林老師說，所有老師在任教前，曾親身到台灣的雲門舞集舞蹈教室，接受了三百小時

的基礎訓練，即使他們回港後執教，雲門舞集舞蹈教室亦會定時有專人來港視察，確保課程的質素。

來年擬辦暑期課程

「生活律動」課程在台灣很受歡迎，參加者由三歲到八十三歲，當中更有親子班，不過，香港卻是首次引入。聽香港何鴻毅家族基金主席馮愷若(Caroline Pfohl-Ho)講，除了東華三院外，現時已有其他機構跟他們接觸，指有意開辦「敢動！」課程；此外，基金會於來年舉辦「敢動！」的暑期課程，讓公眾參加，日後也有機會擴闊課程的年齡限制，讓更多人可以參與。

聽參與先導計畫之一的東華三院捷和鄭氏幼兒園校長梁鳳淪講，學生在參加了課程後，明顯看到他們有轉變，例如自信心和觀察力增強，聽指示的能力增加，且變得更有創意。「當要小朋友做動作時，他們發現自己跟別人一樣，就會自己轉另一個動作，明顯增加了創作力。」

Elsie 陳

若有任何家長關心的話題，歡迎報料。傳真：2798 2688。