



*K&K Charity Limited*

K&K Charity is a charitable foundation established by K&K Property in 2015 to support youth, education and the underprivileged. The foundation offers scholarship and opportunities to talented youngsters for eye-broadening education and training, and funds the underprivileged to acquire new knowledge and skills for the fast-changing world.

***'Dare to DREAM' K&K Charity Funding Scheme***

**APPLICATION INSTRUCTIONS**

Please read and follow the instructions to complete the application.

'Dare to DREAM' Funding Scheme is for newly-initiated pilot project providing direct services in Hong Kong. These projects should not be funded by the government or other funding bodies. The maximum funding for each project is HK\$200,000. Successful applicant should work closely with the foundation's staffs to work out a long-term and sustainable plan.

Selection criteria include

- a) Meeting social or community needs
- b) Cost-effectiveness
- c) Clear output and outcome measurement
- d) Comprehensive project planning
- e) Experiences, track record and resources of the agency

Application procedure is simple, you are required to complete the application form completely in **either Chinese or English** and **upload** through K&K Charity Website: [www.kkcharity.org](http://www.kkcharity.org).

Deadline of the application is **7 April 2017 18:00**.

For any enquiries about this application, please contact Mr Kenneth Wong on 2217-5825 or email to [kenneth.wong@kkcharity.org](mailto:kenneth.wong@kkcharity.org).

## K&K Charity Limited

### 'Dare to DREAM' K&K Charity Funding Scheme Application Form

#### Agency Name

香港青年協會賽馬會農圃道青年空間

#### Project Name

(English) Project Dance

(Chinese) Project Dance 青年舞蹈體驗計劃

#### Project-in-charge / Contact Person

Name (English) Shing Lok Kei

(Chinese) 成諾祈

Post Title 青年工作幹事

Tel. No. 60422624 / 27150424

Fax 26244170

Email rocky.shing@hkfyg.org.hk

#### Agency Background

- ☒ Registered as charitable institutions or trusts under Section 88 of the Inland Revenue Ordinance
- ☐ Established under other Ordinance (Please specify: )
- ☐ Member of The Hong Kong Council of Social Service
- ☐ Member of WiseGiving

#### Project Summary

Project Dance 青年舞蹈體驗計劃:

Project Dance 青年舞蹈體驗計劃，將透過一連串活動、課堂、工作坊、表演交流、舞蹈營、義教及社區服務讓對舞蹈有興趣之青年及兒童能進行舞蹈的學習、交流及分享，並向社區宣揚舞蹈的正面價值。

近年街舞的流行，使青年人對街舞的認識及學習的興趣大大提昇，表演及比賽之活動於坊間亦日漸增加，可見街舞活動有著龐大的需要及發展潛力。本計劃將舞蹈學習、表演、交流、舞蹈營及義工服務結合之舞蹈訓練為香港少有的活動，於青年機構/團體以至舞蹈商業機構亦甚少舉辦。過往5年暑假期間舉辦之類近計劃，憑著其獨特性吸引了大量青年人踴躍參加，於舞蹈界打響名堂，各商業舞蹈團體及大學舞蹈團體紛紛嘗試仿效本計劃之活動，並希望與本單位合作籌辦相關之活動。計劃於本年度將進一步擴展，豐富原有的內容及提升導師素質，令更多青年及兒童受惠。

本單位過往5年曾有相類似的計劃，亦舉辦了不少活動，包括兒童舞蹈比賽，舞蹈營，週年匯演，街頭演出、義教等，反應熱烈，參加比賽之隊伍及人數亦比預期為多，可見計劃活動於地區具需要及吸引力。本單位擁有豐富籌備舞蹈活動的經驗，於過往幾年恆常舉辦不同的街舞課程及大型公演活動，參加者及表演者人數超過1000人，觀眾亦超過20000人次。

■ Rationale

現時香港出現不少青年人因讀書壓力過大，或未能處理負面情緒而選擇輕生的事件。這些問題並不是一時三刻可馬上解決，但假如青年人感覺有人願意與他們同行，聆聽他們的心聲，或許他們未必選擇走上絕路。本單位一直致力推廣舞蹈活動，希望參加者透過舞蹈從而認識自我，尋找自己的個人專長從而增加自信心，並於活動中結識同路者，互相欣賞及交流。另外，更重要的是希望能透過此活動向社區宣揚舞蹈對青年人的正面價值，讓社會各界給予青年人一些空間，作自己喜愛的事。

計劃目標：

- 1) 透過舞蹈學習、交流及表演，讓參加者及社區人士對街頭舞蹈進一步認識和了解。
- 2) 透過舞蹈學習、交流、義務教學及表演，讓參加者提升個人自信，建立正向生活價值觀。
- 3) 建立舞蹈藝術交流的平台。
- 4) 支援弱勢青年及兒童可以具有平等學習舞蹈的機會，培養個人興趣。

■ Target Service Users

直接服務對象：

- 1) 青少年
- 2) 低收入家庭及兒童

間接服務對象：

- 1) 長者
- 2) 社區人士
- 3) 復康人士
- 4) 家長

舞蹈學習活動需要長期投放資源及時間，對學生及低收入家庭而言，都是一個昂貴的興趣，本計劃希望減輕青年人學習舞蹈時經濟上的壓力，盡量不令這因素成為阻礙年青人接觸舞蹈的主因。

## ■ Approach

舞蹈，特別是街舞類型，本身是帶氧運動；運動的好處多不勝數，如舒緩壓力，強身健體。但除此之外，舞蹈有比運動具有更多的好處，詳情如下：

不少學者指出，所有人類文明均享受音樂與舞蹈，這是人類天然的特質與興趣。有研究更指出舞蹈在古時作為人與人之間連結及溝通的橋樑，特別在艱難時期更能團結人民。而於群體中跳舞，更是為人所享受及有其顯著的社會功能。這令舞蹈文化更容易被人接納及提起興趣，即使偏向文靜的人，亦會喜歡上舞蹈；而對於現今電子化的世代，更是不可取締亦不可多得的健康活動。對年青人而言，學習舞蹈要求門檻相對低，吸引力強，間接取締了不少不良嗜好及興趣。

再者，根據牛津大學心理學博士Bronwyn Tarr實驗指出，跳舞為人們的日常生活帶來了很多的好處，特別是群舞，即一群人跳同一樣的動作，並反覆練習。實驗中，群舞舞者與個人練習的舞者的健康值上升，他們大腦內分泌大量使人產生幸福感的麻醉劑，內啡肽，內啡肽的分泌，不單能讓人心情舒適獲得陶醉感，忘記煩惱，而且可以緩和疼痛感，甚至提高免疫力。實驗亦指出群舞舞者更比個人舞者平均分泌出更多內啡肽。

研究更指出，群舞練習更有效令舞者間的凝聚力提高，拉近人與人之間的關係，更能提高與社會間的凝聚力。

另一方面，本計劃中強調以舞蹈作為主要介入手法，但亦會配以體驗性學習法（Experiential Learning，David Kolb，1984），讓參加者透過舞蹈學習體驗，觀察反省個人及同伴的強弱，總結經驗，彼此學習及互補後再於社區服務中實踐。此可促進青年人的身心成長發展及人際相處，亦讓青年人可以舞蹈接觸社會不同層面，擴闊視野。

參考資料：

- <http://rsbl.royalsocietypublishing.org/content/11/10/20150767>

1. "The Benefits of Group Dance for Mental Health" (2012) *Journal of Dance Medicine & Science* 14(4): 211-216



## ■ Contents

### 1) 舞蹈訓練課堂 (150 節) (共225小時，參加者60人)

於接近半年時間，為6-8 組活動參加者提供長期舞蹈訓練。他們將會學習及排練舞蹈，並於不同義工活動及週年舞蹈匯演演出。

### 2) 舞動大使授舞實習 (20節) (20日，共30小時，參加者30人，低收入家庭兒童30人)

由上述參加者組成舞動大使，運用課堂上所學的舞步，為區內低收入家庭兒童提供免費舞蹈教授及排練演出。

### 3) 舞動大使義工服務 (10節) (5日，共10小時，參加者150人)

由上述參加者組成，包括年青人及兒童，以舞蹈為主的義工服務，回饋社會之餘，讓參加者認識社會上不同群組的需要。

內容可包括：

- 於長者中心教授長者舞步，為長者帶來生氣，同時鼓勵長者多作運動。
- 街頭快閃舞蹈，為社區帶來活力。
- 於復康中心教授舞步，讓復康人士加強自信，更快與社會接軌。
- 於不同中學或小學表演，宣揚舞蹈文化及正向生活。

### 4) 週年舞蹈匯演 (共2小時，參加者60人，表演團隊3隊，觀眾100人)

\*觀眾收費每人\$40

讓上述活動參加者展示成果的表演日，亦包括與本地多隊著名舞蹈組合作舞蹈表演。

### 5) Project Dance Camp (兩日一夜，共20小時，參加者80人，表演團隊4隊) (參加者每人收費\$100)

\*參加者每人收費\$100

- 主要為參加者所舉辦

---

## B Evaluation Methods

- 活動後的意見收集表
- 參加者回饋

預期活動成效：

1. 80%以上活動參加者認為活動能讓他們作舞蹈的交流及分享。
2. 80%以上活動參加者認為活動能提升他們的自信心，建立正向生活價值觀。
3. 80%以上活動參加者認為活動能建立舞蹈藝術交流的平台及有效地宣揚舞蹈藝術。
4. 80%以上活動參加者認為活動能讓弱勢人士可參與舞蹈學習。
5. 80%以上活動參加者滿意活動的整體安排及出席率達75%。

## C

## Income

Program Income		\$	
Other Income (please specify 門票/營費 )		\$	12,000
	<b>Total Income (i)</b>	<b>\$</b>	<b>12,000</b>

## Expense (please break down into details)

[illegible]

**D Declaration**

On behalf of the Executive Board of our Agency, I confirm that all information provided in this application form and other related documents (if any) are, to the best of my knowledge, accurate and complete.

**Signature**



Name: 成諾祈  
Post Title: 青年工作幹事  
Date: 17/4/3

**Agency Stamp**

