

111學年度 創意啦啦舞錦標賽教練聘任同意書

敬愛的教練您好，

非常感謝您協助本學年度的創意啦啦舞比賽，相信您的指導可充分激發學子們的青春活力、昂揚鬥志及展現力與美的運動團隊精神。鑒於近幾年辦理賽事過程，教練與班級間互動頻繁，相關注意事項應向教練說明，並維持良好關係，因此提供本競賽之相關規則及注意事項，煩請詳閱後依循辦理，以利活動順利進行。

體育事務處/教學與設施組 感謝您~

【教練注意事項】

- 一、本活動秉持教育意味，需以**正向鼓勵之教學方式輔助學習**，勿過度嚴苛或使用不當言語導致學生心理不適。
- 二、敬請留意學生練習環境之安全性，以避免運動傷害及偷竊事件發生，**並請注意練習時音量避免影響校內課程及周邊住民。夜間指導時間嚴禁超過晚上 9 點 50 分**，經違規檢舉屢勸不聽，將視情況扣減競賽補助經費。
- 三、學生練習過程有受傷或身體不適之情形，請轉達本處並且建議學生就醫或休息，勿勉強繼續練習。
- 四、競賽當天學生道具活動會場擺放方式，請配合本處相關規定辦理。
- 五、教練費用為人事費用，因此核銷**需填寫本校領款收據**，配合校方核銷所需。人事費用無法並列於業務費用報價單內，相關事宜皆須符合校內程序辦理。
- 六、入校園請配合相關防疫措施，並請練習期間確實配合。
- 七、若上述事項無法配合辦理，經勸告仍無法改善，**將禁止於本校進行任何舞蹈競賽教學**。

【競賽辦法】

一、**競賽目的**：本校為提倡正當休閒活動，展現年輕人的青春活力，敦睦班際友誼，鼓舞青年學子昂揚的鬥志，發揮團隊精神，表現力與美的運動團隊特質，特舉辦本比賽。

二、**比賽時間**：111 年 12 月 2 日(星期五)18:30-20:00。

三、**活動競賽辦法**：

(一) 參賽人數：每隊參賽人數以 30 至 40 人為限，人數不足 30 人或超過 40 人，扣總平均分數 1 分。(該班人數少於三十人，則本項不列入計算)。

(二) 時間限制：比賽時間以三至五分鐘為限(含退場)，下音樂時開始計時。逾時或不足時間，扣總平均分數 1 分。

(三) 介紹詞：依照表演內容撰寫 50 字介紹詞於表演前宣讀。建議由非表演者擔任，宣讀完畢協助播放表演音樂。

(四) 比賽評分標準：

評比項目	比重	評 比 內 容
創意表現	20%	表演內容設計的獨特創新表現。
團隊精神	20%	團隊合作默契、精神、表情、眼神等及帶動全場氣氛的氣勢與活力。
動作運用	20%	舞蹈韻律美感、隊形動線變化、動作難易度流程、節奏的順暢與明快、進退場的動感與完整。
聲音運用	10%	音樂、歌曲、口號(喊、唱、語言)、拍掌、鼓號等(音樂中西不限)。
服裝選配	10%	設計、色調及裝束等，應符合表演內容的整體視覺與協調。
道具運用	10%	口號標語、彩球、旗、扇等或其他運動器材等。
時間控制	10%	自音樂開始或發聲起計時，退場則以音樂口號停止或全部人員退出規定線外止。

※ 成績計算：成績依各裁判給分之排名加總為名次最終判定，若排名加總相同以總分之高低判定，若再相同則依裁判委員投票決定。

(五) 動作技巧規定及違規扣分之注意事項：

1. 舞蹈類型建議使用爵士舞、彩球舞、龐克舞 (Funk)、Hip Hop 等展現活力之啦啦舞。
2. 建議從跳躍、站立或倒立動作中著地時，利用雙手或雙足承受重量衝擊後再著地。
3. 為了表現特殊風格，可穿著含亮片的服飾，為了避免運動傷害，必須穿著軟鞋或舞蹈鞋。
4. 表演裝容請注意安全考量，勿於眼部周圍塗抹過多易脫落之物品，如亮粉等。
5. 違反下列任何一項扣總平均分數 1 分，違反二項扣總平均分數 2 分，以此類推。
 - A. 從跳躍、站立或倒立動作中著地時，禁止由膝蓋、臀部、大腿骨、正面及背面直接坐落地面。
 - B. 禁止赤足或僅穿著襪子參賽。
 - C. 禁止配帶耳環和髮飾，像墜環、吊飾、手鐲、項鍊、戒指、腹腰帶、舌環及鼻環等。
6. 違反下列任何一項扣總平均分數 2 分，違反二項扣總平均分數 4 分，以此類推。
 - A. 所有啦啦隊的特技/金字塔/拋投都禁止使用。
 - B. 抬舉舞姿之抬、舉等支撐部位不可超過肩膀及胸部高度(最高支撐部位為腰部)。
 - C. 抬舉時含有頭朝下/顛倒或翻轉的姿態都禁止。
 - D. 禁止脫衣裸露，不雅之動作、標語及道具。
 - E. 禁止使用危險道具 (例如：火及水等)。

請將下方表單填寫完畢繳回至體育處

*我已詳細閱讀並同意上述契約並願意遵守規定。

教練簽名	服務單位	連絡資訊
		E-mail : 手 機 :
服務系所		

* 您的個人資料僅供本單位聯繫使用，絕不外洩或挪做其他用途使用。