

## 穀保家商高二啦啦舞競賽實施辦法

100 年 8 月 30 日學務處室會議修正實施

- 一、 宗旨：為展現本校學生青春活潑朝氣，健全身心並凝聚團隊精神，特舉辦本活動。
- 二、 主辦單位：學務處訓育組。
- 三、 參賽對象：二年級各班，以全班參賽為原則，除身心特殊狀況者由導師提報名單並檢附證明〈建教班、綜合科、體育班免參賽〉。
  1. 比賽時間：每學年 11 月初辦理。
  2. 比賽地點：本校外操場。
  3. 報名時間：依據比賽時間前 1 個月，請將報名表填妥繳至訓育組。
  4. 比賽時間：3 分 30 秒至 4 分鐘之間。
  5. 時間計算：
    - (1) 開始：由音樂、喊聲、動作等任何一種開始時按錶。
    - (2) 結束：當音樂、喊聲、動作等完全結束時停錶。
    - (3) 比賽結束後，任何自發性延續之動作與聲音，均不計入演出時間與評分內容。
    - (4) 進場、退場時間各以 30 秒為限。
- 四、 安全規則：
  1. 技巧限制：禁止實施、拋投、舞伴技巧、金字塔等競技啦啦隊技巧。得實施踢腿、旋轉、跳躍、地板動作等展現柔軟度、肌力、平衡感的舞蹈技巧。
  2. 演出服飾：因應編排所需，可自由選配服裝與飾品，不限定啦啦隊服，男舞者禁止裸露上身，禁止配戴危險飾品（如戒指、舌環、鼻環或肚臍環..等）。
  3. 演出道具：禁止具危險性的手具或大型道具（如：梯子、棍棒..等）。禁止使用碎花拉炮、具危險性之煙火。
- 五、 評分內容：

1. 指定舞蹈呈現 30%（三段指定動作至少選兩段）
2. 自編主題性及創意 30%（展現健康活力）
3. 一致性與傳達力 10%
4. 服裝道具 10%
5. 空間運用 10%
6. 表情呈現 10%

六、 計分規則：

1. 違反規定時間，每 30 秒（含 30 秒）扣總成績 3 分，依序遞加。
2. 違反安全規則規定者，每一動作扣總成績 3 分，採單項累計扣分。
3. 口號不得錄在音樂帶上，需以現場發聲方式表現，違反規定者扣總成績 3 分。
4. 比賽用 CD 請於指定時程放學前交至訓育組，遲交班級扣總成績 3 分。
5. 非身心特殊狀況因素未參賽者，該參賽班級人數少一名扣總成績 3 分，依序遞加。

七、 音樂與音控：

1. 比賽音樂以單曲 CD 錄製，CDA（CD Audio）格式，即大多數音樂 CD 片最常用的檔案格式。
2. 各隊須派 1 名音控人員於比賽時負責音樂之播放。
3. 如音樂 CD 與現場音響等因素，導致音樂停格或時間超過等情況，且歸責於主辦單位者，安排於最後順位重新演出。

八、 抽籤日期：

升旗結束各班代表至訓育組抽籤，未到班級由訓育組代抽，不得有異議。

九、 比賽通則：

1. 凡有下列情形經檢舉或察覺者，得經評審委員按情節輕重議決，於當場或事後決議以停止比賽、扣分或取消比賽資格。
  - (1) 比賽內容與本辦法之宗旨相悖者。
  - (2) 容易招致危險之道具或任何物品帶進現場者。
  - (3) 表演內容、服裝、道具或動作有違善良風俗者。
  - (4) 影響現場秩序或節目進行者。

2. 承辦單位得安排優勝班級代表學校參加校內外各項表演暨競賽活動，所需經費由學校編列支應。
3. 為求公平客觀，本競賽外聘五位專業人士擔任評審委員。

十、獎勵與罰則：

1. 取前六名（女生班及男女混合班一同評比）

第一名獎金陸仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班小功 1 次。

第二名獎金伍仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班小功 1 次。

第三名獎金肆仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班嘉獎 2 次。

第四名獎金叁仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班嘉獎 2 次。

第五名獎金貳仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班嘉獎 1 次。

第六名獎金壹仟元整，錦旗一面及飲料二箱。全班嘉獎 1 次。

2. 精神總錦標、最佳創意獎、最佳造型獎各取一名，頒發錦旗一面及飲料二箱。

3. 比賽過程如精神散漫、動作零落、缺乏團體榮譽精神以致成績太差，經評審與主辦單位一致決議者，將另處以全班愛校服務。

十一、本辦法如有未盡事宜，當另行通知。