

# 108 學年度中等學校啦啦隊錦標賽競賽規程

壹、依據：教育部體育署 109 年 1 月 14 日臺教體署學(三)字第 1090001490 函核備辦理。

貳、宗旨：提昇學生健康體適能，養成團隊合作精神，推展校園啦啦隊風氣，展現青春熱情活力，促進校際情感交流。

參、組織：

一、指導單位：教育部體育署。

二、主辦單位：苗栗縣政府、中華民國高級中等學校體育總會(以下簡稱本會)。

三、贊助單位：由本會洽請績優廠商贊助。

四、運動紀律委員會：由本會聘請專家學者組成，審議本會評審委員會決議之運動代表隊違規及申訴案件。

五、規劃委員會：由本會聘請啦啦隊運動之專家學者若干人組成，負責規劃有關競賽、評審、行政支援等事宜。

六、評審委員會：由本會聘請專業人士擔任，負責啦啦隊錦標賽評審事宜。

肆、比賽日期：中華民國 109 年 4 月 11 日、12 日(星期六、日)

伍、比賽地點：苗栗巨蛋體育館(苗栗縣苗栗市國華路 1121 號)

陸、比賽項目：

一、競技啦啦隊

二、啦啦舞

三、創意啦啦隊

柒、比賽組別、人數：

一、高中部：

(一)競技啦啦隊：

1.大團體組：

(1)混合組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 17 至 20 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 17 至 20 人。

2.小團體組：

(1)混合組：每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊員 8 至 16 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊

員 8 至 16 人。

3.指定動作組：每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊員 8 至 16 人。

4.五人組：

(1)混合組：每隊得註冊隊員 10 人，實際出場比賽隊員 5 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 10 人，實際出場比賽隊員 5 人。

(二)啦啦舞：

1.大團體甲組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 12 至 24 人，凡各參賽隊伍之隊員為舞蹈班、體育班（舞蹈專長）、表演藝術科（舞蹈專長）及舞蹈科等，達註冊隊員人數超過 4 分之 1 時，應報名甲組之組別。

2.大團體乙組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 12 至 24 人。

3.小團體組：

(1)爵士：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

(2)彩球：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

(3)嘻哈：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

4.指定動作組（彩球舞蹈）：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 8 人。

5.雙人組：

(1)爵士：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(2)彩球：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(3)嘻哈：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(三)創意啦啦隊：每隊得註冊隊員 40 人，實際出場比賽隊員 20 至 40 人。

二、國中部：

(一)競技啦啦隊

1.大團體組

(1)混合組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 17 至 20 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 17 至 20 人。

2.小團體組：

(1)混合組：每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊員 8 至 16 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊員 8 至 16 人。

3.指定動作組：每隊得註冊隊員 24 人，實際出場比賽隊員 8 至 16 人。

4.五人組：

(1)混合組：每隊得註冊隊員 10 人，實際出場比賽隊員 5 人。

(2)全女生組：隊員限女性，每隊得註冊隊員 10 人，實際出場比賽隊員 5 人。

(二)啦啦舞：

1.大團體甲組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 12 至 24 人，凡各參賽隊伍之隊員為舞蹈班、體育班（舞蹈專長）、表演藝術科（舞蹈專長）及舞蹈科等，達註冊隊員人數超過 4 分之 1 時，應報名甲組之組別。

2.大團體乙組：每隊得註冊隊員 30 人，實際出場比賽隊員 12 至 24 人。

3.小團體組：

(1)爵士：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

(2)彩球：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

(3)嘻哈：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 4 至 10 人。

4.指定動作組（彩球舞蹈）：每隊得註冊隊員 15 人，實際出場比賽隊員 8 人。

5.雙人組：

(1)爵士：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(2)彩球：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(3)嘻哈：每隊得註冊隊員 3 人，實際出場比賽隊員 2 人。

(三)創意啦啦隊：每隊得註冊隊員 40 人，實際出場比賽隊員 20 至 40 人。

捌、報名規定：

一、各校可參賽多組，但每一競賽組別每校限報名一隊；每位隊員至多可以報名參加兩個組別，並得跨兩個項目參賽（例如：參加競技啦啦隊之隊員得同時報名參賽啦啦舞或是創意啦啦隊）。

二、除隊員外，每隊應報名以下人員：

(一)領 隊：1 人，由學校校長或教師擔任。

(二)教 練：1 人，由學校教師擔任或由學校另行聘任之。

(三)助理教練：1 至 3 人，由學校教師擔任或由學校另行聘任之。

(四)隨隊教師：1 人，由學校教師擔任，負責啦啦隊聯繫與管理事宜。

(五)防護人員：競技啦啦隊每隊應置防護人員 2 至 4 人。

1. 防護人員可由隊員名單中產生，未置防護人員之隊伍，須於報名表中勾選註明，比賽時將由大會派任防護人員協助。

2. 防護人員服裝應與比賽隊員有所區別，且演出時不得與參賽隊員互換。
  3. 防護人員不得以吉祥物或其他形式參與比賽。
  4. 防護人員演出期間應確實執行安全防護工作。
- (六)音控人員：每隊應置音控人員 1 人，負責與現場音響人員確認音樂播放之方式與時間。

三、所有隊員與防護人員應為該校在學學生。

四、報名後如因故無法出賽，有人員異動者，須於領隊會議（含當日）以前，備函檢具相關證明（如：受傷無法出賽者，出示醫生證明）至本會。

五、實際報名隊數僅一隊之組別，該組不進行比賽。本會將於 109 年 3 月 11 日(三)公告組別，原報名該組別之隊伍，若欲改報其他組別（含原報名隊數僅一隊之組別），可於 109 年 3 月 17 日(二)前以書面方式通知本會，以完成報名程序。

#### 玖、報名資格：

##### 一、競技啦啦隊：

1. 凡派教練或隨隊教師參加本會 108 學年度中等學校啦啦隊研習會的全國高級中等學校、國民中學、大陸地區臺商學校及海外臺灣學校及相關軍事學校，始得以學校為單位報名參加。
2. 凡派教練或隨隊教師參加本會 108 學年度中等學校啦啦隊研習會的五年制專科學校一至三年級學生，始得以學校為單位報名參加非升學輔導指定盃賽組別。

##### 二、啦啦舞：

- 1 凡派員參加本會 108 學年度中等學校啦啦隊研習會的全國高級中等學校、國民中學、大陸地區臺商學校及海外臺灣學校及相關軍事學校，始得以學校為單位報名參加。
  2. 凡派員參加本會 108 學年度中等學校啦啦隊研習會的五年制專科學校一至三年級學生，始得以學校為單位報名參加非升學輔導指定盃賽組別。
- 三、創意啦啦隊：凡全國高級中等學校、國民中學、五年制專科學校一至三年級學生、大陸地區臺商學校及海外臺灣學校及相關軍事學校，均得以學校為單位報名參加。

#### 拾、報名辦法：

- 一、本學年度報名採網路方式辦理，請於報名網站(<http://www.ctssf.org.tw>)上填妥隊伍簡介、音樂曲目明細表及報名表各項資料並上傳隊伍團體照後將報名表電子檔列印，加蓋學校戳章，並連同報名學生之學籍資料表正本，於 109 年 3 月 6 日(五)前，掛號郵寄本會辦理（郵戳為憑，逾期恕不受理）；若郵寄之報名表與網際網路報名資料不符時，以郵件報名表為準。

本會會址：10489 臺北市中山區朱崙街 20 號 13 樓  
中華民國高級中等學校體育總會 國際組 陳品佑收  
本會電話：02-27783636 分機 27

#### 壹拾壹、比賽時間：

##### 一、競技啦啦隊

- (一) 大團體、小團體組口號流程時間至少 30 秒，音樂流程時間以 2 分 30 秒為限，音樂與口號之間至多間隔 20 秒(口號與音樂時間分開計時)。
- (二) 指定動作組依大會規定流程時間。
- (三) 五人組(含口號時間)以 1 分 30 秒為限。
- (四) 口號部份可編排在演出過程任何一段，但不可配合音樂。實施內容須包括口號、手姿，並得運用標語、標誌、彩球、傳聲筒及基本技術以增加團隊精神及視覺效果，惟基本技術不列入評分計算。

##### 二、啦啦舞

- (一) 大團體、小團體組表演時間以 2 分 30 秒為限
- (二) 雙人組以 1 分 30 秒為限。

##### 三、創意啦啦隊：表演時間以 4 分鐘為限(進退場時間另計，合計 1 分 30 秒)。

##### 四、時間計算：

- (一)開始：由音樂、喊聲、動作等任何一種開始時按錶。
- (二)結束：當音樂、喊聲、動作等完全結束時停錶。
- (三)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。

#### 壹拾貳、評分內容：

##### 一、競技啦啦隊(總分 100 分)

##### (一)高/國中、大/小團體、混合組及全女生組

- |                      |      |
|----------------------|------|
| 1. 口號                | 10 分 |
| 2. 舞伴技巧              | 25 分 |
| 3. 金字塔               | 25 分 |
| 4. 籃型拋投              | 15 分 |
| 5. 騰翻/跳躍             | 10 分 |
| 6. 流暢度與轉接流程          | 5 分  |
| 7. 整體流程內容呈現、群眾感染力與舞蹈 | 10 分 |

##### (二)指定動作組

- |       |      |
|-------|------|
| 1. 口號 | 20 分 |
| 2. 舞蹈 | 30 分 |
| 3. 技巧 | 30 分 |

- |            |      |
|------------|------|
| 4. 整體表現    | 20 分 |
| (三) 五人組    |      |
| 1. 口號      | 10 分 |
| 2. 舞伴技巧    | 25 分 |
| 3. 籃型拋投    | 25 分 |
| 4. 騰翻/跳躍   | 10 分 |
| 5. 實施流程    | 20 分 |
| 6. 整體表現/舞蹈 | 10 分 |

## 二、啦啦舞 (總分 100 分)

### (一) 大團體組

- |                   |      |
|-------------------|------|
| 1. 舞蹈技術           | 40 分 |
| (1) 風格技術          | 20 分 |
| (2) 技術元素          | 20 分 |
| 2. 舞蹈編排           | 20 分 |
| (1) 創造力、音樂性、結構、變化 | 10 分 |
| (2) 難度、視覺效果       | 10 分 |
| 3. 團隊表現           | 20 分 |
| (1) 一致性           | 10 分 |
| (2) 空間性           | 10 分 |
| 4. 整體效果           | 20 分 |
| (1) 整體印象          | 10 分 |
| (2) 傳達力           | 10 分 |

### (二) 小團體彩球組

- |                |      |
|----------------|------|
| 1. 技巧          | 30 分 |
| (1) 彩球風格執行     | 10 分 |
| (2) 舞蹈技巧執行     | 10 分 |
| (3) 技巧執行       | 10 分 |
| 2. 團體執行力       | 30 分 |
| (1) 音樂同步性      | 10 分 |
| (2) 動作整齊度      | 10 分 |
| (3) 空間         | 10 分 |
| 3. 舞蹈編排        | 30 分 |
| (1) 音樂性/創意/原創性 | 10 分 |
| (2) 整體表演/視覺效果  | 10 分 |
| (3) 難度         | 10 分 |
| 4. 整體效果        | 10 分 |

(三)小團體嘻哈組

1.技巧 30分

(1)動作力度 10分

(2)嘻哈風格執行-正確性與控制 10分

(3)技巧執行/技術結合 10分

2.團體執行力 30分

(1)音樂同步性 10分

(2)動作整齊度/清晰度 10分

(3)空間 10分

3.舞蹈編排 30分

(1)音樂性/創意/原創性 10分

(2)整體表演/視覺效果 10分

(3)難度 10分

4.整體效果 10分

(四)小團體爵士組

1.技巧 30分

(1)技巧執行 10分

(2)動作正確性/控制/延伸 10分

(3)爵士風格執行/力度 10分

2.團體執行力 30分

(1)音樂同步性 10分

(2)動作整齊度 10分

(3)空間 10分

3.舞蹈編排 30分

(1)音樂性/創意/原創性 10分

(2)整體表演/視覺效果 10分

(3)難度 10分

4.整體效果 10分

(五)雙人組

1.技巧 40分

(1)技巧/風格的執行(彩球、嘻哈)10分

(2)動作正確性/控制 10分

(3)動作力度 10分

(4)延伸/彈性 10分

2.舞蹈編排 40分

(1)音樂性 10分

(2)難度 10分

(3)創意/風格	10 分
(4)整體表演的視覺效果	10 分
3.執行力	10 分
4.整體效果	10 分
(六)指定動作組	
1.舞蹈技術	20 分
(1) 風格技術	10 分
(2) 技術元素	10 分
2.團隊表現	20 分
(1) 一致性	10 分
(2) 空間性	10 分
3.整體效果	20 分
(1) 整體印象	10 分
(2) 傳達力	10 分
4.彩球運用	40 分
(1) 手部動作	20 分
(2) 手臂力度	20 分

### 三、創意啦啦隊 (總分 100 分)

(一)舞蹈技術	20 分
1、舞蹈技術	
2、動作編排	
(二)結構編排	30 分
1、創造力、音樂性、結構、變化	
2、空間運用	
3、道具運用	
(三)、團隊表現	30 分
1、一致性	
2、團隊精神	
3、口號	
(四)、整體效果	20 分
1、整體印象	
2、傳達力	
3、造型	

### 壹拾參、安全規則：

本項賽事之安全規則悉依教育部體育署核定之「中華民國中等學校啦啦隊錦標



賽安全規則」辦理。

#### 壹拾肆、會議：

##### 一、領隊會議：

- (一)時間：109年3月19日(星期四)下午2時。
- (二)地點：體育聯合辦公大樓3樓大禮堂(臺北市中山區朱崙街20號)。
- (三)各校報名人員名單將於領隊會議時做最終確認。

##### 二、技術會議：

- (一)時間：109年4月11日(星期六)下午於彩排結束後召開，不另函通知。
- (二)地點：苗栗巨蛋體育館(苗栗縣苗栗市國華路1121號)。

#### 壹拾伍、報到：

##### 一、時間：

- (一)走位：109年4月11日(星期六)上午9:00
- (二)彩排：109年4月11日(星期六)下午13:30
- (三)比賽：109年4月12日(星期日)上午8:30

##### 二、地點：苗栗巨蛋體育館(苗栗縣苗栗市國華路1121號)

三、彩排隊伍應於彩排上場報到時繳交上場隊員名單，並於當日下午技術會議中繳交正式出賽隊員名單。

四、不需進行彩排之組別應於比賽當日報到時繳交出賽隊員名單。

五、出賽隊員須由報名隊員中產生，未依規定繳交不得參賽。

#### 壹拾陸、彩排：

一、競技啦啦隊大團體組、競技啦啦隊小團體組、啦啦舞大團體組、啦啦舞小團體組、創意啦啦隊均須依規定進行彩排。

二、競技啦啦隊指定動作組、競技啦啦隊五人組、啦啦舞指定動作組(彩球舞蹈)、啦啦舞雙人組無須進行彩排。

三、參賽隊伍於彩排時，應著參賽服裝完整呈現比賽內容(含道具、頭飾，但不含彩妝)，違反規定者扣總平均分數5分。

四、大會將於彩排結束後舉行技術會議，說明違反競賽規程及安全規則者與其違規細節，彩排隊伍須派員參加，未派員參加技術會議者取消該隊比賽資格；凡認為其他隊伍有違反競賽規程及安全規則之疑義者，應於技術會議中提出，正式比賽開始後不得再提出異議。

#### 壹拾柒、其他競賽規定：

一、凡有下列情事經檢舉或查證屬實者，由評審委員會審議後，依情節輕重議決該隊「停止比賽」、「扣分」、「不予計分」或「取消比賽成績」，並由本

會函請相關機關及其學校議處。

- (一)比賽內容與本規程所訂定宗旨相悖者。
  - (二)比賽內容、服裝、道具或動作，造成危險或有違善良風俗者。
  - (三)比賽進行中，影響現場秩序或賽事進行者。
  - (四)比賽進行中，有商業廣告之行為者。
  - (五)有非實際參加比賽人員，在現場從事指導者。
  - (六)不服大會評審決議及有意見而以其他方式導致糾紛者。
- 二、燈光、音響設備及現場佈置由本會負責，各隊所需之服裝、道具、音樂 CD 均應自備。
  - 三、各校應於報到時，提交音樂 CD 或隨身碟乙份，並與音控人員進行測試檢查。音樂 CD 請繳交 CDA (CD Audio) 格式，即大多數音樂 CD 片最常用的檔案格式。  
如音樂 CD、隨身碟與現場音響等因素，導致音樂停格或時間超過等情況，且歸責於大會者，由大會安排重新演出，如間隔時間不足 10 分鐘，該隊得要求至少 10 分鐘調整；如歸責為參賽隊伍所提供 CD、隨身碟本身之問題者或學校音控人員疏失者，不得重新演出。
  - 四、比賽出場順序於領隊會議中抽籤決定，未參加領隊會議者由本會代為抽籤，且對會議決議事項不得異議。
  - 五、顧及參賽者之安全，現場嚴禁使用鎂光燈，任何人員不得進入比賽區攝影；場上演出隊伍之教練及教師等人員，如欲於場邊觀賽時，需於大會指定之區域觀賽。
  - 六、參賽學生應攜帶學生證，於檢錄時提供查驗。
  - 七、各校隨隊教師請確實掌握現場學生。遇有緊急事件，聽候現場指揮處理。

壹拾捌、罰則：

- 一、違反安全規則者：
  - (一)凡基本技術違反安全規則者每一動作扣總平均分數 0.5 分，採單項、單組累計扣分。
  - (二)凡違反安全規則，經技術會議通知後未改善者，評審會議決議後取消比賽資格。
- 二、參賽隊員人數違反規定者，每超出或不足 1 人扣總平均分數 1 分。
- 三、違反比賽時間規定，逾時 5 秒至 10 秒 (含) 扣總平均分數 1 分，逾時 10.01 秒至 30 秒 (含)，扣總平均分數 2 分，以此類推，採累計扣分方式。
- 四、口號不得錄在音樂帶上，須以現場發聲方式表現，違反規定者扣總平均分數 5 分。
- 五、比賽內容如涉及抄襲等情事，經檢舉，由申訴單位提出舉證事實，經評審委員會議審議確定，取消該隊比賽資格，並由本會報請行政機關議處。

六、參賽隊員及防護人員若有資格不符或冒名參賽情事，經檢舉查證屬實，取消該隊比賽資格，並由本會報請行政機關議處。

#### 壹拾玖、獎勵方式：

一、各組依實際參賽隊數，錄取下列優勝名額，頒發獎盃及獎狀：

- (一)2 隊或 3 隊錄取 1 名；
- (二)4 隊或 5 隊錄取 2 名；
- (三)6 隊或 7 隊錄取 3 名；
- (四)8 隊或 9 隊錄取 4 名；
- (五)10 隊或 11 隊錄取 5 名；
- (六)12 隊或 13 隊錄取 6 名；
- (七)14 隊或 15 隊錄取 7 名；
- (八)16 隊以上錄取 8 名；

二、各組第 1 名隊伍之教練，頒發最佳指導獎乙座。

三、未取得優勝名次之隊伍頒發成績證明。

四、本比賽為本會指定符合教育部訂頒「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法」所訂甄試資格之運動錦標賽，已報請教育部 108 年 10 月 31 日臺教授體字第臺教授體字第 1080035964 號函同意。

凡參加本比賽競技啦啦隊項目之高中部「大團體混合組」、「大團體全女生組」，國中部「大團體混合組」、「大團體全女生組」、及啦啦舞項目之高中部「大團體甲組」，國中部「大團體甲組」優勝成績者，得依中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法，申請升學輔導。

#### 貳拾、申訴：

一、有關競賽爭議之申訴案（不含成績、名次），先以口頭提出申訴，並應於該隊比賽結束後 30 分鐘內，由領隊或教練署名之書面文件，併同保證金新臺幣伍仟元整向大會提出，競賽規程及安全規則有明文規定者，由評審委員會裁定，以其裁定為終決。競賽規程與安全規則無明文規定者，以運動紀律委員會之裁定為終決。

二、有關參賽隊員資格問題之申訴案，先以口頭提出申訴，並應於比賽結束後 30 分鐘內，由領隊或教練署名之書面文件，併同保證金新臺幣伍仟元整向大會提出，否則不予受理，受理後以運動紀律委員會之裁定為終決。

三、申訴理由經裁定成立者，退還其保證金；

申訴理由經裁定不予受理者，退還其保證金；

申訴理由經裁定不成立者，其保證金充做大會經費。

四、經運動紀律委員會、評審委員會審議之裁定，依行政程序報請教育部體育署核備之。

貳拾壹、經費補助：學校報名參加比賽所需之相關費用，視經費狀況、依報名人數酌予補助。

貳拾貳、附則：

- 一、請各校於活動（競賽）期間准予參賽人員公差假。
- 二、活動期間所有職隊員應自行安排健康檢查，確認健康情況適合參與活動；若因隱瞞個人健康情況而致意外發生，概由當事人自行負一切相關責任。
- 三、參賽人員由本會統一辦理保險，本會另辦理比賽場地之公共意外責任險。

貳拾參、本規程報請教育部體育署核准後辦理，修訂時亦同。