

長庚科技大學115年校慶創意啦啦舞蹈競賽活動辦法

- 一、目的:提升學生健康體適能、觀摩舞藝技巧，展現各系特色活力，增進團隊合作精神，特舉辦創意舞蹈競賽。
- 二、參加單位:以系為單位，報名隊數如下：

系別	四技	二技
護理	2	2(日間部1、進修部1)
高照	0	1
幼保	1	1
保營	1	0
妝品	1	1
合計	5	5

三、比賽時間：

(一)預賽：115年 5月 7日(四) 晚上 18:30

(二)決賽：115年 5月 16日(六) 早上 08:30

四、比賽地點：體育館

五、報名日期：請於 4月15日(三)前，填妥報名表後，交回體育室活動競賽組。

六、人數限制：每隊參加人數以 25~35 人為限，包含吉祥物及舉牌人。

七、時間限制：每隊比賽時間以至多五分鐘為限(含進退場)。

八、(一)1.預賽：校外評審評分，取4隊進入決賽。2.決賽：校外評審評分及現場師生票選，評分方式另訂。

(二)比賽評分標準：

1. 主題創意表現 20%:表演內容設計的獨特創新表現。
2. 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。
3. 動作運用 20%:舞蹈韻律美感、隊形動線變化、動作難易度不具危險性的流程、節奏的順暢與明快、進場退場的動感與完整。
4. 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)
5. 服裝選配:10%:設計、色調及裝束等，應符合表演內容的整題視覺與協調。
6. 道具運用 10%:口號標語、彩球、旗、扇等其他運動器材等。
7. 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員退出規定線外止。

九、獎勵：

- (一) 取前四名，依名次頒發獎金。10000元、8000元、6000元、4000元及錦旗一面。



(二) 賽前補助每隊比賽用之『服裝、道具租借、製作費』等相關費用、『指導老師費』與『營養餐費』上限為 15000 元。

(三) 請於賽後**5月22日(五)前**持發票或收據申報。發票必須打上學校統編：02612809或收據必須填上：「長庚學校財團法人長庚科技大學」，以利核銷。

十、動作技巧規定之注意事項：

(一) 通則

1. 建議啦啦舞使用爵士舞、彩球舞、龐克舞(funk)、hip hop 等展現活力之舞蹈類型。
2. 著地：從跳躍、站立或倒立動作中著地，禁止膝蓋、臀部、大腿骨、正面、背面、直接坐落地面，大部分的重量必須經由雙手或雙足，先承受衝擊再著地。
3. 必須穿著軟鞋或舞蹈鞋，不可以赤足或僅著襪子。
4. 為了表現特殊風格，可穿著含亮片的服飾，禁止佩戴耳墜環和髮飾，像墜環、吊飾、手鐲、項鍊、戒指、腹腰帶、舌環及鼻環，每違反一項扣 0.5 分。

(二) 抬舉舞姿/特技/金字塔

1. 所有啦啦隊的特技/金字塔/拋投都禁止使用。
2. 抬舉不超過肩膀以上，且須有適當的保護，並放置於某一位置，否則扣總分5分。
3. 抬舉時含有頭朝下/顛倒或翻轉的舞姿/面相地板的移位的意味都禁止。

(三) 禁止脫衣，不雅之動作、及文字標語，違者扣總分5分。

(四) 禁止使用危險物品(如：尖銳物、爆炸性)。

(五) 參賽隊伍之練習時間、地點須向體育室及課外組洽借。

(六) 表演音樂及主題簡介：因校內硬體設備限制，請將音樂燒錄於CD片，連同主題簡介於**4月28日(二)前**繳交到體育館二樓體育室，並於預賽、決賽當天派代表至音控室播放，（如無光碟可至體育室領取，除需繳交光碟以外，音檔須再傳一份至體育室信箱 pe@mail.cgust.edu.tw，並於主旨註明學制、系別）。

