

# 109 學年度中等學校啦啦隊研習會實施計畫

壹、依據：教育部體育署 109 年 10 月 6 日臺教體署學（三）字第 1090033246 號函。

貳、宗旨：提升中等學校啦啦隊教練、隊員水準，積極培育啦啦隊種子，推展啦啦隊風氣，藉以增進學生健康體適能，展現校園之熱情與活力。

參、組織：

- 一、指導暨補助單位：教育部體育署。
- 二、主辦單位：中華民國高級中等學校體育總會（以下簡稱本會）。
- 三、協辦單位：世新大學、臺中市立文華高級中等學校。

肆、辦理日期、地點：

- 一、北區：109 年 11 月 7 日至 8 日（六、日）於世新大學辦理。
- 二、中區：109 年 11 月 14 日至 15 日（六、日）於臺中市立文華高級中等學校辦理。

伍、參加對象：

- 一、凡欲報名參加 109 學年度中等學校啦啦隊錦標賽「競技啦啦隊」項目之參賽學校，均須至少派 1 名隨隊教師（編制內教職員工）或教練 1 人參加本研習會，未參加本研習會之學校不得參賽。
- 二、凡欲報名參加 109 學年度中等學校啦啦隊錦標賽「啦啦舞」項目之參賽學校，均須至少派員 1 名（隨隊教師、教練或學生）參加本研習會，未參加本研習會之學校不得參賽。
- 三、高級中等學校、國民中學之啦啦隊員，或有興趣推展競技啦啦隊、啦啦舞運動者，均得報名參加。

陸、研習課程：由本會遴聘領域專家學者規劃編排。

柒、報名方式：

- 一、凡欲參加中等學校啦啦隊錦標賽之隨隊教師、教練、學生，及有興趣推展競技啦啦隊、啦啦舞運動者，須以學校為單位，請至總會官方網站 <http://www.ctssf.org.tw> 填寫完報名表後【輸出報名表】列印，加蓋承辦人、學務主任、校長以及單位章，寄至本會（會址：104703 臺北市中山區朱崙街 20 號 13 樓）高中體總國際組 黃如薇小姐 收。

- 二、 學生報名參加者須請家長簽署同意書（如附件），正本由各校留存備查；另請填妥個人資料授權書（如附件），正本請連同報名表郵寄至本會。
- 三、 報名截止日期為 109 年 10 月 28 日（星期三），郵戳為憑。
- 四、 研習預定員額：北區：250 名、中區：250 名；如報名人數超過預定員額，本會將視實際情況調整。

捌、報到時間、地點：

研習會每天上午 8 時 00 分起，於研習地點辦理報到，不另函通知。

玖、研習時數：

- 一、 全程參與無缺席者，由本會頒發研習證書，核計研習時數 12 小時。
- 二、 參加之教練及隨隊教師，若未全程參與，將不予頒發研習證書。
- 三、 參加之學生缺課達 4 小時以上（含）者將不予頒發研習證書；未達 4 小時者，將依實際時數核發證書。

壹拾、附則：

- 一、 請各校於活動期間准予參加研習人員公差假。
- 二、 參加研習人員應自行確認健康情況適合參與活動，如有隱瞞病情而導致宿疾發，概由當事人負一切相關責任。
- 三、 研習人員由本會辦理團體意外保險與意外醫療保險。
- 四、 一經報名後不得更換參加人員，未報名者不得參加研習。
- 五、 研習資料及研習會期間午餐、飲水由本會提供，期間住宿請自行處理。
- 六、 防疫期間，本賽事將依中央流行疫情指揮中心之最新指引，落實各項防疫措施，請參賽人員配合相關規範。

壹拾壹、本計畫報請教育部體育署核定後實施，修正時亦同。

# 109 學年度中等學校啦啦隊研習會課程表（暫訂）

第一天 11月7日世新大學、11月14日文華高中		第二天 11月8日世新大學、11月15日文華高中	
時間	課程	時間	課程
08:00~08:30	簽到	08:00~08:30	簽到
08:40~09:00	始業式	E 08:30~10:20	競技啦啦 【轉接技巧/金字塔】
A 09:10~10:00	◎競技啦啦隊規則講解及評分要點		啦啦舞 【嘻哈舞】
	◎啦啦舞規則講解及評分要點		
	運動傷害防護		
B 10:10~12:00	競技啦啦【騰翻/跳躍】 (初級/中級)	F 10:30~12:00	手臂基本動作& 競技啦啦隊指定動作 /國、高中組
			手臂基本動作& 啦啦舞指定動作彩球 舞蹈/國、高中組
	啦啦舞【爵士舞】	12:10~12:30	綜合座談暨結業式
午餐時間			
C 13:30~15:20	競技啦啦【拋投】	1. 課程選修說明： A-F 每時段內，請於線上報名系統選修課程項目。（競技啦啦或啦啦舞） 2. 標示「◎」者為教師組必修課程，凡參與 109 學年度中等學校啦啦隊錦標賽之學校隨隊教師或教練務必參與。 3. 指定動作組只須選修 F 時段課程及綜合座談暨結業式。（研習時數 2 小時） 4. 課程名額依報名順序錄取，若某門課程人數過多，主辦單位得通知轉換或調整課程。	
	啦啦舞【彩球舞】		
D 15:30~17:20	競技啦啦【舞伴技巧】		
	啦啦舞【啦啦舞編排實務】		

# 109 學年度中等學校啦啦隊研習會

## 家長同意書

本人 \_\_\_\_\_ 同意本人子弟 \_\_\_\_\_

民國出生年/月/日 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 身分證字號 \_\_\_\_\_

目前就讀於 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，學號 \_\_\_\_\_

參加「109 學年度中等學校啦啦隊研習會」

並願意保證於活動期間，確實遵守相關規定並注意自身安全。參賽人員應自行確認健康情況適合參與比賽，若有因隱瞞而導致傷、病發生者，概由當事人自行負一切相關責任，特立同意書。

本人亦同意及授權本會於本活動範圍內，拍攝、修飾、使用、公開展示本人子弟之肖像、名字及聲音等，特立同意書。

學生家長

(簽章)

中華民國 109 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

# 109 學年度中等學校啦啦隊研習會

## 個人資料使用授權書

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
身分證字號		出生年月日	
職 稱	<input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 隨隊教師 <input type="checkbox"/> 教練 <input type="checkbox"/> 其它_____	參賽組別	<input type="checkbox"/> 北區 <input type="checkbox"/> 中區
代表學校			

本人同意授權提供個人資料於本活動及相關單位必要性之使用，且本人個資必須採取安全妥適之保護措施。

【立書同意人】

姓名：\_\_\_\_\_（簽章）