

國立高雄師範大學 66 周年校慶運動會各項競賽附則

壹、創意啦啦隊

- 一、參加人數：每隊人數限制為 15 人以上，男、女生比率不拘。
- 二、比賽方式：採場內活動方式，各系啦啦隊自行選定樂曲，配合動作、隊形、口號、道具的設計與實施。
- 三、比賽場地：30 m × 30 m 方形區域。
- 四、比賽時間：以 4 分為限 (最少 3 分 30 秒，最多 4 分 30 秒，不足或超過時間者每 10 秒扣 0.5 分)，自音樂、口號、動作任何一種開始時，即為表演開始；音樂、口號、動作任何一種最後結束時，即為表演結束，從表演開始到結束全程計時。

伍、評分內容及標準

(一) 基本技術：50%

1. 團體技術 (25%)：一致性、空間運用、時間掌控、移位、速度、精神。
2. 舞蹈技巧 (25%)：動作的能力、身體的控制、動作的精確性。

(二) 實施流程：50%

1. 整體效果 (25%)：與觀眾互動、形象、視覺效果 (服裝造型)、展現熱情的程度、吸引觀眾的焦點、表情。
2. 舞蹈編配 (25%)：創意、難度、隊形變化、結構、配樂。

(三) 若有違反第六項規定事項者，依情節狀況扣總成績 1~5，扣分多少由啦啦隊評審委員開會決定。

六、規定事項

- (一) 活動期間所有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致意外發生，概由當事人自行負一切相關責任。
- (二) 舉人高度最多 2 層，可坐在肩上或站在大腿，但不包含站在肩膀上。

- (三) 啦啦隊競賽中禁止接拋人之動作。
- (四) 擴音設備由大會負責，其餘如參賽所需之服裝、道具、器材等由各隊自行準備，於比賽前 20 分鐘指派專人在場配合試音，並攜備用音樂檔。
- (伍) 若因參賽隊伍問題，延誤 2 分鐘 (以大會宣佈該隊出場為準) 則安排於最後順位重新演出並扣總成績 2 分。
- (六) 有關版權問題由各隊自行負責。
- (七) 參賽學生應攜帶學生證，以備查驗。
- (八) 比賽過程中保護員之服裝必須與參賽人員明顯區別。
- (九) 啦啦隊服、化妝以不妨礙表演安全為原則，不得穿著透明衣料，禁止配帶墜環、吊飾、手鐲、項鍊、戒指、腹腰帶、舌環及鼻環等危險飾品。
- (十) 於比賽中僅能使用標誌、傳聲筒、旗幟、布條及彩球等道具；不得使用易招致危險或破壞比賽場地之道具 (如鞭炮等)。
- (十一) 不得使用任何可以增加跳躍高度的道具 (如跳板、彈簧床)。
- (十二) 不得有任何違善良風俗之內容、服裝道具、動作或言辭不雅的音樂。
- (十三) 不得有商業廣告之行為。
- (十四) 各隊在比賽後需將場內遺留之道具、衣物等收拾乾淨。

貳、拔河

一、參加人數

- (一) 甲組：採傳統拔河，男生 10 名、女生 6 名，每隊 16 人，不限重，若男生不足時，得以女生代替。
- (二) 乙組：採傳統拔河，男生 8 名、女生 8 名，每隊 16 人，不限重，若男生不足時，得以女生代替。

二、服裝規定

- (一) 以運動服為主，長短不拘。
- (二) 不得赤足或穿著釘鞋或鞋底鞋跟有突起物之鞋類參加比賽。

三、比賽方式

- (一) 比賽場地劃一中線，距中線 1.5 公尺處各劃一決勝線，繩中央繫一紅布標幟。
- (二) 裁判員發出「預備」口令時，雙方隊員於決勝線後緊握繩索，裁判員鳴槍時全體合力拉繩，將紅布標幟拉過決勝線者為勝。

四、比賽規則

- (一) 各隊需於排定比賽時間、場地出賽；點名後分成兩路縱隊蹲於拔河繩兩側，點名時人數不足，以棄權論，並不得以任何理由要求補賽。
- (二) 每場比賽分三局採三戰二勝制，每一局比賽時間為 60 秒，中間休息一分鐘。
- (三) 任何一局比賽至 60 秒尚未分出勝負時，以紅布標幟偏向為勝負判定。
- (四) 比賽開始先抽籤選場地，第二局交換場地，若須進行第三局比賽，須重新選場地。
- (伍) 每場比賽中途，除受傷者得經裁判長允許更算替補選手外，一律不得更換人員。
- (六) 每隊設指揮 1 人及指導 2 人，除上述 3 人得持旗幟指揮全隊

比賽，任何人不得進入比賽場地；比賽開始時，不得以任何理由更換隊員，違者取消比賽資格。

(七)繩子應向後拉，不得故意放手鬆繩傷害對隊，違者取消比賽資格。



參、校園健康路跑

國立高雄師範大學 111 學年度校園健康路跑賽

競賽規程

- 一、主旨：為培養良好的運動習慣，透過運動促進師生、教職員工身心健康，並認識校園，特舉辦本活動。
- 二、主辦單位：國立高雄師範大學
- 三、承辦單位：體育室
- 四、協辦單位：體育學系、運動競技與產業學士原住民專班
- 四、競賽日期：中華民國 111 年 11 月 04 日 (星期五) 起跑時間 14 時 10 分(同時鳴槍起跑)。
- 五、集合及出發地點：清心路上圖書及資訊大樓旁，比賽開始前 20 分鐘開始集合。
- 六、參加辦法：
 - (一) 報名日期：路跑報名時間 9 月 13 日中午 12 點開放報名，至 9 月 21 日 12 點關閉。
 - (二) 報名方式：體育室首頁公布 google 表單，填寫個人資料。報名 QR code 如下：



七、競賽距離及路程：

清心路→大門圓環→師大路二段→師大路三段→師大路四段→科技大樓→清心路 (約 2.4 公里)。



八、獎勵辦法：「學生組前 350 名/教職員組前 150 名」報名完成且完賽者，可優先領取完賽禮 (紀念運動品)；「學生組後 350 名/教職員組後 150 名」報名完成且完賽者，則需視當日報到及完賽情況，依序遞補領取完賽禮 (如遇紀念運動品尺寸不足時，恕不挑選)，敬請見諒。

九、注意事項：

- (一) 為維持本校師生權益，領取活動紀念品時請務必攜帶完賽禮領取卡，如未攜帶者恕無法領取活動紀念品。
- (二) 參加選手請於賽前自行至醫務室作健康檢查，了解本身健康情況 (患心臟病、糖尿病、氣喘及不適合劇烈運動者，請勿報名)。
- (三) 參加者應先自行長途慢跑練習，對本身適合參與比賽之健康情形負全責。
- (四) 比賽選手一律穿著運動鞋及運動服。
- (五) 比賽期間不得搭乘交通工具或抄近路，違者以棄權論。
- (六) 遇雨比賽是否舉行，以主辦單位公佈為主。

十、本辦法如有未盡事宜，得由主辦單位修正公佈實施之。

十一、新冠肺炎防疫措施：

(一) 檢附健康證明 (證明正本或數位證明皆可)：

- 1.COVID-19 疫苗接種證 (至少 1 劑，離賽事日滿 14 天以上)。
- 2.PCR 核酸檢測陰性證明 (離賽事日 7 日內，需自費)。
- 3.居家 COVID-19 快篩陰性證明 (簽署切結書)。
- 4.COVID-19 確診者之康復證明或解除隔離通知書。

(二) 有關選手防疫：

- 1.賽前發送自主調查表供選手填寫。
- 2.活動會場提供跑者消毒酒精或同質清潔液。
- 3.活動公廁備妥清潔液或肥皂供跑者使用。
- 4.定時宣導保持室外社交距離 1M 和佩戴口罩。

(三) 有關工作人員防疫：

- 1.工作人員和志工須佩戴口罩，並測量體溫與進行手部清潔消毒。
- 2.加強防疫相關教育訓練。

※以上防疫措施依據疫情發展動向，並配合中央及地方政府防疫規範，滾動式修正，以實際現場執行為主。

肆、趣味競賽-陸上行舟

國立高雄師範大學 68 周年校慶大會暨運動會趣味競賽

一、參加人數：

(一) 組別：教職員校友組、學生組。

(二) 每隊報名 10 人，分成兩組，每組 5 人下場比賽。

二、競賽場地：

(一) 總長 90 公尺。

(二) 總寬 70 公尺。

三、競賽器材：

(一) 陸上行舟 * 5 架。

(二) 角錐 * 9 個。

(三) 碼表 * 2 個。

(四) 哨子 * 1 只。

四、競賽方式

(一) 每隊 10 人，每次 5 人，將道具以懸空置雙腿間前進不得落地。

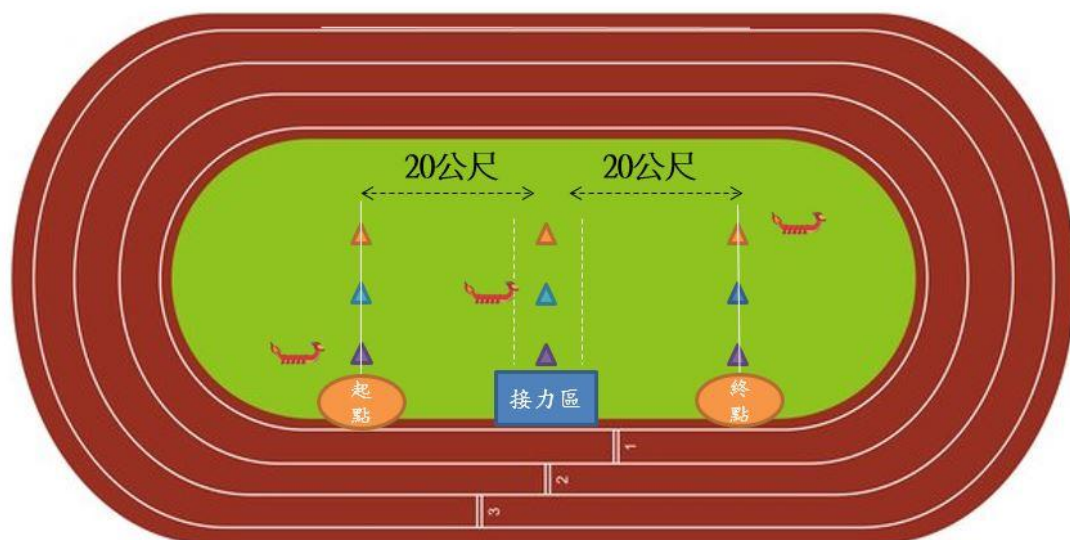
(二) 教職員校友組總距離 15 公尺，學生組總距離 20 公尺。

(三) 從起點出發，通過角錐 (15 公尺、20 公尺) 後，交換給第二組，必須在交換區完成人員替換，看哪隊能最快通過終點則獲勝，按時間依序抵達者判定名次。

(四) 終點判定，以龍舟完全過線，才算完成。

五、犯規

- (一) 雙方隊員不得超越起點線。
- (二) 過程中，選手應保持規定路線前進及折返，不得跨越他隊賽道。



六、報名 QR code 如下：

