

臺北市景文高級中學 107 學年度競技啦啦隊菁英培訓申請表

計畫名稱	景文高中競技啦啦隊菁英培訓計畫					
申請人 (以三人為限)	姓名	職稱	聯絡電話	E-mail		
	韓欣諺	體育組長	0953506957	eric1127golf@mail.jwsh.tp.edu.tw		
目的	提升競技啦啦隊運動技術，發揚團隊合作態度，培養同學愛校精神，促進學校啦啦隊運動風氣，並全力協助學校招生表演活動。					
執行期限	107 年 8 月 1 日 至 108 年 7 月 31 日					
訓練時間	學期中： <del>每週四、五</del> 晚輔 17:30~20:30、 <del>週日</del> 10:00~12:00、13:00~17:00 週四-韓欣諺 週五-林智祥 or 周振瑋 週日-范姜宗懋(上午)、林智祥 or 周振瑋(下午) 寒暑假集訓：時間另訂 PS：校外啦啦隊表演帶隊以校內老師為主、外聘教練支援帶隊。					
計畫申請經費預算表						
項目	單位	數量	單價	金額	說明	
鐘點費	小時	60	300	18,000	300元×30小時×2學期	
比賽表演服裝	人	12	3,300	39,600 <del>49,500</del>	比賽服一套 (男生上衣長褲，女生上衣裙子)	
代表隊服裝	人	12	2,000	24,000 <del>30,000</del>	熱身服一套 (男女生外套、長褲)	
練習服裝	人	12	1000 <del>1,300</del>	12,000 <del>39,000</del>	練習服上衣 2件 1 件 練習服短褲 1 件	
隊職員表演交通費	次	10	4,000	40,000	遊覽車，10 次×4000 元 =40,000 元。	
隊職員表演誤餐費	餐				依實際需求申請	
啦啦隊道具				5,000	比賽道具製作材料(比賽口號牌、立牌、彩球等道具)	
運動防護貼布	箱	2	3,000	6,000	訓練用防護貼布	
表演比賽彩妝用品	場	2	3,000	6,000	2018 全國啦啦隊比賽 107 學年全國中等學校啦啦隊比賽	
合計				<del>193,500</del> 元	132,600 元	
設備組收件簽章				審查會議		
				<input type="checkbox"/> 未通過  <input checked="" type="checkbox"/> 通過		

# 臺北市景文高級中學 107 學年度學生參加學校運動代表隊家長同意書

科 年 班 學號： 學生：

有意願參加競技啦啦隊校隊，並經過 1 個月培訓後即將成為正式隊員，相關說明如下：

- 一、練習時間：固定每週五晚 17：30~20：30、固定週日 10:00~16:00，寒暑假另訂。(週一至周四晚輔開始後，會調查班上未排晚輔課程日，排定 1~2 天練習，若隊員與練習衝突，以晚輔為主)
- 二、權利義務：
  1. 隊員必須參加學校輔導課(晚輔、寒暑輔)
  2. **遵守隊規**準時參加練習，展現良好校隊風範。
  3. 出席學校各項啦啦隊訓練、比賽及表演活動，為校爭光。
- 三、若有額外練習，如遇比賽需加強練習將另行通知家長(請務必留下聯絡方式)、導師。
- 四、本校啦啦隊員規範
  - (一) 嚴禁男女生交往行為。參與啦啦隊練習須經**家長**與**導師**同意。
  - (二) 隊員參與運動訓練，須在有經驗的教練認可與驗證其身心健康狀況後，方能參與練習，所有的技術與體能訓練，都要在教練認為是安全的狀況下方能進行。
  - (三) 啦啦隊隊員須謹守學生生活規範，並在服儀、髮式、出缺勤、教室規範與運動精神應成為同學表率，教練也應依此做為考核隊員的依據。
  - (四) 所有的校外表演活動與比賽，須在教練的認可與監督下進行。隊員若無法出席校外表演活動與校外正式比賽，應事先獲得教練同意。
  - (五) 啦啦隊訓練與比賽須有一定的安全準則，任何時候必須將運動員的安全與健康做最優先的考量。
  - (六) 隊員參與運動訓練，需本著精神態度第一，技術訓練居次的正確態度，培養犧牲奉獻、團隊合作、愛校的景文精神。
  - (七) 隊員平時在校之行為若有異於常規時，請嚴加指正並通知教練或體育組定將重罰，無故退隊依校規懲處，請家長審慎考慮後簽名蓋章。

**“謝謝您的配合與支持”**

學校教練：韓欣諺老師 0953-506957(Line ID:eric1127golf)

外聘教練：林智祥教練 0910-684293

本人同意子弟\_\_\_\_\_參加，班級：\_\_\_\_\_

家長簽名：

聯絡電話：(家長電話)

(學生電話)

(市內電話)

學生身體狀況：

住 址：

建 議：

導師簽章：

教練簽章：

中 華 民 國 107 年 9 月 1 日 學務處體育組

# 臺北市景文高中 107 學年度競技啦啦隊隊員承諾書

107/9/1 訂

我願意遵守競技啦啦隊校隊規則，並信守下列承諾：

1. 本校啦啦隊員必須參加學校晚間輔導課以及寒、暑假輔導課。
2. 在校期間對學校課業及運動專業技術、知識認真努力學習。
3. 遵守學生手冊規定，自律生活；遵守隊規準時參加練習，展現良好校隊風範。
4. 出席學校各項啦啦隊訓練、比賽及表演活動，為校爭光。
5. 參加競技啦啦隊校隊，必須至少維持一學年時間。

如學生違反上述規定情節嚴重者，將遭受退隊處分；若學生參加啦啦隊未滿一年退隊，需償還在校期間學校提供服裝及部分費用(表演服一套繳回、隊服一套繳回、練習服三件須償還費用)。

承諾人：班級：\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

導師簽名：\_\_\_\_\_

家長簽名：\_\_\_\_\_

中 華 民 國 107 年 月 日

## 106 學年度競技啦啦隊成果彙整

### 一、表演共 24 場

- 106/10/27(五)中正國中校慶啦啦隊表演
- 106/10/28(六)仁愛國中校慶啦啦隊表演
- 106/11/11(六)古亭國中校慶啦啦隊表演
- 106/11/11(六)景美國中校慶啦啦隊表演
- 106/11/11(六)溪口國小校慶啦啦隊表演
- 106/12/02(六)新北市中和國中校慶啦啦隊表演
- 106/12/02(六)106 學年度新北市高中職升學博覽會啦啦隊表演
- 106/12/13(六)景文高中校慶啦啦隊表演
- 107/03/03(六)2018 臺北燈節-西城嘉年華大遊行啦啦隊表演
- 107/03/18(日) 106 學年度臺北市高中職升學博覽會啦啦隊表演
- 107/04/14(六)實踐國中校慶啦啦隊表演
- 107/05/05(六)辛亥國小母親節園遊會表演
- 107/05/25~06/08 國九學生職業試探參訪啦啦隊表演計 9 場校內演出。
- 107/05/28(一)「藥不藥、一念間反毒行動博物館」開幕表演
- 107/06/03(日)本校畢業典禮啦啦隊表演。
- 107/06/04(一)百齡扶輪社社慶晚會啦啦隊表演

### 二、競賽

#### (一)2017 全國啦啦隊比賽

106/12/3(日)

四人技巧高中混合組「**第三名**」

高中混合團體組 **亞軍**

#### (二)2018 桃園市全國啦啦隊錦標賽

107/3/17(日)

高中混合團體組組**亞軍**

五人技巧組組**第六名**

#### (三)106 學年度全國中等學校啦啦隊錦標賽

107/04/01(日)

高中競技啦啦隊小團體組**冠軍**

高中競技啦啦隊五人混合組**第四名**

### 三、升學

三年級生透過啦啦隊讀招考試錄取：

1. 資三 2 張博鈞錄取世新大學