

## 活動成果表

<b>執行方案：</b> <u>A1 辦理創新實作競賽</u>		<b>對應項目</b>																					
<b>活動主題：</b> <u>競技啦啦隊</u>		<table border="1"> <thead> <tr> <th>項目勾選</th> <th>中程校務發展</th> <th colspan="2">高教四大面向</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>✓</td> <td>學生第一教學至上</td> <td>落實教學創新及提升教學品質</td> <td>A 推動創新教學 優化學習成效</td> </tr> <tr> <td></td> <td>產業鏈結學用合一</td> <td>發展學校特色</td> <td>B 全生涯啟動 強化產學接軌</td> </tr> <tr> <td></td> <td>提升效能永續發展</td> <td>提升高教公共性</td> <td>C 強化教學支持系統 與高教公共性</td> </tr> <tr> <td></td> <td>關懷社會放眼國際</td> <td>善盡社會責任</td> <td>D 實踐社會責任 培育世界公民</td> </tr> </tbody> </table>		項目勾選	中程校務發展	高教四大面向		✓	學生第一教學至上	落實教學創新及提升教學品質	A 推動創新教學 優化學習成效		產業鏈結學用合一	發展學校特色	B 全生涯啟動 強化產學接軌		提升效能永續發展	提升高教公共性	C 強化教學支持系統 與高教公共性		關懷社會放眼國際	善盡社會責任	D 實踐社會責任 培育世界公民
項目勾選	中程校務發展	高教四大面向																					
✓	學生第一教學至上	落實教學創新及提升教學品質	A 推動創新教學 優化學習成效																				
	產業鏈結學用合一	發展學校特色	B 全生涯啟動 強化產學接軌																				
	提升效能永續發展	提升高教公共性	C 強化教學支持系統 與高教公共性																				
	關懷社會放眼國際	善盡社會責任	D 實踐社會責任 培育世界公民																				
<b>主講人：</b> <u>林智祥</u>																							
<b>日期：</b> <u>112年5月01日--</u> <u>112年11月20日</u>		<b>時間：</b> <u>星期一三五</u> <u>18:00- 22:00</u>																					
<b>主辦單位：</b> <u>體育室</u>		<b>活動地點：</b> <u>夢初體育館、田徑場、重量訓練室</u>																					
<b>活動人次：</b> <u>450人</u>		<b>承辦人：</b> <u>林慧美</u>																					
<b>活動簡述：</b> 四人小組密集練習，動作細節、流程調整，整體要求技巧高度與動作成功。每週三次的模擬比賽，從熱身時間到上場時間，也加入很多賽事前需要做的心理模擬，可能遇到的情境皆放入訓練中。		<b>具體成效：</b> 賽期學生表現值得鼓勵，每個階段都在預期範圍甚至超過預期的表現，讓這次賽事可以有更多心思在調整心理狀態，比賽當天的模擬訓練也達到很大的效果，在熱身、檢錄、預備區、場上都因訓練有助於降低學生分心的程度。																					
<b>活動照片</b>																							
																							
照片 1 說明：空拋高度的調整		照片 2 說明：動作穩定的要求																					
																							
照片 3 說明：得獎時合影		照片 4 說明：賽後的重量訓練																					



照片 1 說明：將適合的人選固定分為同一組。



照片 2 說明：空拋前置動作複習



照片 3 說明：空拋進階動作練習



照片 4 說明：原地後空翻練習



照片 1 說明：體育館內慢跑熱身



照片 2 說明：新興聯合練習第一天心肺訓練



照片 3 說明：單底層基本動作練習



照片 4 說明：下肢肌力訓練





照片 5 說明：與台體大聯合練習結束合影



照片 6 說明：單底倒立姿技術練習



照片 7 說明：學長姐空翻上單底技術指導



照片 8 說明：新興聯合練習第二天 體操練習合影



照片 1 說明：空拋練習



照片 2 說明：進階單底層



照片 3 說明：核心肌群加強



照片 4 說明：核心肌群加強





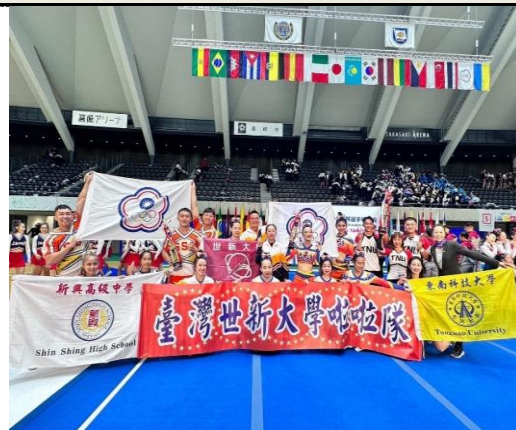
照片 5 說明：四人組多底層流程練習



照片 6 說明：雙人單底層流程練習



照片 1：參加 2023 世錦賽技巧雙人組,前三名頒獎中



照片 2：台灣競技啦啦隊項目 各參賽隊伍

中華民國啦啦隊總會  
Chinese Taipei Cheerleading Federation

**2023 第11屆CWC啦啦隊世界錦標賽代表**  
比賽時間：2023/11/23-26 比賽地點：日本群馬縣高崎市體育館  
啦啦隊、啦啦舞蹈國際裁判：黃羽淳

**東南科技大學**  
教練：彭竣煌老師

**Cheerleading Doubles 啦啦隊雙人組**

李睿泓  
沈如蓉  
陳奕偉  
徐子鈞

2023/11/1中華民國啦啦

照片 3：世錦賽東南參加啦啦隊雙人組



照片 4：雙人組 本校啦啦隊校友獲得亞軍



照片 5：台灣競技啦啦隊項目 得獎隊伍合影



照片 6：雙人組 本校啦啦隊校友獲得亞軍