

國立臺中科技大學

23th 競技啦啦隊

帥氣的操作技巧 讓自己更有自信
Cheetah🐾競技啦啦隊歡迎你的加入
讓你也擁有緊實身材及完美線條💪

國立臺中科技大學競技啦啦隊 短、中、長程計劃表

計畫	目標	實施策略	備註
短程計畫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 擴長社團的知名度，積極招收新社員。 2. 增進社員間感情，使社團穩定並增進向心力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舉辦各式體驗活動，讓沒有運動經驗卻有興趣的人可以一同參與、體驗。 2. 除了社課之外也會有其他的娛樂活動，如：聖誕晚會、一同吃宵夜等。 3. 活動宣傳地點發傳單，個大公佈欄也會粘貼海報。 4. 在網路平台上（如：IG、F D)積極發文、經營，以使社團處於活躍狀態。 	詳細資料附在：各項活動計畫及執行成效表。
中程計畫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 承接校外的活動，推廣競技啦啦隊並培養專業能力。 2. 穩定每場校內外表演的水準，同時藉實際表演達到最直接的宣傳。 3. 增進各校競技啦啦隊的感情，互相切磋學習經驗。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 社長負責與校方接洽各校內活動表演，隊長應爭取校外活動表演。 2. 多加練習及指教，增加自身實力。 3. 與校外同社團之社員一起練習，促使團隊進度速度。 	
長程計畫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 傳承競技啦啦隊精神，挖掘潛能，培養專業優秀啦啦人。 2. 訓練各幹部將基本功基礎穩固完成接交。 3. 培育擁有高水準技巧之成員。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 幹部訓練以及帶領學弟妹一同參與實作。 2. 接洽校內外表演活動，努力爭取比賽機會。 	

國立臺中科技大學競技啦啦隊組織章程

創始日期：2020 年 11 月 20 日

第1章 總則

第1條 本社定為「國立臺中科技大學競技啦啦隊」，簡稱「競技啦啦隊」，以下簡稱本社。

第2條 本社為體能性社團，屬於國立臺中科技大學學生活動中心。

第3條 本社承國立臺中科技大學課外活動指導組指導，推行社務。

第4條 本社活動項目：

1. 每週上課二次，內容為競技啦啦相關課程。
2. 於各大活動協助學校之表演者。
3. 不定期參與全國及各縣市比賽，以便提升自身經驗及學習。

第5條 地址：臺中市北區三民路三段 129 號 活動中心六樓。

第2章 宗旨

第6條 本社宗旨在培養服務學校、各大類比賽展現優異成績。秉持著一顆熱忱的心，藉此訓練自我能力，讓學員重中培養自己的興趣及良好的運動習慣，並了解各種訓練所需達到的體能及技巧。其中以如何保護上層之安全為首要考量，其次是對於教練的禮貌及感謝的重要性。

第3章 社員

第7條 本社社員資格必須符合下列條件之一：

1. 社員資格須繳交社費。
2. 臺中科技大學在校學生。

第8條 社費金額在學期初由總務評估財務狀況提出，經社務會議決定之。

第4章 社員權利與義務

第9條 社員基本權利：

1. 享有參與本社舉辦之各項活動之權利。
2. 社員有平等之發言、表決、選舉、被選舉、申訴與提案等權利。

國立臺中科技大學競技啦啦隊粉絲團 [instagram.com/nutc.cheetah](https://www.instagram.com/nutc.cheetah)

3. 對本社各項優缺處提出建議。

第10條 社員基本義務：

1. 詳細了解並嚴遵章程決議。
2. 按時繳交社費且不毀損本社名聲。
3. 遵守社員大會之決議案及參與決議之各項工作。
4. 應選舉或社長任命擔任本社幹部之職務。
5. 參與每學期期初、期末舉行二次之社員大會。

第5章 社團規範

第11條 無故退幹者、應對社團有所貢獻，罰勞動服務及社費。

第12條 個人負責之工作應按時完成；若未如期完成罰款**\$100**，納入社費；兩天還未完成再罰**\$50**；四天仍未完成加罰**\$50**；依此類推。

第13條 社課與會議時間應準時，不可遲到早退，若需請假或晚到應提前告知隊長(並再社課前一週告知)，幹部或教練同意後才算請假成功；若違反規定(遲到、未到未說明、早退未提前說明、臨時得知會晚到中午前未告知)之社員肌力多兩輪，幹部多三輪。

第14條 會議無故未到者罰**\$200**，全額納入社費。

第15條 不可將垃圾留至社室或訓練場地，應自行帶走，若留下垃圾者罰隔週當任職日生。

第16條 有約練應事先告知幹部及教練(校外約練亦同)保護不足情況下禁止擅自操作危險性較高之技巧，違者罰：開合跳 200 下、伏地挺身 100 下、V up 100 下、負重深蹲 100 下。

第17條 需使用彈簧床練習翻騰者應詢問幹部或教練同意，並注意安全。

第18條 服儀標準 – 剪指甲、穿著方便運動之服裝(上衣褲子禁止有飾品、鈕扣、拉鍊)；耳環、唇環、鼻環、肚環...等會因激烈運動的碰裝下導致受傷之飾品因拿下。

第19條 本社之運動屬於危險性較高之活動，社員應專注保護；若未保護好上層罰肌力(當組操作者及當組保護者)：開合跳 200 下、伏地挺身 100 下、V up 100 下、負重深蹲 100 下。

第20條 在本社擔任幹部不應缺乏負責與有心兩點原則。幹部為社員之典範，故應遵守下列幾點：

1. 以身作則，訓練準時且必到，如遇特殊情形應通知當天最大幹部，不可無故缺席。
2. 努力用心學習教練指導內容，課外時間對於還不懂之社員與予指導。
3. 分配事項應按時完成，不能抱持懶散態度。
4. 每位幹部應獨立，並不只是依照社長指令做事。

5. 每位幹部應對社團未來發展有積極態度。
6. 應與社內所有社員建立良好溝通。
7. 幹部間應培養濃厚情感，同心協力完成社內所有大小事。

第21條 注意禮貌 – 教練來時問好、指導完動作應謝謝教練；幹部宣部事情時應快速及合並專心聆聽，禁止私自聊天；操作技巧時：禁止嬉鬧、注意保護、安全第一。

第6章 組織與職掌

第22條 社長職責(1 名)

1. 預定整學年社團行事曆及目標初稿，並在社務會議內討論修改。
2. 與副社長(隊長)提選其餘幹部名單，交由上屆幹部表決通過。
3. 修改幹部組織事宜，例如視情況增減任一股幹部人數。
4. 擔任各活動、比賽之總協調人，依據實際需要及行事曆工作內容分派及協調各組完成工作。
5. 監督各幹部工作狀況，並隨時檢查社團資料進度。
6. 上下學期期末各召開期末大會，主要檢討本學期之優缺點，並由社長督促各幹部提出「書面經驗報告」保存，以供日後幹部之參考。
7. 對外代表本社與校內校外其他社團溝通聯繫。
8. 在必要時協助各幹部。
9. 為社團之校內活動的負責人。

第23條 副社長(隊長)職責(1 名)

1. 討論並協助社長各項社務。
2. 負責聯絡開會決議中因事缺席之幹部應完成之工作、時間及相關事項。
3. 負責掌管監督及協調各幹部者完成分配之工作。
4. 與社長共同保存整理開會活動資料，並隨時查看資料可否完整。
5. 掌管社章。
6. 協助釐定本社團行事曆及各項發展計畫。
7. 當社長不克出席重要會議時，由社長授權出席會議，並在社長無法執行社長之權利義務時，代理社長一職執行之。

第24條 活動長職責

1. 視情況增減活動長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 按時完成會議及正副社長交代工作。
3. 各項社內活動的策劃與聯繫，及掌握流程的設計與進行。
4. 活動會議通知及活動教師之安排、找尋。
5. 提出活動企劃書，並在幹部會議通過後將交由課指組辦妥。
6. 監督及引導參加者活動流程，並維持活動在一定的水準以上。

第25條 訓練長職責

1. 視情況增減教學長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 與教練溝通訓練內容及帶領操作。
3. 協助教練教導社員。
4. 每週社課前，公佈下週社課內容並連絡社員社課之時間地點。
5. 整學期之課程安排。
6. 課前負責與教練確認教學相關事宜。

第26條 財務長職責

1. 視情況增減總務長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 按時完成會議及活動執行長交代工作。
3. 負責徵收管理社費。
4. 編列學年及學期經費預算表(含社費金額數)，交社務會議討論。
5. 期末編列一學年及一學期之經費表，並在期末社務會議中提出下學期社費額數討論。
6. 應購買開有統一編號之發票或收據之必需品，後將其明細予以記錄與對帳報銷。
7. 將會議及任何相關總務資料予以保存，並將其整理成冊以供評鑑所需。
8. 在執行社務上有任何困難應報活動執行長。

第27條 文書長職責(1名)

1. 按時完成會議及活動執行長交代工作。
2. 聯絡會議之時間地點。
3. 會議與上課時的紀錄者。
4. 記錄並有系統整理各部門資料。
5. 在執行社務上有任何困難應報活動執行長。

6. 製作會員通訊錄。
7. 平時協助財務長。

第28條 器材長職責

1. 視情況增減器材長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 各式器材之管理、保養、維修與借用。
3. 每月清點器材，並製作器材清單。
4. 社內各項之產管理者(桌椅、櫃子)，必要時添購。
5. 管理社內可藉物品出借狀況，與借用活動、社課時所需器具與場地。

第29條 美宣長職責

1. 視情況增減美宣長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 按時完成會議及活動執行長交代工作。
3. 籌畫宣傳活動，並在幹部會議提出討論。
4. 負責製作招生、活動、宣傳等海報或卡片製作。
5. 負責社室之美化與清潔、物品之擺設及裝飾。
6. 將活動相本美化，以利於社團評鑑及招生。
7. 將會議及任何相關之美宣資料予以保存，並將其整理成冊以供評鑑所需。
8. 社誌管理者，將其美化或在必要時增購。
9. 在執行社務上有任何困難應報活動執行長。

第30條 公關長職責

1. 視情況增減公關長人數，若人數在兩人以上則改為組單位，並選出組長。
2. 按時完成會議及活動執行長交代工作。
3. 負責校外社團一切活動之接洽聯繫事宜。
4. 寄發邀請函予各長官、及校外、校內之社團，邀請其參與各活動。
5. 爭取活動經費(尋找贊助廠商)。
6. 將會議及任何相關之公關資料予以保存，並將其整理成冊以供評鑑所需。
7. 在執行社務上有任何困難應報活動執行長。
8. 社團網路管理者。
9. 於每次上課前發佈上課資訊。
10. 整理社團資料，並上傳至雲端。

11. 負責社課與各活動拍照及攝影。

第31條 儲備幹部職責

1. 下學期挑選儲備幹部一至二人，視情況增減儲備幹部人數。
2. 於每學年的第一學期招收儲備幹部並訓練篩選之，使其於承接前可事先了解社內事務運行。
3. 儲備幹部得參與幹部常會，協助社團活動舉行。

第32條 顧問職責

1. 由曾任幹部者擔任。
2. 對於社團幹部或社員之詢問提供輔導以及提供相關社團經驗之事，如有辦理活動或社團決議執行經驗等相關事宜之意見提供。

第7章 會議

第33條 社員大會之職權如下：

1. 社員大會為本社最高權利機構。
2. 決議案由社長及全體幹部負責執行。
3. 訂定與變更組織章程之權力。
4. 選舉、罷免社長及幹部之權力。
5. 審核本社預算及審議本社社務之權力。
6. 凡遇重要提案，得由社長或本社社員聯名發起，決議召開臨時社員大會。

第34條 幹部會議職權如下：

1. 籌備並執行各項活動。
2. 檢討並推展社務。
3. 決議社員之會議提案。
4. 推選正副社長候選人。

第35條 幹部會議召開條件：

1. 新任社長上任得在兩星期內召開，討論下屆社務。
2. 在學期期間的每週須召開一次幹部會議，討論社務。
3. 幹部三分之二以上連署書簽名。
4. 社長認為有重大必要決議。

第36條 開會通知應於當天前日提出，有事欲請假者得由開會前十二小時告知會議主席，若未告知者視同無故缺席，按社規處分。

第37條 決議項目至少要三分之二以上幹部投票通過。

第38條 幹部會議人數至少二分之一以上得以召開。

第8章 選舉與罷免

第39條 新任社長選舉需經三分之二原任幹部連署提名及並經由顧問同意即成立。副社長同樣受用此條例。

第40條 社長被解職由副社長接任，若是副社長被解職則由社長認命一名幹部接任。若兩人同時被解職，由其他幹部或顧問開會決定之。

第41條 幹部有失職事實或故意有礙社務之執行者，得經社員大會二分之一決議，或幹部會議三分之二通過之，由社長下令交其它幹部代理之。

第42條 違反社規且屢勸不聽者，嚴重影響社內名聲者，社費不繳交者，僅須正副社長兩人決議有此上述行為，退社即成立。

第9章 經費

第43條 本社經費來源：

1. 每學期得向每位社員收取社費。
2. 向學校課外活動指導組所申請之活動經費。
3. 其他專案活動所申請之經費。
4. 畢業學長(姊)之捐助。
5. 其他募款所得。

第44條 本社退費方式：

1. 入社後二週內提出離社申請，將可全額退費。
2. 入社後第三週至第八週提出離社申請，可退一半社費。
3. 入社後第九週起未提出離社申請者，將不予退費。

第45條 本社經費用途：

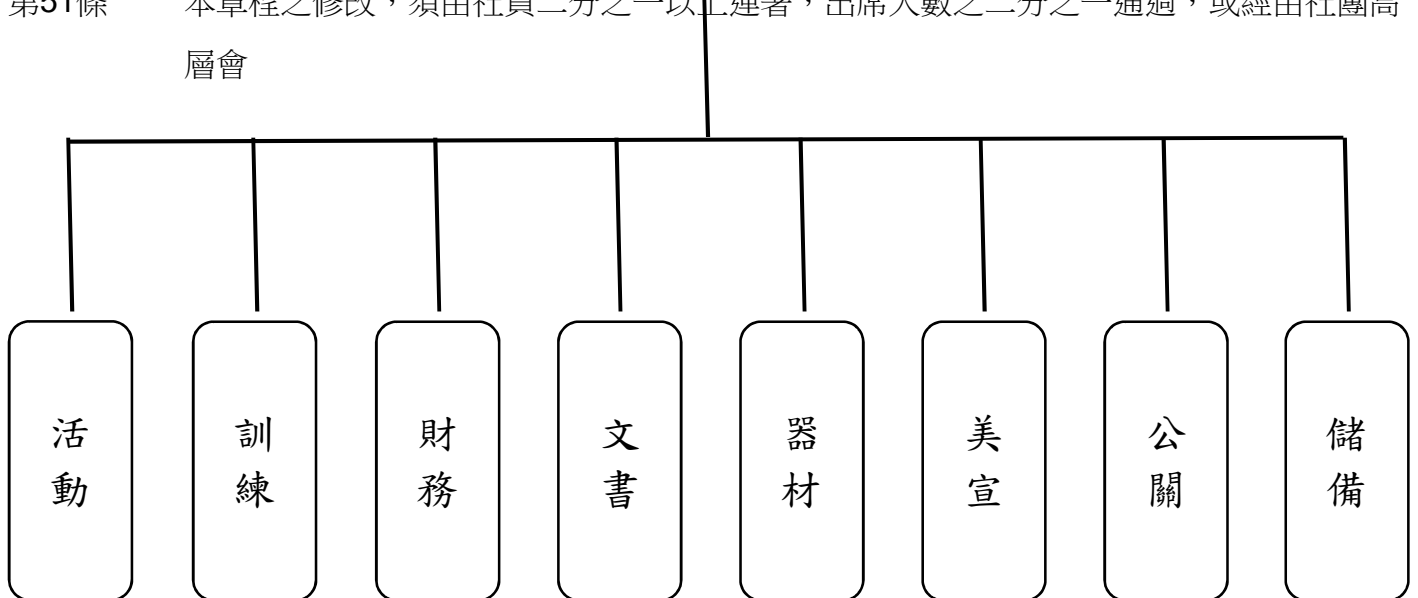
1. 本社各項活動支出。
2. 參加校內、外練習或(觀摩)比賽等活動支出。

3. 預備金。

- 第46條 本社財務應每學期編列預(決)算，於學校每學期結束之前一個月，經幹部會議審查，提交社員大會通過，並報本校業務主管單位課外活動指導組核備。
- 第47條 本社團指導老師或本校業務主管單位(課指組)得對本社經費使用情形進行不定期稽核，每學期至少一次；社長於接獲指導組老師或主管單位通知時，須於二天內會同社團財務備妥各項資料，以備查考，並將經費稽核情形公告通知。
- 第48條 為能有效控管社團財務與經費，社團財務管理辦法另訂之，並送交社員大會審議。
- 第49條 本社於解散時，由最後一次社員大會決定社團財務之運用，若無法召開社員大會時則用於社會公益活動。

第10章 副則

- 第50條 本章程由社員大會通過，並報學生事務處課外活動指導組備查，經社長公佈後實施。
- 第51條 本章程之修改，須由社員二分之一以上連署，出席人數之二分之一通過，或經由社團高層會



競技啦啦隊歷年重大記事

<p>民國 107 年</p>	<p>啦啦隊市長盃錦標賽 臺中科技大學寒假訓練營 臺中科技大學暑假訓練營 修平科技大學聯合練習 全國啦啦隊錦標賽</p>
<p>民國 108 年</p>	<p>臺中科技大學寒假訓練營 啦啦隊海洋盃錦標賽 臺中科技大學暑假訓練營 修平科技大學聯合練習</p>
<p>民國 109 年</p>	<p>臺中科技大學寒假訓練營 聯合服務學習「淨灘」 臺中科技大學暑假訓練營 修平科技大學聯合練習</p>
<p>第 19 屆(110~111 年)</p>	<p>我有一個『競啦』夢！ 修平科技大學聯合練習 全國啦啦隊錦標賽 台中科技大學暑假訓練營</p>