

ผู้ฝึกสอน...

ไม่ควร ที่จะกล่าวเชียร์ลีดเดอร์ต่อหน้าผู้ชม แต่จะสามารถดีในเชิงก่อกำเนิดได้ภายหลังแต่ต้องในที่ส่วนตัวหรือต่อหน้าเพื่อนร่วมทีมหากเห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

ไม่ควร ว่ากล่าวต่อหน้าผู้ฝึกสอนท่านอื่น เชียร์ลีดเดอร์คนอื่น หรือว่าต่อหน้าแฟนๆไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือว่าท่าทาง

ไม่ควร ต่ำทอหรือดูหมิ่นหยาบคายด้วยภาษารุนแรง ไม่ว่าในทุกกรณี

ไม่ควร ยุแหยงหรือทำการใดที่ไม่เหมาะสมกับการเป็นนักกีฬา

ควรละเว้น การสับนุหรือในต่อหน้าท่านผู้ชม เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการตัดสิน และหรือ สมาชิกของทีม

ควรละเว้น การดื่มเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ในต่อหน้าท่านผู้ชม เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการตัดสิน และหรือ สมาชิกของทีม

ควรละเว้น การใช้ยาหรือว่าเข้าไปข้องเกี่ยวกับสิ่งที่ผิดกฎหมายตามที่บัญญัติไว้ในหัวข้อ Olympic Movement Antidopeing Code 1999 and Apendix A (Prohibited Classes of Substances and Prohibited Methods 1st April 2000)

ร่วมมือ กับเจ้าหน้าที่เพื่อที่จะรับผิดชอบในการชี้แนะและความคุมแฟนๆของทีมและท่านผู้ชม

ยอมรับ ในการตัดสินของเจ้าหน้าที่และคณะกรรมการในการแข่งขันที่เกิดขึ้นว่ายุติธรรมและสามารถเรียกได้ว่าดีที่สุดตามความสามารถของเจ้าหน้าที่และคณะกรรมการแล้ว

ให้ความสำคัญ ที่ว่านักกีฬาที่ดีต้องต่อสู้และฝ่าฝืนด้วยจิตใจที่ดีและร่างกายที่ดีพร้อม

ให้ความสำคัญ ที่ว่าชัยชนะเป็นผลตอบแทนของทีมเวิร์คที่ดี

เป็น แม่แบบและตัวอย่างในเรื่องสิ่งที่ดีๆและเป็นแง่บวก

ต้องยึดถือและปฏิบัติตามกฎและข้อบังคับของทางผู้จัด TFC และ IFC

นักกีฬาเชียร์ลีดเดอร์...

ควรละเว้น การตีหรือตีเครื่องตีมีนเมาในต่อหน้าท่านผู้ชม เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการตัดสิน และหรือ ทีมอื่นในเวลาที่สวมใส่ชุดยูนิฟอร์ม หรือว่าเสื้อวอร์มที่บ่งบอกว่าเป็นตัวแทนของทีมหรือว่าประเทศ

ควรละเว้น สู้บนหรือในต่อหน้าท่านผู้ชม เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการตัดสิน และหรือ ทีมอื่นในเวลาที่สวมใส่ชุดยูนิฟอร์ม หรือว่าเสื้อวอร์มที่บ่งบอกว่าเป็นตัวแทนของทีมหรือว่าประเทศ

ควรละเว้น การใช้สารกระตุ้นและยาเสพติดทุกชนิด

ควรละเว้น การใช้ยาหรือว่าเข้าไปข้องเกี่ยวกับสิ่งที่ผิดกฎหมายตามที่บัญญัติไว้ในหัวข้อ Olympic Movement Antidoping Code 1999 and Appendix A (Prohibited Classes of Substances and Prohibited Methods 1st April 2000)

ไม่ควร ก้าวร้าวต่อหน้าผู้ฝึกสอน เชียร์ลีดเดอร์คนอื่น หรือว่าต่อหน้าแฟน ๆ ไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือว่าท่าทาง

ไม่ควร ด่าทอหรือดูหมิ่นหยาบคายด้วยภาษารุนแรง ไม่ว่าในทุกกรณี

กระทำ หน้าที่รับผิดชอบในการสร้างสิ่งที่เป็นสิ่งดีและเป็นแรงบันดาลใจของการเป็นผู้นำเชียร์ ไม่ว่าจะเป็นระหว่างการแข่งขันและไม่ได้แข่งขันก็ตาม

สม่ำเสมอ โดยการแสดงความเคารพและอ่อนน้อมถ่อมตนต่อเจ้าหน้าที่ ต่อหน้าผู้ฝึกสอน เชียร์ลีดเดอร์ และแฟน ๆ

ปฏิบัติดี เพื่อที่จะส่งเสริมให้นักกีฬา

ปฏิบัติดี อ่อนน้อมถ่อมตัวในชัยชนะและเห็นอกเห็นใจ กรุณาปรารถนาคู่ที่พ่ายแพ้

เป็นตัวแทนของความมีไมตรีจิต

ประเภทเชียร์ลีดดิ้ง – CHEERLEADING

รุ่นอนุบาลศึกษา – PEEWEE

กฎกติกาการแข่งขันเชียร์ลีดดิ้ง

การแสดงเชียร์ลีดดิ้งจะต้องทำภายใต้กฎความปลอดภัยและระบบการตัดสินของ IFC และ TFC ผลอย่างเป็นทางการจะประกาศเมื่อนาคะแนนของวันแรกหรือวันที่สองมารวมกันหากมีการแข่งขัน 2 วัน

*หมายเหตุ

ตัวอักษรสีแดงหมายถึงข้อควรระวัง

ตัวอักษรสีส้มหมายถึงข้อควรพิจารณา

ตัวอักษรสีเขียวหมายถึงสิ่งที่เพิ่มเติมเข้าไปในปี 2011

คุณสมบัติผู้เข้าร่วมแข่งขัน

อนุบาล PEEWEE

1. เป็นนักเรียนที่ซึ่งยังเรียนอยู่ในระดับชั้นอนุบาลหรือเทียบเท่าและมีผลบังคับในระหว่างวันที่ทำการแข่งขันนั้น นักกีฬาจะต้องเป็นเสมือนตัวแทนอย่างเป็นทางการของสถาบันหรือสโมสรเข้าร่วมการแข่งขัน และสวมชุดแข่งประจำสถาบันหรือสโมสรนั้นๆ และจะต้องผ่านการอนุมัติจากทางสถาบันหรือสโมสรอย่างถูกต้องว่าลงแข่งขันให้กับสถาบันหรือสโมสรของตน ทาง TFC อนุญาตและแนะนำให้มีตัวนักกีฬาสำรองในกรณีที่มีการบาดเจ็บระหว่างการแข่งขัน (จะต้องไม่เป็นตัวนักกีฬาจากสถาบันหรือสโมสรอื่นในงานแข่งเดียวกัน) ไม่อนุญาตให้นักกีฬา 1 คนเป็นตัวแทนมากกว่า 1 สถาบันหรือสโมสรลงแข่งในกรณีที่มีการบาดเจ็บหรือมีเหตุฉุกเฉินเกิดขึ้น
2. หากส่งในนามโรงเรียนหรือสถาบัน จะต้องศึกษาอยู่ในโรงเรียนหรือว่าสถาบันนั้นๆ ณ ปัจจุบันจะตรวจหลักฐานเป็นเอกสารรับรองที่ทางโรงเรียนจัดเตรียมมา
3. หากส่งในนามสโมสรอิสระ จะต้องมีช่วงอายุ 3 – 6 ปีบริบูรณ์ ณ ปัจจุบัน จะตรวจหลักฐานเป็นสูติบัตรหรือบัตรประจำตัวประชาชนของนักกีฬา
4. ไม่จำกัดเพศ เป็นผู้ที่มีความฟร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคประจำตัว สมาชิกภายใน 1 ทีม สามารถมีผู้เข้าร่วมแข่งขันจำนวนตั้งแต่ 5 -16 คน จะเป็นทีมชาย หรือว่าหญิงก็ได้ หรือว่าผสมก็ได้
5. หากกรณีที่มีอายุเกิน แต่ยังคงศึกษาในระดับอนุบาล นักกีฬาจะต้องส่งหลักฐานเพิ่มเติมเป็นหนังสือรับรองการศึกษาของนักกีฬาจากสถาบันสังกัด
6. นักกีฬาตัวสำรองสามารถมีได้สูงสุดคือ 4 คน เท่านั้น นักกีฬาสำรองสามารถลงแข่งขันได้โดยที่จะต้องรายงานต่อคณะกรรมการก่อนแข่งขันอย่างน้อย 20 นาที โดยที่ตัวสำรองนั้นจะต้องปฏิบัติตามกฎของการแข่งขันเช่นเดียวกับนักกีฬาตัวจริงทุกประการ
7. สำหรับนักกีฬาที่ป่วยหรือว่าบาดเจ็บและถูกเปลี่ยนตัวออกไปจะไม่สามารถกลับเข้ามาแข่งขันได้ทุกประการเพื่อสุขภาพและความปลอดภัยของนักกีฬา

เพลงที่ใช้ในการแข่งขัน

1. เป็นเพลงอิสระ ความยาวของเพลงอย่างน้อย 2 นาที 15 วินาที และไม่เกิน 2 นาที 30 วินาที **เท่านั้นไม่มีเวลาเพิ่มเติม**
2. เว้นช่วง Sideline and Cheer (นวม) ในเพลง
3. ส่งเพลงเป็นเทปคลาสเซ็ทหรือซีดีจำนวน 2 ชุด

4. เริ่มจับเวลานับตั้งแต่เริ่มต้นการแสดง (อ่านรายละเอียดได้ในข้อแนะนำเบื้องต้น)

ท่าบังคับที่จะนำไปสู่การคิดการแสดง

- ทำอาร์มโมชัน 4 ท่า ต้องไม่ซ้ำ, ทำต่อเนื่อง, ทั้งทีมพร้อมกัน (Arm Motions) (ตบมือและเท้าเอว ถือว่าเป็นโมชะ) ดูคำอธิบายด้านล่าง
- การเต้น (Dancing)
- ทำกระโดด (Jumps)
- ทำยิมนาสติก, การทำลังกา (Gymnastic and Tumbling)
- การร้องตะโกนให้ผู้ชมมีส่วนร่วม (Sideline and Cheer)
- ทำท่าสตันท์ได้ในท่าที่จำกัดไว้ให้ (Partner Stunts)
- ทำต่อตัวพีรามิด (Pyramids)
- **ห้ามทำการโยนตัวสูงเด็ดขาด**
- **ระดับและทักษะที่อนุญาตให้ทำได้อ่านจากหมวดของ "กฎและระดับของอนุบาล"**

ข้อแนะนำเบื้องต้นในการแข่งขันประเภททีม (Cheerleading)

แต่ละทีมจะมีเวลาแสดงจะต้องใช้เวลาให้คุ้มค่าไม่ว่าจะเป็น การกระโดด เต้น เขียร์ ความคิดสร้างสรรค์ การเปลี่ยนตำแหน่ง ฯลฯ การแนะนำข้างล่างนี้จะช่วยให้คุณได้ และขอความร่วมมือให้ปฏิบัติตามกฎอย่างเคร่งครัด

1. เวลา เวลาที่มีให้อย่างน้อย 2 นาที 15 วินาที และไม่เกิน 2 นาที 30 วินาที **เท่านั้นไม่มีเวลาเพิ่มเติม**

เวลาจะเริ่มจับทันที

- **เมื่อมีการให้สัญญาณและได้ยินเสียงเพลงดังขึ้น หรือ**
- **ได้ยินเสียงตะโกนในกรณีเริ่มต้นโดยการร้องเชียร์ หรือ**
- **เมื่อมีการขยับตัวในกรณีที่เริ่มต้นด้วยการเต้นหรือยิมนาสติกหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงการเชียร์**

2. เริ่มต้นการแสดง พื้นที่สนามการแข่งขันมีขนาด 14 X 14 ตารางเมตรแต่จะติดเทปแสดงขอบเขตที่ใช้งานได้ การเริ่มต้นการแสดงจะต้องอยู่ภายในพื้นที่ **12 x 12 ตารางเมตร** สามารถวางอุปกรณ์ในขณะที่วิ่งเข้าสู่สนามหรือก่อนที่จะเริ่มการแสดง แนะนำให้จัดวางพู่ ป้ายบริเวณนอกพื้นที่ 12 x 12 ป้องกันการอันตรายต่อการเหยียบและเพื่อความปลอดภัย และสามารถวางอุปกรณ์ภายในเส้นสนามได้ตราบเท่าที่คณะกรรมการเห็นว่าไม่เป็นอุปสรรคกีดขวาง และเป็นอันตรายต่อการแสดง **ไม่อนุญาตให้เริ่มต้นการแสดงโดยการก่อพีรามิดหรือต่อสตันท์ไว้ก่อนแล้ว** โดยที่เท้าของทุกคนจะต้องอยู่ติดพื้นอย่างน้อยหนึ่งข้าง ไม่อนุญาตให้ทำทักษะยิมนาสติกใดๆเมื่อเข้าสู่และออกจากสนามแต่สามารถโชว์สปิริตหักท่ายกับผู้ชมได้สั้นๆและต้องรีบเข้าประจำที่โดยเร็ว

3. เพลงและเต้น เพลงและดนตรีรวมแล้วให้เวลาอยู่ภายใน **2 นาที 15 วินาที และไม่เกิน 2 นาที 30 วินาที** และบังคับการเชียร์ปากเปล่าอย่างน้อย ~~45~~ **วินาทีหรือมากกว่า** โดยค้นแปรตามอัตราส่วน **ข้อความข้างต้นยกเลิก** ไม่บังคับความยาวของช่วงเชียร์ แต่จำเป็นจะต้องมีองค์ประกอบครบถ้วนตามที่คณะกรรมการกำหนด และคิดว่าทีมสามารถถ่ายทอดได้ดี มิฉะนั้นอาจส่งผลถึงคะแนน เพลงสามารถที่จะแบ่งเป็นส่วนๆหรือเป็นท่อนๆได้ตลอดการแสดง หรือจะเล่นครั้งเดียวรวดเลยก็ได้ สามารถใช้เพลงและเสียงดนตรีได้ทุกชนิด การเชียร์จะต้องสอดคล้องกับดนตรี อย่างไรก็ตาม การเต้นจริงๆจะให้คะแนนในหมวดการเต้น และ ~~Arm Motion~~ **ข้อความข้างต้นยกเลิก** Arm

Motion จะให้ต่างหาก โดยคุณจะต้องนำ **CD 2** แผ่น เพื่อที่ใช้ในการแสดง โดย 1 ชั้นใช้เปิดในการแสดง อีก 1 ชั้นเพื่อใช้สำรอง (หากสะดวกสามารถนำเทปคาสเซตมาด้วยก็ได้เพื่อใช้ในกรณีเกิดเหตุสุดวิสัย) แต่ละทีมจะต้องส่งตัวแทนมา **1 คน** เพื่อทำการเปิด หยุดเพลง และปิดเพลงเอง โดยจะต้องแสดงตัวต่อบุคเครื่องเสียงอย่างน้อย **2 ทีม** เพื่อเตรียมที่จะเปิดเพลง **ควรระลึกไว้เสมอว่า CD อาจจะไม่สามารถเล่นได้กับเครื่องเล่นได้ทั้งหมด ควรพิจารณาและทดสอบก่อนนำมาใช้งาน**

4. การร้องตะโกนเพื่อให้ง่าลังใจ และ การร้องตะโกนให้ผู้ชมมีส่วนร่วม (Cheer and Sideline) จะต้องมีในการแสดงทั้งสองส่วน ไซดไลน์คือการตะโกนเชียร์เป็นประโยคสั้นๆ ส่วนการเชียร์นั้นเป็นคำหรือว่าประโยคสั้นๆที่ต้องการการโต้ตอบจากคนดู โดยช่วงนี้จะต้องไม่มีเสียงดนตรีใดๆเลยและสามารถเป็นภาษาใดก็ได้

ตัวอย่าง Sideline Defense Defense Beat those CATS ซ้ำๆจนกว่าหัวหน้าทีมจะสั่งให้หยุด

ตัวอย่าง Cheer Ready OK! 1 2 3 4
Blue Lions Yell GO! -----> GO! (ตอบด้วยคนดู)
Blue Lions Yell FIGHT! --> FIGHT (ตอบด้วยคนดู)
Blue Lions Yell WIN! ----> WIN! (ตอบด้วยคนดู)
Blue Lions go together GO FIGHT WIN!

5. ทำอาร์มโมชัน 4 ทำ ในช่วงเชียร์จะต้องประกอบไปด้วยท่าอาร์มโมชันที่ไม่ซ้ำกันเลยจำนวน 4 ท่าต่อเนื่อง โดยที่จะต้องทำพร้อมกันหมดทั้งทีมและเหมือนกัน ทำดังต่อไปนี้จะไม่นับให้ (ตบมือ, ตบมือแบบแบมือ, วางมือเท้าเอวทั้งสองข้าง) หากท่าเมื่อไหร่ ท่าก่อนหน้าที่ยังทำไม่ครบจำนวน 4 ท่าจะถือว่าโมฆะและจะต้องทำใหม่

6. พื้นที่ทำการแสดง ไม่อนุญาตให้ออกจากพื้นที่ **12 x 12 ตารางเมตร** ที่จัดไว้ให้หลังจากที่เริ่มทำการแสดงแล้ว พื้นที่ทำการแสดงจะถูกทำเครื่องหมายไว้ให้ หากเกิดการล้ำออกนอกพื้นที่ที่กำหนดจะถูกหักคะแนน

7. อุปกรณ์ ป้ายการ์ดบอร์ด ป้ายผ้า **ป้ายไวเนล** โทรโฆง ธงโบก และพู่ เหล่านี้เป็นอุปกรณ์ที่อนุญาตให้ใช้ได้ ป้ายทุกป้ายจะต้องสามารถที่จะใช้ให้คนดูพูดหรือร้องตามได้ **ไม่อนุญาตให้นำอุปกรณ์ที่ไม่เกี่ยวกับการเชียร์เข้ามาวางในบริเวณการแสดง** (ตุ๊กตาสคอตหรือสิ่งนำโชคอื่น ๆ ที่นอกเหนือที่ใช้ในการแสดงไม่สามารถนำเข้าไปวางไว้ในพื้นที่การแสดงได้) อุปกรณ์ที่ใช้จะต้องไม่มีความแหลมคม เช่นดาวที่จำเป็นจะต้องลบมุมออกให้โค้งมนแทน หรือว่าจะต้องไม่เป็นอันตรายต่อตัวนักกีฬา **ป้ายประกอบร่างหรือป้ายขนาดใหญ่อื่นๆจะต้องไม่ประกอบไปด้วยวัสดุแหลมคม ชันไม้หรือแผ่นไม้หรือท่อขนาดใหญ่หรือแผงวงจรกลไกที่จะทำอันตรายต่อตัวนักกีฬา ให้บาดเจ็บรุนแรงหรือสาหัส** หากมีสิ่งที่จะเข้าข่ายจะต้องเก็บงานประกอบให้มิดชิดหรือห้ามใช้ **การวางอุปกรณ์ควรแล้วเสร็จภายใน 60 วินาที**

8. การจบการแสดง เวลาจะหยุดจับทันทีเมื่อทีมของคุณมาถึงในช่วงสุดท้ายของการแสดง โดยอยู่ในตำแหน่งของการแสดงนั้นๆและมีการหยุดค้างที่สัมพันธ์กับดนตรี **โดยถือเอาการได้ยินเสียงสุดท้ายของดนตรีเป็นหลัก** หากมีข้อผิดพลาดโดยทำการจบแบบไม่เคลียร์อาจมีผลทำให้ถูกตัดคะแนนในเรื่องของเวลา

*ท่าโพสท์สุดท้ายในตอนจบถือว่าการจบการแสดง ในกรณีนี้, การลงจากท่าสตันท์หรือท่าทำต่อตัวหลังจากเพลงจบไม่ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการแสดง จะไม่นำมาคิดคะแนนให้ แต่หากมีการลงที่ผิดพลาด บาดเจ็บและเกิดอันตรายจะต้องโดนหักคะแนนด้วย การพิจารณาคะแนนจะเริ่มเมื่อเดินเข้าสนามและสิ้นสุดเมื่อนักกีฬาคนสุดท้ายเดินออกจากสนามจนหมด

*อย่างไรก็ตามทีมสามารถที่จะโชว์สปิริตให้กับผู้ชมได้แบบสั้นๆในขณะที่เข้าสู่ และ ออกจากสนาม, ทีมไม่อนุญาตให้ทำทักษะใดๆก่อนหรือหลังจากเวลาการแสดง (ห้ามทำลังกา หรือว่าท่ากระโดดใดๆเข้าหรือออกจากสนามแข่งขัน) ทีมจะต้องตั้งท่าพร้อมให้เร็วที่สุดเพื่อที่จะทำการแข่งขัน, และจะต้องออกจากสนามแข่งขันที่หลังจากที่แข่งขันเสร็จแล้ว

9. **การหักคะแนน** การลงโทษโดยการหักคะแนนจะทำเมื่อรวบรวมคะแนนสุดท้ายของแต่ละหมวดหมู่ทั้งหมดแล้วและนำมาหักออก ค่ารวมของการลงโทษขึ้นอยู่กับความร้ายแรงของการละเมิดกฎมากแค่ไหน

10. นักกีฬาคำนึงถึงการแข่งขันในประเภทนี้ว่าเป็นการแข่งขันประเภทที่เน้น Cheerleading เป็นหลัก แนะนำให้ศึกษาจากวีดีโอ และซีดีที่ได้รับ หรือคลิปรีวีดีโอ Download ที่ทางผู้จัดให้ไป ซึ่งกติกานี้ใช้เป็นสากลทั่วโลก แต่จะลดหย่อนบางส่วนให้เหมาะสมกับประเทศไทย

11. **หากมีการเดิน** อนุญาตให้ได้มีการเดินติดต่อกันสูงสุดได้ไม่เกิน ~~8 ห้อง หรือ 64~~ **จังหวะเท่านั้น** แล้วจะต้องตามด้วยการแสดงในส่วนอื่นที่ไม่ใช่การเดินอีก **ข้อความข้างต้นยกเลิก** ไม่บังคับจำนวนการเดิน

12. **ความสะอาดเรียบร้อย** หลังจากทีแต่ละทีมทำการแข่งขันของตนเสร็จแล้วนั้น **จะต้องนำอุปกรณ์ของตนออกไปจากสนามแข่งขันให้หมด** เพื่อที่จะได้ไม่เป็นอุปสรรคและอำนวยความสะดวกแก่ทีมถัดไป คำว่าอุปกรณ์นี้รวมไปถึงเศษชิ้นส่วนที่หลุดออกมาจากตัวนักกีฬาและอุปกรณ์การเชียร์ทุกชนิด **อาจส่งผลกระทบต่อคะแนน**หากพบว่าทีมนั้นๆทำการปล่อยปะละเลย

13. **การซ้อม** แต่ละทีมจะมีเวลาซ้อมให้ในพื้นที่ฝึกซ้อมที่จัดไว้ให้ ทีมใดที่พลาดเวลาฝึกซ้อมทีมของตนเองอาจจะต้องลงทะเบียนเวลาใหม่ซึ่งอาจจะเป็นทีมสุดท้ายของวัน ก่อนการแข่งขันจริงจะมีการซ้อมเสมือนจริงซึ่งแต่ละทีมจะมีเวลา 3 นาทีในการซ้อมกับสนามเหมือนจริง ขอความกรุณาสวมใส่ชุดแข่งขันจริงพร้อมกับซ้อมเหมือนจริงอย่างน้อย 1 ครั้ง เนื่องจากในบริเวณจะมีกรรมการคอยเช็คความถูกต้องของการแสดงแต่ละทีมให้ **ในวันที่ 2 หากไม่มีการเปลี่ยนแปลงการแสดงสามารถที่จะไม่โชว์ทั้งหมดได้ ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของทีม**

14. **ประกันอุบัติเหตุ** คณะกรรมการแข่งขันจะไม่รับรองการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นระหว่างการแข่งขัน ผู้เข้าแข่งขันควรที่จะปฏิบัติตามกฎกติกาอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัยและลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ ทางผู้จัดแนะนำให้ผู้เข้าแข่งขันจัดหาประกันตามความเหมาะสมของแต่ละทีมก่อนเข้าแข่งขัน แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นสถานที่จัดการแข่งขันมีทีมแพทย์และพยาบาลจัดไว้เพื่อเหตุฉุกเฉินในเบื้องต้นแล้ว

15. **การโฆษณาและชื่อผู้สนับสนุน** นักกีฬาสามารถที่จะติดโลโก้ ป้ายชื่อ ของผู้สนับสนุนบนชุดการแข่งขันได้ โดยจะต้องมีขนาดใหญ่เกินกว่าขนาดของนามบัตร (2 คูณ 3 นิ้ว โดยประมาณ) ในบริเวณการแข่งขันระหว่างทีมลงแข่งขันนั้นสามารถวางป้าย หรือว่าโลโก้ได้สูงสุดเพียง 3 รายการเท่านั้นโดยสามารถที่จะวางไว้ทางด้านหน้าหรือว่าทางด้านหลังของสนามการแข่งขันได้ **กรุณาติดต่อทางผู้จัดเพื่อรายละเอียดของขนาดป้าย บนชุดแข่งขัน บนสนามแข่งขัน**

สงวนสิทธิ์โลโก้ของผู้จัดเท่านั้น

16. **Free Standing Spotters** ทางผู้จัดได้จัดเตรียมผู้ให้ความปลอดภัยไว้ให้ แต่หากทีมต้องการใช้ Spotter ที่เตรียมมาก็สามารถทำได้โดยจำนวนไม่เกิน 5 คน โดยจะต้องสวมชุดแตกต่างจากนักกีฬาภายในสนามและเป็นชุดกีฬาที่เรียบร้อยตามแบบสากล **ข้อความข้างต้น ยกเลิก** ไม่อนุญาตให้ Free Standing Spotters ช่วยในการแสดง หากพบว่ามีอาการสัมผัสเกิดขึ้นจะถูกหักคะแนนทันที

กฎและข้อบังคับและการให้คะแนน TFC ประเภททีมเชียร์

นักกีฬาทุกคนภายในทีมที่ลงแข่งขันจะต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์และระเบียบอย่างเคร่งครัดเมื่อถึงเวลาแข่งขัน โดยทั่วไปสมาชิกภายในทีมจะเป็นสมาชิกของสถาบันหรือสโมสร และจะต้องเป็นทีมที่เป็นตัวแทนของสถาบันหรือสโมสรอย่างเป็นทางการ พร้อมกันนั้นก็ต้องสวมชุดแข่งขันที่แสดงให้เห็นถึงสถาบันหรือสโมสรที่ตนสังกัดอยู่ ไม่อนุญาตให้นักกีฬาเป็นตัวแทนเข้าแข่งขันข้ามชั้นระหว่างสถาบันหรือสโมสร นักกีฬา 1 คนเป็นตัวแทนได้ 1 สถาบันหรือเท่านั้น ทาง TFC แนะนำให้มีนักกีฬาสำรองที่สังกัดในทีมเดียวกันเพื่อเปลี่ยนแทนในกรณีที่มีการบาดเจ็บระหว่างการแข่งขันเกิดขึ้น

กฎและระดับของอนุบาลในรายการ TFC ที่สามารถทำได้

ทักษะ	ท่าทาง
การทำลังกาทั่วไป (General Tumbling)	<p>A. อนุญาตให้ทำลังกาท่าระดับเบื้องต้นได้ ดังนี้ ม้วนหน้า ม้วนหลัง หกสูง ล้อเกรียน ราวน้อฟ ฟรอนทวอลด์ สะพานโค้ง แบ็ควอลด์ ฟรอนทแอนด์สปริง แบ็คแอนด์สปริง ลังกาหลัง ท่าซีรี่ส์จบสูงสุด ลังกาหลัง ห้ามทำการเกลียวทุกชนิด</p> <p>B. ห้ามนักกีฬาทำลังกา เหนือ, ลอดใต้, ทะลุผ่าน การต่อตัวคู่, การต่อปีรามิด, อุปลกรรม หรือแม้กระทั่งเหนือ, หรือลอดใต้บุคคลเดียวก็ตาม ยกเว้นม้วนหน้า ม้วนหลังเหนืออุปลกรรมสามารถทำได้ ข้อความข้างต้นยกเลิก ไม่สามารถทำได้</p> <p>C. ห้ามทำลังกา (ระดับพื้น) ลอยตัวกลางอากาศ ขณะที่ถืออุปลกรรม หรือว่าขณะที่ร่างกายบางส่วนยังติดกับอุปลกรรมอยู่ หากทำลังกามีอดีตพื้น, ท่าโยกกลับหัว สามารถถืออุปลกรรม ฟู หรือ การ์ดบอร์ด ได้ เท่านั้นเพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดต่อนักกีฬาและขัดต่อรอบลังกาได้</p> <p>D. ไม่อนุญาตให้ความช่วยเหลือหรือว่าคอยช่วยปีตรอบลังกา เช่น ทำล้อเกรียนสองรอบและต่อด้วยคอร์สไลน์ช่วยในการทำลังกาหลัง เป็นต้น</p> <p>E. ห้ามทำการเหिरพุ่งม้วน</p> <p>F. ทำลังกาทุกชนิดและท่าโยกกลับหัวจะต้องทำบนพื้นผิวการแสดง และจับบนพื้นผิวการแสดงเท่านั้น ลังกาไม่สามารถจับบนท่าสตันท์ได้ หากทำจะต้องจับรอบลังกาขาแตะพื้นอย่างน้อยหนึ่งข้างและไม่อยู่ใน</p>

	ลักษณะกลับหัวจึงจะสามารถขึ้นท่าสตันท์แบบต่อเนื่องต่อไปได้
--	---

ทักษะ	ท่าทาง
การกระโดด (Jumps)	อนุญาตให้ทำท่าใดก็ได้

ทักษะ	ท่าทาง
ท่าอาร์มโมชัน (Arm Motions)	<p>อนุญาตให้ทำท่าใดก็ได้</p> <p>A. ในช่วงเชียร์จะต้องประกอบไปด้วยท่าอาร์มโมชันที่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ไม่ซ้ำกันเลยจำนวน 4 ท่า 2. ทำต่อเนื่อง 3. จะต้องทำพร้อมกันหมดทั้งทีมและเหมือนกันไปในทิศทางเดียวกันทั้งหมด <p>B. ทำดังต่อไปนี้จะไม่นับให้ (ดบมือแบบรวบฝ่ามือ, ดบมือแบบแบมือ, วางมือเท้าเอวทั้งสองข้าง) หากทำเมื่อไหร่ท่าก่อนหน้าที่ยังทำไม่ครบจำนวน 4 ท่าจะถือว่าโมฆะและจะต้องทำใหม่</p> <p>เช่น High V --> Low V --> ดบมือ --> K Motions (โมฆะเพราะมี ดบมือมาคั่นกลาง จะต้องเริ่มทำใหม่)</p>

ทักษะ	ท่าทาง
การทำท่าสตันท์ (Partner Stunts)	<p>ไม่อนุญาตให้ทำท่าสตันท์ใดๆทั้งสิ้น ข้อความข้างต้นยกเลิก สามารถทำได้</p> <p>A. สามารถที่ทำในหมวดความสูง 1.5 ความสูง (บริเวณหน้าขาหรือข้อศอก), สองชั้นมนุษย์ได้เท่านั้น และต้องมี Back Spotter คอยให้ความปลอดภัยตลอดเวลาตั้งแต่เริ่มต้นและจบลงสู่พื้น</p> <p>B. หากด้วยอดทำสตันท์บนแขนของฐานที่งอศอกแนบลำตัว ด้วยอดจะต้องไม่ยืนตรง จะต้องนอนราบ หรือนั่งบนแขนได้เท่านั้น หากยืนบนมือประสานแขนเหยียดตั้งไม่ว่าด้านหน้าหรือว่าด้านหลัง (Toe Pitch) ของฐานสามารถยืนได้และทั้งสองทำนี้จะต้องมี Spotter เสมอ</p> <p>C. จำนวนคนในกลุ่มสตันท์จะต้องมี 1 ฐาน, 1 ด้วยอด, 1 Spotter เป็นอย่างต่ำเสมอ</p> <p>D. ไม่สามารถทำ Tic Toc หรือสลับขาใดๆได้ทุกกรณี</p>

ทักษะ	ท่าทาง
การต่อตัว (Pyramids)	<p>ไม่อนุญาตให้ทำการต่อตัวใดๆทั้งสิ้น และยังไม่อนุญาตให้นำกลุ่มสตันท์มาประกอบเป็นท่าต่อตัว ข้อความข้างต้นยกเลิก สามารถทำได้</p> <p>A. สามารถนำกลุ่มสตันท์มาประกอบเป็นพีรามิดได้ ในท่าและความสูงที่กำหนดไว้เท่านั้น ดังต่อไปนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> - หมวดยอดสูง 1.5 ความสูง (บริเวณหน้าขา, หรือชี้คอ), และสองชั้นมนุษย์ได้เท่านั้น และต้องมี Back Spotter จับด้วยยอดตลอดเวลาดังแต่เริ่มต้นขึ้นและจบลงสู่พื้น <p>B. หากด้วยยอดท่าสตันท์หรือต่อตัวบนแขนของฐานที่งอศอกแนบลำตัวด้วยยอดจะต้องไม่ยื่นตรง จะต้องนอนราบ หรือนั่งบนแขนได้เท่านั้น หากยื่นบนมือประสานแขนเหยียดตั้งไม่ว่าด้านหน้าหรือว่าด้านหลัง (Toe Pitch) ของฐานสามารถยื่นได้และทั้งสองท่างี้จะต้องมี Spotter เสมอ</p> <p>C. จำนวนคนและข้อห้ามใช้กฎเดียวกันกับสตันท์ข้างบน</p>

ทักษะ	ท่าทาง
วิธีการขึ้น (Climbing)	<p>A. Step Up (ก้าวขึ้น)</p> <p>B. Pick Up (หยิบขึ้นมา)</p> <p>C. Pop Up (กระโดดออกจากพื้นขึ้นสู่ฐาน)</p> <p>D. หรือการขึ้นอื่นๆที่ต้องไม่อยู่ในขณะที่กลับหัว, ศรีษะต่ำกว่าเอว และหลุดจากการจับของฐานหรือ Spotter พร้อมกัน เช่นวิ่งหกสูงแล้วกลับตัวขึ้นไปยืนบนหน้าขา (มีช่วงกลับหัว), กระโดดบิดเกลียว 1 รอบขึ้นสู่หน้าขา (มีช่วงลอยอิสระ) เป็นต้น เหล่านี้ไม่สามารถทำได้</p> <p>E. ไม่อนุญาตให้ทำท่าลงกาทั้งที่ลอยจากพื้น, ไม่ลอยจากพื้น, กลับหัว แบบต่อเนื่องขึ้นสู่ยอด แต่จะสามารถทำมาก่อน ฝากขาหนึ่งขา ยืนตัวตรงไม่อยู่ในรูปกลับหัว แล้วต่อเนื่องขึ้นสู่ยอดได้</p>

ทักษะ	ท่าทาง
การเปลี่ยนรูปร่าง (Transition)	<p>A. เมื่อนิ่งแล้วฐานสามารถเคลื่อนที่ในทิศทางใดก็ได้</p> <p>B. เคลื่อนที่ผ่าน แต่ไม่หยุดนิ่ง ที่ความสูง 2 ความสูงได้</p> <p>C. ทำทักษะ Cradle (นอนแปล) ได้ ด้วยยอดสามารถลอยขึ้นและลงสู่</p>

	<p>การนอนเปลได้สูงไม่มาก และจะต้องมีฐาน 2 คน 1 Back Spotter</p> <p>D. ห้ามกลับหัว, ห้ามทำศรียะต่ำกว่าเอว</p> <p>E. ไม่อนุญาตให้เปลี่ยนรูปร่างโดยการโยนหรือว่าดึง, จับ ข้ามหัว (Leap Frog) ค้ำและม้วน (Vault) แม้ว่าด้วยยอดจะมีการจับมือเหนี่ยวรั้งไว้หรือไม่ก็ตาม</p>
--	---

ทักษะ	ท่าทาง
วิธีการลง (Dismount)	<p>A. Step Off (ก้าวออก)</p> <p>B. Pop Off (กระโดดออก)</p> <p>C. Cradle Catching (ลงนอนเปล) ด้วยยอดสามารถลอยขึ้นและลงสู่การนอนเปลได้สูงไม่มาก และจะต้องมีฐาน 2 คน 1 Back Spotter</p> <p>D. การลงจะต้องมีการจับของ Spotter ตลอดเวลาจนสิ้นสุดและหยุดนิ่ง</p> <p>E. ไม่อนุญาตให้เพิ่มทักษะใดๆในการลง</p> <p>F. ห้ามกลับหัว, ห้ามทำศรียะต่ำกว่าเอว, ห้ามช่วยทำแบ็ควอลส์คโเเวอร์จากการนอนเปล</p>

ทักษะ	ท่าทาง
การโยนตัวสูง (Basket Tosses)	การโยนตัวสูงยังไม่สามารถทำได้ในรุ่นนี้ ดังนั้นไม่อนุญาตให้โยนตัวสูงหรือท่าทางใดที่คล้ายกับการโยนตัวสูงทุกท่า

ทักษะ	ท่าทาง
การหน้าคว่ำ (Prone Position)	<p>ไม่อนุญาตให้ลอยอย่างอิสระแล้วลงในลักษณะหน้าคว่ำ เช่น ทำท่าลังกาชุด จบลังกาหลังจากนั้นลงนอนเปลหน้าคว่ำ</p> <p>แต่หากเป็นการเปลี่ยนรูปร่างต้องมีการจับของ Back Spot หรือฐานตลอด สามารถทำหน้าคว่ำที่ศรียะไม่ต่ำกว่าเอวของตัวเองได้</p>

คำแนะนำความปลอดภัยทั่วไปในระดับอนบาล

1. ทีมเชียร์ลีดดิ้งจะต้องอยู่ภายใต้ความควบคุมดูแลของผู้ฝึกสอนหรือที่ปรึกษาที่มีความรู้ความสามารถและมีคุณภาพ

2. การฝึกซ้อมกีฬาเชียร์ลีดดิ้งนั้นควรจะต้องอยู่ภายใต้คำแนะนำและการตรวจตราของผู้ฝึกสอน จะต้องอยู่ในที่ฝึกซ้อมที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยแก่กีฬาชนิดนี้ ยกตัวอย่างเช่น มีเบาะฝึกซ้อมที่สามารถรองรับแรงกระแทกได้ อยู่ห่างจากสภาพแวดล้อมที่มีเสียงดังรบกวน ซึ่งอาจจะทำให้เสียสมาธิและวอกแวกได้ เป็นต้น
3. ผู้ฝึกสอนหรือผู้แนะนำควรที่จะตระหนักถึงระดับหรือว่าขีดความสามารถของทีม กิจกรรมใดๆที่จะนำมาฝึกซ้อมหรือว่ากระทำจะต้องนำ "ระดับความสามารถ" มาเป็นตัววัด ซึ่งค่านี้จะมาจากความสามารถจากทั้งทีมโดยรวมหรือว่าอาจจะเป็นส่วนบุคคล และจะต้องไม่นำลงไปแสดง จนกว่าทักษะที่ฝึกซ้อมนั้นๆจะถูกต้องสมบูรณ์และปลอดภัย 100%
4. ตัวนักกีฬาจะต้องได้รับการฝึกซ้อมจากบทเรียนที่ถูกต้องตามหลัก ก่อนที่จะนำทักษะนั้นไปใช้แสดงเช่น ทักษะการทำลังกา หรือว่าการกระโดดท่าต่างๆ
5. การฝึกซ้อมการเป็นผู้ช่วยเหลือด้านความปลอดภัย (Spotter) ที่ดีอย่างถูกต้องและเป็นมืออาชีพ จะต้องถูกสอนและถ่ายทอดให้กับนักกีฬาทุกคนในทีม โดยไม่จำกัดว่าต้องเรียนรู้เฉพาะบุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น
6. นักกีฬาควรที่จะได้รับการฝึกฝนทักษะพิเศษอื่นๆเพิ่มเติมและเข้าโปรแกรมเสริมสร้างความแข็งแรงให้กับร่างกายเพิ่มเติมด้วย
7. ห้ามสวมใส่เครื่องประดับทุกชนิดระหว่างการฝึกซ้อมและแข่งขัน เพราะอาจจะทำอันตรายได้
8. การทำกายบริหารเพื่อยืดกล้ามเนื้อและความยืดหยุ่นของร่างกายควรที่จะทำก่อนที่โปรแกรมใดๆทุกชนิด จากนั้นจึงทำตามด้วยโปรแกรมการฝึกซ้อมตามปกติ หรือว่าโปรแกรมพิเศษอื่นๆ
9. การทำทักษะลังกา การกระโดดท่าต่างๆ ฯลฯ ควรจำกัดอยู่แค่พื้นที่ที่เหมาะสมเท่านั้น
10. โดยทั่วไป โปรแกรมการฝึกซ้อมต่างๆจะต้องเป็นที่ยอมรับจากตัวเชียร์ลีดเดอร์และฝึกซ้อมเป็นไปตามลำดับขั้นตอน การตระหนักถึงความปลอดภัยโดยการใช้ผู้ช่วยเหลือด้านความปลอดภัย (Spotter) ตลอดเวลาการฝึกซ้อมจนกระทั่งทักษะนั้นทำได้เชี่ยวชาญเป็นสิ่งที่จะต้องจำเป็นเสมอ
11. อุปกรณ์ช่วยยืดกล้ามเนื้อ ผ้ารัดข้อต่างๆ ฯลฯ ที่ซึ่งเนื้อผ้าแข็งกระด้าง หรือว่ามีพื้นผิวขรุขระและขอบแข็งคมจะต้องห่อหุ้มไว้ตลอดเวลาที่ฝึกซ้อมและแข่งขัน นักกีฬาที่สวมเสื้อกอดจะไม่อนุญาตให้ทำท่าตัวคู่ ต่อตัวกลุ่ม การโยนตัวสูงหรือว่าทักษะยิมใดๆเลยเพราะอาจจะทำให้เกิดอันตรายได้
12. นักกีฬาจะต้องสวมใส่รองเท้าในการฝึกซ้อมเสมอ (ไม่ควรใส่รองเท้ายิมแบบสไลด์)
13. เมื่อต้องการที่จะเลิกหรือว่าทิ้งป้ายเชียร์ที่มาจากวัสดุแข็ง, ขอบคม, มุมแหลม นักกีฬาจะต้องระมัดระวังในการทิ้งหรือว่าวางป้ายนั้นๆด้วยความระมัดระวัง โดยการวางหรือว่าโยนทิ้งนั้นจะต้องควบคุมทิศทางได้และไม่เป็นอันตรายต่อผู้อื่น

การทำลังกา/การกระโดด

1. ห้ามทำท่าเหิรพุ่งม้วน
2. ห้ามทำลังกาใดๆที่มีรอบลังมากกว่าหนึ่งรอบ
3. การที่มีรอบลังกานิดเดียวไม่สามารถทำได้ทุกกรณี
4. ห้ามการทำลังกาหน้าแล้วลงนั่งหรือว่าลงเข่าโดยไม่มีการค้ำยันถ่ายน้ำหนักก่อน
5. ห้ามนักกีฬาทำลังกา เหนือ, ปลอดภัย, ทะลุผ่าน การต่อตัวคู่หรือว่าการต่อพีรามิด หรือแม้กระทั่งเหนือ, หรือลอดใต้บุคคลเดียว
6. ห้ามนักกีฬาทำลังกาลงสู่การทำท่าต่อตัวคู่ หรือถูกจับจากการลอยตัวในอากาศของการทำลังกา เช่น การทำลังกาหลังลอยตัวลงสู่การนอนแปล แต่ยังคงทำตามการทำริบาว์ที่ไม่อยู่ในรูปของตัวกลับหัวกลับหางแล้วถือตัวเองสู่การลงนอนแปลสามารถที่จะทำได้
7. การลงสู่พื้นจากการกระโดดรูปต่างๆรวมไปถึงการลงเข่าจำเป็นที่จะต้องใช้อย่างน้อยหนึ่งข้างในการผ่อนน้ำหนักหรือใช้มือค้ำยันเหมือนกับการลงน้ำหนักในหมวดเดินรำ เช่นการกระโดดเตะปลายเท้าหรือการเตะสูงแล้วลงไปสู่ท่านั่งข้ามรั้ว, การลงนั่ง, ลงเข่า, หรือลงไป

ท่าที่เท้าทั้งสองเก็บรวบหรือว่าชี้ไปที่ด้านหลัง หรือว่าลงไปทำท่าวิดพื้นไม่อนุญาตให้ทำ แต่หากเห็นว่ามีอาการผ่อนน้ำหนักก็สามารถที่จะทำได้

8. การลอยตัวแล้วลงนั่งพื้นในท่าข้ามรั้วต่างๆ หรือท่าที่เท้าทั้งสองจะต้องอยู่ทางด้านหลัง ย้ายขึ้นไปไว้ข้อ 7 (ลงนั่ง, นอนคว่ำ, หรือลงนอนเหยียดหงาย) โดยไม่มีมือค้ำยันด้านแรงกระแทกก่อนไม่อนุญาตให้ทำยกเว้นการลงนั่งเป็นรูปตัว Z (นั่งพับเพียบ) ก็ต้องมีมือค้ำยันเช่นกัน
9. นักกีฬาจะต้องสวมใส่รองเท้ากีฬานั้น (ไม่อนุญาตให้สวมใส่รองเท้ายิมนาสติกครึ่งเท้า หรือวาร์องเท้าอื่นๆที่ไม่เหมาะสมกับกีฬาชนิดนี้)

หลักเกณฑ์การตัดสินและระดับความยากง่ายในการแข่งขัน

คะแนนรวมที่ได้รับในแต่ละทักษะจะอยู่บนพื้นฐานของ *คุณภาพ* ของทักษะที่แสดงออกมาและ *จำนวน* มากน้อยตลอดการแสดงของทีม (ความหลากหลายที่แสดงและจำนวนผู้ที่แสดงทักษะ สองปัจจัยรวมกัน) ทักษะเฉพาะที่ไม่ได้รวมอยู่ในรายการนี้ การให้คะแนนจะขึ้นอยู่กับดุลพินิจของคณะกรรมการ ทักษะใดที่ไม่ได้ทำ ช่องคะแนนในทักษะนั้นจะได้ศูนย์คะแนน

ความกว้างและการได้คะแนนมากน้อยในการทำทักษะใดๆ หรือการหักคะแนนจากข้อผิดพลาดในระหว่างการแข่งขันนั้นจะอ้างอิงจากระบบการตัดสินของนานาชาติ โดยใช้หลักเกณฑ์มาตรฐานสากลของ IFC และ TFC ไม่ได้ใช้เกณฑ์การตัดสินภายในประเทศ เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพและยกระดับกีฬาเชียร์ลีดดิ้งประเทศไทยให้มีคุณภาพและเท่าเทียมกับต่างประเทศ นอกจากนี้ยังสามารถทราบข้อบกพร่องเพื่อการพัฒนาทีมจากการเปรียบเทียบกับทีมนานาชาติที่เข้าร่วมการแข่งขัน

การกระโดด

ระยะของคะแนน	ทักษะ
0-5 คะแนน	กระโดดยึดตัวตรง (Approach Jump) กระโดดพับขาชิดอก (Tuck Jump) กระโดดแยกขา (Straddle Jump) กระโดดข้ามรั้วข้าง (Side Hurdle Jump) กระโดดข้ามรั้วหน้า (Front Hurdle Jump) กระโดดแตะปลายเท้า (Toe Touch Jump) กระโดดแยกปลายเท้าเลยเหนือศีรษะ (Universal Jump) กระโดดพับตัวขาตรง (Pike Jump) กระโดดอะรราวด์เดอะเวิลด์ (Around the world)

ท่ายิมนาสติกยืนทรงตัว

ระยะของคะแนน	ทักษะ
0-5 คะแนน	ขาคู่แยก (Basic Position) ขาคู่ชิดกัน (Cupies) ลิเบอร์ตี้ (Liberty) ขางออกนอกปลายเท้า (Stag/Hitch) ลิเบอร์ตี้บิดตัว (Torch) ฐีกขา (Heel Stretch) คันธนู (Bow and Arrow)

	อะราเบสค์ (Arabesque) แมงป่อง (Scorpion)
--	---

การทำลังกา

ระยะของคะแนน	ทักษะ
0-5 คะแนน	ม้วนหน้า ม้วนหลัง หกสูง ล้อเกวียน ราวน์ออฟ ฟรอนท์ลิมเบอร์ ฟรอนท์วอล์คโอเวอร์ สะพานโค้ง แบ็คเวิร์ตวอล์คโอเวอร์ ฟรอนท์แฮนด์สปริง แบ็คแฮนด์สปริง ราวน์ออฟ + แบ็คแฮนด์สปริง ราวน์ออฟ + แบ็คแฮนด์สปริง ซีรีส์ ลังกาหลัง ลังกาหน้า ราวน์ออฟ + แบ็คแฮนด์สปริง + ลังกาหลัง

การเคลื่อนไหวร่างกาย/การเต้น

ระยะของคะแนน	ทักษะ
	- เปลี่ยนรูปแฉกน้อย, เปลี่ยนระดับขึ้นลงน้อย, ความหลากหลายของการเคลื่อนไหวน้อย, มีความตืดตาน้อย
	- เปลี่ยนรูปปานกลาง, เปลี่ยนระดับขึ้นลงปานกลาง, ความหลากหลายของการเคลื่อนไหวปานกลาง, มีความตืดตาปานกลาง
	- เปลี่ยนรูปแฉกดี, เปลี่ยนระดับขึ้นลงดี, ความหลากหลายของการเคลื่อนไหวดี, มีความตืดตาดี สิ่งที่ต้องการเพิ่มเติมคือการออกแบบท่าเต้นที่มีการเคลื่อนไหวรวดเร็ว

0.5 คะแนน	- เปลี่ยนรูปแถวดีมาก, เปลี่ยนระดับขึ้นลงดีมาก, ความหลากหลายของการเคลื่อนไหวดีมาก, มีความติดตาดีมาก มีผลต่อคนดูมาก <i>สิ่งที่ต้องการเพิ่มเติมในเรื่องเต้นคือ</i> การออกแบบท่าเต้นที่มีการเคลื่อนไหวรวดเร็ว, การขยับตัวเร็ว, มีความสร้างสรรค์ในเรื่องจังหวะของท่า, การใช้พื้นผิวการแข่งขัน, การเต้นที่มีสไตล์และทันสมัย <i>สิ่งที่ต้องการเพิ่มเติมในเรื่องโมชันคือ</i> อย่างน้อยแค่ 4 จังหวะของท่าอาร์มโมชันแบบดั้งเดิมในช่วงเชียร์และไซด์ไลน์
-----------	---

* ในทุกหมวด ทักษะใดๆที่ไม่ได้กล่าวถึง คณะกรรมการจะอ้างอิงจากความใกล้เคียงและความเป็นไปได้ในทุกตารางข้างต้น

เกณฑ์การให้คะแนน - SCORING CRITERIA FOR CHEER

Total 100 Points

หมวดไทย	หมวดอังกฤษ	คะแนน
<i>คะแนนทางด้านเทคนิค</i>	<i>Technical Categories</i>	<i>50 Points</i> <i>ดังนี้</i>
การแสดงออก อารมณ์ หน้าตา สบิริด	Expression	10 Points
อาร์มโมชัน	Motions	5 Points
การเต้น	Dance	5 Points
การกระโดด	Jumps	5 Points
การทำลังกา ทำยิมนาสติก	Tumbling	5 Points
การทำสตันท์	Partner Stunts	10 Points
การต่อตัวปิรามิด	Pyramids	10 Points
<i>คะแนนด้านความยาก</i>	<i>Difficulty Categories</i>	<i>20 Points</i> <i>ดังนี้</i>
ค่าความยากทั้งการแสดง	Overall Difficulty	10 Points
ความเร็ว, การเปลี่ยนรูปร่างทั้งการแสดง	Speed, Transitions	10 Points
<i>ภาพรวมของการแสดง</i>	<i>Overall Evaluation</i>	<i>30 Points</i> <i>ดังนี้</i>
ความพร้อมเพรียงทั้งการแสดง	Synchronization	10 Points
การประเมินทั้งการแสดง	Overall Evaluation	10 Points
ความสมบูรณ์ทั้งการแสดง	Perfection	10 Points

กฎกติกาต้นฉบับ

- TFC Rules and Regulations

ดัดแปลงและคัดลอกจาก

- IFC Rules & Regulations

อ้างอิงเนื้อหาบางส่วนจาก

- AACCA Safety Guidelines 2008-2009

ผู้แปล ดัดแปลง และเรียบเรียง

- นายระภีพงษ์ อุปมา
- นายชานนท์ ประดิษฐ์
- นายปลั่งกร พิษณะธนกร

ถ้าคุณมีปัญหาหรือข้อสงสัยกรุณาติดต่อทาง
ศูนย์ฝึกสอนกีฬาเชียร์ลีดดิ้ง นานาชาติ มหาวิทยาลัยรังสิต
โทร 089-1080212 หรือ 081-8477708
E-mail : info@thaicheerleading.com
หรือดูรายละเอียดได้ที่ <http://www.thaicheerleading.com>