

ข้อ ๑๒. การถ่ายคลิปีวีดีโอเพื่อสมัครเข้าประกวด

ผู้เข้าร่วมประกวดต้องถ่ายคลิปีวีดีโอต่อเนื่องตั้งแต่ต้นจนจบครั้งเดียว ห้ามตัดต่อคลิปีวีดีโอ หากพบภายหลังว่ามีการตัดต่อคลิปีวีดีโอ จะถือว่าเป็นโมฆะ การถ่ายคลิปีวีดีโอต้องเลือกสถานที่ให้เหมาะสมและไม่มีเสียงรบกวน สามารถถ่ายคลิปีวีดีโอด้วยกล้องประเภทใดก็ได้ ที่มีความละเอียดสูงระดับ Full HD ขึ้นไป เพื่อให้ภาพและเสียงมีความชัดเจน

ข้อ ๑๓. ข้อปฏิบัติในการประกวดและเวลาในการประกวด

(๑) ให้ผู้เข้าร่วมประกวดทุกคน รายงานตัวต่อหน้ากล้องและเมื่อรายงานตัวเสร็จแล้วให้กลับไปอยู่ในตำแหน่งของตัวเองโดยไม่ออกนอกกล้อง โดยผู้เข้าร่วมประกวดจะต้องอยู่ภายในคลิปีวีดีโอตลอดเวลาตั้งแต่รายงานตัวจนจบการแสดง หากบุคคลใดบุคคลหนึ่งไม่อยู่ภายในคลิปี จะทำการหักคะแนนครั้งละ ๑ คะแนน

(๒) พื้นที่การประกวดมีขนาด ๘ x ๘ เมตร โดยผู้เข้าประกวดจะต้องอยู่ภายในเส้นที่กำหนดไว้ หากบุคคลใดบุคคลหนึ่งล้ำเส้นที่กำหนดไว้ จะทำการหักคะแนน ครั้งละ ๑ คะแนน

(๓) ในระหว่างทำการประกวด ให้แต่ละทีมถ่ายคลิปีวีดีโอโดยไม่ให้กล้องมีการเคลื่อนไหว และสามารถมองเห็นสมาชิกผู้แสดงการออกกำลังกายในทีม ให้ครบจำนวน ๗ คน อย่างชัดเจน

(๔) เวลาในการประกวดทีมละไม่น้อยกว่า ๑๐ นาที แต่ไม่เกิน ๑๐ นาที ๓๐ วินาที หากเกินหรือน้อยกว่าเวลาที่กำหนด จะทำการหักคะแนน นาทีละ ๑ คะแนน ทั้งนี้เศษของวินาทีให้คิดเป็น ๑ นาที

(๕) เริ่มจับเวลาและให้คะแนนเมื่อเสียงเพลงประกอบการแสดงเริ่มขึ้น

(๖) คู่แข่งขันมีสิทธิ์ที่จะขอตรวจบัญชีรายชื่อหรือทะเบียนรูปถ่าย จากเจ้าหน้าที่ได้

ข้อ ๑๔. เกณฑ์การให้คะแนน ในรอบคัดเลือก และรอบชิงชนะเลิศ

๑๔.๑ ความถูกต้องของรูปแบบการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ๑๕ คะแนน

๑๔.๒ ความแข็งแรง/ความอ่อนตัวและความมั่นคงขณะเคลื่อนไหว ๑๐ คะแนน

๑๔.๓ การจัดระเบียบร่างกายและการเคลื่อนไหวที่ไม่นำไปสู่การบาดเจ็บ ๒๐ คะแนน

๑๔.๔ ความพร้อมเพรียง/จังหวะ ๑๐ คะแนน

๑๔.๕ การสื่อถึงความสุข สมวัยในการออกกำลังกาย ๒๐ คะแนน

๑๔.๖ ความคิดสร้างสรรค์ในการประยุกต์วิถีสวมชนกับรูปแบบ

การออกกำลังกายการแสดงออกและความเหมาะสม

ของการแต่งกายสามารถนำไปใช้ในชุมชนได้จริง ๒๕ คะแนน

ข้อ ๑๕. การตัดสินพิจารณาจากองค์ประกอบ ดังนี้

๑๕.๑ ความถูกต้องของรูปแบบการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ

หมายถึง การออกกำลังกายที่ประกอบด้วยการอบอุ่นร่างกาย (Warm up) การออกกำลังกาย (Work Out) และการคลายอุ่นร่างกาย (Cool Down)

๑๕.๒ ความแข็งแรง/ความอ่อนตัว และความมั่นคงขณะเคลื่อนไหว

หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายที่แสดงให้เห็นถึงการใช้กล้ามเนื้อเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย รวมถึงความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและข้อต่อในการเคลื่อนไหวของร่างกาย