

2026年上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛 总决赛暨上海市青少年游泳锦标赛竞赛规程

一、主办单位：上海市体育局

二、承办单位：上海市竞技体育训练管理中心游泳运动中心
上海市游泳协会

三、协办单位：上海久事体育产业发展（集团）有限公司
东体场馆分公司

四、竞赛日期：5月29—31日

五、竞赛地点：上海东方体育中心游泳馆（上海市浦东新区耀体路701号）

六、参赛单位：本市各区

七、年龄组别和小项设置

组别	年龄段	设项数	项目设置	
			男子	女子
A	08.9.1-11.12.31	16	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力；	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力；
B	12.1.1-13.12.31	16	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、1500米自由泳、400米个人混合泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、800米自由泳、400米个人混合泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力；
C	14.1.1-14.12.31	24	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、1500米自由泳、400米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+400米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、1500米自由泳、400米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+400米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力

组别	年龄段	设项数	项目设置	
			男子	女子
D	15.1.1-15.12.31	24	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、800米自由泳、200米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+400米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、800米自由泳、200米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+400米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力
E	16.1.1-16.12.31	24	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+200米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 小全能：100米自由泳+200米个人混合泳、100米仰泳+400米自由泳、100米蛙泳+400米自由泳、100米蝶泳+400米自由泳； 接力：4×100米混合泳接力 4×100米自由泳接力
F	17.1.1-17.12.31	16	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 接力：4×50米混合泳接力 4×50米自由泳接力	单项：100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳、100米蝶泳、400米自由泳、200米个人混合泳； 接力：4×50米混合泳接力 4×50米自由泳接力

八、参加办法

(一)按照上海市青少年体育精英系列赛竞赛规程总则的有关规定执行。

(二)参赛对象必须是2026年在本市注册的青少年运动员，有关注册规定按照《上海市青少年运动员注册办法》（沪体规文（2025）3号）执行，并持本人当年有效的《上海市青少年运动员注册卡》参加比赛。

(三)按最新本市体育后备人才输送认定办法，已被认定为向一线输送或进入高校的运动员均不得参赛。

(四) 各区限报一支队，每队可报领队 1 人，教练员 1—20 人，运动员报名人数不限。

(五) A、B、F 组每人限报 2 个单项。C、D、E 组每人限报 2 个单项、1 个小全能项目（自由泳、仰泳、蛙泳、蝶泳全能任选一项），各区各组别男子、女子分别可报 1 支队伍参加混合泳接力和自由泳接力（参加接力的运动员必须取得总决赛参赛资格）。

(六) 参加 2026 年上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛总决赛暨上海市青少年游泳锦标赛暨市运会预赛参赛资格：

1. 2026 年市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站暨上海市青少年游泳冠军赛 A 组各单项比赛排名前 65%（按小数点后一位四舍五入计算）的运动员进入总决赛（如出现名次并列，将并列名次的下一个或几个名次空出；弃权 and 犯规的运动员不计算排名）。

2. 2026 年市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站暨上海市青少年游泳冠军赛 B 组单项比赛排名前 12 名，C、D、E、F 组各单项比赛排名前 10 名的运动员进入总决赛（如出现名次并列，将并列名次的下一个或几个名次空出）。

3. 2026 年上海市青少年体育俱乐部联赛游泳比赛长距离、混合泳项目获得前三名、其他单项第一名的运动员（若该运动员已获得总决赛参赛资格，总决赛外卡参赛名额将根据比赛排名依次向下递补），可持外卡获得总决赛参赛资格（运动员须本年度注册游泳项目）。

4. 运动员（队）在报名后，因全国比赛、集训等原因不能参赛的，赛前出具相关请假单（由项目中心出具证明），经审核通过后，可持外卡直接获得总决赛参赛资格。

5. 运动员(队)在报名后,第二站因伤、病不能参赛的(不含因事弃权),赛前出具二级甲等及以上医院病假单,且第一站比赛综合成绩排名前30%的运动员,经审核通过后,可持外卡获得参加总决赛资格。

(七)上海市第十八届运动会游泳比赛(青少年组)参赛资格:

1. 参赛运动员须达到2026年上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第一站暨上海市游泳二线体能测试赛准入标准分50分(因全国比赛、集训等原因,由项目中心出具的证明除外),且在2026年市青少年体育精英系列赛游泳比赛总决赛暨上海市青少年游泳锦标赛暨市运会预赛各组别单项(含全能、不含接力)比赛中排名前16名的运动员(如出现名次并列,将并列名次的下一个或几个名次空出),方可参赛。

2. 因全国比赛、集训等原因不能参赛的,赛前出具相关请假单(项目中心出具证明),由分管领导签字确认后,可持外卡直接获得市运会参赛资格。

(八) 本次比赛通过上海青少年体育竞赛网进行网上报名(<http://www.aijingsai.cn/#/home>),报名时间:5月13-16日。未按时提交报名或报项错误的,报名结束后一律不得更改。

(九) 领队会日期:5月26日下午2点,地点:上海市徐汇区青少年体育运动学校三楼会议室(地址:徐汇区枫林路329号)。

十、竞赛办法

(一) 采用世界泳联最新竞赛规则。

(二) 技术代表、仲裁、裁判长等由市游泳协会指派。

(三) 水上比赛采用一次出发,以一次比赛成绩排列名次。

(四) 运动员第二次点名未到则取消比赛资格。

(五) 各比赛小项上场参赛人数少于2个参赛单位3人(队), 均不安排比赛。

(六) 运动员训练热身时不得佩戴划水掌, 否则取消参赛资格。由此给他人造成伤害的, 取消该运动员参赛资格, 同时已获得的比赛成绩全部取消, 并禁止参加当年及次年市体育局主办的游泳比赛。

(七) 运动员训练热身时, 必须按要求游进和冲刺练习, 否则取消参赛资格。

(八) 小全能计分方法: 按最新《世界泳联评分标准基准成绩表-50米池》进行计算。

(九) 本次系列赛将邀请本项目优秀运动队教练员赴赛场选拔优秀苗子并填写《上海市优秀体育苗子评价表》, 对选出的优秀苗子进行评价。

十一、关于弃权处罚扣分的规定

(一) 处罚: 运动员在报名后无故弃权的, 给予每人每项100元处罚(开具收据)。

(二) 弃权: 运动员(队)在报名后, 因伤、病不能参赛的, 赛前应出具二级甲等及以上医院病假单(因事不能参赛的, 则出具书面说明), 经参赛单位盖章, 负责人签字确认; 因参加全国比赛, 集训等事宜不能参赛的, 赛前应出具项目中心等单位的证明(盖章), 分管领导签字确认, 否则将被认定为无故弃权。在系列赛各站比赛中, 每出现一例无故弃权的, 将在总决赛区代表团团体总分中扣除2分(按弃权小项, 各站比赛累计)。

十二、运动员录取名次、计牌计分和奖励办法

(一) 排列各代表团团体奖牌和总分。

(二) 各项目有 9 名以上 (含 9 名) 运动员 (队) 参加的, 录取前 8 名; 不足 9 名, 按实际参赛人 (队) 数录取名次。前 8 名依次按 11、9、8、7、6、5、4、3 计分, 并颁发奖状。前三名依次按 1 金、1 银、1 铜计牌。如出现名次并列, 将并列名次的下一个或几个名次空出, 空出名次的分值与获得名次的分值相加后的平均数, 作为并列名次的所得分值, 计入相关代表单位。

(三) 协议运动员计牌计分内容参照《2026 年上海市青少年体育精英系列赛竞赛规程总则》执行。

(四) 比赛结束后将评选本次比赛最佳教练员、最佳运动员、优秀裁判员, 评选办法按《2026 年上海市青少年精英系列赛竞赛规程总则》执行。

十三、申诉和纪律

各代表队对裁判员的判决有疑问时, 其领队或教练可先到竞赛组口头询问。如仍有异议, 可在该项比赛结束后 30 分钟内正式提出抗议, 填写赛事竞委会提供的抗议书, 由领队签字后提交执行总裁判, 同时交纳抗议费人民币 500 元。执行总裁判须对抗议做出回复, 如抗议被驳回而代表队仍不接受, 其领队可向仲裁委员会申诉。由执行总裁判将抗议书送交技术代表, 技术代表召集仲裁委员对申诉进行复议和最终裁决。申诉成立, 退还保证金; 申诉不成立, 保证金不予退还。

十四、其他

(一) 本次比赛场地为 50 米池, 采用“数智体育”全自动计时计分设备, 比赛已纳入 2026 年可授予运动员技术等级的赛事名录中, 为年度可授予运动员技术等级比赛, 本次比赛仅各组

别单项、接力项目第一棒（4*50 接力除外）可授予运动员技术等级，具体标准按国家体育总局最新发布的《游泳运动员技术等级标准》执行

（二）参赛单位运动员、教练员应知晓体育竞赛的相关风险，确保自己身体状况符合参赛要求，自行承担非承办单位故意或重大过失导致的伤害。

（三）未尽事宜，另行通知。