

“人人运动 学会游泳”

2026 年上海市青少年游泳达标挑战赛（黄浦赛城赛区）

赛事规程

一、赛事组织

主办单位：上海市体育局

承办单位：上海市游泳协会

协办单位：赛城动乐（上海）体育科技有限公司

二、比赛信息

比赛时间：2026 年 8 月 8 日（8:00-11:00）

比赛地点：上海市黄浦区城市运动中心河南中路 1 号

三、参与对象及赛事规模

上海市在校三年级至九年级学生，身体健康且具备基本游泳能力（可独立完成 15 米游泳）。

赛事规模：200 人

四、竞赛分组

项目组别（分男子、女子组别）：

1.甲组（七、八、九年级）：2011 年 9 月 1 日-2014 年 8 月 31 日出生

2.乙组（五、六年级）：2014 年 9 月 1 日-2016 年 8 月 31 日出生

3.丙组（三、四年级）：2016 年 9 月 1 日-2018 年 8 月 31 日出生

五、赛事内容

1.达标挑战板块：15 米自由泳/蛙泳（9-10 级）

25 米自由泳/蛙泳（7-8 级）

2.趣味体验板块：水中投篮：赛道总长 25 米，20-25 米投篮区备 3 颗球，

终点设篮筐。鸣哨计时，游至投篮区方可投球，3 球全停表。先比进球数，同进球比用时；越区取球成绩作废，提前投球罚时 5 秒。

3.拓展活动板块：水上安全课堂（现场参与）

六、比赛办法及晋级规则

1.采用中国游泳协会最新审定出版的《游泳竞赛规则》执行。

2.采用 25 米室内游泳池，出发时水下蹬壁出发。

3.参赛选手 25 米自由泳或 25 米蛙泳（7 级、8 级）项目的完成成绩，依据组别性别进行总排名后，录取决赛名单。

七、报名及参赛办法

1.上海市在校三年级至九年级学生等均可以个人或学校/单位组队报名参赛，参赛运动员必须持有效身份证件(身份证、学籍卡、护照等)进行报名参赛，并递交由监护人签字的《健康承诺书》；

2.参赛运动员报名时须具备参与本项目要求的健康条件，比赛报到时需通过“上操场”微信小程序报名，每人限报 1 项达标项目、1 项趣味项目。

3.赛事服务费:100 元/人

八、奖励办法

通过任意单项颁发《达标证书》(现场领取)。

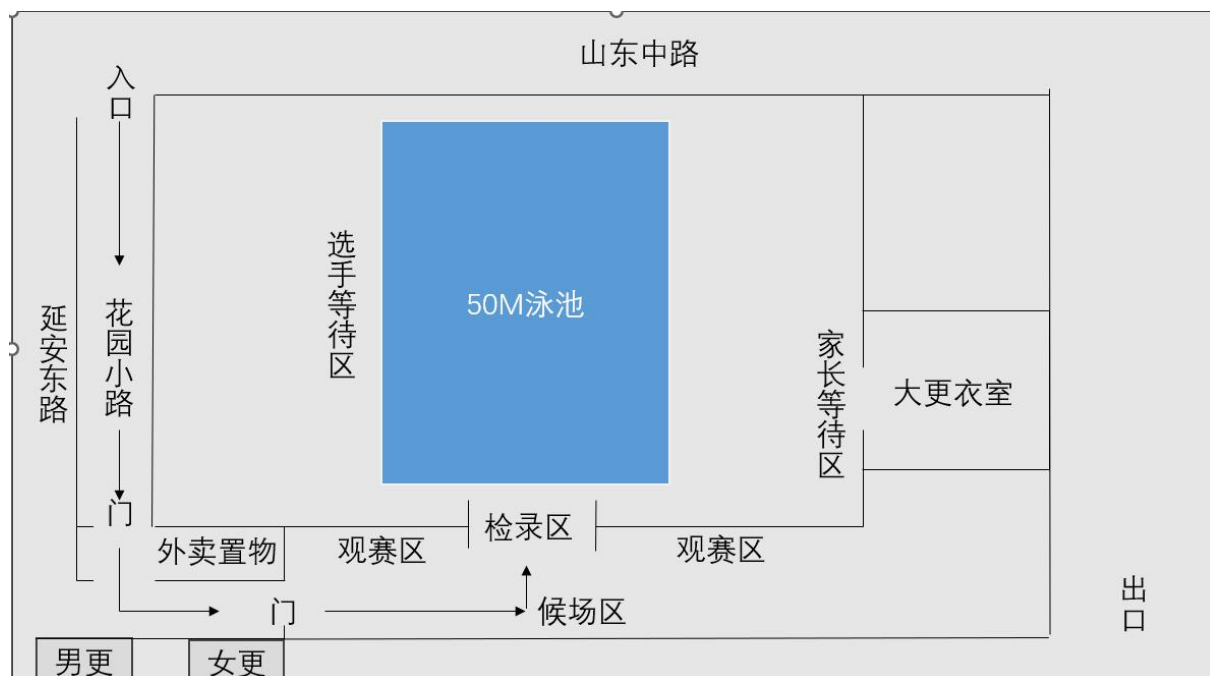
九、申诉

1.参赛运动员对其他运动员或裁判员提出的申诉，应在运动员完成比赛后 30 分钟内以口头或书面形式提交仲裁委员会，逾期不再受理。

2.对计时错误的申诉应在裁判长公布非正式比赛成绩后的 30 分钟内提出。

十、安全管理及应急

1.参赛运动员必须按指定时间和地点报到，报到后听从工作人员安排，现行于后到达指定位置候场 山东中路与延安东路交叉口 场内可进入一位家长。比



赛完出口河南中路一号

2.本次比赛无运动员热身环节，请在开赛前 30 分钟报到。

3.如遇不可抗力等因素，竞委会会有权缩短或调整比赛时间。如遇特殊情况，请根据赛场应急预案，听从现场指挥。

十一、其他事项

1.本竞赛规程的一切解释权归本竞委会所有，本竞委会会有权根据实际情况对以上活动时间进行调整。

2.未尽事宜，另行通知。

十二、赛事联系

1.关于本次赛事，若您有任何疑问，可联系赛事负责人徐陈 唐天禄
18918869023