

“人人运动 学会游泳”

2026 年上海市青少年游泳达标挑战赛（青浦青之冠赛区）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：上海青之冠体育科技有限公司

二、比赛信息

比赛时间：2026 年 8 月 8 日 9:00

比赛地点：青之冠派拉蒙运动学院（青浦区徐泾镇谢卫路夏都小镇中庭 B1F）

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：300 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

参与者单人依次参赛,站在指定投篮线(距离篮筐 1.5-2 米,水上标线区分),限时 60 秒,可连续投球、捡球复投,最终以有效进球总数排名。进球数量越多,排名越高,平局可加赛 30 秒决出名次。

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。

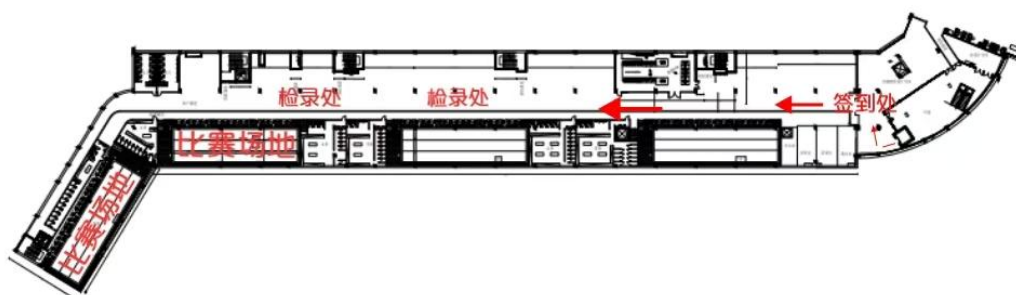
十、安全管理及应急

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

于一楼更衣室更衣后到达指定位置候场(三楼羽毛球馆)

2.本次比赛无运动员热身环节，请在开赛前 30 分钟报到。

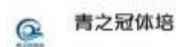
3.如遇不可抗力等因素，竞委会会有权缩短或调整比赛时间。如遇特殊情况，请根据赛场应急预案，听从现场指挥。



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。



赛事报名咨询：

关注“青之冠体培号”，进入赛事咨询填报信息

联系电话：18017065258 青之冠



扫一扫，添加我为朋友。