

贺兰县教育体育局（通知）

贺教通〔2025〕3号

关于举办“奔跑吧·少年”2025年贺兰县 中小學生运动会的通知

各中小学：

为深入贯彻落实《体育强国建设纲要》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》等文件精神，持续推进体教融合，增强青少年体质，提高体育运动技能，丰富校园体育文化生活，强化体育课内和课外锻炼，促进青少年全面健康发展。决定举办2025年“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生运动会。现将相关事宜通知如下：

一、主办单位

贺兰县教育体育局

二、承办单位

贺兰县体育中心

三、协办单位

贺兰县各中小学
贺兰县体育总会
贺兰县篮球协会
贺兰县足球协会
贺兰县羽毛球协会
贺兰县乒乓球协会
贺兰县游泳协会

四、比赛时间

2025年3月 - 9月（各项目具体比赛时间见单项规程）

五、比赛地点

贺兰县体育中心田径场、贺兰县体育馆、贺兰县全民健身中心、贺兰县第一中学、贺兰县第四小学（暂定）、贺兰县凯撒游泳馆（云都荟门店）。

六、比赛项目设置

本届运动会设田径、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、游泳、跳绳共八个比赛项目（具体比赛规程见附件：贺兰县中小学生运动会各单项竞赛规程）。

七、录取名次、奖项设置

1. 本届运动会设田径、足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、游泳、跳绳八项团体总分奖，小学组录取前八名，并颁发奖牌；初中组录取前四名，高中组录取第一名，并颁发奖牌。

2. 篮球、排球、足球比赛名次计分按照田径计分办法的 4 倍计算,例如: XX 学校第一名 $7 \times 4=28$; 羽毛球、乒乓球比赛团体名次计分按照田径计分办法的 3 倍计算,例如: XX 学校第一名 $7 \times 3=21$ 。

八、参赛要求

1. 所有参加 2025 年贺兰县中小學生运动会者須購買比賽期間人身意外保險方可參賽。

2. 各校學生在參加 2025 年賀蘭縣中小學生運動會各項目比賽時, 交通費、餐費、住宿費均由參賽學校自行承擔。

九、參賽辦法

請各校參照各項目時間安排於比賽開始 15 天前將比賽報名表發送至郵箱: helantiyu@163.com。

聯系人: 馬東

聯系電話: 0951-8067133

十、其他未盡事宜另行通知。

附件: 1. 2025 年賀蘭縣中小學生運動會各單項競賽規程

2. 2025 年賀蘭縣中小學生運動會紀律檢查委員會名

單



附件 1

“奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 排球竞赛规程

一、参赛时间地点

1. 时间：2025 年 3 月 19 日 - 21 日
2. 地点：贺兰县第一中学

二、竞赛分组

高中男子、女子组；初中男子、女子组。

三、参赛要求

1. 参赛运动员，必须是身体健康、适合参加排球运动的本校在校生。
2. 每单位可报领队、教练各 1 人，男女运动员各 10 人。
3. 每队准备颜色统一的比赛服装，按规则要求印有明显号码。

四、竞赛办法

1. 采用国家体育总局制定的最新排球竞赛规则，比赛采用 5 局 3 胜制。
2. 抽签进行单循环比赛。

五、录取名次及奖励

初中男子组、初中女子组录取前四名计入团体总分，并颁发奖牌；高中男子组、高中女子组只录取第一名，并颁发奖牌。

六、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室（同时将电子版发送 helantiyu@163.com），逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴电子照片的号码对照表一份。

3. 领队、教练员联席会时间另行通知。

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 _____組排球比賽報名表

報名單位（蓋章）：

領隊：

教練員：

號碼	姓名	所在年級 班級	學籍號	出生日期	身高 (CM)	體重 (kg)

填表人姓名：

聯繫電話：

填表日期：

（注：組別務必填寫清楚。如：初中男子組）

“奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 _____排球隊隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小学生 田径运动会竞赛规程

一、参赛时间地点

时间：2025年5月7日-9日

地点：贺兰县体育中心田径场

二、竞赛项目及分组

1. 高中男子组：100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、跳远、三级跳远、铅球（6公斤）、铁饼（1.5公斤）

2. 高中女子组：100米、200米、400米、800米、1500米、3000米、跳远、三级跳远、铅球（4公斤）、铁饼（1公斤）

3. 初中男子组：100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、跳远、三级跳远、铅球（5公斤）、4×100米接力、4×400米接力、铁饼（1.5公斤）

4. 初中女子组：100米、200米、400米、800米、1500米、3000米、跳远、三级跳远、铅球（4公斤）、4×100米接力、4×400米接力、铁饼（1公斤）

5. 小学男子组：60米、100米、200米、400米、800米、1500米、跳远、铅球（4公斤）、垒球、4×100米接力、4×400米接力

6. 小学女子组：60米、100米、200米、400米、800米、

1500 米、跳远、铅球（3 公斤）、垒球、4×100 米接力、4×400 米接力

三、竞赛要求

1. 各代表队可报领队、教练员各 1 人，高中组代表队可报运动员 20 人（男女各 10 人）、初中代表队可报运动员 20 人（男女各 10 人），小学代表队可报运动员 24 人（男女各 12 人）。

2. 运动员每人限报 2 项，可兼报接力，每校限报一支接力跑队伍参赛。

3. 县业余体校在我县各中学就读的运动员，可代表现学校比赛，各单位最多只能报 8 人。

四、竞赛办法

1. 采用国家体育总局最新审定的《田径竞赛规则》。

2. 比赛一律使用赛事单位提供的比赛器材。

3. 各代表队号码布按规定自备，号码序号以附件分配表为准。

4. 裁判员由县教育体育局选调。

五、录取名次、计分办法及奖励

1. 各组单项比赛，按成绩录取前六名奖励，按 7、5、4、3、2、1 计入团体总分，不足 6 人的项目减二录取；接力项目小学组录取前八名；中学组录取前四名。

2. 团体总分录取办法：按各单项积分总和计算各组别团体总分，总分相同，第一名多者名次列前，依次类推；小学组录取前

八名，颁发奖牌；初中组录取前四名，颁发奖牌；高中组录取第一名，颁发流动奖杯。

3. 高中男子组 5000 米、高中女子组 3000 米、初中男子组 5000 米、初中女子组 3000 米、中小学组接力项目两倍计分。

4. 各组别破县级记录总分加 10 分，中学组达国家二级运动员加 20 分，小学组达到国家三级运动员加 10 分。

六、运动员资格

1. 参赛运动员必须是由贺兰县正式学籍的在校学生，且持有二代居民身份证，经医务部门体检身体健康者。

2. 小学组 2012 年 1 月 1 日以后出生均可参赛；初中组 2009 年 1 月 1 日以后出生均可报名参加；高中组 2006 年 1 月 1 日以后出生均可报名参加。

七、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前登录贺兰县中小學生田径运动会报名网站进行报名(报名网站及各单位账号密码另行通知)，逾期不报者视为弃权。报名完成后打印报名表加盖单位公章，与运动员身份证复印件一同提交至贺兰县体育中心。

报名联系电话：0951-8067133。

2. 领队、教练员联席会时间另行通知。

八、各校比赛号码

高中：

贺兰一中：4021—4049

第二高级中学：3350—3389

初中：

贺兰二中：1000—1049

贺兰三中：1600—1649

贺兰四中：3300—3349

贺兰五中：4001—4020

贺兰六中：6001—6050

贺兰七中：6051—6100

小学：

贺兰一小：100—149

贺兰二小：150—199

贺兰三小：010—049

贺兰四小：251—299

贺兰五小：740—789

贺兰六小：300—349

贺兰七小：050—089

贺兰八小：1050—1099

贺兰九小：050—099

贺兰十小：1200—1249

贺兰十一小：1250—1299

贺兰实验小学：200—249

德胜实验：1100—1149

奥莱小学：350—379

暖泉农场小学：650—699

铁东小学：550—599

铁西小学：500—549

银光小学：600—649

潘昶小学：410—439

兰光小学：790—839

欣荣小学：890—939

九、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。
2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 籃球競賽規程

一、參賽時間地點

時間：2025年5月21日-30日

地點：賀蘭縣體育館、賀蘭縣第四小學（暫定為小學組比賽地點）

二、競賽分組

高中男子、女子組；初中男子、女子組；小學組。

三、參賽要求

1. 參賽運動員，必須是身體健康、適合參加籃球運動的本校在校學生。
2. 每單位可報領隊、教練各1人，男女運動員各12人。
3. 每隊準備顏色統一的比賽服裝，按規則要求印有明顯號碼。
4. 小學組籃球比賽12名運動員中必須保證有兩名女隊員，且上場隊員中必須有1名以上女生。

四、競賽辦法

1. 初、高中組執行國家體育總局最新審定的《籃球競賽規程》，小學組執行《小籃球競賽規程》。
2. 初、高中組抽籤進行單循環比賽。小學組比賽採用分組分階段方式進行，第一階段採用小組循環賽決出前兩名，第二階段

进行交叉淘汰赛，A、C 为上半区，B、D 为下半区，依次决出 1-x 名。

五、录取名次及奖励

小学组录取前八名，计入团体总分，并颁发奖牌；初中组录取前四名，计入团体总分，并颁发奖牌；高中组录取第一名，并颁发奖牌。

六、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室（同时将电子版发送 helantiyu@163.com），逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴电子照片的号码对照表一份。

3. 领队、教练员联席会时间另行通知

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 _____籃球隊隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 足球竞赛规程

一、参赛时间地点

1. 时间：2025年6月9日-20日，具体时间另行通知
2. 地点：贺兰县体育中心田径场

二、竞赛分组

高中男子组、高中女子组；初中男子组、初中女子组；小学男子组、小学女子组。

三、参赛要求

1. 小学组：每队可报领队1名、教练员1名、运动员16名。
2. 初中组、高中组：每队可报领队1名、教练员1名、运动员18名。

四、竞赛办法

1. 采用中国足协审定的最新足球竞赛规则。
2. 小学组第一阶段为小组单循环比赛，第二阶段进行淘汰赛，各小组的前两名获得进入1/8决赛资格，A、D组为上半区，B、C组为下半区；初中组进行单循环比赛；高中组分为主客场决定胜负。
3. 分组办法：
 - (1) 小学组第一阶段分为四组，并设立种子队：

小学男子组：贺兰六小、德胜实验小学、贺兰一小、贺兰三小分别设为种子队

小学女子组：实验小学、贺兰二小、贺兰一小、贺兰七小分别设为种子队，经抽签决定 A、B、C、D 组，其他学校再进行抽签，分别列入以上四组进行单循环比赛；

(2) 初中组不设立种子队，按照抽签顺序进行单循环比赛；

(3) 高中组分为主客场进行比赛决定胜负。

4. 比赛用球：小学组四号球，初、高中组五号球。

5. 小学为 8 人制、初、高中为 11 人制。

6. 各组别每场比赛替换人数不限，被替换下场队员不得再次上场比赛。

7. 比赛时间：中学组每场比赛时间为 80 分钟，每半场 40 分钟，中场休息 10 分钟；小学组每场比赛时间为 40 分钟，每半场 20 分钟，中场休息 10 分钟。

8. 比赛计分办法：每队胜一场得 3 分，平一场得 1 分，负一场得 0 分。比赛结束，积分多的队名次列前。如果两队或者两队以上积分相等，依下列顺序排列名次：

(1) 积分相等，先看两队胜负关系，多者名次列前；

(2) 积分相等队之间相互净胜球，多者名次列前；

(3) 积分相等队之间相互进球，总和多者名次列前；

(4) 整个比赛中，净胜球多者名次列前；

(5) 整个比赛中进球总和多者名次列前；

(6) 如净胜球和进球数一致，看两队红黄牌；

(7) 抽签优胜者名次列前。

9. 各参赛队必须穿着统一的足球比赛服，护腿板、足球长袜、足球鞋；守门员服装需与本队队员相区别，并配备守门员专业手套。

10. 比赛各队需提前 30 分钟到场，开赛前十分钟由主裁和边裁进行队员资格审查，经确认后方可进行比赛。

11. 比赛开始后（时间以当场裁判掌握为准），一方仍无法进行比赛则判该方弃权（由裁判、组委会签字生效），其该场比赛以 0:3 计分。

12. 比赛结束后，裁判及双方领队需在比赛记录单上签字，检查无误后方可退场。如对比赛有异议，领队需当场向比赛组委会提出，并由组委会作出最后处理。

五、录取名次

小学组录取前八名，并颁发奖牌；初中组分别录取前四名，并颁发奖牌；高中组录取第一名，并颁发奖牌。各组分别评选出一名“小金靴”和“最有价值球员”奖，并颁发奖状。

六、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室（同时将电子版发送 helantiyu@163.com），逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴电子照片的号码对照表一份。

3. 领队、教练员联席会时间另行通知

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 足球队隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 跳绳項目竞赛規程

一、参赛時間地点

1. 時間：2025年7月，具體時間另行通知
2. 地点：贺兰县体育馆

二、竞赛組別及項目

（一）組別

高中組、初中組、小学甲組（四至六年級）、小学乙組（一至三年級）

（二）項目

計數賽

（1）30秒單搖跳（男子、女子，各限報3人），必須採取雙腳輪換跳

（2）30秒雙搖跳（男子、女子，各限報3人）

（3）1分鐘并腳跳（男子、女子，中考項目，各校限報3人）

（4）30秒交叉跳（男子、女子，各限報3人）

（5）2X30秒雙搖接力（不分性別，限報2組）

（6）30秒一帶一單搖跳（不分性別，限報2組）

（7）4X30秒單搖接力跳（不分性別，限報1組），4人必須採取同一種跳法

(8) 30 秒交互绳速度跳（不分性别，限报 2 组），必须采取双脚轮换跳

(9) 4X30 秒交互绳接力跳（不分性别，限报 2 组），必须采取双脚轮换跳

(10) 1 分钟 10 人集体跳长绳（至少有 2 名女性参加，限报 1 组）

(11) 3 分钟 10 人长绳“8”字跳（至少有 2 名女性参加，限报 1 组）

花样赛

1. 通级赛（大众等级一级，6-8 人性别不限）

(1) 动作：

左右甩绳 并脚跳 双脚轮换跳 开合跳

弓步跳 并脚左右跳 基本交叉跳 勾脚点地跳

(2) 每个动作两个 8 拍，跳两遍。

(3) 音乐自选（2 分 10 秒以内）。

(4) 队形变化至少 4 次，缺次会相应扣分。

(5) 所有 8 个动作及节拍必须跳完整，缺动作，缺节拍会相应扣分。（缺 3 个及以上的动作，不得分，不参与排名；缺 6 个 8 拍及以上节拍，不得分，不参与排名。）

2. 表演赛

(1) 上场人员 8-16 人，套路难度自选；（每所学校限报一队）

(2) 成套表演套路音乐时间不超过 4-6 分钟。

(3) 所展示的跳绳元素必须包括单人绳、交互绳、长绳、车轮跳、旅行跳 (Traveller)，但不要限制于这些动作。

三、参赛要求

(一) 每队可报领队 1 人，教练 1 人，运动员 30 人，性别不限。

(二) 运动员须具有本校学籍的在校学生；具有当年学生意外伤害保险；思想进步、学习努力、遵守纪律；且经医务部门检查证明身体健康者。

(三) 各代表队参赛人员须统一比赛服装，男女运动员服装款式可以不同，但颜色应该统一。

四、竞赛办法

本次比赛按国家体育总局社会体育指导中心最新审定的《中国跳绳运动竞赛规则 2021-2024》(试行)执行。

五、录取名次与奖励

(一) 团体总分小学组录取前八名并颁发奖牌，初中组录取前四名并颁发奖牌，高中组录取第一名并颁发奖牌

(二) 个人赛、集体赛分别录取前 6 名，参赛运动员/队不足 6 人/队 (含 6 人) 的，按以下方法录取：4-6 人/队，录取前 3 名；2-3 人/队，减 1 录取。

(三) 各单项比赛前 6 名者分别颁发证书。

(四) 个人赛、集体赛的比赛成绩计入参赛单位团体总分。

(五) 指导获得各组别团体总分前六名的教练评为优秀教练员，限一名。

(六) 积分办法

1. 个人赛计分办法

若录取前 6 名：按 7、5、4、3、2、1 计分

若录取前 3 名：按 4、2、1 计分

2. 集体赛计分办法

若录取前 6 名：按 14、10、8、6、4、2 计分

若录取前 3 名：按 8、4、2 计分

六、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室，（同时将电子版发送 helantiyu@163.com）逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴电子照片的号码对照表一份。

3. 领队、教练员会议时间另行通知。

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 组跳绳项目比赛报名表

单位（盖章）：

队伍名称			组别 (高中、初中、小学甲组、小学乙组)		
领队			联系电话		
教练员 1			联系电话		
男运动员信息			女运动员信息		
序号	姓名	身份证号	序号	姓名	身份证号
运动员 01			运动员 01		
运动员 02			运动员 02		
运动员 03			运动员 03		
运动员 04			运动员 04		
运动员 05			运动员 05		
运动员 06			运动员 06		
运动员 07			运动员 07		
运动员 08			运动员 08		
运动员 09			运动员 09		
运动员 10			运动员 10		
运动员 11			运动员 11		
运动员 12			运动员 12		
运动员 13			运动员 13		
运动员 14			运动员 14		
运动员 15			运动员 15		

（注：组别务必填写清楚。如：初中男子组）

奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 _____ 跳绳隊隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小学生 游泳比赛竞赛规程

一、比赛时间地点

比赛时间：2025年8月，具体时间另行通知

比赛地点：凯撒游泳馆（云都荟门店）

二、竞赛组别

U08-09组：2017年1月1日—2018年12月31日出生；

U10-11组：2015年1月1日—2016年12月31日出生；

U12-13组：2013年1月1日—2014年12月31日出生；

U14-15组：2011年1月1日—2012年12月31日出生；

设置男子组、女子组进行比赛。

三、竞赛项目

男子 50 米蛙泳；

女子 50 米蛙泳；

男子 50 米自由泳；

女子 50 米自由泳。

四、竞赛办法

1. 比赛采用中国游泳协会审定的最新《游泳竞赛规则》。

2. 各单项进行预决赛，不足 8 人/队（含）时只进行决赛。

报名不足 8 人/队的项目将取消设项；赛前联席会议上确认参赛不足 8 人/队的项目取消比赛。

五、参赛方式

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室，（同时将电子版发送至 helantiyu@163.com）逾期不报者视为弃权。

2. 各单位报领队 1 人，教练员 2 人，男女运动员各 16 人，运动员不得跨组参赛。

3. 领队、教练员会议时间另行通知。

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

六、奖项设置

每个组别录取前八名，竞赛项目不足 8 人（含 8 人）的项目减 2 录取并分别颁发奖牌。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 组游泳项目比赛报名表

单位（盖章）：

联系人：

联系电话：

代表队名称		领队			教练	
组别	序号	运动员姓名	身份证号码	性别	项 目	
					50米蛙泳	50米自由泳

注：

一、请在比赛项目格中打“√”。

二、报名单填写，于比赛开始15日前将报名表以电子邮件方式发送至 helantiyu@163.com；报名联系电话：0951-8067133，报名联系人：马东。报名表经本单位审核加盖公章后方为有效。

奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 游泳比賽號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小學生 乒乓球竞赛规程

一、参赛时间地点

1. 时间：2025年9月，具体时间另行通知
2. 地点：贺兰县全民健身中心

二、竞赛分组

高中、初中、小学团体赛和男女单打

三、参赛要求

参赛运动员，必须是身体健康、适合参加乒乓球运动的本校在校生。

四、比赛分组

1. 小学组：

团体赛：每队限报6人，组成男子团体和女子团体，男女各3人。

个人赛：每队可报领队1名，教练员1名，男女运动员各3名。

2. 初中组：

团体赛：每队限报6人，组成男子团体和女子团体，男女各3人。

个人赛：每队可报领队1名，教练员1名，男女运动员各8名。

3. 高中组:

团体赛: 每队限报 8 人, 组成男子团体和女子团体, 男女各 4 人。

个人赛: 每队可报领队 1 名, 教练员 1 名, 男女运动员各 8 名。

五、竞赛办法

个人赛:

1. 本次比赛, 小学组分成 A、B、C 组, 采用抽签的方式决定比赛位置, 每场比赛采用三局两胜制(每局 11 球)进行淘汰赛, 每小组胜出的前二名进行 1 到 6 名的循环赛, 小组赛的第三、四名进行 7 到 12 名的循环赛, 出场顺序参考比赛对阵表执行。

2. 选择发球权和方位, 比赛开始前双方争发球权, 由裁判员掷挑边器, 朝上的面与自己选择的一致时即优先选择, 可选择发球或接发球或方位, 另一方则可做出另外选择, 比赛结束前发球方场地固定不变。

3. 发球时为两球换发制, 当比赛打到 10:10 时, 采用一球换发制, 直至比分拉开两分差距决出胜负。

4. 发球时不得遮挡, 应使乒乓球高于台面、使乒乓球处于台面之上, 端线以外, 并要求将球几乎垂直抛起, 待球下降时才可击打。

5. 比赛中以非握拍手接触桌面, 对方得一分, 此次对抗结束。

6. 比赛中，对方接球之前以身体某部位接触球台，致使球台移动，则对方得一分，此次对抗结束。

7. 在比赛任何阶段的决胜局时，任何一方达到五分后双方交换场地，发球权不变。

8. 每局比赛结束后，参赛运动员要将球拍留在球台上，运动员可休息一分钟。

9. 比赛规则最终解释权归乒乓球比赛裁判组。

10. 单项比赛分别录取前六名计入团体总分。

团体赛：

1. 团体赛分三组，2024 年团体比赛前三名分为此三组的种子队。

2. 每队只允许使用一块长胶球拍进行比赛（即只允许一个队员使用长胶进行比赛）。

3. 团体比赛第一阶段采取小组循环赛，第二阶段为淘汰赛。

4. 其他参赛队分组按照报名情况抽签决定。

六、录取名次及奖励

1. 团体赛：小学男子组、女子组录取前八名，计入团体总分，并颁发奖牌；初中男子组、女子组录取前四名，计入团体总分，并颁发奖牌；高中男子组、高中女子组分别录取第一名并颁发奖牌；

2. 单打比赛，均录取前 6 名记入团体总分。

七、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室（同时将电子版发 helantiyu@163.com）逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴与电子照片同版的号码对照表一份。

3. 领队、教练员联席会时间另行通知。

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

八、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 乒乓球隊隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

“奔跑吧·少年”2025年贺兰县中小学生 羽毛球竞赛规程

一、参赛时间地点

1. 时间：2025年9月，具体时间另行通知
2. 地点：贺兰县全民健身中心

二、竞赛分组

团体赛

高中组：男子团体、女子团体

初中组：男子团体、女子团体

小学组：男子团体、女子团体

单项赛

高中组：男子单打、女子单打

初中组：男子单打、女子单打

小学组：男子单打、女子单打

三、参赛要求

1. 每单位可报领队、教练各1人，男女运动员各5人。
2. 每队准备颜色统一的比赛服装。

四、竞赛办法

1. 比赛采用中国羽毛球协会审定的最新《羽毛球竞赛规则》。
2. 视报名队数确定竞赛办法。

3. 团体比赛采用三场两胜制，每球得分 21 分制，先到 21 分为胜。比赛出场顺序为单、双、单，运动员出场顺序由各队在提交出场名单时自行排列，每名运动员在一场比赛中只能出场一次。

4. 赛事裁判长有权对比赛顺序进行调整。

五、录取名次及奖励

1. 小学组团体赛录取前八名计入团体总分，并颁发奖牌，单打比赛分别录取前六名计入团体总分。

2. 初中组团体赛录取前四名计入团体总分，并颁发奖牌，单打比赛分别录取前六名计入团体总分。

3. 高中男子组、高中女子组团体录取第一名，并颁发奖牌，单打比赛根据总参赛人数的 1/3 计入团体总分。

六、报名及报到

1. 各代表队于比赛开始 15 日前将报名表加盖公章报送体育中心办公室，（同时将电子版发送 helantiyu@163.com）逾期不报者视为弃权。

2. 各参赛单位报名时需提交张贴电子照片的号码对照表一份。

3. 领队、教练员会议时间另行通知。

4. 本次比赛裁判员由县教育体育局抽调。

七、其他

1. 本规程解释权归贺兰县教育体育局。

2. 未尽事宜另行通知。

“奔跑吧·少年” 2025 年贺兰县中小學生 羽毛球隊隊員號碼照片對照表

照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：
照片	照片	照片	照片	照片	照片
姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：	姓名：
號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：	號碼：

附件 2

“奔跑吧·少年”2025 年贺兰县中小學生 运动会纪律检查委员会名单

组 长：李晓英

成 员：周惠君 余 阳 董亚辉 尹文兵 毛 刚 张闰生 马东

纪律检查委员会职责：

1. 按照运动会规程的规定，对报名参赛的比赛纪律进行监督，对运动员资格进行监审，严格把关，杜绝弄虚作假、冒名顶替的行为发生。对弄虚作假、冒名顶替参加比赛的运动员，取消该学校比赛成绩和团体名次。

2. 对比赛过程中或赛前赛后打架斗殴、罢赛、拒绝领奖、侮辱裁判和观众等恶劣行为的运动员（队），取消运动员（队）所有比赛成绩，并追究所在单位领导责任，情节严重者组委会对单位和个人做出进一步处罚，并通报全县。

3. 纪律检查委员会的处理决定为最终处理意见。