

“浙青年·红领巾·爱运动”2026 杭州市第七届青少年体育超级联赛艺术体操公开赛竞赛规程

一、主办单位

共青团杭州市委

少先队杭州市工作委员会

杭州市体育总会

二、执行单位

杭州青少年活动中心

三、比赛时间及地点

时间：4月29日-5月1日

地点：杭州体育馆

四、比赛分组与项目

(一) 个人 自选 动作	组别	年龄	参赛项目	全能
	青年组	2008-2010年	五项任选两项	两项器械录取全能
	青少年组	2010-2012年	五项任选两项	两项器械录取全能
	少年A组	2013-2014年	六项(含徒手)任 选三项	三项器械录取全能 (不含徒手)
	少年B组	2015-2016年	六项(含徒手)任 选三项	三项器械录取全能 (不含徒手)
	少儿组	2017-2018年	六项(含徒手)任 选两项	两项器械录取全能 (不含徒手)
	幼儿组	2019年	徒手+五项任选一 项器械	徒手+一项器械录取 全能
BABY组	2020年1月1日 以后	徒手+五项任选一 项器械	徒手+一项器械录取 全能	
(二) 集体 自选 动作	组别	年龄	参赛项目	
	少年组	2011-2015年	5人球、5人徒手	
	少儿组	2016-2018年	5人球、5人徒手	
幼儿组	2019年1月1日 以后	4-6人徒手		
(三) 个人 规定 动作	组别	年龄	参赛项目	
	青少年组	2010年-2013年	绳(青年组二级)、圈(青年组二级)	
少年组	2014年-2017年	带(大体协六级)、圈(大众三级)		

(四) 小集体 规定 动作	组别	年龄	参赛项目
	少年 A 组	2013-2015 年	2-4 人带 (大体协规定六级)、 2-4 人球 (2018 版大众等级规定九级)
	少年 B 组	2015-2017 年	2-4 人绳 (大体协规定四级)、 2-4 人棒 (大体协规定五级)
	少儿组	2017-2019 年	2-4 人球 (大体协规定一级)、 2-4 人圈 (大体协规定二级)
(五) 集体 规定 动作	组别	年龄	参赛项目
	少年 A 组	2013-2015 年	6 人球 (2018 版大众等级规定七级)
	少年 B 组	2015-2017 年	6 人球 (省编规定 6 人球)
	少儿组	2017-2019 年	6 人圈 (省阳光规定 6 人圈)
(六) 普及艺术 体操 规定动 作	组别	人数	参赛项目
	少年 A 组	5 人及以上	纱巾
	少年 B 组	5 人及以上	绳
	少儿 A 组	8 人及以上	带
	少儿 B 组	8 人及以上	棒
(七) 普及少 儿形体 规定动 作	组别	人数	参赛项目
	少年 A 组	5 人及以上	《星空下》
	少年 B 组	5 人及以上	《童话镇》
	少儿 A 组	5 人及以上	《胡桃夹子》

五、竞赛办法

(一) 比赛评分标准参照《2025-2028 年国际艺术体操评分规则》，以及中国体操协会颁发的艺术体操运动员技术等级规定动作、大众艺术体操等级规定动作 (2018 版) 评分办法。

(二) 比赛只进行一轮，直接决出各项最终名次。

(三) 编排要求

1. 个人、集体自编成套

个人自编要求				
组别	项目	DB	R	DA
青年组 (2008-2010)	五项任选两项	1-8 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-3 个	1-15 个
青少年组 (2010-2012)	五项任选两项	1-6 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-3 个	1-12 个

少年 A 组 (2013-2014)	徒手	1-6 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-3 个 (徒手上限 0.7 分)	/
	五项任选三项			1-12 个
少年 B 组 (2015-2016)	徒手	1-6 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-3 个 (徒手上限 0.7 分)	/
	五项任选两项			1-12 个
少儿组 (2017-2018)	徒手	1-6 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-3 个 (徒手上限 0.7 分)	/
	五项任选两项			1-12 个
幼儿组 (2019)	徒手	1-5 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-2 个 (徒手上限 0.6 分)	/
	五项任选一项			1-10 个
BABY 组 (2020 以后)	徒手	1-4 个: 跳、转、平各最少 1 个	1-2 个 (徒手上限 0.5 分)	/
	五项任选一项			1-10 个
集体自编要求				
	项目	难度数量		
少年组及 少儿组	5 人徒手 (2' 15" -2' 30")	DB: 5 个(跳、转、平各至少 1 个); R 最多 1 个(上限 0.7); 协作: 6-10 个。		
	5 人球 (2' 15" -2' 30")	DB: 3 个(跳、转、平各 1 个); DE: 3 个; R 最多 1 个; 协作 6-10 个(CC 至少 2 个, CR 至少 2 个)。		
幼儿组	4-6 人徒手 (1' 15" -1' 30")	DB: 3 个(跳、转、平各 1 个); R 最多 1 个(上限 0.7); 协作: 3-5 个。		

2. 普及艺术体操规定动作

成套参照普及艺术体操器械成套设置。若纱巾参赛运动员人数超过 8 人给予 0.2 附加分, 绳、带、棒参赛运动员人数超过 16 人给予 0.3 附加分。纱巾尺寸: 1.0m×1.5m; 彩带长度 4-5m; 棒: 35-36cm。

3. 普及少儿形体规定动作

成套参照少儿形体徒手成套设置。若参赛运动员人数超过 12 人给予 0.3 附加分。

六、参加办法

(一) 以各单位(青少年宫、少先队组织、学校、幼儿

园、青少年社区俱乐部、体育俱乐部、体育培训机构等）进行报名。

（二）每队可报领队 1 人，教练员 1-3 人，运动员人数不限，每名运动员可报项目数不限。

（三）同一单位集体项目可设多队，报名表中需注明 1 队 2 队，个人项目可兼项集体项目。

（四）所有参赛运动员须办理赛事期间的人身意外伤害保险，并签署《自愿参赛承诺书》（附件），并上传至报名平台。

七、录取名次和奖励

（一）个人自选动作、集体自选动作

1. 全能：各组别以多套动作（具体数量详见四、比赛分组与项目）得分总和决定名次，如得分相等，取并列名次。以此类推，取前十二名。前三名颁发奖牌、奖状，四至十二名颁发奖状。

2. 单项：以单套动作得分高者决定名次，得分高者，名次列前。如得分相等，则以难度分高者名次列前，以此类推，取前八名。前三名颁发奖牌、奖状，四至八名颁发奖状。

（二）个人规定动作：各组别只设全能奖，以两套动作得分总和决定名次，得分高者，名次列前。如得分相等，则以难度分高者名次列前，以此类推，取前十二名。前三名颁发奖牌、奖状，四至十二名颁发奖状。

（三）小集体规定动作及集体规定动作：各组别设单项奖，取一、二、三等奖，设奖比例为 30%、40%、30%，颁发奖状。

(三) 普及艺术体操/少儿形体规定动作：各组别设单项奖，取一、二、三等奖，设奖比例为 30%、40%、30%，颁发奖状。

八、报名办法及报到

(一) 报名

1. 本次比赛采用网上报名方式（仅支持 PC 端）。各参赛队派一名领队登陆杭州青少年活动中心【学生活动服务平台】，网址：<https://hd.hzqsn.com/>，注册机构账号，找到要参加的活动，按步骤报名。

2. 报名截止日期：2026 年 4 月 12 日。

3. 报名程序问题咨询：毛老师 13958004987。

(二) 参赛资料上传

各参赛队领队于 4 月 19 日前将以下材料打包上传至报名平台：

1. 参赛音乐。上传音频仅限 mp3 格式，注明运动员姓名、组别、项目。

2. 自愿参赛承诺书。需运动员本人及监护人签字捺印，全队可签在一张。

3. 参赛意外保险凭证。可传带有姓名和生效日期的截图。

(三) 报到时间地点另行通知。

(四) 竞赛联系人：梁老师 13456794613；金老师 13735874761；马老师 13216161079。

九、经费

(一) 赛事服务费：每人每项 100 元。

(二) 缴费办法：赛事综合服务费以参赛队为单位在杭

州青少年活动中心学生活动服务平台（hd.hzqsn.com）进行缴费，具体步骤见赛事联络群通知。规定时间内未完成缴费视为弃权，取消比赛资格。

（三）退费规则：赛前一周外可在报名平台自行申请退费；赛前一周至开赛日须提供伤病证明协商退费；比赛结束后不予退费。

（四）各参赛队伍差旅费、食宿费自理。

十、裁判人员选派

（一）裁判长和裁判员均由主办单位选派。

（二）工作人员由承办单位选派。

十一、其他

（一）赛事联络钉钉群，群号：162415021885。各参赛队限1名领队1-3名教练进入联络群，进群后备注姓名-单位-身份（领队/教练员），非领队、教练员或无备注将被移出比赛群。

（二）本规程未尽事宜，由承办单位另行通知。

（三）本规程解释权归属主办单位。

杭州市青少年体育超级联赛组委会

2026年3月18日



自愿参赛承诺书

大会组委会：

为规范和保障赛事活动安全、健康、文明、有序进行，本队全体人员（人）郑重作出承诺：对参赛承诺书的内容，已认真阅读、全面理解且予以认可，并愿意承担相应的法律义务和责任。具体如下：

一、自愿报名参加“浙青年·红领巾·爱运动”2026 杭州市第七届青少年体育超级联赛艺术体操公开赛活动，愿意严格遵守和执行《体育赛事活动管理办法》《体育赛事活动赛风赛纪管理办法》《体育总局关于建立健全体育赛事活动“熔断”机制的通知》等法律法规规章。

二、比赛全程服从和配合管理，诚实守信，公平竞赛。

三、本队全体人员（人）符合参赛资格规定，保证向大会组委会提供的证件等所有材料真实有效，不弄虚作假，如出现提供的证件资料 and 人员资格不符，愿意接受大会组委会的处罚裁决。

四、完全了解自身的身体状况，确认自我健康状况良好，无任何身体不适或疾病(包括各类心脑血管疾病以其它不适合体育运动的疾病)，可以正常参加该项赛事。

五、严格执行和遵守竞赛规程和竞赛规则的相关规定，遵守并服从大会组委会制定的赛程安排、参赛细则、疫情防控等有关规定。

六、严格遵守和执行《体育总局 公安部关于加强体育赛场行为规范管理的若干意见》中的赛场行为规范，严肃赛风赛纪，团结全队，尊重队友，尊重对手，尊重裁判，尊重观众，遵守比赛纪律，拒绝兴

奋剂，认真比赛，杜绝出现消极比赛、无故弃权、罢赛和操纵比赛等干扰比赛秩序现象，共同创造良好的公平竞赛环境，杜绝出现暴力和严重违反体育运动精神的事件。如违反相关规定，愿接受大会组委会的处罚裁决。

七、本队全体人员（人）赛前均已购买比赛期间的人身意外伤害保险，充分了解参加赛事期间的训练和比赛潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤或事故。本队（人）将以对自身安全负责的态度参赛，如在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，将立刻终止参赛并第一时间报告大会组委会。同意接受并认可大会组委会在赛事期间提供的现场医疗救治和应急救护措施。比赛期间出现的任何人身意外伤害事故均由保险公司和个人自行负责，与主办、承办、协办、赞助等各组织机构单位无关。

八、严禁发表、传播或向媒体散布不实或不负责的言论。严禁出现其他有悖社会主义核心价值观、违背体育道德、违反公序良俗、违反赛风赛纪、造成不良社会影响或违法违规的言行。

九、本队（人）比赛期间的照片、影像视频等肖像权同意许可给大会组委会使用。因参赛并于参赛期间由大会组委会参与拍摄、制作的照片、影像视频等著作权归属大会组委会所有。

本人、监护人已全面认真阅读理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任，本人签署此责任书纯属自愿。

注：本参赛责任书须由运动员本人签字（未成年人必须由监护人一并签名。）

参赛运动员签名：

(监护人签名：)

年 月 日