

嘉定区第三届市民运动会竞赛规程总则

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十届三中全会精神和习近平总书记关于体育的重要论述，坚持以人民为中心的发展思想，贯彻落实全民健身国家战略，根据《嘉定区关于构建更高水平全民健身公共服务体系的实施方案》《嘉定区全民健身实施计划（2026-2030 年）》等文件精神，全力创建全国全民运动健身模范市（区），助力上海建设成为全球著名体育城市，推动健康嘉定和创建活力之城建设，大力推动全民健身与全民健康深度融合，切实提高市民身体素质、提高社会参与程度，逐步形成政府主导有力、社会规范有序、市场充满活力、公共服务完善的体育发展新格局，办好“市民身边的奥运会”。

一、主办单位

嘉定区第三届市民运动会组委会

二、承办单位

嘉定区区级机关工作党委、嘉定区体育局、嘉定区教育局、嘉定区总工会、嘉定区体育总会

三、举办日期

2025 年 4 月-11 月

四、办会主题

“全嘉来赛 健康你我”

五、项目设置

市民运动会由竞赛类、活动类两大版块组成。

（一）竞赛类版块

1、比赛类项目（19项）：足球、篮球、排球（气排球）、乒乓球、羽毛球、网球、定向运动、游泳、围棋、象棋、五子棋、旱地冰壶、门球、高智尔球、匹克球、钓鱼、拔河、飞镖、跳踢。

2、展演类项目（10项）：健身气功、太极拳、广播体操、木兰拳、练功十八法、健身瑜伽、广场舞、柔力球、健身操、排舞。

3、X：指比赛类和展演类 29 项以外的群体项目

4、达标类项目（3项）：

国家体育锻炼标准达标赛、游泳救生达标赛、人人运动学会游泳达标赛。

5、2025 年嘉定区学生阳光体育大联赛

6、运动汇：

机关、企事业运动会、园区运动会、社区健康运动会、各单项协会、俱乐部、社会团体举办的各级各类赛事活动。

7、镇级赛事：

各镇、街道、嘉定工业区、菊园新区应继续培养“一镇一品”全民健身品牌赛事活动，举办镇级选拔赛；同年有镇运会的可将镇运会作为选拔赛，没有镇运会的则选择不少于 10 个竞赛项目及国家体育锻炼标准达标赛进行开展镇级选拔赛。

8、基层赛事：

各街镇动员不少于 10% 的村（社区、居委）举办基层赛事。

（二）活动类版块

1、健身团队集中展示：各街镇的健身团队组织一次集中展示，全区将开展一次集中展示活动。

2、健身技能公益培训：选取 10 个重点项目，向全区各类人群进行推广培训。

3、科学健身知识讲座：普及全民健身法规、科学健身知识等。

4、健身技能配送服务：组织人员进社区、进企业、进园区活动，主动上门进行体质测试、运动干预和科学健身指导。

5、依托全嘉云动小程序开展的线上系列活动。

六、参加条件

（一）身份：凡是人在嘉定，热爱运动的人均可报名参赛。

（二）年龄及健康状况：参赛选手必须具备参与项目的身体健康条件并签订免责承诺书。

（三）资格及组别：详见各单项竞赛规程。

（四）其他：凡在国家体育总局、各省、市注册过的在编运动员、教练员不得参加本人从事的项目比赛（包括职业俱乐部运动员、教练员）。

七、参加办法

（一）以各镇、街道、嘉定工业区、菊园新区为单位组团参加国家体育锻炼标准达标赛等不少于 20 个竞赛项目的区级赛事。

（二）以各委、办、局、企事业单位、驻区部队、集团公司为单位组团参加不少于 2 个竞赛项目的区级赛事。

（三）以本区各中学、小学、大众工业学校为单位参加 2025 年嘉定区学生阳光体育大联赛。

（四）市民可根据个人的兴趣和爱好，直接报名参加个人项目或自行组队参与集体项目的比赛，但必须经电话确认。

八、报名方式

（一）竞赛类版块

1.以代表团或个人为单位通过电子邮件报名参赛。

2.各代表团设团长 1 名、副团长 2 名、联络员 1 名。

3.第一次报名于 2025 年 3 月 28 日截止，报各代表团团长、副团长、联络员名单、参赛项目。

4.第二次报名自 3 月下旬起，以各单项规程所规定的报名时间为准，报具体项目运动员名单。各项目比赛前 20 天截止报名，逾期报名，作不参加论。

5.各项目报名单必须电脑打印并加盖公章，手写无效，按规定时间寄交嘉定区体育局赛事活动办公室（梅园路 315 号 5 号楼 102 室、邮编：201899、联系电话：59522015），同时上传电子邮箱：jdqydh3@163.com。

（二）活动类版块

以各办赛方确定的报名办法为准。

九、竞赛办法

（一）比赛采用国家体育总局最新审定的各项目竞赛规则及有关特殊规定执行，各项目的具体竞赛办法按各单项竞赛规程执行。

（二）集体或个人项目报名队数或人数少于 2 个参赛单位 3 队〔人或对（队）〕时不设项，竞赛委员会即通知所属代表团进行更换项目。

（三）各参赛代表团具体参加人数按各单项规程竞赛办法执行。

十、组织办法

（一）部分赛事可在运动会开幕式之前进行比赛。

（二）本届区运会各项目裁判委员会和比赛监督名单由组委会最终确定。

十一、录取名次和奖励

（一）比赛类项目：各项目 9 队（人或对）[含 9 队（人或对）]以上参赛取前八名，不满 9 队（人或对）均按实际参加比赛队（人或对）减一录取名次；单项比赛如实际参赛队数或人数少于 3 队（人或对）时，相关项目竞赛委员会可根据实际情况决定比赛办法和奖项设置。

（二）展演类项目：以“等第”的方式奖励，颁发奖牌或证书。

（三）达标类项目：颁发奖牌或证书。

十二、申诉和纪律

（一）如在比赛中发生争议时，需在每轮（项）比赛结束后 30 分钟内提出申诉，过时不再受理任何申诉。

（二）必须以文字报告形式写明申诉原因、发生问题的性质及申诉时间并由领队和教练共同签字，向裁判长或仲裁委员会提出。

（三）凡申诉或举报者应交纳保证金 1000 元。申诉和举报期间，维持原判，处理结束时，应将结果答复申诉或举报者。胜诉则退回保证金，败诉者则没收保证金。

（四）凡有弄虚作假、冒名顶替者，经查情况属实，取消其比赛资格和成绩及体育道德风尚奖评选资格。对情节特别严重又缺乏认识者，另加处罚并通报批评。

十三、评奖办法（另行制定）

（一）本次运动会不设奖牌榜、团体总分榜。

1.针对各镇、街道、嘉定工业区、菊园新区对办赛、参赛（不含线上）及基层赛事组织情况进行统计并综合评比，设立奖项。

2.针对其他代表团将根据参赛情况进行统计并综合评比，设立奖项。

（二）运动会期间将开展“优秀组织奖”、“体育道德风尚奖”、“先进个人”等评选活动，详细办法另行制定。

十四、开幕式、闭幕式时间另定。

十五、其他

（一）各代表团、参赛队和个人参赛经费均自理。

（二）各项赛事承办单位应办理赛事或活动意外保险。

（三）各代表团、参赛队和个人可自行办理意外人身伤害保险。

十六、本竞赛规程总则的解释权、修改权属嘉定区第三届市民运动会组委会。