

新 乡 市 体 育 局

关于举办 2025 年“奔跑吧·少年”新乡市 儿童青少年主题健身活动启动仪式和儿童 青少年足球系列推广活动的通知

各县(市、区)体育主管部门，足球协会、体育俱乐部，有关单位：

为深入贯彻落实习近平总书记“让孩子们跑起来”重要指示精神，贯彻党中央、国务院关于加强青少年体育工作和足球改革发展的重大决策部署，全面落实《中国足球改革发展总体方案》、《中国青少年足球改革发展实施意见》、《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》，进一步丰富和完善“奔跑吧·少年”活动体系，持续促进青少年参加体育锻炼，增强体质，让更多的孩子们跑起来、动起来、跳起来，助力解决“小胖墩”“小眼镜”等体质问题，普及、提高我市青少年足球运动水平，根据《新乡市人民政府办公室关于印发新乡市全国青少年校园足球改革试验区建设实施方案的通知》（新政办〔2019〕35号）、《新乡市体育局新乡市教育局中国共产主义青年团新乡市委委员会关于印发2025年新乡市“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动实施方案的通知》（新体文〔2025〕15号）等文件精神，经研究，决定举办2025年“奔跑吧·少年”新乡市儿童青少年主题健身活动启动仪

式和儿童青少年足球系列推广活动，请各有关单位按照通知要求积极报名参加。

附件：2025 年“奔跑吧·少年”新乡市儿童青少年主题健身活动暨儿童青少年足球系列推广活动规程



附件

**2025 年“奔跑吧·少年”新乡市儿童青少年
主题健身活动暨儿童青少年足球系列推广
活动规程**

一、主办单位

新乡市体育局 新乡市教育局 共青团新乡市委

二、承办单位

新乡市足球协会

新乡市青少年校园足球工作领导小组办公室

三、协办单位

新乡市体育中心

新乡市青少年运动训练中心

四、活动时间和地点

2025 年 5 月 31 日至 6 月 2 日在新乡市体育中心举行。

五、活动安排

(一)儿童青少年足球系列推广活动安排

1. 活动名称：足球亲子嘉年华

2. 时间：5 月 31 日

3. 参加人群：面向全市招募各幼儿园及小学低年龄儿童自愿
报名，人数不限。

4. 活动内容和形式：以家庭为单位，游乐场模式。

第一项：足球亲子趣味游戏

(1) 抢救伤员

道具：标志杆 4 个，3 号足球 2 个，标志桶 16 个，秒表 2 个。

组织：幼儿与家长手拿两个标志杆夹起足球，绕过障碍物，到达指定地点后返回，规定时间内到达获胜。

(2) 运送珍珠

道具：标志桶 4 个，3 号足球 2 个，秒表 2 个。

组织：需要每组家庭自行组队，两组家庭为一组，手拉手围成一个圈，将球放在圈中，从起点出发在规定的时间内将足球运送到终点获胜，运送足球期间手不得松开，球不得出圈。

(3) 小马过河

道具：敏捷圈 4 个，3 号足球 2 个，标志桶 16 个，秒表 2 个。

组织：幼儿交替向前摆放敏捷圈，家长依次跳进圈内，不得跳出，到达终点后，家长和幼儿用敏捷圈将足球绕过标志桶拉回起点，限制时间内完成者通关。

(4) 保龄球大战

道具：标志桶 14 个，3 号足球 12 个，标志碟 6 个。

组织：家长与幼儿需要在指定地点用脚踢出足球击倒摆放好的标志桶，家长和幼儿各 3 次机会，家长和幼儿击倒标志桶的数量总和大于 12 个获胜。

(5) 两人三足射门大赛

道具：绑脚带 2 条，3 号足球 2 个，标志桶 4 个，小球门 2 个，标志碟 6 个，秒表 2 个。

组织：家长与幼儿需要各将一条腿用绑脚带捆绑，两人三足运球到达指定地点，然后将球射入球门后返回，在规定时间内完成者获胜。

(6) 仙人指路

道具：蒙眼布 2 条，3 号足球 2 个，标志桶 2 个，敏捷圈 2

个，秒表 2 个。

组织：家长需要在起点把眼睛蒙起来，听幼儿口令出发找到足球并把足球用脚放进敏捷圈中，限时时间内完成通关。（幼儿可跟随家长前进但不得有身体接触）

(7) 龙舟大战

道具：标志杆 2 个，标志桶 6 个，秒表 2 个。

组织：需要每组家庭自行组队，两组家庭一组，家长与幼儿手持标志杆，从起点出发，遇到标志桶要以标志桶为中心转一圈后继续前进，到达终点后需要返回起点，规定时间内完成获胜。

第二项：“1V1”“2V2”“3V3”足球挑战赛

(1) “1V1”“2V2”“3V3”指参加过上面游戏的家庭所组成的队伍。

(2) 每凑齐 2 组家庭，即可开始比赛，比赛时间为每场 2 分钟。

(3) 挑战赛统一使用 4 号足球，家庭统一服装即可（可以使用现场提供的分队服）。

(二) 少年组足球比赛竞赛规程

1. 竞赛时间

2025 年 6 月 1 日-6 月 2 日

2. 参赛资格

(1) 本年度在新乡市足球协会或新乡市青少年校园足球办公室注册备案的各青少年足球俱乐部和学校可报名参赛，各组别限报 24 支队伍，以提交报名并通过审核且缴纳保证金为准。

(2) 参赛运动员必须具有中华人民共和国国籍和正式学籍在校、在读，且本年度在新乡市足协“绿茵岁月”APP 注册登记的俱乐部（学校）队员。

(3) 一名运动员只能代表一支球队参加一个组别比赛。

(4) 参赛运动员年龄要求：

少年甲组：2016 年 1 月 1 日至 2017 年 12 月 31 日出生者。

少年乙组：2018 年 1 月 1 日至 2020 年 12 月 31 日出生者。

(5) 运动员需经医务部门检查身体健康，适合参加本项竞赛。各参赛队赛前必须办理人身伤害意外保险(含路途保险)，否则不得参加比赛。

(6) 教练员资格：参赛教练员必须在新乡市足协注册登记并具有河南省足球协会 E 级以上等级资格证书方能带队参赛。

(7) 遵守足球竞赛规则和赛场纪律。

3. 竞赛办法

(1) 根据报名队数决定竞赛办法，原则上采用定级赛和单循环联赛制。

(2) 比赛采用 5 人制。

(3) 执行中国足协最新版《足球竞赛规则》。

(4) 比赛用球为 4 号。

(5) 运动员姓名、球衣号码必须与秩序册相符，否则不得上场比赛，且球衣号码为 1-99，不得重号。一个赛季比赛中一个号码只能由本队一名队员使用。

4. 装备规定

(1) 每队必须备有二套不同颜色的比赛服装，全队统一，队长袖标自备。

(2) 上场运动员须穿戴长袜和护腿板，且长袜须完全包裹护腿板。

(3) 上场运动员须穿非金属钉及非金属底足球鞋，不得佩戴任何装饰物品、有框眼镜等可能危及运动员身体健康与安全的物品。

(4) 两队技术区域人员服装颜色须与场上运动员服装颜色有

明显区别。

(5) 球衣上号码应清晰，号码颜色须与球衣颜色有明显区别，号码不允许用胶布、绷带粘贴，必须为印制或涂写。

(6) 每轮赛事开始前客队应主动联系主队确定双方服装颜色，如因服装颜色冲突导致无法正常开赛，由未执行一方承担责任。

5. 规则与规定

(1) 比赛时间与换人。采用五人制比赛，甲组全场比赛时间 30 分钟，上下半场各 15 分钟，中场休息不超过 10 分钟；乙组全场比赛时间 20 分钟，上下半场各 10 分钟，中场休息不超过 10 分钟。比赛使用 4 号球。

(2) 比赛采用中国足协最新审定的足球竞赛规则。

(3) 比赛执行累计连续 2 张黄牌停赛 1 场，1 张红牌停赛 1 场的违纪处罚办法。竞赛委员会可根据比赛中发生的情况追加处罚。

(4) 比赛期间，不得弃权、罢赛，否则取消其比赛成绩和比赛资格，并处以扣除所有保证金、停赛、通报批评等处分。

6. 决定名次

(1) 胜 1 场得 3 分，负 1 场得 0 分。积分多者名次列前。

(2) 每场比赛必须决出胜负。在规定比赛时间内出现平局，直接通过罚球点球决定胜负，获胜队得 2 分，负者 0 分（罚点球的进球数不列入该队进球数总和）。

(3) 如遇两队或两队以上积分相等，则按下列顺序决定名次：

A: 积分相等队相互之间比赛的胜者名次列前；

B: 积分相等队相互之间比赛的净胜球多者名次列前；

C: 积分相等队相互之间比赛的进球总数多者名次列前；

D: 积分相等队相互之间比赛的红、黄牌总数少者名次列前；

E: 如仍相等，则采用抽签办法决定名次；

7. 奖项设置

(1) 少年甲组

A: 设优胜组、优选组、优秀组，冠亚季颁发奖牌和证书。

B: 金靴奖：颁发奖杯和荣誉证书；

C: 金手套奖：颁发奖杯和荣誉证书；

D: 优秀教练员：颁发奖杯和荣誉证书；

E: 优秀裁判员：颁发荣誉证书；

F: 体育道德风尚奖：颁发牌匾。

(2) 少年乙组

设优胜组、优选组、优秀组，颁发奖牌和证书。

8. 报名方法

(1) 报名人数

各单位各组别可报一支队伍参赛，每队可报领队 1 名、教练员 2 名，队医 1 名，运动员不多于 12 名，不少于 9 人。若队伍报名外籍教练员，可增加一名翻译。

(2) 报名办法

参赛队报名需要通过网上报名和纸质报名两种形式进行。

网上报名：需要登录绿茵岁月 APP，在平台注册后选择所参加的组别进行信息填报。

纸质报名：网上报名完成并通过资料完整性审核后，平台会自动生成电子报名表，工作人员下载后发送给报名单位，各单位打印出纸质报名表，然后由各青训俱乐部（学校）签字并加盖单位公章。（以学校名义参赛单位需加盖主管单位公章）

参赛队在报名时须交纳保证金 500 元，比赛期间如无违规情况，赛后全额退还保证金。如出现违规情况，根据规定扣除保证金。报名截止前仍未交纳保证金的队伍，组委会将视为放弃参加比赛。

纸质报名表和电子报名表内容必须一致，报名之后不得更改。

A: 打印并盖有俱乐部（学校）公章的纸质报名表。

B: 第二代身份证复印件或户口本复印件。

C: 人身意外伤害保险单据。

D: 县级以上医院开具的体检证明含心电图、心肌酶、心电彩超。

E: 自愿参赛及安全承诺书。

F: 比赛保证金。

参赛球队应自行负责其代表队在联赛所有比赛中包括球员和官员在内的保险问题（包括住院和外科手术），且参赛球队必须保证新乡市体育局及新乡市足球协会将免遭此类诉讼或者承担责任。

纸质材料于报名截止前交到市足球协会办公室审验，缴纳不齐的队伍不允许参加比赛。

新乡市足球协会联系人：杜海阳 13598613278

冯莉敏 13525088556

(3) 报名时间

各参赛单位需要在 2025 年 5 月 16 日前完成网上报名，逾期不接受补报。

9. 分组抽签

请各参赛队主教练于 2025 年 5 月 23 日 9 时在绿茵岁月 APP 上进行线上抽签，未能按时参加抽签的单位由绿茵岁月系统自动抽签。

10. 赛前联席会

联席会议时间另行通知，请各代表队领队、教练员务必准时参加，未参加联席会的队伍扣除保证金，取消参赛资格。

11. 资格审查

(1)各俱乐部（学校）须对报名参赛的运动员资格认真审查，按照本规程的规定，严格把关，杜绝弄虚作假、冒名顶替的行为发生。

(2)大会组委会设立资格审查委员会。负责参赛运动员的资格审查工作。资格审查委员会的审查、处理决定为最终处理意见。

(3)发现比赛中弄虚作假、冒名顶替参加比赛的球队，取消全队比赛成绩和名次，并追究该俱乐部负责人的责任，取消该俱乐部参加新乡市所有足球比赛、活动的资格。

(4)各参赛单位有权对有异议的运动员资格问题提出申诉，申诉以书面文件提出。比赛开始两轮后，仍然接受的申诉，待比赛结束后处理，经查落实后，通报违规俱乐部，取消比赛名次，比赛名次不再递增。

12. 纪律规定

(1)参赛运动队如有违反赛事管理规定、比赛纪律、运动员资格弄虚作假等行为，一经查实，赛事组委会将视情节轻重给予如下处罚：

A:通报批评；

B:扣除比赛保证金；

C:比赛判罚 0：3 负，如当场比分大于 0：3 则按实际比分计算；

D:赛季内比赛降级或降组；

F:取消本次比赛的参赛资格；

G:取消该单位相关年龄段球队本年度或下一年度比赛报名资格；

H:对违纪运动队、运动员、教练员其他的处罚。

(2)如有运动队发生违反赛风赛纪的事件，一经查实将由纪律委员会作出相应的纪律处罚，并根据事实及情节轻重处以罚收

比赛部分或全部保证金，组委会保留追加处罚的权力。如触犯国家法律法规，交由公安机关处理。

(3) 各运动队负责对队员家长言行进行管理和约束。如有家长在观赛中出现违规违纪行为，或擅自对赛事及赛事相关方进行不实传播，赛事组委会将对家长所在球队进行处罚。

(4) 各队必须派人参加赛前联席会、开幕式、颁奖仪式等活动，不得迟到、请假和缺席。若无故迟到、请假、缺席将扣罚全部比赛保证金。

(5) 比赛时间、场地等相关安排一经确定，原则上不予变动。参赛队若因自身原因需对相关安排申请变更（含比赛弃权），须在当轮比赛开始前 48 小时以书面形式向赛事组委会提交申请。若在 24 小时至 48 小时提交申请，将扣罚比赛保证金 300 元；若在 24 小时内提交申请，将扣罚比赛保证金 500 元。如因时间紧迫等相关因素导致无法完成赛程调整，赛事组委会有权按弃权处理。

(6) 参赛队不可对组委会依据本规程上述条款所做出的处罚结果提出申诉。

13. 中止比赛

如果由于任何不可抗力因素或者其它任何原因，包括但不限于比赛场地不适宜比赛、天气原因、照明灯故障等事故在正常比赛时间结束之前，裁判员认为应中止比赛，则应当随后采取以下措施：

(1) 比赛将被暂停 30 分钟，以等待情况得到有效改善后将比赛重新开始，除非裁判员认定比赛可以提前重新开始。

(2) 比赛被暂停 30 分钟后，如果裁判员认为再延长一段时间可恢复比赛，则可再延长 30 分钟。如果第二个 30 分钟后比赛仍不能恢复，裁判员必须宣布中止该场比赛。

(3) 在中止比赛情况下，主办方应在裁判员做出中止比赛决定后 3 小时内决定比赛中止时的结果是否有效，或在考虑体育精神及组织等因素前提下，决定是否进行补赛或重赛。

(4) 不可对本规程此条款提出申诉。

如果因不可抗力，比赛被宣布中止，此比赛应优先考虑择期完成剩余的比赛时间，而不是重赛全场比赛，被中止时的比分等情况依然有效。当主办方决定将比赛恢复完成时，具体应遵循如下原则：

(1) 比赛从原被中止时的比赛地点恢复，恢复时所有场上球员、替补球员要与比赛被中止时一致。

(2) 不能对替补球员名单中的球员进行增加、更换。

(3) 不能增加可换人的次数。

(4) 比赛的红、黄牌依然有效，被罚出场的人员依然不能重新回到比赛场地参加比赛。

(5) 所有与此比赛有关的其他处罚依然有效。

(6) 恢复比赛的时间（在随后可预见的时间）与比赛地点由主办方决定。

(7) 由此可能产生的一切后续问题由主办方决定。

14. 比赛取消

如果比赛由于不可抗力因素或者其它任何原因，包括但不限于，比赛场地不适宜比赛、天气原因、照明灯故障等事故而使比赛无法正常开始，则应随后采取以下措施：

(1) 决定重新安排本场比赛前，比赛将被推迟 30 分钟，除非裁判员认定比赛可以提前开始。

(2) 如果裁判员认为再延长一段时间比赛即可开始，则可再至多延长 30 分钟。如果第二个 30 分钟结束后比赛仍未开始，裁判员必须宣布取消该场比赛。

(3) 在取消比赛的情况下，主办方应在裁判员做出取消比赛决定后 3 小时内，在考虑体育精神及组织等因素前提下，决定是否重新安排比赛，或是否采取其他必要行为，或决定延续该比赛。除非纪律委员会做出其他决定，否则与该场比赛相关的处罚措施依然有效。

(4) 不可对本规程此条款提出申诉。

15. 申诉流程

(1) 比赛结束后 24 小时内（超过 24 小时视为放弃申诉），将申诉材料及相关视频资料提交新乡市足球协会邮箱 (xxszqhx@163.com) 并告知组委会。

(2) 在递交申诉材料的同时需缴纳 1000 元人民币诉讼费。

16. 其它

(1) 市体育局负责活动经费。其它费用参赛单位自理。

(2) 未尽事宜，另行通知，解释权归主办单位。

2025 年 5 月 6 日

自愿参赛及安全承诺书

本队自愿报名参加 2025 年“奔跑吧·少年”新乡市儿童青少年主题健身活动暨儿童青少年足球系列推广活动并签署本责任书。

一、已全面了解并同意遵守赛事所制订的各项竞赛规程、规则、要求及采取的安全措施。

二、已完全了解自己队员的身体状况，确认其身体健康状况良好，具备参赛条件，已为参赛做好充分准备，并在比赛前为所有队员购买了“人身意外伤害保险”；监护人经审慎评估，确认被监护人身体状况符合参赛条件，并自愿承担相应风险。

三、充分了解本次比赛可能出现的风险，且已准备必要的防范措施，以对自己队员安全负责的态度参赛。

四、愿意承担比赛期间发生的自身意外风险责任，且同意对于非赛事原因造成的伤害等任何形式的损失赛事不承担任何形式的赔偿。

五、同意接受赛事在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在离开现场后，在医院救治等发生的相关费用由本队(人) 负担。

六、承诺全体队员均以自己的名义参赛，决不冒名顶替，否则愿承担全部法律责任。

七、已认真阅读并全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任。

参赛单位（盖章）

2025 年 月 日