

山西省体育局

晋体青函〔2025〕55号

山西省体育局关于印发《2025年山西省手球锦标赛竞赛规程》的通知

各市体育局，省自行车击剑球类运动中心、省全民健身指导中心、各有关单位：

现将《2025年山西省手球锦标赛竞赛规程》印发给你们，请按照规程要求做好竞赛组织、安全管理等各项工作，确保比赛安全顺利完成。

- 附件：1. 2025年山西省手球锦标赛竞赛规程
2. 安全责任声明书
3. 赛风赛纪和反兴奋剂承诺书
4. 中国手球协会2025年青少年赛事、大学生赛事组体能测试方案



附件 1

2025 年山西省手球锦标赛竞赛规程

一、竞赛日期、地点

2025 年 12 月 1 日-12 月 10 日在临汾市曲沃县举行。

二、主办单位

山西省体育局

三、承办单位

山西省自行车击剑球类运动中心

山西省全民健身指导中心

临汾市体育局

四、参加单位

山西省各市体育局

五、竞赛项目

男子组、女子组

六、参赛办法

(一) 运动员资格

1. 具有山西省行政区域内正式居住户籍、学籍，并持有本人户籍所在地公安机关颁发的身份证(临时身份证无效)的运动员，可代表户籍地或学籍地参赛(代表学籍地参赛的运动员，须提供加盖当地教育行政部门公章的山西省学籍证明)。

2. 外省户籍或外省身份证号码的运动员，须代表山西省在国

家体育总局注册，同时满足以下条件之一，且通过资格审核，方可参赛。

(1) 学籍转入山西省满两年及以上的运动员，须提供由所在学校盖章的山西省学籍证明；未满两年的运动员，须提供由当地教育行政部门盖章的山西省学籍证明。

(2) 提供参加 2 次山西省省级比赛的参赛证明（秩序册、成绩册证明）。

3. 代表外省注册和已被大学录取的运动员不得参赛。

4. 所有参赛运动员须经山西省全民健身指导中心审核，通过资格审核后，方可参赛。

5. 参赛运动员必须提交县级以上医院出具的《身体健康证明》，并办理比赛期间意外伤害保险，报到时交赛会验收后，方可参赛。

6. 运动员年龄：

2007 年 1 月 1 日-2010 年 12 月 31 日出生。

(二) 报名人数

各参赛单位每队可报领队 1 名、教练员男、女队各 3 名、医生 1 名、运动员男、女各 18 名（大名单中外省参赛运动员不超过 3 名）。每场比赛前参赛队须确定参加比赛的球队运动员 16 名，其中，省内异地的参赛运动员不得超过 8 名。不足 10 名运动员的单位不得报名。

七、体能测试

(一) 测试内容

1. 立定 10 级跳;
2. 最快球速;
3. 5-10-5 变向跑;
4. 平衡协调性综合测试。

(二) 测试成绩

体能测试须按照国家体育总局手曲棒垒球运动管理中心制定的体能测试有关规定执行，详见附件 4《中国手球协会 2025 年青少年赛事、大学生赛事组体能测试方案》。

(三) 未通过体能测试的运动员可以参赛。但不授予运动等级。

八、竞赛办法

(一) 比赛时间：上、下半场各 30 分钟，中间休息 10 分钟。

(二) 参赛队数不足 3 支队时，比赛取消。

(三) 参赛队数为 3 至 4 队时，比赛采用双循环赛办法。

(四) 参赛队数为 5 至 7 队时，比赛采用单循环赛办法。

(五) 参赛队数为 8 队时，比赛采用以下办法：

1. 预赛：分成两个组，采用分组单循环的办法进行比赛，排出各组的名次。

2. 决赛：如参赛队为 8 支队伍时，

1/4 赛：

比赛 1：A1-B4

比赛 2：B2-A3

比赛 3：A2-B3

比赛 4: B1-A4

上述比赛的胜者决第 1-4 名，负者决 5-8 名；

半决赛：

比赛 5: 比赛 1 负者-比赛 2 负者

比赛 6: 比赛 3 负者-比赛 4 负者

比赛 7: 比赛 1 胜者-比赛 2 胜者

比赛 8: 比赛 3 胜者-比赛 4 胜者

决赛（名次赛）：

决赛第 7-8 名：比赛 5 负者-比赛 6 负者

决赛第 5-6 名：比赛 5 胜者-比赛 6 胜者

决赛第 3-4 名：比赛 7 负者-比赛 8 负者

决赛第 1-2 名：比赛 7 胜者-比赛 8 胜者

（六）如参赛队为 9-10 支队伍时，则获预赛各组前 2 名组成一个组进行交叉赛，各组 3、4、5 名进行带分单循环赛，如遇两队积分相等则按双方胜负关系判定，如遇三队积分相等直接进行掷七米球决出名次（预赛相遇过的队成绩有效，不再重复比赛）。

注：采用单循环制方法进行分组比赛时，如每场比赛结束时，比分为平局，均不再进行加时赛直接进行掷七米球决出胜负。

（七）竞赛编排分组

不分组比赛时，按 2024 年山西省手球锦标赛名次为序号进行编排；分组比赛时，按 2024 年山西省手球锦标赛名次为序号，采取蛇形排列办法分组。未参加 2024 年山西省手球锦标赛的参

赛队，其编排序号将按照报名先后顺序排在前述参赛队的后面。

（八）计分办法

1. 胜一场得 2 分，负一场得 0 分，积分多者名次列前，弃权者并按比分为 0-10 计算成绩，如弃权时净负球多于 10 个，按照实际比分计算。弃权队不得因弃权获得任何利益，并由竞委会决定是否需要执行其它处理措施。

2. 如果两队或两队以上积分相等，则有关队相互间比赛积分多者名次列前。

3. 如果积分仍然相等，则积分相同的参赛队采用特别程序掷七米球决胜的方法排出小组名次，特别程序掷七米球决胜方法按照下列要求进行：

（1）在循环赛结束当天适当时间进行。

（2）特别程序掷七米球决胜的球门场地由裁判员选择确定。

（3）积分相等的参赛队抽签确定位置，然后按 3-1, 2-3, 1-2 的顺序进行掷七米球。三场掷七米球决胜全部结束为一个循环。

（4）每场每队选出 3 名队员，双方交替各掷 1 球，无需事先确定掷球队员的先后顺序。守门员可任意选择和替换，队员可以既当掷球队员又当守门员。球队位置排在左边的队先掷球，排在右边的队先守门。每队 3 名队员各掷完 1 球为一轮。

（5）在第一轮每队各掷 3 球后，得分多者获胜，如比分相同，则进行第二轮掷球，每队再次选出 3 名队员，这些队员可为部分或全部参加过第一轮掷球的队员。两队掷球和守门的顺序与前一轮相反。从第二轮开始，在双方掷球次数相同的情况下，一

旦出现比分差距即可决出胜负。如每轮结束时比分相同，这种每轮选出 3 名队员参加掷球的方法将延续下去，直至决出胜负。

(6) 每场掷球胜者计 1 分，负者计 0 分。一个循环结束后，计分多者名次列前。如未能排出相应名次，则进入第二循环，办法与第一循环相同，以此类推。

(7) 参加特别程序决胜的参赛队必须穿着统一的比赛服装。

(8) 参加该轮次特别程序掷七米球的两支队应位于中线以后的非比赛半场两侧；下一轮次掷七米球的参赛队应位于非比赛半场的替补席候场。

(9) 若队员在掷七米球决胜中有严重或重复的非体育道德行为，可取消其参赛资格。如果该队员已经被选中掷七米球，该队必须指定另一名队员替换该队员掷球。

4. 第二阶段交叉赛、同名次和决赛期间的比赛为平局时，进行决胜期比赛。决胜期由两个 5 分钟组成，中间休息 1 分钟（双方交换场地）。如果第一个决胜期后仍为平局，休息 5 分钟后再进行第二个决胜期的比赛。若第二个决胜期后仍为平局，则按规则进行掷七米球决胜负。

5. 比赛时，队员如有穿着内衬衣或护袖、护腿、紧身服以及各种护具等等，都必须严格按照有关规定执行（如比赛时队员需佩戴护臂和护小腿，则必须与运动袜的颜色一致）。

（九）竞赛规则

执行国际手联最新颁布的《手球竞赛规则》及中国手球协会有关手球比赛的特殊规定：

1. 延误比赛的相关规定；

2. 射门时球击中守门员脸部或头部的处理规定：

（1）射门队员在完全无干扰的情况下，射门时击中未移动守门员的脸部或头部（即使守门员有些移动，守门员完全静止是难以想象的），将对射门队员进行升级处罚（罚出场两分钟、直接取消比赛资格等），通常从罚出场两分钟开始，直至取消比赛资格，但也可以据情直接取消比赛资格。上述情况下均以守门员掷任意球恢复比赛。

（2）由于防守队员的犯规导致射门队员击中守门员的脸部或头部时，通常要给予防守队员纪律处罚，并给予进攻队员技术补偿（任意球或七米球），但不能因此而处罚射门队员。

（3）在掷七米球时击中未移动的守门员脸部或头部、掷任意球时击中未移动的防守队员脸部或头部时，根据规则条款进行直至取消比赛资格处罚。

3. 规则与规程发生矛盾时，按规程执行。

九、追加处罚

（一）比赛中被判罚蓝牌（直接红牌加报告）的队员，将停止下一场比赛资格，并由赛区竞赛部门研究决定对相关队员和参赛队给予追加处罚，追加处罚决定作出后立即执行。被判罚蓝牌的队员不得参加任何奖项的评选，该参赛队不得参加“体育道德风尚奖”的评选。

（二）对比赛中出现的严重或极端非体育道德行为，如值班技术官员及临场裁判员未作判罚，可按有关规定赛后给予追加处

罚。

（三）对于未进入比赛名单，在观众席的参赛队随队官员、队员的非体育道德行为，将对该参赛队负责官员进行升级处罚。

（四）对于观赛期间出现不文明行为的参赛队及其所辖管理单位人员，可按有关规定赛后给予队伍追加处罚。

十、比赛服装和器材

（一）各参赛队应准备至少 3 套不同颜色的比赛服装（守门员的服装颜色应和场上队员服装颜色有明显的区别），上衣前后应有清晰的实心号码（胸前的号码至少 10 厘米高，背后的号码至少 20 厘米高），并在报名单上注明服装颜色。

（二）进入替补席的随队官员须统一着装，如果服装不统一，则只允许 1 名官员留在替补席指挥比赛；穿软底鞋或运动鞋；官员服装颜色须与对方场上队员服装颜色有明显区别。

（三）每场比赛对阵双方的场上队员、守门员的服色认定均须按照有关规定严格执行。

（四）比赛用球：中国手球协会指定用球。指定用球：“摩腾”牌手球；男子 3 号球，女子 2 号球。

（五）球门和球门网

球门必须符合手球规则要求。球门网须结实耐用，除球门网外还应缚挂内挂网。

（六）配备音响设备，以保证比赛进行时的音乐伴奏（DJ）。

十一、录取名次与奖励

（一）男、女均录取前 8 名并颁发证书。

(二) 参赛不足 8 队，按实际参赛队数录取，不足 3 队（含 3 队）不予比赛。

(三) 设“体育道德风尚奖”，评选办法按有关规定执行。

(四) 按照 2024 年 10 月 24 日国家体育总局《运动员技术等级管理办法》（体竞字〔2024〕121 号），参赛运动员比赛成绩达到技术等级标准，可授予运动技术等级，《运动员技术等级管理办法》可登录国家体育总局官网查询。

十二、报名与报到

(一) 报名

各单位将报名表纸质版（加盖公章）、PDF 扫描版（加盖公章）以及 Word 版，于 2025 年 11 月 24 日前分别发送至以下单位，逾期报名或不按规定报名，不予受理。同时，外省户籍或外省身份证号码的运动员，须提交运动员身份证原件正反面照片、学籍证明原件照片或省内参赛证明原件照片。

单 位 1：山西省自行车击剑球类运动中心

联 系 人：张大伟

联系电话：18035758822

邮 箱：740126656@qq.com

地 址：山西省太原市晋源区健康南街 1 号山西体育中心
综合馆

单 位 2：山西省全民健身指导中心

联 系 人：钟 鸣

联系电话：13934163450

邮 箱: 64968667@qq.com

地 址: 山西省太原市小店区寇庄北街 2-6 号山西省全民健身指导中心

单 位 3: 曲沃县教育体育局

联 系 人: 宋 杰

联系电话: 18735737818

邮 箱: qwxybgs@163.com

地 址: 山西省临汾市曲沃县晋都南路 539 号

(二) 报到

各参赛队须于赛前 1 天, 裁判员于须赛前 2 天到赛区报到。裁判员报到时须携带裁判员等级证书, 不符合等级要求和不按时报到者, 大会将不安排裁判工作, 费用自理。

(三) 报到时须提供下列材料, 任缺一项不得参赛:

1. 身份证原件;
2. 山西省学籍证明(外省运动员及代表学籍地参赛的本省运动员须提供此项);
3. 《身体健康证明》(县级以上医院出具);
4. 《意外伤害保险证明》;
5. 《安全责任声明书》;
6. 《赛风赛纪和反兴奋剂承诺书》。

十三、费用

(一) 大会官员、裁判员、工作人员的交通费和食宿费由承办单位负担。

(二) 各参赛队一切费用自理。

十四、其他

(一) 加强赛风赛纪和反兴奋剂教育，严格遵守国家体育总局和山西省体育局颁布的有关体育竞赛纪律条例及反兴奋剂有关规定，如有违反，按有关规定严肃处理。

(二) 运动员在比赛期间如出现意外，由参赛单位负责，竞委会将积极采取救助措施，但不承担法律责任。

(三) 报名后，无故不参赛的运动员每人交大会损失费 300 元，如因伤病等特殊情况不能参赛者，须出具县级以上医院证明。

(四) 参加 2025 年山西省手球锦标赛的队伍须参加体能测试。体能测试所需场地、器材由赛事承办市准备，体能测试全程录像，录像素材报山西省自行车击剑球类运动中心留存，以备查验。

(五) 裁判员选派名单，另行通知。

(六) 未尽事宜，另行通知。

十五、本规程由山西省自行车击剑球类运动中心负责解释。

附：2025 年山西省手球锦标赛报名表

附

2025 年山西省手球锦标赛报名表

参赛单位：（公章）

组别（男女）：

年 月 日

号码	姓名	出生年月日			身份证号	位置	身高	体重	左右手	运动年限	备注

官 员

字母	姓名	性别	出生年月日			职务
A						
B						
C						
D						

服装颜色

队员短袖	队员短裤		守门员

负责人签字：

附件 2

安全责任承诺书

我（队）自愿参加_____年_____月_____日至_____日
在_____举办的_____比赛，现郑重承诺：

一、严格遵守赛事各项纪律规定。参赛者已符合竞赛规程规定的报名资格要求，在规定时间内按规程要求进行报名、报项，并提供相关证件资料。讲诚信，不弄虚作假、徇私舞弊、不使用兴奋剂，遵守赛会统一安排。

二、准时报到参赛，遵守赛事活动中各项安排，不迟到、不早退，树立严格的时间观念。

三、对参赛风险有充分认识，自愿参赛，对我队无民事行为能力人或限制民事行为能力人参加此次比赛已经过经监护人同意，并愿意承担风险。安全责任自负。

四、比赛中尊重裁判，尊重对手，遵纪守法，文明参赛，有问题通过正当渠道反映。

五、遵守社会公德，不损坏场地设施，不影响和妨碍公共安全，不在赛事活动中有违反社会公序良俗的言行。

六、赛事前、赛中、赛后及往返路途交通等一切安全责任自负，与举办方无关。

承诺人：

领队、教练（签字按手印，加盖单位公章）：

年 月 日

附件 3

赛风赛纪和反兴奋剂承诺书

我将以维护公平竞争的体育道德和集体荣誉为己任，参加 2025 年山西省手球锦标赛比赛，自觉遵守赛风赛纪和反兴奋剂有关规定，认真履行运动员的责任和义务，保证干干净净参加比赛。在此，我郑重承诺：

一、坚决抵制罢赛、弃赛、消极比赛、弄虚作假的现象和操控比赛结果的行为。

二、遵守比赛规则、服从裁判，拒绝扰乱正常比赛秩序行为，如遇问题严格按照赛会流程要求办理。

三、严格遵守反兴奋剂法律、法规和规定，坚决不使用兴奋剂。认真学习反兴奋剂知识，提高自我防范能力。

四、积极履行义务，配合兴奋剂检查和调查。

五、遵守组织纪律，服从队伍管理。不得擅自离队，不私自外出就餐。不得擅自购买和使用药物和营养品。

六、发现他人使用兴奋剂及时举报。

七、绝不发生其他违反赛风赛纪、反兴奋剂规定的行为，如若违反，按有关规定接受处罚。

教练员：

运动员：

年 月 日

附件 4

中国手球协会 2025 年青少年赛事、大学生赛事组 体能测试方案

一、测试内容

立定十级跳远、最快球速、5-10-5 折返跑、平衡协调性综合测试。

二、评分办法

（一）赛前体能测试成绩不与参赛资格挂钩，不淘汰运动员，运动员参赛资格按竞赛规程执行。

（二）青少年赛事、大学生赛事体能达标为 16 分，且得分低于 4 分项不多于两项者，视为达标。未达到体能测试标准的，不得授予相应运动员技术等级称号。

（三）需要计算体能测试成绩的赛事，根据运动员所参加的各项体能测试总成绩进行全员排名。各队规定数量（7 人制比赛 18 人，5 人制比赛 12 人），运动员体能测试成绩总和即为球队体能测试成绩，总分数越低者排名越高。队伍人数不足的，空额按各单项排名最后计算。

三、测试标准

（详见附表）

四、测试方法

（一）立定 10 级跳

1. 测试器材：40 米长皮尺

2. 测试要求：受测运动员双脚立定站在起跳线后，双脚起跳，依次左脚、右脚交替落地，第 10 次落地采用双脚落地（目的是保护运动员）。第十次落地，距离起跳线最近的落地点为运动员成绩。

3. 成绩指标：计量单位为厘米（cm），按四舍五入原则保留整数。

（二）最快球速

1. 测试器材：电子测速仪、手球

2. 测试要求：受测运动员持球向球门射门，射门动作和姿势不限，但球的运动轨迹必须在测试仪器规定的角度范围内。

3. 成绩指标：每名运动员测试两次，取最好成绩。计量单位为公里/小时（km/h），按四舍五入保留整数。

（三）5-10-5 变向跑

1. 测试器材：红外测速仪

2. 测试要求：

（1）在地面画设两条平行线作为折返线，两条线间距 10 米，两条平行的折返线之间的中间位置架设红外测速仪。

（2）受测者从中间位置出发，出发前双脚垂直于平行线侧向站立，出发方向的手臂触地（以右手为例），形成三点支撑出发姿势。

（3）受测者启动通过起跑线，跑动 5 米后，用右手碰

触折返线，变向向回跑动 10 米，用左手碰触另一条折返线，然后变向向回跑动 5 米，通过终点。

（4）每名受测者可以进行 2 次测试，取最好成绩。

3. 成绩指标：计时，精确到 0.01 秒。

（四）平衡协调性综合测试

1. 测试器材：秒表、跳绳、手球、手球场、50×70cm 标志牌。

2. 测试要求：

（1）运动员听到指令后出发，依次完成 4 项测试内容。

第一项跳绳：正向和反向各完成 50 次跳绳。累计计数。

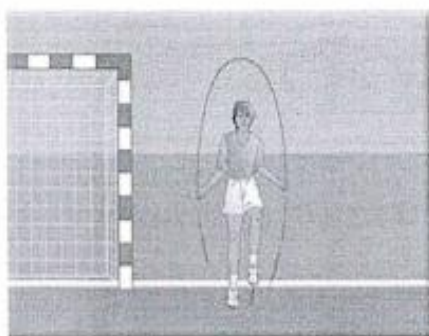
第二项交叉腿跳跃运球：运动员连续进行前后交叉腿跳跃，同时完成在两腿之间的运球动作，需完成 30 次运球。累计计数。如出现失误，可以由队友提供备用球。

第三项前滚翻抛接球：运动员站立姿势持球，将球抛向空中，同时运动员做前滚翻动作，站起后，接住回落的球。要求运动员共完成 3 次滚翻抛接。接球时未能完成起身动作（仅用双脚支撑地面），不计入成功次数。如出现失误，可以由队友提供备用球。

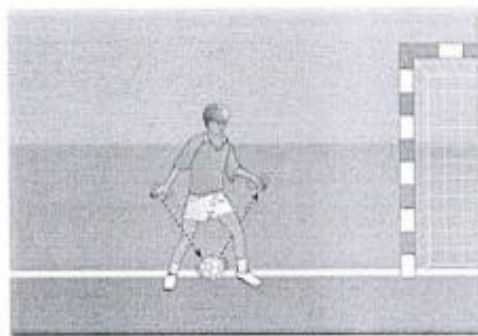
第四项 9 米线外射门：球门左右两个上角，各划出高 50 厘米、宽 70 厘米的区域，运动员需要射中每个区域 3 次。

（2）受测运动员，出发时开始计时，完成最后一次有效射门后计时结束。每人进行一次测试。

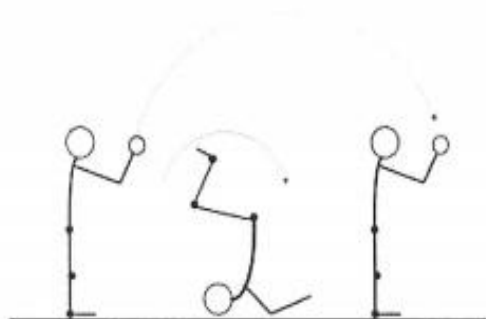
3. 成绩指标：计时，精确到 1 秒。用时超过 5 分钟，终止测试，记为未完成。



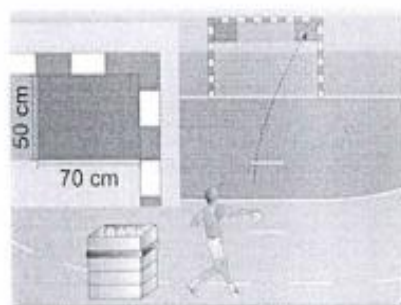
(1) 正、反向跳绳各50次



(2) 前后交叉腿跳跃，两腿之间运球



(3) 抛球前滚翻起身抛接球



(4) 9米线外射门，射中目标

平衡协调综合性测试图示

附表：

2025 年手球青年锦标赛、青少年赛事及大学生赛事体能 达标标准

组别	分值	G立定十级 跑	S最快球速 (km/h)	S5-10-5折返跑 (s)	S平衡协调性 (mm:ss)
男子U18	10	28.50	92.50	4.70	1'50"
	9	27.80	90.00	4.80	2'05"
	8	27.10	87.50	4.90	2'20"
	7	26.40	85.00	5.00	2'35"
	6	25.70	82.50	5.10	2'50"
	5	25.00	80.00	5.20	3'05"
	4	24.30	77.50	5.30	3'20"
	3	23.60	75.00	5.40	3'35"
	2	22.90	72.50	5.50	3'50"
	1	22.20	70.00	5.60	4'05"
男子U16	10	26.00	84.30	4.90	2'20"
	9	25.60	82.60	5.00	2'35"
	8	25.20	80.90	5.10	2'50"
	7	24.80	79.20	5.20	3'05"
	6	24.40	77.50	5.30	3'20"
	5	24.00	75.80	5.40	3'35"
	4	23.60	74.10	5.50	3'50"
	3	23.20	72.40	5.60	4'05"
	2	22.70	70.70	5.70	4'20"
	1	22.20	69.00	5.80	4'35"
女子U18	10	23.10	76.40	5.15	1'40"
	9	22.70	74.50	5.25	1'55"
	8	22.30	72.60	5.35	2'10"
	7	21.90	70.70	5.45	2'25"
	6	21.50	68.80	5.55	2'40"
	5	21.10	66.90	5.65	2'55"
	4	20.70	65.00	5.75	3'10"
	3	20.30	63.10	5.85	3'25"
	2	19.90	61.20	5.95	3'40"
	1	19.50	59.30	6.05	3'55"
女子U16	10	23.10	76.40	5.15	1'40"
	9	22.70	74.50	5.25	1'55"
	8	22.30	72.60	5.35	2'10"
	7	21.90	70.70	5.45	2'25"
	6	21.50	68.80	5.55	2'40"
	5	21.10	66.90	5.65	2'55"
	4	20.70	65.00	5.75	3'10"
	3	20.30	63.10	5.85	3'25"
	2	19.90	61.20	5.95	3'40"
	1	19.50	59.30	6.05	3'55"

注：青年锦标赛、冠军杯及全国后备人才基地和业余体校锦标赛、全国青少年校园（俱乐部）联赛暨全国青少年U系列比赛总决赛及中国大学生手球锦标赛（丁组）技术等级体能达标总分为18分，得分低于4分的项不得多于两项。