

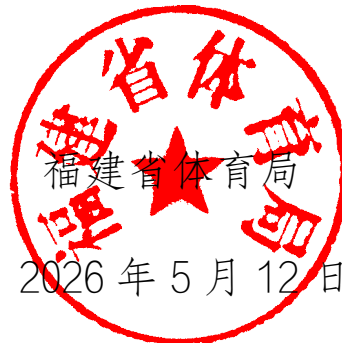
福建省民族与宗教事务厅 福建省体育局文件

闽民宗〔2026〕29号

福建省民族与宗教事务厅 福建省体育局 关于印发福建省第十一届民族传统体育 运动会总规程和单项规程的通知

各设区市民族宗教局、体育局，平潭综合实验区党工委党群工作部、旅游文体局：

经研究，现将《福建省第十一届民族传统体育运动会总规程和单项规程》印发你们，请遵照执行。



福建省第十一届民族传统体育运动会 总 规 程

经省委、省政府批准，由省民族宗教厅、省体育局共同主办，福州市人民政府承办的福建省第十一届民族传统体育运动会，定于 2026 年 10 月在福州市举行。

本届运动会遵循“平等、团结、拼搏、奋进”的宗旨，立足“民族团结的盛会、群众体育的盛会”定位，以铸牢中华民族共同体意识为主线，着力展示我省民族传统体育特色和运动水平，锻炼和培养优秀民族体育人才，为弘扬民族文化，振奋民族精神，促进各民族交往交流交融，进一步推动我省民族传统体育事业的发展做出贡献，并在此次运动会的基础上，选取优势项目和优秀运动员，筹备组团参加 2027 年第十三届全国民族传统体育运动会。

一、运动会名称

（一）全称：福建省第十一届民族传统体育运动会

（二）简称：第十一届全省民族运动会

二、主办单位

福建省民族与宗教事务厅

福建省体育局

三、承办单位

福州市人民政府

四、比赛日期和地点

1.比赛时间：2026 年 10 月 18 日至 22 日

2.比赛地点：福州市

五、竞赛和表演项目

（一）竞赛项目

蹴球、射弩、陀螺、民族武术、高脚竞速、板鞋竞速、毽球、龙舟和民族健身操。

（二）表演项目

竞技类、技巧类和综合类。

六、参加单位

（一）各设区市，平潭综合实验区。

（二）邀请港澳台侨方面组团参赛，参加办法另行确定。

七、运动员资格

（一）福建省境内公民；

（二）经县级（含）以上医务部门检查证明身体健康者；

（三）符合竞赛、表演各项目规程的有关规定；

（四）运动员资格审定由各设区市民族宗教局和平潭综合实验区党群工作部负责初审，再以书面形式上报筹委会办公室审核。

（五）港澳台侨运动员参赛资格另行确定。

八、参加办法

（一）以设区市和平潭综合实验区为单位组成代表团；各代表团要积极动员符合上述第七条运动员资格的人员踊跃报名

参加，特别是畚族、回族、满族、蒙古族、高山族等我省世居的少数民族代表。

（二）代表团组团名额：第一次报名后，由主办单位根据运动会规模和第一次报名汇总情况，统一确定名额。

（三）参加各竞赛、表演项目的运动员、教练员和领队的人数，按各单项竞赛、表演规程执行。

（四）设区市和平潭综合实验区代表团必须报 4 个以上竞赛项目。

（五）代表团领导和工作人员名额：代表团设团长 1 人，副团长 3 人，秘书长 2 人。凡参赛运动员总数在 30 人以下（含 30 人）的代表团，团领导和工作人员不得超过 10 人；运动员总数在 30 人以上的代表团，团领导和工作人员的基数为 10 人，每增加 10 名运动员可增加 1 名工作人员。

九、比赛办法

（一）按各单项竞赛、表演规程执行。

（二）毽球、龙舟比赛执行国家体育总局最新审定的规则；其他项目比赛执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的民族传统体育项目竞赛和表演规则。

（三）参赛不足 3 个队的竞赛项目，取消比赛；可作为表演项目参赛。

十、录取名次和奖励

（一）各竞赛项目录取前 6 名，不足 6 名（含 6 名）减 1 录取，其中一等奖 1 名、二等奖 2 名、三等奖 3 名。集体项目

颁发奖杯、奖牌和证书，个人项目颁发奖牌和证书。

（二）表演项目颁发一、二、三等奖。

（三）设体育道德风尚奖，评选办法另发。

十一、报名日期和要求

（一）第一次报名：各代表团将参加竞赛、表演的项目和人数于2026年5月30日前报筹委会办公室。

（二）第二次报名：各代表团根据主办单位规定的名额，按要求逐队、逐人、逐项认真填写报名表，于2026年6月30日前将报名表一式三份（必须加盖设区市或平潭综合实验区民族、体育工作部门公章）报筹委会办公室。

以上材料电子版发至邮箱：fzsmzjmzc@163.com。

（三）第二次报名截止后不得更改或补报，

十二、报到与离会

（一）各代表团按大会竞赛日期于赛前一天报到，赛后一天离会，报到地点由筹委会办公室另行通知（各代表团可派2名联络员于赛前两天报到，协助主办单位安排本团相关事宜）。

（二）单项竞赛项目规程对报到时间有规定的，按单项竞赛规程规定执行。因提前报到或延迟离会产生的一切费用，由代表团自理。

（三）各代表团必须为本团成员购买运动会期间的人身意外保险，并在报到时出具意外保险证明和健康证明。

（四）仲裁委员和裁判员的报到时间、地点另行通知。

十三、技术官员

各竞赛项目和表演项目的技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘，并报主办单位备案。

十四、反兴奋剂

各代表团要坚决杜绝使用兴奋剂。

十五、服装要求

（一）各代表团的少数民族运动员均需备有民族服装。

（二）运动员比赛服装，按各项目规程、规则执行。

（三）运动员领奖时须穿着比赛服、队服或民族服装。

十六、比赛器材

（一）比赛所用器材按各项目规程、规则执行，比赛器材的品牌、型号另行通知。

（二）表演项目所需器材各代表团自备，如遇特殊困难，可与承办单位协商解决。

十七、代表团团旗

各代表团自备团旗两面，规格为2米（高）×3米（长），颜色自定，旗上标明中文全称，如“福州市”，不得有其他标志。

十八、解释权

本规程的解释权属省民族宗教厅、省体育局。未尽事宜，另行通知。

福建省第十一届民族传统体育运动会 蹴球竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队兼教练员 1 人，男运动员 2 人，女运动员 2 人，其中男、女汉族运动员均可报 1 人。

三、竞赛项目

- (一) 男子单蹴
- (二) 男子双蹴
- (三) 女子单蹴
- (四) 女子双蹴
- (五) 男女混合双蹴

四、竞赛办法

(一) 比赛分两个阶段进行：第一阶段采用分组循环赛；第二阶段抽签排位，采用淘汰赛决出名次。

(二) 执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《蹴球竞赛规则》。

(三) 比赛用球由大会统一提供，其品牌和型号另行通知。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、比赛服装

每队备深、浅颜色比赛服各 1 套。比赛时全队服装样式、颜色必须一致。

七、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

八、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 射弩竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队 1 人，教练员 1 人，男运动员 3 人，女运动员 3 人，其中男、女汉族运动员均可报 1 人。

三、竞赛项目

- (一) 民族标准弩男子立姿
- (二) 民族标准弩男子跪姿
- (三) 民族标准弩女子立姿
- (四) 民族标准弩女子跪姿
- (五) 民族标准弩混合团体

四、竞赛办法

(一) 个人比赛

1. 比赛分为资格赛、决赛两个阶段。

2. 资格赛：立姿（跪姿）每人 20 支箭，依据成绩排列名次，前 6 名进入第二阶段比赛。

3. 决赛：立姿（跪姿）每人 5 支箭，以每人两阶段比赛成绩之和排定名次。

(二) 团体比赛

- 1.每队由男、女运动员各 2 名组成。
- 2.比赛分为资格赛、决赛两个阶段。
- 3.资格赛：每人立、跪姿各 10 支箭，以 4 人的成绩之和排列名次，前 6 名进入第二阶段比赛。
- 4.决赛：每人立姿 5 支箭，以每队两阶段比赛之和排定名次。

（三）执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《射弩竞赛规则》。

（四）比赛用弩（统一使用 NL26 型民运会比赛标准弩）、箭自备，须符合《射弩竞赛规则》规定。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

七、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 民族武术竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队 1 人，教练员 1 人，运动员 6 人，男女不限，其中汉族运动员可报 1 人。

武术专业运动员（包括退役运动员）不得参赛。

三、竞赛项目

（一）男子传统拳术

（二）女子传统拳术

（三）男子传统器械

（四）女子传统器械

（五）男子对练

（六）女子对练

四、竞赛办法

（一）每名运动员限报 1 项传统拳术和 1 项传统器械；每队同类拳术、同类器械项目限报 1 人；对练项目，每队男女限报 1 组（限 3 人以内编排，不允许男女混编）。

（二）执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《民族武术竞赛规则》。

（三）比赛使用器械自备，须符合《民族武术竞赛规则》

规定。

（四）比赛用垫由大会统一提供。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

七、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 陀螺竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026年10月18日至22日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报1个队参加比赛。其中领队兼教练员1人，男运动员3人，女运动员3人，其中男、女汉族运动员均可报1人。

三、竞赛项目

(一) 男子单人

(二) 女子单人

(三) 男子团体

(四) 女子团体

四、竞赛办法

(一) 团体赛

1.比赛分两个阶段进行：第一阶段采用分组循环赛；第二阶段由各组优胜名次共6个队，根据循环赛成绩设种子队，抽签排位，采用淘汰赛决出名次。

2.参赛不足6个队，采用循环赛决出名次。

(二) 单人赛

1.比赛分两个阶段进行：第一阶段采用分组循环赛；第二阶段根据循环赛成绩设种子选手，采用淘汰赛决出名次。

2.参赛不足6人，采用淘汰赛决出名次。

（三）执行国家民委、国家体育总局2022年审定的《陀螺竞赛规则》。

（四）比赛用陀螺由大会统一提供，其品牌和型号另行通知。鞭杆及鞭绳自备，须符合《陀螺竞赛规则》规定。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

七、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 高脚竞速竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队兼教练员 1 人，男运动员 3 人，女运动员 3 人，其中男、女汉族运动员均可报 1 人。

三、竞赛项目

（一）男子

1.100 米

2.200 米

3.2×200 米接力

（二）女子

1.100 米

2.200 米

3.2×200 米接力

（三）男女 4×100 米混合接力

四、竞赛办法

（一）根据参赛人数，具体确定赛次设置。

（二）预赛抽签分组，决赛按预赛成绩排定道次。

（三）混合接力比赛第 1、3 棒为女子，第 2、4 棒为男子。

（四）执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《高脚竞速竞赛规则》。

（五）运动员比赛号码由大会统一编制。

（六）比赛用高脚杆自备，须符合《高脚竞速竞赛规则》规定，其品牌和型号另行通知。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

七、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 板鞋竞速竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队 1 人，教练员 1 人，男运动员 6 人，女运动员 6 人，其中男、女汉族运动员均可报 1 人。

三、竞赛项目

（一）男子三人板鞋

1.60 米

2.100 米

3.2×100 米接力

（二）女子三人板鞋

1.60 米

2.100 米

3.2×100 米接力

（三）男女三人板鞋 4×100 米混合接力

四、竞赛办法

（一）根据参赛人数，具体确定赛次设置。

（二）预赛抽签分组，决赛按预赛成绩抽签排定道次。

（三）混合接力比赛第 1、3 棒为女子，第 2、4 棒为男子。

（四）执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《板鞋

竞速竞赛规则》。

（五）运动员比赛号码由大会统一编制。

（六）比赛用板鞋由大会统一提供，其品牌和型号另行通知。护皮可自备，须符合《板鞋竞速竞赛规则》规定。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

七、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 毽球竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报男、女各 1 个队参加比赛。每队领队兼教练员 1 人，运动员 6 人，其中汉族运动员可报 2 人。

三、竞赛项目

(一) 男子三人

(二) 女子三人

(三) 男子双人

(四) 女子双人

四、竞赛办法

(一) 分两个阶段进行：第一阶段采用分组循环赛；第二阶段由各组优胜名次共 6 个队，根据循环赛成绩设种子队，抽签排位，采用淘汰赛决出第 1 名、第 2 名、两个并列第 3 名和两个并列第 5 名。

(二) 各项目参赛队不足 6 个时，采用循环赛决出名次。

(三) 执行国家体育总局最新审定的《毽球竞赛规则》。

(四) 比赛用毽球由大会统一提供，其品牌和型号另行通知。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、比赛服装

每场比赛时全队服装款式、颜色必须一致。上衣前后要印有明显号码（1~6号），后背号码尺寸不得小于20厘米（高）×15厘米（宽）。

七、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

八、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 龙舟（小）竞赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

（一）各单位可报男、女各 1 个队参加比赛。

（二）参加比赛的男、女队，每队设领队 1 人，教练员 1 人，运动员 14 人（包括划手 10 人，舵手 1 人，鼓手 1 人，替补队员 2 人），其中汉族运动员可报 7 人。

（三）运动员必须能够着轻便服装无协助游泳 200 米以上。

（四）运动员必须穿救生衣参加比赛。

（五）水上船艇类专业运动员（包括退役运动员）不得参赛。

三、竞赛项目

1.男子直道竞速：200 米、500 米。

2.女子直道竞速：200 米、500 米。

四、竞赛办法

（一）比赛采用预赛和决赛排定名次。

（二）执行国家体育总局最新审定的《龙舟竞赛规则》。

（三）比赛用龙舟、舵桨由大会统一提供。划桨自备，须符合《国际龙舟联合会》规定。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、比赛服装与队旗

（一）各队运动员须自备 4 套不同颜色的比赛服装上衣，每场比赛时全队服装款式、颜色必须一致。上衣前后要印有明显号码（1-14 号），后背号码尺寸不得小于 20 厘米（高）×15 厘米（宽）。

（二）各参赛队自备直角三角形大小队旗各一面，旗上标注队伍中文标准简称，如：“福州”“平潭”，不得有其他标志。

1. 大队旗高 1 米，底长 2 米，颜色不限。

2. 小队旗高 0.6 米，底长 0.8 米，颜色不限，面料不透光，双面印有队伍标准简称，旗杆长 1.2 米。

七、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

八、报名与报到

按总规程规定执行。

福建省第十一届民族传统体育运动会 民族健身操比赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

各单位可报 1 个队参加比赛。其中领队 1 人，教练员 1 人，运动员 18 人（含替补运动员 2 人），其中男运动员不少于 4 人，汉族运动员可报 10 人。

三、竞赛项目

- （一）规定套路。
- （二）自选徒手套路。
- （三）自选轻器械套路。
- （四）规定套路+自选徒手套路总成绩。
- （五）规定套路+自选轻器械套路总成绩。

四、竞赛办法

- （一）规定套路和自选套路的比赛均分两轮进行。
- （二）规定套路采用 2024 年第十二届全国民族传统体育运动会民族健身操规定套路；自选套路由参赛单位自行创编，时间限定为 3 分 30 秒 $\pm$ 10 秒。
- （三）自选套路第一轮、第二轮比赛动作相同。
- （四）上场运动员 16 人，其中男运动员不少于 4 人。

(五) 赛前抽签决定第一轮、第二轮比赛的出场顺序。

(六) 规定套路和自选套路的比赛成绩均以第一轮、第二轮比赛得分之和，从高到低排列名次。如成绩相等，则按下列顺序依次进行名次排定：1.以第二轮比赛得分多者名次列前；2.名次并列。

(七) 参赛队伍均需参加规定套路比赛。自选套路只可选报徒手或轻器械中的一项，参加规定套路+自选套路项目比赛的队，以两个项目成绩之和为该队总成绩。如成绩相同，则按下列顺序进行名次排定：1.以自选套路得分多者名次列前；2.名次并列。

(八) 比赛执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《民族健身操竞赛规则》。

五、录取名次与奖励

按总规程规定执行。

六、比赛服装

着具有民族特色且便于运动，符合竞赛规则规定的服装参加比赛。

七、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

八、报名与报到

(一) 按总规程规定执行。

(二) 8 月 31 日前，需向筹委会办公室报送自选套路音乐 (CD、MP3、WAV 格式各 1 份)、编创说明 (300 字以内，内容包括健身操名称、音乐时长、编创思路等，含电子版)，以 “**代表团健身操”命名后打包压缩发至邮箱：fzsmzjmzc@163.com。由于音乐自身制作质量而影响比赛的，筹委会不承担责任。

福建省第十一届民族传统体育运动会 表演项目比赛规程

一、竞赛日期和地点

2026 年 10 月 18 日至 22 日在福州市举行。

二、参加人数及运动员资格

（一）每个代表团表演项目参赛总数不超过 2 个，且综合类表演项目不超过 1 个。

（二）各单位可报 1 队参加比赛。每队限报 25 人，其中领队 1 人，工作人员 1 人，每个表演项目编导兼教练员 1 人，运动员性别、年龄不限，其中汉族运动员可报 10 人。

（三）每个项目上场运动员不得超过 20 人。

三、比赛项目

（一）竞技类

（二）技巧类

（三）综合类

四、比赛办法

（一）表演项目场地分室内、室外。

（二）表演项目分两轮进行，两轮成绩相加为该项目总成绩。

（三）比赛时间不超过 10 分钟。如需延时，应于运动会开幕前 30 天向主办单位提出申请，经批准后方可延时。

（四）舞蹈、情景剧、音舞诗等文艺表演类节目不得作为表演项目。

（五）表演项目执行国家民委、国家体育总局 2022 年审定的《表演项目比赛规则》。

五、录取名次和奖励

按总规程规定执行。

六、表演服装

比赛时，运动员穿着民族服装（竞技类可穿着运动装）。

七、技术官员

技术官员由主办单位选派，不足部分由承办单位按要求选聘。报到时间和地点另行通知。

八、报名与报到

（一）按总规程规定执行。

（二）8 月 31 日前，需向筹委会办公室报送每个项目的解说词 1 份（含电子版）；竞技类项目除解说词外，另附竞赛规则 1 份（含电子版）。以上材料以“**代表团表演项目”命名后打包压缩发至邮箱：fzsmzjmzc@163.com。

抄送：省政府办公厅，福州市人民政府。

福建省民族与宗教事务厅办公室

2026年5月12日印发

