

附件 1

第四届长三角高校大学生实验室安全知识竞赛 活动方案

2026 年第四届长三角高校大学生实验室安全知识竞赛分个人赛和团体赛，个人赛面向长三角三省一市域内所有高校在校大学生（含专科、本科、硕博），欢迎长三角域外的高校学生参加，参赛学生必须获得所在校的身份确认；团体赛面向长三角域内所有高校，参赛高校须组织一支由 3 名在校大学生（其中至少 1 名为本科生，无本科生的院校则为专科生）组成的参赛队伍。

为确保赛事组织工作高效有序，各参赛学校须委任一名熟悉校情、责任心强的教职人员为赛事联络员，该联络员应按时向组委会提交报名材料，组委会将据此为其开通参赛（学习）系统校级管理员权限，以便其实时掌握本校学生在线学习及挑战参与情况。

一、个人赛：

个人赛分日挑战、周挑战、月挑战、总决赛四个部分。日挑战、周挑战、月挑战线上举行。日挑战冠军，周挑战冠、亚、季军，月挑战冠、亚、季军，将分别获得由主办单位颁发获奖证书及奖励。

参与学生自行关注微信公众号“实验室安全知识竞赛”，注册进入系统进行实验室安全知识学习、自测，线上比赛用题与学习题库一致。

（一）日挑战：

1. 参赛资格：所有在线注册，并得到身份确认的在校大学生。
2. 比赛时间：2026 年 9 月 1 日——10 月 26 日，每周 6 天（除“周挑战”举办日——周一外的其余 6 天）。
3. 涉及题型：各类型单选题，每题答题时间为 10 秒；
4. 积分规则：答对一题得 1 分，答错或答题过时本次挑战终止，参赛选手每天有三次挑战机会，三次挑战中的最高分为该选手的当天得分，得分最高的参赛选手即为当天的“日冠军”。同分的情况下，答题时间短的胜出（下同），日挑战赛成绩统计时间为当日

00:00-24:00。

（二）周挑战：

1. 参赛资格：当周参与日挑战累计达 4 天及以上的选手；参赛学生可在每天通过公众号进行挑战，挑战满四天即可参加周挑战。

2. 比赛时间：活动期间每周一下午 14:00；2025 年周挑战赛将举办七次分别为：9 月 7 日、14 日、21 日、28 日，10 月 12 日、19 日、26 日。10 月 12 日的周挑战因跨度两周（系双周挑战），故获奖人数翻倍。

3. 涉及题型：各类型，单选题+多项选择题。

4. 积分规则：周挑战成绩=基础分+周挑战参赛得分，基础分=当周总积分/参赛天数（当周参与“日挑战”的平均分）；

参赛学生须在 15 分钟内，完成 40 道单选择，30 道多选题。答对一道单选题得 1 分，答对一道多选题得 2 分，每题有一次答题机会。

当周周挑战成绩最高的选手称为“周冠军”，第二、三名分别为周亚军、周季军。

（三）月挑战：

1. 参赛资格（共 20 人）：活动周期内周挑战前三名，累计日挑战达 20 天及以上且排在前 8 名者可参加月挑战。

2. 比赛时间：2026 年月挑战赛将于 9 月 28 日（周一）和 10 月 26 日（周一）下午 15:30 各举办一次。

3. 涉及题型：各类型题。

4. 参赛要求：参赛选手须赛前准备一个安静的独立空间（家、寝室、教室、办公室等场所）、两台终端设备（手机或电脑等），一台终端登录组委会指定的第三方软件，参赛时段全程开启音视频，参赛时段答题人完全展现、且全程不离开工作人员视野，便于在线观摩；另一台终端登录组委会指定的比赛系统；比赛开始前每位选手须在线亮明身份。月挑战整个比赛进程由主持人在线引导。

5. 月挑战赛比赛方式分：争分夺秒、眼捷手快、洞烛机先三个环节：

(1)争分夺秒，选择题，答对得分，答错倒扣。

(2)眼捷手快，选择题，第一个提供正确答案的选手得分最高，第

二个提供正确答案的次高，以此类推，答错倒扣。

(3)洞烛机先，实验室（场所）短视频安全隐患排查题，作答者以实验室安全督查员的视角在视频中寻找安全隐患，找对一处隐患得到相应的分数，找到的隐患数量越多得分越多，找错或未找出不得分。

争分夺秒、眼捷手快、洞烛机先三个环节获得的积分为月挑战赛的成绩（如前三名有同分的情况下，让同分选手用“眼捷手快”的方式参加排位赛，直到决出前三名为止）。已获得月挑战冠军的不再重复授予。

（四）个人总决赛：

1. 参赛资格

活动周期内月挑战前三名、周冠军、累计日挑战达 40 天及以上且排在前 6 名者，共 20 人，参加年度个人总决赛

个人总决赛将于 2026 年 10 月底（或 11 月初）在华东师范大学举行。

2. 个人总决赛分四个环节

(1)争分夺秒，选择题，答对得分，答错倒扣。

(2)心知肚明，填空题，第一个提供正确答案的选手得分最高，第二个提供正确答案的选手得分其次，以此类推，答错倒扣，在规定时间内没有提交答案或放弃答题的不得分。

(3)眼捷手快，选择题，答对得分，答错倒扣，选手使用抢答器，举牌答题。

(4)火眼金睛，实验安全隐患排查实操题，系统播放一段实验短视频，选手须以实验室安全督查员的视角去寻找安全隐患，找对一处隐患得到相应的分数，找到的隐患数量越多得分越多，找错或未找出不得分。

以上四个环节（争分夺秒、心知肚明、眼捷手快、火眼金睛）获得的总分为个人总决赛排位依据。（前三名有同分的情况下，用“眼捷手快”的方式进行加时赛，直到决出前三名为止）。

个人总决赛设冠、亚、季军若干名，将分别获得由主办单位颁发证书及奖励。

二、团体赛：

团体赛由三省一市（江苏省、浙江省、安徽省、上海市）的高校实验室安全相关组织，分别通过适当方式选拔（或推荐）4所高校，代表所在省（市）参加于2026年11月中（下）旬在上海海事大学举办的线下比赛。

赛程：

分崭露头角（排位赛）和群雄对决（晋级赛/争霸赛）两个部分：

1. 崭露头角，分选手独秀，举队群秀，队间争秀，心知肚明，洞烛机先五个环节。

（1）选手独秀，参赛选手分别依次独立作答，答对得分，答错不得分。

（2）举队群秀，参赛队员协作答题，答错或不答不得分。

（3）队间争秀，参赛队伍使用抢答器，举牌协作答题。

（4）心知肚明，参赛队员协作答题，答题方式为终端输入空格填空，第一个提供正确答案的参赛队伍得分最高，第二个提供正确答案得分其次，以此类推，在规定时间内没有提交答案或放弃答题的不得分。

（5）洞烛机先，实验室（场所）短视频安全隐患排查实操题，系统播放一段作答者以实验室安全督查员的视角去寻找安全隐患，找对一处隐患得到相应的分数，找到的隐患数量越多得分越多，找错或未找出不得分。

上述五个(选手独秀、举队群秀、队间争秀、心知肚明、洞烛机先)环节获得的累计总分为崭露头角的成绩。

决赛崭露头角赛程中排名前10的队伍（如有同分，则让同分赛队用“心知肚明”的方式参加排位赛，直到决出先后为止）进入群雄对决赛程。

2. 群雄对决，分争分夺秒、眼捷手快、狭路相逢、火眼金睛四个环节。崭露头角赛程中的得分，不带入本赛程，系统授予给每支参赛队伍基础分。

（1）眼捷手快，参赛队伍使用抢答器，举牌答题，答对得分，答错扣分，抢答犯规扣分。

（2）狭路相逢，以一定的方式使得所有参赛队伍两两配对，相互出题，答队得分（对方倒扣），答错扣分（对方加分）。

（3）火眼金睛：实验室安全隐患排查实操题，系统播放一段含有安全隐患的短视频，找对一处隐患得到相应的分数，找到的隐患数量越多得分越多，找错或未找出不得分。

（4）争分夺秒，选择题，答对得分，答错倒扣。

以上四个（眼捷手快、狭路相逢、火眼金睛、争分夺秒）环节获得的累计总分为群雄对决的成绩作为本次比赛的排位依据。（有同分无法区分名次的情况下，用“眼捷手快”的方式进行加时赛）。