

上海市科学技术委员会

关于印发 2026 年上海科普大赛暨 第十三届上海市科普讲解大赛实施方案（草案）的预通知

各有关单位：

为深入贯彻党的二十届四中全会精神，紧密围绕“十五五”时期全面推进中国式现代化建设的核心任务，聚焦“实现高水平科技自立自强，引领发展新质生产力”的战略要求，进一步强化全民科学素质建设，提升科普能力，助力上海具有全球影响力的科技创新中心建设，上海市科学技术委员会计划近期启动“2026 年上海科普大赛暨第十三届上海市科普讲解大赛”相关工作。

现将大赛实施方案（草案）印发给你们，请结合实际情况，提前做好组织筹备工作。如有修改意见，请及时反馈我委。最终方案以正式印发文件为准。

特此通知。

上海市科学技术委员会
科普与科技传播处
2025 年 11 月 20 日

2026 年上海科普大赛暨 第十三届上海市科普讲解大赛实施方案 (草案)

一、举办目的

2026 年上海科普大赛暨第十三届上海市科普讲解大赛围绕“崇尚科学，热爱科学”主题，招募多领域选手展开自主命题讲解，在全社会广泛普及科学知识、弘扬科学精神、传播科学思想、倡导科学方法，强化优秀科普人才队伍建设，营造科技传播新风尚，为“十五五”时期公民科学素质从科技知识普及向创新引领转型提供支撑，助力上海建成具有全球影响力的科技创新中心。

二、赛事组织

指导单位：上海市科学技术委员会

主办单位：上海市中国工程院院士咨询与学术活动中心

协办单位：市科技团工委、各区科委（科经委、科协）

三、参赛对象

参赛选手年龄须大于 18 周岁（含 18 周岁，即 2007 年 1 月 1 日前出生）。

四、参赛要求

讲解内容为自然科学类或技术知识类的相关科普知识，需使用普通话。

五、赛事安排

（一）参赛领域设置

参赛选手需根据讲解内容，选择对应的参赛领域报名参赛。设两项参赛领域：

1. 综合领域

内容包含且不仅限于基础科学、前沿技术、能源环境、信息技术、航空航天、人工智能、海洋探索、防灾减灾等相关科普知识。

2. 生命健康领域

内容包含且不仅限于临床医学、中医药、疾病预防、食品安全、营养运动、心理健康、生物医药、医疗器械等相关科普知识。

（二）报名

1. 报名时间

2025 年 11 月 20 日开放报名端口，12 月 15 日 16:00 截止报名。

2. 报名方式

报名登录“上海科普”微信公众号，点击底部菜单栏“科普大赛”选项，选择“科普讲解大赛”链接，按要求完整填写报名信息，完成在线报名。

选手报名时需明确选择参赛领域（“综合领域”或“生命健康领域”），参赛领域将作为比赛阶段参赛依据不可随意更换。选手报名时填报的所属区为初赛赛区划分依据，需根据工作单位的所属区作为初赛赛区报名依据。自由职业者根据居住地填写，科普基地工作人员按基地归属地原则选择所属区。参赛领域及所属区确定后不可更改。

每位选手限报名一次，如发现重复报名的选手，则立即取消其参赛资格。

（三）初赛

1. 初赛时间

2025 年 12 月至 2026 年 1 月（具体时间以各赛区通知为准）。

2. 初赛形式

各区科委（科经委、科协）负责各自赛区初赛组织工作。

（1）自主命题讲解时间为 4 分钟，选手根据大赛要求自行准备讲解主题。

（2）各赛区根据初赛成绩和复赛名额，确定推荐参加复赛的选手名单。各赛区复赛名额，将根据全市实际参加初赛人数按比例确定，报名但未参赛者，不计入初赛人数。

（3）各赛区需将初赛成绩汇总表和推荐参加复赛的选手名单提交至主办单位。（上海市徐汇区钦州路 100 号 2 号楼 3 楼 308 室，200235，徐老师收）

（四）复赛

1. 复赛时间

2026 年 3 月至 4 月（具体时间以复赛通知为准）。

2. 复赛形式

大赛主办方负责全市各领域复赛组织工作。

复赛由“我与上海的科普故事”展示环节与自主命题讲解环节两项内容组成。

（1）选手将根据参赛领域分组进行复赛比赛。选手赛前抽签确定各参赛领域上场顺序，进行“我与上海科普的故事”展示和自主命题讲解。

(2) “我与上海的科普故事”个人展示环节限时 2 分钟，集中展现选手日常参与科普的风采和初心，以及与上海这座科技创新之城的共鸣和体会，可借助多媒体等手段丰富讲解展示效果，形式不限，鼓励活泼、新颖与创新。

(3) 自主命题讲解环节限时 4 分钟，按选手自选领域相关题目展开讲解，须遵从科学性，可借助多媒体等手段丰富讲解展示效果。

(五) 决赛

1. 决赛时间

2026 年 4 月至 5 月（具体时间以决赛通知为准）。

2. 决赛方式

大赛主办方负责决赛组织工作。

决赛由自主命题讲解和评委问答两部分组成。

(1) 选手赛前抽签确定上场顺序，依次进行自主命题讲解和评委问答。

(2) 选手出场时，播放 20 秒自我介绍视频。该环节不作比赛评分，视频由选手准备。选手制作视频统一用 AVI、MPG、MP4 等常规视频格式，画面比例 16:9，像素尺寸 1920×1080；文件大小不超过 100M。提供的 PPT（可配有背景音乐）须为 OFFICE 2010 以上通用版本，文件大小不超过 40M，PPT 中若插入视频请使用 MP4 格式。

(3) 自主命题讲解环节限时 4 分钟，需突显科学性、通俗性、时效性，可通过表述特定场景和对象，借助多媒体等手段辅助提升舞台效果。选手可选择沿用其自主命题讲解内容，但同时鼓励选手围绕上海科技创新前沿动态、重大成果、杰出贡献等讲好上海科创故事和新锐科普知识（如“上海市科学技术奖励大会”中的重大科技工程、

成果技术突破或杰出工作者等，鼓励选手自主命题讲解内容从中选取或从中切入，诞生出更优质的科普讲解内容）。

（4）评委问答环节限时 1 分钟，主要考核选手的科学素养及对自身讲解内容知识面掌握的深度和广度。

（六）奖项设定

第十三届上海市科普讲解大赛设一等奖 10 名，二等奖 10 名，三等奖 20 名。获得一等奖的选手将同时获得“2026 年度上海市十佳科普使者”称号。符合条件的获奖选手还可获相关政策支持及全媒体推广等宣传扶持。

赛事评分标准以正式印发方案为准。